جامعة الموصل
كلية التربية للعلوم الإنسانية
قسم العلوم التربوية والنفسية

التكامل مقابل اليأس وعلاقته بتقدير الذات لدى مدرسي المدارس الثانوية في مدينة الموصل

هذال أحمد محمود عبو

رسالة ماجستير
العلوم التربوية والنفسية / علم النفس التربوي

بإشراف
الأستاذ المساعد
الدكتور سمير يونس محمود العكيدي

١٤٤٤هـ ٢٠٢٣م

التكامل مقابل اليأس وعلاقته بتقدير الذات لدى مدرسي المدارس الثانوية في مدينة الموصل

رسالة تقدم بها

هذال أحمد محمود عبو

إلى

مجلس كلية التربية للعلوم الإنسانية في جامعة الموصل وهي

جزء من متطلبات نيل شهادة الماجستير

في العلوم الإنسانية/ علم النفس التربوي

بإشراف

الأستاذ المساعد

سمير يونس محمود العكيدي

١٤٤٤هـ ٢٠٢٣م

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

" يُؤْتِي الْحِكَمَةَ مَنْ يَشَاءُ وَمَنْ يُؤْتَ الْحِكْمَةَ فَقَدْ أُتِيَ خَيْراً كَثِيراً وَمَا يَذَّكَّرُ إِلَّا أُولُو الْأَلْبَابِ "

سورة البقرة : الآية (٢٦٩)

إقرار المشرف

أشهد أن إعداد هذه الرسالة الموسومة بـ **(التكامل مقابل اليأس وعلاقته بتقدير الذات لدى مدرسي المدارس الثانوية في مدينة الموصل)** المقدمة من (هذال أحمد محمود) قد جرت تحت إشرافي في قسم العلوم التربوية والنفسية /كلية التربية للعلوم الانسانية/ جامعة الموصل، وهي جزء من متطلبات نيل درجة الماجستير في علم النفس التربوي.

التوقيع:

الاسم: أ. م. د. سمير يونس محمود

التاريخ: ٢٠٢٢/١٠/١٨

إقرار المقوم اللغوي

أَشهد أنَّ هذه الرسالة الموسومة (التكامل مقابل الياس وعلاقته بتقدير الذات لدى مدرسي المدارس الثانوية في مدينة الموصل) قد تمت مراجعتها من الناحية اللغوية وتصحيح ما ورد فيها من أخطاء لغوية وتعبيرية، وبذلك أصبحت الرسالة مؤهلة للمناقشة بقدر تعلق الامر بسلامة الاسلوب وصحة التعبير اللغوية.

التوقيع:

الاسم: أ.م.د. عبد الغفار عبد الجبار عمر

التاريخ: ٣٠ /١٠/٢٠٢٢

إقرار رئيس لجنة الدراسات العليا

بناءً على التوصيات المقدمة من المشرف والمقوم اللغوي والمقوم العلمي، أرشح الرسالة الموسومة (التكامل مقابل اليأس وعلاقته بتقدير الذات لدى مدرسي المدارس الثانوية في مدينة الموصل) للمناقشة.

التوقيع:

الاسم: أ .م .د. ياسر محفوظ حامد

التاريخ: ٢٠٢٢/١٢/٦

إقرار رئيس قسم العلوم التربوية والنفسية

بناءً على التوصيات المتوافرة، أرشح هذه الرسالة الموسومة (التكامل مقابل اليأس وعلاقته بتقدير الذات لدى مدرسي المدارس الثانوية في مدينة الموصل) للمناقشة .

التوقيع:

الاسم: أ .م .د. ياسر محفوظ حامد

التاريخ: ٢٠٢٢/١٢/٦

قرار لجنة مناقشة

نشهد أننا أعضاء لجنة المناقشة، قد اطلعنا على الرسالة الموسومة بـ "**التكامل مقابل اليأس وعلاقته بتقدير الذات لدى مدرسي المدارس الثانوية في مدينة الموصل**"، وناقشنا الطالب **(هذال أحمد محمود عبو)** في محتوياتها وفيما لها علاقة بها بتاريخ (٢٠٢٢/١٢/٢٩)، فوجدنا أنها جديرة بنيل شهادة الماجستير في علم النفس التربوي.

رئيس اللجنة	**عضو اللجنة**
التوقيع :	**التوقيع :**
الاسم : أ. د صفاء طارق حبيب	**الاسم : أ. م. د أحمد وعد الله حمد الله**
التاريخ : ٢٠٢٢/١٢/٢٩	**التاريخ : ٢٠٢٢/١٢/٢٩**
عضو اللجنة	**عضواً ومشرفاً**
التوقيع :	**التوقيع :**
الاسم : أ. م. د ياسر نظام مجيد	**الاسم : أ. م. د سمير يونس محمود**
التاريخ : ٢٠٢٢/١٢/٢٩	**التاريخ : ٢٠٢٢/١٢/٢٩**

قرار لجنة كلية التربية للعلوم الإنسانية

اجتمع مجلس كلية التربية للعلوم الانسانية في جامعة الموصل بجلسته ( ) المنعقدة بتاريخ / / ٢٠٢٣ ، وقرر منحه شهادة الماجستير في علم النفس التربوي.

مقرر مجلس الكلية	**عميد كلية التربية للعلوم الإنسانية**
أ.م. د. تنهيد عادل فاضل	**أ. د. حازم ذنون إسماعيل**
التاريخ : / / ٢٠٢٣	**التاريخ : / /٢٠٢٣**

الاهداء

إلى والدتي الحبيبة..... متعها الله بالصحة والعافية ....

إلى والدي، سندي وعضّدي ..... أطال الله في عمره، وأعطاه المزيد من الصحة والعافية...

إلى من لا يملئ فراغه احد "عمي" رحمة الله عليه..

إلى من كانت نعم السَّند في معترك الحياة والتي لم تدَّخر جُهداً في مساعدتي ..... زوجتي الحبيبة شريكة الحياة....

إلى ابنائي وبنتي الأعزاء ....

إلى عزوتي و سندي أولاد عمي الأعزاء...

إلى من فيهم رائحة والدتي الغالية أخوالي الأعزاء.

الباحث

بسم الله الرحمن الرحيم

شكر وثناء

الحمد والشكر لله الذي له ملك السموات والارض والصلاة والسلام على فخر الكائنات خاتم النبيين محمد (عليه الصلاة والسلام) الذي صاغ للبشرية قانون الحياة وحث على العلم والتعلم وعلى آله وصحبه أجمعين ..

لا يسعني وقد بلغ البحث هذه المرحلة إلا أن اشكر صاحب الفضل في ذلك، فلم يكن هذا البحث ليصل إلى صورته الحالية لولا توفيق الله أولاً، ثم جهود رائد من رواد البحث في مجال علم النفس مشرفي وأستاذي الفاضل الدكتور سمير يونس محمود العكيدي، وإني هنا أسجل شكري، وامتناني واعترافي بالفضل لسعادته الذي أحاطني بكرم أخلاقه، وسعة علمه، وسديد توجيهاته، في جميع مراحل البحث على الرغم من المشاكل الصحية التي كان يعاني منها فله مني الشكر، ومن الله الثواب على ما قدم

كما أتقدم بالشكر والتقدير الى رئيس قسم العلوم التربوية والنفسية الدكتور ياسر محفوظ الدليمي، لما بذلة من دعم معنوي وجهد ، جزاه الله عنا خير الجزاء.

وأتقدم بوافر الشكر والتقدير الى لجنة السنمار وأساتذتي الأفاضل في قسم العلوم التربوية والنفسية لما قدموه من علم وعون خلال مسيرتي الدراسية .

وأتوجه بالشكر الى جميع الأساتذة الخبراء الذين قدموا الكثير من الملاحظات والآراء السديدة التي أفادتني في التحقق من صدق أداتي البحث .

واشكر مديرية تربية نينوى المتمثلة بمُدَرَاء ومُدَرِّسَي ومُدَرِّسَات المدارس الثانوية والمتوسطة والإعدادية للتعاون مع الباحث لإتمام البحث من خلال الإجابة الصريحة على فقرات المقياسين فجزاهم الله عنا خير الجزاء .

كما لا أنسى الفضل الكبير لوزارة الصحة في اقليم كوردستان/ العراق المتمثلة بمديرية صحة دهوك و مديرية شؤون الوقاية الصحية/ دهوك على إتاحة الفرصة لي لإكمال دراستي العليا ومن ثم التفرغ الكلي للدراسة فجزاهم الله عنا خير الجزاء.

وأخيراً أشكر جميع الأصدقاء الذين قدموا لي المشورة والدعم وأخص منهم الأخ الصديق المغترب مولود عبد القادر الذي لم يبخل علي في توفير المصادر من شتى أنحاء العالم، والأخوة الأصدقاء محمد هاشم العكيدي، وبشار محمد صالح الخزرجي، ومحمد مزاحم الحساوي، وجميع زملاء الدراسة، وأقول لهم جميعاً جزاكم الله خير الجزاء .

ملخص البحث

هدف البحث التعرف على مستوى التكامل مقابل اليأس لدى المدرسين المُسنين، والفروق في التكامل مقابل اليأس على وفق متغير النوع الإجتماعي (ذكور، إناث)، وكذلك مستوى تقدير الذات لدى المدرسين المُسنين، والفروق في مستوى تقدير الذات على وفق متغير النوع الإجتماعي (ذكور، إناث)، والعلاقة بين التكامل مقابل اليأس وتقدير الذات لديهم.

تألفت عينة البحث الأساسية من المدرسين المؤهلين للتقاعد والبالغ عددهم (١٩٥) مُدَرِّساً ومُدَرِّسَة بواقع (١١٥) مُدَرِّساً و(٨٠) مُدَرِّسَة أُختيروا بطريقة عشوائية طبقية من المجتمع الكلي البالغ عدده (٦٧٥) من المؤهلين للتقاعد مباشرة أو على أبواب التقاعد للسنة الدراسية (٢٠٢١-٢٠٢٢) من مدارس مركز مدينة الموصل.

ولتحقيق اهداف البحث فقد قام الباحث ببناء مقياسي التكامل مقابل اليأس ومقياس تقدير الذات، إذ يتكون مقياس التكامل مقابل اليأس بصيغته النهائية من (٣٠) فقرة ذات خمسة بدائل (موافق بدرجة كبيرة جداً، موافق بدرجة كبيرة، موافق بدرجة متوسطة، غير موافق بدرجة كبيرة، غير موافق بدرجة كبيرة جداً)، بينما تكون مقياس تقدير الذات بصيغته النهائية من (١٩) فقرة ذات ثلاث بدائل (أوافق، أوافق لحد ما، لا أوافق). وقد تحقق الباحث من الصدق الظاهري للمقياسين بعرضهما على مجموعة من الخبراء في مجال العلوم التربوية والنفسية، كما تحقق من (تمييز الفقرات والإتساق الداخلي للمقياسين) فضلاً عن إيجاد الصدق والثبات لهما إذ بلغ معامل ثبات مقياس التكامل مقابل اليأس(٠.٨٨) فيما بلغ معامل مقياس تقدير الذات (٠.٨٧).

عولجت البيانات إحصائياً باستخدام الحقيبة الإحصائية للعلوم الإجتماعية (Spss) التي تضمنت مجموعة من الوسائل الإحصائية منها (الإختبار التائي لعينة واحدة, والإختبار التائي لعينتين مستقلتين, ومعامل إرتباط بيرسون، والإختبار التائي للتعرف على دلالة معاملات الإرتباط) .

وتوصل البحث الى النتائج الآتية:

١. يتمتع المدرسين المُسنين بمستوى فوق المتوسط من التكامل مقابل اليأس .
٢. لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية في مستوى التكامل مقابل اليأس لدى المدرسين المُسنين على وفق متغير النوع الإجتماعي (ذكور ، إناث) .
٣. يتمتع المدرسين المُسنين بمستوى عالٍ من تقدير الذات .
٤. لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات لدى المدرسين المُسنين على وفق متغير النوع الإجتماعي (ذكور ، إناث) .
٥. توجد علاقة دالة إحصائيا بين التكامل مقابل اليأس وتقدير الذات .

وفي ضوء النتائج قدم الباحث عدداً من التوصيات والمقترحات منها:

١- إشراك المدرسين المُسنين في صناعة القرار التربوي والتعليمي .

٢- فتح جمعية تحمل اسم المدرسين القدامى تهتم بشؤون المدرسين بعد التقاعد .

كما إقترح إجراء الدراسات الآتية :

١- التكامل مقابل اليأس وعلاقته بنمطي الشخصية A و B لدى المدرسين .

٢- التكامل مقابل اليأس وعلاقته بتقدير الذات لدى عينات أخرى من غير عينة المدرسين .

ثبت المحتويات

الموضوع	رقم الصفحة
الإهداء	أ
شكر وتقدير	ب
الملخص	ت- ث
ثبت المحتويات	ج – د
ثبت الجداول	ذ – ر
ثبت الأشكال	ر
ثبت الملاحق	ر- ز
الفصل الأول **التعريف بالبحث**	١-١٦
أولا: مشكلة البحث	٢
ثانيا: أهمية البحث	٢-١٣
ثالثا: أهداف البحث	١٣-١٤
خامسا: حدود البحث	١٤
سادسا: تحديد المصطلحات	١٤-١٦
الفصل الثاني **إطار نظري ودراسات سابقة**	١٧-٤٩
اولاً: إطار نظري	١٨
المحور الأول : مفهوم التكامل مقابل اليأس لدى إريكسون	١٨-٣٣
النظريات التي فسرت التكامل مقابل اليأس	٢٣-٣٢
اولاً: نظرية التحليل النفسي فرويد	٢٣
ثانياً: نظرية إريكسون في التطور النفسي- الإجتماعي	٢٣-٢٨
مخطط إريكسون ذو الثمان مراحل	٢٤-٢٥
مراحل النمو النفس- الإجتماعي	٢٥-٢٩
ثالثاً : نظرية جين لوفينجر	٢٨-٣٠
رابعاً : نظرية ليفنسون	٣٠-٣٢
خامساً : نظرية نيوغارتن	٣٢

الموضوع	رقم الصفحة
النقاط الاساسية التي ركزت عليها النظريات المفسرة للتكامل مقابل اليأس	٣٢-٣٣
المحور الثاني : تقدير الذات	٣٣-٤٣
مفهوم الذات	٣٣
مكونات الذات	٣٤
مفهوم تقدير الذات	٣٤
الفرق بين مفهوم الذات وتقدير الذات	٣٤
مصادر تقدير الذات	٣٥-٣٦
العوامل المؤثرة في تقدير الذات	٣٦-٣٧
مدى استقرار تقدير الذات	٣٧-٣٨
مستويات تقدير الذات	٣٨
الفرق بين الذكور والإناث في مفهوم تقدير الذات	٣٨-٣٩
نظريات تقدير الذات	٣٩-٤٣
اولاً: نظرية الذات روجرز	٣٩
ثانياً: نظرية زيلر	٣٩-٤٠
ثالثاً: نظرية كوبر سميث	٤٠
رابعاً: نظرية روزنبرغ	٤٠-٤٢
خامساً: نظرية إبستاين	٤٢
سادساً: نظرية القياس الإجتماعي لـ مارك ليري	٤٢
النقاط الاساسية التي ركزت عليها النظريات المفسرة لتقدير الذات	٤٣
دراسات سابقة مفيدة	٤٣-٤٩
دراسات سابقة عن التكامل مقابل اليأس	٤٣-٤٦
الدراسات العربية	٤٣
١- دراسة ناصر ٢٠٠٣	٤٣-٤٤
٢- دراسة سبارجة ٢٠١٦	٤٤
٣- دراسة محسن ٢٠٢٠	٤٤-٤٥
الدراسات الاجنبية	٤٥-٤٦
١- دراسة والاسكاي ويتبون (Walaskay& Whitbourne 1984)	٤٥

الموضوع	رقم الصفحة
٢- دراسة تروكس وآخرون (Torges, M,et al, 2008)	٤٥
٣- دراسة ويسترهوف وآخرون (Westerhof,J,et al, 2015)	٤٥-٤٦
٤- دراسة سوبابا و جباندرا (Sbubba& cbandro, 2021)	٤٦
دراسات سابقة عن تقدير الذات	٤٦
الدراسات العربية	٤٦-٤٧
١- دراسة الجميلي ٢٠٠٨	٤٦
٢- دراسة مكي وبراء ٢٠١١	٤٧
٣- دراسة أحمد ٢٠١٥	٤٧
٤- دراسة قمر ٢٠١٥	٤٧
الدراسات الاجنبية	٤٨-٤٩
١- دراسة ماكملولين جولي وجون كيرني (Mcmullin&Cairney, 2004)	٤٨
٢- دراسة رينتشن وآخرون (Rentzech,et al, 2006)	٤٨
٣- دراسة أحمد (Ahmed,2012)	٤٨
٤- دراسة سارة وآخرون (Sare,et al, 2021)	٤٩
مدى الإفادة من الدراسات السابقة	٤٩
الفصل الثالث **منهجية البحث وإجراءته**	٥٠-٧٢
أولا: مجتمع البحث	٥١
ثانيا: عينات البحث	٥١-٥٤
ثالثا: أداتا البحث	٥٤-٧١
١. مقياس التكامل مقابل اليأس	٥٥-٦٤
خطوات بناء المقياس	٥٥-٦٤
التحليل الإحصائي لفقرات مقياس التكامل مقابل اليأس	٥٧-٦٢
الصدق	٦٢
الثبات	٦٣
الأداة في صيغتها النهائية	٦٣-٦٤

الموضوع	رقم الصفحة
٢. مقياس تقدير الذات	٦٤-٧٠
التحليل الإحصائي لفقرات مقياس تقدير الذات	٦٦-٦٩
الصدق	٦٩-٧٠
الثبات	٧٠
تطبيق أداتي البحث	٧٠-٧١
تصحيح أداتي البحث	٧١
المؤشرات الإحصائية لمقياس التكامل مقابل اليأس	٧٢
المؤشرات الإحصائية لمقياس تقدير الذات	٧٤
الوسائل الإحصائية	٧٥
الفصل الرابع **عرض النتائج ومناقشتها**	٧٦-٨٢
عرض النتائج وتفسيرها	٧٧-٨٢
الفصل الخامس **الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات**	٨٣-٨٤
أولا: الاستنتاجات	٨٤
ثانيا: التوصيات	٨٤
ثالثا: المقترحات	٨٤
المصادر	٨٥-٩٨
المصادر العربية	٨٦-٩٢
المصادر الأجنبية	٩٢-٩٨
الملاحق	٩٩-١١٦
الملخص باللغة الإنكليزية	A,B

ثبت الجداول

رقم الجدول	أسم الجدول	رقم الصفحة
جدول(١)	مراحل النمو النفسي اجتماعي لإريكسون	٢٤-٢٥
جدول(٢)	أسماء المدارس التي تضمنت عينة التطبيق الاستطلاعي	٥٢
جدول(٣)	أسماء المدارس التي تضمنت عينة البناء (التحليل الإحصائي)	٥٢-٥٣
جدول(٤)	أسماء المدارس التي تضمنت عينة البناء	٥٣
جدول(٥)	توزع عينة البحث الاساسية على المدارس	٥٤
جدول(٦)	تعديل فقرات مقياس التكامل مقابل اليأس على وفق آراء الخبراء	٥٧
جدول(٧)	نتائج الاختبار التائي لفقرات مقياس التكامل مقابل اليأس	٥٨-٥٩
جدول(٨)	معاملات الإرتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية لمقياس التكامل مقابل اليأس	٦٠
جدول(٩)	معاملات الإرتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي إليه	٦١
جدول(١٠)	معاملات الإرتباط بين كل مجال والدرجة الكلية لمقياس التكامل مقابل اليأس	٦٢
جدول(١١)	تعديل فقرات مقياس تقدير الذات على وفق آراء الخبراء	٦٦
جدول(١٢)	نتائج الاختبار التائي لفقرات مقياس تقدير الذات	٦٧
جدول(١٣)	معاملات الإرتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات	٦٨
جدول(١٤)	معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي إليه	٦٨
جدول(١٥)	معاملات الإرتباط بين كل مجال والدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات	٦٩
جدول(١٦)	المؤشرات الإحصائية لمقياس التكامل مقابل اليأس	٧٢-٧٣
جدول(١٧)	المؤشرات الإحصائية لمقياس تقدير الذات	٧٤
جدول(١٨)	نتائج الإختبار التائي لعينة واحدة لقياس مستوى التكامل مقابل اليأس للعينة الكلية	٧٧

رقم الجدول	أسم الجدول	رقم الصفحة
جدول(١٩)	نتائج الإختبار التائي لعينتين مستقلتين لدلالة الفرق في مستوى التكامل مقابل اليأس تبعاً لمتغير النوع الاجتماعي (ذكور، إناث)	٧٩
جدول(٢٠)	نتائج الإختبار التائي لعينة واحدة لقياس مستوى تقدير الذات للعينة الكلية	٨٠
جدول(٢١)	نتائج الإختبار التائي لعينتين مستقلتين لدلالة الفرق في مستوى تقدير الذات تبعاً لمتغير النوع الاجتماعي (ذكور، إناث)	٨١
جدول(٢٢)	نتائج الإختبار التائي للكشف عن دلالة العلاقة بين التكامل مقابل اليأس وتقدير الذات لدى أفراد عينة البحث	٨٢

ثبت الاشكال

رقم الشكل	أسم الشكل	رقم الصفحة
شكل (١)	المنحنى التوزيعي لمقياس التكامل مقابل اليأس	٧١
شكل (٢)	المنحنى التوزيعي لمقياس تقدير الذات	٧٢
شكل(٣)	التوزيع الطبيعي لعينة التطبيق النهائي لمقياس التكامل مقابل اليأس	٧٣
شكل(٤)	التوزيع الطبيعي لعينة التطبيق النهائي لمقياس تقدير الذات	٧٥
شكل (٥)	موقع درجات أفراد العينة على منحنى التوزيع القياسي في مقياس التكامل مقابل اليأس	٧٨
شكل (٦)	موقع درجات أفراد العينة على منحنى التوزيع القياسي في مقياس تقدير الذات	٨٠

ثبت الملاحق

رقم الملحق	أسم الملحق	رقم الصفحة
ملحق(١)	تسهيل المهمة	**٩٧**

ملحق (٢)	توزع مجتمع البجث	٩٨-١٠٠
ملحق(٣)	استبيانة آراء المحكمين في مدى صدق فقرات مقياس التكامل مقابل اليأس	١٠١-١٠٤
ملحق(٤)	استبيانة آراء المحكمين في مدى صدق فقرات مقياس تقدير الذات	١٠٥-١٠٧
ملحق(٥)	أسماء الخبراء والمحكمين حسب الالقاب العلمية والحروف الهجائية	١٠٨

رقم الملحق	**أسم الملحق**	**رقم الصفحة**
ملحق(٦)	الصيغة النهائية لمقياس التكامل مقابل اليأس	١٠٩-١١١
ملحق(٧)	الصيغة النهائية لمقياس تقدير الذات	١١٢-١١٣

الفصل الأول

التعريف بالبحث

- مشكلة البحث
- أهمية البحث
- أهداف البحث
- حدود البحث
- تحديد المصطلحات

الفصل الأول
التعريف بالبحث

أولاً : مشكلة البحث : **Research Problem**

تحضىٰ دراسات المُسَّنين بهتمام كبيرة من علم النفس والتخصصات العلمية الأخرى لكونها تجربة حياة تشهد نزولاً تدريجياً في الجوانب الصحية، والاستقلالية، فضلاً عن إنحسار العلاقات الإجتماعية، والإهتمامات، ولا سيما بعد مرحلة التقاعد وفقدان المكانة، وتقلص الدخل، وزيادة وقت الفراغ، وقد يرافق ذلك قلة الصبر أو اضطراب النوم وعدم تحمل ضجيج الأطفال بسبب الحساسية الزائدة، إنها بإختصار تجربة فريدة يمر بها المدرسين المُسّنين وسواهم، ولكن ما يلفت النظر هو إختلاف ردود أفعال المُسّنين المتقاعدين أزاء هذه التجربة التي تتضح معالمها أما برضى الإنسان وتكامله وعدُّ التقاعد فرصة للتعويض عما فاتهم بسبب الالتزام بالعمل، أو بالإمتعاض واليأس لأن التقاعد قد يزيد من مشكلاتهم النفسية والإجتماعية، ويشير الندم على أشياء كثيرة لم يفعلوها في الماضي، فهذه المرحلة من حياة الأنسان تبحث عن الكمال والنظرة الإيجابية للذات والتغلب على مشاعر اليأس التي قد تنتاب الفرد المُسن، إذ يعتقد الباحث أن هناك علاقة نسبية بين التكامل مقابل اليأس وتقدير الذات يمكن دراستها والاستفادة من النتائج في معالجة الكثير التي قد تنتاب المدرسين وخاصة بعد مرحلة التقاعد والتي قد تكون سبب في سيطرة مشاعر اليأس وتدني مفهوم تقدير الذات لديهم.

وعلى ذلك فإن مشكلة البحث الرئيسية تتمثل بالتساؤلين الآتيين :

- هل يعد الإقتراب من التقاعد نهاية لمشوار طويل حافل بالعمل والإنجاز؟
- وهل له تأثير سلبي على تكامل المدرس المُسّن أو تقديره الذاتي لنفسه ؟

ثانياً :أهمية البحث : **The Importance of research**

يقول الله تعالى "اللهُ الَّذي خَلَقَكُمْ مِنْ ضَعْفٍ ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ ضَعْفٍ قُوَّةً ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ قُوَّةٍ ضَعْفاً وَشَيْبَةً يَخْلُقُ مَا يَشاءُ وَهُوَ الْعَلِيمُ الْقَدِيرُ (سورة الروم آية (٥٤))، يوم بعد يوم يقترب الأنسان من المحطة الأخيرة في رحلة حياته كمرحلة عمرية، ولهذا يراها البعض مرحلة الإشراف على النهاية، والبعض الآخر يرى فيها تبلور الحكمة والتجربة والتمرس والخبرة بالحياة، وقسم ينظر إليها من الجانب السلبي بصفتها مرحلة يُعاني منها المُسنين من الضعف ونقص في القوى الجسدية، ومن الطبيعي أن يتغير الإنسان تغيراً عضوياً ونفسياً نتيجة التقدم في العمر فبعد أن كان قادراً على القيام بالواجبات اليومية جميعها بقوةً، أصبح كائنا ضعيفاً يعيش في ماضيه أكثر من حاضره، غير أن البعض من

المُسنين ينجحون في مواجهة مشاكل الحياة ويحققوا ذواتهم بما يضمن لهم التوافق النفسي والاجتماعي . (الصبحي،٢٠١٩: ٣٣٩).

ويعيش الإنسان مراحل نمو متلاحقة خلال فترة حياته، ولكل مرحلة من المراحل مدد زمنية حرجة، وهذه المدد لها تأثير كبير على نموه، فضلاً عن ذلك أن هذه المراحل تتسم بالهرمية منذ ولادة الإنسان حتى وفاته، وأن نجاح الفرد في كل مرحلة يؤثر على المراحل التي تليها (Erikson, 1981: 154).

كما يمر البشر جميعهم بمسار تطوري في مراحل الحياة بدءً من الطفولة وصولاً إلى مرحلة الشيخوخة ولكل مرحلة خصائصها الجسمية والعقلية والنفسية والانفعالية، وأن المرحلة الأخيرة من دورة الحياة التي لا مفر منها قد يجد فيها المُسّن نفسه غير قادر على تغيير ما كان يتمنى تغييره في حياته الماضية، فضلاً عن رؤيته لضبابية المستقبل المتبقي من عمره، وأن اعترافه الصريح مع ذاته بوقوع أخطاء وإخفاقات في حياته السابقة تجعله ينطوي على ذاته ويشعر باليأس والإحباط وقد يجد نفسه مدركاً أن الموت قد يأتي عاجلاً وليس آجلاً، أو أنه بدلاً من ذلك يكافح من أجل خلق إحساس متكامل وجدير بالثقة على مدى مسيرة حياته التي يشعر بالرضى والتكامل عنها في إطار تدمج فيها أشكال واضحة من الأمل والإرادة والحب والرعاية وأن كان مؤلماً لظروف المُسنين في صيغة جديدة من صيغ القوة النفسية والإجتماعية (Erikson,& Kivnick,1986: 55).

وتشير المرحلة الأخيرة في الرسم البياني اللاجيني إلى المدة التي يفكر فيها الأفراد في جهودهم وإنجازاتهم شبه الكاملة، ففي جميع الثقافات تقريباً، تشير هذه المدة إلى ظهور الشيخوخة، وهي مدة زمنية غالباً ما تكون مصحوبة بمطالب عديدة منها: التكيف مع تدهور القوة البدنية والصحية، الاستعداد للتقاعد وإنخفاض الدخل، موت الزوج أو الزوجة، أو الاصدقاء المقربين، والحاجة إلى تأسيس إنتماءات جديدة مع الفئات العمرية القريبة من الفرد المُسّن، الذي يركز انتباهه بوضوح خلال هذه المدة من المستقبل إلى الماضي الذي عاشه، وعلى وفق وجهة نظر إريكسون فإن المرحلة الاخيرة من مراحل الرشد لا تتميز كثيراً بظهور أزمة نفسية اجتماعية جديدة، بل بجمع مراحل الحياة السابقة وتكاملها لتطور الأنا وتقييمها، لذلك فقد ذكر إريكسون أنه لم يجد كلمة أفضل من تكامل الأنا لوصف المرحلة الثامنة والأخيرة من مراحل تطور الحياة وتقييم المراحل السابقة (العزب، ٢٠١٥: ١١٦).

تأتي أهمية دراسة المُسَّنين على وفق نظرية إريكسون، ولا سيما المرحلة الأخيرة (التكامل مقابل اليأس)، لأنها أُنموذجاً يفترض نمطاً واضحاً للتطور المستمر مدى الحياة، وتبلغ ذروته في تحقيق التكامل والحكمة، و يمكن عدَّه أنموذج يساعد في دعم الواجب الأخلاقي لعلم دراسة المُسنين لإضفاء المعنى والقيمة على هذه المرحلة (Gilleard,et al,2017: 232).

ومن وجهة نظر تطورية للكائنات البشرية فأن دراسة المُسَّنين تفهم على نحو متزايد على أنها مدة من مدد الحياة التي يجب أن يكون لها خطة وتنظيم وهدف للتطور البشري، فقد رأى كل من (ويليام وجوناثان) أن هناك أفراداً مصممون لنمذجة حياتهم، ومؤلفون رئيسيون لمسار هذه الحياة، إذ يبدأ الإعداد

المناسب لها منذ مرحلة المراهقة ويتضمن ذلك رؤية الانسان لمستقبله، ومدى توفر الضمان المالي والصحي، وما إلى ذلك، ولكن يبقى لموضوع دراسة المُسنين مستويات نفسية لا يمكن تجاوزها أو الهروب منها تتعلق بالصحة النفسية والإعداد النفسي وتجربة الحياة المقنعة والمرَّضية في هذه المرحلة (Savickas et al,2009:245).

ومما لا شك فيه فإن الوظائف والإدوار تختلف على وفق مراحل حياة الإنسان، إذ تحدث تغيرات في حياته بناءً على المراحل والمتطلبات الجديدة التي يجب أن يؤديها، وإن أهم وأخطر مرحلة يمر بها الانسان هي التقدم في العمر لما لها من طابع خاص يختلف عن المراحل الأخرى، إذ يفقد فيها اشياء كثيرة، تختلف في تأثيراتها على وظيفته النفسية والإجتماعية، لذلك فإن الإنسان المُسِنْ قد يشعر بالضعف والعجز وهو أمر طبيعي، وتبدأ حياته تتغير في مختلف الجوانب الأسرية والاجتماعية والصحية، فيبدأ في إعادة تقييم نظرته لنفسه وحياته في هذه المرحلة، ومع ذلك فهو يشعر بالقدرة على القيام بالمهام الموكلة إليه على نحو مقبول (ابراهيم، ١٩٩٧: ١٥٠) .

إن مفهوم المُسنين بوصفها مرحلة نمو وحكمة ومنظور، لها الصلاحية والأهمية نفسها فيما يتعلق بمراحل الحياة الاخرى، إذ تشكل هذه المرحلة جزءاً مهماً من الحياة وغالباً ما تكون مرحلة اطول من مراحل النمو الأخرى، ويمكن عدَّها مرحلة تقييم لمسار الحياة جميعها، فالفرد المُسن الإيجابي الذي يتسم بالحيويه يعتني بالجيل الجديد من خلال إبداء النصح لهم، على العكس من المُسن السلبي الذي يؤدي إلى إستبعاد حياته بأكملها وجعل الحياة كلها بلا جدوى ومعنى (Wong,2000: 25).

ومن الأمور المهمة التي تقع على عاتق المُسنين هو شعورهم بالقلق على ما سوف يحدث للجيل الناشئ، ومن ثم محاولة جعل القادم أفضل كي يكونوا مصدراً في زيادة الإنتاجية وفي تحسين الثروة البشرية للمجتمع الذي ينتمون إليه، وفي الوقت نفسه يشعر المُسنين بالإنتاجية والمساهمة الفعالة والتفاخر في الإنجازات الماضية والحالية التي أسهمت في تطور المجتمع، فضلاً عن التخلص من مشاعر الركود الناجم من زيادة أوقات الفراغ (Peterson & Stewart,1996: 22).

إن شخصية المُسنين تملك من الصفات والمكونات الجسمية والعقلية والإجتماعية أشبه ما يكون في سياق من التكامل والشمول، إذ يتأثر كل جانب من جوانب الشخصية بالآخر، وهذا لا ينفي وجود الفروق الفردية التي أثبتها علم النفس وعلم الوراثة في المراحل المبكرة من النمو كمرحلة الطفولة والمراهقة، إلا أن الفروق الفردية تكون أوسع وأوضح في مكونات الشخصية في المراحل المتأخرة من العمر (الراوي، ٢٠٠٩: ٥).

وقد يرافق المُسنين العديد من المشاكل النفسية والإجتماعية المؤثرة من حيث قدرتهم على التوافق مع حياتهم، وتغير نمط العلاقات الأسرية والعزلة، وفقدان السلطة، ونقص الدخل المادي وفقدان الإستقلالية تقريباً، فضلاً عن تقلص العلاقات الإجتماعية مع الأصدقاء والأقارب (العفيفي، ٢٠٠٤: ٣٤) .

ومن التغيرات الإجتماعية والإنفعالية في هذه المرحلة تلك التي تشمل الشعور باليأس حين يعبر عنه بأن ما تم إنجازه من اعمال ومال وعلاقات جميعها غير مرضىً عنها، وعلى العكس فالإنسان المُسّن الذي يتصف بتكامل الأنا يعبر عنها بالإحساس بالسعادة والرضا والطمأنينة، لذا قد تشهد هذه المرحلة تدهوراً في تنظيم الإستجابات الإنفعالية، وقلة الأصدقاء، على الرغم من كونها مرحلة أكثر حميمية (ريماوي وآخرون، ٢٠٠٤: ٤٤٧) .

فالصفات الشخصية مهما كانت طبيعتها لا يمكن أن تنمو إلا في بيئة إجتماعية، لذلك كان إختيار إريكسون لمواضيع في نمو البالغين مثل، الهوية، والعلاقة الحميمية، والإنتاجية، والتكامل وسواها، تبدو بأنها بداهة صفات إنسانية مهمة للمجتمع، من الصعب تخيل مجتمع لا يمتلك فيه المُسنين أي إحساس بالهوية، ولا يشكلون أي علاقات حميمية، ولا يساهمون بأي شيء بنفع الأجيال القادمة ولا يشعرون بأي تماسك في حياتهم، (Beyers,et.al 2010: 388)، مع ذلك فإن عدد من المسنين يعانون من الهول الوجودي "عدم الرفاه" وبعض خيارات الرفض من الأبناء، فضلاً عن معاناتهم من مواطن الضعف على مر السنين التي عاشوها وهي تمثل تحدياً كبيراً لهم، ويصل هذا التوتر إلى ذروته، حين يواجه المُسَن تحدياً في الإعتماد على دورة حياة أوشكت على الإنتهاء أكثر مما تبقى، وهنا تؤدي الحكمة التي من خلالها يعيش المُسّن المستقبل، ويضع نفسه في منظور تلك الأجيال التي تعيش الآن (Erikson,& Kivnick,1986: 55)، وكثيراً ما يشعر المُسنين بأنهم غير مفيدين وغير مرغوب فيهم، وحين يواجهون المواقف التي تتطلب أن يتخذوا قراراً ينتابهم القلق، ويبدؤون باسترجاع تاريخ حياتهم بدرجة كبيرة، إذ يفكرون كثيراً في الوقت المتبقي من حياتهم أكثر من التفكير في المدة التي عاشوها منذ الميلاد (دافيدوف، ١٩٨٦، ٦٤٥)

إذ يطور العديد من المُسّنين حسن الدعابة، والبعض منهم يُعدَّون نماذج يقتدى بها، ذلك لأن الأبناء البارزين يرون فيهم صفات مثيرة للإعجاب لم تحظى بالعناية الكافية ويحاولون رد الجميل بالمحبة وبالحرارة ذاتها التي إتبعها الآباء معهم أثناء مسيرة حياتهم (Erikson,& Kivnick,1986: 57).

وكذلك من الصفات الحسنة لأجيال المُسنين انهم يُعدَّون مصدراً للإلهام والفخر والدعم والتشجيع والحكمة، كونهم عاشوا في ظروف حياتية صعبة، فالمسنون لا يتوانون عن العمل الذي يعدونه فلسفة خاصة بهم تجعلهم يشاركون في الأنشطة اليومية الروتينية (Erikson,& Kivnick,1986: 58)، وعلى الرغم من أن التركيز على الذات ينخفض في هذه المرحلة ، ويستبدل ذلك بتطور أكبر في صفة الإيثار، الذي يعد نوعاً من التغير من الانانية إلى الإيثار، إذ يطلق عليه السمو الذاتي، وفيه يتجاوز المسَّن رغبات وإحتياجات الذات لصالح إحتياجات ورغبات الآخرين من الأبناء وغيرهم (قطيشات والتل،٢٠٠٩: ٧٤).

