الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة الشهيد حمه لخضر–الوادي

كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية
قسم: علوم اجتماعية

علاقة تقدير الذات بالوحدة النفسية لدى الطالب الجامعي

مذكرة مكملة لنيل شهادة الليسانس في علم النفس : تخصص علم النفس العيادي

إعداد الطلبة:

- ميسه خديجة
- صالحي رانيا

إشراف الأستاذ:

د. إيمان عزي

السنة الجامعية : 2022/2021

شكر وعرفان

الحمد لله الذي "**علم الإنسان ما لم يعلم**" (العلق 5) فلا يسعنا إلا أن نتوجه بالحمد والشكر لله وحده على توفيقه لإتمام هذا العمل.

وصلت رحلتي الجامعية إلى نهايتها بعد تعب ومشقة.....

وها أنا ذا أختم بحث تخرجي بكل همة ونشاط.....

وأمتن لكل من كان له فضل في مسيرتي وساعدني ولو باليسير.....

أهدي بحث تخرجي إلى .....

إلى من أفضلها على نفسي ولم لا فلقد ضحت من أجلي ولم تدخر جهدا في سبيل إسعادي على الدوام أمي الحبيبة **(مليكه حميداتو)**

إلى صاحب الوجه الطيب والأفعال الحسنة فلم يبخل علي طيلة حياته أبي الحبيب **(مصباح ميسه)**

إلى أخوتي وأخواتي الذي ساندوني طيلة هذه الفترة حبيبتي أختي **(شمس الأصيل)** التي كانت رفيقتي في الإقامة الجامعية.

وكما يسرني أن أوجه بخالص الشكر وعظيم الامتنان وعميق التقدير إلى أستاذتي الفاضلة الدكتورة **(عزي إيمان)** المشرفة على هذه المذكرة لما بذلته معنا من جهد وجزاها الله كل خير.

شكرا جزيلا جميعا

خديجة ميسه

وصلت رحلتي الجامعية إلى نهايتها بعد تعب ومشقة...

و ها أنا أختم بحث تخرجي بكل همة ونشاط احمد الله عز وجل الذي وفقني في إتمام هذا البحث والذي ألهمني الصحة والعافية والعزيمة, فالحمد لله حمدا كثيرا.

أتقدم بجزيل الشكر والتقدير إلى الأستاذ الدكتورة **إيمان عزي** المشرفة على كل ما قدمته لنا من توجيهات ومعلومات قيمة ساهمت في إطراء موضوع دراستنا وأمتن لكل من كان له الفضل في مسيرتي وساعدني ولو باليسير والدايا اللذان سهرا من اجل وصولي لهذه المحطة وكذلك كل من الأهل والأصدقاء والأستاذة المبجلين....

وفي الأخير لا يسعني إلا أن أدعو الله عز وجل أن يوفقني السداد والرشاد.....

رانيا صالحي

ملخص الدراسة

هدفت الدراسة إلى كشف عن علاقة بين تقدير الذات والوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة بجامعة الشهيد حمه لخضر بالوادي.

تم إجراء الدراسة على عينة قدرت ب (53) طالب وطالبة من جميع المستويات و استخدمت في اختياره الطريقة العشوائية مع الاستعانة بأدوات جمع البيانات تمثلت في: مقياس الوحدة النفسية (لراسيل)ومقياس تقدير الذات (لروزنبارخ) وذلك بعد التأكد من صلاحيتهما (الصدق والثبات) وقد وظف المنهج الوصفي الإرتباطي في هذه الدراسة.

تمت معالجة البيانات باستخدام برنامج الحزمة الإحصائية (spss) للمعالجة الإحصائية.

جاءت النتائج الدراسة كالآتي:

– توجد علاقة ارتباطية عكسية دالة إحصائيا بين الوحدة النفسية وتقدير الذات لدى طلبة الجامعة.

– توجد علاقة ارتباطية عكسية دالة إحصائيا بين الشعور بالوحدة النفسية في بعدها الاجتماعي وتقدير الذات لدى طلبة الجامعة.

– لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين الشعور بالوحدة النفسية في بعدها المتعلق بالرفض وتقدير الذات لدى طلبة الجامعة.

– لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين الشعور بالوحدة النفسية في بعدها المتعلق بفقدان الألفة وتقدير الذات لدى طلبة الجامعة.

Résumé

L'étude visait à révéler une relation entre l'estime de soi et la solitude psychologique chez les étudiants de l'Université du Chahid Hamma Lakhdar El oued.

L'étude a été faite sur un groupe personnes de (53) étudiants et étudiantes de tous les niveaux et j'ai utilisé la méthode aléatoire pour le choisir à l'aide d'outils de collecte de données représentés dans: PsychologicalUnityScale (Russell) et Self-EsteemScale (Rosenbarch) après s'être assuré de leur validité (honnêteté et stabilité).

La méthode descriptive corrélative a été employée dans cette etudeles données ont été traitées à l'aide du progiciel statistique (spss) pour le traitement statistique.

Les résultats de l'étude sont les suivants :

- Il existe une corrélation inverse statistiquement significative entre la solitude psychologique et l'estime de soi chez les étudiants universitaires.

- Il existe une corrélation inverse statistiquement significative entre le sentiment de solitude psychologique dans sa dimension sociale et l'estime de soi chez les étudiants universitaires.

- Il n'y a pas de corrélation statistiquement significative entre le sentiment de solitude psychologique dans sa dimension liée au rejet et l'estime de soi chez les étudiants universitaires.

- Il n'y a pas de corrélation statistiquement significative entre le sentiment de solitude psychologique dans sa dimension liée à la perte d'intimité et d'estime de soi chez les étudiants universitaires.

قائمة المحتويات

المحتويـــــــــــــــــــــــــــــــــات	الصفحـــة
الشكر وتقدير	أ
ملخص الدراسة بالعربية	ج
ملخص الدراسة بالأجنبية	د
قائمة المحتويات	هـ
قائمة الجداول	ح
مقدمة	1
الجانب النظري	
الفصل الأول: إشكالية الدراسة واعتباراتها	
1-إشكالية الدراسة	5
2-فرضيات الدراسة	8
3-أهمية الدراسة	9
4-أهداف الدراسة	9
5-التعاريف الإجرائية لمتغيرات الدراسة	9
6-الدراسات السابقة	9
7-التعليق عن الدراسات السابقة	12
الفصل الثاني: تقدير الذات	
تمهيد	14
1-تعريف مفهوم الذات	15
2-تعريف تقدير الذات	16
3-الفرق بين مفهوم الذات وتقدير الذات	17
4-مفاهيم قريبة من تقدير الذات	18

5-مستويات تقدير الذات	**19**
6-العوامل المؤثرة في تقدير الذات	**20**
7-طرق قياس تقدير الذات	**21**
8-نظريات تقدير الذات	**22**
خلاصة الفصل	**25**
الفصل الثالث: الوحدة النفسية	
تمهيد	**27**
1-تعريف الوحدة النفسية	**28**
2-المفاهيم المرتبطة بالوحدة النفسية	**30**
3-أشكال الوحدة النفسية	**31**
4-مظاهر وسمات الأشخاص ذوي الوحدة النفسية	**32**
5-أبعاد ومكونات الوحدة النفسية	**33**
6-النظريات المفسرة للوحدة النفسية	**35**
7- أسباب الوحدة النفسية	**37**
8- الطرق الفعالة للتقليل من الشعور بالوحدة النفسية	**39**
خلاصة الفصل	**41**
الجانب التطبيقي	
الفصل الرابع: الدراسة الاستطلاعية	
تمهيد	**44**
1-أهمية الدراسة الاستطلاعية	**45**
2- أهداف الدراسة الاستطلاعية	**45**
3-منهج الدراسة	**45**
4-مجتمع الدراسة	**45**
5- عينة الدراسة	**46**
6-المجال الزماني والمكاني	**46**
7- أدوات الدراسة و الخصائص السيكومترية	**46**

خلاصة الفصل	**58**
الفصل الخامس: عرض وتفسير نتائج الدراسة	
1-عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الجزئية الأولى	**60**
2-عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الجزئية الثانية	**61**
3-عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الجزئية الثالثة	**61**
4-عرض وتحليل ومناقشة الفرضية العامة	**62**
الخاتمة	**64**
توصيات واقتراحات	**65**
قائمة المراجع	**67**
الملاحق	**71**

تنسيق الجداول

الرقم	عنـــــــــــــــــــــوان الجـــــــــــــــــــــدول	الصفحة
01	يوضح معامل ارتباط درجة البند بالدرجة الكلية للمقياس	**47**
02	يوضح قيمة "ت" بين درجات المجموعتين العليا والدنيا في تقدير الذات	**48**
03	يوضح معاملات الثبات لمقياس تقدير الذات	**49**
04	يوضح معامل الالتواء لمجتمع الدراسة	**49**
05	يوضح التوزيع التكراري والنسبي لدرجات الوحدة النفسية الخام	**50**
06	يوضح سلم من خمسة فئات انحرافية معيارية	**51**
07	يمثل كيفية تصحيح مقياس الوحدة النفسية حسب الدرجات	**53**
08	يوضح ارتباط درجة البند بدرجة البعد الذي ينتمي إليه	**53**
09	يوضح ارتباط درجة البعد والدرجة الكلية للمقياس	**54**
10	يوضح معاملات الثبات لمقياس الوحدة النفسية	**54**
11	يوضح معامل الالتواء لمجتمع الدراسة	**55**
12	يوضح التوزيع التكراري والنسبي لدرجات الوحدة النفسية الخام	**55**
13	يوضح سلم من خمسة فئات انحرافية معيارية	**56**
14	يوضح قيمة معامل الارتباط بين المحور الاجتماعي وتقدير الذات	**60**
15	يوضح قيمة معامل الارتباط بين محور الرفض وتقدير الذات	**61**
16	يوضح قيمة معامل الارتباط بين محور فقدان الألفة وتقدير الذات	**62**
17	يوضح قيمة معامل الارتباط بين الوحدة النفسية وتقدير الذات	**63**

مقدمة

شهد المجتمع في العقود الأخيرة مجموعة من التغيرات الجذرية على عدة مستويات منها الاجتماعية و الاقتصادية والثقافية فضلا عن التغيرات التي لحقت بالقيم الإنسانية، وتسببت في صراعات بين ما هو قديم وجديد، وكان لتلك التغيرات تأثيراتها و انعكاساتها الواضحة على الفرد كالضغط والتوتر وبالتالي الكثير من الشقاء الإنساني و هذا ما يدفع الإنسان إلي الانطواء والعزلة والشعور بالوحدة النفسية فسوء التوافق و اضطراب العلاقات الاجتماعية قد يؤثر سلبا في تقدير الفرد لذاته و مفهوم تقدير الذات يعد من أهم المتغيرات التي تساهم في إدراك الفرد لذاته بصورة إيجابية أو سلبية فشعور الفرد بأنه ذو قيمة من حيث التقبل الاجتماعي من قبل الآخرين ينمي لديه الثقة بالذات مما يساعد على مواجهة الكثير من المشكلات وضغوط الحياة لحلول توافقية مناسبة فتقدير الذات الإيجابي للفرد يعد من الدلائل علي الصحة النفسية والتوافق النفسي والاجتماعي والتكيف الحسن للفرد حيث إن ذلك من شأنه أن يزيد من ثقته بذاته ويجعله أقل عرضة لاستهداف الاضطرابات النفسية أما التقدير السلبي أو المنخفض للذات يجعل الفرد غير قادر على مجابهة الكثير من المشكلات أو ضغوط الحياة، فيجعله مستهدفا من عدة مشكلات نفسية أهمها الوحدة النفسية .إن الإحساس بالوحدة النفسية تعد مشكلة عامة و مؤلمة يعاني منها الفرد فهي كثير من الأحيان تعتبر نقطة بداية للكثير من المشكلات التي يمكن إن يعاني ويشكو منها الإنسان وكثير ما يترتب عليها مشكلات عدة في حياته كما تدعم مشكلات أخري كانت قائمة في حياته قبل بدء إحساسه بالوحدة النفسية فالوحدة النفسية مفهوم يمثل حالة النفسية تنشأ من إحساس الفرد فإنه ليس بقرب نفسي من الآخرين وهدا الإحساس ناتج عن افتقار الفرد إن يكون طرفا في علاقات محدودة أو مجموعة من علاقات يترتب عليه الضيق والضجر والملل وتبرز أهمية دراسة الشعور بالوحدة النفسية أنها تمثل حالة غير سارة تدل علي عدم توافق ويصاحبها العديد من حالات صعوبة الدمج الاجتماعي علي رغم في بعض الحالات وجود الفرد في الجماعة كما يؤكد الكثير من الباحتين إن الحاجة إلي الجماعات والانتماء من أهم الحاجات الأساسية التي تلح في إشباع وتدفع الشخص إلي الارتباط بجماعة أو أكثر يحبها وتحبه ويجد عندها الأمن والتقدير والاطمئنان والمكانة الاجتماعية.

ومن هذا المنطلق جاءت هذه الدراسة التي تهدف إلى معرفة العلاقة بين تقدير الذات والوحدة النفسية لدى طلبة جامعة الشهيد حمه لخضر بالوادي حيث احتوت هذه الدراسة على جانبين أساسيين جانب نظري و جانب تطبيقي. يتضمن الجانب النظري ثلاثة فصول.

الفصل الأول تم التطرق فيه إلى إشكالية الدراسة و فرضيات الدراسة وأهمية الدراسة و أهداف الدراسة و التعاريف الإجرائية لمتغيرات الدراسة و الدراسات السابقة و التعقيب عن الدراسات السابقة.

أما الفصل الثاني فسيتم التطرق فيه إلى تقدير الذات تم التطرق فيه إلى تعريف مفهوم الذات وتعريف تقدير الذات والفرق بين الذات وتقدير الذات و المفاهيم القريبة من تقدير الذات و مستويات القدير الذات والعوامل المؤثرة في تقدير الذات و طرق قياس تقدير الذات ونظريات تقدير الذات.

أما الفصل الثالث فيتعلق بالوحدة النفسية وقد استهل أولا بتعريف الوحدة النفسية والمفاهيم المرتبطة بالوحدة النفسية وأشكال الوحدة النفسية ومظاهر وسمات الأشخاص ذوي الوحدة النفسية وأبعاد ومكونات الوحدة النفسية والنظريات المفسرة للوحدة النفسية وأسباب الوحدة النفسية و الطرق الفعالة لتقليل من الشعور بالوحدة النفسية.

أما الجانب التطبيقي لدراسة يشمل فصليين الفصل الرابع والخامس حيث تناول **الفصل الرابع** تم التطرق فيه إلى أهمية الدراسة الاستطلاعية وأهداف الدراسة الاستطلاعية ومنهج الدراسة ومجتمع الدراسة وعينة الدراسة و المجال الزماني والمكاني وأدوات و الخصائص السيكومترية. وتم عرض النتائج وتفسيرها في الفصل الخامس.

الجانب النظري

الفصل الأول

إشكالية الدراسة واعتباراتها

- 1إشكالية الدراسة
- 2 فرضيات الدراسة
- 3 أهمية الدراسة
- 4 أهداف الدراسة
- 5 التعاريف الإجرائية لمتغيرات الدراسة
- 6 الدراسات السابقة
- 7 التعقيب عن الدراسات السابقة

1: إشكالية الدراسة

يعد الإنسان مخلوق يلعب دورا مهما في توازنه وتوافقه و لقد انتشر مفهوم تقدير الذات أوائل السبعينات بل تعدى الأمر إلى أن وضع بعض العلماء بعضا من الحقائق والفروض التي ترقى إلى مستوى النظرية وتقدير الذات مفهوم متعدد الأبعاد موجود بدرجات متفاوتة لدى الأفراد وهو عنصر مهم يندرج ضمن مفهوم الذات ويعكس مدى إحساس الفرد بقيمته وكفاءته فعندما يكون للأفراد اتجاهات إيجابية نحو أنفسهم يكون تقدير الذات لديهم مرتفعا وعندما يكون لديهم اتجاهات سلبية نحو أنفسهم يكون تقدير الذات لديهم منخفضا وبعبارة أخرى فإن تقدير الذات هو التقييم العام لحالة الفرد كما يدركها بنفسه. **(سايح , 2018, ص15)**

يعتبر تقدير الذات من المواضيع المهمة التي حظيت باهتمام الباحثين وقد تناوله كارل روجرز بالبحث ضمن إطار نظريته للذات الذي يحتل المرتبة الرابعة في تنظيم ماسلو ويرى روجرز أن كل فرد يكافح من اجل الوصول إلى السيادة وتحقيق الثقة بالنفس كما يعتبر تقدير الذات الأساس الذي يقوم على البناء النفسي لشخصية المراهق لأنها المرحلة التي تبدأ فيها معرفة المراهق لذاته وتقييمه لنفسه. **(حسين,2018, ص6)**

هذا ما كشفته دراسة روزنبرج (1965) ودراسة كوبر سميث(1969) ودراسة جاكس (1974) بحيث أن :" تقدير الذات المرتفع لدى المراهقين يرتبط بدرجة كبيرة بالعلاقات الجيدة بالأسرة والتي يتم تشخيصها على أساس التأثير القائم بين أعضاء الأسرة واشتراك المراهق في أنشطة وقرارات الأسرة وإن المساندة الأبوية ترتبط بتقدير الذات المرتفع بينما تقدير الذات السالب يرتبط بالسيطرة الأبوية على المراهق"**(سايح , 2018,ص 21)**

وأشار سميث أن الشخص الذي لديه تقدير ذات ايجابي نحو ذاته يعتبر نفسه شخصية هامة وذات قيمة ويستحق الاحترام والتقدير وهو قادر على التأثير على الناس وآراؤه موضع تقدير ولديه القدرة والرغبة في إبداء آرائه والدفاع عنها وهو يقوم بالمهمات الجديدة والتي تتسم بالتحدي أما الشخص الذي يحمل نظرة سلبية عن ذاته فيتصف بعكس الصفات التي ذكرت سابقا.**(المومني,2006, ص2)**

أن تقدير الذات ظاهرة سلوكية قابلة للقياس يمكن معالجتها وتناولها بطريقة علمية حيث يترتب على ذلك أنه يمكن قبول أو رفض أي من جوانبها أو صفاتها.