ويرتبط المُسَّنون الذين يشعرون بالتكامل بأسرهم وأصدقائهم وأحبائهم والمجتمع المحلي الذي ينتمون إليه، ويختبرون الحياة كالتزام ويروجون من خلاله لقيمهم ويؤكدونها بوعي ومنظور عميق مع مراعاة

نسبية الأخلاق أو الثقافة، فالأفراد المُسَّنون المتكاملون مرنون وفضوليين ومنخرطون على نحو عام في الحياة (Hearn et al,2012:20). وفي هذا الصدد فقد أشار "لارس" إلى ان إدراك المُسن يكون أكبر، إذ يكتشف جوانب عديدة في شخصيته لم يكن قد إنتبه اليها من قبلُ سواءً أكانت جوانب إيجابية أم سلبية، لذلك فإن الفرد المُسن يكون أكثر استقراراً واستبصاراً بالذات، ولا يتعلق ذلك باكتشاف جوانب جديدة في الشخصية وانما إعادة تعريف للجوانب التي كانت معروفة لدى المُسّن سابقاً. (Lors,2005, 60).

إن الفرد المُسن يتوافق إلى حد ما عن الكمال، أي إيجاد معنى لحياته الخاصة وتنظيمها بالنسبة للعالم، لمواجهة اليأس والاشمئزاز الذي يغلب على حياته، الناجمين عن الإخفاق واستحالة إستعادة ما فات، لهذا يؤكد إريكسون على ضرورة العودة لتاريخ حياة الأفراد وما يزخر به من نجاحات وإخفاقات لفهم سلوكياتهم وتصرفاتهم عندما يصبحون مُسنين، ومع ذلك فقد عدَّ إريكسون هذه المرحلة ممثلة للنضج الكامل (Sherron,&Lumsden,1990: 56)، إذ إن فهم هذه المرحلة لا يساعد المُسّن على إدارة شؤون حياته عندما يكبر فحسب، بل يزوده بما يحتاج إليه من معرفة عن هذه النسبة الهائلة من المُسنين ذوي الشعر الأبيض بين السكان وما يتطلبه ذلك من علوم جديدة واهتمامات جديدة تتعلق بدراسة الخصائص النفسية والجسمية والعقلية والصحية والاجتماعية لهذه الشريحة (الزبيدي،٢٠٠٩: ٢٩٠).

وبعد هذا الضعف والهدم في قوىٰ الفرد الُمسَّن يبدأ بالتفكير الذاتي بدرجة متزايدة والإنصات إلى ما بداخله والنظر إلى ماضيه، إذ نرى أن بعض الأفراد المقبلين على التقاعد لديهم شعور بالرضا عن جزء من حياتهم الماضية وما حققوه فيها من إنجازات والشعور بالحكمة والرفاهية النفسية، بينما لم يستفد البعض الآخر من الوقت والفرص التي منحت له وبالتالي يشعر باليأس وعدم الرضا عن حياته السالفة، كما يعد عدم توافق الفرد الُمسَّن لسن التقاعد أزمة، لها عوامل سلبية منها الشعور بفقدان المكانة الإجتماعية وكثرة أوقات الفراغ مع الشعور بعدم الجدوى (بيسكوف،١٩٨٤: ٥٦٢) .

وفيما يتعلق بفترات النمو الحرجة خلال مراحل حياة الفرد فإن إريكسون يرىٰ أن المشاكل النمائية التي تظهر لدى الإنسان نتيجة للفترات الحرجة والتي إذا لم تحل في مرحلة معينة ستظهر في المراحل التي بعدها، وأن هذه المراحل تسير في تسلسل هرمي، وأن لخبرات الفرد الأولية تأثير واضح على حياته في المستقبل، وأن تحقيق مطالب النمو في كل مرحلة له دور في نمو الفرد النفسي والاجتماعي السليم (Erikson, 1981: 80).

إن مراجعة شريط الحياة تعد عملية عقلية تحدث من خلال العودة التدريجية إلى الماضي، واستذكار لأحداث الماضي التي تحتوي على العديد من الأخطاء الماضية المسببة للشعور بالندم، ومن ثم محاولة

تصحيح تلك الأخطاء أو إعادة دمجها مع الخبرات اللاحقة بالصورة التي تحقق الشعور بالرضا ومحاولة التخلص من الشعور بالندم (محسن،٢٠٢٠: ٢) .

يرى هيجل و زيكلر أن القدَر ليس مقبولاً كإطار للحياة، والموت كذلك بوصفه حدوداً نهائية. إذ يشير اليأس إلى أن الوقت قصير جداً بالنسبة للطرائق البديلة إلى التكامل، ولهذا السبب يحاول المُسنين تعديل ذكرياتهم (Larry, H,A, Ziegler, D ,1981: 130).

ونظراً إلى أن عينة البحث هم من المُدَرّسين المقبلين على التقاعد، فإن التقاعد يعد واحد من أصعب الأزمات النفسية التي تمر على الانسان الموظف المُسَّن لما يترتب عليه من نتائج صعبة أحياناً، كفقد الأدوار واتخاذ أدوار جديدة إلا أن البعض يرحب بالتقاعد عن العمل ولاسيما حين لا يؤثر تقاعده على دخله المالي وما يترتب عليه من مستوى معيشي، كما يرحب به كذلك من كان يشغل وظيفة لا تثير إهتمامه ولا ترضي طموحاته ولا تشبع حاجاته ولا تحقق أهدافه، بينما يصبح التقاعد تجربة صعبة لمن كانت وظيفته محورٍ حياته، وتزداد مشكلات التقاعد حين يجد الفرد المُسَّن أن لديه ساعات كثيرة من الفراغ اليومي ولا يجد فيها انشطة ذات معنى يقضيها في أوقات فراغه ويمارس هواياته ويقضي على الفراغ والملل الذي يعيشه (احمد،٢٠١٥: ١٠) .

إن نجاح الفرد في التوافق لمرحلة التقاعد يرتبط أساساً بالمدى الذي وصل إليه في تحقيق رغباته، وتبعاً لنظرية ماسلو (Maslow) فإن الفرد إذا تمكن من إشباع رغباته المتقدمة، ستساعده في النهاية على تحقيق ذاته واهدافه المرجوة، فالمُسّن الذي تغلب على العقبات السابقة، يمكنه أن يمضي قدماً نحو تحقيق المزيد من الأهداف، فرغبته بأن يكون خلاقاً ومبدعاً لعمل الخير هي الوسيلة التي يحظى بها على إهتمام وتقدير الآخرين (الاشول، ٢٠٠٨: ٣٩٤). وعلى ذلك فإن هذه المرحلة يمكن أن تمثل وضعية تسبب الكثير من الإحباطات، فقد تؤدي بالفرد المُسَّن إلى الشعور بنقص القيمة، وفقدان تقدير الذات وفقدان الرغبة في الوجود، كما تغذي لديه الغضب والعدوانية، لكن الكثير من المُسنين يعيشون في حالة سعادة وهناء وقناعة بما أنجزوه وعلى وفق هذا المنظور، فقد عدَّ إريكسون أن ما يميز الفرد المُسن الناجحة عن الفرد المُسن التعيس هو التكامل، أي رضا الفرد المُسّن بنفسه وبحياته وبما أنجزه في عمله مع ابنائه ومع مجتمعه (عبد الرحمن، ١٩٩٨: ٢٩٢).

فالفرد المُسّن ذو الشخصية المتكاملة هو الشخص الإيجابي القادر على التفكير ببصيرة وحكمة، ولديه شعور بالرضا عن حياته الماضية بكل جوانبها الجيدة والسيئة، والقادر على تقديم المشورة والنصح للآخرين، بينما الشخص الذي لا يستطيع الوصول إلى تكامل الشخصية خلال مراحل حياته جميعها فهو يائس خجول متشائم ومحبط دائماً، لذا فإن الشخص المحقق لذاته الذي يصل إلى مرحلة التقاعد، يشعر بالتوافق النفسي والإحساس بالمعنى الوجودي للحياة (Stewart & Vandewater,1999: 272).

والمُسَّنون الناجحون في هذه المرحلة من النمو، يشعرون بالرضى والإنجاز، إذ يشعرون بالتكامل، ويشعرون بأنهم قد حققوا إمكانياتهم في الحياة، وأن لديهم القليل مما يشعرون نحوه بالأسف، ولهم القدرة على إحداث إصلاحات في البيئة المحيطة، وانسجامه مع غيره ولديه القدرة على عقدة الصلات الإجتماعية، في مقابل ذلك ينظر البعض إلى حياتهم السابقة مع إحساس بعدم الرضى، ويكون سيء التوافق مع نفسه ومع الاخرين، ولا يستطيع التوافق بين الماضي والحاضر والمستقبل وقد يشعرون بأنهم قد فقدوا بعض الفرص الهامة ولم يحققوا ما رغبوا به، وأن حياتهم قد تفتقر بذلك إلى التكامل، أفراد كهؤلاء قد يشعرون بغياب السعادة والإحباط والغضب حيال ما تعرضوا له أو فعلوه في حياتهم، وباختصار إنهم يشعرون باليأس (سليمان، ٢٠٢١: ٣٨).

أما اليأس فهو الوجه المقابل للتكامل، إذ يتملك الأشخاص الذين ينظرون إلى الماضي على أنه كان خالياً من أي مغزى أو قيمة، ويحدث هذا على نحو واضح عندما يعتقد الفرد المُسّن بأن آماله التي بدأ بها رحلته في الحياة قد أجهَّضت، ولم يُعد بعد بالإمكان تحويل الدنيا لصالحه؛ ومع ذلك فإن الفرد الصحيح المعافى، والمؤمن والمستقرْ مادياً، والمرغوب فيه من الزوج أو الزوجة، والاسرة، نادراً ما ينتابه إحساس باليأس (سليم،٢٠٠٢: ٥٢٩).

أظهرت نتائج دراسة فيشمان (Fishman,1988) أن تكامل الشخصية يعني القدرة على وضع الماضي في المنظور، والعيش في الوقت الحاضر والحصول على الحكمة، وليس الخوف من المستقبل، أما النتائج السلبية فتكمن في اليأس (Fishman,1988: 97).

وكذلك أظهرت دراسة بتلر (Butler) نتائج مشابهة جداً لتلك المرتبطة بتكامل الأنا مقابل اليأس في مرحلة الرشد المتأخر، إذ أدعى بتلر أن الناس يراجعون ماضيهم ويعالجون في نهاية حياتهم ما أمكنهم ذلك سبيلاً في مواجهة بعض أخفاقات التجارب السابقة، هذه المعالجة أو تقييم الأحداث الماضية هو ما يميز مراجعة الحياة عن الذكريات العامة و عندما يعمل الناس بنجاح من خلال هذه الذكريات، فإنهم يعيدون دمج هذه القضايا في فهمهم الذاتي الحالي الذي يجلب لهم السرور والصفاء، شعوراً منهم بأن الصراعات الداخلية السابقة قد تم حلها، ومع ذلك لا يستطيع الجميع إعادة دمج ماضيهم، ومن لا يستطيع إجترار الأفكار على نحو مفرط سيعاني من الذنب والذعر والإكتئاب الشديد، وما يزال آخرون يتجنبون التفكير في مثل هذه الصعوبات الماضية، ووفقاً لإريكسون فإن على الانسان أن يكون على استعداد لإعادة النظر في الصعوبات السابقة ومراجعتها من اجل تحقيق تكامل الأنا (Torges,et al,2005: 150)

أما هيلسون وآخرون (١٩٩٥) فقد لاحظوا عينة صغيرة من النساء اللائي وصلن إلى مستويات عالية نسبياً من تطور الانا بحلول منتصف العمر، بأنه كان لديهن استعداداً ورغبة للتعبير عن الإحتياجات المتضاربة والتصدي لها (Helson,et al,1995: 552)

عدّ إريكسون وآخرون ١٩٨٦، أن هذا الإتجاه لمراجعة الأحداث الماضية ومعالجتها هو الأكثر بروزاً في حياة المُسنين، ومع ذلك فقد وجد علماء الإجتماع دليلاً على هذه المراجعات لا تقتصر على المُسن وحده (Stewart&Vandewater,1999:340).

كما حدد روبرت بيك (١٩٦٨) ثلاثة مهام محددة يفترض بالفرد المُسن معالجتها وهي: أن يقوم بتطوير رضاه عن نفسه بغض النظر عن دوره المهني أو الإجتماعي، والتوافق مع حالات التراجع المادية، والارتياح عند التفكير في الحياة والإنجازات السابقة (محسن، ٢٠٢٠: ٦).

إن أغلب الدراسات اللاحقة بشأن التكامل لم تركز على التطور النظري ولكن على الإختبار التجريبي لنظرية إريكسون، ولاسيما في سياق ما يمكن تسميته فضيلة التكامل، إذ سعت بعض هذه الدراسات إلى إعادة تعريف أو تحديد أكثر وضوحاً لمفهوم "التكامل" وجوهره الأساس وما يخالف نقيضه المعاكس "اليأس"، فضلاً عن التحقق عن كيفية إرتباط هذين المفهومين بعوامل وسمات أخرى للشخصية مثل: التوافق، والصحة النفسية، والانفتاح، والانبساط، والقبول، والضمير، والعصبية (Westerhof,J,et al 2017: 405).

وكذلك ركزت بعض الأبحاث التجريبية عن التكامل على الأشخاص ذوي التعليم الجيد في أواخر مرحلة الرشد في الدول ذات الإقتصاديات المتقدمة في شرق آسيا، للتحقق من علاقات الأفراد المُسّنين مع العالم وجودة العلاقات بين الأجيال المختلفة وقد أظهرت النتائج دلالات إيجابية عن شعور المُسّنين بالتكامل (Hoare,2013: 53)

أما الذات فإنها تعد حجر الزاوية في شخصية الفرد، وأن تكاملها وتوازنها ومرونتها تصبغ الفرد نمطاً لشخصيته يميزه عن الآخرين، كما أن الذات تبدأ بالتكوين، وتتبلور تبعاً للنمو البيولوجي والنفسي والاجتماعي وكذلك علاقته بالمحيطين به، فتقدير الذات يعد اللبنة الأساسية التي يقوم عليها البناء النفسي للشخصية، كما يعد من أهم المفاهيم والإبعاد المحددة لشخصية الإنسان (رمضان،٢٠٠٠: ٣).

إن تقدير الذات يعد من المفاهيم التي إهتم بها علماء النفس بشكل عام وعلماء الصحة النفسية بشكل خاص، نظراً لأهمية هذا المفهوم في تكوين الشخصية ولاسيما في المرحلة المبكرة من حياة الفرد، فضلاً عن تأثيرها الكبير على المراحل اللاحقة ولاسيما مرحلة الرشد المتأخر (شاهين و حميدي، ٢٠٠٧: ١١)

ويعد تقدير الذات من أكثر المواضيع النفسية التي درست على مدار أربعة عقود الماضية، إذ اخذت حيزاً كبيراً من البحوث النفسية (Hill,1988: 12). إلا أن هذه البحوث إقتصرت على المراحل المرتبطة بالطفولة والمراهقة، وقليل منها تطرقت إلى مرحلة المُسنين، ولأهمية موضوع تقدير الذات فقد تناوله العديد من المفكرين والباحثين أمثال كوبر سميث (١٩٦٧) الذي يرى أن المجالات الحياتية تتأثر بمستوى تقدير الذات من خلال إرتباطه بمتغيرات عديدة منها: الإعتماد على الذات، مشاعر الثقة بالنفس، إحساس الفرد بكفايته، تقبل الخبرات الجديدة، فاعليته في الإتصال الإجتماعي، وهذا بدوره يوطد العلاقة بين تقدير الذات والمرحلة العمرية التي يعيشها الفرد والتي لها علاقة بالمحيطين به (رمضان، ٢٠٠٠: ٤) .

وتأتي أهمية تقدير الذات من خلال ما يصنعه الفرد لنفسه ويؤثر بوضوح في تحديد أهدافه واتجاهاته واستجاباته نحو الآخرين ونحو نفسه، مما جعل العديد من المنظرين في مجال الصحة النفسية يدعونَّ إلى التأكيد على أهمية تقدير الذات في حياة الافراد، وكان فروم أحد الأوائل الذين لاحظوا الإرتباط الوثيق بين تقدير الشخص لنفسه ومشاعره نحو الآخرين وأن تقدير الذات المنخفض يعد شكلاً من أشكال العصاب (حمام، ٢٠١٠: ٨١).

ويعد تقدير الذات كذلك من الأبعاد المؤثرة في حياة الأفراد، إذ إنه يعبر عن اعتزازهم بأنفسهم وثقتهم بها، ويرتبط بقدراتهم واستعداداتهم وإنجازاتهم العملية، كما يرى فرنش وآخرون بان تقدير الذات يعدُّ من الإبعاد الرئيسة التي يضعها الفرد لنفسه ومن خلالها يرى ذاته والآخرين، وتتصف هذه الأبعاد بأنها ليست كلها على الدرجة نفسها من الأهمية للشخص وإنما تختلف في درجة مركزيتها (الجبوري و العبيدي، ٢٠١٣: ٢٥٩).

إن مفهوم تقدير الذات يحدد للإنسان شخصيته ويحدد له أسلوبه المتميز في الحياة، ولما كانت الذات تعد مركزاً الشخصية التي تتجمع حولها كل النظم الاخرى، وهي التي تمد الشخصية بالتوازن والثبات فإن تقدير الذات الإيجابي يعد الغاية التي ينشدها الإنسان، إذ يشير تقدير الذات إلى افضل أشكال التوازن والتكامل والإمتزاج المتجانس لجوانب الشخصية جميعها (هول وليندزي،١٩٧٨: ١١٩)، إنه مفهوم نابع من الحاجات الأساسية للإنسان، فقد أشار إليه العديد من المنظرين في مجال علم النفس على وجه عام، أمثال ماسلو Maslow الذي صمم هرم الحاجات وجعل الحاجة إلى تقدير الذات في قمة الهرم، وكذلك فروم وروجرز في تأكيدهما على أهميتها في تحقيق الصحة النفسية (غريب، ١٩٩٤: ٩٤).

وهناك العديد من العوامل التي تؤدي دوراً مهماً في تقدير الفرد لذاته منها ما يتعلق بالفرد نفسه مثل استعداداته وقدراته والفرص التي يستطيع أن يستغلها بما يحقق له الفائدة، ومنها ما يتعلق بالبيئة الخارجية وبالأشخاص الذين يتعامل معهم، فإذا كانت البيئة تهيئ للفرد المجال والانطلاق والإنتاج

والإبداع فإن تقديره لذاته يزداد، أما إذا كانت البيئة المحيطة به تضع العوائق امامه بحيث لا يستطيع أن يستغل قدراته واستعداداته لكي يحقق طموحاته فإن تقديره لذاته ينخفض، وكذلك فإن نمو تقدير الذات لا يتأثر فقط بالعوامل البيئية والموقفية فحسب وانما يتأثر بعوامل دائمة مثل الذكاء، والقدرات العقلية، وسمات الشخصية، والمرحلة العمرية، والتعليمية التي يمر بها (عبد الفتاح،١٩٩٣: ١٣).

إن تقدير الذات يتمخض عن وعي أو ورؤية سليمة وموضوعية للذات، فقد يغالي الفرد في تقديره لذاته، ويصاب بما يمكن وصفه بسرطان الذات أو التضخم المرضي في ذاته مما يجعله غير مقبول اجتماعياً، أو انه لا يعطي لنفسه حقها ويحط من قدرها وبالتالي ينحدر بذاته نحو الإحساس بالنقص، أو قد يكون متزناً يجمع بين الكبرياء الحميد والتواضع واحترام الآخرين (كامل،١٩٩٣ : ١٧٣)، ويمثل تقدير الذات القيمة الإجمالية التي يضعها الفرد على نفسه كشخص أو أنه يعكس التقييم لشخصه أو تقديره لقيمته، ويشمل تقييم تقدير الذات المعتقدات والعواطف جميعها مثل الإنتصار على مشاعر اليأس والعار، ويمكن أن ينطبق تقدير الذات على وجه التحديد على بُعد معين، أو أن يتسم بأبعاد أوسع، ووفقاً لنظرية الحاجات ماسلو، فإن حاجة تقدير الذات لها بُعدين، واحدة دنيا والأخرى عليا، الجزء الأدنى هو الحاجة إلى إحترام الآخرين، والحاجة إلى المكانة والشهرة والاهتمام والمجد والسمعة، ويتضمن البعد العلوي الحاجة إلى تقدير الذات بما في ذلك مشاعر الثقة والكفاءة والتحقق والإتقان والاستقلالية والحرية . (Ahmed,2012: 115)

يميل الأفراد المُسنين الذين لديهم وضع مهني محدد ودخل وتعليم أقل، إلى أن يكون لديهم مستويات أقل من التقدير الإجتماعي عن نظرائهم، على سبيل المثال الأشخاص الذين يعملون في وظائف جيدة تتميز بالإستقلالية والمكانة الرفيعة لديهم مستويات أعلى في تقدير الذات من الأشخاص العاطلين عن العمل أو الذين يعملون في وظائف سيئة، وكذلك يتمتع الأفراد المُسَّنين ذوو الدخل الجيد والتعليم العالي بمستويات أعلى في تقدير الذات مقارنة بالأشخاص ذوو الدخل المنخفض أو المحدود .(Rosenberg,Pearlin,1978: 66)

يذهب البعض إلى عدُّ مفهوم تقدير الذات بوصفه تعبيراً عن اعتزاز الأفراد بأنفسهم وثقتهم بها، فضلاً عن إرتباطه بقدراتهم واستعداداتهم وإنجازاتهم العلمية، ذلك لأن ذوي التقدير الذاتي المرتفع يشعرون بأنهم يحترمون أنفسهم ويعدونها ذات قيمة، ويشعرون بالكفاءة ولديهم ثقة في مدركاتهم وأحكامهم واتجاهاتهم المقبولة نحو أنفسهم، وكذلك الثقة والاعتزاز بردود أفعالهم واستنتاجاتهم، أما ذوي التقدير الذاتي المنخفض فإنهم يشعرون بنقص إحترام الذات، ويعتقدون أنهم لا قيمة لهم، وانهم غير أكفاء، ويسلكون بطريقة تحول دون تقديرهم ايجابياً من جانب الآخرين (عبد الرؤوف، ٢٠١٨: ٥٨)، وإن تقدير الذات لا يبقى ثابتاً عبر المواقف المختلفة، بل إنه يختلف بإختلاف المواقف، إذ يتأثر بالظروف البيئية فيكون تقدير الذات إيجابياً إذ كانت مثيرات البيئة إيجابية، وتحترم الذات الإنسانية، وتساعد على الكشف

عن قدراتها وطاقاتها وتحارب فيها عوامل الشعور بالإحباط، أما إذا كانت البيئة محبطة فإن الفرد يشعر بالدونية ويسوء تقديره لذاته (سليمان، ١٩٩٧: ٣٥).

وعندما يخفق الفرد المُسَّن في الاحتفاظ على علاقاته الاجتماعية، فإن الاسباب قد تكمن في الإهمال وليس التقدم في السن وأن عوامل مثل فقدان القيمة والمكانة وغيرها تؤثر على قدرة المُسّن في أن يحيا حياة مشبعة وآمنة بدرجة أكبر مما يؤثر عليه عامل الكبر (احمد، ٢٠٠٣: ٢١٩). لقد أبانت العديد من الدراسات منها دراسة جاكويش (Jaquish,1981) و دراسة وورد (Ward,1977) و دراسة كوف وآخرون (Gove, et al,1989) أن تقدير الذات يتناقص مع تقدم الفرد في السن، إلا أنه من المتوقع أن يكون لدى المُسنين مستويات منخفضة من تقدير الذات، لأنهم غير قادرين على تلبية معايير الثقافة بسبب تدهور قدراتهم الجسدية والمعرفية (Richard et al,2002: 424).

ويعد تقدير الذات على جانب كبير من الأهمية لصيرورة التوافق في كل الأعمار ولاسيما لدى المُسنين فهو مرتبط بنوعية التوافق والرضا عن الحياة والإرتياح، وهو مرتبط بنوعية الإندماج الإجتماعي والقدرات التوافقية للأفراد لمواجهة أحداث الحياة. فبالنسبة للمُسنين على الرغم من حجم الخسائر المتمثلة بنقص القدرات والكفاءات الفعلية في مجالات عديدة، إلاّ أن المحيط الإجتماعي يبقى له الدور الكبير في مساعدة المُسنين في رفع تقدير الذات لديهم، وهذا مما يجعل من تقدير الذات ينبع من التفاعلات الاجتماعية، وأن نقصان هذه التفاعلات يسهم في إضعاف قيمة الذات (كريمة،٢٠١١: ١٤٩).

كما يرى كوبر سميث (Cooper Smith ١٩٧٦) أن مجالات الحياة جميعها تتأثر بمستوى تقدير ذات الفرد التي ترتبط بمجالات عديدة منها: التعويل على الذات، والإحساس بالكفاية، مشاعر الثقة بالنفس، تقبل الخبرات الجديدة، فاعلية الإتصال الجماعي، أما في حالة مستوى تقدير الذات المنخفض، فإنه سيؤثر سلباً على إمكانية الفرد على التوافق، ولاسيما بعدما يصبح مُسن ويقل فيها النشاط والإنتاج، وينشط فيها العجز والإنصياع للأمر الواقع والإخفاق أحياناً (Wrosch & Heckausen,2002: 343). ومن الجدير بالذكر أن تكامل الأنا لدى الانسان المُسَّن يرتبط بتقدير الذات، إذ يرى "زيلر" أن تقدير الذات يقع حداً وسيطاً بين ذات الفرد والواقع الاجتماعي الذي يعيشه، وهو بذلك يعمل على المحافظة على الذات في حال الأحداث السلبية أو الإيجابية، وعلى ذلك تحدث تغيرات في بيئته الإجتماعية، كذلك فإن تقدير الذات يعد العامل الذي يحدد نوعية التغيرات التي ستحدث في تقييم الإنسان لنفسه تبعاً لذلك (ابراهيم، ١٩٨٧: ٣٣) .

كما يرتبط تقدير الذات والرضا عن الحياة بالعديد من العوامل الإجتماعية والديموغرافية، منها الحالة الإقتصادية كالعمل، والتقاعد، وغيرها ففي دراسة بنكوريت وسورنس (Pinquart & Sorensen,2000) تبين أن الحالة الإقتصادية والإجتماعية الميسورة ترتبط إيجاباً بتقدير الذات لدى المُسنين. وفي دراسة لونج وآخرون (Leung,et.al،٢٠٠٥) تبين أن الوضع المالي يؤثر على الرضا عن الحياة لدى

المُسنين، وكذلك توصلت دراسة (صيام، ٢٠١٠) إلى نتائج مشابهة عن المُسّن العامل الذي يكون أكثر تقديراً لذاته وأكثر رضا عن الحياة (صيام،٢٠١٠: ٣) .

إن الشخصية المتكاملة قادرة على التنسيق بين حاجاتها وتفاعلاتها مع بيئتها، لذلك فإن التوافق في هذا السن مهم للغاية لكي يحيا الإنسان حياة مستقرة ومتوازنة (سليمان،٢٠١٣: ١٠٠). وعلى الرغم من أن الفرد المُسّن في هذا العمر لا يسعى سوى إلى تحقيق توازنه وإشباع رغباته عبر حاجته للأمن وتقبل الآخرين له حتى يعيش حياة متوافقة نفسياً، إلا أنه يبقى لدى البعض الشعور باليأس، بسبب تضاءل فرص تحقيق الأهداف مع كل يوم يمر به (شاذلي،٢٠٠١: ١٧٥) .

ويعد المُدَرّسَين المُسنين ثروة بشرية لا يستهان بها من الجوانب جميعها، إذ يقع على عاتقهم في الوقت الحاضر إعداد الجيل الناشئ لقيادة المستقبل، ومن ثم فإنهم على أعتاب مرحلة التقاعد فإذا ما أستثمروا بطريقة صحيحة في مرحلة التقاعد لما يمتلكوه من رصيد خبرات متراكمة علمية وتربوية تكون عوناً في رفد الخبرات الجديدة من المُدَرّسين الجدد، وذلك من خلال تفعيل أدوارهم الإجتماعية والتربوية، أما إهمالهم وتهميشهم، فإنه يعني فقدان طاقات كبيرة وهذا الأمر دفع الباحث لإختيار هذه الفئة من المجتمع وإجراء البحث عليها، وفضلاً عما تقدم فإن أهمية البحث تتمثل بالإجابة عن التساؤلات الآتية :

- ماذا يحمل المُسنين من (المدرسين) من تصورات عن طبيعة حياتهم الماضية ؟
- هل هم راضين عنها ؟
- وهل يشعرون بالتكامل النفسي أم العكس ؟
- وهل يشعرون بالندم واليأس؟
- وماذا عن تقديرهم لذواتهم ؟
- هل هم مقتنعين وراضين عن ذلك أم العكس ؟

أن هذه الاسئلة تلخص اهمية البحث الحالي، وتظهر مبررات إجرائه .

ثالثا: أهداف البحث: Research Objectives

يهدف البحث إلى التعرف على:

١- مستوى التكامل مقابل اليأس لدى المدرسين المُسنين.

٢- دلالة الفروق في مستوى التكامل مقابل اليأس لدى المدرسين المُسنين تبعاً لمتغير النوع الإجتماعي (ذكور، إناث).

٣- مستوى تقدير الذات لدى المدرسين المُسنين.

٤- دلالة الفرق في مستوى تقدير الذات لدى المدرسين المُسنين تبعاً لمتغير النوع الاجتماعي (ذكور، إناث).

٥- العلاقة الإرتباطية بين التكامل مقابل اليأس وتقدير الذات لدى المدرسين المُسنين.

خامسا: حدود البحث: Research Limitations

يتحدد البحث الحالي بالمُدَرِّسَين والمُدَرِّسَات ومن ضمنهم المقبلين على التقاعد من أعمار (٥٥-٦٠) سنة في مركز مدينة الموصل للسنة الدراسية (٢٠٢١/٢٠٢٢).

سادسا: تعريف المصطلحات : Definition of the Terms

أولا: التكامل مقابل اليأس :

١. أريكسون (Erikson, 1963):

"مرحلة من مراحل التطور النفسي- الإجتماعي للإنسان تمتد من المرحلة العمرية ٥٥- فما فوق، إذ يبدأ الفرد في تأمل انجازاته عبر تاريخ حياته الماضية، فإما ان يشعر بالرضا والتكامل عن حياته أو يشعر باليأس وعدم الرضا عنها، وان فضيلة هذه المرحلة الحكمة التي تُمكن الفرد أن ينظر إلى ماضيه بشعور من التكامل النفسي، أو الشعور بالندم واليأس" (Erikson, 1963: 165).

٢-بتلر (Butler, 1963):

"عملية تدريجية تحدث على نحو طبيعي تتميز بالعودة إلى وعي التجربة الماضية واسترجاعها، ولاسيما تلك التجارب التي لم تنجز بنجاح، من اجل مسحها من ذاكرته" (Butler:1963: 75).

٣- نيازي (١٩٩٩) :

"إنجاز التناغم والتناسق والتوافق الداخلي والانسجام بين العناصر المختلفة في شخصية الفرد المُسّن" (نيازي، ١٩٩٩: ١٠٩) .

٣- هيرن وآخرون (Hearn ,et,al, 2012) :

"إدراك قيمة الحياة، والوعي بالذات، والإيمان بحتمية الموت، والنظر إلى الأمور بواقعية، والنظر وتأكيد الذات من خلال النظر إلى إنجازات الماضي الناجحة، أما اليأس فهو النظر إلى الحياة على أنها عبارة عن كآبة وخيبات أمل، والبحث عن الفرص الضائعة والفاشلة في الماضي" (Hearn ,et al, 2012: 4).

التعريف النظري للتكامل مقابل اليأس : فقد اعتمد الباحث تعريف إريكسون ١٩٦٣ Erikson بوصفه تعريفاً نظرياً للبحث لكونه يمثل الإطار النظري للبحث.

التعريف الاجرائي للتكامل مقابل اليأس :

الدرجة التي يحصل عليها افراد عينة البحث من المُدَرّسين الذين إقتربوا من الإحالة على التقاعد بناءً على إستجاباتهم على مقياس التكامل مقابل اليأس الذي بناه الباحث في ضوء نظرية إريكسون .

ثانيا : تقدير الذات: (Self-Esteem)

عرفه كل من:

١- روزنبرغ (Rosenberg,1979):

"إتجاهات الفرد الشاملة نحو ذاته، التي تتميز أما بتقدير مرتفع نحو ذاته تجعله يشعر بأنه ذا قيمة وأهمية، أو ينخفض تقديره لذاته، الأمر الذي يجعله يشعر بعدم الرضا عن الذات ورفض للذات واحتقارها" (Rosenberge,1979: 54).

2- هيرش ودوباس (Hirsch& Dubois, 1991):

"إتجاهات الفرد الشاملة نحو الذات سالبة كانت أو موجبة، وهذا مما يعني أن تقدير الذات المرتفع يدل على رضا الفرد عن نفسه، وأنه ذو قيمة وأهمية، وتقدير الذات المنخفض يدل على عدم رضا الفرد عن نفسه، أو رفض الذات" (Hirsch& Dubois,1991: 56).

3- سلامة (١٩٩١):

"البعد التقويمي في شبكة معقدة من الأبنية المعرفية كالإتجاهات والإعتقادات التي تتعلق بالذات وتشكل في مجملها مفهوم الذات" (سلامة، ١٩٩١: ٦٧٩).

٤- ثويتس(Thoits,1999):

"فهم أو تصور الشخص لنفسه، أي مدى جودة أو سوء قيمته الشخصية " (Thoits,1999: 342).

4- مختار (٢٠٠٢):

"بأنه التقويم الذي يؤمن به الفرد لذاته ويعمل على الحفاظ عليه" (مختار، ٢٠٠٢: ١٧٧).

5-توينجر (Twenger 2002):

إحساس الفرد بقيمته الشخصية الذي تنبثق من أفكاره الداخلية والروحية والعقلية اكثر من انبثاق هذا الإحساس من ثناء وتقدير الآخرين (Twenger,2002: 372).

6- الدسوقي (٢٠٠٤):

"تقدير عام يضعه الفرد لنفسه وبنفسه متضمناً الإيجابيات التي تدعوه لإحترام ذاته والسلبيات التي لا تقلل من شأنه بين الاخرين" (الدسوقي، ٢٠٠٤: ٤٤).

التعريف النظري لتقدير الذات : أعتمد الباحث تعريف روزنبرغ Rosenberg1979 تعريفاً نظرياً للبحث وذلك لاعتماده على أنموذج نظرية روزنبرغ إطاراً نظرياً للبحث، فضلاً عن تكيف مقياسه لكي المدرسين المُسنين.

التعريف الاجرائي لتقدير الذات :

الدرجة التي يحصل عليها أفراد عينة البحث من المُدَرّسين نتيجة إستجاباتهم على مقياس تقدير الذات الذي أعده الباحث بناءً على أنموذج نظرية روزنبرغ .

الفصل الثاني

إطار نظري ودراسات سابقة

- اولاً: إطار النظري

التكامل مقابل اليأس
تقدير الذات

- ثانياً : دراسات سابقة

- مدى الإفادة من الدراسات السابقة

الفصل الثاني
إطار نظري ودراسات سابقة

أولا: إطار نظري: **Theoretical Framework**

سيعرض الباحث نظرية إريكسون بشيء من التفصيل ولاسيما في مفهوم التكامل مقابل اليأس الذي يمثل المرحلة الثامنة والاخيرة في نظريته مع عرض موجز لبعض النظريات الاخرى، وسيخصص عرضاً مكوناً من محاورين، محور مخصص للتكامل مقابل اليأس، ومحور مخصص لتقدير الذات وكما يأتي:

المحور الاول: مفهوم التكامل مقابل اليأس لدى إريكسون :

حدد إريكسون المكونات الرئيسية لـ " التكامل" مقابل "اليأس" :

عدَّ إريكسون مفهوم التكامل مقابل اليأس لدى الفرد الذي إعتنى بطريقة ما بالأشياء والناس وتأقلم مع الإنتصارات والإحباطات التي إعترت وجوده، فضلاً عن إبداعاته للأخرين وإنتاجه للأفكار، في هذا النوع فقط تنضج المراحل السابقة، اشار إريكسون إلى عدم معرفته لكلمة أفضل من كلمة تكامل الأنا لوصف هذه المرحلة، إنها التأكيد المتراكم للأنا على ميلها وسعيها إلى النظام والمعنى، أنه حب لما بعد النرجسية للأنا البشرية، وليس للذات بوصفها تجربة تنقل بعض مفاهيم النظام العالمي والحس الروحي، بغض النظر عن الثمن الذي سوف تدفعه، إنه قبول دورة حياة واحدة وفقط كشيء يجب أن يكون، وبحكم الضرورة، لا يقبل بأي بدائل أخرى؛ إنه يعني بالنتيجة حباً جديداً مختلفاً لوالديه، إنها صداقة مع طرائق الترتيب للأزمنة البعيدة والملحقات المختلفة. على الرغم من علمه بنسبية الجميع، ذلك لأن أنماط الحياة المختلفة قد اعطت معنىً للكفاح البشري عبر الأزمنة المختلفة، وإن صاحب التكامل مستعداً للدفاع عن كرامة أسلوب حياته ضد التهديدات جميعها، لأنه يعرف أن الحياة الفردية هي مصادفة عرضية لدورة حياة واحدة مع جزء واحد من التاريخ؛ هذا بالنسبة له كل التكامل البشري يقف أو يسقط مع أسلوب واحد من التكامل الذي يشارك فيه الانتصارات وهكذا يصبح أسلوب التكامل الذي طورته ثقافته أو حضارته وهو "إرث روحي" وهو ذات أبوته الإخلاقية، وفي مثل هذا الإندماج النهائي يفقد الموت قوته، فيما يدل عدم التكامل على الخوف من الموت ولا يتم قبول دورة الحياة الوحيدة بوصفها نهاية الحياة . (Erikson,1982: 29)

إما اليأس فيعبر عن الشعور بأن الوقت قد أصبح قصيراً، وقصيراً جداً لمحاولة بدء حياة أخرى جديدة وتجربة طرائق اخرى بديلة لتحقيق التكامل، يتوارى اليأس في كثير من الإحيان بشكل من الإشمئزاز الصغير الذي يضفى شيء من الندم الكبير. وإن كل فرد لكي يصبح بالغ ناضج، يجب أن يطور درجة كافية من صفات الأنا، فالتكامل إذن يفرض على الفرد المُسن مسألة تكامل الشخصية ،

ويذكر إريكسون أنه بوعي أو بغير وعي قد يسأل كل فرد نفسه في سنوات التقاعد أو سنوات الاشراف على التقاعد ما الذي حققه في حياته؟ وهل يفتخر بما حققه ؟ وماذا تعني حياته، وكيف يشعر حيال ذلك؟ اما أن يصل الفرد إلى حالة عامة من المصالحة والقبول (التكامل)، أو حالة عامة من الرفض (اليأس)، مما يعني أن حياته مخيبة للآمال وغير مجدية. كما يذكر إريكسون كذلك إن هذا الشخص يشعر بالإشمئزاز الذي يزيد من الندم وتأنيب الضمير فالندم ينطوي على الحزن، وهذا يستلزم قبول المسؤولية وتحملها عن وجوده، في حين سيسمح الحزن للشخص بتقليص الخسائر والبناء على ما تبقى، أما إذا لم يقبل المسؤولية الذاتية ويدخل بدلاً من ذلك في موقف لا يهدأ من قول الرفض، فإنه يدخل في حلقة لا نهاية لها من عدم الأهلية (Carducci,2009: 193).

فالتكامل واليأس ليسا حالتين متجانستين ، فالشخص السليم قد يشعر أحياناً بخيبة أمل في الحياة أو اتجاه العالم أو نفسه، ويمكن أن يكون الإزدراء والإشمئزاز لديه المكونان الأساسيان لليأس، وقد يكون الشخص اليائس الذي لا يستطيع قهر خيبة الأمل لديه يكون متشائماً بحكمة وقناعة أما التكامل فيستلزم الإعتراف باليأس واحتواءه والتأقلم معه، إذ تستلزم هذه الحالة في النهاية التزاماً وجودياً لصالح الحياة، ذلك لان التكامل الوجودي يعد " الخلود الحقيقي الوحيد الذي يمكن الوعد به (Erikson,1982: 32).

إن الميل إلى مراجعة الماضي وإعادة هيكلته يصبح على وفق رأي إريكسون أكثر بروزاً في مرحلة الرشد المتأخر، إذ يقترح أن تشهد هذه المرحلة تركيز الناس على مراجعة ماضيهم اكثر مما كانوا عليه في وقت سابق من حياتهم، ومهمتهم التنموية هي التوافق مع الحياة التي عاشوها، وقد يصبح الاشخاص الذين انخرطوا في هذه العملية مهووسين بصعوبات الماضي في كثير من الأحيان عن أشياء ندموا عليها وفكروا في أن ما حدث كان "خطأ" في حياتهم ، نتيجة لذلك يصاب هؤلاء الأشخاص بالإكتئاب وحتى المرارة، فضلاً عن شعورهم أنهم عاشوا حياة لامعنى لها، ومع ذلك يتقبل الآخرون ماضيهم على أنه غير قابل للتغيير ويعمقون إحساسهم بالإرتباط بأشخاص آخرين لا يتسمون بالتكامل بالمثل، ولكنهم ينتهزون الفرص بين الحين والآخر لمراجعة حياتهم السابقة، ويطورون مستوىً عميقاً من قبول الذات، بالطبع يحقق الكثير من هؤلاء الناس توازناً في مكان ما بين هذين القطبين اللذين أشار اليهما إريكسون باليأس وتكامل الأنا (Erikson,& Kivnick,1986: 168).

فالتكامل يؤدي إلى تسوية نهائية للنفس البشرية، إذ يفقد الموت فيها ميزته، أما الإفتقار إلى التكامل وفقدانه ينذر بالخوف من الموت على أنه إدراك لم يتبقى له الكثير من الوقت، وأنه لا يوجد وقت كافٍ لبدء حياة جديدة وتجربة طرائق أخرى نحو التكامل (Erikson,1982: 34) .

ووفقاً لإريكسون فإن الشرط الأساسي لتكامل الأنا هو الرعاية والإهتمام الشخصي الذي بطريقة أو بأخرى تجعل الفرد يعتني بالأشياء، والتوافق مع ذروة الحياة في إنتصاراتها أو خسائرها المتأصلة، وفهم الأحداث والحلقات الماضية في حياته بوصفها قبولاً فريداً ولا رجعة فيه، وأن تحقيق هذه النقاط يعد شرطاً اساسياً للتكامل (Hendrickson,1986: 3).

أن شرط التكامل هو إجراء مراجعة هادفة وتسوية لصراعات الحياة التي يصورها إريكسون في مراحل النمو الفردية على أنها أزمات ناشئة عن تضارب بين كفاءات قطبين ظاهرين لكل مرحلة نمو، على سبيل المثال الإنتاجية وسيلة للخروج من الأزمة في مرحلة البلوغ، تتم تسويتها في إجابات صادقة على الأسئلة الحميمية مثل ما إذا كان الشخص قد كرس حياته في الإهتمام بالأشياء والأحداث والأشخاص الذين تعلم منهم العناية والإهتمام، ومن ثم ينقل معنى هذه الرعاية والإهتمام إلى الجيل القادم، من خلال تحويل مسار حياته إلى فرد يتعلم ويعلم الآخرين، وإلى مخلوق منتج ومبدع، وما إذا كان هناك حاجة إليه، وما إذا كان يعتني بالفعل بما انتجه، لكي ويحمل معنى للأجيال القادمة (Torges,et al,2005: 150).

يشدد إريكسون على أن التكامل يعني الثقة في القيم والمعاني المستمدة من أسلافنا وكذلك تحقيق الذات، من أجل نقل القيم والمعاني إلى الأجيال القادمة، والتكامل هو قبول الأنا في سياق تاريخي معين أو عاطفة أو على الأقل التسامح تجاه الماضي، وفي نفسه أنه واعٍ بنسبية المناهج المختلفة للحياة والأساليب والتغيرات، وإنها نظرة ثاقبة لفهم الحياة على أنها مبنية وقابلة لإعادة البناء مجدداً من خلال سلسلة من وجهات النظر المختلفة. وإن الشخص الذي يحقق التكامل يكون قادراً على الدفاع عن نفسه وعن قيم حياته ضد جميع التهديدات الجديدة (Erikson,1963: 268) .

واخيراً فإن إريكسون يرى أن اللاتكاملية تفرض على الفرد المسن ضرورة العمل على خلق شخصية تكاملية، وبالتالي فإن كل شخص يصل إلى هذا المدة الزمنية من العمر يبدأ بطرح مجموعة من الأسئلة الوجودية على نفسه، مثل ما معنى حياته؟ وكيف عاشها ؟ (Hearn,et al, 2012: 10) .

وتمتد التكاملية إلى الجوانب الشخصية غير المكتملة لدى الفرد بشكل تخيلي مع ظهور بعض النوع من اليأس تجاه المستقبل، ومع إقتراب نهاية حياته، ومع إدراكه بأنه يقترب من عدم القدرة على القيام بواجباته اليومية بالشكل المناسب وأنه سيحتاج إلى الآخرين لمساعدته (Bradley & Marcia,1998: 55) .

يتسم الأفراد المسنين الذين لديهم تكاملية عالية في الشخصية بعدد من الخصائص ومن أهمها: لديهم التزام عالٍ، يقدرون قيمة الحياة، لديهم مستوى عالٍ من الذات الواقعية، وكذلك يمتلكون بصيرة بعيدة النظر، ولديهم مستويات تفاؤل جيدة، ويعالجون أخطاؤهم التي تبدر منهم بدلاً من الهروب منها(Hearn,et al,2012: 13).

اما اليأس فهو شعور يظهر لدى الفرد المُسن على أنه بدأ يقترب أكثر من الموت، وإدراكه أنه غير منتج، وليس باستطاعته القيام بواجبات الحياة الروتينية لوحده، وأنه يحتاج إلى المساعدة المستمرة من الآخرين، كما أنه يشعر بخيبات الأمل التي عاشها، ويتحسر على الفرص الضائعة، وعلى الرغم من أن البشر جميعهم يشعرون من حين إلى آخر بمشاعر اليأس في وقت ما في حياتهم، ولكن هنا اليأس يكون صفة تلازم الفرد المسن اليأس (Bartholomew,et al,2000: 296).

والمُسنون الذين يعانون من اليأس يتصفون بعدد من الصفات منها: الحزن الشديد والندم، والشعور بالذنب، والشعور بعدم وجود معنى للحياة، وهي حياة لا تستحق أن يعيشها الفرد، ولكن تظهر عليهم أحياناً عدد من مظاهر الرضى عن الحياة تجاه بعض تجاربها الإيجابية، مثل تحقيق بعض النجاحات الشخصية، ولكن حين يتمعن في حياته بشكل عام، تتطور لديه مشاعر من عدم الرضى تنعكس على شخصيته وتظهر على شكل الشعور باليأس والحزن الشديد والندم(Mehlsen,et al.,2005: 285).

النظريات التي فسرت التكامل مقابل اليأس :

اولاً: نظرية التحليل النفسي سيجموند فرويد ١٩١٥:

يرى فرويد أن الأنا هي الجزء الذي يساعد على التوافق مع الواقع الخارجي من خلال عمله كحلول وسيطة بين الهو والأنا الاعلى من جهة وبين البيئة من جهة اخرى، فالأنا تقوم بمهام حفظ الذات والسيطرة على زمام الرغبات الغريزية التي تأتي من الهو فيسمح ما يشاء ويكبت ما يرى ضرورة كبته لإرضاء الأنا الاعلى، إذ ان الأنا يمثل سلامة العقل والحكمة، حين يمثل الهو اللذة منبع الدوافع الفطرية والتي تبحث عن الاشباع المباشر، اما الأنا الاعلى فهو يعمل كموجه اخلاقيا يخبرنا بما يجب عمله وبما لا يجب عمله، بينا الأنا المثالية هي القادرة على تحقيق التوازن بين الأنا الاعلى والهو، فهي تقوم بإشباع بعض الغرائز التي تطلبها الهو ولكن في صورة متحضرة يتقبلها المجتمع ولا ترفضها الأنا الاعلى، وكلما زاد التوافق بين الهو بين والأنا والأنا الاعلى كلما ادى إلى تحقيق تكامل الشخصية .(Larry,H,A,Ziegler,D,1981: 64)

ثانياً: نظرية إريكسون في التطور النفسي- الإجتماعي: (النظرية المتبناه).

طور إريكسون نظريته في النمو الإجتماعي- النفسي معتمداً على نظرية "فرويد" النفسية الجنسية فجاءت نظريته أوسع وأشمل من نظرية "فرويد" فقد وضع "فرويد" نظرية للنمو النفسي تتكون من خمسة مراحل نفسية جنسية وهي: المرحلة الفمية والمرحلة الشرجية، والمرحلة التناسلية، ومرحلة الكمون، ومرحلة البلوغ. ولم تبحث نظرية فرويد في التطور الذي يحدث في الشخصية الإنسانية بعد ذلك، على إفتراض أن ما يحدث بعد تلك المرحلة يكون بشكل أساسي نتيجة لما سبق من عوامل وظروف، غير أن "إريكسون" إفترض وجود ثلاثة مراحل أخرى بعد مراحل فرويد الخامسة، لتصبح بذلك ثمانية مراحل في نظرية إريكسون (علاونة،٢٠٠٩: ٢٥٩).

وعلى ذلك فقد تحددت ملامح نظرية إريكسون بما يلي :

أ : صاغ إريكسون نظرية تُمنح فيها أدواراً للمجتمع والأشخاص القدر نفسه من التركيز فيما يتعلق بتنمية الشخصية وتنظيمها، وهذا المنظور بدوره، مكن العاملين في المهن المساعدة في النظر لمشاكل البالغين

على الأقل بوصفها إخفاق في حل أزمات شخصية البالغين الحقيقية، بدلاً من رؤيتها مجرد آثار متبقية لإحباطات ونزاعات الطفولة المبكرة كما هو الحال في نظرية التحليل النفسي الكلاسيكية لـ فرويد.

ب : كان إريكسون حساساً لسن المراهقة، وهي فترة تجاهلها فرويد إلى حد كبير، معتبراً أن هذه الفترة محورية في تكوين الرفاه النفسي والإجتماعي للشخص .

ج : واخيراً حفز إريكسون الشعور بالتفاؤل من خلال إثبات أن كل مرحلة من مراحل النمو النفسي والاجتماعي تتسم بخصائص القوة أو الضعف معاً، لذلك فإن الإخفاق في مرحلة واحدة من التطور لا يشير بالضرورة إلى الهلاك في المرحلة اللاحقة (Heran,1993:3).

مخطط إريكسون في النمو النفسي– الإجتماعي:

وافق إريكسون على التكوين الثلاثي للعقل (الهو ، والأنا ، والأنا الاعلى) فضلاً عن المراحل النفسية– الجنسية التي قدمها فرويد، ولكنه وجه عنايةً إستثنائية لمراحل النمو الثلاثة بعد المراهقة، وعدَّ هذه المراحل بأنها عالمية في الثقافات جميعها، وتسير بترتيب زمني متسلسل تخوض فيه الشخصية الإنسانية صراعاً أشبه ما يكون بالأزمة، وعلى هذه الشخصية أن تنجح في تجاوز هذه الأزمات لكي تخرج بالمزيد من مشاعر الوحدة الداخلية والحكم الصائب، وكذلك اوضح إريكسون مجموعة فضائل تقابل هذه الأزمات تؤدي فيها البيئة الاجتماعية ادواراً مهمة لها تأثير واضح على سلوك الطفل أو المراهق أو الراشد في كيفية مواجهتها وحل الصراعات بطريقة ملائمة للفئة العمرية (Thomas,1987: 263).

الجدول (١) يوضح مراحل النمو النفسي– الإجتماعي لإريكسون .

الجدول (١)

مراحل النمو النفسي– الإجتماعي لإريكسون

المراحل العمرية	الأزمة النفسية الاجتماعية	العلاقات ذات المغزى مع الاشخاص	الاشكالية النفسية الاجتماعية للتعبير عن الذات	الفعالية النفسية الاجتماعية (الفضائل)	سوء التوافق والطبيعة المؤذية
المهد	الثقة مقابل انعدام الثقة	الأم	أن يحصل ، أن يعطي	الأمل ، الاخلاص	تقييد أو تشويه الاحساس، وعدم التواصل مع الاخرين
الطفولة المبكرة	الاستقلال مقابل الشك والخجل	الوالدين	أن يستمر ويواصل التقدم، أن تدعه يذهب	الرغبة ، أو قوة الارادة، أو الاختيار	الاندفاع المضطرب
سن اللعب الحركي والجنسي	المبادأة مقابل الشعور بالذنب	الأسرة	أن يذهب فيما بعد، أن يلعب	الغرض أو الهدف	اطفاء المبادرة
سن المدرسة (الكمون)	الانجاز مقابل الشعور بالنقص	الجيران وزملاء المدرسة	أن ينجز (يعمل) أن يضع الأشياء سوية	الكفاءة	قصور ذاتي في البراعة
البلوغ والمراهقة	هوية الأنا مقابل تشتت الدور	جماعات الأقران نماذج الدور	أن يكون هو ذاته أن يشارك ذاته	الإخلاص، الوفاء، الولاء	الإنكار، والتعصب
الرشد المبكر	الألفة مقابل العزلة، الابتعاد	الشريك ، الجنس، الاصدقاء	أن يجد ذاته، أو يفقدها مع الطرف الاخر	الحب	الحقوق الحصرية للاتصالات الجنسية غير الشرعية

الرشد المتوسط	العطاء مقابل الركود	زملاء العمل	أن يصنع ، أن يعتني ويهتم	الرعاية	الرفض الطويل الأمد
الرشد المتأخر حتى نهاية العمر	التكامل مقابل اليأس	الجنس البشري والصفة الاساسية لطبيعة الشخصية والود	أن يكون، أو أن يواجه	الحكمة	اليأس الذي ستدل عليه من صاحبه

.(Boree,1998: 197)

يصف مخطط إريكسون التوازن المثالي بين الشخص وضغوطات الثقافة المستمرة للتأقلم مع بنيانها، إذ يؤثر الفرد والمجتمع على بعضهما البعض مثل العجلات المسننة المتشابكة(Friedman,1999: 234). ووفقاً لإريكسون تتميز كل مرحلة من المراحل الثمانية، بتوتر أو أزمة بين قوتين متعارضتين، يتم حل الأزمات من خلال التفاعل الديناميكي بين قوة الأنا الداخلية والمتطلبات المجتمعية الخارجية، نتيجة كل أزمة هي الأنا القوية أو الضعيفة التي تصبح بعد ذلك أساساً لحل الأزمات في مرحلة التعايش الناجحة. تستمر المراحل في نمط تسلسلي محدداً سلفاً يعتمد على مبدأ التخلق. أي أن الأنا تتطور من خطة مبرمجة بيولوجيا وتتمتع الأوجه المختلفة للأنا بفرص التطور في أوقات محدودة. ثم بناء المراحل اللاحقة على اساس المراحل السابقة، ولن يتم اكتساب إمكانية القوة النفسية والإجتماعية الكاملة إلا بعد سن الرشد المبكر، اذا تم حل جميع المراحل النمائية .(Lachman,2001: 287)

إما مراحل نمو النفسي- الاجتماعي فهي على النحو الآتي :

المرحلة الأولى: مرحلة اكتساب الثقة الأساسية مقابل إنعدام الثقة (Trust vs Mistrust)

تمتد من الميلاد وحتى نهاية العام الأول من عمر الطفل (مرحلة الرضاعة) وعمادها التغذية والحنان، فالسلوك الإنساني الأساسي في هذه المرحلة هو أخذ كل شيء والإحتفاظ به وذلك عَبْرَ الفم، وفي الوقت نفسه ينمو لديه الشعور بالثقة والأمان أو عدمهما بحسب تعامل الآخرين القائمين برعايته معه، ولاسيما الأم بوصفها المصدر الأساس لإشباعات الطفل البيولوجية والنفسية والإجتماعية، فالخبرات العضوية توفر الأساس لحالة من الثقة النفسية وتصبح الإحساسات العضوية هي الخبرة الإجتماعية الأولى للطفل. و تتضمن الثقة في هذه المرحلة ترابطاً مدركاً بين حاجات الرضيع وعالمه الخارجي الذي يعيش فيه، وعندما يحصل الرضيع على عناية غير مناسبة، ينظر إلى العالم بأنه غير مبالي وهنا تُخلق له شخصية تتصف بإنعدام الثقة بالنفس بمن حوله من الأشخاص الآخرين. في حين أن ثقة الرضيع مهمة لأنها تساعده على نموه نفسياً وعلى تقبله لخبرات جديدة يرضى عنها (الطفيلي،٢٠٠٤: ٤٦).

المرحلة الثانية: مرحلة الإستقلال مقابل الخجل والشك (Autonomy vs Shame & Doubt)

تقابل هذه المرحلة، المرحلة الشرجية في نظرية فرويد. وتغطي هذه المرحلة المدة الممتدة بين السنة الثانية والسنة الثالثة من عمر الطفل، وتتميز بتطور كبير في قدرة الطفل على التحكم بأعضاء جسمه وعضلاته. فإذا نجح الطفل بهذا التحكم، فإنه يكون قد طوّر شعوراً بالاستقلال، أما إذا فشل في التحكم بحركات جسمه المختلفة، فإنه يطور شعوراً بالخجل من نفسه والشك بقدراته (علاونة،٢٠٠٩: ٢٦٠) .

المرحلة الثالثة: مرحلة المبادأة مقابل الشعور بالذنب (Initiative vs Guilt):

خلال المرحلة الثالثة الممتدة من السنة الرابعة يكون الأطفال واعين بالفروق بين الجنسين، إذ يلعب الطفل الذكر العاباً يظهر فيها الدور الجنسي والمشاعر الجنسية، كذلك الأمر بالنسبة للبنت الأنثى فهي تلعب الدور الأنثوي وتحاول ان تبدو جذابة وواعية أكثر من إهتمامها بالجنس، وأحد قطبي هذه المرحلة المبادأة يقابلها القطب الآخر الذنب وهو اللجام الذي يقيد الرغبات والدفعات والإمكانيات، وممارسة الضمير المتحمس، وفي بادئ الأمر يتضمن لعب الاطفال إشباع الرغبة والخيال أكثر من الغرض الحقيقي، ولكنه يتغير بالتدريج إذ يبدأ الطفل في تصور الأهداف عندما يتهيأ لذلك من الناحية الحركية والمكانية والمعرفية، وهنا يُنمَّي قوة جديدة وهي الغرض وتعني الشجاعة للتصور والسعي لتحقيق الأهداف ذات القيمة التي يواجهها الضمير، ولا يمنعها ولا يكفها الإحساس بالذنب، ولا الخوف من العقوبة، وإن فشل الحل يؤدي إلى الكبت أو الكف، والذي يؤدي إلى أمراض في مرحلة الرشد، كالتعويض الزائد والإستعراضية (الن، ٢٠١٠: ٢٨٦) .

المرحلة الرابعة: مرحلة الإنجاز والكفاءة مقابل الشعور بالنقص (Industry vs Inferiority):

يستطيع الطفل في هذه المرحلة أن يكيّف نفسه لأداء العديد من المهارات والمهام وذلك بتطوير إحساسه بالعمل والكد والمثابرة ليصبح فرداً قادراً على التحصيل والإنجاز الدراسي، أما الدراسة واللعب فانهما يُعدان ركنين أساسين في تكوين الإحساس بالشعور بالجهد، وأن الطفل يجرب المهارات الأولية التي تطلبها ثقافته، ويحاول الحصول على التقدير والإحترام من مدرسيه ورفاقه، فضلاً عن إظهاره المثابرة التي تتضمن تلك الإنجازات التعليمية والمهارات الأخرى ليصبح في علاقاته الشخصية كفوءاً ومؤهلاً للعطاء في عالمه الإجتماعي، والطفل الذي يعجز عن التفاعل مع بيئته ويخفق في إنجاز المهام الموكلة إليه تتطور لديه مشاعر الدونية والإحساس بالنقص، ويعد الطفل يعد بحسب وجهة نظر إريكسون الغاية التي تدفع القائمين على رعايته في مساعدته على احراز التقدم في بيئته أو العكس من ذلك فإنهم يحبطوه (عبد العزيز، ٢٠١٧: ٣٠) .

المرحلة الخامسة: مرحلة الإحساس بالهوية مقابل إضطراب الدور (Identity vs Role Confusion)

تمتد هذه المرحلة طيلة فترة المراهقة ويتميز المراهق بالتأثر بالتغيرات الفسيولوجية والعقلية التي تثير الكثير من الشكوك لديه، وبالتالي تولد لديه التردد في القيام بالمهام المناطة به، هذا النوع من المراهقة

تجعل المراهق فاقداً للهوية، وهمه الأساسي الاعتراف بهويته بأنه أصبح رجلاً ولم يعد طفلاً، فإذا حصل على ذلك الإعتراف من الوسط الذي يعيش فيه، فإنه يساعده على إجتياز الإحساس بالهوية بسلام، وإذا تردد القائمين على رعايته واستمروا يعاملونه وكأنه طفل، فإنه سيحاول اللجوء إلى أساليب العنف لإنتزاع هويته وقد تلازمه تلك الأساليب طيلة حياته، ويطلق على النمو في بداية مرحلة المراهقة "بزوبعة النمو" إذ تعد هذه المرحلة أعنف ما يواجهه الإنسان في مراحل تطوره، فالجسد يعود ليقحم نفسه على الوجود من خلال نموه المفاجئ في الحجم والشكل، فضلاً عن التغيرات الكيميائية (الهرمونية)، الأمر الذي يهز الشاب هزة في كيانه تجعله يفقد التعرف على نفسه فيسأل في إلحاح وبعمق "من أنا ؟" وهنا تبرز مشكلة الهوية التي تكمن في جوهر الصراع في هذه المرحلة من حياة الفرد. وتعد هذه المرحلة من أشهر مراحل النمو النفسي كما تصفها (Kuther,2001: 55) وتتمثل أهميتها في كيفية الإجابة عن تساؤلات المراهقين مع الدمج الصحيح لمراحل النمو السابقة، والحصول على الاستقلالية بعيداً عن الوالدين، والإلتزام بالذاتية. وأن الفشل في الإحساس بالهوية يؤدي إلى غموض الهوية، وعدم القدرة على إتخاذ القرارات والخيارات الشخصية في حياة المراهق (الغصين،٢٠٠٨: ١٦).

المرحلة السادسة: مرحلة الإحساس بالألفة مقابل الإحساس بالعزلة (Intimacy vs Isolation)

يرى إريكسون أن تحقيق النضج الجسمي للأفراد (الشباب البالغ) في هذه المرحلة يتضمن نمواً نفسياً واجتماعيا، ولاسيما الألفة الإجتماعية مع الجنس الآخر تمهيداً لاختيار شريك الحياة في العلاقة الزوجية، ولا يقف ذلك عند هذا الحد بل كذلك تكريس الجهود للنجاح في الحياة الزوجية، فضلاً عن إختيار المهنة المناسبة، فإذا لم تشبع هذه الجهود في الزواج أو في إختيار العمل المناسب لقدرات الفرد، فإن ذلك يؤدي إلى أزمة نمو والإحساس بالانعزال في مجالات الحب والعمل جميعها (بهجت،٢٠١٦: ٥٢).

المرحلة السابعة: مرحلة الإنتاجية مقابل الركود (Generatively vs Stagnation)

تشمل هذه المرحلة فترة الرشد عند الإنسان وتتميز في التخلص من الإنغماس في الذاتية والانتقال إلى رعاية الأطفال، والدور الإجتماعي المتوقع من الفرد القيام به في هذه المرحلة يُحتم عليه أن ينجب الأطفال ومن ثم يقوم برعايتهم، فإذا نجح في ذلك سوف يكون لديه شعوراً بالقدرة على الانتاج، وإذا أخفق فسوف يشعر بالركود والجمود. وتتضمن أزمة الإنتاجية القدرة على الاهتمام بالآخرين، ويتسع معناها ليشمل الإنتاجية والإبداع، وقد أشار أريكسون إلى قيمة هذه الأزمة ودورها في ديمومة الحياة (أبو زغيزع، ٢٠١١: ١٦٦).

إن الإحساس بالإنتاج يضمن للجيل التالي الآمال و الفضائل والحكمة التي جمعهما الأبوين، ويشمل إحساساً بالأبوة والرعاية السوية للأطفال و إشباع حاجاتهم، والنظر إلى الأطفال على أنهم أمانة في العنق. ولكن بعد ذلك يبرز التحدي الذي يجعل الفرد يبحث عن الهدف الأوسع من دائرة الأسرة المحددة،

فهو يبحث عن إنجاز أعلى من تغطية إحتياجات الأسرة فقط، إنه يواجه مشكلة البحث عن القضايا التي تهمه كالبحث عن أيديولوجية تعطي معنى لحياته، وكثيراً ما يحتاج إلى الدين أو إلى الفلسفة مرة أخرى(Carducci,2009: 193).

المرحلة الثامنة: مرحلة تكامل الأنا مقابل اليأس (Ego Integrity vs Despair)

تمثل هذه المرحلة الأزمة الأخيرة في نموذج اريكسون للنمو النفسي للأنا. وتقابل مرحلة الرشد المتأخر، فهي المرحلة النهائية من حياة الإنسان منسجمة مع كل ما تحمله من نكوص بدني وصحي، وضعف للفعاليات الإجتماعية بل وكل ما يعنيه قرب الموت، وبكل ما يعنيه موت الأنداد والرفقة و الأصدقاء وربما شريك الحياة. تبدو هذه الأحداث كما لو أنها ستؤدي إلى مشاعر اليأس لدى الجميع، إلا أن هذه ليست الحقيقة المطلقة، فمشاعر الفرد ونموه النفسي الاجتماعي يرتبط بدرجة كبيرة بالتاريخ السابق للفرد الذي يصبح أكثر أهمية في هذه المرحلة منه في أي مرحلة أخرى، كنتيجة لظروف المسن التي تحد من إنتاجيته، وإدراكه لعدم كفاية المستقبل لتحقيق الكثير (الغامدي،٢٠١٠: ٩)

إن الإحساس بالتكامل هو أن يشعر الفرد بأن المثل العليا في الثقافة التي يعيشها هي مثله العليا حقيقية لا اصطناعاً أمام الناس، بحيث يتقبل دوره في الحياة. والإحساس بالتكامل يعني أن يُحب الفرد الآخرين على الرغم من إدراكه لعيوبهم و أوجه القصور لديهم. والشخص الذي حُرِم من تكوين هذا الإحساس يراوده الشك في جدوى حياته، ويتمنى لو أُتيحت له الفرصة أن يعيد صياغتها من جديد، ويتعرض الفرد الذي يخفق في تحقيق الإحساس بالتكامل نتيجةً للشعور باليأس، اذ يظهر هذا اليأس في صورة اشمئزاز وسخط عام. ولكن التشاؤمية في نظر اريكسون هو اليأس بعينه، ولكنه ليس اليأس الذي يقعد الإنسان عن العمل، بل إن الفرصة متاحة أمامه لكي يُحسن من شخصيته ويقوي الجوانب الإيجابية لديه، وذلك بتوفير مصادر جديدة للثقة. وإذا تهيّأت له الفرص فإن ذلك سوف يساعد في التغلب على الكثير من مشاعر الشك والدونية والخجل، وتمكنه من أن يحقق قدراً معقولا من الإنجاز في المجالات الأساسية في حياته (Kroger,2007: 209).

وإذا استطاع الفرد المسن حل هذه الأزمة، فهذا يؤدي إلى كسب الأنا لفاعلية جديدة هي الحكمة، التي تعني اهتمام الفرد بالحياة نفسها ورضاه عنها ومواجهة الموت من غير خوف، مستمداً قوته من ماضيه الذي ينظر إليه على أنه ماضٍ ثري. ويشير اريكسون إلى أن هذه الحكمة في التعامل مع الحياة وقبولها وقبول نهايتها يمكن أن تعتبر هديّة لهذا الجيل والأجيال القادمة (Lishman,2007: 84).

ثانياً: نظرية جين لوفينجر (نمو الأنا) Ego Development Theory (1918-2008):

عالمة نفس أمريكية ركزت على فكرة تطوير الأنا عبر مراحل الحياة المختلفة. ووفقًا لوجهة نظر لوفينجر (التي عملت مساعدًا لإريك إريكسون في كلية الدراسات العليا)، فإن الأنا التي صاغها في الأصل

سيغموند فرويد لم تكن "شيئًا" بل "عملية". لذلك تعتقد لوفينجر أن تطور الأنا ينبثق من لقاء الذات مع العالم، إذ يسعى الفرد إلى فهم العالم والتفاعل معه وبناء صور للعالم والتواصل مع الأشخاص الآخرين بداخله. لقد إبتكرت لوفينجر نظرية تطوير الأنا Ego development من خلال الإعتماد على عدد من النظريات منها نظرية بياجيه في النمو المعرفي، ونظرية هافجرست في النمو الشخصي وعدد من نظريات التحليل النفسي، ولاسيما تلك التي ركزت على العلاقات الإجتماعية كنظرية إريكسون التطورية، ونظرية سوليفان في العلاقات الشخصية، إذ إقتبست منها نمو معايير العلاقات الإجتماعية المتبادلة، وضبط الدوافع الطبيعية والخبرة الشعورية، لذلك فإن لافينجر تُعَّرف الأنا "بأنها التنظيم والوحدة الذاتية للشخصية، وأنها سمة الشخصية الرئيسة، وتشمل الإتجاهات الكلية للفرد نحو الحياة،" وتحدد لافينجر مراحل تسعة لنمو الأنا تعكس التغير الكيفي والنوعي في فاعليتها الناتجة عن التفاعل بين العوامل البايلوجية والإجتماعية والمعرفية ويمكن إيجاز هذه المراحل بما يأتي :

المرحلة الأولى: ما قبل المجتمع (الطفولة المبكرة): الذي يقع فيها الطفل تحت رحمة العالم، ولاسيما في إشباع إحتياجاته الخاصة، ليس لديه حقًا غرور يتحدث عنه حتى يبدأ في تمييز نفسه عن مقدمي الرعاية ومتطلبات البيئة الخارجية .

المرحلة الثانية: الإندفاع : الطفل الصغير مدفوع بمشاعره، بما في ذلك الدوافع الجنسية والعدوانية، ويفسر إستجابات مقدم الرعاية نحوه بعبارات سوداء أو بيضاء على أنها إما "لطيفة معي" أو "تعني لي":- إن العالم "جيدًا" إذا كان يلبي الإحتياجات و "سيئًا" إذا لم يكن كذلك. ينصب تركيز الطفل على الأحداث الحالية بدلاً من الوقوع في الماضي أو المستقبل.

المرحلة الثالثة: الحماية الذاتية: يبدأ الطفل في هذه المرحلة في تطوير بعض ضبط النفس البدائي، ومثله المثالي هو عالم صارم أخلاقياً وغير متغير من القواعد والمعايير التي تحدد كيف يتصرف، إنه منخرط في إدراك العالم من حيث العقوبات والمكافآت، ولكنه يتضمن تلك الحاجة إلى "عدم الوقوع في فخ" (Davis& Buskist,2008: 396-397) .

المرحلة الرابعة: التوافق: أصبح الطفل الآن أكثر وعيًا بالمجتمع والحاجة إلى الإنتماء إلى مجموعة لها تحيزاتها وصورها النمطية السلوكية مثل مجموعات الجنس من "الأولاد" أو "الفتيات". فالسلوك الجيد هو ما تجيزه مجموعة الأفراد الآخرين المحيطين به ويتم التعامل مع الآخرين خارج المجموعة بشك. وان التماسك مع المجموعة الأسرية يعد عنصراً مهماً لأنه يولد الشعور بالثقة مع زملائه الأعضاء.

المرحلة الخامسة: الإدراك الذاتي: إعتقدت لوفينجر أن هذه المرحلة تمثل الأنموذج لمعظم سلوكيات البالغين، مع تجاوز القليل من هذه المرحلة قبل سن الخامسة والعشرين، تتضح بدايات النقد الذاتي والقدرة على تصور الإحتمالات المتعددة في أحداث الحياة. فضلاً علىٰ أن هناك وعي متزايد بالفرق بين "أنا الحقيقي" و "المتوقع من" على الرغم من أن الأنا ما تزال تتأثر جزئياً بالضغوط المطابقة.

المرحلة السادسة: الضمير: بعد إستيعاب الأفراد في هذه المرحلة لقواعد المجتمع ، فإنهم يعترفون كذلك بوجود إستثناءات وحالات طارئة خاصة، إذ تشعر الأنا بالذنب لإيذاء الآخرين بدلاً من الشعور بالندم على خرق القواعد. ويرى الشخص في هذه المرحلة من الحياة الخيارات المتعددة التي يتخذها والمسؤولية التي يتحملها عن أفعاله، وتكون آراء الآخرين أكثر تعقيدًا في هذه المرحلة، لأنها تتضمن دوافعهم الداخلية فضلاً عن أفعالهم الخارجية.

المرحلة السابعة: الفردية: تتضمن هذه المرحلة إحترام الفردية الذاتية والتسامح تجاه الفروق الفردية التي تظهر بين الآخرين، إذ يكون الشخص في هذه المرحلة أكثر حساسية لتعقيدات التجربة الداخلية والصراع بين الواقع الذاتي والمظاهر الخارجية (الغامدي، ٢٠٠٧: ١٤٤).

المرحلة الثامنة: الإستقلالية: إن تحقيق الشعور بالرضا عن الذات يصبح أكثر أهمية من الإنجاز الخارجي في هذه المرحلة. وهناك قدر أكبر من القبول الذاتي واحترام أعمق لإستقلالية الآخرين، وتمييز التعقيد في المواقف الفردية، وتقييم الجوانب المتعددة في القرارات الأخلاقية .

المرحلة التاسعة: التكاملية: تشبه هذه المرحلة بمفهوم ماسلو "تحقيق الذات"، إذ تُظهر الأنا الحكمة الداخلية، والتعاطف العميق مع الآخرين، ودرجة عالية من قبول الذات. وتعد هذه المرحلة مرحلة الأنا الكاملة التي تعتز بالفردية في الذات والآخرين، وتذكر لوفينجر إن قلة قلية من الناس تصل إلى هذه المرحلة .

يعتقد عدد من المفكرين التطوريين مثل (ليفنسون)، أنه قد تكون هناك مرحلة عاشرة يتم فيها التخلي عن الحاجة إلى الحكم على الآخرين والأشياء كمشروع حياة، ويقترب نمط الحياة من مجرد "مواكبة التدفق"، إذ توجد متعة خفيفة جنبًا إلى جنب للتفسير الجاد والعميق لأسرار الحياة. قد يكون هناك إختلاط بين حالات مختلفة من الوعي (Loevinger,1993: 59) .

ثالثاً: نظرية ليفنسون (بنية الحياة) Levinson ’s Life Structure Approach:

طور ليفينسون (1978–1986) نظرية للمراحل الشخصية للكبار، وكان عمله يستند على مفهوم بنية الحياة الذي يعني الأنماط الأساسية لحياة الأفراد خلال مدة زمنية محددة، وتتكون بنية الحياة من ثلاثة عوامل أساسية كما يرى ليفنسون وهي :

أ– مساهمة الفرد في العالم الإجتماعي الثقافي من خلال العمل والأسرة والمجموعات الإجتماعية الأخرى

ب– المدى الذي تعبر فيه عناصر الذات عن نفسها أو تُكْبح فيها، بما في ذلك الرغبات والصراعات ومشاعر القلق .

ج– الطريقة التي يساهم فيها الفرد في العالم الخارجي .