ويعتبر أيضا تقدير الذات من الأبعاد الهامة في شخصية الفرد فهو يؤثر بدرجة كبيرة في سلوكه وتصرفاته وفهم الفرد لذاته يمثل محورا هاما في الشخصية السوية فمن خلاله تتكون لدى الفرد بصيرة أفضل بالأفكار والمشاعر والأفعال ويكون أكثر واقعية مع النفس ومع الآخرين وأكثر إدراكا لأسباب السلوك ومحركاته وموجهاته.

ويعد تقدير الذات حجر الزاوية في الشخصية لذلك فإن دراسة الشخصية وفهمها يتطلب دراسة تقدير الذات. **(عمور, 2018, ص16)**

لذي يمكننا من إعطاء صورة شاملة لتقدير الذات بأنها تقييم المرء الكلي لذاته إما بطريقة ايجابية وإما بطريقة سلبية وهذا يشير إلى مدى إيمان المرء بنفسه وبأهليتها وقدرتها واستحقاقه للحياة وببساطة تقدير الذات هو بالأساس شعور المرء بكفاءة ذاته وبقيمتها.

(زغيدي, 2014 , ص13)

وكذلك يعيش إنسان اليوم في عصر يواجه فيه العديد من التحديات السياسية والاقتصادية والثقافية والاجتماعية, العلمية وهذا ما يجعله يعيش في حالة من التوتر والقلق دائم نتيجة الصراعات المستمرة كما أصبحت أساليب توافقه معها أكثر تعقيدا والتي استنفدت إمكانياته العقلية وتفاعله مع المحيط وهذا ما يؤدي به إلى الشعور بالوحدة النفسية والذي يصاحب هذا الشعور الكثير من العلاقات الاجتماعية وفي نظرته إلى ذاته **(زموري وآخرون, 2014,ص 108)**

أن تكون وحيدا لا يعنى شعورك بالوحدة فكونك وحيدا في حالة موضوعية لا يمكن لأي شخص أن يقيمها أما الوحدة النفسية فهي الخبرة الشخصية خاصة فتعتمد على تفسيرها للأحداث وليس المقصود بهذا الشعور أن يكون الإنسان بمفرده فقد يشعر الإنسان بالوحدة مع أنه موجود في قاعة محتشدة بالناس وقد لا يشعر إنسان آخر بالوحدة حتى لو كان يعيش منفردا في جزيرة منعزلة فوجود الإنسان وحده أو بمفرده لا يعني أكثر من حقيقة وجوده في غيبة الآخرين دون أن يعنى ذلك بالضرورة شعوره بعدم الارتياح بينما يعنى

الشعور بالوحدة أو الوحدانية عدم الرضا الفرد عن نوعية العلاقات مع الآخرين وشعوره شعورا مستمرا بعدم الارتياح حيال هذه العلاقات. **(هويشل, 2013,ص 3)**

والوحدة النفسية ظاهرة من ظواهر الحياة الإنسانية يخبرها الإنسان بشكل ما وتتسبب له بالألم والضيق والأسى فهي حقيقة حياته لا مفر منها لا تقتصر على فئة عمرية معينة يعاني منها الأطفال والمراهقون و الراشدون و المسنون. **(زموري وآخرون, 2014,ص 108)**

يؤكد وليامز أن الوحدة النفسية من المشاكل النفسية الخطيرة والواسعة الانتشار في الوقت الحاضر حيث أنها تنتج من خلالها وجود تناقض بين علاقات الفرد الواقعية والعلاقات التي يرغب في تحقيقها مما يشكل مشكلة اجتماعية أو خبرة شخصية مؤلمة تولد لدى الفرد اضطرابات نفسية كالقلق والاكتئاب والانسحاب من العالم الاجتماعي والافتقار للايجابية في المواقف الاجتماعية. **(بن دهنون وآخرون, 2014, ص70)**

ويؤكد بودوسكا على أنه من الأسباب التي تؤدي إلى الشعور بالوحدة التعرض للحرمان في مشواره الحياة وذلك في الأعوام الأولى منذ نشأته مثل حرمان الابن من الرعاية الوالدية وهذا الشعور ينتج عنه ألم لشعوره بكونه منفردا مما يكون له تأثيرا عكسيا على تقييم قدرة الفرد على الحب والعطاء. **(خوج,2002, ص4)**

والشعور بالوحدة النفسية حالة ينفرد فيها الإنسان عن غيره من الكائنات الحية بسبب امتلاكه نظاما اجتماعيا يتأثر ويؤثر فيه وأي خلل قد يحدث في الأواصر التي تربط الإنسان بغيره من أبناء جنسه أو أي تغيير يحدث في النظام الاجتماعي ينعكس على الفرد وينتج عنه اضطراب في الطابع الاجتماعي المكتسب لدى الأفراد مما يولد لديهم الشعور بالاغتراب أو الانعزال أو معاناة الوحدة النفسية وكما تترك آثارا على الفرد حيث من شأنها أن تؤثر على مجمل نشاطاته كما أنها تعد نواة لمشكلات أخرى.**(هويشل, 2013, ص4)**

أن الشعور بالوحدة النفسية هو عبارة عن نقص في مهارات الشخص وعلاقاته الاجتماعية وقد يؤدي ذلك إلى اضطراب وجدانية كالاكتئاب والقلق أو اغتراب أو أعراض نفسجسمية مما قد يترتب عليه نقص في الاندماج الاجتماعي.

وربما هناك زيادة شعور بالوحدة النفسية لدى المراهقين والشباب ويبدو أن تسارع التغيرات في القرية الكونية يدعم زيادة الشعور بالوحدة النفسية إذ مع سرعة التغيرات وسهولة تدفق المعلومات يزيد الوعي مما يدعم زيادة الشعور بالألم والتهديدات ومن ثم تعمل الوحدة النفسية كميكانيزم للحماية من التهديد. **(الدواش, 2021,ص 476)**

وربما يعاني بعض الطلبة في الجامعة من نقص في المهارات اللازمة لتحقيق الذات مما يؤدي بهم إلى الشعور بالوحدة النفسية وبعض الاضطرابات النفسية الأخرى مما يفقدهم توازنهم النفسي وتؤدي هذه المشاعر بدورها إلى المزيد من المشكلات الدراسية والاجتماعية.**(بن دهنون وآخرون,2014,ص 71)**

وعليه فإن تناول العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية وتقدير الذات لدى الشاب الجامعي يمثل أهمية لما لهذه المرحلة من طبيعة خاصة تجعلها مرحلة قرارات تتعلق بأسلوب الحياة الأكاديمية والاجتماعية وأن الفشل في تحقيق ذلك قد يؤدي إلى شعور الطالب الجامعي باليأس بل إن كثيرا من المشكلات النفسية والاجتماعية تشهدها هذه المرحلة وحتى يمثل الشاب الجامعي مصدر دعم لمجتمعه لابد من دراسة أهم المشكلات التي تعترض سبل نموه حتى يصبح مصدرا رئيسا لمساندة المجتمع على النهوض والتقدم.**(زموري و آخرون, 2014,ص 111,112)**. ومن هذا المنطلق جاءت هذه الدراسة لمعالجة تقدير الذات والوحدة النفسية من خلال محاولة الإجابة على التساؤل التالي:

هل توجد علاقة بين تقدير الذات والشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة الجامعيين؟

2: فرضيات الدراسة

2-1: الفرضية العامة :

توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين تقدير الذات والشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة الجامعيين.

2-2: الفرضيات الجزئية:

– توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الشعور بالوحدة النفسية في بعدها الاجتماعي وتقدير الذات

– توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الشعور بالوحدة النفسية في بعدها المتعلق بالرفض وتقدير الذات

– توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الشعور بالوحدة النفسية في بعدها المتعلق فقدان الألفة وتقدير الذات

3: أهداف الدراسة

– الكشف إذا ما كانت هناك العلاقة بين تقدير الذات والشعور بالوحدة النفسية عند الطلبة الجامعيين.

– كما تهدف إلى المقارنة بين هؤلاء الطلبة في تقدير الذات والوحدة النفسية .

4: أهمية الدراسة

إن أهمية أي دراسة تحدد في ضوء المشكلة المطروحة إذ تستمد أهميتها من أهمية المتغيرات المدروسة إذ جاءت هذه الدراسة لتوضيح العلاقة بين تقدير الذات والوحدة النفسية.

5: التعاريف الإجرائية لمتغيرات الدراسة

5-1: تقدير الذات: هو نظرة الفرد إلى نفسه وهذه النظرة إما تتسم بالاحترام أو الشعور بعدم القيمة وذلك تبعا لما يطوره الفرد في نفسه من أفكار تتغير بتغير مراحل العمرية للفرد وتتأثر كذلك بالنقد الايجابي أو السلبي من الأهل والمعلمين أو المحيطين به.

5-2: الشعور بالوحدة النفسية: خبرة شخصية مؤلمة يعيشها الفرد نتيجة شعوره بإفتقار التقبل والحب والاهتمام من جانب الآخرين فالوحدة النفسية قد تنشأ أساسا من عدد من الخصائص النفسية والاجتماعية التي تتمثل في القلق والخجل والعجز في المهارات

الاجتماعية والاكتئاب والوحدة النفسية لها آثار سلبية كثيرة تنعكس مباشرة على أداء الفرد في مختلف مجالاته.

6: الدراسات السابقة

6-1: دراسة منتهى محمد مخلف و صباح حسن فرحان(2013)

العنوان: الاغتراب النفسي وعلاقته بالشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الإعدادية في قضاء الفلوجة, حيث هدف البحث إلى الكشف عن العلاقة بين الاغتراب والشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من طلاب في المرحلة الإعدادية في محافظة الانبار- قضاء الفلوجة المركز, كما هدف إلى معرفة الفروق في درجتي الاغتراب والوحدة النفسية بين الطلاب في الفرع العلمي والأدبي وقد تكونت عينة الدراسة من (50) طالب من المرحلة الإعدادية الفرع العلمي والأدبي. وقد استخدما الباحثان مقياس الاغتراب النفسي لصلاح الدين الجماعي (2007) ومقياس الشعور بالوحدة النفسية لراسيل (1996) وقد توصلت هذه الدراسة إلى النتائج التالية:

- وجود علاقة ارتباط دالة إحصائيا بين الاغتراب النفسي والوحدة النفسية لدى طلاب المرحلة الإعدادية.

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاغتراب والوحدة النفسية بين طلاب في الفرع العلمي والأدبي.

6-2: دراسة بن دهنون سامية شيرين وماحي إبراهيم (2014)

العنوان: الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلاب الجامعة, هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية وتقدير الذات لدى طلبة كلية العلوم الاجتماعية وقد بلغت عينة الدراسة (156) طالبا وطالبة يدرسون بالسنة الأولى والسنة الثالثة ل.م.د بجامعة وهران. وقد استخدم الباحثان مقياسين: أحدهما لقياس الوحدة النفسية لـ: راسل "Russel" والآخر لقياس تقدير الذات لـ: روزنباغ "Rosenberg" حيث أخضعتا

لدراسة سيكومترية تحققت فيها شروط الصدق والثبات وبعد تحليل معطيات البحث أسفرت النتائج على مايلـي:

– يوجد ارتباط سالب بين الشعور بالوحدة النفسية وتقدير الذات عند مستوى الدلالة (0.01).

– لا توجد فروق بين الذكور والإناث في متغير الشعور بالوحدة النفسية.

– توجد فروق في متغير تقدير الذات والتي قيمتها (2.65) عند مستوى الدلالة (0.01) بين الجنسين ولصالح الذكور.

– لا توجد فروق بين طلبة السنة الأولى والثالثة في متغير الشعور بالوحدة النفسية.

– توجد فروق في متغير تقدير الذات عند مستوى الدلالة (0.01) بين السنة الأولى و السنة الثالثة ولصالح السنة الثالث

6-3: دراسة كريكة صفية و مسهل فطيمة و بوالقلية آمنة (2019/2018).

بعنوان: تقدير الذات وعلاقته بالانسحاب الاجتماعي لدى تلاميذ المراهقين المتمدرسين في الطور الثانوي. هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين تقدير الذات والانسحاب الاجتماعي لدى التلاميذ المراهقين المتمدرسين في الطور الثانوي, من خلال البحث عن طبيعة العلاقة بين كل من تقدير الذات والخجل وكذا العلاقة بين تقدير الذات والانطواء وأخيرا العلاقة بين تقدير الذات والعزلة الاجتماعية لدي التلاميذ المراهقين المتمدرسين في الطور الثانوي واستخدام المنهج الوصفي الإرتباطي وتم الاعتماد على الأدوات التالية: مقياس تقدير الذات من إعداد الباحث مجدوب أحمد محمد أحمد قمر ومقياس الانسحاب الاجتماعي من تصميم الطالبات وتطبيقه على عينة عرضية قدرت ب120 تلميذ وتلميذة, وقد خلصت إلى النتائج التالية:

– عدم وجود علاقة ارتباطية بين تقدير الذات والانسحاب الاجتماعي لدى التلاميذ المراهقين المتمدرسين في الطور الثانوي.

– عدم وجود علاقة ارتباطية بين تقدير الذات والخجل لدى التلاميذ لمراهقين المتمدرسين في الطور الثانوي.

– عدم وجود علاقة ارتباطية بين تقدير الذات والانطواء لدى التلاميذ المراهقين المتمدرسين في الطور الثانوي.

– عدم وجود علاقة ارتباطية بين تقدير الذات والعزلة الاجتماعية لدى التلاميذ المراهقين المتمدرسين في الطور الثانوي.

6-4: دراسة سنوسي زموري و محمد منادلي (بدون سنة)

العنوان: الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلاب الجامعة, هدفت الدراسة إلى معرفة طبيعة العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية وتقدير الذات على عينة مكونة من (216) طالب وهذا باستخدام مقياس الشعور بالوحدة النفسية "Russell " (1980) ترجمة "عبد الرقيب البحيري" (1985) وآخر لقياس تقدير الذات ل "Rosenberg" وبعد التطبيق تم التوصل إلى أنه توجد علاقة سلبية بين الشعور بالوحدة النفسية وتقدير الذات وهذا يعني أنه كلما انخفض الشعور بالوحدة النفسية زاد تقدير الذات كما تبين بأنه توجد فروق في الشعور بالوحدة النفسية لصالح الإناث ولصالح الذكور في تقدير الذات .

7: تعقيب عن الدراسات السابقة

من خلال استعراض الدراسات السابقة فمنهم من تناولت متغير تقدير الذات مثل دراسة (كريكة صفية ومسهل فطيمة و بوالقلية آمنة 2019) وكذا دراسة التي تناولت متغير الوحدة النفسية مثل دراسة (منتهى محمد مخلف وصباح حسن فرحات 2013) إلا أن الأهم إن هناك دراستان تناولت الوحدة النفسية وتقدير الذات كمتغيرين وهي ما ساعدتنا كثيرا وهي دراسة (بن دهنون سامية شيرين وماحي إبراهيم 2014) بعنوان الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلاب الجامعة, وكذا دراسة سنوسي زموري ومحمد منادلي بعنوان الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلاب الجامعة تشابها كلا الدراستان مع الدراسة الحالية في أدوات القياس ونفس البيئة وهي البيئة الجزائرية واختلافا إن

دراسة بن دهنون بلغت العينة (156) طالبا وطالبة وان دراسة سنوسي بلغت العينة (216) طالب واختلافا في الفرضيات كل دراسة ونتائجها.

الفصل الثاني

تقدير الذات

تمهيد

- **1 تعريف مفهوم الذات**
- **2 تعريف تقدير الذات**
- **3 الفرق بين مفهوم الذات وتقدير الذات**
- **4 مفاهيم قريبة من تقدير الذات**
- **5 مستويات تقدير الذات**
- **6 العوامل المؤثرة في تقدير الذات**
- **7 الفرق بين الجنسين على مستوى تقدير الذات**
- **8 طرق قياس تقدير الذات**
- **9 نظريات تقدير الذات**

خلاصة الفصل

تمهيد:

تحتل الذات وتقديرها مكانة مرموقة في شـخصـية الإنسـان والمحور الأسـاسـي لها ومن الموضـوعات المهمة التي مازالت تتصـدر المراكز الأولى في البحوث النفسـية والشـخصـية, فتقدير الفرد لنفسـه بصـفة ايجابية يسـاعده على تحقيق الأهداف والنجاح في الحياة, وإن دور تقدير الذات حاسم في الحياة النفسية لما له من دلالة في نمو الشخصية.