وطبقاً لرأي ليفينسون (١٩٧٨) فإن المراحل العشر الآتية تميز خصائص بنية الحياة في مراحل الرشد والِكَبرْ:

المرحلـة الأولـى: مرحلـة الإنتقـال أو التحـول إلـى الِكَبـرْ المُبَكِـرْ (١٧-٢٢) سـنة Early Adult Transition

تتميز هذه المرحلة بقطع العلاقات المهمة المرتبطة بالطفولة أو إبدالها، إذ يُكوَّن الفرد خلال هذه المرحلة تجارب وخبرات بالعلاقات والمشاريع المستقبلية، فضلاً عن العناصر الأخرى من حياة الكبار.

المرحلة الثانية: مرحلة دخول عالم الكبار (٢٢-٢٨) سنة Entering the Adult World

تتميز هذه المرحلة باتخاذ قرارات مهمة عن الوظيفة والخيارات والمتطلبات المحَّددة لها، فضلاً عن نمط الحياة والعلاقات التي ستقرر مسار حياة الفرد، التي تشهد تحقيق الإستقلالية خلال هذه المرحلة .

المرحلة الثالثة: مرحلة الإنتقال لعمر الثلاثين (٢٨-٣٣) سنة Age Thirty Transition

تتميز هذه المرحلة بالتكييفات والتوافقات التي يجريها الفرد للقرارات المؤقتة التي اتخذها خلال المرحلة السابقة، وتميل الخيارات الأسرية والوظيفية خلال هذه المرحلة إلى أن تكون أكثر بروزاً .

المرحلة الرابعة: مرحلة التهدئة والاستقرار (٣٣-٤٠) سنة Settling Down

يكون الأفراد في هذه المرحلة قد عملوا التزامات قوية بالأسرة والوظيفة والمستقبل الأمن إذ إن التقدم المستقبلي يكون مهماً خلال هذه المرحلة .

المرحلة الخامسة: مرحلة الإنتقال إلى منتصف العمر (٤٠-٤٥) سنة Midlife Transition تتميز هذه المرحلة بتغيرات في إستشرافات الحياة وتوقعاتها ، ففي الماضي كان التحصيل الدراسي هو استشراف الحياة الأول ، وخلال هذه المرحلة يصبح الفرد أكثر تفكيراً تأملياً وناقداً لما حققه في حياته، ولهذا فهو يعدل طريقة حياته أو يُكون طريقة جديدة للحياة . (Eysenck,2000: 477).

المرحلة السادسة: مرحلة دخول منتصف الكبر (٤٥-٥٠) سنة Entering Middle Adulthood

يتخذ الفرد في هذه المرحلة خيارات تتعلق ببنية الذات الخاصة بمنتصف العمر، ويمكن أن تحدث تغيرات في المشاعر نحو العمل والأسرة والزواج خلال هذه المرحلة فالطلاق والمرض وفقدان الأحبة يمكن أن تكون موضوعات لتفكير الفرد في هذا العمر .

المرحلة السابعة: مرحلة الإنتقال لعمر الخمسين (٥٠-٥٥) سنة Age-Fifty Transition

لا تختلف هذه المرحلة إختلافاً ذا دلالة معنوية عن المرحلة السابقة، وطبقاً لرأي ليفينسون فإن الأشخاص جميعهم يحب أن يكونوا قد خبروا نوعاً من أزمة منتصف العمر، وهذه الخبرة قد تحدث خلال هذه المرحلة .

المرحلـة الثامنـة: مرحلـة ذروة الكبـر المتوسـط (٥٥-٦٠) سـنة Culmination of Middle Adulthood

وتتميز هذه المرحلة بالثبات وتقوية بنية الحياة .

المرحلة التاسعة: مرحلة التحول نحو الكبر المتأخر (٦٠-٦٥) سنة Late-Adult Transition

تنتهي مرحلة الكبر المتوسط خلال هذه المرحلة، ويهيئ الكبار بنية الحياة الخاصة بهم لمرحلة الكبر المتأخر. وفي الواقع فإن ليفينسون لم يقابل رجال في هذا العمر، لهذا تعد أفكارهُ عن هذه المرحلة في الغالب تأملية .

المرحلة العاشرة: مرحلة الكبر المتأخر (٦٥ سنة فأعلى) Late Adulthood

لم يقابل لفينسون رجالاً في هذه المرحلة وبالتالي فإن نظرية بنية الحياة لم تطور على نحومتكامل في حينها، ولكن الدراسات اللاحقة استمرت في تطويرها حتى عام ١٩٩٥(Aktu & Tahsin,2017: 1387).

رابعاً: نظرية نيوغارتن (Neugarten 1972) (نظرية أسلوب الحياة) Lifestyle :

درست نيوغارتن الطرائق المختلفة التي يتوافق من خلالها الأشخاص في ضوء أزمة التكامل مقابل اليأس لدى إريكسون، ووجدت أن نمط شخصية وأسلوب حياة الفرد لهما الدور الأكبر في توافق الفرد في حياته، ومن خلال دراستها للمُسنين وجدت أربعة أنواع مختلفة من الشخصية :

١- **الشخصية المتكاملة:** يقوم أصحابها بالوظائف المطلوبة على أكمل وجه، مع درجة عالية من التحكم في الذات والمرونة والنضج والخبرة والانفتاح، ويكون مستوى الرضا عن الحياة لديهم عالٍ وكذلك مستوى النشاط، ومن السهل أن يجدوا أدوار وأنشطة جديدة .

٢- **المتحصن الدفاعي:** يختار الفرد نشاطاً هاماً وينغمس فيه بشكل مكثف، ويكون رضاه عن الحياة بين المتوسط والعالي ويشكّل التقدم في العمر تهديداً له، لكن الإنشغال يخفف من قلقه.

٣- **الشخصيات الخاملة التابعة: يعيش هؤلاء الأشخاص** حياة مليئة بالخوف، كالخوف من المرض، والخوف من المستقبل، والخوف من قدرتهم على التوافق من عدمه .

٤- **الشخصيات الغير متكاملة والغير منظمة:** يكون الفرد غير منظم ويشمل ذلك الأشخاص الذين يعانون من تدهور في عمليات التفكير، وفقدان الضبط الإنفعالي، والإضطرابات النفسية المختلفة، ويكون مستوى النشاط منخفض والرضا عن الحياة بين المنخفض والمتوسط (Neugartea,1972: 10-11).

النقاط الاساسية التي ركزت عليه النظريات المفسرة للتكامل مقابل اليأس:

تعد الأنا عند (فرويد) الجهاز الاداري للشخصية ومن وظائفه هو التوفيق بيم حاجات الهو ومتطلبات الواقع وقيم الأنا الاعلى، من خلال استخدام ميكانزمات الدفاع فأذا نجحت هذه الميكانزمات تحقق التكامل النفسي أم عكس ذلك يحدث الإحباط واليأس.

أما (إريكسون) فيعتقد أن الانسان يحاسب نفسه عما مضى فاذا كان دوره إيجابياً فعندها يتولد لديه الاحساس بالتكامل، أما اذا كان دوره سلبياً يتولد لديه الشعور باليأس وفوات الاوان للتعويض لأنه لم يعد باستطاعته فعل شيء ويسيطر عليه الشعور بالندم واليأس والندم على مرحلة الشباب.

بينما (لوفينجر) تفسر التكامل الكامل من خلال قدرة الفرد تحقيق ذاته، من خلال تطور الأنا الذي ينبثق مع لقاءات الذات مع العالم، فكلما استطاع الفرد فهم العالم والتفاعل معه سوف تظهر الأنا الحكمة الداخلية، والتعاطف مع الاخرين، ودرجة عالية من قبول الذات، وتعتقد أن القلة من الناس تصل إلى هذه المرحلة.

أما (ليفنسون) فيفسر حدوث التكامل من خلال بنية الحياة، وهذه البنى تتكون من خلال مدى قدرة الفرد المساهمة في المجتمع الذي ينتمي إليه، ومدى قدرة الذات ان تعبر عن نفسها. أما اليأس يحدث حين يشعر الفرد أنه لم يعد النقطة المحورية في الحياة، ولكنه يتراجع بشكل مستمر، وأن فقدان السلطة والمكانة والاحترام والقوة قد يكون من الصعب على الأفراد التوافق معها.

وتعتقد (نيوغارتن) أن نمط الشخصية وأسلوب حياة الفرد لهما الدور الكبير في توافق الفرد خلال تقدمه في السن .

المحور الثاني: تقدير الذات Self-esteem:

لكي نتوصل إلى مفهوم جيد لتقدير الذات يجب أولاً إلقاء الضوء بصورة مختصرة عن مفهوم الذات .

مفهوم الذات: Self-Concept

يعد "وليم جيمس " (William James 1908) من أوائل العلماء الذين إهتموا بالبحث العلمي عن الذات ، وما زالت كتاباته تعد مصدراً أساسياً في الحديث عن نمو تقدير الذات. وقد عدَّ " جيمس" الذات ظاهرة شعورية تماماً ويرى: أنها المجموع الكلي لكل ما يستطيع الفرد أن يعده له. وقد قسم الهوية أو ما يطلق عليها بالأنا إلى ثلاثة أقسام وهي :

١- **الأنا المادية:** التي تشير إلى جسم الإنسان وممتلكاته، وأسرته، وكل الماديات التي يمكن أن يشعر الفرد بوحدة وانسجام معها .

٢- **الأنا الاجتماعية:** التي تشير إلى الفكرة التي يكونها الفرد عن نفسه من خلال تصورات الآخرين له

٣- **الأنا الروحية:** وهي حالة من الشعور والعواطف التي يدركها الفرد (Hattie,2014: 44).

وأضاف " جيمس" أنه لفهم الأنا يجب عدم التركيز على مكوناتها، بل يجب النظر إلى المشاعر والعواطف التي تحدث مثل تقبل الذات، والأفعال التي تحدث مثل البحث عن الذات وحفظ الذات (الحميدي، ٢٠٠٣: ١٥).

ويرى " كولي " (Cooley 1902) بأنه لا يمكن فصل الذات عن المحيط الاجتماعي للفرد أو الأشخاص الذين يتفاعل معهم. ويشير" كولي " إلى مفهوم المرآة والذي يوضح بأن مفهوم الفرد عن ذاته يتوقف على إدراكه لردود فعل الآخرين نحوه (الماضي ، ١٩٩٣: ٥٢) .

أما مكونات الذات كما حددها جيمس فهي:

١- **الذات المادّيّة Physical Self** : وهي ممتلكات الفرد المادّيّة .

٢- **الذات الاجتماعيّة The Social Self** : وهي الذات كما يعتقد الشخص أن الآخرين يرونها .

٣- **الذات الروحيّة Spiritual Self**: وهي ممتلكاته النفسّة .

٤- **الذات الخالصة Pure Self**: وهي ما يكوّن إحساسه بهويّته . (هلسة،٢٠٢١: ٥٥) .

مفهوم تقدير الذات Self-Esteem :

يُعْد تقدير الذات من أهم المفاهيم والمواضيع المهمة التي مازالت تتصدر البحوث النفسية والتربوية في الشخصية، فنحن نعيش في عصر محفوف بتغيرات سياسية واقتصادية وثقافية لها تأثيرها المباشر على الكائن البشري، فقد تزيد من معدلات الضغط والمشقة، التي بدورها ترفع من معدلات الإضطرابات النفسية والسلوكية، ومن ثم تحول دون توافق الفرد السليم، مما يؤثر تأثيراً جوهرياً على شخصيته وقد يؤدي إلى خلل في مفهوم تقدير الذات بوصفه مفهوماً مركزياً في الشخصية الإنسانية (الجميلي، ٢٠٠٨: ٤) .

الفرق بين مفهوم الذات وتقدير الذات :

بيّن زيلر(Ziller) أن بعض علماء النفس يستعملون مصطلح مفهوم الذات (Self-Concept) وتقدير الذات (Self- Esteem) على انهما المفهوم ذاته إلا أن عدد من الباحثين يفرق بينهما، ويعد تقدير الذات في بعض الدراسات احد المكونات الرئيسة او العامة لمفهوم الذات، ويؤكد البعض على الرغم من قوة وتشابه العلاقة بين المفهومين، الا أن مفهوم الذات يعد اشمل من حيث الأفكار والمشاعر من تقدير الذات، إذ إن مفهوم الذات يمثل معلومات عن صفات الذات في حين تقدير الذات هو تقويم لهذه الصفات. ومفهوم الذات يتضمن فهماً موضوعياً ومعرفياً للذات بينما يتضمن تقدير الذات فهماً انفعالياً للذات (مويس،٢٠١٦: ٢٥).

قدم كوبر سميث (Cooper Smith) تعريفاً ميز فيه بين مفهوم الذات وتقدير الذات، إذ إن مفهوم الذات يشمل مفهوم الشخص وآراءه عن نفسه، بينما تقدير الذات يتضمن التقييم الذي يضعه وما يتمسك به من عادات مألوفة لديه مع عده لذاته. وأن مفهوم الذات يشير إلى وصف الذات باستعمال مجموعة من المعلومات مثل "أنا طالب، انا مدرس، أنا عامل" وذلك لغرض تكوين وصيانة صورة شخصية متعددة الجوانب، اما تقدير الذات فيهتم بالعنصر التقويمي لمفهوم الذات. إذ إن الافراد يقومون بصياغة وإصدار الأحكام الخاصة بقيمتهم الشخصية كما يرونها، ومن ثم فإن مفهوم الذات يسمح للفرد بأن يصف نفسه في إطار تجربة معينة، إما تقدير الذات فيهتم بالقيمة الوجدانية التي يربطها الفرد بأدائه ضمن هذه التجربة (السلطاني،٢٠١٧: ٥٦).

مكونات تقدير الذات:

لتقدير الذات له مكونان أساسيان وهما : المكون الإجتماعي و المكون الشخصي.

اولاً: المكون الاجتماعي ويضم مجموعة عوامل من أهمها ما يأتي :

أ- العوامل الأسرية: الأسرة هي التي تشرف على النمو النفسي للفرد، وتؤثر في تكوين شخصيته، وتوجه سلوكه منذ الطفولة المبكرة، وتؤدي العلاقات بين الوالدين، والعلاقات بين أفراد الأسرة دوراً هاماً في تكوين شخصيته، وأسلوب حياته ، فالعلاقات الفعالة السوية تساعد على أن ينمو الفرد ذو شخصية سوية (عبد الرؤوف، ٢٠١٨: ١١٤).

ب- عوامل مدرسية: تؤدي المدرسة دوراً بارزاً في إكمال ما بدأته الأسرة لما لها من أهمية تربوية كبيرة تساعد على التأثير على شخصية الفرد، إذ يكون لها دور كبير في تقديره لذاته، وتصوره عن ذاته واتجاهاته نحو القبول أو الرفض، من خلال العلاقة مع المعلم وكذلك نمط النظام المدرسي (عكاشة ، 1997: ٣٦) .

ج- مجموعة الأقران: كلما كانت جماعة الأقران رشيدة كان تأثيرها إيجابياً على الفرد، وأن كانت منحرفة كان تأثيرها سلبياً (عبد الرؤوف، ٢٠١٨: ١١٤) .

ثانياً: مكونات شخصية وتضم ما يأتي :

أ- الخصائص الجسمية: ويقصد بها صورة الجسم، وما تتضمنه من خصائص من حيث الطول والوزن والحجم والشكل العام، والخلو من الملامح المعيبة، إذ تؤدي دوراً مهماً في تكوين مفهوم الذات لدى الفرد فإذا كان لديه مفهوم ايجابي من حيث الشكل والمظهر والصحة والتمتع بالقوة الجسدية سوف يكون لديه مفهوماً إيجابياً عن ذاته، وبخلافه سوف يحمل مفهوم سلبي عن ذاته (الغلبان، ٢٠٠٨: ٢٤) .

ب- القدرات العقلية: يؤثر ذكاء الفرد على إدراكه لذاته، وإدراك إتجاهات الآخرين نحوه، والفرص المتاحة أمامه ، والعواقب التي تواجهه (زهران ، ١٩٩٧: ٢٢٩) .

فالفرد الذي لديه مفهوم ذاتي إيجابي يعتقد أنه يحمل خصائص عقلية، كالذكاء، والتذكر، والتفكير، والتفوق في الدراسة أو المهنة، ودراية إيجابية، والحرص والاهتمام بالموضوعات العلمية والثقافية وسواها (محمود، ١٩٩٧: ٢٤) .

ت- التغيرات البيولوجية: تشير إلى ما يحدث من تغيرات عضوية وفسيولوجية في بيئة الفرد الجسمية، وذلك عبر المراحل العمرية المختلفة التي يمر بها (منسي، ١٩٩٨: ٤٨) .

مصادر تقدير الذات :

١-الخبرات الشخصية:

قد يرتفع تقدير الذات لدى الناس في العادة، إذا كانت معظم خبراتهم وأفكارهم عن ذواتهم إيجابية، أما إذا كانت خبراتهم سلبية فقد ينشأ لديهم تقدير منخفض للذات بشكل واضح، ويختلف الناس ذوو تقدير

الذات المرتفع عن غيرهم من ذوي التقدير المنخفض للذات في طرائق استجاباتهم لكل انواع خبرات الحياة وفي تكيفهم معها ويتحقق ذلك من خلال:

- إختيارهم للمواقف التي يتفوقون فيها.
- تفسير خبراتهم على نحو يبهر الاخرين .
- تضخيم إنجازاتهم في الجهود والمشاريع المشتركة (Cullotta&Bloom,2002: 948).

٢- إختلاف أثر الخبرات بإختلاف الأشخاص:

يختلف الناس في طريقة إستجاباتهم للأحداث سواء منها الإيجابية أو السلبية، وفي أثر تلك الأحداث على تقديرهم لذواتهم، وقد أظهرت دراسة "نفيل" أن الأحداث الايجابية والسلبية لها اثر مبالغ فيه عند الاشخاص ذوي الدرجة المنخفضة في تقدير الذات، أي الذين يرون أنفسهم انهم يتمتعون بعدد قليل نسبياً من الجوانب المميزة للذات، إذ أتاحت دراسة "نفيل" الفرصة لمفحوصيها للتعبير عن الشعور بالنجاح أو الفشل وقد شعر المفحوصين منخفضو تقدير الذات بمجالات مزاجية إيجابية بعد النجاح، وحالات مزاجية سلبية بعد الفشل أكثر مما شعر به المفحوصين مرتفعو مستوى تقدير الذات كما تعرضَّ تقدير الذات بعد خبرة النجاح او الفشل عند الفئة الأولى لتغيرات اكبر من التغيرات التي تعرضَّ لها تقدير الذات عند الفئة الثانية .

٣- المقارنات الإجتماعية:

يعتمد تقدير الذات على المقارنات الإجتماعية فقد يكون تفوق الاخ أو الصديق أشد إيلامّاً من أذى شخص غريب، لأن المقارنة الإجتماعية ستزداد في هذه الحالة ففي الوقت الذي يرغب فيه فرد بالإستماع بما حققه من إنجازات، فإنه قد يشعر بوهيج انجازاته عندما يقارن نفسه بالأخرين.

٤- تقييم الذات بناء على معايير داخلية:

إن الذات لا تتأثر فقط بما يحدث للفرد خارجياً، بل تتأثر كذلك بما يحدث داخلياً، وعلى الرغم من أن معظم الناس يصفون الآخرين بأنهم أشخاص ناجحون، إلا أنهم يظلون يشعرون بالإخفاق في الوصول إلى المستوى المناسب للمعايير التي يسعون من خلالها للوصول إلى ما يعدونه موجهات أو مرشدات للذات، وتأتي موجهات الذات في صورتين :

الاولى : الذات المثالية وهي ذات الشخص التي يسعى لأن تكون مثالية .

الثانية: الذات المتوقعة وهي ذات الشخص التي يشعر أنه ينبغي ان يكون ما هو عليه، أو ما يرغب أن يكون (أبو سعده، ٢٠١٦: ٢٤) .

العوامل المؤثرة في تقدير الذات:

هناك نوعين من العوامل التي تؤدي إلى تقدير ذات مرتفع أو تقدير ذات منخفض :

١- عوامل تتعلق بالفرد نفسه: درجة تقدير الذات لدى الفرد تتحدد من خلال درجة القلق أو عدم الإستقرار النفسي بمعنى أنه أذا كان يتمتع بصحة نفسية جيدة، سوف يساعده ذلك على أن يكون لديه

شخصية سوية، ويكون تقدير الذات لديه مرتفع أما كان الفرد من النوع القلق غير المستقر فإن فكرته عن ذاته تكون منخفضة وبالتالي ينخفض تقديره لذاته (سالم،٢٠١٣: ٩٤).

٢- **عوامل تتعلق بالبيئة الخارجية:** وهي تتعلق بالأفراد الذي يتعامل معهم ونظرتهم له

ويذكر ماضي (١٩٩٣) بعض العوامل المؤثرة في تقدير الذات منها :

١- مقدار الإحترام والتقبل والمعاملة من الأفراد المهمين في حياته .

٢- تاريخ نجاح الفرد في حياته المهنية والإجتماعية .

٣- مدى تحقيق الاهداف والطموحات التي خططها لحياته .

٤- كيفية تفاعل الفرد مع المواقف التي يتعرض لها والتي تهدد شخصيته، فهل يكبتها أم يواجهها بشجاعة (الماضي ، ١٩٩٣: ٦٢).

مدى استقرار تقدير الذات :

على مدى العقود الماضية، ناقش الباحثون تقدير الذات بوصفه سمة يظل ثابتًا نسبيًا مع مرور الوقت أو على أنه حالة تتقلب باستمرار استجابةً للمحفزات والمواقف البيئية، إذا كان تقدير الذات أقل استقرارًا على المدى الطويل من خصائص الشخصية الأخرى، فقد لا يكون مؤشرًا مفيدًا لنتائج مهمة في العالم الحقيقي. وتدعم الدراسات السريرية الادعاء بأن تقدير الذات هو بناء مستقر يشبه السمات (Trzesniewski,et al,2003: 208). إذ يمكن مقارنة هذا البناء بالأبعاد الرئيسة للشخصية، بما في ذلك الانبساط، والقبول ،والضمير، والعصابية، والإنفتاح على التجربة وسواها ومن ثم فإن الأفراد الذين يتمتعون بتقدير مرتفع نسبيًا لذواتهم في وقت ما يميلون إلى زيادة تقدير الذات بعد سنوات، وبالمثل فإن الذين يعانون من تدني تقدير الذات في وقت مبكر من الحياة يميلون إلى تدني تقدير الذات في وقت لاحق، ومع ذلك فإن تقدير الذات يكون أكثر استقرارًا في بعض فترات الحياة أكثر من فترات أخرى. إن هذا الاستقرار يكون منخفضًا نسبيًا خلال مرحلة الطفولة المبكرة، ويزداد خلال مرحلة المراهقة والبلوغ المبكر، وينخفض خلال منتصف العمر والشيخوخة فقد تعكس المستويات المنخفضة من الاستقرار التي تم ملاحظتها أثناء الطفولة والشيخوخة التغيرات الدرامية في الحياة والظروف الاجتماعية المتغيرة، وتغيرات النمو السريعة نسبيًا التي تميز بداية الحياة ونهايتها على سبيل المثال، أثناء الشيخوخة، قد تؤدي الأحداث المهمة في الحياة مثل التقاعد والتحول إلى تغيير إحساس الفرد بذاته، وما ينتج عنه مستويات أعلى من تقدير الذات لدى بعض الأفراد ومستويات أقل لدى الآخرين. وكذلك يمكن أن تؤدي أحداث الحياة إلى مستويات أقل من تقدير الذات واستقرارها، إذ تم تجربتها على أعمار مختلفة، على سبيل المثال، بعض الناس يتقاعدون قبل غيرهم أو تؤثر بشكل مختلف على الأفراد على سبيل المثال، عدد من المتقاعدين قد ينخفض لديهم تقدير الذات. فضلاً عن ذلك، فقد أشار أريكسون (١٩٨٥) إلى أن تقدم الأفراد في السن قد يجعلهم يبدأون في مراجعة إنجازاتهم وخبراتهم علاوة على ذلك، أشار إريكسون (١٩٨٥) إلى أنه مع تقدم الأفراد في السن قد يجعلهم يبدأون في مراجعة إنجازاتهم وخبراتهم مدى الحياة

التي عاشوها، مما يؤدي في بعض الحالات إلى تقييمات ذاتية أكثر أهمية (يأس الأنا) وفي حالات أخرى إلى زيادة قبول الذات (تكامل الأنا). ومن ثم فإن التحول التطوري نحو مزيد من التأمل الذاتي في سن الشيخوخة قد ينتج عنه زيادة في تقدير الذات لبعض الأفراد ولكنه ينخفض بالنسبة للآخرين(Roberts & Delvecchio,2000: 15).

مستويات تقدير الذات:

هناك مستويات مختلفة لتقدير الذات وهي :

١- **تقدير الذات المرتفع:** ويتميز فيه الأشخاص بانهم ذوو همة ويستحقون الإحترام والتقدير، لديهم أفكار يؤمنون بها ويظنون انها صحيحة ويتحدون الآخرون ولا يخافوا أو يبتعدوا عن الشدائد .

٢- **تقدير الذات المنخفض:** يتميز به الاشخاص ذوو الهمة المنخفضة او قليلي الهمة الذين يشعرون بانهم غير محبوبين أو غير قادرين على فعل الأشياء التي تطلب منهم مثل الآخرين، ويعدون أن ما لدى الاخرين دائماً أفضل منهم مقارنة بما لديهم من قدرات واستعدادات .

٣- **تقدير الذات المتوسط:** يقع بين النوعين المرتفع والمنخفض ويتحدد تقدير الذات فيه بناءً على ما يفعلونه وفق قدراتهم (حسين،٢٠٠٧: ٤٤).

الفرق بين الذكور والإناث في مفهوم تقدير الذات :

يتبع الفرق بين الجنسين على نحو عام المسار نفسه، اذ يكون فيه تقدير الذات بشكل مرتفع في الطفولة وينخفض خلال فترة المراهقة ثم يرتفع في مرحلة البلوغ ومن ثم ينخفض في الشيخوخة، ومع ذلك هناك بعض الإختلافات المثيرة للاهتمام بين الجنسين، على الرغم من أن الذكور والإناث يخبروا مستويات مماثلة اثناء الطفولة، إذ تكون هناك فجوة في المراهقة ولصالح الذكور المراهقين (Robins,et al,2002: 425). إذ يبدأ الاولاد والبنات بمستويات متشابهة جداً في مرحلة المراهقة المبكرة، إلا أنهم يتباعدون تدريجياً طوال سنوات المراهقة والبلوغ، إذ يكتسب الذكور إحساساً بقيمة الذات الإيجابية وتفقد الإناث هذا الشعور، وتساعد المستويات المنخفضة من تقدير الذات على تفسير حقيقة أن الفتيات والنساء أكثر عرضة للإصابة بالاضطرابات النفسية مثل الكرب ما بعد الصدمة والاكتئاب، ويفسر (Rosenfiled,1999) ذلك بأن الرجال والنساء لديهم خبرات هيكلية إجتماعية مختلفة تبدأ في الطفولة المبكرة وتنعكس في القوة النسبية التي يتمتع بها الرجال في المجتمع، والتي تؤثر بدورها على التقييمات الذاتية، ونتيجة لذلك يميل الذكور عموماً نحو تقدير ذاتي عالي (Rosenfiled,1999: 220)، وتستمر هذه الفجوة قائمة خلال مرحلة البلوغ ثم تضيق وربما تختفي في مرحلة الشيخوخة. وقدم الباحثين تفسيرات عديدة منها ما يرتبط بتغيرات النمو المرتبطة بالنضج، ومنها ما يتعلق بالسياقات الاجتماعية، ومنها ما يرتبط بالمعاملة الوالدية أو من يقوم برعاية الابناء (الذكور) على حساب البنات في البيت أو الصف الدراسي أو العمل (kling,et al,1999: 471). وكذلك تعطي الإناث قيمة أكبر للمظهر والجاذبية الجسمية أكثر من الذكور، ويبدو أن جاذبية الذكور والإناث تُعدُ مؤشراً جيداً على بناء علاقات اجتماعية

مع الآخرين. وتشير كثير من الدراسات إلى أن تقدير الذات عند الإناث أقل منه عند الذكور، وأن الذكور يُعبّرون عن قدراتهم بثقة أكبر من الإناث. وتؤدي الثقافة دوراً كبيراً في الفروق بين الجنسين من حيث الفرص التي تُعطىٰ لكل منهما (الضامن ، ٢٠٠٥: ١٩٢) .

نظريات تقدير الذات:

سيعرض الباحث اهم النظريات التي تناولت موضوع تقدير الذات بإيجاز وهي :

اولاً: نظرية الذات (روجرز):

تتمحور الفكرة الرئيسية لهذه النظرية الإنسانية عن طبيعة الإنسان وتفترض وجود قوة دافعة لديه، وهي النزعة إلى تحقيق الذات، إذ يعتقد روجرز أن الذات تعد جوهر الشخصية الإنسانية، وأن مفهوم الذات يعد حجر الزاوية الذي ينظم السلوك الإنساني، وهو يتأثر بخبرات الفرد وقيم الآباء وأهدافهم وفكرة الفرد عن نفسه، وهي إرتقائية منذ الميلاد وتتمايز بالتدرج خلال مرحلتي الطفولة والمراهقة، وهناك ثلاثة مصادر لتكوين صورة الفرد عن نفسه وهي:

– قيم الآباء وأهدافهم، والتصورات التي يواجهها الفرد عن المجتمع المحيط .

–خبرات الفرد المباشرة .

– التصورات التي تكُوَن الصورة المثالية التي يرغب أن يكون عليها، ويؤدي مفهوم الذات لدى الفرد وظائف مختلفة، منها الوظيفة الدافعية، التي تحفزه على السلوك لتحقيق الأهداف، والوظيفة التكاملية التي تؤدي إلى تكامل السلوك الفردي بما يحقق صورة الفرد عن نفسه (قطامي و منى ، ٢٠١٦: ٢٢).

يرى روجرز أن الفرد إذا أدرك نفسه عليه أن يتصرف في مختلف المواقف بما يتلائم مع صورته عن نفسه، لذلك فانه سيشعر بالكفاية والجدارة والأمن، أما إذا شعر بأنه يتصرف خلاف فكرته عن نفسه فإنه يشعر بالتهديد والخوف، علماً بأن النظرية تؤكد على حاجة الفرد الملحة لكي يظهر أمام الآخرين على أنه قوي وجدير وقادر على مشكلاته بالاعتماد على نفسه وتحقيق ذاته ويعيش بما يتلاءم مع صورته عن ذاته (فرحات، حمودة، ٢٠١٧: ٥٤) .

ثانياً: نظرية زيلر (١٩٦٩) Zelar :

تفترض نظرية "زيلر" أن تقدير الذات ينشأ ويتطور بلغة الواقع الإجتماعي أي ينشأ داخل الإطار الإجتماعي الذي يعيش فيه الفرد، لذا ينظر "زيلر" إلى تقدير الذات من زاوية نظرية المجال في الشخصية، ويؤكد أن تقييم الذات لا يحدث في معظم الحالات إلا في الإطار المرجعي الاجتماعي، ويصف "زيلر" تقدير الذات بأنه تقدير يقوم به الفرد لذاته ويؤدي دور المتغير الوسيط، أو أنه يشغل المنطقة المتوسطة بين الذات والعالم الواقعي. وعلى ذلك فعندما تحدث تغيرات في بيئة الفرد الإجتماعية فإن تقدير الذات يعد العامل الذي يحدد نوعية التغيرات التي ستحدث في تقييم الفرد لذاته تبعاً لذلك. وتقدير الذات طبقاً "لزيلر" مفهوم يربط بين تكامل الشخصية من ناحية وقدرة الفرد على أن يستجيب لمختلف المثيرات التي يتعرض لها من ناحية اخرى. لذلك فقد إفترض أن الشخصية التي تتمتع بدرجة

عالية من التكامل تحضى بدرجة عالية من تقدير الذات، وهذا يساعدها في أن تؤدي وظائفها بدرجة عالية، من الكفاءة في الوسط الإجتماعي الذي توجد فيه، وأن تأكيد "زيلر" على العامل الإجتماعي سيهم مفهومة ويوافقه النقاد على ذلك، بأنه تقدير الذات الاجتماعي. وقد أدعى أن المناهج أو المداخل الأخرى في دراسة تقدير الذات لم تعطِ العوامل الإجتماعية حقها في نشأة ونمو تقدير الذات (الزبيدي وآخرون، ٢٠١٩: ١٨٩).

ثالثاً: نظرية كوبر سميثCooper Smith Theory :

تركزت أعمال "سميث" في دراساته لتقدير الذات عند أطفال ما قبل المدرسة الثانوية، وعلى عكس "روزنبرغ" لم يحاول كوبر سميث أن يربط أعماله في تقدير الذات بنظرية أكبر وأكثر شمولاً. ولكنه ذهب إلى أن تقدير الذات مفهوم متعدد الجوانب، لذا علينا أن لا ننغلق داخل منهج واحد أو مدخل معين لدراسته. بل علينا أن نستفيد منها جميعاً لتفسير الأوجه المتعددة لهذا المفهوم. ويؤكد سميث بشدة على أهمية تجنب وضع الفروض غير الضرورية. وإذا كان تقدير الذات عند "روزنبرغ" ظاهرة أحادية البعد، بمعنى أنها أتجاه نحو موضوع نوعي، فإنها عند "سميث" ظاهرة اكثر تعقيداً لأنها تتضمن عمليات تقييم الذات، وردود الفعل أو الاستجابة الدفاعية . وكذلك اذا كان تقدير الذات يتضمن اتجاهات تقييمية نحو الذات فإن هذه الاتجاهات تتسم بقدر كبير من العاطفة، فتقدير الذات عند "كوبر سميث" حكم يصدره الفرد على نفسه متضمناً الاتجاهات التي يرى أنها تصفه على نحو دقيق. ويقسم تعبير الفرد عن تقديره لذاته إلى قسمين : التعبير الذاتي وهو إدراك الفرد لذاته ووصفه لها ، والتعبير السلوكي ويشير إلى الأساليب السلوكية التي تفصح عن تقدير الفرد لذاته ، التي تكون متاحة للملاحظة الخارجية (سيف، ٢٠١٧: ٧٩).

يميز "كوبر سميث" بين نوعين من تقدير الذات، تقدير الذات الحقيقي، ويوجد عند الأفراد الذين يشعرون بالفعل أنهم ذوو قيمة ، وتقدير الذات الدفاعي، ويوجد عند الأفراد الذين يشعرون أنهم غير ذوي قيمة، ولكنهم لا يستطيعون الإعتراف بمثل هذا الشعور والتعامل على أساسه مع أنفسهم ومع الآخرين. وقد ركز سميث على خصائص العملية التي تصبح من خلالها مختلف جوانب الظاهرة الاجتماعية ذات علاقة بعملية تقييم الذات. وقد إفترض في سبيل ذلك أربع مجموعات من المتغيرات تعمل كمحددات لتقدير الذات وهي : **النجاحات، والقيم، والطموحات والدفاعات** (أبو جادو،٢٠٠٤: ١٥١).

رابعاً: نظرية روزنبرغ(Rosenberg,1965): (النظرية المتبناه) .

تعد النظرية من أوائل النظريات التي وضعت أساساً لتفسير في بلورة مفهوم تقدير الذات، إذ ظهرت هذه النظرية من خلال دراسة "روزنبرغ" لكيفية إرتقاء سلوك الفرد وتقييمه لذاته، في ضوء العوامل المختلفة التي تشمل المستوى الإقتصادي والإجتماعي، والديانة وظروف التنشئة الوالدية وسواها ومن خلال تصوره للذات بإنها ظاهرة اجتماعية مستنداً على عدة افتراضات وهي كالتالي :

- إن الذات كيان اجتماعي.
- إن القيم التي تنظمها الذات تتبع من بعض العوامل مثل الثقة والدور الذي يلعبه الفرد في الأسرة والمجتمع.

تدور أعمال "روزنبرغ "عن محاولته دراسة تطور وإرتقاء سلوك الفرد وتقيميه لذاته من خلال المعايير السائدة في الوسط الاجتماعي المحيط به، وقد إهتم بصفة خاصة بتقييم المراهقين لذواتهم، وأوضح أنه عندما نتحدث عن التقدير المرتفع للذات فنحن نعني أن الفرد يحترم ذاته ويقيمها بشكل مرتفع، بينما يشير تقدير الذات المنخفض أو المتدني إلى رفض الذات أو عدم الرضا عنها (عبد الرؤوف، ٢٠١٨: ١١٩) .

عدَّ "روزنبرغ ١٩٧٩" تقدير الذات على انه اتجاه الفرد نحو نفسه، لأنها تمثل موضوعاً يتعامل معها، ويكوَّن إتجاها نحوها، هذا الإتجاه نحو الذات يختلف من الناحية الكمية عن إتجاهاته نحو الموضوعات الأخرى(Rosenberg,1979: 73).

وعلى ذلك فإن أعمال "روزنبرغ" تركزت على دراسة نمو إرتقاء سلوك الفرد وتقويمه لذاته وسلوكه من زاوية المعايير السائدة في الوسط الاجتماعي المحيط به. وإهتم كذلك 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 مستقبلاً والمنهج الذي استخدمه "روزنبرغ" هو الإعتماد على مفهوم الإتجاه بعدّه أداة محورية تربط بين السابق واللاحق من الأحداث والسلوك (كفافي،١٩٨٩: ١٠٣).

أما بندر(١٩٩٣) Bender الذي أجرىٰ تحليلاً لأعمال "روزنبرغ" فإنه وضع للذات ثلاث تصنيفات وهي:

- الذات الحالية (الموجودة): وهي كما يرى الفرد ذاته وينفعل بها .
- الذات المرغوبة: وهي الذات التي يجب أن يكون أو يبدو عليها الفرد .
- الذات المقدمة: وهي صور الذات التي يحاول الفرد أن يوضحها أو يعرفها للآخرين، ويسلط "روزنبرغ" الضوء على العوامل الاجتماعية جميعها، فلا أحد يستطيع أن يضع تقديراً لذاته والإحساس بقيمتها إلا من خلال الآخرين (Bender,et,al,1993: 395).