لكي نتوصـل إلى مفهوم جيد لتقدير الذات يجب أولا إلقاء الضـوء بصـورة مختصـرة عن الذات ثم سـنحاول التعمق في كل ما يتعلق بتقدير الذات من مفهومه ومسـتوياته والعوامل المؤثرة فيه وطرق قياسه ونظرياته.

1: تعريف مفهوم الذات

ظهرت فكرة الذات بشـــكل جديد في مجال علم النفس على يد الباحث (وليام جيمس William James) (1980) حيث قال عن الذات أو كما ســـماها (الأنا العملية) (Empirical me): (أنه مجموعة ما يمتلكه الإنســـان أو ما يســـتطيع أن يقول أنه له: جسـمه, سـماته, قدراته, ممتلكاته المادية, أسـرته, أصـدقاؤه, أعداؤه ومهنته). (العطا,2014,ص 10,11)

ويرى كارل روجرز أن تعريف الذات يتحدد في أنه تكوين معرفي منظم ومتعلم للمدركات الشعورية والتصورات والتقييمات الخاصة بالذات يبلوره الفرد ويعتبره تعريفا نفسيا لذاته ويتكون مفهوم الذات من أفكار الفرد الذاتية المنسـقة المحددة الأبعاد عن العناصـر المختلفة لكينونته الداخلية.

حيث يرى سـتراسـتونوهايس أن مفهوم الذات هو مجموع الطرق التي يرى الفرد نفســه من خلالها وعادة ما ينظر إلى مفهوم الذات على أنه ذو بعدين أســاســين هما البعد الوصــفي ويعرف باسم صورة الذات والبعد التقييمي ويعرف بتقدير الذات وإن كان يستخدم المصطلح غالبا إلى الأنا التقييمي من إدراك الفرد لذاته. (باكيني وآخرون, 2017,ص 36)

يرى(Carl Roger) أن مفهوم الذات هو حصــيلة الخبرات الاجتماعية والذاتية التي يمر بها الفرد فهو هوية الإنسان والإطار العام الذي ينظم سلوكه اتجاه نفسه واتجاه الآخرين وهو ما يجعله مركز الشخصية ومحورها لا نستطيع فهم سلوك الشخص الظاهري سواء حكمنا على هذا السلوك بأنه سوي أو منحرف إلا في ضوء الصورة الكلية التي يكونها عن ذاته.(شافو وآخرون, 2017,ص 25)

إن مفهوم الذات هو مجموع العقائد و الأفكار بخصــوص النفس بصــورة عامة وأيضــا يتكون من مخططات الفرد الذاتية وان هي حصــيلة خيرات الاجتماعية وكما يركز على كيفية تأثير مفهوم الذات على سلوكيات الأشخاص.

2: تعريف تقدير الذات

يدل مفهوم تقدير الذات أو كما يطلق عليه في الإنجليزية (Selfesteem) حسب قاموس كامردج على أن الأيمان الذاتي والأيمان بالقدرات الشخصية الخاصة ويشير أيضا إلى الاحترام الإيجابي والعقلي للذات وتقريرها.

تعريف تقدير الذات من الناحية النفسية: إلى تلك سمة أو الصفة الشخصية التي يمتلكها الشخص والتي بدورها ترتبط باحترامه لنفسه ومهاراته حيث يندرج عن هذا المفهوم العديد من المعتقدات الخاصة بالنفس بما فيها المشاعر والسلوك وكذلك الاقتناع بالمظهر الخارجي وأن ذلك يحقق حالة من الاستقرار الدائم لدي صاحبة ومن علامات الثقة بالنفس وتقدير الذات القدرة على الرفض وتحديد نقاط القوة ومواطن الضعف والتأقلم معها والتعايش مع التجارب السيئة وأخيرا القدرة على التعبير عن الذات والاحتياجات الشخصية.(**إبراهيم محمد,2019,ص 19)**

تعددت تعاريف تقدير الذات بتعدد الباحثين والعلماء وبذلك اختلفت وجهات نظرهم حوله فنجد:

كوبر سميث (1967):" يعرف تقدير الذات على أنه ما يجربه الفرد من التقييم الذي يتبناه لنفسه وذاته من حيث القدرة والأهمية وقد يتسم اتجاه الفرد نفسه إما بالإحسان أو الرفض.

تقدير الذات هو الخبرة التي نمتلكها من أجل العيش ومتطلبات الحياة, وبأكثر تفصيل تقدير الذات هو الثقة في قدراتنا: التفكير, الكفاح ضد تحديات الحياة, الثقة في حقنا أن نكون سعداء, شعور بأننا ذو قيمة, عظماء, وأن نتمتع بثمرة جهودنا.(**شتيتح, 2016, ص21)**

يعد مفهوم تقدير الذات الإطار المرجعي الذي يعطي القوة والمرونة للسلوك الإنساني. ولذلك فإن أهمية مفهوم تقدير الذات بالنسبة لدارس علم النفس التربوي من المسلمات التي لا تقبل الجدل.

إن تقدير الذات يشير بدرجة أساسية إلى حسن تقدير المرء لذاته وشعوره بجدارته وكفايته.

إن العلماء قد استخدموا مصطلح "تقدير الذات" على أنه مجموعة من الأحكام الشخصية التي يراها الفرد عن نفسه كمحصلة خصائصه الانفعالية و العقلية و الجسمية فهو أقرب إلى مصطلح "تقويم الذات" من خلال المكونات السلوكية والانفعالية الشخصية لذا نجد أن

بونر(1981) قد أكد على أن تقدير الذات هو الأســـلوب الذي يدرك به الأفراد أنفســـهم في علاقاتهم مع الآخرين.(**عيسى,2015, ص27)**

إن تقدير الذات هي من أهم الســمات الشــخصــية الانفعالية البناءة التي يتحلى بها الفرد والتي تعتبر حجر الأســاس في الكينونة الذاتية الســليمة له وهو التقييم الايجابي والبناء الذي يقوم به الفرد بنفسه لذاته.

3: الفرق بين مفهوم الذات وتقدير الذات

إن علاقة مفهوم الذات بتقدير الذات هي علاقة تكاملية فهما وجهان لعملة واحدة فمفهوم الذات عبارة عن معلومات من صـــفات الذات بينما تقدير الذات هي تقييم لهذه الصـــفات. فمفهوم الذات يتضـــمن فهما موضـــوعيا أو معرفيا للذات بينما تقدير الذات يتضـــمن فهما انفعاليا للذات يعكس مستوى الثقة بالنفس.

ولقد قدم كوبر ســـميث الاختلاف بين مفهوم الذات وتقدير الذات بين فيه أن مفهوم الذات يشـمل مفهوم الشـخص وآراءه عن نفســه بينما تقدير الذات يشـمل التقييم الذي يضـعه الفرد لنفسه بما يتماشى مع ذاته ومع العادات المألوفة لديه.

وفي الأبحاث التي قام بها فوكس (1990) ميز بين الاصــطلاح الوصــفي "مفهوم الذات" والاصــطلاح الوجداني العاطفي "تقدير الذات" ففي تعليقه يقول: إن مفهوم الذات يشــير إلى وصف الذات بواسطة الجمل الإخبارية مثل : "أنا طالب" "أنا إنسان" "أنا رجل" وذلك لتكوين وصياغة صورة شخصية متعددة الجوانب.

أما تقدير الذات فيهتم بالعنصـــر التقييمي لمفهوم الذات حيث أن الأفراد يقومون بصـــياغة وإصـــدار الأحكام الخاصـــة بقيمهم الشـــخصـــية كما يرونها من حيث الحســـن والقبح الإيجاب والسلب بالسمو أو الانحطاط مقارنة بالآخرين ويرجع مصدر هذا الحكم إلى الفكرة التي كونها الفرد عن نفسه. ببساطة فإن مفهوم الذات يسمح للفرد بأن يصف نفسه في إطار تجربة مثيرة أما تقدير الذات فيهتم بالقيمة الوجدانية التي يربطها الفرد بأدائه من خلال هذه التجربة.(سني , **2015,ص 41,42)**

4: مفاهيم قريبة من تقدير الذات

من خلال هذا البحث تركزت الدراســة على مفهوم واحد هو تقدير الذات " Estime de soi" وذلك لصـلته الوثيقة بمشـكلة البحث ونظرا لكون الذات مفهوم واسـع تطرقنا إلى شـرح بعض المفاهيم القريبة منه لكي لا يقع خلط بين المصطلحات:

4-1 صــورة الذات: تبين صــورة الذات المنتظمة للشــخص حول ذاته فهي لا تتناول الجانب التقويمي للذات بقدر ما تقدم وصفا أوليا منظمات من مثل:

-تتمثل في الحب والكراهية الذات .
-الخصائص النفسية.
-الدور الوظيفي والاجتماعي.
-المرحلة العمرية.

4-2 تحقيق الذات: يرى "أدلر" أن تحقيق الذات يعني السعي وراء التفوق والأفضلية والكمال التام ويعتقد ميخائيل إبراهيم من جهته أن اختيار وتخطيط المراهق لمســتقبله له أهميته الخاصة في وعي المراهق لنفسه وتحقيق ذاته كشخصية مستقلة وفعالة.

4-3 الوعي أو الشـعور بالذات: إن الوعي بالذات حسـب "سـبيتز" هي الابتسـامة التي تظهر في حوالي الشــهر الثالث كرد فعل للقبول وقلق الشــهر الثامن الذي يدل على التعرف على الموضوع واستعمال عبارة "لا" أي الرفض في حوالي الشهر الخامس عشر الذي يترجم الإقامة الحقيقية للذات.

4-4 الثقة في النفس:مفهوم الثقة شائع الاستخدام ويعتقد أحيانا بأن مفهوم الثقة بالنفس بأنه جزء من تقدير الذات فتظهر الثقة بالنفس في إحســاس الشــخص بكفاءته الجســمية والنفسية والاجتماعية وبقدرته على عمل ما يريد وإدراكه لتقبل الآخرين وثقتهم فيه.

4-5 دينامية الذات: يمثل هذا المفهوم أهمية كبرى في نظرية ســوليفان عن العلاقات الشــخصــية البيئية مع الآخرين وهي عبارة عن بناء مركب من خبرة الطفل الخاصــة بنواحي الاسـتحسـان أو عدم الاسـتحسـان والثواب والعقاب من الآخرين ويشـبه سـوليفان دينامية الذات بوظيفة الميكروسكوب الذي يرى من خلاله مشاعر الآخرين.

(بن شعبان وآخرون, 2019, ص21,22)

5: مستويات تقدير الذات

5-1 المستوى المرتفع (العالي, الايجابي): وتشير نتائج دراسة تيس لروشفارتز إلى أن الأفراد ذوي تقدير الذات العالي ينظرون إلى كونهم قادرين على مواجهة الصعوبات في الحياة بأنفسهم دون الحاجة إلى الاعتماد على مساعدة الآخرين وأن دافعيتهم إلى التحصيل أقوى مقارنة بذوي تقدير الذات المنخفض.

ورأى أتكنسن (1983) أن الفرد الذي يمتلك مفهوما قويا وايجابيا للذات يرى العالم بشكل مختلف تماما عن الشخص الذي يمتلك مفهوما ضعيفا للذات وتوصلت دراسة "جبريل" (1983) إلى وجود علاقة تبادلية وذات دلالة بين تقدير الطالب لذاته وبالعكس وأوضحت دراسة أخرى " جبريل" (1993) أن تقدير الذات لدى الإناث أعلى من مستوى الذكور فيما يتعلق بالجانبين الاجتماعي والأخلاقي وأقل فيما يتعلق بالجانبين العقلي والانفعالي والثقة بالنفس.

توجه الحقائق الموضوعية ذوي المستوى العالي من تقدير الذات حيث تكون علاقتهم بالواقع جيدة ويحاولون دائما الصدق مع ذواتهم الحقيقية.

صفات الأشخاص ذوي التقدير المرتفع للذات: أثبتت نتائج الكثير من الدراسات مثل "أبرامز هيج" (1988), "جوزيف و آخرون" (1992), "جيهان رشتي" (1993), "جيمس" (1999), "ماك كاي" (2000), أن الأشخاص الذين يتصفون بتقدير مرتفع للذات هم:

- يتمثل في أكثر ثقة في أحكامهم و آرائهم.
- لديهم القدرة على الاندماج والانتماء بسرعة في المجموعة .
- الشعور بالأهمية والقدرة على مواجهة التحدي والضغوط المختلفة.
- أكثر قدرة على السيطرة على أنفسهم وأقل تأثرا بآراء الآخرين.
- هم أكثر واقعية وتفاؤلا مقارنة الذين تقديرهم متدني.

5-2 المستوى المتدني: وقد تبين من خلال عدد من الدراسات كدراسة ترامبلي أن الانخفاض في تقدير الذات يؤدي إلى القلق ويكون ذوي تقدير الذات المنخفض سريعي

التأثر وشديدي الحساسية تجاه النقد واللوم ويميل انجازهم للمهمات إلى أن يكون ضعيفا ويظهرون اضطرابا عاليا عندما يكتشفون أي شيء غير مقبول عن أنفسهم.

ولاحظ يورن إلى أن السلوكيات الاجتماعية الناتجة عن تقدير الذات هي ذات تأثير كبير في تطور الشخصية والفاعلية الاجتماعية للشخص هذا فضلا عن أن مستوى تقدير الذات مرتبط بسلوك الشخص في المواقف الاجتماعية وأوضح بوتلر (1984) أن هناك علاقة بين تقدير الذات والكآبة وأن ذوي تقدير الذات المنخفض كانوا مكتئبين أكثر من ذوي تقدير الذات العالي.

صـفات الأشـخاص ذوي التقدير المنخفض للذات: يشـير "بيرنز" إلى أن الذين يعانون من انخفاض تقدير الذات وافتقار الإحساس بالقيمة الذاتية غالبا ما يظهرون خصـائص سـلوكية تساعد في التعرف إليهم:

– أولا: يكونون حساسين للنقد حيث يعتبر النقد تأكيدا آخر لإحساسهم بالنقص.

– ثانيا: يسـتخدمون اتجاها متطرفا في النقد لحماية صـورة الذات المتداعية و إعادة توجيه الانتباه نحو نقائص الآخرين بدلا من تلك الخاصة بالذات.

– ثالثا: توجد عقدة الشعور بالاضطهاد حيث ينسب الفشل إلى مقاصد خفية لدى الآخرين وبالتالي يتم إسقاط اللوم على الآخرين.

– رابعا: توجد استجابة مبالغ فيها نحو الإطراء وأي ثناء أفضل من عدمه ويزداد الإحساس بالأمن بالتمسك بهذه القيمة الزهيدة.

– خامسـا: الميل للعزلة, والجبن, وافتقار الرغبة في المنافسـة وهذا الانسـحاب والرفض للمشـاركة هو محاولة لتجنب الفشـل المتوقع من أن يظهر علانية مما يؤدي إلى تأكيد معتقدات الفرد عن نفسه. **(حمزاوي ,2017,ص 104,105)**

6: العوامل المؤثرة في تقدير الذات

أورد "أحمد عكاشة" مجموعة من العوامل التي تؤثر في الذات والتي تؤدي إلى تقدير ذات مرتفع أو منخفض لدى الأفراد, وهي:

1-6 الرعاية الأســرية: حيث يحتاج الطفل في مراحل نموه المختلفة إلى جو أســرى هادئ ومستقر وأيضا للتقبل في جو أسرته والمجتمع فقد يؤدي شعوره بالرفض لتكوين مفهوم خاطئ عن ذاته وتقديره له.

2-6 العمر والجنس: يعتقد جون سوليفان أن البيئة التي تشعر المراهق بفقدان السند والحرمان والإحباط فهذه البيئة تولد القلق لدى المراهقين وتؤدي بشـــكل خطير لتهديد مفهومه وثقته بذاته واحترامه لها.

3-6 المدرســـة: ولها دور كبير في تقدير الطفل لذاته حيث يكون تأثيرها في تكوين تصــور الطفل عن ذاته واتجاهاته نحو قبولها أو رفضــها كما أن لنمط النظام المدرســي والعلاقة بين المعلم والتلميذ يؤثر تأثيرا مهما على مستوى مفهوم التلميذ عن نفسه.

4-6 عوامل ناشئة عن المواقف الجارية: ويتمثل ذلك في العيوب الجسمية وضآلة النجاح والفشــل والشــعور بالاختلاف عن الغير والترفع أو الرفض من قبل الآخرين وصــرامة المثل والشعور بالذنب. **(أحمد قمر,2015, ص37,38)**

إن من أسباب تقدير الذات التي تطرقنا لها هي الأسباب المهمة في تكوين تقدير الذات للفرد وينشأ تقدير ذات سليم ونرى أن السبب الرئيسي هو الرعاية الأسرية لان هي العالم الأول للفرد.

7: طرق قياس تقدير الذات

إن أكثر الأساليب الشائعة في قياس تقدير الذات هي الاستبيان قوائم الشطب التي تعتمد على تقدير الفرد لذاته،وحتى نحصل على نتائج أدق أو التأكد من النتائج التي حصل عليها الفرد يمكن إجراء مراقبة مباشرة للفرد أو اعتماد تقديرات المعلمين والأهل،ويوجد العديد من المقاييس المستخدمة لقياس تقدير الذات و يطلق على بعضها قياس مفهوم الذات ومن هذه المقاييس:

– مقياس تقدير الذات(Cooper smith) وهو مقيد للمسح داخل الغرفة الصفية لقياس تقدير الذات وتقويم برامج تطوير تقدير الذات ويمتاز بأهمية واسعة في مجال البحث العلمي وأجريت عليه دراسات عدة وتوافرت معلومات كافية عن صدقه وثباته ويستخدم للقياس القاعدي لمشاركة الطلبة في برنامج تحسين تقديرا لذات وبعد انتهاء البرنامج.

– المقاييس الثقافية الحرة لتقدير الذات للأطفال وبالبالغين ل: "باتل" وعددهما اثنان الأول للصغار من الصف الثالث إلى التاسع الثالث إلى التاسع،والآخر للبالغين ويقيس إن مدى إدراك الفرد لذاته.

–مقياس(Piers–Harris)لمفهوم الذات لدى الأطفال وهو ملائم لغايات التشخيص العيادي لتقدير الذات.

– مقياس تقدير الذات ل: (Rosenberg) يختص بتقدير الفرد لذاته،يمتاز بأنه مختصر و يقيس الذات الكلي ويستعمل للكبار.

مقياس تقدير الذات للسلوك الأكاديمي ل: (Cooper smith &Gilbe) وهو موجه للمعلم لبيانرأيه في الطفل،ويقيس تقدير الذات الأكاديمي للأطفال في الروضة إلى الصف الثامن عن طريف تقدير الذات.(شافو وآخرون,2016 , ص35,36)

8: نظريات تقدير الذات

توجد نظريات تناولت تقدير الذات من حيث: نشأته ونموه وأثره على سلوك الفرد بشكل عام وتختلف تلك النظريات باختلاف أصحابها ومنهجياتهم في إثبات المتغير الذي يقوم على دراسته ومن هذه النظريات:

8–1 نظرية روزنبرج(Rosenberg 1965):

تدور أعمال روزنبرج حول محاولاته دراسة نمو وارتقاء سلوك تقييم الفرد لذاته وذلك من خلال المعايير السائدة في الوسط الاجتماعي المحيط به, وقد اهتم روزنبرج بتقييم المراهقين لذواتهم ووضع دائرة اهتمامه بحيث شملت ديناميات تطور صورة الذات الايجابية في مرحلة المراهقة واهتم بالدور الذي تقوم به الأسرة في تقدير الفرد لذاته وعمل على توضيح العلاقة بين تقدير الذات الذي يتكون في إطار الأسرة وأساليب

السلوك الاجتماعي للفرد مستقبلا ولزيادة تقدير الذات أشار روزنبرج إلى أنه لابد من الانتباه إلى الظروف الخارجية التي تمنع الفرد من تكوين تقدير ذات إيجابي وإزالتها ولكن تعد تكلفة تغيير البيئة الاجتماعية والاتجاهات فيها عالية جدا.

أن المنهج الذي اســـتخدمه روزنبرج هو الاعتماد على مفهوم الاتجاه باعتباره أداة محورية تربط بين الســـابق واللاحق من الأحداث والســـلوك واعتبر روزنبرج أن تقدير الذات مفهوم يعكس اتجاه الفرد نحو نفسه وطرح فكرة أن الفرد يكون اتجاها نحو كل الموضـوعات التي يتعامل معها ويخبرها وما الذات إلا أحد هذه الموضـوعات ويكون الفرد نحوها اتجاها لا يختلف كثيرا عن الاتجاهات التي يكونها نحو الموضـــوعات الأخرى, معنى ذلك أن روزنبرج يؤكد على أن تقدير الذات هو اتجاهات الفرد الشاملة سالبة كانت أم موجبة نحو لنفسه.(**بن سالم الحجري,2011,ص 15)**

8-2 نظرية كوبر سميث (1981):

لقد استخلص كوبر سميث نظريته لتفسير تقدير الذات من خلال دراسته لتقدير الذات عند الأطفال المدرســـة الثانوية حيث ذهب إلى أن تقدير الذات هو مفهوم متعدد الجوانب.

كما يرى كوبر سـميث أن تقدير الذات ظاهرة أكثر تعقيدا لأنها تتضـمن كلا من تقييم الذات ورد الفعل والاستجابات الدفاعية وإذا كان تقدير الذات يتضمن اتجاهات تقييميه نحو الذات فإن هذه الاتجاهات تتســم بقدر كبير من العاطفة فتقدير الذات عند كوبر ســميث هو حكم الذي يصــدره الفرد على نفســه متضــمن الاتجاهات التي يرى أنها تصفه على نحو دقيق.

كما أيضا يقسم كوبر سميث تعبير الفرد عن تقدير الذات إلى قسمين:

التعبير الذاتي: وهو إدراك الفرد لذاته ووصف لها.

التعبير السـلوكي: ويشـير إلى الأسـاليب السـلوكية التي تفضـح عن تقدير الفرد لذاته والتي متاحة للملاحظة الخارجية.

ويميز كوبر سميث نوعين من تقدير الذات:

تقدير الذات الحقيقي: يوجد عند الأفراد الذين يشعرون بالفعل بأنهم ذو قيمة.

تقدير الذات الدفاعي: ويوجد عند الأفراد الذين يشـــعرون أنهم غير ذوي ولكنهم لا يستطيعون الاعتراف.

بمثل هذا الشعور والتعامل على أساسه مع أنفسهم ومع الآخرين.

وقد افترض في ســـبيل ذلك أربع مجموعات من المتغيرات كمحددات لتقدير الذات وهي النجاحات القيم الطموحات الدفاعات.

وإن نظرية كوبر ســميث تتمحور حول اتجاه الفرد حول ذاته حيث يتســم هذا الاتجاه بقدر كبير من العاطفة حيث يعبر الفرد عن تقديره لذاته من خلال إعطاء وصـف لها وكذلك السلوكيات التي تظهر من خلال تفاعله مع المحيط الذي يعيش فيه.

(بوزنان وآخرون, 2018,ص 49,50)

3-8 نظرية "زيلر" (1973):

نالت أعمال "زيلر" شـهرة أقل من سـابقتيها وحظيت بدرجة أقل من الشـيوع والانتشـار وهي في نفس الوقت أكثر تحديدا وأشـد خصـوصـية بحيث يرى زيلر أن تقدير الذات ما هو إلى البناء الاجتماعي لذات ويصـــفه كذلك بأنه تقدير الذي يقوم به الفرد لذاته ويلعب دور المتغير الوســـيط أو أنه يشـــغل المنطقة المتوســـطة بين الذات والعالم الواقعي.**(ننوش , 2016,ص 37)**

يوجد العديد من نظريات التي تحدثت عن تقدير الذات وذكرنا أهمها و أن كل نظرية تحدثت عن تقدير الذات بنظرة مختلفة, كما نظرية روزنبارخ نقول إن تقدير الذات هي تقييم الفرد لذاته من خلال المعايير الســائدة في الوســط الاجتماعي. وأن نظرية كوبر ســميث يقول أنه ظاهرة أكثر تعقيدا لأنها تتضــمن كلا من تقييم الذات ورد الفعل والاســتجابات الدافعية. وأن نظرية زيلر انه هو البناء الاجتماعي لذات ويصفه كذلك بأنه تقدير الذي يقوم به الفرد لذاته.

خلاصة الفصل

كنتيجة لهذا الفصـــل فإن تقدير الذات يعبر عن حكم الفرد عن ذاته من خلال تفاعله في مختلف المجالات الشـــخصـــية والاجتماعية والتي حددتها مختلف التناولت النظرية, وعليه فكلما كان تقدير الفرد لذاته في صـــورته الايجابية فســـيكون له ثقة جيدة والعكس كلما كان تقديره سلبيا في ذاته يكون هناك نقص في الثقة.

الفصل الثالث

الوحدة النفسية

تمهيد

- ❖ 1 تعريف الوحدة النفسية
- ❖ 2 المفاهيم المرتبطة بالوحدة النفسية
- ❖ 3 أشكال الوحدة النفسية
- ❖ 4 مظاهر وسمات الأشخاص ذوي الوحدة النفسية
- ❖ 5 أبعاد ومكونات الوحدة النفسية
- ❖ 6 النظريات المفسرة للوحدة النفسية
- ❖ 7 أسباب الوحدة النفسية
- ❖ 8 الطرق الفعالة للتقليل من الشعور بالوحدة النفسية

خلاصة الفصل

تمهيد

تعتبر الوحدة النفسـية إحدى الظواهر الخاصــة بالحياة النفسـية قد يتعرض لها البشـر في فترة ما من حياتهم فهي لا تقتصـــر على فئة عمرية معينة قد توجد عند المراهقين والأطفال فخبرة الوحدة النفســـية تعد في حد ذاتها خبرة أليمة حيث يتألم الفرد ويعاني بمجموعة من المشكلات النفسية والاجتماعية التي قد تؤثر على علاقاته مع المحيطين به.

لكي نتوصل إلى مفهوم جيد للوحدة النفسية سنحاول التعمق في كل ما يتعلق من تعريفها وأشكالها وأيضا مظاهرها ونظريات المفسرة لها والأسباب التي تؤدي إلى الوحدة النفسية وفي الأخير الطرق لتقليل منها.

1: تعريف الوحدة النفسية

1- 1 لغويا:

1- 1-1: في معجم اللغة العربية:

تعددت المناحي المستخدمة في تعريف معنى الوحدة النفسية فمن وجهة نظر معاجم اللغة العربية يقصد بالوحدة على المستوى الفردي. الإنفراد ويتردد هذا المعنى بصور مختلفة في كثير من هذه المعاجم فيرى كل من أبي منصور الأزهري ومحمد أبي بكر الرازي أن الوحدة تعني الإنفراد والرجل الوحيد يقصد به: الرجل المنفرد بنفسه, أو المنفرد برأيه كما ذكر البستاني, وتوحد الرجل أي انفراد برأيه.

وهكذا تتحدث هذه المعاجم عن الوحدة بمعنى الإنفراد كعملية إرادية حيث يحدث في بعض الأحيان أن يعمد الفرد إلى اعتزال الناس بمخض إرادته والاختلاء بنفسه مع فكرة أو موضوع ما ولا يعتري الفرد عندئذ أي إحساس أو شعور بالضيق أو التوتر بسبب كونه وحيدا بيد أن هذا المعنى يختلف عما يتضمن مصطلح الإحساس بالوحدة النفسية لأن الوحدة النفسية ترتبط بالوحشة وهذا ما أكدته معاجم اللغة العربية وقد ربط بعض علماء اللغة بين مفهوم (الوحدة) ومفهوم (الوحشة) لم يقف عند حد الربط بين مفهوم الوحدة والإنفراد بالنفس ولكن أيضا يربط بين الإحساس بالوحدة والإحساس بالوحشة أي " الانقطاع عن الناس وبعد القلوب عن المودات". **(حدواس , 2013,ص26)**

1-1-2: في المعجم الأجنبي:

المعاجم الأجنبية كانت أكثر تحديدا لمفهوم الوحدة النفسية من المعاجم العربية حيث اتفق كل من "نيلسون" وزملائه و "لاروس" على أن مصطلح "وحدة نفسية Loneliness" يشتق من الصفة Lone وهي صفة يقصد بها منفرد, وحيد, من غير رفيق, وهي مفاهيم تشير في جملتها إلى كون الفرد منفصل أو منعزل عن أبناء جنسه وهي حالة يصاحبها معاناة الفرد لكثير من ضروب الوحشة Lonesome والاغتراب Alienation والاغتمام Dejection والاكتئاب Dépression, إلا أن "لاروس" ربط في معجمه بين مفهوم الوحدة النفسية وبين

إحســاس الفرد بالتعاســة Miserable من جراء اضــطرار الفرد إلى اعتزال الناس بســبب شعوره بافتقاد الرفيق أو الصديق"**(بعلي,2007,ص 48)**

1-2-اصطلاحا:

يعد الشعور بالوحدة النفسية من المشكلات الواسعة انتشارا التي تنتج عن وجود تناقض بين علاقات الفرد الواقعية والعلاقات التي يرغب في تحقيقها مما قد يشــكل مشــكلة اجتماعية أو خبرة شــخصــية مؤلمة تولد لدي الفرد اضــطرابات نفســية كالقلق والاكتئاب والانســحاب من العالم الاجتماعي والافتقار للايجابية في المواقف الاجتماعية وعدم الســعادة والتشــاؤم وغير ذلك من أشــكال معاناة كما أن الشــعور بالوحدة النفســية يعني الإحســاس الفرد بوجود فجوة نفسية بينه وبين الأشخاص أو الموضوعات في مجاله النفسي إلى درجة يشعر معها بافتقاد التقبل والحب والود من جانب الآخرين مما يحرمه من القدرة على الانخراط والاندماج في العلاقات مثمرة مع الأشخاص المتواجدين ضمن الوسط الذي يعيش فيه.

(عبد الرزاق, 2020,ص 216,217)

تعددت تعريف مفهوم شــعور الوحدة النفســية وفقا لاتجاه وجهات نظر كل عالم من العلماء وفيما يلي عرض بعض لهذه التعاريف:

يعرف موستاكس(1996): الوحدة بأنها بقاء الفرد بدون صحبة ولكنه يضيف أن الشعور بالوحدة النفسية يعتبر شعورا أعمق من مجرد البقاء دون صحبة فهو شعور بالفراغ العاطفي.

كما يعرف (لينش 1977): الشعور بالوحدة النفسية بأنها حالة يشعر فيها الفرد بالوحدة أي الانفصال عن الآخرين وهي حالة يصاحبها معاناة الفرد لكثير من ضروب الوحشة والاغتراب والاكتئاب وذلك جراء إحساسه بالوحدة. **(جعفر , 2020, ص11)**

نســتنتج أن الوحدة النفســية هي حالة يمر بها الفرد نتيجة لخبرات ســلبية مؤلمة حيث يفتقر فيها الفرد للألفة بينه وبين الآخرين والمودة والتفاعل اجتماعي.

2: المفاهيم المرتبطة بالوحدة النفسية

2-1 الاكتئاب: يعرف الاكتئاب بأنه حالة وجدانية تتضـــمن تغيرا في المزاج كالشـــعور بالحزن, الوحدة النفســـية, انخفاض تقدير الذات والثقة في النفس, بالإضـــافة إلى بعض لتغيرات الجسمية تبدو في صعوبة النوم, فقدان الشهية وانخفاض الطاقة.

انطلاقا من هذا التعريف للاكتئاب والتعريفات التي ســـبقت للوحدة النفســـية نجد تشابها بينهما هذا ما دفع الكثير إلى الخلط بينهما على أساس أن الحالة الانفعالية البيئية هي العامل المشـترك في كليهما إضـافة إلى وجود عامل مشـترك يتمثل في نقص شبكة العلاقات الاجتماعية لدى الفئتين في حين يجب مراعاة الفروق الدقيقة التي تميز بين حالة الشـعور بالوحدة النفسـية هو الوحشـة بينما في الاكتئاب تكون الحالة الانفعالية هي الغضـب الشـخص الذي يشـعر بالوحدة النفسية قد يصـل إلى الناس لكنه لا يستطيع أن يتواصل معهم.

2-2 العزلة: هو عدم الاتصـال بالجماعات البشرية بسبب عوامل جغرافية أو اجتماعية يعني عدم اشـتراك الفرد في شـؤون الجماعة لعدم قدرته أو رغبته في ذلك تتمثل حاجة الفرد للاختلاء بنفســـه حاجة ملحة أخرى قد يشـــعر الفرد المنعزل بالقلق المفرط إذا نظر إليه الآخرون ويؤدي الاكتفاء بالذات والاختلاء بالنفس إلى تطمين حاجته البارزة في الاســتقلال التام بذاته تمثل العزلة النواحي الأكثر إيجابية لكون الشـخص وحيدا فالوحدة إما أن تكون حالة كيانيه مرتبطة بحضـور الشـخص نفسـه أو حالة عقلية.

كما أن الوحدة النفسـية مختلفة جدا عن العزلة فالشـخص يمكن أن يشـعر بالوحدة في الزحام في الواقع يكون الآلاف الناس في الوسـط السـكاني الحضـري الكثيف محبطين من الوحدة تتضـمن عدم القدرة على كسـر الحواجز الاجتماعية والذهنية التي تحيط الناس أنفســـهم بها لكن الوحدة قد تؤثر على الناس مثلما تؤثر العزلة الاجتماعية عليهم.

2-3 الانطواء: هو نمط من أنماط الشخصية المنطوي فرد يحب العزلة والاعتكاف يجد صـــعوبة في الاختلاط بالناس, يقابل الغرباء بحذر وتحفظ هو خجول شـــديد الحساسية, يجرح شعوره بسهولة, كثير الشك, يكلم نفسه, يستسلم للأحلام اليقظة,

يهتم بالتفاصـيل يضـخم الصـغائر, دائم التأمل في نفسـه وتحليلها, لديه رغبة في الانعزال والوحدة. **(سبع وآخرون, 2015, ص47,48)**

3: أشكال الوحدة النفسية

اختلاف الباحثون في تصـنيفهم لأشـكال وأنواع الوحدة النفسـية حيث ميز "يونج 1990" بين ثلاثة أنواع للشعور بالوحدة النفسية على أساس المدة الزمنية وهي كمايلي:

3-1 الوحدة النفسـية العابرة:والتي تتضـمن فترات من الوحدة على الرغم من أن حياة الفرد الاجتماعية تتسم بالتوافق.