عدَّ "روزنبرغ" أن تقدير الذات مفهوم يعكس اتجاه الفرد نحو نفسه. وطرح فكرة أن الفرد يكون اتجاهاً نحو كل الموضوعات التي يتعامل معها ويخبرها، وما الذات إلا أحد هذه الموضات، إذ يكون الفرد نحوها اتجاهاً لا يختلف كثيراً عن الاتجاهات التي يكونها نحو الموضوعات الاخرى، حتى ولو كانت أشياء بسيطة يود استخدامها، ولكن "روزنبرغ" عاد فيما بعد واعترف بأن اتجاه الفرد نحو ذاته يختلف ولو من الناحية الكمية عن اتجاهاته نحو الموضوعات الاخرى. معنى ذلك أن "روزنبرغ" يؤكد على أن تقدير

الذات هو "التقييم الذي يقوم به الفرد ويحتفظ به عادة لنفسه " وهو يعبر عن إتجاه الاستحسان أو الرفض (كفافي،١٩٨٩: ١٠٣).

كما عمل "روزنبرغ" على توضيح العلاقة بين تقدير الذات الذي يتكون في إطار الأسرة والاساليب السلوكية الإجتماعية اللاحقة للفرد فيما بعد، كما إهتم بشرح وتفسير الفروق التي توجد بين الجماعات في تقدير الذات مثل المراهقين الزنوج والمراهقين البيض، والتغيرات التي تحدث في تقدير الذات في مختلف مراحل العمر (أبو جادو، ٢٠٠٤: ١٥٣) .

خامساً: نظرية إبستاين Epstion :

هي النظريات التي سعىٰ فيه إبشتاين إلى توضيح ماهية مفهوم الذات بقوله أن كل شخص يضع هيئة أو صياغة للذات اعتماداً على قدرتها وصلاحيتها بشكل غير مقصود طبقاً لخبراته المختلفة ويشكل الجزء الأكبر من هذه الصياغة إحتراماً كاملاً للذات بمقدار الخبرات المرتبطة بالإنجاز، وبزيادة تقدم الفرد فإن نظريته تزداد تعقيداً، ومع ذلك يظل متمسكاً بمبادئها الأساسية بمعنى أن اعتقاد شخص ما في قيمته وأهميته قد لا يتغير كثيراً بشكل جذري، ودائماً تتغير الاستنتاجات المستخلصة من هذه الاعتقادات أو يعاد فحصها والتحقق منها مرة أخرى بتقدم العمر وزيادة خبرات الحياة فاعتقاده بأنه انسان ذو قيمة ليس بالضرورة أن يتخلص منه في جميع الحالات وأنه من السهل أن يجني الأخرون مثلاً (عبد الرؤوف،٢٠١٨: ١٢٢)، ويتطور هذا المفهوم التقويمي وفقاً لملاحظات عن ذاته أنه كموضوع مجرد وفقاً لكيفية رؤية الأخرين له. وهو على هذا النحو أمر مكتسب يتوقف بالدرجة الأولى على خبرات التنشئة الأولى ومدى الاستحسان والاستهجان الذي يعيه الفرد المُسّن أو يلقاه من قبل ذوي أهمية في حياته (مويس، ٢٠١٦: ٤٧).

سادساً: نظرية القياس الإجتماعي لـ "مارك ليري " (Mark Leary 2000) :

وفقاً لنظرية القياس الإجتماعي يعد تقدير الذات قياسا نفسيا يراقب فيه الفرد نوعية علاقاته مع الآخرين، وتستند النظرية على إفتراض أساس مؤداه أن الناس يمتلكون دافعاً سائداً نحو تعزيز العلاقات البينشخصية المهمة، وأن نظام تقدير الذات يراقب جودة العلاقات بين أفعال الفرد والأشخاص الآخرين، وعلى وجه التحديد الدرجة التي يقيم بها الفرد علاقته مع الآخرين على أنها ذات قيمة، وأنها مهمة ووثيقة، وعندما يتم المرور بخبرة التقويم الواطئ فإن نظام القياس الاجتماعي يستثير الضيق الانفعالي كعلامة تحذير أو إنذار، ويدفع بالفرد إلى إظهار سلوكيات تسترجع التقدير الإيجابي، ومحاولة المحافظة عليه. إن تقدير الذات الواطئ لدى الفرد يكون مقترناً بحالات الاخفاق في إنجاز المهمات أو الابتعاد أو الرفض من الاخرين، وغيرها من الأحداث التي لها مضامين سلبية، ويرتفع تقدير الذات عندما ينجح الفرد في إنجاز المهمات، وعندما يختبر حب الآخرين، فيما يرتبط تقدير الذات الواطئ بعدد من المشاكل الشخصية والنفسية مثل الاكتئاب ، والوحدة ، والإدمان . (الجيزاني، ٢٠١٢: ٧٨) .

النقاط الاساسية التي ركزت عليها النظريات المفسرة لتقدير الذات :

يعتقد (روجرز) أن قدرة الانسان على التصرف في مختلف المواقف بما يتلائم مع صورته عن نفسه، فاذا استطاع ان يتصرف بما يتوافق مع الموقف فأنه سوف يشعر بالكفاية والجدارة، أما اذا لم يستطيع أن يتصرف بما يتوافق مع الموقف فأنه سوف يشعر بالخوف والتهديد. فتقدير الذات حاجة الفرد لكي يظهر أمام الاخرين على أنه قوي وجدير وقادراً على حل مشاكله بالاعتماد على نفسه.

فيما (زيلر) فيعتقد أن تقدير الذات ينشأ من خلال واقع المجتمع الذي ينتمي إليه أي تقييم الذات لا يحدث الا في الإطار المرجعي الاجتماعي.

أما (كوبر سميث) فتقدير الذات هو حكم يصدره الفرد على نفسه متضمناً الاتجاهات التي يرى أنها تصفه على نحو دقيق، ويعبر الفرد عن تقديره لذاته عن طريق التعبير الذاتي أي وصفه لذاته وعن طريق التعبير السلوكي أي الاساليب السلوكية التي تفصح عن تقديره لذات والتي تكون متاحة للملاحظة.

بينما (روزنبرغ) يعتقد أن تقدير الذات ارتقائي من خلال تقويم الفرد لذاته وسلوكه ضمن المعايير السائدة في الوسط الاجتماعي المحيط به فكلما كان تصرف ضمن هذه المعايير ارتفع لديه تقدير الذات لديه، ويؤكد على دور الأسرة في تعزيز تقدير الذات لدى الفرد.

أما (ابستاين) يرى أن خبرات الفرد المختلفة تجعله أكثر قدرة في التصرف السليم في المواقف، فكلما زادت خبراته يكون اكثر احتراما لذاته .

أما (مارك ليري) يعد تقدير الذات مقياساً نفسيا يحافظ على توازن الفرد خلال تفاعله في المواقف الاجتماعية، فحين يتصرف الفرد سلوكا يجعله يشعر بتدني تقدير الذات لديه، فأن هذا النظام يستثير الضيق الانفعالي كعلامة تحذير أو إنذار ويدفع بالفرد إلى إظهار سلوكيات تسترجع التقدير الإيجابي.

ثانياً : دراسات مفيدة :

سيعرض الباحث عدداً من الدراسات السابقة بإيجاز موزعة على محاورين وهما :

١- دراسات تتعلق بالتكامل مقابل اليأس .

٣- دراسات تتعلق بتقدير الذات .

ويضم المحاورين دراسات عربية واجنبية وكما يأتي :

١- دراسات مفيدة في التكامل مقابل اليأس :

إعتمد الباحث على الدراسات التي تناولت مواضيع التكامل مقابل اليأس لدى المسنين من فئات مختلفة، وذلك لعدم وجود دراسات سابقة عن المدرسين المؤهلين للإحالة إلى التقاعد.

أ-الدراسات العربية :

١- دراسة ناصر ٢٠٠٣

مكان الدراسة : كلية الآداب، جامعة بغداد، العراق .

عنوان الدراسة: تكامل الأنا لدى المسنين وعلاقته ببعض المتغيرات .

هدفت الدراسة إلى قياس تكامل الأنا لدى المسنين والتعرف على الفروق في تكامل الأنا لدى المسنين على وفق متغير الجنس. تكونت عينة البحث من (٢٥٠) فرداً من كبار السن ومن كلا الجنسين، قام الباحث ببناء مقياس تكامل الأنا، وقد استخدمت الوسائل الإحصائية الآتية لتحليل البيانات (الإختبار التائي لعينة واحدة والإختبار التائي لعينتين مستقلتين و معامل إرتباط بيرسون). وقد اظهرت النتائج ما يلي :

– كان مستوى تكامل الأنا مرتفعاً لدى المسنين مقارنة بالمتوسط الافتراضي .

– لم تظهر فروقاً ذات دلالة إحصائية بينهما وكان مستوى تكامل الأنا متقارباً بين الجنسين .

(ناصر، عقيل، ٢٠٠٣) .

٢– دراسة سبارجة ٢٠١٦

مكان الدراسة: جامعة اليرموك، الاردن .

عنوان الدراسة: التكامل مقابل اليأس لدى المسنين المقيمين في دور الرعاية والمسنين المقيمين مع أسرهم في ضوء بعض المتغيرات .

هدفت الدراسة إلى الكشف عن التكامل مقابل اليأس لدى المسنين المقيمين في دور الرعاية والمسنين المقيمين مع أسرهم، في ضوء بعض المتغيرات. تكونت عينة البحث من (١٥٤) مسن في دور الرعاية و (١٦٨) مسن مع اسرهم، ولتحقيق أهداف البحث قام الباحث ببناء مقياس التكامل مقابل اليأس على وفق نظرية إريكسون، وقد استخدم الباحث الوسائل الإحصائية الاتية (الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ، و التحليل العاملي الخماسي، و اختبار Bartlett). وقد أظهرت النتائج الآتية :

– كان مستوى التكامل مقابل اليأس لدى المسنين معتدلاً على نحو عام .

– وجود فروق دالة إحصائياً للتكامل مقابل اليأس لدى المسنين ولصالح المسنين المقيمين مع أسرهم

(سبارجة،جمعة، ٢٠١٦).

٣– دراسة محسن ٢٠٢٠

مكان الدراسة: كلية الآداب، جامعة القادسية، العراق .

عنوان الدراسة: تكامل الأنا وعلاقته بقلق الموت لدى المتقاعدين.

هدفت الدراسة إلى قياس تكامل الأنا لدى المتقاعدين وكذلك قياس تكامل الأنا على وفق أبعاده الفرعية، والتعرف على دلالة الفرق في تكامل الأنا على وفق متغير الجنس. قام الباحث ببناء مقياس تكامل الأنا على وفق نظرية إريكسون (Erikson). تكونت عينة البحث من (١٢١٧٥) متقاعداً ومتقاعده من إعمار ٦٠ فما فوق، وبواقع (٧٠١١) متقاعد و (٥١٦٤) متقاعدة، وقد استخدم الوسائل الإحصائية

لتحليل البيانات منها: (الإختبار التائي لعينة واحدة والإختبار التائي لعينتين مستقلتين، وتحليل التباين الأحادي، إختبار شيفية، التحليل العاملي، معادلة الفا كرونباخ، تحليل الإنحدار، معامل إرتباط بيرسون).وقد أظهرت النتائج ما يلي:

- لدى المتقاعدون تكامل الأنا وبفرق دال احصائياً لصالح الوسط الحسابي مقارنة بالمتوسط الافتراضي.
- اتصف المتقاعدون بالندم والحكمة والرفاهية النفسية والانتاجية في حين لم يتسموا بالرضا عن الحياة .
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في تكامل الأنا لدى المتقاعدين تبعاً لمتغير النوع الإجتماعي (ذكور ، إناث) ولصالح الذكور . (محسن، أنعام، ٢٠٢٠).

ب- دراسات اجنبية مفيدة:

1- دراسة والاسكاي و ويتبورن (Walaskay & Whitbourne 1984).

هدفت الدراسة إلى اختبار المرحلة الثامنة والاخيرة من نظرية إريكسون ، التكامل مقابل اليأس. تكونت العينة من (٤٠) رجل مُسن، و(٤٥) امراة مُسنة ، أظهرت النتائج أن المُسنين لديهم درجة عالية من اليأس، مقارنة بدرجة منخفضة من الإندماج فيما يتعلق بالماضي الذي عاشوه.
(سبارجة، جمعة، ٢٠١٦: ٢٩).

٢-دراسة تروكس وآخرون (Torges.M,et al, 2008) .

مكان الدراسة: جامعة ميشيغان، الولايات المتحدة الامريكية .

عنوان الدراسة: إنجاز تكامل الأنا، تطور نمو الشخصية في أواخر منتصف العمر .

هدفت الدراسة إستكشاف الارتباطات بين التكامل مقابل اليأس لدى عينة من النساء في نهاية منتصف العمر. تكونت عينة البحث من (٩٢) امرأة مسنة اخذت منهن البيانات في عمر ٥٢ و عمر ٦٢، ومن ثم تمت الإجابة على المقياس المعدّ من (Ryff &Heincke, 1983) للتكامل مقابل اليأس. أظهرت نتائج الدراسة ان النساء اللاتي عالجن ندمهن في عمر (٥٢) حققن مستوى أعلى في تكامل الأنا في سن (٦٢) سنة، والنساء اللاتي عالجن ندمهن في عمر (٦٢) سنة كان لديهن كذلك مستويات متزامنة من تكامل الأنا، فضلاً عن النتائج قد أشارت إلى أن الإنتاجية عمر (٥٢) تتنبأ بتكامل الأنا في عمر (٦٢) سنة. (Torges.M,et al, 2008).

٣- دراسة ويسترهوف وآخرون (Westerhof.J,et,al ,2017).

مكان الدراسة : جامعة توينتي، هولندا .

عنوان الدراسة: التكامل مقابل اليأس وعلاقته بسمات الشخصية والصحة النفسية

هدفت الدراسة التحقق من عدٌّ التكامل مقابل اليأس يعد أحد المؤشرات للتطور مدى الحياة، وما إذا كان هناك إرتباط ما بين التكامل مقابل اليأس وسمات الشخصية والصحة النفسية. وتكونت عينة البحث من (٢١٨) فرداً تراوحت أعمارهم من (٥٥-٩٠) عاماً وذلك باستخدام مقياس تكامل الأنا(Ryff &Heincke, 1983)، أظهرت النتائج أن الإنبساط والإنفتاح لهما علاقة بتكامل الأنا، فحين أن العصابية مرتبطة باليأس. (Westerhof.J,et,al, 2017)

٤- دراسة سوبابا و جباندرا (Sbubba & Cbandra 2021)

مكان الدراسة: الجامعة العثمانية، حيدر اباد، باكستان .

عنوان الدراسة: الرضا عن الحياة وتكامل الأنا لدى المُسنين

هدفت الدراسة إلى مقارنة المسنين الذين يقيمون في دور الرعاية والمسنين الذين يقيمون مع أسرهم. تكونت عينة الدراسة من (٨٠) مسناً بواقع (٢٧) مُسن و (٥٣) مسنة في دور الرعاية، وجرت مقارنة العدد نفسه مع عينة من المقيمين مع اسرهم و استخدم الباحثين مقياس (Ryff &Heincke, 1983) لتكامل الأنا ومقياس (Deiner,et al, 1985) الرضا عن الحياة، كشفت النتائج أن المسنين الذين يقيمون في دور الرعاية لديهم مستويات أعلى في الرضا عن الحياة وتكامل الأنا من المسنين الذين يقيمون مع أسرهم (Sbubba & Cbandra 2021).

دراسات مفيدة في تقدير الذات :

أ- الدراسات العربية:

١- دراسة الجميلي (٢٠٠٨)

مكان الدراسة: جامعة ديالى، العراق .

عنوان الدراسة: تقدير الذات لدى المدرّسين وعلاقته باتجاهاتهم نحو الطلبة

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى تقدير الذات لدى المدرسين، وكذلك التعرف على دلالة الفروق في تقدير الذات لدى المدرّسين على وفق النوع الإجتماعي (ذكور، إناث)، قام الباحث بأعداد مقياس تقدير الذات. تكونت عينة البحث من(104) مُدرّساً ومَدرَّسةً بواقع (٤٦) مُدرَّس و (٥٨) مّدرسة، ولغرض تحليل البيانات استخدم الباحث الوسائل الاحصائية الآتية (الإختبار التائي لعينة واحدة والإختبار التائي لعينتين مستقلتين، معامل إرتباط بيرسون، معادلة الفا كرونباخ Gronbach Alpha). أظهرت النتائج تمتع المدرّسين بمستوى عالٍ من تقدير الذات، ووجود فرق دال إحصائية في النوع الإجتماعي بين الذكور والإناث ولصالح الذكور. (الجميلي، مؤيد، ٢٠٠٨).

٢- دراسة مكي و وبراء ٢٠١١

مكان الدراسة: جامعة بغداد ، العراق.

عنوان الدراسة: الصلابة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى التدريسيين في الجامعة

هدفت الدراسة إلى قياس مستوى تقدير الذات لدى التدريسيين في الجامعة ومعرفة دلالة الفرق في تقدير الذات تبعاً لمتغير النوع الاجتماعي (ذكور، إناث) تألفت العينة من (٥٠) تدريسياً بواقع (٢٥) تدريسياً و(٢٥) تدريسيةً، وقد إعتمد الباحثين مقياس جاهزاً وهو مقياس روزنبرغ ١٩٦٥. لغرض تحليل النتائج استخدمت الوسائل الإحصائية (معامل الفا كرونباخ ، الإختبار التائي لعينة واحدة والإختبار التائي لعينتين، ومعامل إرتباط بيرسون). تم التوصل إلى النتائج الآتية :

- يتمتع أساتذة الجامعة ومن كلا الجنسين بتقدير ذات عالٍ .
- عدم وجود فرق دال إحصائياً في تقدير الذات فيما يتعلق بمتغير النوع الإجتماعي (ذكور، إناث). (مكي، لطيف وبراء محمد، ٢٠١١).

٣- احمد ٢٠١٥

مكان الدراسة: جامعة وهران، الجزائر .

عنوان الدراسة: تقدير الذات وعلاقته بالتوافق النفسي لدى المسن .

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستويات تقدير الذات لدى كبار السن. تكونت عينة البحث من (٦٨) مُسناً ومسنة واستعمل الباحث مقياس تقدير الذات لـ روزنبرغ ١٩٦٥، واستخدمت الوسائل الإحصائية الآتية (معامل إرتباط بيرسون والإختبار التائي لعينة واحدة وإختبار شيفية)، وقد أظهرت النتائج ما يلي:

- تدني مستوى تقدير الذات لدى المسنين .
- تدني مستوى التوافق النفسي لدى المسنين.
- عدم وجود علاقة إرتباطية بيت تقدير الذات والتوافق النفسي. (احمد، سني، ٢٠١٥).

٤- دراسة قمر ٢٠١٥

مكان الدراسة: جامعة دنقلا، السودان .

عنوان الدراسة : تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدواني وقلق المستقبل وبعض المتغيرات الديموغرافية

هدفت الدراسة التعرف على دلالة الفرق في تقدير الذات تبعاً لمتغير النوع الإجتماعي (ذكور، إناث). تكونت عينة البحث من (٢٧٧) طالباً بواقع (١٥٠) طالباً و(١٢٧) طالبة. استخدم مقياس (ريموس آهير ١٩٨٥). ولغرض تحليل بيانات البحث استخدمت الوسائل الإحصائية الآتية : معامل إرتباط بيرسون و الإختبار التائي لعينتين مستقلتين. أظهرت النتائج عدم وجود فرق دال إحصائياً في تقدير الذات فيما يتعلق بمتغير النوع الإجتماعي (ذكور، الإناث). (قمر، مجذوب، ٢٠١٥).

ب- دراسات اجنبية مفيدة :

١-دراسة ماكمولين جولي و جون كيرني (McMullin, Julie & John Cairney 2004)

مكان الدراسة: جامعة ويسترن أونتاريو ، لندن .

عنوان الدراسة: تقدير الذات وعلاقته بالعمر والجنس والطبقة .

هدفت الدراسة إلى معرفة علاقة تقدير الذات بالعمر والطبقة والجنس. تكونت عينة البحث من (١٥٦٩٤) فرداً اعمارهم من ١٢ سنة حتى سن الشيخوخة، استعمل الباحثين مقياس روزنبرغ، أظهرت النتائج أن كبار السن اوضحوا عن مستويات أقل في تقدير الذات مقارنة بالأقل سناً، فيما أظهرت النساء تقدير الذات أقل مقارنة بالذكور في مرحلتي المراهقة والشيخوخة.

.(Mcmullin, Julie& John, Cairney, 2004)

٢-دراسة رينتش وآخرون (Rentzech,et al,2006)

مكان العمل: جامعة بامبرج، كرواتيا .

عنوان الدراسة: بنية تقدير الذات المتعدد الإبعاد عبر العمر والزمن .

هدفت الدراسة إلى التحقق عن تقدير الذات طبقاً لمتغيري الجنس والعمر. تكونت عينة البحث من (٦٦١) مراهقاً (٣٥٠) انثى و(٣١١) ذكراً من سن ١٣-١٧، و ٣٤٨ بالغ (١٩٠) انثى و(١٥٨) ذكر من اعمار ٢٢- ٦٥ عاماً، وقد تم استعمال مقياس تقدير الذات متعدد الإبعاد (MSES) (Schtz & Sellin,2006)، أظهرت النتائج أن تقدير الذات ثابت عبر الفئات العمرية، وأظهرت النساء انخفاضاً في تقدير الذات مقارنة بالذكور. (Rentzech, et al, 2006).

٣-دراسة احمد (Ahmed,2012)

مكان الدراسة: كلية ادارة الاعمال، الجامعة الشرقية، بنغلادش .

عنوان الدراسة : دور تقدير الذات والتفاؤل في الرضا الوظيفي لدى مدرسي الجامعات الخصوصية في بنغلادش .

هدفت الدراسة إلى تقصي دور تقدير الذات والتفاؤل في الرضا الوظيفي لدى مدرسي الجامعات الخاصة في بنغلادش، تكونت العينة من (٨٠) مدرساً، واستعمل الباحث مقياس روزنبرغ ١٩٦٥، واستخدم معامل ارتباط بيرسون لمعالجة البيانات، اظهرت النتائج أن مدرسي الجامعة يتمتعون بتقدير ذات عالٍ، وأن هناك علاقة دالة إحصائية بين تقدير الذات والتفاؤل وبين الرضى الوظيفي.

.(Ahmed,2012)

٤-دراسة ساره وآخرون (Sare,et al,2021)

مكان الدراسة: جامعة زادار، كرواتيا .

عنوان الدراسة: تقدير الذات وعلاقته بالقلق والاكتئاب لدى كبار السن في دور رعاية المسنين.

هدفت الدراسة إلى تقييم الأرتباط بين الاكتئاب والقلق وتقدير الذات لدى كبار السن. تكونت عينة البحث من (٨٠) مسناً، استعمل الباحث مقياس روزنبرغ ١٩٦٥، واستعمل الإنحدار الخطي المتعدد لتقييم الإرتباطات بين المتغيرات. أظهرت النتائج انخفاض مستوى تقدير لدى أفراد العينة وإنخفاض مستوى تقدير الذات مع زيادة في مستويات الإكتئاب والقلق . (Sare, et al,2021).

مدى الافادة من الدراسات السابقة

وتكمن الافادة من الدراسات السابقة وأهميتها بالنسبة للباحث من خلال : استفادة الباحث من هذه الدراسات في صياغة المشكلة وبلورتها وإيضاح أهمية البحث الحالي وكما يأتي:

- صياغة مشكلة البحث وتحديد أهداف البحث.
- بناء مقياسي التكامل مقابل اليأس ومقياس تقدير الذات .
- تطوير موضوع البحث الحالي والتطرق إلى موضوعات جديدة لم تشر لها الدراسات السابقة.
- الإجراءات التي استخدمت في تلك الدراسات ولاسيما صياغة أدوات القياس والوسائل الإحصائية.
- مقارنة نتائج الدراسات السابقة المفيدة مع نتائج الدراسة الحالية للتعرف على أوجه التشابه والإختلاف .

الفصل الثالث

منهجية البحث وإجراءاته

- مجتمع البحث
- عينات البحث
- أداتا البحث
- التطبيق النهائي
- تطبيق أداتي البحث
- الوسائل الاحصائية

الفصل الثالث

منهجية البحث وإجراءته

استخدم الباحث المنهج الوصفي العلائقي في الدراسة الحالية، والبحوث الوصفية "هي دراسات تهتم بالكشف عن العلاقة بين متغيرين أو أكثر لمعرفة مدى الارتباط بين هذه المتغيرات والتعبير عنها كمياً من خلال معاملات الارتباط بين المتغيرات أو مستويات المتغير الواحد" (نوفل وفريال،٢٠١٠: ٢٢١)،إذ يتضمن هذا الفصل الإجراءات المتبعة بغية تحقيق أهداف البحث التي تتمثل بتحديد مجتمع البحث، وإختيار العينة، والأدوات، وتطبيقها، والوسائل الإحصائية التي تم استخدامها في معالجة البيانات، وفيما يأتي عرض تفصيلي لتلك الإجراءات:

أولا: مجتمع البحث: Population of the Research

يعرف مجتمع البحث بأنه "جميع مفردات الظاهرة المدروسة" (عيدان وآخرون،١٩٩٦:١١٣)، ويتكون مجتمع البحث من مدرسي المدارس الثانوية والمتوسطة والإعدادية الذين تتراوح اعمارهم (٥٥-٦٠) سنة في مركز مدينة الموصل للعام الدراسي (٢٠٢١-٢٠٢٢) والبالغ عددهم (٦٧٥) [١]، من أعمار (٥٥-٦٠) سنة بواقع (٣٨١) مُدرَّساً و (٢٩٤) مّدرَّسة، والجدول يبين ذلك في ملحق (٢) .

عينات البحث : Sample of the Research

تعد العينة "جزء من المجتمع الذي تجري عليه الدراسة، يختارها الباحث لإجراء بحثه عليها على وفق قواعد خاصة لكي تمثل المجتمع تمثيلاً صحيحاً"(داوود عبد الرحمن، ١٩٩٠: ٦٧). وتعرف العينة بأنها "مجموعة جزئية من مجتمع الدراسة يتم إختيارها بطريقة مناسبة، ومن ثم إجراء الدراسة عليها، وتعميم النتائج التي يتم التوصل إليها على كامل مجتمع الدراسة الأصلي" (المحمودي ،٢٠١٩:١٦٠). وهناك مجموعة من الإعتبارات العلمية التي يتم على وفقها تحديد حجم العينة ، منها رأى إيبل (1972). بأن حجم العينة وكبرها هو الإطار المفضل في عملية الاختيار، وبناءً على ذلك جرىٰ إختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية الطبقية، وقد إشتمل البحث على عينات رئيسة وكما يأتي :

١- العينة الإستطلاعية : Pilot Stady

قام الباحث بالتجربة الإستطلاعية لغرض التعرف على مدى وضوح تعليمات المقياسين بصورتهما الأولية، إذ يشير" فرج " إلى ضرورة التحقق من مدى فهم أفراد العينة لطريقة الإجابة على فقرات المقياس (فرج،٢٠٠٧: ١٦٠)، وكذلك ينصح قبل طباعة المقياس وإخراجه بصورته النهائية بتطبيق فقراته على عينة صغيرة تتراوح ما بين (٣٠-٤٠) فرداً (النبهان، ٢٠٠٤: ١٨٥). لذلك فقد طبقت فقرات المقياسين بصورتهما الاولية على عينة بلغت (٤٠) فرداً منهم (٢١) مُدرَّساً و(١٩) مّدرَّسةَ في مدارس مركز مدينة

---

[١] حصل الباحث على الإحصائيات من المديرية العامة لتربية نينوى وذلك بموجب كتاب تسهيل مهمة ملحق (١) والمؤرخ بتاريخ (٢٠٢١/١٢/٢٩) م.

الموصل بدءً من يوم الأحد بتاريخ (١/١١/ ٢٠٢٢) إلى يوم (٩/١١/ ٢٠٢٢) وكانت طريقة الإجابة على المقياسين واضحة ومفهومة، وتم تحديد الوقت المستغرق للإجابة إذ بلغ (١٥) دقيقة لمقياس التكامل مقابل اليأس و (١٠) دقائق لمقياس تقدير الذات والجدول (٢) يبين ذلك.

الجدول (٢)

أسماء المدارس التي تضمنت عينة التطبيق الاستطلاعي

المدارس	ت	المدرسة	النوع الاجتماعي		ت	المدرسة	النوع الاجتماعي	
			ذكور	اناث			ذكور	اناث
المدارس الاعدادية	١	ابن الاثير للبنات		٤	٦	الصديق للبنين	٥	
	٢	النيل للبنين	٥		٧			
المدارس الثانوية	٣	نينوى للمتفوقات		٤	٨	ام سلمة للبنات		٥
المدارس المتوسطة	٤	الموصل للبنين	٤		٩	الادريسي للبنين	٣	
	٥	سيناء للبنات		٦	١٠	الزبير بن العوام	٤	
المجموع			٩	١٤			١٢	٥
المجموع الكلي			٤٠					

٢- عينة البناء (التحليل الاحصائي) : Construct Sample

إختيرت عينة عشوائية طبقية لغرض التحليل الإحصائي، بلغ عدد أفرادها (١٧٥) منهم (٨٩) مُدرساً و(٨٦) مّدرسةَ، إذ يرى ننلي (١٩٧٨) بأن نسبة عدد أفراد العينة إلى عدد فقرات المقياس يجب أن لا تقل عن نسبة ٥-١٠ اضعاف عدد فقرات المقياس (Nunnly,1981:262)، والجدول (٣) يبين ذلك.

جدول (٣)

اسماء المدارس التي ضمت عينة البناء (التحليل الاحصائي)

المدارس	ت	المدرسة	النوع الاجتماعي		ت	المدرسة	النوع الاجتماعي	
			ذكور	اناث			ذكور	اناث
المدارس الاعدادية	١	دمشق للبنين	٤	-	٩	بلقيس للبنات	-	٣
	٢	المستقبل للبنين	٣	-	١٠	زينب للبنات	-	٥
	٣	الطلائع للبنات	-	٤	١١	الامجاد للبنين	٣	-
	٤	الشافعي للبنين	٢	-	١٢	صفية (رض) للبنات	-	٣
	٥	الاصمعي للبنات	-	٤	١٣	سارية للبنين	٢	-
	٦	الابداع للبنين	٥	-	١٤	الزهور للبنين	٤	-

	٧	الراية للبنين	٤	-	١٥	سومر للبنات	-	٦
	٨	عمر بن عبد العزيز	٢	-	١٦	اليمن للبنات	-	٣
المدارس الثانوية	١	الموصل للمتفوقات للبنات	-	٦	٤	فاطمة الزهراء للبنات	-	٣
	٢	المتميزين الثانية للبنين	٥	-	٥	المتميزات الاولى للبنات	-	٧
	٣	القادسية للبنات	-	٣	٦	الموصل للمتفوقين للبنين	٣	-
المدارس المتوسطة	١	الخنساء للبنات	-	٢	١٦	الشهاب للبنين	٢	-
	٢	زيد بن الخطاب	٢		١٧	المهدي للبنين	٤	-
	٣	ميسلون للبنات	-	٥	١٨	النهروان للبنين	٥	-
	٤	فتح الفتوح للبنين	٢	-	١٩	بغداد للبنات	-	٤
	٥	جعفر بن ابي طالب للبنين	٢	-	٢٠	عبد الرحمن الداخل للبنين	٣	-
	٦	اللاذقية للبنات	-	٥	٢١	البصرة المسائية للبنات	-	٣
	٧	المثنى للبنين	٣	-	٢٢	عثمان بن عفان للبنين	٢	-
	٨	الزهور للبنين	٤	-	٢٣	سومر للبنات	-	٣
	٩	الزهور للبنات	٢	-	٢٤	سعد بن ابي وقاص للبنين	٣	-
	١٠	فلسطين للبنات	-	٤	٢٥	الفاروق للبنين	٢	-
	١١	الحرية للبنات	-	٣	٢٦	المركزية للبنين	٤	-
	١٢	عداس للبنين	٤	-	٢٧	الجمهورية للبنين	٤	-
	١٣	الحاج يونس للبنات	-	٣	٢٨	الحسن البصري للبنين	٢	-
	١٤	الشموخ للبنين	-	٤	٢٩	الابداع للبنين	٢	-
	١٥	حفصة للبنات	-	٣			-	-
	المجموع		٤٤	٤٦			٤٥	٤٠
المجموع			١٧٥					

٣- عينة الثبات : Stability Sample

يقصد بالثبات "أن أداة القياس تعطي نتائج متقاربة أو النتائج نفسها، إذا طبقت أكثر من مرة في ظروف متماثلة" (الدليمي، ٢٠١٤: ١١٩)، وقد بلغ عدد أفراد عينة الثبات (٣٩) فرداً منهم (٢٢) مُدرساً و(١٧) مّدرسةً ، والجدول (٤) يبين ذلك .

جدول (٤)

أسماء المدارس التي ضمت عينة الثبات

المدارس	ت	المدرسة	النوع الاجتماعي		ت	المدرسة	النوع الاجتماعي	
			ذكور	اناث			ذكور	اناث
المدارس الاعدادية	١	الخديجة الكبرى للبنات	-	٦	٦	الرسالة الاسلامية للبنين	٦	-
	٢	عبد العزيز بن عبدالله	٥	-	٧	ابي تمام	٤	-
المدارس الثانوية	٣	الفضيلة للبنات	-	٥	٨		-	-
المدارس المتوسطة	٤	ام كلثوم للبنات	3	٦	٩	الامل للبنين	٢	-
	٥	النضال للبنين	٢	-			-	-
	المجموع		١٠	١٧			١٢	
المجموع الكلي			٣٩					

4- عينة التطبيق النهائي (الأساسية) :

بعد أن أصبح المقياسان جاهزين في صيغتهما النهائية من حيث الصدق والثبات، تم تحديد عينة البحث الأساسية بالطريقة العشوائية الطبقية، إذ بلغ عدد أفرادها (١٩٥) مُدرَّساً ومّدرَّسةَ بواقع (١١٥) مُدرساً و(٨٠) مّدرسة والجدول (٥) يبين ذلك .

جدول (٥)

توزع عينة البحث على المدارس

المدارس	ت	المدرسة	النوع الاجتماعي		ت	المدرسة	النوع الاجتماعي	
			ذكور	اناث			ذكور	اناث
المدارس الاعدادية	١	الشهاب للبنين	٤	-	١٢	التحرير للبنات	٥	-
	٢	الرسالة للبنات	-	٣	١٣	عبد الرحمن الغافقي للبنين	٦	-
	٣	خالد بن الوليد للبنين	٦	-	١٤	الكندي للبنين	٦	-
	٤	المركزية للبنين	٧	-	١٥	الفاو للبنات	-	٦
	٥	اليقظة للبنات	-	٤	١٦	قرطبة للبنات	-	٦
	٦	الشعب المسائية للبنين	٤	-	١٧	ابي حنيفة للبنين	٦	-
	٧	الكفاح للبنات	-	٣	١٨	الزهور للبنات	-	٣
	٨	الغزلاني للبنين	٤	-	١٩	الاندلس للبنات	-	٧
	٩	ميسلون للبنات	-	٥	٢٠	الشرقية للبنين	٣	-
	١٠	الحكمة للبنين	٥	-	٢١	عمر بن الخطاب للبنين	٤	-
	١١	اليرموك للبنين	٦	-	٢٢	موصل الجديدة للبنات	-	٣
المدارس الثانوية	١	دار العلوم للبنات	٤	-	٥	شهدة بنت الابري للبنات	-	٤
	٢	المتميزات الثانية للبنات	-	١٠	٦	عامر بن عبدالله للبنين	٣	١
	٣	الفضيلة للبنات	-	٥	٧	نينوى للمتفوقين للبنين	٤	-
	٤	الثورة للبنات	-	٤	٨	المتميزين للبنين	٤	-
المدارس المتوسطة	١	ابن الهيثم للبنين	٣	-	١١	صنعاء للبنات	-	٢
	٢	الطموح للبنين	٥	-	١٢	الحريري للبنات	-	٢
	٣	الرسالة للبنات	٢	-	١٣	سعيد بن المسيب للبنين	٣	-
	٤	ابو بكر الصديق للبنين	٢	-	١٤	الشهيدة نورس النعيمي للبنين	٤	-
	٥	الشيماء للبنات	-	٢	١٥	الشهيد الشيخ رشيد الزيدان للبنين	٢	-
	٦	البحرين للبنين	٢	-	١٦	المثنى للبنات	-	٣
	٧	الجزائر للبنات	-	١	١٧	الحدباء للبنات	-	٣
	٨	الشعب للبنات	-	٣	١٨	لبنان للبنين	٤	-
	٩	المنصور للبنين	٥	-	١٩	فلسطين للبنين	٤	-
	١٠	خولة بنت الازور للبنات	-	٢			-	-
المجموع			٥٩	٤٢			٥٦	٣٨
المجموع الكلي			١٩٥					

وبهذه الإجراءات فإن أعداد عينات البحث جميعها تكونت من (٤٤٩) مُدرَّساً ومّدرَّسة بواقع (٢٤٤) مُدرساً و(٢٠٥) مُدرّسَة موزعين على العينة الاستطلاعية بواقع (٤٠)، و(١٧٥) لعينة التحليل الإحصائي، و عينة الثبات (٣٩) فيما ضمت عينة التطبيق النهائي (١٩٥) وهي تمثل نسبة (٢٩%) من مجتمع البحث.

ثانياً : أداتا البحث: Research Tools

تعرف أداة البحث بأنها: "مجموعة من الفقرات أو الأسئلة التي تمثل القدرة أو الخاصية المراد قياسها" (عبد الرحمن،١٩٩٨:١٩٥)،أما انستازي (Anastasi,1976) فإنها تعرف أداة القياس بأنها:"أداة

موضوعية مقننة لتحديد عينة من السلوك" (ابو جادو،٢٠٠٣:٣٩٨)، ولتحقيق أهداف البحث استخدم الباحث أداتين و هما:

١. **مقياس التكامل مقابل اليأس :**

نظراً لعدم تمكن الباحث من الحصول على أداة مناسبة لقياس التكامل مقابل اليأس لدى المدرسين المُسنين، فقد تطلب الأمر القيام ببناء أداة لقياس التكامل مقابل اليأس لديهم على وفق المرحلة الثامنة والاخيرة في نظرية اريكسون .