3-2 الوحدة النفسية التحويلية: وفيها يتمتع الفرد بعلاقات اجتماعية طيبة في الماضي ولكنه يشعر بالوحدة النفسية حديثا نتيجة لبعض الظروف المستجدة (كالطلاق, أو وفاة شخص مقرب إليه)

3-3 الوحدة النفسـية المزمنة: وهي التي قد تسـتمر لفترات طويلة تصـل إلى حد السنتين ولا يشعر الفرد بأي نوع من أنواع الرضا فيما يتعلق بعلاقاته الاجتماعية.

وقد قسم قشقوش (1988) الوحدة النفسية إلى ثلاثة أنواع وهي:

الوحدة النفسية الأولية: وتوصف على أنها سائدة في الشخصية أو في اضطراب في إحدى سـمات الشـخصـية ترتبط أو تتصـاحب بالانسـحاب الانفعالي عن الآخرين وفي الوقت الذي يجد فيه كثير من الأفراد ذوي الإحساس بالوحدة النفسية أنفسهم غير قادرين على تكوين علاقات مشـبعة يحاول بعض هؤلاء الأفراد أن يهربوا من إحسـاسـهم بالوحدة النفسية عن طريق الانخراط أو الدخول في علاقات مؤذية أو مرضية مع الآخرين.

الوحدة النفسـية الثانوية:عادة ما يظهر الشـعور بالوحدة النفسـية الثانوية في حياة الفرد عقب حدوث مواقف معينة في حياته كالطلاق أو الترمل أو تمزق أو تصـدع علاقات الحب.

الوحدة النفسـية الوجودية: يعتبر هذا الشـكل من أشـكال الوحدة النفسـية أوسـع مما يتضمنه أي من الشكلين السابقين كما يبدو هذا الشكل منفصلا أو متميزا إلى حد ما عن

الشـــكلين الآخرين ومن الجهة النظرية بنظر كثير من أصـــحاب المنحى الوجودي إلى الشـعور بالوحدة النفسـية الوجودية على أنه حالة إنسـانية طبيعية وحتمية يتعذر الهروب منها وأن الإنســان يتفرد ويتمايز عن الكائنات الأخرى لأنه يعي ذاته ويســتطيع أن يتخذ مواقف وقرارات واختبارات وخوف الإنسـان من المسـؤولية يجعله واعيا وبصـورة مخيفة أو مرعبة بانفصـــاله وتمايزه عن بقية الكائنات وهذا يجبره أو يرغمه على أن يهرب من تمايزه عبر طرق وأسـاليب خادعة ومضـللة مما يترتب عليه في النهاية أن يفقد صـحته وأصالته وتفرده وبالتالي يفقد هويته أو كينونته إلى درجة فقد يصبح معها أو عندها غريبا أو مغتربا عن ذاته وعن رفاقه من بني الإنسان. **(عابد,2008, ص15,16)**

يتضح مما سبق أن هناك أشكال متعددة للوحدة النفسية ولكنها جميعا تتضمن شعور بالألم نتيجة لفقدان العلاقات الاجتماعية التي تتســـم بالود مع الآخرين وقد تتراوح من كونها عابرة إلى أن تصبح فيه مزمنة كما يمكن أن يتراوح مستواها من البسيط إلى الشديد.

4: مظاهر وسمات الأشخاص ذوي الوحدة النفسية

إن الإحســاس بالوحدة النفســية يمثل حالة نفســية يصــاحبها أو يترتب عليها كثير من أنواع الضـجر, التوتر, الضـيق, قد اهتمت بعض الدراسـات بتحديد بعض سـمات الشـخصـية التي ترتبط بالوحدة النفسية.

كشـف "بورتنوف" 1988 أن الأفراد عندما يشـعرون بالوحدة النفسـية يكون لديهم نفور في العلاقات الشخصية التي تسبب الشعور بالعجز, كما يرى "ويتنبرج" و "ريس" أن الذين يعانون من الوحدة تنقصهم المهارات الاجتماعية اللازمة لبناء وتطوير علاقات شخصية حميمة.

كما وجد كل من "بلوكونيس" و "زيمبارد" و "ســـيرمات" و"كاترونا" أن الأفراد الذين يعانون مشاعر الوحدة النفسية يميلون إلى الخجل, الانطواء, يقل ميلهم للمخاطر الاجتماعية.

وجد كل من "راســـل" , "بيبلوي" و "كاترونا" أن الوحدة النفســـية عادة ما ترتبط بانخفاض تقدير الذات كما أظهرت دراسـة Loodwheeler (1983) أن الشـعور بالوحدة النفسـية من

حيث أنها حالة نفسية يصاحبها أو يترتب عليها التوتر, الضيق, والشعور بالنقص لدى كل من يشعر بها.

يقول "شيخاني" أن الشخص الذي يعاني من الوحدة غالبا ما يكون منقطعا عن الواقع لا يشارك مطلقا في التصرفات المشتركة ولا في عمل جماعي ينعزل في أغلب الأحيان في منزله يبتعد عن حياة المحيطين به فيتعرض بهذه الطريقة إلى الارتياب أو الشك بوجود عداوة تجاه أمثاله.

لقد قامت "فريد آل مشرف" (1998) بتلخيص نتائج كثير من الدراسات التي تكلمت عن سمات الشعور بالوحدة النفسية كذا الأشخاص الذين يعانون منها من هذه السمات أن الشخص يكون منعزلا حزينا غير سعيد, مع شعوره بالأسى, عدم الراحة, الأمن والضيق العام, كما يتصف بالحساسية المفرطة, التقدير المنخفض للذات , الاكتئاب, القلق الاجتماعي والشعور بالخجل بدرجة كبيرة.

يمكن حصر سمات الأشخاص الذين يشعرون بالوحدة النفسية في النقاط التالية:

1- يكون لديهم مشاعر سلبية اتجاه الآخرين.
2- وهم أكثر سلبية وغير قادرين أثناء التفاعلات بين الأشخاص.
3- في بعض الأحيان يستشعرون ردود أفعال سلبية مع الغير.
4- الشعور بالخجل والقلق, عدم الارتياح في المواقف الاجتماعية غالبا ما يصاحب هذا الإحساس تجنب الآخرين.
5- الشعور بالاكتئاب وعدم القدرة على التفاعل الاجتماعي.

كل ذلك يجعل الأمر أكثر صعوبة للشخص الذي يعاني من الشعور بالوحدة أن يقيم علاقات اجتماعية مرضية للحد من الشعور بالوحدة. **(سبع وآخرون, 2015, ص50,51)**

نستخلص مما سبق أن من أهم مظاهر وسمات الشعور بالوحدة النفسية هي الحزن الشديد والقلق والتوتر والخجل الزائد والشعور بالعجز في الدخول بعلاقات مع الآخرين وعدم التقبل.

5: أبعاد ومكونات الوحدة النفسية

اختلفت آراء الباحثين حول أبعاد ومكونات وعناصر الشعور بالوحدة النفسية فقد ميز كل من دي جونج جيرفيلد و رادسكيلدرز بين ثلاثة أبعاد للوحدة النفسية هي:

5-1 الخصائص الانفعالية: والتي تشير إلى غياب المؤشرات الإيجابية مثل السعادة ووجود عواطف سلبية مثل الخوف وعدم الثقة.

5-2 نوع الحرمان: وهو يشير إلى طبيعة العلاقات الغائبة وهذا البعد يمكن تميزه إلى ثلاثة أبعاد فرعية هي مشاعر الحرمان المرتبطة بغياب الارتباط الودي, ومشاعر الخواء, ومشاعر الهجر.

5-3 منظور الزمن: وهذا البعد أيضا يمكن تقسيمه إلى ثلاثة مكونات فرعية وهي: الدرجة التي تعاش فيها الوحدة على أنها غير قابلة للتغيير, والدرجة التي تعاش فيها الوحدة على أنها موقوتة (عابرة), والدرجة التي يعفي بها الفرد نفسه من مسؤولية الوحدة ويرجعها إلى الآخرين.

أما عناصر الشعور بالوحدة النفسية عند روكاتش:

فهي ترى أن هناك نموذجا يتكون من أربعة عناصر أساسية للشعور بالوحدة النفسية وهي:

اغتراب الذات: وهو شعور الفرد بالفراغ الداخلي والانفصال عن الآخرين واغتراب الفرد عن نفسه وهويته والحط من قدر الذات.

العزلة البينشخصية:ويتمثل ذلك في مشاعر كون الفرد وحيدا انفعاليا وجغرافيا و اجتماعيا وشعور الفرد بعدم الانتماء ونقص في العلاقات ذات المعنى لديه حيث يتكون العنصر الأخير من غياب المودة وإدراك الفرد للاغتراب الاجتماعي والشعور بالإهمال والهجر.

ألم وصراع عنيف: وتتمثل في الهياج الداخلي والثوران الانفعالي للفرد وسرعة الحساسية والغضب وفقدان القدرة على الدفاع والارتباك والاضطراب واللامبالاة الذين يستهدف لهم الأفراد الشاعرون بالوحدة النفسية.

ردود الأفعال الموجهة الضـــاغطة: ويكون ذلك نتاج مزيد من الألم والمعاناة من الخبرة المعايشة للشعور بالوحدة النفسية والمتضمنة للاضطراب والألم الذي يعايشه الأفراد الشاعرون بالوحدة النفسية

أما "ويس" فقد وضع ثلاثة أبعاد أساسية لخبرة الشعور بالوحدة النفسية وهي:

البعد الأول العاطفة: حيث يحتاج الأفراد دوما إلى الصـــداقة العاطفية الحميمة من أشخاص مقربين وإلى التأييد الاجتماعي ويتولد الشعور بالوحدة النفسية نتيجة عدم إشباع تلك الحاجات وعندما يفتقد الأفراد الشعور بالعاطفة من قبل الآخرين.

البعد الثاني فقدان الأمل أو (اليأس و الإحباط): وهو شـــعور الفرد بالقلق المرتفع والضغط عند التوقع لاحتياجات لا تتحقق مما يولد الشعور بالوحدة النفسية.

البعد الثالث المظاهر الاجتماعية: وهي أن شعور الفرد بالوحدة النفسية يقف حائلا أمام تكوين الصداقات مع الآخرين مما يولد الشعور بالاكتئاب ويجعل الفرد مستهدفا للإدمان وانحراف المراهقين وسلوكهم سلوكا يتسم بالعنف والعدوان.

وكذلك نجد "قشقوش" قد وضع أربعة مكونات للشعور بالوحدة النفسية وهي:

1- إحساس الفرد بالضجر نتيجة افتقاد التقبل والتواد والحب من قبل الآخرين.
2- إحســـاس الفرد بوجود فجوة نفســـية تباعد بينه وبين أشـــخاص الوســـط المحيط به يصاحبها أو يترتب عليها افتقاد الفرد لأشخاص يستطيع أن يثق فيهم.
3- معاناة الفرد لعدد من الأعراض العصـــابية: مثل الإحســـاس بالملل والإجهاد وانعدام القدرة على التركيز الانتباه والاستغراق في أحلام اليقظة.

4- إحســـاس الفرد بافتقاد المهارات الاجتماعية اللازمة لانخراطه في علاقات مشـــبعة مثمرة مع الآخرين.**(شيبي, (بدون سنة), 17,.20)**

6: النظريات المفسرة للوحدة النفسية

6-1 نظرية التحليل النفسي(فرويد): حيث يرى أصحاب هذه النظرية(الوحدة النفسية) بأنه الذات خصائص مرضية،ويرجعونا إلى التأثيرات المبكرة التي مر بها الفرد.

فسر فرويد الشعور بالوحدة النفسية بأنها عملية تنافر المكونات داخل الفرد(الهو، الأنا،الأنا الأعلى) مما يؤدي إلى سوء توافقه مع نفسه،ومع بيئته الاجتماعية من حوله،ويمكن النظر إلى الشعور بالوحدة النفسية بأنه نتيجة للقلق العصابي الطفولي، وله،وسليه دفاعية نفسية تعمل للحفاظ على الشخصية من التهديد الناشئ من البيئة الاجتماعية،ويعبر عنه في صورة عزلة أو انسحاب.

ويعتبر (زيلبورج)أو لمن قام بتحليل علمي عن الوحدة،وفرق بين الشخص الذي ينتابه شعور مؤقت بالوحدة النفسية،والشخص الوحيد . فالشعور المؤقت بالوحدة النفسية أمر طبيعي،و حالة عقلية عابرة،و تنتج عن فقد إن شخص معين. أما الوحدة المزمنة فهي استجابة لفقدان الحب أو شعور الفرد بأنه شخص غير مرغوب فيه،ولا فائدة منه،مما يؤدي إلى الاكتئاب،والانهيار العصبي،وتعود جذور الوحدة إلى المهد،حيث يتعلم الطفل الوظائف التي تجعله محبوبا،ومرغوبا فيه.

6-2 النظرية الظاهراتي(كارل روجيز):

اتفق أصحاب هذه النظرية أن الشعور بالوحدة النفسية ينشأ من التناقض بين حقيقة الذات الداخلية للفرد،والذات الواضحة للآخرين.

حيث يرى روجرز في نظريته بأن العلاج المتمركز حول العميل عن الوحدة النفسية بأن سبب الوحدة النفسية هو ضغوط المجتمع الواقعة على الفرد،والتي تجعل هى تصرف بطرق محددة ،ومتفق عليها اجتماعيا مما يؤدي إلى التناقض بين ذات الفرد الداخلية،والذات الواضحة أمام الآخرين،وهكذا يؤدي الفرد دوره المطلوب في المجتمع من غير دقة أو اهتمام ،مما ينشأ عنه الشعور بالفراغ ،ويرى روجرز بأن الوحدة النفسية هي تمثيل للتوافق السيئ ،وأنسب بها يكمن داخل الفرد متمثلا في التناقض الظاهري لمفهوم الفرد.

كما يرى روجرز أن الشعور بالوحدة النفسية ينشأ بسبب كفأ و إنكار أو تحريف لبعض الإدراك في ميدان الخبرة،وهي دالة على مستوى التوافق النفسي،وعلى مدى تنافر أو انسجام الذات مع الخبرات الاجتماعية التي تنتظم لدى الفرد،وتتشوه من أجل أن تتلاءم مع المدركات السابقة.

3-6 نظرية التصور الاجتماعي(بومان،وسلاتر):

يرى أصحاب هذه النظرية أن هناك ثلاث قوى اجتماعية تؤدي للوحدة النفسية وهي:

1-ضعف في علاقات الأفراد بالمجموعة الأولى وهي (الأسرة).

2-زيادة الحراك في الأسرة.

3-زيادة الحراك الاجتماعي.

وبنى سلاتر تحليله للوحدة النفسية من خلال دراسة للشخصية الأمريكية وكيف فشل المجتمع في تلبية احتياجات أفرادها لأن المشكلة الأمريكية تكمن في إحساس الفرد بالفردية وأن كل فرد لديه الرغبة في المشاركة الاجتماعية والارتباط بالآخرين ولكن هذه الرغبة أحبطت في المجتمع الأمريكي مما أدى إلى أن يتبع كل فرد مصيره لوحده مما أدى إلى الوحدة النفسية ومن هذا استنتج سلاتر بأن الوحدة النفسية في نتيجة للتقدم التكنولوجي المعاصر.

4-6 نظرية أيريك فروم للوحدة النفسية: أكد فروم بأن الشعور بالوحدة النفسية حالة طبيعية تتصف بها البشرية فضلا على حالة عدم الأهمية بسبب حصول الأفراد على حرية أكثر وكلما قلت الحرية زادت مشاعرهم للانتماء والأمان والوحدة النفسية والعزلة والضعف عمليات تصاحب النضج والفرد يحاول إعادة روابطه الأولية بالأمان أي أنه يحاول الهرب من حريته المتنامية بواسطة ميكانيزمات مثل (إقامة الروابط, الانعزال, الهدم, الحب) والهدف من ذلك هو خلق الذات كما يرى بأن الإنسان يشعر بالوحدة والانعزال لأنه جاء منفصلا عن الطبيعة ومنفصلا عن الناس الآخرين وذلك في كتابه الهروب من الحرب ويضيف أيضا بأن حصول الفرد على حرية أكثر خلال حياته ومن خلال شعوره بالوحدة أيضا فتكون الحرية حينئذ كتكيف سلبي فيحاول أن يهرب منها وأن الفرد كائن حي يمتلك الحاجات

الفسيولوجية التي يجب أن تشبع وانه ككائن حي إنساني يدرك نفسه عن طريق التصور والتخيل والتعليل. (**هويشل,2013, ص38,39)**

نستنتج أن هناك العديد من النظريات التي تحدثت عن الوحدة النفسية وأن كل نظرية لها وجهة نظر مختلفة للوحدة النفسية .

7: أسباب الوحدة النفسية

أشار ويس إلى مجموعتين من الأسباب المؤدية للشعور بالوحدة النفسية وهي:

1-المواقف الاجتماعية المؤلمة.

2-الفروق الفردية بين الجنسين في مراحل العمر المختلفة.

فقد افترض روبنشتين ، شيفر على أن الوحدة النفسية التي يتعرض لها المراهقون لها علاقة بمرحلة الطفولة التي مروا بها .

فإذا تعرض الطفل في سنوات عمره الأولى إلى خبرة الانفصال عن الوالدين بسبب الطلاق أو فقد أحدهما ، فإنه يكون لديه أعلى مستوى من الشعور بالوحدة النفسية ، وإذا تعرض الطفل إلى النبذ والإهمال والقسوة من الوالدين أو تعرض إلى العلاقات المشحونة بالصراع والخلاف معهما فإنه يكون لديه مستوى متوسط من الشعور بالوحدة النفسية.