خطوات بناء مقياس التكامل مقابل اليأس :

جرت مراحل بناء مقياس التكامل مقابل اليأس على وفق الخطوات الآتية:

اولاً : تحديد مفهوم التكامل مقابل اليأس :

نظراً إلى أن الباحث تبنى نظرية إريكسون فإنه إستند في تحديد معنى هذا المفهوم على هذه النظرية التي تشير إلى تحديد معناه: "مرحلة من مراحل التطور النفسي- الإجتماعي للإنسان تمتد من المرحلة العمرية ٥٥- فما فوق، إذ يبدأ الفرد في تأمل انجازاته عبر تاريخ حياته الماضية، فإما ان يشعر بالرضا والتكامل عن حياته أو يشعر باليأس وعدم الرضا عنها، وان فضيلة هذه المرحلة الحكمة التي تُمكن الفرد أن ينظر إلى ماضيه بشعور من التكامل النفسي، أو الشعور بالندم واليأس" (Erikson,1963: 165).

ثانياً : وجه الباحث مجموعة من الأسئلة لعدد من المدرسين المُسَّنين مفاده : كيف تنظر إلى تاريخ حياتك الماضية من الطفولة والمراهقة حتى هذه المرحلة ؟ هل أنت راضٍ عن كل شيء يتعلق بنفسك، دخلك المادي، وأبنائك، وزوجك / زوجتك، وعلاقاتك الإجتماعية، والتغيرات الجسمية والنفسية والعقلية التي حصلت لديك ؟.

حصل الباحث على إجابات من خلال توجيه هذه الاسئلة سواء كانت مكتوبة أو شفهية للأفراد الذين قابلهم، وقد كانت هذه الخطوة بناءة ومفيدة جداً في مساعدة الباحث على صياغة عدد كبير من الفقرات التي توزعت على مجالات المقياس .

ثالثاً : تحديد مجالات المقياس :

في ضوء التعريف النظري لمرحلة التكامل مقابل اليأس لنظرية إريكسون وكذلك اطلاع الباحث على عدد من المقاييس في الدراسات السابقة مثل:

١-دراسة ناصر (٢٠٠٣).

٢- دراسة سبارجة (٢٠١٦) .

٣- دراسة محسن (٢٠٢٠) .

٤- استشارة عدد من الخبراء من ذوي إختصاص علم النفس (ملحق ٥) وحدد الباحث مجالات أربعة لمقياس التكامل مقابل اليأس وهي: (مجال الندم واليأس، ومجال الحكمة والإنفتاح ، ومجال الصحة ومجال الرضا عن الحياة وتقبل الذات)، ثم قام بوضع تعريف لكل مجال من هذه المجالات المعتمدة في تحديد الفقرات وكما يلي :

أ- المجال الأول: الندم واليأس (Regret & Despair): "شعور بالتأسف أو الشعور بالذنب على فعل شيء خاطئ في الماضي، او ضياع فرص مهمة" (Torges, et al : 2005: 148).

ب- المجال الثاني: الحكمة والإنفتاح (Wisdom & Openness): "هي القدرة على التفكير باستخدام المعرفة والخبرة والتفاهم والحس السليم والبصيرة" (Erikson,1963: 24).

ج- المجال الثالث: الصحة (Health): "هي حالة من إكتمال السلامة بدنياً وعقلياً واجتماعياً وروحياً، لا مجرد إنعدام المرض أو العجز" (WHO).

د- المجال الرابع: الرضا عن الحياة (Life Satisfaction): "تقييم شامل للمشاعر والمواقف عن حياة الفرد المُسّن في فترة زمنية محددة تتراوح من السلبية إلى الإيجابية" (Diner,2000: 65) .

رابعاً : صياغة الفقرات : Items collection

تم صياغة الفقرات على وفق الخطوات الآتية :

أ. جمع الفقرات : **Items Formulation**

بعد أن حدد الباحث مجالات المقياس شرع في بناء الفقرات الخام التي بلغ عددها (٣٥) فقرة بصيغتها الأولية موزعة على اربع مجالات وهي (مجال الندم واليأس ١٤ فقرة) و(مجال الحكمة والانفتاح ٦ فقرات) و (مجال الصحة ٦ فقرات) و (مجال الرضا عن الحياة ٩ فقرات) قد راعى الباحث أن تكون الفقرات قصيرة قدر الامكان كي تتناسب مع سن افراد عينة البحث، فضلاً عن استعمال كلمات متفق عليها ضمن مجتمع البحث وتجنب العبارات التي تحمل اكثر من فكرة واحدة.

ب-بدائل الإجابة: Response Alternatives

وضعت خمسة بدائل لتقدير الإستجابة على فقرات المقياس وهي **(موافق بدرجة كبيرة جداً، موافق بدرجة كبيرة، موافق بدرجة متوسطة، غير موافق بدرجة كبيرة، غير موافق بدرجة كبيرة جداً)** وأعطيت لهذه البدائل خمس درجات للبديل موافق بدرجة كبيرة جداً و أربعة للبديل موافق بدرجة كبيرة و ثلاثة للبديل موافق بدرجة متوسطة و إثنان للبديل غير موافق بدرجة كبيرة و واحد للبديل غير موافق بدرجة كبيرة جداً بالنسبة للفقرات الإيجابية وعكس ذلك التسلسل للفقرات السلبية .

ج-صلاحية فقرات المقياس: Items Validity

لغرض التعرف على مدى صلاحية الفقرات مقياس التكامل مقابل اليأس، عرضت الفقرات بصيغتها الأولية ملحق (٣) على مجموعة من الخبراء والمختصين في التربية وعلم النفس والبالغ عددهم (١٥) خبيراً وذلك لبيان رأيهم في صلاحية الفقرات من حيث الصياغة والوضوح ومدى إرتباطها بالمجال الذي وضعت فيه، وفي ضوء ملاحظاتهم وأراءهم تم تعديل فقرتين (١٠،٣) و كما موضح في الجدول (٦).

الجدول (٦)

تعديل فقرتين من فقرات مقياس التكامل مقابل اليأس لغوياً على وفق اراء الخبراء

رقم الفقرة	الفقرة قبل التعديل	الفقرة بعد التعديل
٣	احس بالأمن والسلام عندما امارس الشعائر الدينية .	احس بالأمن والسلام عندما اؤدي التزاماتي الدينية .
١٠	من حين إلى آخر تقتحم تفكيري افكار مزعجة وأريد التخلص منها	من حين إلى آخر تراودني افكار مزعجة لا استطيع التخلص منها .

خامساً: إعداد تعليمات المقياس: Scale Instruction Preparation

تعد تعليمات المقياس الدليل الذي يسترشد به المستجيب أثناء إجابته على فقرات المقياس. وقد راعى الباحث عند وضعه لهذه التعليمات أن تكون واضحة ومفهومة مع التأكيد على قراءة التعليمات بعناية ودقة. والإجابة بصدق وصراحة. وعمد الباحث على إخفاء الهدف من المقياس كي لا يتأثر المستجيب به عند الاجابة، فقد أكد كرونباخ (Cronbach,1970) على أن التسمية الصريحة لمقياس الشخصية قد تدفع المستجيب الى تزييف إجاباته (Cronbach,1970:40) أو يجعلها بالإتجاه المرغوب إجتماعيا (الزوبعي وآخرون،١٩٨١: ٧١).لذا طلب الباحث الإجابة بصراحة وذلك بوضع (√) تحت البديل الذي يعتقد انه ينطبق عليه، وعدم ترك أي فقرة مع ذكر البيانات المطلوبة مثل نوع الجنس والعمر واسم المدرسة التي يعمل فيها، كما طلب منهم عدم ذكر الأسم، مع التأكيد على سرية المعلومات وأنها لا تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي ملحق (٦).

التحليل الاحصائي للفقرات: Items Analysis

لغرض إجراء التحليل الإحصائي للفقرات وإيجاد قوتها التمييزية واستبعاد الفقرات غير المميزة تم اختيار عينة عشوائية طبقية من مُدرسي ومّدرسات المرحلة الإعدادية والثانوية والمتوسطة من المُسنين البالغ أعمارهم ما بين (٥٥-٦٠) سنة من مجتمع البحث في مركز مدينة الموصل، وقد بلغ عددهم (١٧٥) مُدرساً ومّدرسةً وكما هو مبين ذلك في الجدول (٤) .

و تضمن التحليل الإحصائي لمقياس التكامل مقابل اليأس ما يأتي:

اولاً: القوة التمييزية للفقرات: Discrimination Power of the Items

يقصد بالقوة التميزية للفقرات، "مدى قدرتها على التمييز بين الأفراد الذين يمتلكون الخاصية التي يقيسها المقياس وبين الأفراد الضعاف في تلك الخاصية، فضلا عن ذلك فإن المقاييس النفسية تتطلب حساب القوة التمييزية لفقراتها لغرض استبعاد الفقرات التي لا تميز بين المستجيبين، والإبقاء على الفقرات التي تميز بينهم" (مجيد،٢٠١٤:١١٦). وفيما يتعلق بعدد أفراد عينة التحليل الإحصائي فإن نانلي (1978) يشير إلى ان حجم عينة التمييز يرتبط بعدد فقرات المقياس، إذ ينبغي له أن يكون من (٥— ١٠) أمثال عدد الفقرات للحد من اثر الصدفة في التحليل الإحصائي (Nunnly,1981:392)، لذا إختار الباحث (١٧٥) مُدرساً ومّدرسةَ من مجتمع البحث في مركز مدينة الموصل بالطريقة العشوائية الطبقية ،كما مّر توضّيح ذلك في الجدول (٧). ولإستخراج القوة التمييزية إتبعت الخطوات الآتية :

١-أسلوب المجموعتين المتطرفتين (Extreme Groups Method) :

أ-تصحيح إجابات المدرسين على المقياس، و حساب الدرجة الكلية للمقياس.

ب-ترتيب الدرجات بصورة تنازلية من اعلى درجة إلى أدنى درجة.

ج-سحب نسبة ٢٧% من المجموعة العليا البالغ عددهم (٤٧) فرداً والذين تراوحت درجاتهم، ما بين (١٥٨-١٢٩) درجة وكذلك نسبة ٢٧% من المجموعة الدنيا بالعدد نفسه ممن تراوحت درجاتهم ما بين (١١٣-٩٧) درجة، لأنها تمثل أفضل ما يمكن ان نحصل عليه من عدد وتمايز عندما يكون توزيع الدرجات على وفق منحنى التوزيع الاعتدالي (الزوبعي واخرون،١٩٨١:٧٤)، إستعمل بعد ذلك الإختبار التائي لعينتين مستقلتين t.test of independent samples بين المجموعتين الطرفيتين في درجات كل فقرة، للكشف عن الفرق بين المتوسط الحسابي والإنحراف المعياري للمجموعتين على كل فقرة، ومن ثم مقارنة القيمة التائية المحسوبة مع القيمة التائية الجدولية عند مستوى دلالة (٠،٠٥) ودرجة حرية (١٧٣) والبالغة (١،٩٦) درجة ، والجدول (٧) يبين ذلك.

جدول (٧)

نتائج الإختبار التائي الخاص باستخراج القوة التمييزية لفقرات مقياس التكامل مقابل اليأس

ت	المجموعة العليا (٤٧) ١		المجموعة الدنيا (٤٧) ٢		القيمة التائية المحسوبة
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
١	٢.٣٨٣	١.٣٢٧	١.٧٧٠	١.٠٥٦	٢.٤٨٩
٢	٢.٩٥٧	١.٤٧٣	٢.٠٨٣	١.٠٠٧	٣.٣٨١
٣	٤.٩٧٨	٠.١٤٥	٤.٥٠٠	٠.٨٩٩	٣.٦٠٣
٤	٤.٢٣٤	٠.٨١٣	٣.٠٠٠	١.٢٣٧	٥.٧٣٠
٥	٣.٧٤٤	٠.٩٦٦	٢.٤١٦	١.١٤٥	٦.١٠٢

٦	٤.٠٨٥	١.٠٥٩	٢.٣٣٣	١.١٧٢	٧.٦٣٣
٧	٢.٦٥٩	١.٣٠٦	١.٥٢٠	٠.٨٢٤	٥.٠٩٠
٨	٣.٨٧٢	١.٢٢٦	٢.١٨٧	١.١٢٣	٦.٩٨٤
٩	٣.٦٥٩	١.١٦٦	٣.٣٥٤	١.١٢٩	٠.٤٨١
١٠	٣.٦٨٠	١.٢٨٧	٢.٦٢٥	١.٠٤٤	٤.٣٩٥
١١	٤.٥١٠	٠.٧٧٦	٣.٢٠٨	١.٢٣٦	٦.١٣١
١٢	٤.٧٠٢	٠.٩٣٠	٤.٣٥٤	١.٢١١	١.٥٦٨
١٣	٤.٠٤٢	٠.٩٩٩	٢.٨٧٥	١.٢٩٨	٤.٩٠٤
١٤	٤.٠٦٣	١.٢٤٠	٢.٧٥٠	١.٢١١	٥.٢٢٢
١٥	٤.٦٣٨	٠.٧٣٥	٣.٦٤٥	٠.٩٩٩	٥.٥٠٣
١٦	٤.٧٢٣	٠.٥٧٨	٣.٨٧٥	٠.٩٥٩	٥.٢٠٦
١٧	٤.٤٨٩	٠.٦٥٥	٣.٧٩١	١.٠٩٠	٣.٧٦٩
١٨	٤.٧٢٣	٠.٦٨٢	٤.٠٨٣	١.٠٠٧	٣.٦١٩
١٩	٤.٨٧٢	٠.٣٣٧	٤.٢٧٠	٠.٨٩٢	٤.٣٢٥
٢٠	٣.٦٥٩	١.١٦٦	٣.٥٤١	١.٢١٩	٠.٤٨١
٢١	٢.٥٧٤	١.٣٦٣	١.٩١٦	١.٠٨٨	٢.٦٠٢
٢٢	٣.٠٨٥	١.٤٤٢	٢.٠٦٢	٠.٩٩٨	٤.٠٢٦
٢٣	٣.٢٩٧	١.٢١٤	٢.٢٢٩	١.١١٥	٤.٤٦٩
٢٤	٣.٧٤٤	١.٢٠٦	١.٩١٦	١.١٤٥	٧.٥٧٥
٢٥	٣.٤٤٦	١.٢٩٨	2.8125	١.١٠٤	٢.٥٦٦
٢٦	٢.٢٥٥	١.٣٥٨	١.٨١٢	١.١٢٣	١.٧٣٣
٢٧	٤.٣١٩	٠.٧٨٣	٣.٤٥٨	١.٠٠٩	٤.٦٣٦
٢٨	٤.٧٢٣	٠.٤٥٢	٣.٧٢٩	٠.٩١٦	٦.٦٨٣
٢٩	٤.٥٧٤	٠.٨٠٠	٣.٥٦٢	٠.٩٢٠	٥.٧١٣
٣٠	٤.٧٨٧	٠.٥٠٨	٣.٦٠٤	٠.٩٣٩	٧.٦١٢
٣١	٤.٣١٩	١.١٢٤	٣.٦٦٦	١.٢٦٠	٢.٦٦٠
٣٢	٤.٥٩٥	٠.٦٤٨	٣.٨٣٣	٠.٨٨٣	٤.٧٨٩
٣٣	٤.٢٣٤	٠.٨٨٣	٤.١٦٦	٠.٨٨٣	٠.٣٦٥
٣٤	٣.٨٢٩	١.١٠٩	٣.١٦٦	١.١٣٦	٢.٨٧٧
٣٥	٤.٣٨٣	٠.٨٤٨	٣.٦٤٥	٠.٨٣٧	٤.٢٦١

القيمة التائية الجدولية (١.٩٦) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (١٧٣)

نتائج التمييز لفقرات مقياس التكامل مقابل اليأس :

تبين من نتائج تحليل المقياس سقوط خمس فقرات وهي التسلسلات (٣٣،٢٦،٢٠،١٢،٩) وكانت فقرة (١٢،٩) تنتمي لبعد الندم و اليأس، وفقرة رقم (٢٠) تنتمي لبعد الحكمة والإنفتاح، فيما كانت فقرة (٢٦) تنتمي لبعد الصحة، أما الفقرة (٣٣) فإنها تنتمي لبعد الرضا عن الحياة ، وبهذا أصبح المقياس مكوناً من (٣٠) فقرة بعد الإنتهاء من استخراج القوة التمييزية له .

٢- الإتساق الداخلي للمقياس:

يقصد به "أن تكون الفقرات قادرة على قياس ما وضعت لأجل قياسه" (علام،٢٠١٠:٤٦٥). ويتم هذا الأمر من خلال احتساب معاملات الإرتباط بين مجموع درجات كل فقرة والدرجة الكلية ودرجة المجال للمقياس، و معاملات الإرتباط بين مجموع كل بعد والدرجة الكلية للمقياس ومعاملات الإرتباط بين مجموع درجات كل فقرة مع مجموع درجات المجال الذي تنتمي إليه. وقد جرىٰ إحتساب هذه المؤشرات كما يلي:

أ- علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس التكامل مقابل اليأس

ويقصد به "الإرتباط بين فقرات المقياس، أي درجة قياس الفقرات للسمة نفسها" (علام، ٢٠٠٥:١١١) وتعكس هذه الطريقة مدى الإتساق الداخلي بين الفقرات، إذ تستخرج في هذه الطريقة معاملات إرتباط درجة كل فقرة بالدرجة الكلية لعينة التمييز نفسها والبالغة (١٧٥) استمارة (الروسان,٢٠٠٦:٣٥). وبإستعمال معامل إرتباط بيرسون لإيجاد العلاقة بين درجات افراد العينة على كل فقرة ودرجاتهم الكلية على المقياس، أظهر التحليل أن معاملات الإرتباط جميعها دالة احصائيا، بمعنى أن جميع فقرات المقياس مقبولة عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٧٣) والجدول (٨) يبين ذلك.

جدول (٨)

معاملات الإرتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية لمقياس التكامل مقابل الياس

رقم الفقرة	معامل الإرتباط مع الدرجة الكلية	رقم الفقرة	معامل الإرتباط مع الدرجة الكلية	رقم الفقرة	معامل الإرتباط مع الدرجة الكلية
١	٠.٣٠٦	١٢	٠.٤٨٥	٢٣	٠.٤٩٥
٢	٠.٤١٢	١٣	٠.٥٠٨	٢٤	٠.٥٨٩
٣	٠.٣٣٨	١٤	٠.٤٧٠	٢٥	٠.٥٣٠
٤	٠.٥٤٧	١٥	٠.٤٣٣	٢٦	٠.٦٣٥
٥	٠.٥٥١	١٦	٠.٣٠٨	٢٧	٠.٢٩٦
٦	٠.٦٦١	١٧	٠.٣٨٥	٢٨	٠.٥٣١
٧	٠.٤١٧	١٨	٠.٣٥٧	٢٩	٠.٣٤٩
٨	٠.٦١٢	١٩	٠.٥٠٣	٣٠	٠.٤٧٢
٩	٠.٤٤٣	٢٠	٠.٤٥٨		
١٠	٠.٥٧٦	٢١	٠.٥٧٢		
١١	٠.٤٥٣	٢٢	٠.٢٣٧		

قيمة معامل إرتباط بيرسون الجدولية (٠.١٣٩) عند مستوى دلالة (٠.٠٥)

ب: أسلوب إرتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي له:

حسبت علاقة درجات فقرات المجال الأول (اليأس والندم) بمجالها الذي تنتمي إليه، باستعمال معامل إرتباط بيرسون لدرجات مقياس التكامل مقابل اليأس لعينة التحليل الإحصائي (١٧٥) مُدرساً

ومّدرسةَ، وتبين أن معاملات الإرتباط جميعها دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (١٧٣)، اذ تراوحت ما بين (٠.٢٥٤-٠.٥٥٠)، وهي أكبر من قيمة بيرسون الحرجة البالغة (٠.١٣٩)، وكذلك كانت معاملات إرتباط فقرات المجال الثاني (الحكمة والإنفتاح) بمجالها الذي تنتمي إليه دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (١٧٣) اذ تراوحت ما بين (٠.٢٣٦-٠.٣٩٣) وهي أكبر من قيمة بيرسون الحرجة (٠.١٣٩)، أما معاملات إرتباط فقرات المجال الثالث (الصحة) بمجالها الذي تنتمي إليه فإنها دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (١٧٣)، إذ تراوحت قيم معاملات الإرتباط ما بين (٠.١٩٣-٠.٤٩٨) وهي أكبر من قيمة بيرسون الحرجة (٠.١٣٩)، فيما تبين أن معاملات إرتباط فقرات المجال الرابع (الرضا عن الحياة) بمجالها الذي تنتمي إليه دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (١٧٣) اذ تراوحت ما بين (٠.٢٥٣-٠.٥١٢) وهي أكبر من قيمة بيرسون الحرجة (٠.١٣٩). والجدول (٩) يبين ذلك.

الجدول (٩)

معاملات الإرتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي إليه

المجالات	رقم الفقرة	معامل الإرتباط مع الدرجة الكلية	رقم الفقرة	معامل الإرتباط مع الدرجة الكلية	رقم الفقرة	معامل الإرتباط مع الدرجة الكلية
اليأس والندم	١	٠.٢٧٣	٥	٠.٤٥٨	٩	٠.٣٩٢
	٢	٠.٣٤٢	٦	٠.٥٥٠	١٠	٠.٤٨٥
	٣	٠.٢٥٤	٧	٠.٣٦٤	١١	٠.٣٩٩
	٤	٠.٤٣٠	٨	٠.٥٢٠	١٢	٠.٤٩٣
الحكمة والإنفتاح	١٣	٠.٣٩٣	١٥	٠.٣٤٣	١٧	٠.٢٨٣
	١٤	٠.٣٨٦	١٦	٠.٢٣٦		
الصحة	١٨	٠.٢٨٧	٢٠	٠.٣٨٤	٢٢	٠.١٩٣
	١٩	٠.٣٨١	٢١	٠.٤٩٨		
الرضا عن الحياة	٢٣	٠.٤١٠	٢٦	٠.٥١٢	٢٩	٠.٢٥٧
	٢٤	٠.٤٩٨	٢٧	٠.٢٥٣	٣٠	٠.٣٥٥
	٢٥	٠.٤٢٣	٢٨	٠.٤٠٠		

قيم معامل الإرتباط جميعها أعلى من قيمة معامل إرتباط بيرسون الجدولية (٠.١٣٩) عند مستوى دلالة (٠.٠٥)

ج: علاقة درجة المجال بالمجالات الأخرى وبالدرجة الكلية للمقياس :

أوجد هذا النوع من صدق البناء من خلال إحتساب العلاقة الإرتباطية بين المجالات بعضها مع البعض الآخر، والعلاقة الإرتباطية بين درجات الأفراد على كل مجال والدرجة الكلية للمقياس وباستخدام معاملات إرتباط بيرسون (Person)، أظهرت النتائج أن معامل إرتباط كل مجال بالدرجة الكلية للمقياس دال إحصائيا عند مقارنته بقيمة بيرسون الحرجة البالغة (٠.١٣٩) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (١٧٣)، والجدول (١٠) يبين ذلك .

الجدول (١٠)

معاملات الإرتباط بين درجة كل مجال والدرجة الكلية لمقياس التكامل مقابل اليأس

المجالات	الرضا عن الحياة	الصحة العامة	الحكمة والإنفتاح	اليأس والندم
الرضا عن الحياة				٠.٦٥٣
الصحة العامة			٠.٦١٨	
الحكمة والإنفتاح		٠.٥٠٨		
اليأس والندم	٠.٨١٨			

قيمة معامل إرتباط بيرسون الجدولية (٠.١٣٩)عند مستوى دلالة (٠.٠٥)

ثانياً: صدق المقياس

يقصد به "أن يقيس المقياس فعلا الجانب الذي وضع لقياسه" (ربيع,٢٠٠٩:١١٤). وقد استخرج صدق المحتوى الذي يضم الصدق الظاهري وكما يأتي:

١-صدق المحتوى Content Validity

يُعرف صدق المُحتوى بأنهُ: إجراء تحليل منطقي لفقرات المقياس وتحديد مدى تمثيلها للموضوع المراد قياسه، وأن يكون المقياس شاملاً لجميع أبعاد الظاهرة التي يمثلها من أجل تحقيق الهدف المطلوب من القياس. (مجيد، ٢٠١٤:٩٩)، ويُعرَف صدق المُحتوى كذلك بانهُ مقارنة مفردات أَو فقرات المقياس بالمواصفات التي تُحدد كل مجال يضمه المقياس لِمعرفة مدى تمثيل المفردات أو الفقرات للمجال الذي يَقيسهُ. (علام، ٢٠١١: ٤٦٩).ويشمل هذا النوع من الصدق نوعين :

ب- الصدق الظاهري: Face Validity

تكون الأداة صادقة "اذا كان مظهرها يشير الى ذلك من حيث الشكل ومن حيث إرتباط فقراتها بالسلوك المقاس, فاذا كانت محتويات الأداة وفقراتها مطابقة للسمة التي تقيسها فإنها تكون أكثر صدقا" (عباس, وآخرون,٢٠١٤:٢٦٢).

وقد تحقق الباحث من الصدق الظاهري للمقياس وذلك بعرضه على مجموعة من الخبراء من الأساتذة المتخصصين في علم النفس والإرشاد النفسي في العلوم التربوية والنفسية والبالغ عددهم (١٥) خبيراً للتأكد من صلاحية الفقرات وبدائلها والملحق (٣) يبين ذلك، وبعد الأخذ بملاحظاتهم وآرائهم قبلت الفقرات التي حصلت على نسبة إتفاق (٨٠%) فاكثر، ويعد الصدق عال اذا تراوح ما بين (٨٠-٩٩) (النمر,٢٠٠٨:٧٠)، وفي ضوء آراء الخبراء تم تعديل الفقرتين (٣ , ١٠)، والجدول (٦) يبين ذلك.

ثالثاً: الثبات : The Reliability

تعرف الأداة الثابتة "بأنها الأداة التي تعطي نتائج متقاربة أو النتيجة نفسها، إذا طبقت أكثر من مرة في ظروف مماثلة، ومن النادر أن يوجد مقياس صادق ولا يكون ثابتا، فالمقياس الصادق هو مقياس ثابت لكن العكس ليس صحيحا" (نوفل,٢٠١٠:٢٧٦). ويشمل هذا النوع من الثبات نوعين:

أ- إعادة تطبيق المقياس :

هي إحدى الطرائق التي تستخدم للتأكد من مدى ثبات المقياس، ويتصف المقياس بالثبات على وفق هذه الطريقة عندما يعطي النتائج نفسها تقريباً في كل مرة يطبق فيها على المجموعة ذاتها من الأفراد (ابو جادو،٢٠٠٠:٤٤٢).

وقد استخرج الثبات من خلال تطبيق المقياس على عينة مكونة من (٣٩) مُدرَّساً ومّدرَّسةَ من خارج أفراد العينة الأساسية في يوم الأربعاء (٢٠٢٢/٢/٢٣) وبعد مضي اسبوعين إعادة الباحث تطبيق المقياس عليهم مرة آخري في يوم الثلاثاء الموافق (٢٠٢٢/٣/٨) ، ومن ثم استخدم معامل إرتباط بيرسون لإيجاد العلاقة الارتباطية بين التطبيقين الأول والثاني وهي تمثل معامل الثبات الذي بلغ (٠.٨٩)، وهذا يمثل ثباتاً جيد جداً.

ب- معامل الفا كرونباخ: Alpha Cronbach Coefficient

تعتمد هذه الطريقة على "إيجاد الإتساق في إجابات الأفراد على فقرات أداة القياس، وعندما يكون المقياس متجانساً فإن كل فقرة فيه تقيس العوامل العامة نفسها التي يقيسها المقياس، ويتم حساب معاملات الثبات بطريقة الإتساق الداخلي باستخدام طريقة ألفا كرونباخ" (حسن،٢٠١١:٥١٦)، وقد بلغت قيمة ألفا (٠.٧٩) وهي قيمة تدل على مستوى جيد من الثبات وتفي بمتطلبات الدراسة.

٨- الأداة في صيغتها النهائية:

بعد أن جرى تنفيذ الخطوات السابقة جميعها، أصبح مقياس التكامل مقابل اليأس جاهزاً للمُدرسين المُسنين في صيغته النهائية مكوناً من (٣٠) فقرة موزعة على مجالات المقياس الأربعة وهي مجال الندم واليأس (١٢) فقرة، مجال الحكمة والإنفتاح (٥) فقرات، مجال الصحة (٥) فقرات،ومجال الرضا عن الحياة (٨) فقرات ، وقد وضعت أمام كل فقرة بدائل خمسة وهي : (موافق بدرجة كبيرة جداً، موافق بدرجة كبيرة، موافق بدرجة متوسطة، غير موافق بدرجة كبيرة، غير موافق بدرجة كبيرة جداً). وأعطيت الدرجات (١،٢،٣،٤،٥) على التوالي بالنسبة للفقرات الإيجابية، والفقرات الإيجابية (٣،١٣،١٤،١٥،١٦،١٧،٢٢،٢٣،٢٤،٢٥،٢٦،٢٧،٢٨،٢٩،٣٠) والدرجات (١،٢،٣،٤،٥) للفقرات السلبية، والفقرات السلبية (١،٢،٤،٥،٦،٧،٨،٩،١٠،١١،١٢،١٨،١٩،٢٠،٢١)، وقد تراوحت الدرجة الكلية للمقياس ما بين (٣٠-١٥٠) درجة بمتوسط فرضي (٩٠) درجة، ويشير هذا إلى أنه كلما ارتفعت

درجة المستجيب على المقياس فإن ذلك يعد مؤشراً على تكامل الشخصية لدى افراد عينة البحث، وكلما إنخفضت درجة المستجيب على المقياس دلَّ ذلك على وجود اليأس لديه، وبهذا أصبحت الأداة بصيغتها النهائية جاهزة للتطبيق على عينة التطبيق النهائية. ملحق (٦).

ثانياً :مقياس تقدير الذات : Self-Esteem Scale

بعد اطلاع الباحث على الأدبيات النظرية ومقاييس الدراسات السابقة العربية والأجنبية ذات العلاقة بتقدير الذات، لم يجد ما يفي بالغرض ويلائم إعمار عينة البحث الحالي لقياس متغير تقدير الذات لدى المدرسين المُسنين ، ومن أجل ذلك قام ببناء مقياس على وفق الإجراءات الآتية :

١- تحديد مفهوم تقدير الذات :

تم تحديد مفهوم تقدير الذات من خلال التعريف الذي وضعه روزنبرغ (Rosenberg,1979) "هو إتجاهات الفرد الشاملة نحو ذاته، وعليه فإن الفرد الذي لديه تقدير مرتفع نحو ذاته يعد نفسه ذا قيمة وأهمية ، أما الذي لديه تقدير ذات منخفض فإنه يتميز بعدم الرضا عن الذات ورفض للذات واحتقارها" (Rosenberg,1979: 54) .

٢- تحديد مجالات المقياس:

في ضوء التعريف النظري لتقدير الذات على وفق نظرية روزنبرغ (Rosenberg,1965) وكذلك إطلاع الباحث على عدد من مقاييس الدراسات السابقة مثل:

١- المقياس النفسي (Rosenberg,1965). (Ciarrochi,J,2006:62).

٢- دراسة (الجميلي، ٢٠٠٨) .

٣- دراسة (احمد، ٢٠١٥) .

٤- دراسة (قمر، ٢٠١٥) .

٥- إستشارة عدد من الخبراء من ذوي إختصاص علم النفس (ملحق ٥). حدد الباحث مجالين لمقياس تقدير الذات وهما : (مجال الذات الإجتماعية ، مجال الثقة بالنفس)، ومن ثم قام بوضع تعريف لكل مجال من هذين المجالين المعتمدين في تحديد الفقرات وكما يأتي:

١- تعريف المجال الأول: الذات الإجتماعية: "فكرة الفرد عن نفسه من خلال علاقته بالآخرين ومكانته بينهم، ودوره في التفاعل معهم" (إلياس، ٢٠٠٠: ٢٢٧) .

٢- تعريف المجال الثاني: الثقة بالنفس: "هو اتجاه الفرد المُسّن نحو كفايته النفسية والإجتماعية واتجاه نحو قدرته على تحقيق حاجاته ومواجهة متطلبات البيئة وحل مشكلاته وبلوغه أهدافه" (مسعود، ٢٠١٨: ٣٦).

٢-جمع الفقرات: Items Collection

لغرض جمع فقرات المقياس إستفاد الباحث من المقاييس والأدبيات، وعدد من الدراسات السابقة ذات العلاقة بالموضوع منها : المقياس النفسي لروزنبرغ ، فضلاً عن الفقرات التي صاغها الباحث نفسه .

٣- صياغة فقرات المقياس بصيغتها الأولية :

قام الباحث بصياغة (٢٠) فقرة على نحو اولي موزعة على مجالين وهي : (مجال الذات الاجتماعي، ١١ فقرة) و (مجال الثقة بالنفس، ٩ فقرات) وقد روعي أن تكون هذه الفقرات سهلة وواضحة ومختصرة للمُسنين من المدرسين ولا تجمع اكثر من فكرة واحدة حتى لا تكون قابلة لا كثر من تأويل (ملحم ، ٢٠٠٠: ٢٥٩).

٤-بدائل الإجابة: Alternatives Responses

إتبع أسلوب ليكرت الثلاثي في تحديد بدائل الإجابة وهي (أوافق ، أوافق لحد ما ، لا أوافق) وتعطىٰ درجات (١،٢،٣) للفقرات الإيجابية والعكس للفقرات السلبية .

٥- إعداد تعليمات المقياس : Scale Instruction Preparation

توضح التعليمات للمستجيب كيفية الإجابة على الفقرات، ولم يشير الباحث إلى الهدف من تطبيق المقياس لكي لا يتأثر المستجيب بذلك عند الإجابة، مع الاشارة إلى أنه لا توجد إجابة صحيحة أو خاطئة وانما هي لأغراض الدراسة العلمية من أجل تشجيع المستجيب وخلق الاطمئنان على سرية الإجابة.

٦- صلاحية فقرات المقياس: Items Validity

تعد صلاحية الفقرات من متطلبات المقياس الجيد، إذ يمكن تقييم درجة صلاحية وصدق الفقرة من خلال الإتفاق بين تقديرات الخبراء (عودة،١٩٨٣:١٥٧). ويشير صدق المقياس إلى "مقدرته بالفعل على قياس الصفة أو الظاهرة المراد قياسها والموجودة في العينة" (عويضه، ١٩٩٦: ٩٠). لذلك فقد عرض الباحث مقياس تقدير الذات بصورته الأولية على (١٥) خبيراً من المتخصصين قسم العلوم التربوية والنفسية ملحق (٤) يبين ذلك، للتأكد من صلاحية الفقرات والتعليمات ومدىٰ ملاءمتها لقياس تقدير الذات لدى المدرسين المُسنين وكذلك موافقتهم على البدائل المعتمدة إزاء كل فقرة ومدى مناسبتها أو تعديلها أو حذفها، وقد أخذ الباحث بنسبة(٨٠%) فأعلى بوصفها نسبة الموافقة على قبول الفقرات، وفي ضوء آرائهم جرىٰ تعديل عدد من الفقرات لغوياً وهي الفقرات ذات التسلسلات (٧،٩،١٠،١٢) والجدول (١١) يبين ذلك .

الجدول (١١)

تعديل فقرات مقياس تقدير الذات لغوياً على وفق آراء المحكمين

رقم الفقرة	الفقرات قبل التعديل	الفقرات بعد التعديل
٤	يصفني الآخرون بأنني أتمتع بمزايا شخصية مؤثرة .	يرى الآخرون بأنني أتمتع بمزايا شخصية مؤثرة .
١٠	اتخذ موقفاً سلبياً من ذاتي .	نظرتي سلبية ومتدنية لذاتي .
١٤	اثق في قدراتي رغم تقدمي في السن في فعل الكثير من الاشياء الجديدة	اتمكن من انجاز اشياء جديدة رغم تقدمي في العمر .
١٦	ابنائي وبناتي لا يتفهموني مما يجعلني ذلك في شك من أمري.	اشك بان ابنائي وبناتي يفهموني.

و لإستخراج الخصائص السيكومترية للمقياس فقد اعتمدت الخطوات الاتية :

اولاً : التحليل الإحصائي للفقرات Analysis of the Items

لغرض إجراء التحليل الإحصائي للفقرات وإيجاد قوتها التمييزية واستبعاد الفقرات غير المميزة ، تم إختيار عينة عشوائية طبقية من مدرسي ومدرسات المرحلة الإعدادية والثانوية والمتوسطة من مجتمع البحث في مركز مدينة الموصل تعدادها (١٧٥) مُدرِّساً ومُدرِّسةَ وكما مبين في الجدول (٣) .

وقد جرىٰ تحليل فقرات مقياس تقدير الذات إحصائياً على وفق طريقتين :

الأولىٰ : طريقة المجموعتين المتطرفتين (إيجاد القوة التمييزية للفقرات) Items Discrimintion Power

لغرض حساب القوة التمييزية سحبت عينة عشوائية طبقية من خارج العينة الاساسية بواقع (١٧٥) مدرساً ومدرسة، وطبق عليهم مقياس تقدير الذات وبعد تصحيح المقياس وحساب الدرجة الكلية لكل مُدرِّس ومُدرِّسة، ثم رتبت الدرجات من أعلى درجة الى اقل درجة وتم تحديد نسبة (٢٧%) من الدرجات العليا والتي كان عدد أفرادها (٤٧) مُدرِّساً ومُدرِّسة تراوحت درجاتهم ما بين (٥٥-٥٨).وتحديد نسبة (٢٧%) من الدرجات الدنيا التي تمثل (٤٧) مُدرِّساً ومدرِّسة تراوحت درجاتهم ما بين (٣٨-٥٠). ذلك لأن معامل تمييز الفقرة يكون حساسا وأكثر استقرارا في حالة استخدام هذه النسبة (النبهان,٢٠٠٤:١٩٦).

وبعد تعيين المجموعتين (العليا والدنيا) حسبت القوة التمييزية للفقرة باستعمال الإختبار التائي لعينتين مستقلتين بواسطة الحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (spss). ومن ثم جرىٰ التحقق من دلالة الفروق بين درجات المجموعتين (العليا والدنيا) وتبين أن القيمة التائية المحسوبة تتراوح ما بين (٥.٩٧٩-٣.٧٦٨) وعند مقارنتها بالقيمة التائية الجدولية البالغة (١.٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة الحرية (١٧٣) تبين ان فقرات المقياس جميعها مميزة باستثناء الفقرة (١١) وهكذا بلغ عدد فقرات المقياس بصورته النهائية (١٩) فقرة والجدول (١٢) يبين ذلك.

جدول (١٢)

نتائج الإختبار التائي الخاص باستخراج القوة التمييزية لفقرات مقياس تقدير الذات

ت	المجموعة العليا (٤٧) ١		المجموعة الدنيا (٤٧) ٢		القيمة التائية المحسوبة
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
١	٢.٩٧٨	٠.١٤٥	٢.٦٦٦	٠.٥٥٨	٣.٧٠٨
٢	٢.٩٥٧	٠.٢٠٤	٢.٠٨٣	٠.٦٧٨	٨.٤٥٩
٣	٢.٨٥١	٠.٣٥٩	٢.٣٣٣	٠.٤٧٦	٥.٩٦٧
٤	٢.٩٧٨	٠.١٤٥	٢.٧٠٨	٠.٥٠٣	٣.٥٣٩
٥	٣.٠٠٠	٠.٠٠٠	٢.٦٢٥	٠.٦٣٩	٤.٠١٧
٦	٢.٩٥٧	٠.٢٠٤	٢.٤١٦	٠.٤٩٨	٦.٨٩٦
٧	٢.٥٩٥	٠.٧٤١	٢.٠٢٠	٠.٨١١	٣.٦٠١
٨	٢.٨٢٩	٠.٤٣٣	٢.٠٠٠	٠.٥٨٣	٧.٨٥٦
٩	٢.٩١٤	٠.٣٥٠	٢.٥٦٢	٠.٥٨٠	٣.٥٧٤
١٠	٢.٩٧٨	٠.١٤٨	٢.٤٥٨	٠.٦٥٠	٥.٣٥٠
١١	١.٨٩٣	٠.٨٦٥	٢.٠٢٠	٠.٧٢٩	٠.١٨٥
١٢	٢.٩١٤	٠.٢٨٢	٢.٣٧٥	٠.٥٣٠	٦.١٧٠
١٣	٣.٠٠٠	٠.٠٠٠	٢.٥٤١	٠.٦٨٢	٤.٦٠١
١٤	٢.٩٣٦	٠.٣٢٣	٢.٢٩١	٠.٧١٣	٥.٦٥١
١٥	٢.٥٩٥	٠.٦٤٨	١.٦٦٦	٠.٦٩٤	٦.٧٣٨
١٦	٢.٩١٤	٠.٢٨٢	٢.١٦٦	٠.٧٨٠	٦.١٨٥
١٧	٢.٩٧٨	٠.١٤٥	٢.٤٣٧	٠.٥٠١	٧.١١٢
١٨	٢.٤٤٦	٠.٧٧٤	١.٨١٢	٠.٧٦٢	٤.٠٢٢
١٩	٢.٩٥٧	٠.٢٠٤	٢.٣٧٥	٠.٦٣٩	٥.٩٥٠
٢٠	٢.٨٩٣	٠.٣١١	٢.٢٩١	٠.٦١٧	٥.٩٧٩

القيمة التائية الجدولية (٠.١٩٦) عند مستوى دلالة (٠.٠٥)

الثانية : طريقة إيجاد الاتساق الداخلي من البيانات الخاصة بالتمييز:

من أجل الحصول على مقياس يمتاز بالصدق، وكذلك تجانس فقراته في قياس الظاهرة المراد قياسها فإن إيجاد الاتساق الداخلي يحقق ذلك (معوض،١٩٨٤:١٧٦). وبما أن المقياس مصمم لمعرفة تقدير الذات لدى المدرسين نحو ذواتهم فهذا النوع من الصدق يتحقق في وضع فقرات تقيس هذا المفهوم وقد تحقق ذلك من خلال ما يأتي :

علاقة الفقرة بالدرجة الكلية (الاتساق الداخلي) :

لاستخراج الإتساق الداخلي للفقرة تم استخدام معامل ارتباط بيرسون لقياس العلاقة الإرتباطية بين درجات كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية للمقياس. وقد اختبرت دلالة معاملات الارتباط لـ (١٧٥) مُدرَّساً ومّدرَّسة في عينة التمييز أو التحليل الإحصائي نفسها، وقد اظهرت نتائج التحليل أن معاملات الإرتباط جميعها دالة احصائيا عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وبدرجة حرية (١٧٣)، بمعنى أن فقرات المقياس جميعها مقبولة. والجدول (١٣) يبين ذلك.

الجدول (١٣)

معاملات الإرتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات

رقم الفقرة	معامل الارتباط مع الدرجة الكلية	رقم الفقرة	معامل الارتباط مع الدرجة الكلية
١	٠.٣٩٥	١١	٠.٣٨٤
٢	٠.٥٥٤	١٢	٠.٥٨٦
٣	٠.٤١١	١٣	٠.٥٨٤
٤	٠.٣٠٧	١٤	٠.٤٢٢
٥	٠.٥٣٤	١٥	٠.٤١٤
٦	٠.٤٥٢	١٦	٠.٣٩٢
٧	٠.٣٩١	١٧	١.٠٠٠
٨	٠.٥٠٢	١٨	٠.٤٢٥
٩	٠.٣٠٥	١٩	٠.٤٢٤
١٠	٠.٥٣٦		

قيمة معامل إرتباط بيرسون الجدولية (٠.١٣٩)عند مستوى دلالة (٠.٠٥)

ب: أسلوب ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي له:

حسبت علاقة درجات فقرات المجال الأول (الذات الاجتماعية) بمجالها الذي تنتمي إليه، باستعمال معامل إرتباط بيرسون لدرجات مقياس تقدير الذات لعينة التحليل الاحصائي البالغة (١٧٥) مُدرَّساً ومّدرَّسةَ، وتبين أن معاملات الإرتباط جميعها دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (١٧٣)، إذ تراوحت ما بين (٠.٣٦٦-٠.٥٨٢) وهي أكبر من قيمة بيرسون الحرجة البالغة (٠.١٣٩)، وكذلك كانت معاملات إرتباط فقرات المجال الثاني (الثقة بالنفس) بمجالها الذي تنتمي إليه دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (١٧٣) إذ تراوحت ما بين (٠.٣٤٨-٠.٥٥١) وهي أكبر من قيمة بيرسون الحرجة (٠.١٣٩)، والجدول (١٤) يبين ذلك.

جدول (١٤)

معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة والمجال الذي تنتمي إليه

المجال	رقم الفقرة	معامل الإرتباط مع الدرجة الكلية	رقم الفقرة	معامل الإرتباط مع الدرجة الكلية	رقم الفقرة	معامل الإرتباط مع الدرجة الكلية
الذات الإجتماعية	١	٠.٣٦٦	١١	٠.٤١٦	١٥	٠.٤٩٠
	٢	٠.٥٧٥	١٢	٠.٤٨٣	١٨	٠.٤٨٨
	٣	٠.٤٢٦	١٣	٠.٥٨٢	١٩	٠.٤٨٣
	٨	٠.٥٤٧	١٤	٠.٤٩٠		
الثقة بالنفس	٤	٠.٣٤٨	٧	٠.٥١٨	١٦	٠.٤٥٥
	٥	٠.٥٤٢	٩	٠.٤٤٠	١٧	٠.٤٣٢
	٦	٠.٥٥١	١٠	٠.٥٣٦		

قيمة معامل إرتباط بيرسون الجدولية (٠.١٣٩)عند مستوى دلالة (٠.٠٥)

ج: علاقة درجة المجال بالمجالات الأخرى وبالدرجة الكلية للمقياس :

أوجد هذا النوع من صدق البناء من خلال إحتساب العلاقة الإرتباطية بين المجالات بعضها مع البعض الآخر ، والعلاقة الإرتباطية بين درجات الأفراد على كل مجال والدرجة الكلية للمقياس وباستخدام معاملات إرتباط بيرسون (Person)، أظهرت النتائج أن معامل ارتباط كل مجال بالدرجة الكلية للمقياس دال إحصائيا عند مقارنته بقيمة بيرسون الحرجة البالغة (٠.١٣٩) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (١٧٣)، والجدول (١٥) يبين ذلك .

الجدول (١٥)

معاملات الإرتباط بين درجة كل مجال والدرجة الكلية لمقياس التكامل مقابل الياس

المجالات	الثقة بالنفس	الذات الاجتماعية
الثقة بالنفس	٠.٨٣٠	
الذات الاجتماعية		٠.٩٢٨

قيمة معامل إرتباط بيرسون الحرجة (٠.١٣٩)عند مستوى دلالة (٠.٠٥)

ثانياً: صدق المقياس : Scale Validity

يعد الصدق من الشروط المهمة الواجب توفرها في أداة القياس ، ويتعلق الصدق بالسؤال الأتي: هل أنا أقيس ما نويت قياسه؟

فالصدق يقصد به "صلاحية الأداة لقياس ما مراد قياسه، أو بمعنى آخر صلاحية أداة البحث في تحقيق أهدافه، وبالتالي إرتفاع مستوى الثقة فيما يتوصل إليه الباحث من نتائج بحيث يمكن الإنتقال منها إلى التعميم" (المشهداني، ٢٠١٩: ١٧٦). وكذلك يقصد بالصدق "أن يقيس الإختبار فعلاً الجانب الذي وضع لقياسه"(ربيع، ٢٠٠٩: ١١٤) .وجرى التحقق من صدق فقرات المقياس من خلال إيجاد صدق المحتوى وكما يأتي :

صدق المحتوى: Content Validity

يتناول صدق المحتوى فقرات الأداة ومحتوياتها من حيث ترتيبها وعددها وتمثيلها للجوانب والأبعاد المراد دراستها تمثيلاً جيداً وفقاً للوزن النسبي أو درجة الأهمية لكل جزء منها و بمعنى أن فقرات المقياس أو الإختبار تعبر عن الظاهرة أو السمة أو الموضوع المراد قياسه بدقة، وأن الأداة تنتمي إلى الموضوع الذي يراد فحصه وتصلح لقياسه (نوفل، ٢٠١٠: ٢٧١) . وجرى التحقق من هذا النوع من خلال إعتماد ما يأتي :

أ- الصدق الظاهري: Face Validity

تكون الأداة صادقة اذا كان مظهرها يشير الى ذلك من حيث الشكل ومن حيث إرتباط فقراتها بالسلوك المقاس, فإذا كانت محتويات الأداة وفقراتها مطابقة للسمة التي تقيسها فإنها تكون أكثر صدقا (عباس, واخرون,٢٠١٤:٢٦٢).

وقد قام الباحث بالتحقق من الصدق الظاهري للمقياس وذلك بعرض فقراته على مجموعة من الخبراء من الأساتذة المتخصصين في علم النفس و الإرشاد النفسي في العلوم التربوية والنفسية والبالغ عددهم (١٥) خبيراً للتأكد من صلاحية الفقرات والبدائل والملحق (٤) يبين ذلك، وبعد الاخذ بملاحظاتهم وآرائهم قبلت الفقرات التي حصلت على نسبة اتفاق (٨٠%) فاكثر، ويعد الصدق عال اذا تراوح ما بين (٨٠-٩٩) (النمر,٢٠٠٨:٧٠) . وقد جرىٰ تعديل عدد من الفقرات لغوياً ، ولاسيما الفقرات ذات التسلسلات (٧،٩،١٠،١٢). و كما مبين في الجدول (١١) .

ب- الصدق المنطقي: Logical Validity

استخرج من خلال التحليل المنطقي لفقرات المقياس، وذلك لتحديد الوظائف والجوانب الفرعية المتمثلة فيهِ ونسبة كل وظيفة فرعية أَو جانب فرعي الى الإختبار ككل بغية التعرف على مدى تمثيل المقياس للوظيفة المطلوبة وعواملها ومكوناتها. (الضامن، ٢٠٠٧: ١١٣) .

ثالثاً: الثبات : The Reliability

يشير الثبات إلى "مدى اتساق نتائج المقياس أي مدى إمكانية الحصول على نفس النتائج، إذا ما قمنا بتطبيق المقياس نفسه عدة مرات على نفس المفحوصين"(ميخائيل,٢٠١٥:٩٥).

وقد استخرج الثبات بطريقتين وهما :

أ-إعادة تطبيق المقياس :

لإستخراج ثبات مقياس تقدير الذات، فقد جرىٰ تطبيقه على عينة عشوائية طبقية مكونة (٣٩) مدرساً ومّدرسةَ بتاريخ ٢٠٢٢/٢/٢٣، ومن ثم أعيد تطبيق المقياس عليهم بعد مرور (١٤) يوماً بتاريخ ٢٠٢٢/٣/٨ ، وتم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات التطبيقين الأول والثاني، وكان معامل الارتباط (٠.٨٧), وهو معامل ثبات جيد جداً بالميزان العام للقبول .

ب- معامل الفا كرونباخ : Alpha Gronbach Coefficient

تعتمد هذه الطريقة على "إيجاد الاتساق في إجابات الافراد على فقرات اداة القياس، وعندما يكون المقياس متجانساُ فإن كل فقرة فيه تقيس العوامل العامة نفسها التي يقيسها المقياس، وتم حساب معاملات الثبات بطريقة الاتساق الداخلي باستخدام طريقة ألفا كرونباخ" (حسن،٢٠١١:٥١٦)، وقد بلغت قيمة ألفا (٠.٧٠) وهي قيمة تدلل على مستوى جيد من الثبات وتفي بمتطلبات الدراسة .

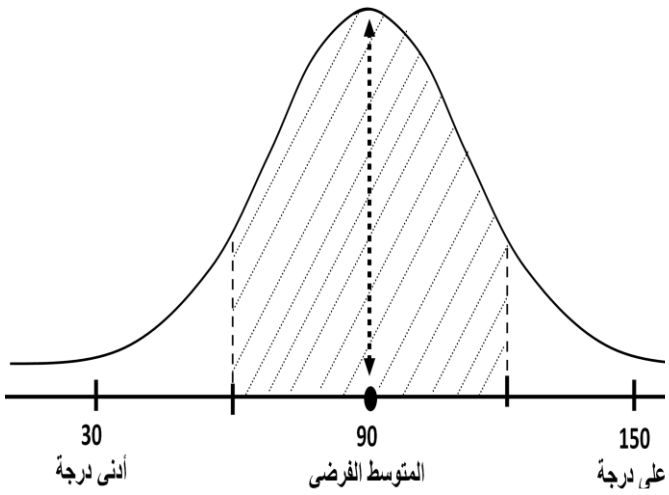
رابعا : تطبيق أداتي البحث :

بعد تحديد عينة البحث الاساسية البالغة (١٩٥) مُدرساً ومّدرسةَ، وبعد التحقق من الصدق الظاهري والقوة التمييزية ومعامل الثبات لأداتي البحث, طبقت أداتي البحث في يوم السبت بتاريخ (٢٠٢٢/٣/١٢) الى يوم الثلاثاء (٢٠٢٢/٤/١٢) في مدارس مركز مدينة الموصل مستبعداً عينة التمييز وكذلك عينة الثبات والتطبيق الاستطلاعي. وحرص الباحث اثناء تطبيق المقياسين بصورتهما النهائية أن يوضح الهدف العلمي من البحث وضرورة أن تكون الإجابة دقيقة وصادقة علماً بإن اجاباتهم سوف تكون سرية ولا تستخدم الا لأغراض البحث العلمي ومن غير ذكر الاسم، وانه لا توجد إجابة صحيحة وخاطئة بل إن الإجابات جميعها صحيحة ما دامت تعبر عن وجهه نظر الفرد نفسه.

خامسا : تصحيح أداتي البحث:

أداة التكامل مقابل اليأس :

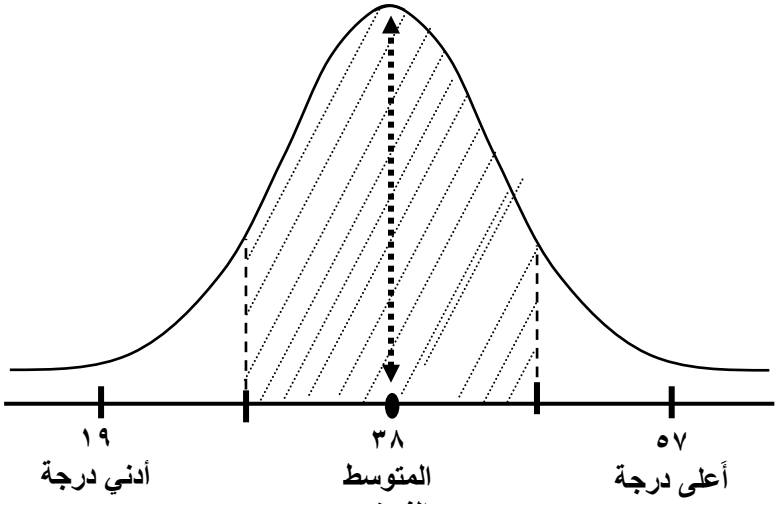
تكون المقياس من (٣٠) فقرة أمام كل فقرة خمس بدائل ، فقد تم اعطاء الأوزان من (٥-١) للبدائل **(موافق بدرجة كبيرة جداً، موافق بدرجة كبيرة، موافق بدرجة متوسطة، غير موافق بدرجة كبيرة، غير موافق بدرجة كبيرة جداً)**، وأن أعلى درجة للمقياس (١٥٠) وأقل درجة للمقياس(٣٠) والمتوسط الفرضي (٩٠). وكما موضح في منحنى التوزيع الاعتدالي في ادناه :



شكل (١) المنحنى التوزيعي لمقياس التكامل مقابل اليأس

أداة تقدير الذات :

تكون المقياس من (١٩) فقرة أمام كل فقرة ثلاث بدائل، فقد أُعطيت الأوزان من (٣-١) للبدائل **(أوافق، أوافق لحد ما ، لا اوافق)** للفقرات الإيجابية وهي (٢،٤،٩،١١،١٢،١٣،١٦،١٧،١٨،١٩) و (١-٣) للفقرات السلبية وهي (٢،٣،٥،٦،٧،٨،١٠،١٤،١٥) ، وأن أعلى درجة للمقياس (٥٧) وأقل درجة للمقياس (١٩) والمتوسط الفرضي (٣٨). وما موضح في منحنىٰ



شكل (٢)
المنحى التوزيعي لمقياس تقدير الذات

المؤشرات الإحصائية لمقياس التكامل مقابل الياس :

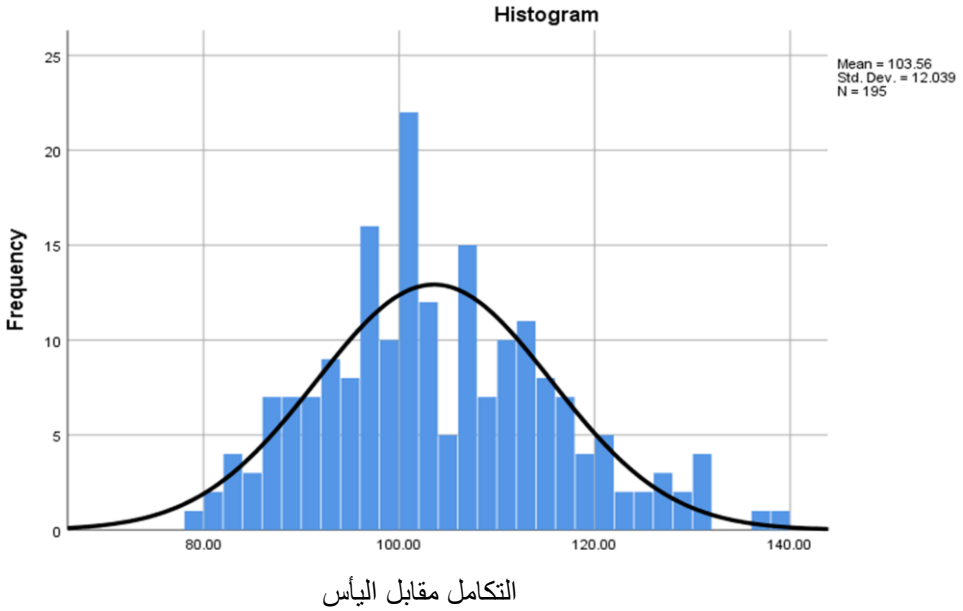
قام الباحث بحساب المؤشرات الإحصائية لمقياس التكامل مقابل اليأس للتعرف على مدى قرب درجات عينة البحث الأساسية من التوزيع الإعتدالي، ولاستخراج تلك المؤشرات إستعملت الحقيبة الإحصائية للعلوم الإجتماعية (Spss) والجدول (١٦) يبين ذلك .

جدول (١٦)

المؤشرات الاحصائية لمقياس التكامل مقابل اليأس

الخاصية الإحصائية	التكامل مقابل اليأس
الوسط الحسابي	١٠٣.٥٥٩

الخطأ المعياري للوسط	٠.٨٦٢
الوسيط	١٠٢.٠٠٠
المنوال	١٠٠.٠٠٠
المدى	٧٩
الإنحراف المعياري	١٢.٠٣٨
التباين	١٤٤.٩٢٨
الالتواء	٠.٤٠٧
الخطأ المعياري للالتواء	٠.١٧٤
التفرطح	- ٠.١١١
الخطأ المعياري للتفرطح	٠.٣٤٦
أقل درجة	٥٩
أعلى درجة	١٣٨
الوسط الفرضي	٩٠
عدد الفقرات	٣٠



شكل (٣)

التوزيع الطبيعي لعينة التطبيق النهائي لمقياس التكامل مقابل اليأس

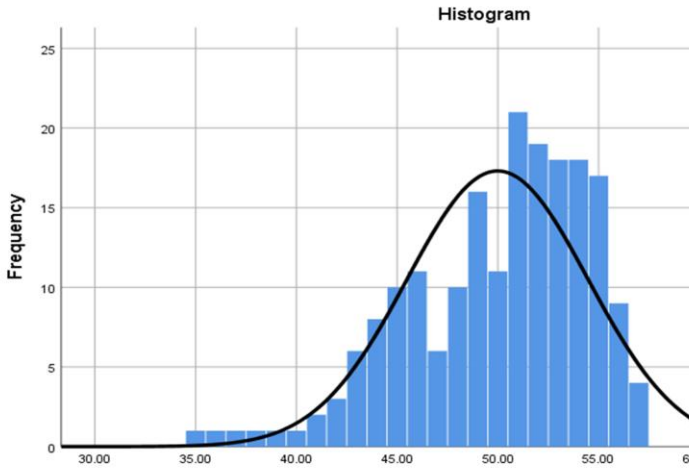
المؤشرات الإحصائية لمقياس تقدير الذات :

قام الباحث بحساب المؤشرات الإحصائية لمقياس تقدير الذات للتعرف على مدى قرب درجات عينة البحث الأساسية من التوزيع الإعتدالي، ولاستخراج تلك المؤشرات إستعملت الحقيبة الإحصائية للعلوم الإجتماعية (Spss) والجدول (١٧) يبين ذلك .

جدول (١٧)

المؤشرات الإحصائية لمقياس تقدير الذات

الخاصية الإحصائية	تقدير الذات
الوسط الحسابي	٤٩.٩٨٤
الخطأ المعياري للوسط	٠.٣٢١
الوسيط	٥١.٠٠٠
المنوال	٥١.٠٠٠
المدى	٢٢
الإنحراف المعياري	٤.٤٩٤
التباين	٢٠.٢٠١
الالتواء	- ٠.٧٩٩
الخطأ المعياري للالتواء	٠.١٧٤
التفرطح	٠.٣٤٥
الخطأ المعياري للتفرطح	٠.٣٤٦
أقل درجة	٣٥
أعلى درجة	٥٧
الوسط الفرضي	٣٨
عدد الفقرات	١٩



شكل (٤)

التوزيع الطبيعي لعينة التطبيق النهائي لمقياس تقدير الذات

الوسائل الاحصائية : Statistical Means

عُولجت البيانات إحصائيا باستخدام الحقيبة الإحصائية للعلوم الإجتماعية (spss) .

الفصل الرابع

عرض النتائج ومناقشتها

عرض النتائج و تفسيرها

يتضمن هذا الفصل عرضاً وتفسيراً لنتائج البحث، في ضوء الأهداف التي تم وضعها، و كما يلي:

اولاً: النتائج المتعلقة بالهدف الأول من أهداف البحث وهو:

"التعرف على مستوى التكامل مقابل اليأس لدى المدرسين المُسّنين"

لأجل تحقيق هذا الهدف استخرجت المتوسطات الحسابية لدرجات مستوى التكامل مقابل اليأس لأفراد عينة البحث البالغ عددهم (١٩٥) مُدرِّساً ومُدرّسَة، إذ بلغ متوسطهم الحسابي (١٠٣.٥٥٩) وبإنحراف معياري (١٢.٠٣٨) إذ تراوحت درجات افراد العينة ما بين (٧٩–١٣٨) درجة، وعند مقارنة المتوسط المتحقق مع المتوسط الفرضي للمقياس البالغ (٩٠) درجة تبين أن المتوسط الحسابي للعينة أكبر من المتوسط الفرضي وهذا يعني أن افراد عينة البحث لديهم تكامل في الأنا .

ولغرض التعرف على دلالة الفرق بين المتوسطين الحسابيين، طبق الباحث الإختبار التائي لعينة واحدة (One samples t-test) إذ بلغت القيمة التائية المحسوبة (١٥.٧٢٨) وعند مقارنتها بالقيمة التائية الجدولية البالغة (١.٩٦) عند مستوى دلالة (٠.٠٥)، ودرجة حرية (١٩٤)، تبين أن القيمة التائية المحسوبة كانت أكبر من القيمة التائية الجدولية ولصالح المتوسط الحسابي لدرجات العينة, والجدول (١٨) يبين ذلك

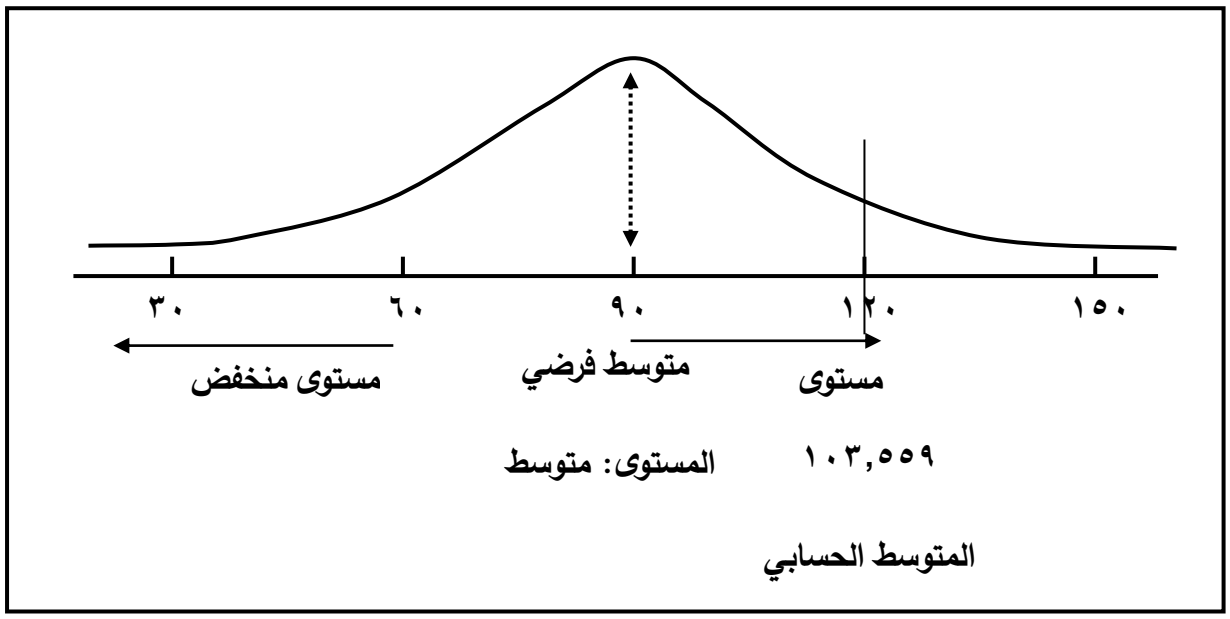
جدول (١٨)

نتائج الإختبار التائي (t-test) لعينة واحدة لقياس مستوى التكامل مقابل اليأس للعينة الكلية

العدد	المتوسط المتحقق	المتوسط الفرضي	الإنحراف المعياري	القيمة التائية		مستوى الدلالة
				المحسوبة	الجدولية	
١٩٥	١٠٣.٥٥٩	٩٠	١٢.٠٣٨	١٥.٧٢٨	١.٩٦	دال إحصائيا عند مستوى (٠.٠٥)

تشير النتيجة إلى وجود فرق دال معنويا في مقياس التكامل مقابل اليأس ولصالح أفراد عينة البحث، واتضح كذلك بأن درجات أفراد العينة تقع ضمن المستوى فوق المتوسط من مستويات تكامل الأنا. وكما موضح في الشكل (٣) وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (ناصر،٢٠٠٣) و دراسة (سبارجة، ٢٠١٦) ودراسة (محسن، ٢٠٢٠) ودراسة (Sbubba& Cbandra, 2021)، وأختلفت مع دراسة (Walaskay & Whitbourne 1984) إذ يتسم افراد العينة من المسنين الذين هم على ابواب التقاعد بدرجة مقبولة من التكامل على الرغم من وجود اليأس الذي ينتابهم، ولاسيما عندما يواجهون مواقف تتطلب ان يتخذوا قرارا

فيها، إذ غالباً ما يسترجعون تاريخ حياتهم كما تذكر ذلك (دافيدوف، ١٩٨٦)، ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى الاطمئنان النسبي على الظروف المعاشية والاقتصادية التي شهدت تذبذبات منذ عام ٢٠١٤ حتى الآن، فضلاً عن ان العديد منهم مازال يعتقد ان لديه العطاء والخبرة الكبيرة في ميدان التعليم، وقد فوجئوا بقانون التقاعد الذي أحال العديد منهم إلى وضع نفسي واقتصادي جديدين .



شكل (٤)

موقع درجات أفراد العينة على منحنى التوزيع القياسي في مقياس التكامل مقابل اليأس

ثانياً: النتائج المتعلقة بالهدف الثاني من أهداف البحث وهو:

ب: التعرف على دلالة الفرق في مستوى التكامل مقابل اليأس لدى المدرسين المُسنين تبعاً لمتغير النوع الإجتماعي (ذكور ، اناث):

لغرض التحقق هذا الهدف طبق الباحث الإختبار التائي لعينتين مستقلتين(Two-Independent samples) إذ بلغ عدد الذكور (١١٥) مُدرِّساً بمتوسط حسابي (١٠٣.٦٠٨) وبانحراف معياري (١١.٩٨٩)، وقد تراوحت مديات درجاتهم ما بين (١٣١-٧٩)، أما عدد الإناث فقد بلغ (٨٠) مّدرّسَةَ بمتوسط حسابي (١٠٣.٤٨٧)، وبإنحراف معياري (١٢.١٨٤)، أما درجاتهن فقد تراوحت ما بين (١٣٨-٨١)، وقد أظهرت النتائج أن القيمة التائية المحسوبة البالغة (٠.٠٦٩) كانت أدنى من القيمة التائية الجدولية والبالغة (١.٩٦) عند مستوى دلالة (٠.٠٥)، وبدرجة حرية (١٩٣)، وهذا يشير إلى وجود فرقٍ غير دال إحصائيا في مستوى التكامل مقابل اليأس لدى المدرسين على وفق متغير النوع الإجتماعي (ذكور/ إناث) في تكامل الأنا. والجدول (١٩) يبين ذلك

جدول(١٩)

نتائج الاختبار التائي (t-test) لعينتين مستقلتين لدلالة الفرق في مستوى التكامل مقابل اليأس تبعاً لمتغير النوع الإجتماعي (ذكور/ إناث)

الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	القيمة التائية		مستوى الدلالة
				المحسوبة	الجدولية	
ذكور	١١٥	١٠٣.٦٠٨	١١.٩٨٩	٠.٠٦٩	١.٩٦	لا يوجد فرق دال احصائيا عند مستوى (٠.٠٥)
إناث	٨٠	١٠٣.٤٨٧	١٢.١٨٤			

يتبين من الجدول (١٧) أنه لا يوجد فرق دال احصائيا في مستوى التكامل مقابل اليأس لدى المدرسين على وفق متغير النوع الإجتماعي (ذكور/إناث)، ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى الظروف البيئية المتشابهة التي يعيشها كل من الرجل والمرأة .

ثالثاً: النتائج المتعلقة بالهدف الثالث من أهداف البحث وهو:

"التعرف على مستوى تقدير الذات لدى المدرسين المُسنين"

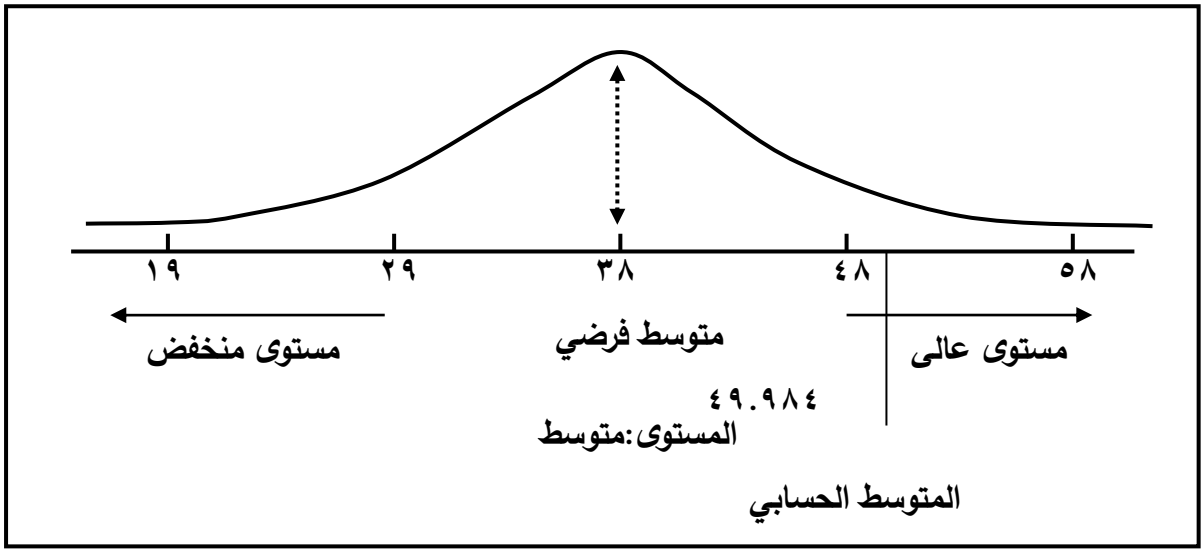
لغرض تحقيق هذا الهدف، جرىٰ حساب المتوسط الحسابي والإنحراف المعياري لدرجات عينة البحث البالغ عددهم (١٩٥) مُدرساً ومّدرسةَ، إذ بلغ متوسطهم الحسابي (٤٩.٩٨٤)، وبانحراف معياري (٤.٤٩٤)، وتراوحت درجات افراد العينة ما بين (٥٧-٣٥) درجة، في حين بلغ المتوسط الفرضي (٣٨) درجة وعند مقارنة المتوسط المتحقق مع المتوسط الفرضي للتعرف على دلالة الفرق بين المتوسطين باستخدام الإختبار التائي لعينة واحدة (One samples t-test)، تبين أن القيمة التائية المحسوبة (٣٧.٢٣٦)، كانت أعلى من القيمة التائية الجدولية البالغة (١.٩٦) عند مستوى دلالة (٠.٠٥)، وبدرجة حرية (١٩٤)، وهذا مما يعني أن أفراد العينة لديهم تقدير ذات عالٍ. وكما مبين ذلك في الجدول (٢٠) .

جدول (٢٠)

نتائج الإختبار التائي (t-test) لعينة واحدة لقياس مستوى تقدير الذات للعينة الكلية

العدد	المتوسط المتحقق	المتوسط الفرضي	الإنحراف المعياري	القيمة التائية		الدلالة
				المحسوبة	الجدولية	
١٩٥	٤٩.٩٨٤	٣٨	٤.٤٩٤	٣٧.٢٣٦	١.٩٦	دال احصائيا عند مستوى (٠.٠٥)

تشير النتيجة إلى وجود فرق دال معنويا في مقياس تقدير الذات ولصالح أفراد عينة البحث، وتبين كذلك أن درجات أفراد العينة تقع ضمن المستوى العالي من مستويات تقدير الذات. وكما هو موضح في الشكل (٤)، في أدناه. وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسات، دراسة (الجميلي، ٢٠٠٨)، ودراسة (مكي وحسن، ٢٠١١)، وتختلف مع دراسة (احمد،٢٠١٥)، ويظهر من الإطار النظري لروزنبرغ أن المُسنين الذين لديهم وظائف جيدة تتميز بالاستقلالية والمكانة الرفيعة تكون لديهم مستويات تقدير عالي (Rosenberg,Pearlin,1978: 66) .