أما إذا عاش الأبناء مع آبائهم وعرفوا أنهما مصدراً للأمن والثقة فإنه لا يكون لديهم أي شعور بالوحدة النفسية.

ويجمع كل من باباليا Papalia وأولدز Olds على أن كل إنسان يوجد لديه شعور عابر بالوحدة النفسية وأن هناك عوامل تساعد على هذا الشعور كمكوث الفرد في مترله بمفرده بدون أشخاص يكونوا ذوي أهمية لديه أو لتسلمه عملاً وسط مجموعة تتجاهل وجوده أو فقدانه لحبيب من خلال طلاق أو انفصال أو موت ، فكل هذه المواقف تشعر الفرد بالوحدة النفسية المؤلمة.

وتنبه روكاتش (1989) أن من أهم العوامل التي يمكن أن تسبب الشعور بالوحدة النفسية هي الفقدان بالموت لشخص ذي أهمية كما أن خبرة فقدان الأطفال لأحد الوالدين في الطفولة بموت أو طلاق يجعله مستهدفاً للشعور بالوحدة النفسية.

ويعتبر التطور والتقدم التكنولوجي مصدراً للشعور بالوحدة النفسية وعدم الأمن في بعض الأحيان ، فطبيعة التفاعل الإنساني في الجتمع التكنولوجي الحديث أضعف الروابط الاجتماعية بين أفراد المجتمع مما قلل من أهمية دور الأسرة والقضاء على نسقها وافقد الفرد كثيراً من مقومات بناء الشخصية السوية وانتشار وسائط معقدة في الاتصال الاجتماعي مع الآخرين كالإعلام والانترنت ما يجعل الفرد يكتسب قيماً قد تخالف عادات أسرته.

(خوج,2002,ص 21,22)

من أسباب المهمة التي أدت إلى الشعور بالوحدة النفسية المواقف الاجتماعية المؤلمة والفروق الفردية بين الجنسين في مراحل العمر المختلفة.

8: الطرق الفعالة للتقليل من الشعور بالوحدة النفسية

ولقد اهتم الإسلام بالصحة النفسية للفرد والمجتمع, إن الدين الإسلامي يعتبر مصدرا لاستكمال النزعة الفطرية فهو يعين الفرد على تحقق الصحة النفسية فهو علاج حقيقي لأزمات النفس. قال تعالى :**{أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ }** (الرعد ، الآية 28) . كما قال تعالى **{وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِنْ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِنْ الأَمْوَالِ وَالأنفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرْ الصَّابِرِينَ الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمْ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ أُوْلَئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِنْ رَبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ وَأُوْلَئِكَ هُمْ الْمُهْتَدُونَ**}(البقرة ، الآية 155-157)، وقد علم القرآن الكريم المسلمين كيف يتخلصون من وساوس ونزعات عدوهم الأكبر، قال تعالى : **{وَإِمَّا يَنزَغَنَّكَ مِنْ الشَّيْطَانِ نَزْغٌ فَاسْتَعِذْ بِاللَّهِ إِنَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ}** (الأعراف ،الآية 200).

طور يونج **(Young)** نموذجا لعلاج مشكلة العزلة,ويتضمن برنامج يونج ست مراحل متدرجة:

1- أن يشعر الفرد بالرضا عن نفسه.

2- أن يشترك في نشاطات مع عدد من الأصدقاء .

3- أن يعي نحو صديق يشعر بإمكان عقد صداقة حميمة معه.

4- إرساء علاقة حميمة مع صديق مناسب من خلال الإفصاح عن الذات.

5- أن يشترك في إفصاح متبادل عن الذات مع صديق موثوق فيه.

6- دعم الشعور بالالتزام الوجداني لصديق اعتز بصداقته.

7- يجب أن تشاركي مشاعرك وتجاربك في الحياة مع الناس.حاولي ألا تقضى معظم الوقت وحيدة وإذا كانت طبيعة عملك تجعلك بعيدة عن الاتصال المباشر بالناس حاولي أن تستغلى عطله نهاية الأسبوع, بذهابك للاماكن العامة والمناسبات الاجتماعية, لا تقضى عطله نهاية الأسبوع في البيت.

8- الالتحاق ببعض المشاريع التي تشجع العمل كفريق واحد. لأنك عندما تدخلي في مثل هذا النوع من المشاريع سوف تكوني مجبرة على مشاركه أرائك و أفكارك و أيضا مخاوفك إزاء جوانب المشروع, و من الممكن أن تكوني مجبرة أيضا على حضور اجتماعات بشكل منتظم لمناقشة المشروع.كل ما سبق كفيل للقضاء على شعورك بالوحدة.

9- واحدة من أهم العوامل للتغلب على الوحدة هي الصدق في العواطف, حاولي أن تكوني أكثر انفتاحا مع أصدقائك, أخبريهم عن مخاوفك و همومك بدلا من الأحاديث السطحية.إذا كنت خائفة من مشاركة مشاعرك فانك قد تكوني محتاجة للثقة بالنفس , بعض الناس يظنون أن إخبار احد أنهم محبطين يجعلهم ضعفاء وهذا ليس صحيحا,فشعورك بالإحباط لا يعنى أنك شخص ضعيف و لكنه يعنى أنك إنسان!.

10- ابحثي عن أصدقائك القدامى ونشطي علاقاتك بهم مجددا, وسعي من علاقاتك الاجتماعية وانخرطي في أنشطة سارة مع أصحابك كالرحلات والزيارات استغلى أوقات فراغك في صلة الأرحام.

بما أن الحاجة إلى الأمن النفسي مستمرة, استمرار أحداث الحياة وضغوطها النفسية المتواصلة, وهذا ما يجمع عليه الكثير من الناس, خاصة في الحياة المعاصرة, وذلك لأن الإنسان افتقد فيها الأمن والطمأنينة, وتعددت المصادر التي تهدده بالرغم من التقدم المادي الذي حققه ، لذا فإن الله يعلم أن الإنسان بحاجة مستمرة إلى الأمن فجعل تحصيله يسيراً فكان متحققاً بمجرد ذكره, يقول تعالى:**{الَّذِينَ آمَنُواْ وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُم بِذِكْرِ اللهِ أَلاَ بِذِكْرِ اللهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ }** (الرعد ، الآية 28). **(خويطر, 2010, ص64,6)**

خلاصة الفصل

كنتيجة لهذا الفصـــل تعتبر الوحدة النفســية خبرة مؤلمة نتيجة لفقدان العلاقات الاجتماعية و غياب الأســرية المحيطة وفقدان الدور الاجتماعي كل هذا يؤدي إلى الشــعور بمجموعة من الأعراض التي تجعل الإنسان يعيش في دائرة الاضطرابات النفسية التي تخل بتوازنه النفسي والاجتماعي إضافة إلى سوء التكيف مع نفسه ومجتمعه.

الجانب التطبيقي

الفصل الرابـــــع

الدراسة الاستطلاعيـــــة

تمهيد

- 1 أهمية الدراسة الاستطلاعية
- 2 أهداف الدراسة الاستطلاعية
- 3 منهج الدراسة
- 4 مجتمع الدراسة
- 5 عينة الدراسة
- 6 المجال الزماني والمكاني
- 7 أدوات الدراسة والخصائص السيكومترية

خلاصة الفصل

تمهيد

يعد البحث الميداني الركيزة الأساسية لكل دراسة علمية, ويعتبر هذا الفصل على الإجراءات المنهجية حلقة وصل بين الجانب النظري والجانب التطبيقي حيث تطرقنا فيه إلى المنهج المتبع ومجتمع الدراسة وحدودها وأدوات جمع البيانات وكذلك خصائص السيكومترية للأدوات وأيضا الدراسة الأساسية.

1: أهمية الدراسة الاستطلاعية

تعد الدراسة الاستطلاعية خطوة مهمة في الدراسة لا يمكن الاستغناء عنها وان الدراسة الاستطلاعية تعتبر وصلة همز بين الجانب النظري والتطبيقي.

2: أهداف الدراسة الاستطلاعية

هي تطبيق الاستبيان وتحديد صعوبات التطبيق ومحاولة حلها, وأيضا يمكن تحديد ما تستغرقه الدراسة الميدانية, و التعرف على عينة المجتمع الأصلي لهذه الدراسة.

(منسي, 2003, ص60)

3: منهج الدراسة

يعتبر منهج الدراسة الوسيلة التي يستخدمها الباحث لتناول الظاهرة من حيث ملاحظتها والتحدث عنها مما يساعد على فهمها وتفسيرها وطبيعة المنهج المستخدم في إجراء الدراسة وحيث أن موضوع هذه الدراسة علاقة تقدير الذات بالوحدة النفسية فإن المنهج الملائم هو المنهج الوصفي الإرتباطي, حيث أن, المنهج الوصفي من أكثر مناهج البحث العلمي استخداما فهو يحظي بمكانة خاصة في البحوث التربوية حيث إن نسبة كبيرة من الدراسات التربوية المنشورة هي وصفية في طبيعتها كما أن المنهج الوصفي يلائم العديد من المشكلات التربوية أكثر من غيره. **(حازم, بدون سنة, ص2)**.

أما كونه ارتباطي فهو يهدف إلى معرفة حجم ونوع العلاقات بين البيانات ومعرفة مدى ارتباط المتغيرين (تقدير الذات والوحدة النفسية) ببعضهما ومعرفة مقدار هذه العلاقة والتنبؤ بتأثير متغير على متغير آخر. **(شافو وآخرون, 2016, ص39)**

4: مجتمع الدراسة

طلبة سنة الثالثة ليسانس من كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية بجامعة الشهيد حمه لخضر بالوادي.

5: عينة الدراسة

تكونت عينة الدراسة في صورتها النهائية من "53" طالب بجامعة الوادي وتم اختيارها بالطريقة العشوائية البسيطة, وتم اختيار فوجين عن طريق القرعة من أفواج طلبة السنة الثالثة ليسانس علوم اجتماعية.

6: المجال الزماني والمكاني

6-1: المجال الزمني:

تم القيام بهذه الدراسة خلال شهر مارس و أفريل من سنة 2022.

6-2: المجال المكاني: تم إجراء الدراسة في جامعة حمه لخضر بالوادي.

7: أدوات الدراسة والخصائص السيكومترية

7-1: مقياس تقدير الذات (لروزنبارغ):

لقد استخدمنا في الدراسة مقياس روزنباغ الذي يقيس تقدير الذات وهو غالبا ما يستخدم في الدراسات التي تخص تقدير الذات.

صمم هذا المقياس على يد روزنباغ في سنة 1965 وهو يقيس النظرة التي ينظرها الفرد إلى نفسه القيمة التي يحملها عن نفسه كشخص وهو يسمح بتقييم عوامل تقبل الذات في تقدير الذات .

فهو يقيس إلى أي درجة يعتبر الفرد نفسه ذو قيمة وأنه يتمتع بخصائص إيجابية وله تصور إيجابي اتجاه نفسه. **(بوعقادة, 2013, 46)**

7-1-1: طريقة التصحيح:

تأخذ الإجابات الأربع (موافق بشدة – موافق – غير موافق – غير موافق بشدة) الدراجات التالية

في حالة البنود الموجبة:

- موافق بشدة 4 درجات
- موافق 3 درجات
- غير موافق 2 درجات
- غير موافق بشدة درجة واحدة

في حالة البنود السالبة

- موافق بشدة درجة واحدة
- موافق 2 درجات
- غير موافق 3 درجات
- غير موافق بشدة 4 درجات **(سني أحمد, 2014, ص99)**

7-1-2: خصائص السيكومترية:

7-1-2-1: حساب صدق المقياس تقدير الذات :

يقصد بالصدق أن يقيس الاختبار الخاصية التي صمم الاختبار لقياسها فعلا ،والاختبار الصادق هو ذلك الاختبار القادر على قياس السمة أو الظاهرة التي يوضع لأجلها.**(العزاوي، 2008 ، 129)**

لقد تم الاعتماد في حساب صدق المقياس لهذه الدراسة على طريقة الاتساق الداخلي أي ارتباط درجة البند بالدرجة الكلية للمقياس والجدول رقم (01) يوضح ذلك:

جدول رقم (01): يوضح معامل ارتباط درجة البند بالدرجة الكلية للمقياس

الرقم	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	الرقم	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
01	0.60	0.01	**06**	0.44	0.01
02	0.41	0.05	**07**	0.48	0.01
03	0.57	0.01	**08**	0.57	0.01
04	0.46	0.01	**09**	0.51	0.01
05	0.57	0.01	**10**	0.55	0.01

يتبين من خلال الجدول رقم(01) أن معاملات الارتباط بين درجة البند والدرجة الكلية للمقياس تراوحت ما بين (0.41 – 60.0) وهيمعظمها دالة عند مستوى الدلالة 0.01 والباقي دالة عند 0.05.

ومعنى ذلك أن المقياس يتمتع بدرجة مقبولة من الصدق، فهذه المعاملات مرتفعة بالقدر الذي يسمح لنا بقبولها واعتبار المقياس صادق.

– صدق المقارنة الطرفية (الصدق التمييزي):

قمنا بترتيب درجات العينة الاستطلاعية ترتيبا تصاعديا في المقياس حسب الدرجة الكلية،ثم ميزنا بين مجموعتين من أفراد العينة البالغة(30) طالب،مجموعة المتكونة من(08) طالب وأخرى المتكونة من (08) طالب والعدد(08) يمثل 27% من العينة الاستطلاعية، بعد ذلك تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للمستويين من ثم حساب قيمة تل لتعرف على دلالة الفروقيين المجموعتين الدنيا و العليا،والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم (02): يوضح قيمة ت بين درجات المجموعتين العليا والدنيا في تقدير الذات

	الفئة الدنيا			الفئة العليا			قيمة ت	مستوى الدلالة
	ن	م	ع	ن	م	ع		
تقدير الذات	8	26	3.5	8	36.5	1.6	7.7	0.01

إن برنامج SPSS يعطينا لكل مقياس قيمتين لـ "ت" عند دلالة التجانس أو عدمه بعد إجراء اختبار ليفينل لتجانس،ولهذا أخذنا قيم "ت" المناسبة فقط المبينة في الجدول رقم (02) حيث أن قيمة ت تقدر بـ: 7.7وهي دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.01 مما يجعل المقياس يتمتع بصدق تمييزي.

7-1-2-2: حساب ثبات مقياس تقدير الذات:

لقد تم حساب معامل ثبات المقياس بطريقتين الأولى ألفا كرونباخ والثانية التجزئة النصفية على عينة قوامها (30) فرداً تم اختيارهم بطريقة عشوائية، وفيما يلي الجدول رقم(03) يوضح معاملات ثبات القائمة المستخدمة:

جدول رقم(03): يوضح معاملات الثبات لمقياس تقدير الذات

ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية	
	سيبرمان وبراون	جيتمان
0.72	0.78	0.78

يتضح من الجدول رقم(03) الخاص بمعاملات الثبات لمقياس تقدير الذات المستخدم في هذه الدراسة أن هذه المعاملات تراوحت ما بين (0.72 و 0.78) بعد الاعتماد على معامل جيتمان وسبيرمان براون في طريقة التجزئة النصفية، وألفا كرونباخ وهذا يعني أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات.

ومعنى ذلك أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات فهذه المعاملات مرتفعة بالقدر الذي يسمح لنا بقبولها واعتبار المقياس ثابت.

استخراج معايير تفسير النتائج:

تم اختيار نفس طريقة المعايرة إلى سلالم إنحرافيه معيرة وقد تم التأكد من أن توزيع المجتمع اعتدالي،من خلال الجدول الآتي:

جدول رقم(04): يوضح معامل الالتواء لمجتمع الدراسة

الوسيط	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الالتواء
32.5	31.98	3.58	0.68

بما أن معامل الالتواء = 0.68أي أنه قريب من الصفر فإنه يمكن القول أن توزيع مجتمع الدراسة قريب من الإعتدالية، مما يعني أن توزيع درجات أفراد العينة إعتدالية وبالتالي المجتمع اعتدالي.

بعد تأكدنا من أن توزيع الدرجات هو توزيع اعتدالي يمكن الآن حساب المعايرات الإنحرافية، كما هو موضح في الجدول الآتي:

جدول رقم(05):يوضح التوزيع التكراري والنسبي لدرجات الوحدة النفسية الخام

الدرجة	التكرار	النسبة %	الدرجة	التكرار	النسبة %
18	1	1.9	32	7	13.5
24	1	1.9	33	7	13.5
27	2	3.8	34	9	17.3
28	4	7.7	35	4	7.7
29	1	1.9	36	3	5.8
30	7	13.5	37	2	3.8
31	3	5.8	40	1	1.9

حساب حدود الفئات:

الدرجة الحدية= المتوسط + المسافة x الانحراف المعياري

الحد الأول= 31.98 + (−3/2) x 3.58 = 26.61

الحد الثاني= 31.98 + (−1/2) x3.58 = 30.19

الحد الثالث= 31.98 + (1/2) x 3.58 = 33.77

الحد الرابع= 31.98 + (3/2) x 3.58 = 37.35

وأخيراً تحديد الفئات:

في هذه الخطوة يربط ما بين الفئات وحدودها والدرجات الخام المحتواة داخل هذه الفئات بواسطة الجدول الآتي:

جدول رقم(06): يوضح سلم من خمسة فئات انحرافية معيارية

الفئة	1	2	3	4	5
الدرجات المحتواة داخل الفئات	≤27	28- 30	31- 34	35- 37	38 - 40
الدرجات حدود الفئات	26.61	30.19	33.77	37.35	40
الحكم على درجة الفرد	ضعيفة جداً	ضعيفة	متوسطة	عالية	عالية جداً

يتضح من الجدول رقم(06) أنه تم الحصول على 5 فئات تمكننا من نسبة الدرجة الخام للفرد إلى مستوى معين ،أي إلى معيار يمكننا من الحكم عليه.

وأتضح أن الفئة الأولى ذات الحدمن26.61فما أقل ،تحتوي على الدرجات الأقل من 27ويمكن الحكم على الفرد الذي تحصل على درجة واقعة في هذه الفئة بأن تقديره لذاته ضعيف جداً،أما الفئة الثانية ذات الحدود من (26.61 إلى30.19) تحتوي على الدرجات من (28إلى 30) ويمكن الحكم على الفرد الذي تحصل على درجة واقعة في هذه الفئة بأن تقديره لذاته ضعيف،وبالنسبة للفئة الثالثة ذات الحدود من (30.19 إلى 33.77)،فهي تحتوي على الدرجات من (31إلى34)،ويمكن الحكم على الفرد الذي تحصل على درجة واقعة في هذه الفئة بأن تقديره لذاته متوسط، وكذلك الفئة الرابعة ذات الحدود من(33.77إلى37.35)،تحتوي على الدرجات من (35إلى37)،ويمكن الحكم على الفرد الذي تحصل على درجة واقعة في هذه الفئة بأن تقديره لذاته عالي، وأخيرا الفئة الخامسة ذات الحدود من(37.35 إلى 40) تحتوي على الدرجات من (38إلى40) ويمكن الحكم على الفرد الذي تحصل على درجة واقعة في هذه الفئة بأن تقديره لذاته عالي جداً.

إذن من خلال ما سبق يمكننا القول أنه أصبح لدينا معايير جديدة صالحة للحكم على البيئة الجزائرية.

7-2: مقياس الوحدة النفسية (لراسيل):

أعد هذا المقياس في الأصل راسيل (1996) كأداة سهلة التطبيق في الأبحاث التجريبية لقياس الشعور بالوحدة النفسية وهذا المقياس هم النسخة الثالثة المنقحة لمقياس كاليفورنيا لوس انجلوس للشعور بالوحدة النفسية Ucla.

وقد قام بترجمته وتقنينه على البيئة العربية كل من محمد محروس الشناوي على السيد الخضر (1988) مجدي الدسوقي (1998) عبد الرقيب البحري (1985) إبراهيم قشقوش (1988) .

فقد قام عبد الرقيب البحيري (1985) بنقل هذا المقياس تقنينه على البيئة المصرية وقد صمم المقياس ليطبق بطريقة فردية أو جماعية كما يمكن للفرد أن يقوم بتطبيقه بنفسه على نفسه.

يتكون المقياس من 20 بندا تقيس إحساس الفرد بالوحدة النفسية ويجيب عليها المفحوص بوضع علامة (X) أمام أحد الخانات الأربع وهي :

أبدا , ناذرا , أحيانا , دائما, تبعا لدرجة إحساسه بالوحدة النفسية. **(بن لطرش, 2014, 78)**

7-2-1: طريقة التصحيح:

تم تخصيص لتقديرات (4,3,2,1) للإجابة على البنود التي تحمل أرقام (2, 3, 4, 7, 8, 11, 12, 13, 14, 17, 18) أما البنود التي تحمل الأرقام التالية: (1, 5, 6, 9, 10, 15, 16, 19, 20) تم تخصيصها في الاتجاه العكسي للتقديرات.

ويستخدم الجمع الجبري في حساب الدرجة الكلية التي يحصل عليها المفحوص على المقياس وبالتالي تتراوح الدرجة على المقياس من (80 – 20) درجة والدرجة المرتفعة تشير إلى شعور شديد بالوحدة النفسية والعكس صحيح. **(برداد, 2016, ص73**

جدول رقم(07): يمثل كيفية تصحيح مقياس الوحدة النفسية حسب الدرجات.

لا يوجد شعور بالوحدة	يوجد شعور بالوحدة بمستوى بسيط	يوجد شعور بالوحدة بمستوى متوسط	يوجد شعور بالوحدة بمستوى شديد
من 1 إلى 20	من 21إلى 40	من 41 إلى 60	من 61 إلى 80

7-2-2: خصائص السيكومترية:

7-2-2-1: حساب صدق مقياس الوحدة النفسية:

توجد عدة طرق لحساب الصدق، لكن في هذه الدراسة تم الاعتماد على طريقة الاتساق الداخلي وهي ارتباط درجة البند بالبعد الذي ينتمي إليه وارتباط البعد بالدرجة الكلية للمقياس والجدولين الآتيان يوضحان ذلك:

جدول رقم(08): يوضح ارتباط درجة البند بدرجة البعد الذي ينتمي إليه

رقم البند	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	رقم البند	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
الاجتماعي			**08**	0.54	0.01
01	0.39	0.01	**12**	0.44	0.01
05	0.41	0.01	**14**	0.44	0.01
06	0.68	0.01	**17**	0.46	0.01
09	0.55	0.01	**18**	0.36	0.05
10	0.54	0.01	**فقدان الألفة**		
11	0.49	0.01	**03**	0.34	0.01
15	0.40	0.01	**13**	0.31	0.05
الرفض			**16**	0.63	0.01
02	0.62	0.01	**19**	0.54	0.01
04	0.54	0.01	**20**	0.52	0.01
07	0.56	0.01	//	//	//

يتبين من خلال الجدول رقم(08) أن معاملات الارتباط بين درجة البند ودرجة البعد الذي ينتمي إليه تراوحت ما بين (0.31 – 68.0) وهيمعظمها دالة عند مستوى الدلالة 0.01، والباقي دالة عند 0.05

جدول رقم(09): يوضح ارتباط درجة البعد والدرجة الكلية للمقياس

رقم	الأبعاد	قيمة معامل الارتباط	مستوى الدلالة
01	**الاجتماعي**	0.76	0.01
02	**الرفض**	0.64	0.01
03	**فقدان الألفة**	0.70	0.01

يتضـح من الجدول رقم(09)أن معاملات الارتباط تتراوح ما بين (0.64 و 0.76) وهي قيم دالة عند مســـتوى الدلالة 0.01 أي أن هناك ارتباط قوي بين درجات الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس، مما يدل على صدق المقياس في اتساقه الداخلي.

ومعنى ذلك أن المقياس يتمتع بدرجة مقبولة من الصدق فهذه المعاملات مرتفعة بالقدر الذي يسمح لنا بقبولها واعتبار المقياس صادق.

7-2-2-2: حساب ثبات مقياس الوحدة النفسية:

هناك عدة طرق لحساب الثبات، لكن في الدراسة الحالية تم الاعتماد على طريقتين لحساب الثبات وهي طريقة ألفا كرومباخ والتجزئة النصفية بحساب معاملي (سيبرمان براون وجيتمان) والجدول الآتي يوضح قيمة معاملات الثبات للمقياس:

جدول رقم(10): يوضح معاملات الثبات لمقياس الوحدة النفسية

معامل الثبات / المتغير	ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية	
		جيتمان	سيبرمان براون
الوحدة النفسية	0.81	0.77	0.77

يتضح من الجدول رقم(10) الخاص بمعاملات الثبات لمقياس الوحدة النفسية المستخدم في هذه الدراسة أن هذه المعاملات تراوحت ما بين 0.77 و 0.81 بعد الاعتماد على معامل جيتمان و سيبرمان براون في طريقة التجزئة النصفية، وألفا كرونباخ، وهذا يعني أن المقياس يتمتع بدرجة مقبولة من الثبات.

ومعنى ذلك أن المقياس يتمتع بدرجة مقبولة من الثبات فهذه المعاملات مرتفعة بالقدر الذي يسمح لنا بقبولها واعتبار المقياس ثابت.

استخراج معايير تفسير النتائج:

تم اختيار نفس طريقة المعايرة إلى سلالم إنحرافيه معيرة وقد تم التأكد من أن توزيع المجتمع اعتدالي ،من خلال الجدول الآتي

جدول رقم(11): يوضح معامل الالتواء لمجتمع الدراسة

الوسيط	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الالتواء
36	37.67	8.48	0.55

بما أن معامل الالتواء = 0.55 أي أنه قريب من الصفر فإنه يمكن القول أن توزيع مجتمع الدراسة قريب من الإعتدالية، مما يعني أن توزيع درجات أفراد العينة إعتدالية وبالتالي المجتمع اعتدالي.

بعد تأكدنا من أن توزيع الدرجات هو توزيع اعتدالي يمكن الآن حساب المعايرات الإنحرافية، كما هو موضح في الجدول الآتي:

جدول رقم(12):يوضح التوزيع التكراري والنسبي لدرجات الوحدة النفسية الخام

الدرجة	التكرار	النسبة %	الدرجة	التكرار	النسبة %
23	1	1.9	38	2	3.8
25	1	1.9	39	2	3.8
26	1	1.9	43	1	1.9

5.8	3	44	3.8	2	27
1.9	1	45	3.8	2	29
7.7	4	46	5.8	3	30
1.9	1	47	1.9	1	31
3.8	2	50	7.7	4	32
1.9	1	52	5.8	3	33
1.9	1	53	9.6	5	34
1.9	1	54	3.8	2	35
1.9	1	64	3.8	2	36
//	//	//	9.6	5	37

حساب حدود الفئات:

الدرجة الحدية= المتوسط + المسافة x الانحراف المعياري

الحد الأول= 37.67 + (3/2-) x 8.48 = 24.95

الحد الثاني= 37.67 + (1/2-) x 8.48 = 33.43

الحد الثالث= 37.67 + (1/2) x 8.48 = 41.91

الحد الرابع= 37.67 + (3/2) x 8.48 = 50.39

وأخيراً تحديد الفئات:

في هذه الخطوة يربط ما بين الفئات وحدودها والدرجات الخام المحتواة داخل هذه الفئات بواسطة الجدول الآتي:

جدول رقم(13): يوضح سلم من خمسة فئات انحرافية معيارية

الفئة	1	2	3	4	5
الدرجات المحتواة داخل الفئات	25≥	33-26	42-34	50 -43	64-51
الدرجات حدود الفئات	24.95	33.43	41.91	50.39	64
الحكم على درجة الفرد	ضعيفة جداً	ضعيفة	متوسطة	عالية	عالية جداً

يتضح من الجدول رقم(13) أنه تم الحصول على 5 فئات تمكننا من نسبة الدرجة الخام للفرد إلى مستوى معين،أي إلى معيار يمكننا من الحكم عليه.

وأتضح أن الفئة الأولى ذات الحد من 24.95 فما أقل،تحتوي على الدرجات الأقل من25 ويمكن الحكم على الفرد الذي تحصل على درجة واقعة في هذه الفئة بأن الوحدة النفسية لديه ضعيفة جداً،أما الفئة الثانية ذات الحدود من (24.95إلى33.43) تحتوي على الدرجات من (26إلى33) ويمكن الحكم على الفرد الذي تحصل على درجة واقعة في هذه الفئة بأن الوحدة النفسية لديه ضعيفة،وبالنسبة للفئة الثالثة ذات الحدود من (33.43إلى 41.91)،فهي تحتوي على الدرجات من (34إلى42)،ويمكن الحكم على الفرد الذي تحصل على درجة واقعة في هذه الفئة بأن الوحدة النفسية لديه متوسطة، وكذلك الفئة الرابعة ذات الحدود من(41.91إلى50.39)،تحتوي على الدرجات من (43إلى50)،ويمكن الحكم على الفرد الذي تحصل على درجة واقعة في هذه الفئة بأن الوحدة النفسية لديه عالية، وأخيرا الفئة الخامسة ذات الحدود من(50.39إلى64)تحتوي على الدرجات من (51إلى64) ،ويمكن الحكم على الفرد الذي تحصل على درجة واقعة في هذه الفئة بأن الوحدة النفسية لديه عالية جداً.

إذن من خلال ما سبق يمكننا القول أنه أصبح لدينا معايير جديدة صالحة للحكم على البيئة الجزائرية.

خلاصة الفصل

تم التطرق من خلال هذا الفصل إلى أهم الخطوات المتبعة في الدراسة الميدانية ففيه تناولنا المنهج المستخدم وهو المنهج الوصفي الإرتباطي ثم قمنا بإجراء الدراسة الاستطلاعية التي هدفت إلى التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياسي الدراسة .

الفصل الخامس

عرض وتفسير نتائج الدراسة

- ❖ عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الجزئية الأولى
- ❖ عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الجزئية الثانية
- ❖ عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الجزئية الثالثة
- ❖ عرض وتحليل ومناقشة الفرضية العامة

عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الجزئية الأولى:

بغرض معالجة الفرضية الجزئية الأولىالتي تنص على: توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الشعور بالوحدة النفسية في بعدها الاجتماعي وتقدير الذات لدى عينة الدراسة وللتحقق من ذلك قمنا بتطبيق معامل الارتباط بيرسون والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم(14): يوضح قيمة معامل الارتباط بين المحور الاجتماعيوتقدير الذات

المؤشرات / المتغير	قيمة معامل الارتباط	مستوى الدلالة
المحور الاجتماعي	−0.36	0.01
تقدير الذات		

من خلال الجدول رقم(15) يتضح أن قيمة معامل الارتباط بين المحور الاجتماعي وتقدير الذات مقدرة بـ: (0.36−) وهي قيمة دالة إحصائياً عن مستوى الدلالة 0.01، وهذا ما يؤكد صحة الفرضية الجزئية الأولى، ومنه نستطيع القول أنه توجد علاقة ارتباطية عكسية دالة إحصائياً بين الشعور بالوحدة النفسية في بعدها الاجتماعي وتقدير الذات لدى طلبة الجامعة.

إذا فالعلاقة بين تقدير الذات الوحدة الاجتماعية تعتبر علاقة ارتباطيه ولكن بشكل عكسي أي إذا ما ارتفع تقدير الذات ينخفض معه الشعور بالوحدة الاجتماعية, والعكس صحيح حيث يمكن تفسير هذا وفق ما تفرضه صعوبة الواقع في سوء تقدير الذات من جراء تراكم الخبرات السلبية التي تنعكس على نفسية الفرد لا سيما إذا كان طابعها اجتماعي عاطفي وفشل الفرد في تأسيس عالقة إيجابية تتسم بالدفء والحماية مما يسهم في رفع من مستوى تقدير الذات لديه والعكس صحيح إذا ما نجح في تأسيس هذه العلاقات الاجتماعية لا سيما إذ كانت تتسم بالإيجابية. فالفرد في هذه الحالة يشعر بالانسحاب عن مجتمعه ويفقد القدرة على التوافق معه مما يقلل من تقديره لذاته فالشعور بالانسحاب عامل كبير ومهم في شعور طالب بالوحدة الاجتماعية.

عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الجزئية الثانية:

بغرض معالجة الفرضية الجزئية الثانية التي تنص على: توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الشعور بالوحدة النفسية في بعدها المتعلق بالرفض وتقدير الذات لدى عينة الدراسة وللتحقق من ذلك قمنا بتطبيق معامل الارتباط بيرسون والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم(15): يوضح قيمة معامل الارتباط بين محور الرفض وتقدير الذات

المؤشرات / المتغير	قيمة معامل الارتباط	مستوى الدلالة
محور الرفض	−0.21	غير دالة
تقدير الذات		

من خلال الجدول رقم(16) يتضح أن قيمة معامل الارتباط بين محور الرفض وتقدير الذات مقدرة بـ: (0.21−) وهي قيمة غير دالة إحصائياً عن مستوى الدلالة 0.05، وهذا ما ينفي صحة الفرضية الجزئية الثانية، ومنه نستطيع القول أنه لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الشعور بالوحدة النفسية في بعدها المتعلق بالرفض وتقدير الذات لدى طلبة الجامعة.

وعليه يمكن إن نقول أن الطلبة الجامعيين الذين يتمتعون بدرجة عالية من تقدير الذات سيكون لديهم مستوى الرفض منخفض، يعني أن الطالب الجامعي الذي يتمتع بالسعادة والطمأنينة والاستقرار لا يفكر كثيراً في الرفض لأن هذا الأخير لا يحقق له أشياء هو ليس في أمس الحاجة لها، أو أنه ربما نجد أن بعض الطلبة لا يريدون استباق الأحداث وهمهم الوحيد هو التفوق في الدراسة والنجاح ثم بعد ذلك التفكير في من حولهم وهذا لا يجعل بالضرورة تأثرهم بالرفض كبير جدا وهذا سبب في انعدام العلاقة.

عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الجزئية الثالثة:

بغرض معالجة الفرضية الجزئية الثالثةالتي تنص على: توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الشعور بالوحدة النفسية في بعدها المتعلق بفقدان الألفة وتقدير الذات لدى عينة الدراسة وللتحقق من ذلك قمنا بتطبيق معامل الارتباط بيرسون والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم(16): يوضح قيمة معامل الارتباط بين محور فقدان الألفة وتقدير الذات

المؤشرات / المتغير	قيمة معامل الارتباط	مستوى الدلالة
محور فقدان الألفة	−0.11	غير دالة
تقدير الذات		

من خلال الجدول رقم(17) يتضح أن قيمة معامل الارتباط بين محور فقدان الألفة وتقدير الذات مقدرة بـ: (−0.11) وهي قيمة غير دالة إحصائياً عن مستوى الدلالة 0.05، وهذا ما ينفي صحة الفرضية الجزئية الثانية، ومنه نستطيع القول أنه لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين محور فقدان الألفة وتقدير الذات لدى طلبة الجامعة.

ويمكن تفسير عدم وجود العلاقة بين فقدان الألفة وتقدير الذات في أن ليس بالضرورة أن كل من فقد الزملاء أو يشعر بأنه يفتقد أقرب الناس إليه فالطالب الجامعي وصل إلى مرحلة من النضج الفكري الذي يسمح له بالخروج من هذه الأزمات بالشكل الصحيح الذي لا يؤثر على تقديره لذاته، فهو يعرف أن كل العوامل الخارجية التي من شأنها أن تؤثر على مشواره الدراسي ماهي إلا عقبات يمر بها أي فرد وأن الحياة لا تتوقف عند أحد، كما أن الجانب الديني والإسلامي لمجتمعنا يجعلنا متمسكين فديننا الذي يشعر كل فرد بالراحة النفسية والشعور بالطمأنينة يجعل من الطالب يعرف قيمته عند الله عز وجل وبالتالي يجعل من تقديره لذاته يرتفع ولا تؤثر فيه كل المتغيرات الأخرى.

عرض وتحليل ومناقشة الفرضية العامة:

بغرض معالجة الفرضية العامة التي تنص على: توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الوحدة النفسية وتقدير الذات لدى عينة الدراسة وللتحقق من ذلك قمنا بتطبيق معامل الارتباط بيرسون والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم(17): يوضح قيمة معامل الإرتباطي بين الوحدة النفسية وتقدير الذات

المؤشرات / المتغير	قيمة معامل الارتباط	مستوى الدلالة
الوحدة النفسية	−0.27	0.05
تقدير الذات		

من خلال الجدول رقم(14) يتضح أن قيمة معامل الارتباط بين الوحدة النفسية وتقدير الذات مقدرة بـ: (0.27−) وهي قيمة دالة إحصائياً عن مستوى الدلالة 0.05، وهذا ما يؤكد صحة الفرضية العامة، ومنه نستطيع القول أنه توجد علاقة ارتباطية عكسية دالة إحصائياً بين الوحدة النفسية وتقدير الذات لدى طلبة الجامعة.

ويمكن تفسير ذلك لتداخل مجموعة من العوامل لها الأثر البالغ في إحداث هذا النوع من الشعور مثل: نقص المهارات الاجتماعية وتقدير الذات السلبي، وعلى هذا الأساس يمكن اعتبار الوحدة النفسية حالة واسعة الانتشار تجلب اليأس والحزن بشدة للإفراد ولا تعرف حدودا، كما أن تقدير الذات من السمات التي تشير إلى توافق الفرد من عدم توافقه، والوحدة النفسية هي خبرة شخصية مؤلمة يعيشها الفرد نتيجة شعوره بافتقاد الحب والتقبل الاهتمام من جانب الآخرين، وبالتالي تؤدي إلى الشعور بالحزن والتعاسة والشقاء، كما أن اتصاف مفهوم تقدير الذات الإيجابية يجعل الفرد يدرك العالم الخارجي ويراه بصورة إيجابية، وعلى العكس من ذلك فإذا اتصف مفهوم الفرد بالسلبية طبقا لما يقوله روجرز فإنّه سوف يشعر بعدم الرضا وقلة السعادة، علاوة على ذلك فإنها قد تؤدي إلى انخفاض الأداء الأكاديمي، والمهارة الاجتماعية والخجل عند الفرد **(جودة،2005 ، 784)**.

وهذا يتفق مع ما توصل إليه كل من سنوسي زموري ومحمد منادلي في دراستهم بأنه توجد علاقة سلبية بين الشعور بالوحدة النفسية وتقدير الذات وهذا يعني أنه كلما انخفض الشعور بالوحدة النفسية زاد تقدير الذات كما تبين بأنه توجد فروق في الشعور بالوحدة النفسية لصالح الإناث ولصالح الذكور في تقدير الذات، ودراسة بن دهنون سامية شيرين وماحي إبراهيم (2014) التي توصلت إلى وجود ارتباط سالب بين الشعور بالوحدة النفسية وتقدير الذات.

الخاتمة

نستخلص إن تقدير كل شخص لذاته سواء بالسلب أو الإيجاب يؤثر في أسلوب حياته وطريقة تفكيره ومشاعره وبالتالي في سلوكه ويؤثر في نجاحه ومدى انجازه و أهدافه في مستقبله وفئة المراهقين هي فئة تحتاج إن نعبرها الاهتمام والتي تستحقه والتكفل بها من خلال إعداد برامج إرشادية جماعية تستخدم فيها تقنيات إرشادية تساعدهم علي تصحيح أفكارهم السلبية ومعتقداتهم اللاعقلانية التي يصاحبها خلل انفعالي وسلوكي بعد طرح إشكالية الدراسة التي تساءلنا فيها حول علاقة تقدير الذات بالوحدة النفسية لطلبة الجامعيين ولكشف هده العلاقة اتبعنا مجموعة من إجراءات المتمثلة في مقياس روزنباغ الذي يقيس تقدير الذات و هو غالب يستخدم في دراسات التي تخص تقدير الذات في فترة المراهقة ومقياس راسيل لقياس الشعور بالوحدة النفسية حيث تبين لنا هناك علاقة ارتباطية عكسية دالة إحصائيا بين الوحدة النفسية و تقدير الذات لدي طلبة الجامعة أي كلما انخفض الشعور بالوحدة نفسية زاد تقدير الذات.

توصيات واقتراحات

بناء علي ما جاءت به الدراسة من نتائج يوصي بما يلي :

– وضع برامج تربوية بهدف مساعدة طلبة الجامعة في تغلب علي الشعور بالوحدة النفسية وشغل وقت الفراغ عن طريق الاشتراك بالأنشطة الاجتماعية.

–إجراء المزيد من الدراسات لتعرف علي مستوي الشعور بالوحدة النفسية لدي طلبة الجامعات.

– إخضاع الطالبات للبرامج إرشاد جمعي في الجامعة لرفع قيمة الذات لديهم.

–العمل علي توجيه أساتذة الجامعات لإتباع طرائق وأساليب بالتدريس تعزز تقدير الذات لدي الطلاب –العمل علي كل ما يحسن من مستوي تقدير الذات لدى الطلاب.

–إجراء دراسات تهدف إلى الكشف عن العلاقة بين تقدير الذات والوحدة النفسية لتلاميذ من مستويات تعليمية أخري الطور الابتدائي والمتوسط.

قائمة المراجع

1-القران الكريم
2- أبو هويشل رائد أحمد, (2013), الشخصية السيكوباتية وعلاقتها بالوحدة النفسية وتقدير الذات لدى السجناء المودعين بسجن غزة المركزي, كلية التربية قسم علم النفس – غزة -.
3-أحمد عيسى أنور, (2015), تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدواني وقلق المستقبل وبعض المتغيرات الديموغرافية (دراسة ميدانية على طلاب جامعة دنقلا), بحث لنيل درجة الدكتوراه جامعة دنقلا.
4-أسامة حسن جابر عبد الرزاق, (2020), إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وعلاقته بالشعور بالوحدة النفسية وسمات القلق الاجتماعي لدى طلاب الجامعة, المجلة الدولية للعلوم الإنسانية والاجتماعية, العدد 14, جامعة نجران, السعودية.
5- أسعد محمد خوخ حنان, (2002),الخجل وعلاقته بكل من الشعور بالوحدة النفسية وأساليب المعاملة الوالدية لدى عينة من طالبات المرحلة المتوسطة بمدينة مكة المكرمة, جامعة أم القرى,مكة المكرمة.
6- الجوهرة بنت عبد القادر طه شيبني, (بدون سنة), الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بسمات الشخصية لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى بمكة المكرمة, نيل درجة الماجستير, جامعة أم القرى, مكة المكرمة.
7-باكيني حكيمة و رمضاني سارة, (2017), تقدير الذات وعلاقته بالتوافق النفسي لدى المراهق الموهوب, مذكرة نيل شهادة الماستر, جامعة الشهيد حمه لخضر بالوادي.
8-بدر الدين حسب الرسول إبراهيم محمد, (2019), القلق وعلاقته بتقدير الذات لدى معتمدي المواد النفسية بمحلية الخرطوم بحري, بحث لنيل درجة الماجستير في علم النفس, جامعة النيلين.
9-برداد صورية, (2016), علاقة الوحدة النفسية بالاكتئاب لدى الأشخاص المسنين, نيل شهادة الماستر, جامعة عبد الحميد بن باديس, مستغانم.
10-بعلي مصطفى, (2007), الرفض الوالدي كما يدركه الأبناء وعلاقته بالوحدة النفسية, مذكرة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس, جامعة محمد خيضر, بسكرة.
11-بن دهنون سامية شيرين و ماحي إبراهيم, (2014), الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلاب الجامعة, جامعة وهران ,الجزائر.

12- بن شعبان شهرزاد, خراخرية لبنى, (2019), فاعلية برنامج إرشادي جماعي لتحسين تقدير الذات لدى المراهق المتمدرس, مذكرة لنيل شهادة الماستر, جامعة 8ماي 1945, قالمة.

13- بوزيان وردة و حملة سامية, (2018), ممارسة الأنشطة الرياضية وعلاقتها بتقدير الذات لدى الطالب الجامعي, نيل شهادة الماستر, جامعة 8ماي 1945, قالمة.

14- بوعقادة هند, (2013), تقدير الذات لدى المراهق البطال, نيل شهادة الماجستير, جامعة وهران.

15- جعفر سندس ريان, (2020), مستوى الشعور بالوحدة لدى المراهق يتيم الأب, مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماستر, جامعة محمد خيضر, بسكرة.

16- جميل دياب عابد وفاء, (2008), الوحدة النفسية لدى زوجات الشهداء في ضوء بعض المتغيرات النفسية, متطلب تكميلي مقدم لنيل درجة الماجستير في الصحة النفسية, الجامعة الإسلامية, غزة.

17- حازم شوقي محمد –محمد الطنطاوي, بدون سنة, المنهج الوصفي, قسم الصحة النفسية كلية التربية.

18- حسبني سمية, (2018), تقدير الذات لدى التلاميذ المعيدين لمستوى الرابعة متوسط, دراسة ميدانية, جامعة قاصدي مرباح –ورقلة- .

19- حدواس منال, (2013), الشعور بالوحدة النفسية وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي ومستوى تقدير الذات لدى المراهق الجانح, مذكرة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس الاجتماعي, جامعة مولود معمري, تيزي وزو.

20- حسن علي خويطر وفاء, (2010), الأمن النفسي و الشعور بالوحدة النفسية لدى المرأة الفلسطينية (المطلقة والأرملة), وعلاقتها ببعض المتغيرات, نيل رسالة الماجستير علم النفس, الجامعة الإسلامية, غزة.

21- حمزاوي زهية, (2017), صورة الجسد وعلاقتها بتقدير الذات عند المراهق, مذكرة لنيل شهادة الدكتوراه, جامعة وهران 2.

22- راشد بن سالم الحجري سالمة,(2011),فاعلية برنامج إرشاد جمعي في تنمية تقدير الذات لدى المعاقين بصريا في سلطنة عمان' رسالة ماجستير, جامعة نزوي, عمان.

23- زغيدي إدريس, (2014), تقدير الذات لدى الراشد المصاب بالعقم , دراسة عيادية, بتطبيق مقياس "كوبر سميث" لتقدير الذات, جامعة محمد خيضر بسكرة, الجزائر.

24- سنوسي زموري و منادلي محمد, (2014), الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلاب الجامعة – دراسة ميداني – جامعة يحي فارس – مدية –.

25- سايح زليخة, (2015), علاقة تقدير الذات ووجهة الضبط بالتحصيل الدراسي (دراسة ميدانية على تلاميذ سنة أولى ثانوي) جامعة أبي بكر بلقايد, تلمسان.

26- سبع سهام و عثمان غنية,(2015), التفاؤل والتشاؤم والوحدة النفسية لدى مرضى القصور الكلوي المزمن, مذكرة نيل شهادة الماستر علم النفس العيادي, جامعة أكلي محند أو لحاج, البويرة.

27- سني أحمد, (2015), تقدير الذات وعلاقته بالتوافق النفسي لدى المسن, رسالة نيل شهادة الماجستير, جامعة محمد بن أحمد, وهران 2.

28- شافو أنور, خلفاوي صفاء, (2017), الرضا عن التخصص الدراسي وعلاقته بتقدير الذات لدى طلبة سنة أولى علوم اجتماعية, مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر, جامعة حمه لخضر الوادي.

29- شتيتح إنشراح, (2016), الحرمان العاطفي وعلاقته بمستوى تقدير الذات لدى الطفل المسعف, مذكرة لنيل شهادة ,جامعة قاصدي مرباح , ورقلة.

30- عبد ربه علي شعبان, (2010), الخجل وعلاقته بتقدير الذات ومستوى الطموح لدى المعاقين بصريا, نيل شهادة الماجستير, الجامعة الإسلامية, غزة.

31- المومني على صالح هناء, (2006), تقدير الذات وعلاقته بالمستوى التعليمي والعمر وطريقة التنقل والحركة لدى المعاقين بصريا, جامعة عمان العربية.

32- عمور ربيحة, (2018), الذكاء الانفعالي وعلاقته بالدافعية للانجاز وتقدير الذات لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي (دراسة مقارنة بين التلاميذ المتفوقين والمتأخرين دراسيا) ولاية تيزي وزو نموذجا, جامعة مولود معمري, تيزي وزو.

33- مجذوب أحمد محمد أحمد قمر, (2015), تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدواني وقلق المستقبل وبعض المتغيرات الديموغرافية, نيل شهادة الدكتوراه, جامعة دنقلا.

34- محمد العطا عايدة, (2014), تقدير الذات وعلاقته بالمستوى الاجتماعي الاقتصادي والتحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدارس محلية جبل أولية, بحث مقدم لنيل درجة الماجستير, جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا.

35- منسي محمود عبد الحليم, (2003), مناهج البحث العلمي في المجالات التربوية و النفسية, الإسكندرية, دار المعرفة الجامعية.

36- الدواش محمد فؤاد,(2021),النموذج السببي للعلاقات المتبادلة بين الإفصاح الوجداني عن الذات وكل من الأليكسيثيميا والغضب الإكلينيكي والوحدة النفسية لدى طالبات جامعة الشرقية بسلطنة عمان, جامعة الشرقية, سلطنة عمان.

37- ننوش الحبيب و هراندي محمد, (2016), الأمن النفسي وعلاقته بتقدير الذات في حصة التربية والرياضة لدى تلاميذ المرحلة الثانوي, نيل شهادة الماستر, جامعة عبد الحميد بن باديس, مستغانم.

الملاحق

الملحق الأول: مقياس تقدير الذات لروزبنارغ

الرقم	العبـــارات	أوافق بشدة	أوافق	لا أوافق	لا أوافق بشدة
1	بشكل عام, أنا راض عن نفسي.				
2	أحيانا, أشعر بعدم جدواي.				
3	أعتقد أنني أمتلك العديد من الصفات الجيدة.				
4	أستطيع القيام بالأشياء التي يقوم بها الآخرون.				
5	أشعر بعدم وجود شيء يجعلني فخور بنفسي.				
6	بالتأكيد, أشعر بعدم فائدتي أحيانا.				
7	اشعر بأنني شخص ذو قيمة, على الأقل, بشكل متساو مع غيري.				
8	أتمنى أن أكن لنفسي احتراما أكبر.				
9	بشكل عام, أنا أميل إلى الشعور بأنني فاشل.				
10	لدى سلوك إيجابي اتجاه نفسي.				

الملحق الثاني: مقياس الوحدة النفسية لراسيل

رقم	العبـــــــــــــــــــــــــــــــارات	أبدا	نادرا	أحيانا	دائما
1	اشعر بأنني متفاهم مع المحيطين بى				
2	اشعر بأنني افتقد إلى الصحبة				
3	ليس هناك شخص يمكنني أن اذهب إليه				
4	لا اشعر بأنني وحيد				
5	اشعر بأنني عضو في مجموعة أصدقاء				
6	لي تأثير واضح على المحيطين بى				
7	لا تدوم علاقتي بأحد لفترة طويلة				
8	لا يشاركني من حولي اهتماماتي وأفكاري				
9	أنا شخص متفتح				
10	هناك أناس اشعر أنني قريب منهم				
11	اشعر أنني مهمل ممن حولي				
12	علاقتي الاجتماعية سطحية				
13	لا احد يعرفني جيدا				
14	اشعر بأنني معزول عن الآخرين				
15	استطيع أن أجد الصحبة عندما ارغب في ذلك				
16	هناك أناس يفهمونني حقا				
17	اشعر باني إنسان تعيس				
18	يحيط بى الناس ولكنهم بعيدون عني				
19	هناك أناس يمكنني التحدث إليهم				
20	هناك أناس يمكنني الميل إليهم				