شكل (٥)

موقع درجات أفراد العينة على منحنى التوزيع القياسي في مقياس تقدير الذات

رابعاً: النتائج المتعلقة بالهدف الرابع من أهداف البحث وهو:

ب: التعرف على دلالة الفرق في مستوى تقدير الذات لدى المدرسين المُسنين تبعاً لمتغير النوع الإجتماعي (ذكور ، اناث):

لغرض التحقق من هذا الهدف طبق الباحث الإختبار التائي لعينتين مستقلتين (Two Indented samples) وعلى النحو الاتي: بلغ عدد الذكور(١١٥) مُدرساً وكان متوسطهم الحسابي (٤٩.٤٥٢)،

وبانحراف معياري (٤.٦٥٣)، وتراوحت درجاتهم ما بين (٥٧-٣٥)، أما عدد الإناث فكان (٨٠) مّدرسة بلغ متوسطهن الحسابي (٥٠.٧٥٠)، وبانحراف معياري (٤.١٦٥)، وتراوحت درجاتهن ما بين (٥٧-٣٥)، أظهرت نتائج التحليل الاحصائي أن القيمة التائية المحسوبة بلغت (١.٧٧٩) وعند مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (١.٩٦) عند مستوى دلالة (٠.٠٥)، ودرجة حرية (١٩٣)، تبين أن القيمة التائية المحسوبة كانت أصغر من القيمة التائية الجدولية، وقد أسفرت هذه النتيجة على أن الفرق غير دال إحصائياً في مستوى تقدير الذات بين المُدرسين والمّدرسات على وفق متغير النوع (ذكور، إناث) والجدول (٢١) يبين ذلك .

جدول(٢١)

نتائج الإختبار التائي (t-test) لعينتين مستقلتين للتحقق من دلالة الفرق في مستوى تقدير الذات تبعاً لمتغير النوع الإجتماعي (ذكور/ إناث)

النوع الاجتماعي	العدد	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	القيمة التائية		مستوى الدلالة
				المحسوبة	الجدولية	
ذكور	١١٥	٤٩.٤٥٢	٤.٦٥٣	١.٧٧٩	١.٩٦	لا يوجد فرق دال إحصائيا عن مستوى (٠.٠٥)
إناث	٨٠	٥٠.٧٥٠	٤.١٦٥			

تبين النتيجة عدم وجود فرق دال إحصائياً في تقدير الذات تبعاً لمتغير النوع الإجتماعي (ذكور، إناث)، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسات (مكي وحسن، ٢٠١١) ودراسة (قمر، ٢٠١٥)، وتختلف مع دراسة (الجميلي،٢٠٠٨) و(الجميلي،٢٠٢٠) ودراسة ماكمولين و جون كيرني (Mcmullin&John,2004) ودراسة رنتش وآخرون (Rentzech,et al, 2006) التي أظهرت وجود فرق ذا دلالة إحصائياً في مفهوم تقدير الذات ولصالح الذكور، ويفسر كلنك وآخرون بأن فجوة تقدير الذات تضيق ولربما تختفي في مرحلة المُسنين ما بين الرجل والمرأة (Kling,et al, 1999). ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى النظرة الإيجابية للمرأة في المجتمع الموصلي إذ تتمتع المرأة في المجتمع الموصلي بدور ريادي وتأثير في تربية الابناء وتوجيههم وما إلى ذلك، الأمر الذي جعلها تشعر بمستوى تقدير عالي .

خامساً: النتائج المتعلقة بالهدف الخامس من أهداف البحث وهو:

أ-التعرف على العلاقة الإرتباطية بين التكامل مقابل اليأس وتقدير الذات لدى المدرسين المُسنين.

للإجابة عن هذا الهدف طبق الباحث معامل إرتباط بيرسون بين متغيري التكامل مقابل اليأس وتقدير الذات بوصفهما متغيرين مستمرين غير منقطعين، وقد بلغت قيمة معامل الإرتباط (٠.٤٩٤)، وأدرجت البيانات ونتيجة الارتباط في الجدول (٢٢) يبين ذلك.

جدول (٢٢)

الإختبار التائي (t-test) للكشف عن دلالة العلاقة بين التكامل مقابل اليأس وتقدير الذات لدى أفراد عينة البحث

المتغيرين	العدد	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	معامل الإرتباط	القيمة التائية		الدلالة
					المحسوبة	الجدولية	
التكامل مقابل اليأس	١٩٥	١٠٣.٥٥٩	١٢.٠٣٨	٠.٤٦٤	٧.٣٩٧	١.٩٦	دالة احصائيا
تقدير الذات		٤٩.٩٨٤	٤.٤٩٤				

يتضح من الجدول أن القيمة التائية المحسوبة لمعامل الارتباط بلغت (٧.٣٩٧) وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١.٩٦) عند مستوى دلالة (٠.٠٥)، ودرجة حرية (١٩٣)، وهذا يعني وجود علاقة إرتباطية دالة احصائياً بين متغيري التكامل مقابل اليأس و تقدير الذات .

الفصل الخامس

الإستنتاجات والتوصيات والمقترحات

- **الإستنتاجات**
- **التوصيات**
- **المقترحات**

الفصل الخامس

الإستنتاجات والتوصيات والمقترحات

أولا: الإستنتاجات

يتضح من النتائج أن التكامل هو الاحساس السائدة بين المدرسين الذين هم في فترة التقاعد أو على أعتاب التقاعد تقريباً، وهذه النتائج تتوافق مع توجهات نظرية إريكسون وهي النظرية التي تبناها الباحث إذ تؤكد أن الإحساس بالتكامل يجعل الفرد المُسّن يشعر بأن القيم والمثل العليا في المجتمع الذي يعيش فيه هي مثله العليا بحيث تتقبل ادواره الجديدة في تجربة حياته الجديدة واستمراره في حُب الآخرين والتفاعل معهم وأن هذه المشاعر والمثل التي يؤمن بها تساعده في التغلب على كثير من مشاعر نقص تقدير الذات، وعلى الرغم من أن النتائج أظهرت تمتع افراد العينة من المدرسين المسنين بمستوى فوق المتوسط من التكامل مقابل اليأس، ومستوى عالٍ من تقدير الذات، ولم تظهر فروق بين المُدّرَسُين واقرانهم المُدَرسَات، فقد تكون هناك عوامل مساعدة على ظهور هذه النتائج وهو إطمئنان المدرسين المُسنين على وضعهم المالي والمعاشي. وهما عاملين رئيسين في الاستقرار النفسي والتفاؤل ولو بالحد الادنى نحو رؤية المستقبل.

ثانيا: التوصيات:

بناءً على النتائج التي توصل اليها البحث الحالي فإن الباحث يوصي بما يلي :

١. الإفادة من مقياس التكامل مقابل اليأس الذي بناه الباحث للكشف عن إنطباعات المدرسين والمواطنين من المجتمع المحلي أنفسهم.
٢. ضرورة توجيه العناية بالمدرسين، ولا سيما لوزارتي التربية من خلال توفير التأمين الصحي لهم في مرحلة ما بعد التقاعد، وكذلك فتح منتديات وقاعات رياضية تستقبل المسنين المتقاعدين.
٣. فتح جمعية تحمل اسم التربويين القدامى تعنى بشؤون التربية والتربويين فيما بعد مرحلة التقاعد.
٤. الاستفادة من خبرات المدرسين واشراكهم في صناعة القرار التربوي والتعليمي.

ثالثا: المقترحات:

يقترح الباحث إجراء الدراسات الآتية:

١. التكامل مقابل اليأس وعلاقته بتقدير الذات لدى عينات اخرى من غير المدرسين.
٢. التكامل مقابل اليأس وعلاقته بنمطي الشخصية A و B لدى المدرسين .
٣. التكامل مقابل اليأس وعلاقته بالتوافق النفسي لدى معلمي المدارس الابتدائية.
٤. تقدير الذات وعلاقته بضغوطات الحياة لدى المدرسين .
٥. تقدير الذات وعلاقته باتجاه المدرس نحو مهنة التدريس.

المصادر

- المصادر العربية
- المصادر الأجنبية

المصادر العربية :

- ابراهيم، أحمد أبو زيد (١٩٨٧): **سيكولوجية الذات والتوافق**. دار المعرفة، الإسكندرية .
- ابراهيم، سيد سلامة (١٩٩٧): **رعاية المسنين**. المكتب العلمي للكمبيوتر والنشر والتوزيع، الاسكندرية.
- ابو جادو, صالح محمد علي (٢٠٠٠): **علم النفس التربوي**. ط٢ ،عمان .
- _____ (٢٠٠٣): **علم النفس التربوي**. دار المسيرة، عمان.
- _____ (٢٠٠٤) : **سيكولوجية التنشئة الاجتماعية**. دار المسيرة، عمان.
- أبو زعيزع، عبدالله (٢٠١١): **نظريات الإرشاد والعلاج النفسي**. مركز ديبونو لتعليم التفكير.
- أبو سعده، أحمد سعد محمود (٢٠١٦): **معاملة المراهق واثرها على جوانب الشخصية**. مؤسسة حورس الدولية .
- احمد، سني (٢٠١٥): **تقدير الذات وعلاقته بالتوافق النفسي لدى المسن**. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة وهران ٢ .
- احمد، سهير (٢٠٠٣): **سيكولوجية الشيخوخة**. مركز الاسكندرية للكتاب .
- اسماعيل، بشرى (٢٠٠٤): **المرجع في القياس النفسي**. مكتبة الانجلو المصرية .
- الأشول، عادل عز الدين (٢٠٠٨):**علم نفس النمو من الجنين إلى الشيخوخة**. مكتبة الأنجلو المصرية.
- آلن، بم، ترجمة: كفافي، علاء الدين، النيال، ماسية سالم، سهير (٢٠١٠): **نظريات الشخصية الارتقاء والنمو والتنوع**. ط١، دار الفكر، عمان .
- إلياس، طارق (٢٠٠٠): **الوصول إلى خطة النهاية**. بي ام اي سي .
- بهجت، كيرلس(٢٠١٦): **التجربة الفكرية لروحة أمُة**. دار تويا للنشر والتوزيع.
- بيسكوف، ليدفورد (١٩٨٤): **علم نفس الكبار**. ترجمة، دحام الكيلي و عايف حبيب، المنظمة العربية للتربية والثقافة والعلوم، بغداد، العراق .
- الجبوري، أزهار يوسف، صباح مرشود (٢٠١٣): تقدير الذات لدى طلبة المرحلة الاعدادية، كلية التربية. **مجلة جامعة تكريت للعلوم الانسانية**، المجلد (٢٠) العدد (٥) .

- الجميلي، مؤيد حامد جاسم (٢٠٠٨): **تقدير الذات لدى المدرسين وعلاقته باتجاهاتهم نحو الطلبة.** رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة ديالى .
- الجيزاني، محمد كاظم (٢٠١٢) : **مفهوم الذات والنضج الاجتماعي بين الواقع والمثالية.** ط١، دار الصفا للنشر والتوزيع، عمان الاردن .
- حسن، عزت (٢٠١١): **الإحصاء النفسي والتربوي.** دار الفكر العربي، القاهرة .
- حسين، فؤاد محمد زايد (٢٠٠٧): **الشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة اليمنيين وغير اليمنيين الوافدين إلى الجامعات السورية وعلاقته ببعض المتغيرات.** رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة دمشق.
- حمام، فادية كامل وفاطمة خلف الهويش (٢٠١٠): الاغتراب النفسي وتقدير الذات لدى خريجات الجامعات العاملات والعاطلات عن العمل. **مجلة جامعة ام القرى للعلوم التربوية والنفسية، المجلد الثاني،** العدد (٢).
- الحميدي، محمد الضيدان (٢٠٠٣): **تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدواني لدى طلبة المرحلة المتوسطة.** رسالة ماجستير غير منشورة، اكاديمية نايف العربية للعلوم ، قسم العلوم الاجتماعية
- دافيدوف، ليندا ل (١٩٨٦): **مدخل علم النفس.** ترجمة: سيد الطواب و محمود محمد، ماكجروهيل للنشر، القاهرة .
- داؤود، عزيز حنا، أنور حسين عبد الرحمن (١٩٩٠): **مناهج البحث التربوي،** وزارة التعليم العالي والبحث العلمي, جامعة بغداد, العراق .
- الدسوقي، مجدي محمد (٢٠٠٤) : **دليل تعليمات تقدير الذات.** مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة .
- الدليمي، بسام داوود(٢٠١٤): **مناهج البحث في التربية والتعليم.** مطبعة بيروت، لبنان.
- الراوي، مسارع حسن (٢٠٠٩): **سيكولوجية الشيخوخة.** دار الياقوت للطباعة والنشر، عمان.
- ربيع، اسامة (٢٠٠٩): **التحليل الاحصائي** . جامعة المنوية .
- رمضان، رشيدة (٢٠٠٠): تقدير الذات والاغتراب النفسي لدى خريجات الجامعة العاملات والعاطلات عن العمل.**مجلة جامعة ام القرى للعلوم التربوية والنفسية ، المجلد الثاني .**
- الروسان، فاروق (٢٠٠٦): **اساليب القياس والتشخيص في التربية الخاصة.** دار الفكر .
- ريماوي، مجد عودة وآخرون (٢٠٠٤): **علم النفس العام.** دار المسيرة، ط١ ، الاردن .

- الزبيدي، عبد الودود أحمد وآخرون (٢٠١٩): **المتغيرات النفسية في المجال الرياضي**. شركة دار الأكاديميون للنشر والتوزيع .
- الزبيدي، علي جاسم عكلة (٢٠٠٩): **سيكولوجيا الكبر والشيخوخة مراحل ما بعد النمو في حياة الانسان**. ط١، اثراء للنشر والتوزيع، الاردن .
- زهران، حامد عبد السلام (١٩٩٧): **الصحة النفسية والعلاج النفسي**. عالم الكتب، القاهرة .
- الزوبعي، عبد الجليل وآخرون (١٩٨١): **الاختبارات والمقاييس النفسية**. دار الكتب للطباعة والنشر.
- سالم، مروى سالم (٢٠١٣): **صعوبة الفهم القرائي**. مكتبة الأنجلو المصرية .
- سبارجة، جمعة محمد (٢٠١٦): التكامل مقابل اليأس لدى المسنين المقيمين في دور الرعاية والمسنين المقيمين مع أسرهم في ضوء بعض المتغيرات. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة اليرموك .
- سلامة، ممدوح محمد (١٩٩١): الاعتمادية والتقييم السلمي للذات والحياة لدى المكتئبين. **مجلة دراسات نفسية**، المجلد (٣) العدد (١) .
- السلطاني، سيف ناصح (٢٠١٧): **الهوية المرتهنة وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلبة الجامعة**، اطروحة دكتوراه غير منشورة)، كلية التربية ابن رشد، جامعة بغداد .
- سليم، مريم (٢٠٠٢) : **علم نفس النمو**. دار النهضة العربية، بيروت، لبنان .
- سليمان، صبحي (٢٠٢١): **كُن لطيفاً**. مؤسسة وكالة الصحافة العربية.
- سليمان، وليد فهمي (١٩٩٧) : **مظاهر الإحباط الناتج عن البطالة لدى الشباب المتعلم دراسة مقارنة بين ديناميات الشخصية**. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الاداب، جامعة عين شمس.
- سيف، عبد الرحمن أحمد (٢٠١٧): **تطوير الذات**. دار المعنز للنشر والتوزيع .
- شاذلي، عبد الحميد (٢٠٠١): **التوافق النفسي للمسن**. المكتبة الجامعية، الاسكندرية
- شاهين، محمد احمد و حميدي، محمد نزيه (٢٠٠٧): **درجة تقدير الذات لدى عينة من طلبة الجامعة في فلسطين وعلاقته بالتفكير اللاعقلاني وفاعلية برنامج إرشادي عقلاني انفعالي في تحسينها**.جامعة القدس المفتوحة .

- الصبحي، فوزية بنت سعد (٢٠١٩): العزلة الاجتماعية وعلاقته بالاضطرابات النفسية والامراض الجسمية لدى المسنات المقيمات بدار الرعاية الاجتماعية بالمدينة المنورة. **المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية**، المجلد (٧) العدد (٢) .
- صيام، صفا عيسى (٢٠١٠): **سمات الشخصية وعلاقته بالتوافق النفسي للمسنين في محافظة غزة**ز رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية، جامعة الازهر، غزة ، فلسطين .
- الضامن، منذر (٢٠٠٥): **علم النفس النمو الطفولة والمراهقة**. مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع، الكويت .
- _____ (٢٠٠٧): **اساسيات البحث العلمي** . ط١، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان، الاردن .
- الطفيلي، امتثال زين الدين (٢٠٠٤): **علم نفس النمو من الطفولة إلى الشيخوخة**. دار المنهل اللبناني .
- عباس، محمد خليل وآخرون (٢٠١٤): **مدخل الى مناهج البحث في التربية وعلم النفس**. ط٥، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان، الاردن .
- عبد الرحمن، السيد (١٩٩٨): نظريات الشخصية. دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة.
- عبد الرحمن، سعد (١٩٩٨): **القياس النفسي**. دار الفكر العربي.
- عبد الرؤوف، طارق (٢٠١٨): **مفهوم وتقدير الذات**. دار العلوم للنشر والتوزيع.
- عبد العزيز، نسرين محمد (٢٠١٧) : **فضائيات الاطفال وتأثيرها على الأسرة العربية**. اطلس للنشر والانتاج الاعلامي.
- عبد الفتاح، مصطفى كامل (١٩٩٣): **موسوعة علم النفس والتحليل النفسي**. دار سعاد الصباح ، بيروت .
- العزب، هاني السيد (٢٠١٥): **دور الأسرة في إعداد القائد الصغير**. المجموعة العربية للتدريب والنشر .
- العفيفي، أسماء (٢٠٠٤): **تقييم الحالة النفسية والاجتماعية لكبار السن في دور المسنين**. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة عين شمس، القاهرة .
- عكاشة، احمد (١٩٩٧): **الطب النفسي المعاصر**. مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة .

- علام, صلاح الدين محمود (٢٠١١): **الاختبارات والمقاييس التربوية والنفسية**, طبعة اولى, دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع, عمان.
- _____(٢٠٠٥): **الاساليب الاحصائية الاستدلالية في تحليل بيانات البحوث النفسية والتربوية**. ط١, دار الفكر العربي, القاهرة, مصر.
- _____ (٢٠١٠): **الاساليب الاحصائية الاستدلالية في تحليل بيانات البحوث النفسية والتربوية والاجتماعية (البارامترية واللابارمترية)** . ط٢، دار الفكر العربي، القاهرة.
- علاونة، شفيق فلاح (٢٠٠٩): **سيكولوجية التطور الإنساني من الطفولة إلى الرشد**. دار المسيرة ، عمان، الاردن .
- عودة، احمد (٢٠٠٥): **القياس والتقويم في العملية التدريسية**. ط٣، دار الأمل ، عمان .
- عويضة، كامل محمد (١٩٩٦): **علم نفس النمو**. ط١، دار الكتاب العلمية ، بيروت ، لبنان.
- عيدان، محمد (١٩٩٦): **منهجية البحث العلمي** . دار وائل للطباعة، الاردن .
- الغامدي، حسين عبد الفتاح (٢٠١٠): **مدارس علم النفس ونظريات الشخصية** .دار السلام .
- غريب، ايمن محمد (١٩٩٤): حالة تقدير الذات وعلاقتها بمركز الضبط المدرك. **مجلة علم النفس**، العدد ٣١ .
- الغصين، سائدة جمال محمد (٢٠٠٨): **النمو النفسي والاجتماعي لدى طلبة المرحلة الاساسية العليا وعلاقته بقدرتهم على حل المشكلات الاجتماعية**. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، الجامعة الاسلامية، غزة .
- الغلبان، نعيم مطر (٢٠٠٨): **مرحلة الشيخوخة متغيرات ومتطلبات في الجانب النفسي**. رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة الاقصى .
- فرج، صفوت (٢٠١٧): **القياس النفسي** . مكتبة الانجلو المصرية .
- فرحات، آمنة و فاء حمودة (٢٠١٧): **علاقة تقدير الذات بالتوافق النفسي لدى الطالب الجامعي**. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم الاجتماعية والانسانية، جامعة الشهيد حمه لخضر– الوادي، الجزائر .
- قطامي، يوسف و منى أبو نعيم (٢٠١٦): **تحقيق الذات والقيادة المستقبلية بين النظرية والتطبيق**. مركز ديبونو لتعلم التفكير .

- قطيشات، نازك عبد الحليم و التل، أمل يوسف (٢٠٠٩) : **قضايا في الصحة النفسية**. دار كنوز المعرفة للنشر والتوزيع.
- قمر، مجذوب احمد محمد (٢٠١٥): **تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدواني وقلق المستقبل وبعض المتغيرات الديموغرافية** . رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة دنقلا .
- كامل، عبد الوهاب (١٩٩٣): **المكونات العاملية لتقدير الذات** . مكتبة النهضة المصرية .
- كريمة، ميروح (٢٠١١): **الرجوعية لدى المسنين في دار الشيخوخة**. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم الانسانية والعلوم الاجتماعية، جامعة منتوري قسنطينة، الجزائر .
- كفافي، علاء الدين (١٩٨٩): **التنشئة الوالدية في الامراض النفسية**. هجر للطباعة والنشر .
- الماضي، وفاء (١٩٩٣): **بعض الخصائص النفسية المحدودة للأفراد الاكثر عرضة لاستجابة الضغط النفسي**. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الملك سعود .
- مجيد, سوسن شاكر(٢٠١٤): **اسس بناء الاختبارات والمقاييس النفسية والتربوية**, الطبعة ثالثة, مركز ديبونو لتعليم التفكير, عمان, الاردن.
- محسن، إنعام جاسم (٢٠٢٠): **تكامل الأنا وعلاقته بقلق الموت لدى المتقاعدين**. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الآداب، جامعة القادسية .
- محمود، غازي (١٩٩٧): **مفهوم الذات** . ط١ ، المجتمع العربي للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.
- المحمودي، محمد سرحان علي (٢٠١٩): **مناهج البحث العلمي**. دار الكتب، صنعاء.
- مخائيل, امطانيوس نايف (٢٠١٥): **بناء الاختبارات والمقاييس النفسية والتربوية وتقنيتها**, دار الاعصار العلمي العلمي للنشر والتوزيع, عمان الاردن.
- مختار، حمزة (٢٠٠٢): **صورة الأب وتقدير الذات لدى الأبناء من مرحلة التعليم الثانوي** ، الهيئة المصرية للكتاب.
- مسعود، فاطمة (٢٠١٨): **الطموح الأكاديمي والثقة بالنفس**. مركز الكتاب الأكاديمي.
- المشهداني، سعد عثمان (٢٠١٩) : **منهجية البحث العلمي** . ط١، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان، الاردن .
- معوض، خليل ميخائيل (١٩٨٤): **قدرات وسمات الموهوبين**. دار الفكر الجامعي، الاسكندرية .
- مكي، لطيف غازي و براء محمد (٢٠١١): صلابة الشخصية وعلاقته بتقدير الذات لدى التدريسيين في الجامعة، **مجلة البحوث التربوية والنفسية**، العدد (٣١) : ٣٥٣-٤٠٣.

- ملحم، سامي محمد (٢٠٠٠) : **القياس والتقويم في التربية وعلم النفس** . دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان، الاردن .
- منسي، حسن (1998): **الصحة النفسية**. ط٢، مكتبة العكبية ، السعودية .
- مويس، فريد (٢٠١٦): **سيكولوجيا الذات البدنية**. مكتبة الأنجلو المصرية.
- ناصر، عقيل خليل (٢٠٠٣): **تكامل الأنا لدى المسنين وعلاقته ببعض المتغيرات** . رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بغداد، العراق .
- النبهان، موسى (٢٠٠٤): **اساسيات القياس في العلوم السلوكية**. دار الشروق للنشر .
- النمر, عصام (٢٠٠٨): **القياس والتقويم في التربية الخاصة**.الطبعة العربية، دار البازوري للطباعة والنشر, عمان, الاردن .
- نوفل، محمد بكر و فريال محمد ابو عواد(٢٠١٠): **التفكير والبحث العلمي**. ط١، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان، الاردن .
- نيازي، عبد المجيد بن طاش محمد (١٩٩٩): **مصطلحات ومفاهيم إنجليزية في الخدمة الإجتماعية**. مكتبة العبيكان، السعودية .
- هلسة، حنان جميل (٢٠٢١): **الشخصية ومفهوم الذات** . الآن ناشرون وموزعون .
- هول، ليندزي (١٩٧٨): **نظريات الشخصية** . ترجمة فرج وآخرون، ط٢، دار الشايع للنشر والتوزيع .

ثانياً : المصادر الاجنبية :

- Ahmed, Mozumdar Arifa (2012): The Role of Self-Esteem and Optimism in Tob Satisfaction among Teachers of Private Universities in Bangladesh. **Asian Business Review**, Volumes, 1 september 2012, (114-120).
- Aktu,Yaha and Tahsin llhan (2017): Individuals Life Structures in the Early Adulthood Period Based on Levinson ’s theory. **Educational Sciences** , (2) : (1383-1403).

- Bander,R.L Wells,G and Peterson,S,R(1993): **Self-Esteem Paradoxes and innovation in clinical theory and Practice**. Washington, D.C. U.S.A.
- Bartholomew,K.,Henderson,A.J.Z.,&Marcia,J. E(2000):Coding semi-structured interviews in social Psychological research. In H. T .Reis &M. Judd(Ed.s**), Handbook of research methods in social and personality** (286-331). Cambridge University Press. New York.
- Beyers, W.& Seiffge-Krenke, I. (2010): Does identity precede intimacy? Testing Erikson s theory on romantic development in emerging adults of the 21st century**. Journal of Adolescent Research 25 (3) :(387-415) .**
- Boree,C,Georgo(1998): **Personality Theories.** Original E-Text-Site, Shippensburg University.
- Bradley,C.&Marcia,J(1998): Generativity-Stagnation: A five category model. **Journal of Personality,66: (39-64).**
- Butler,R.N (1963) : The life review : An interpretation of reminiscence in the aged**. Psychiatry, 26: (65-76) .**
- Carducci,J (2009): **The Psychology Personality**. Wiley-Blackwell, Hong Kong.
- Ciarrochi,J(2006):**Acceptance and Commitment Therapy: Measures Package**. Basic books, New York.
- Crounbach, I. J (1970): **Essentials of Psychological testing**. Harper-Row, New York.
- Cullotta,P.Bloom (2002): **Primary Prevention and Health Promotion**. Promotion-Encyclopedias-English.
- Davis,F& Buskist (2008): **21st Century Psychology.** Sage Publications, Los Angeles.
- Diner, E (2000)**:** Subjective well-being the science of happiness a proposal for a national index**. American Psycologist,55,(1): (34-43).**

- Erikson 's E.(1963): Childhood and Society (2nd ed).W.W. Norton, New York .
- _____ (1982)**: The Life Cycle completed.** W.W. Norton, New York.
- _____(1981):**Generatively and Identity. Harvard Educational review,51(2): (249-269) .**
- _____ (1980) **: Identity and the life cycle**. W.W. Norton, New York **.**
- _____ (1982 : **The Life Cycle Completed: A Review**. W.W. Norton. . New York.
- _____.& Kivnick,H (1986) : **Vital involvement in old age**.W.W.Norton , New York .
- Eysenck,W (2000): **Psychology**. Taylor & Francis, New York.
- Fishman, S (1988) : **An investigation determine the relationship, among an older adult s life review, ego integrity, and death anxiety**. Dissertation Abstract, International (University Microfims No, 8025229).
- Friedman, L. J (1999) : **Identity 's Architect A Biography of Erik H. Erikson.** Free Association Books, London.
- Gilleard,C.,Higgs,P.An Enveloping Shadow (2017): The Role of the Nursing Home in the Social Imaginary of the Fourth Age. In Care Home Stories: **Aging Disability and Long-Term Residential Care, Chivers,S, Kriebernegy**, U,Eds, Transcript Verlay: Bielefed, Germany, 2017,(229-246.)
- Hattie,John (2014): **Self-Concept**. Psychology Press, New York.
- Hearn, S (1993) : **Integrity despair and in between: toward construct Validation of Erikson 's eight stage** (Doctoral dissertation, Simon Fraser University .
- Hearn, S., Saulnier, G ., Strayer, J., Glenham, M., Koopman, R., & Marcia, J (2012): Between in integrity and despair : Toward construct

Validation of Erikson 's eight stage **. Journal of Adult Development, 19 (1), 1-20 .**

- Helson, R.,Stewart, A. J., & Ostrover, J. (1995): Tdentity in three cohorts of women**. Journal of personality and social psychology,(69): (544-577).**
- Hendrickson, C (1986): **The Role of Church in Aging.** The Haworth Press, London.
- Hill, Virgil Zeigler (1988) : **Self-Esteem.** Psychology Press, New York.
- Hirsch, B.J.,& Dubois,D.L (1991): Self-esteem in early adolescence : The identification and prediction of contrasting longitudinal trajectories. **Journal of Youth and Adolescences**, 20: (53-72).
- Hoare, C. (2013) : Three missing dimensions in contermporary studies of identity: The unconscious, negative attributes, and society**. Journal of Theoretical and Philosophical Psychology 33(1):(51-67) .**
- https://WWW**.who.**int
- Kling,K.C,.Hyd,J.S,.Showers,C.J.,&Buswell,Buswell,B,N(1999):Gender differences in Self-Esteem Inventory Adult Form. **Perceptual and Motor Skill, 82: (1136-1138).**
- Kroger, Jane (2007): **Identity Development.** Sage Publcations, London.
- Lachman,E (2001): **Handbook of Midlife Development**. Wiley.London.
- Larry, H,A, Ziegler (1981):**PersonalityTh eories**. Mcgraw-Hill international Book Company, Hamburg.
- Lishman,Joyce (2007): **Learning in Social Work and Social Care**. Jessica Kingsley Publishers, Phiadelphia.
- Loevinger,J(1993): Ego Development: Questions of Method and Theory. **Psychological Inquiry,(1): (56-63)**.
- Lors, T (2005) : **A Developmental Theory of Positive Aging** Springer, Publishing company New York .

- MCMullin, Julie Ann&John Cairney (2004):Self-esteem and the intersection of age, Class, and gender. **Journal of Aging Studies, 8, (75-95).**
- Mehlsen,M.,Kierkegaard. Thomesn,D.,Vidik,A.,Olesen, F&Zachariea,R.(2005): Cognitive Processes Involved the evaluation of life satisfaction: Implications for well-being .**J-of Aging& Mental Health, 9(3): (281-290).**
- Neugarten,B (1972): Personality and the aging process**. The Gerontologist,12(1): (9-15) .**
- Nunnally,J.C.,(1981): **Psychometric theory** 2and . MCGraw Hill**,** New York**.**
- Peterson, B. E & Stewart, A, J (1996) : Antecedents and context of generativity motivation at midlife. **Psychology & Aging,11(1) : (21-33).**
- Richard W. Robins, Kali H. Trzeniewski, Samuel D. Gosling(2002): Global Self-Esteem Across the Life Span. **Psychology and Aging, 3,(423-434).**
- Roberts, B.W., & Delvecchio,W.F (2000): The rank-order consistency of personality from childhood to old age. Aquantitative review of longitudinal Studies. **Psychological Bulletin, 126 :(3-25).**
- Robins, R.W., Trzesniewski, K.H., Tracy, J.L.,Cosling, S.D., &Potter, J (2002): Global Self-esteem across the lifespan. **Psychology and Aging**, 17: (423- 434).
- Rosenberg, M (1979): **Conceiving of Self** . Basic Books, New York.
- Rosenberg,M.,&Pearlin,I.I.,(1978): Social Class and Self-esteem among children and adults**. American Journal of Sociology, (53-77) .**
- Rosenfield,S.(1999): **Handbook of the sociology of mental health.** Kluwer Academic**,** New York.

- Sare,S,Lliubici,M. Gusar,I. Canovic,S. Konjevoda,S.(2021):Self-Esteem, Anxiety, and Depression in Older People in Neursing Homes. **Health care** 2021,9 :(2-12).
- Savickas,M.L.,Nota,L.,Rossier.,Dauwalder,J.,Duarte,M.E.,Guichard,J.,.. Van Vianen,A.E.M (2009): Life designing a paradigm for career construction in the 21st century. **Journal of Vocational Behavior, 75:((239-250).**
- Sherron,H.&Lumsden (1990): **The older Adult as Leamer.** Hemisphere Publishing Corporation, New York.
- Shubha, Pai& Chandra, Sudeep (2021): Life Satisfaction and Ego Integrity among Older Adults: A comparative study. **Indian Journal of Gerontology**, **35: (111- 125).**
- Stewart,A& Vandewater,E(1999) : "If had it to do over again" Midlife review, Midcourse Corrections and Women 's Well-being in midlife. **Journal of personality and social Psychology, 76(2): (270-283).**
- Thoits, P (1999): Self-identity Stress and Mental health. In C . S. Aneshensel & J. C. Phelan (Ed.s), **Handbook of the Sociology of mental health (345-368) , New York .**
- Thomas,R.M.,(1986):**Comparing Theories of child development**, Wads-Worth Publishing Company Tornto, Canada**.**
- Torges, C. M& Stwart, A. j.,& Miner-Rubino, K (2005) : Personality after the prime of life: Men and Women coming to terms with regrets. **Journal of Research in personality,(39) : (148-165) .**
- Torges.M, Cyntlia, Abigaily. J, Stewart. Laurer.E, Duncan (2008): Achieving ego integrity: Personality development in late life. **Journal of Research in personality, 42 : 1004-1014.**
- Trzesiniewski, K. H, Donnellan, M.B., & Robins, R. W (2003): Stability of Self-esteem across lifespan. **Journal of Personality and Social Psychology**, 48:(205-220).

- Twenger, J. M. Crocker, J. (2002): Race and Self-esteem Meata-analysis Comparing Whites Balks Hispanics, and American Indians and comment on Gray- Little and Hafdahl. **Psychological Bulltin**, 1 28: (371-408).
- Webster (1992): **New Webster's Dictionary**. N Y : Lexicon Publications Inc .
- Westerhof, L. D. Bohlmeijer, E. T.& McAdams, D. P. (2017): The relation of ego integrity and despair to personality traits and mental health. **Journal of Gerontology, Series B Psychological Sciences and Social Sciences 72 (3) : (400-407) .**
- Westerhof.J. Gerben (2017): The Relation of Ego Integrity and Despair to Personality Traits and Mental Health. **Journal of Gerontology Society of America**, 3: 400- 407.
- Wong, P.T.P(2000): Meaning of life and meaning of death in successful aging. In A. Tomer (Ed.s) **Death attitudes and the older adult.** Philadelphia **:** Brunner- Rout-ledge(23- 35) **.**
- Wrosch,C.,&Heckhausen,J.(2002): Perceived control of life regrets: Good for young and bad for old adults. **Psychology and Aging Journal,17 (2): (340-350).**

الملاحق

- كتاب تسهيل المهمة
- جدول توزع مجتمع البحث
- مقياس التكامل مقابل اليأس بصيغته الأولية
- مقياس تقدير الذات بصيغته الاولية
- أسماء السادة الخبراء حسب اللقب العلمي
- مقياس التكامل مقابل اليأس بصيغته النهائية
- مقياس تقدير الذات بصيغته النهائية

ملحق (١)

كتاب تسهيل مهمة

جمهورية العراق
وزارة التربية
المديرية العامة للتربية
في محافظة نينوى

بسم الله الرحمن الرحيم

قسم الاعداد والتدريب
شعبة البحوث والدراسات التربوية

العدد (١٣٥٩/١١/١١)
التاريخ : ٢٠٢١/١٢/٩

الى / قسم التخطيط / شعبة الاحصاء
ادارات المدارس الثانوية والاعدادية بنين وبنات /مركز قضاء الموصل /الايمن والايسر
م/ تسهيـــل مهمـــــة

تحيـــــة طيبـــــة ...

اشارة الى كتاب جامعة الموصل/ كلية التربية للعلوم الانسانية/شعبة الدراسات العليا المرقم بالعدد ٦٧٦٩/٧/٣ في ٢٠٢١/١٢/٢٨ وللصلاحية المخولة لنا يرجى تسهيل مهمة طالب الدراسات العليا /الماجستير (**هذال احمد محمود عبو**) في قسم العلوم التربوية والنفسية لغرض اكمال متطلبات بحثه الموسوم (**التكامل مقابل اليأس وعلاقته بتقدير الذات لدى مدرسي المدارس الثانوية والاعدادية**).

مـــــع التقدير....

براء عزالدين سعيد
م. مدير قسم الاعداد والتدريب
٢٠٢١/ ١٢/ ٩

احمد مثنى شريف
معاون مدير قسم الاعداد والتدريب

نسخة منه الى//

-مكتب السيد المدير العام /للتفضل بالاطلاع مع التقدير

-مكتب المعاون الفني / للتفضل بالاطلاع مع التقدير

- قسم الإعداد والتدريب /شعبة البحوث والدراسات التربوية /للمتابعة

عبدالهادي//

ملحق (٢)

توزع مجتمع البحث

المدارس	ت	المدارس	النوع الاجتماعي		ت	المدارس	النوع الاجتماعي	
			ذكور	اناث			ذكور	اناث
المدارس الاعدادية	١	الخنساء للبنات		٤	٣٣	بلقيس للبنات	-	٣
	٢	الشهاب للبنين	٤	-	٣٤	الامجاد للبنين	٣	-
	٣	ابن الاثير للبنات	-	٤	٣٥	زينب للبنات	-	٥
	٤	الرسالة للبنات	-	٣	٣٦	ابي تمام للبنين	٤	-
	٥	خالد بن الوليد للبنين	٦	-	٣٧	المستقبل للبنين	٣	-
	٦	المركزية للبنين	٧	-	٣٨	الطلائع للبنات	-	٤
	٧	اليقظة للبنات	-	٤	٣٩	صفية (رض) للبنات	-	٣
	٨	الشعب المسائية للبنين	٤	-	٤٠	الشافعي للبنين	٢	-
	٩	الكفاح للبنات	-	٣	٤١	سارية للبنين	٢	-
	١٠	الغزلاني للبنين	٤	-	٤٢	ام المؤمنين للبنات	-	٤
	١١	ميسلون للبنات	-	٥	٤٣	الاصمعي للبنات	-	٤
	١٢	الحكمة للبنين	٥	-	٤٤	الابداع للبنين	٥	-
	١٣	اليرموك للبنين	٦	-	٤٥	خديجة الكبرى للبنات	-	٦
	١٤	الغربية للبنين	٦	-	٤٦	الرسالة الاسلامية للبنين	٦	-
	١٥	الشرقية للبنين	٤	-	٤٧	التحرير للبنات	-	٥
	١٦	دمشق للبنين	٤	-	٤٨	عبد الرحمن الغافقي للبنين	٦	-
	١٧	الموصل للبنات	-	٣	٤٩	الزهور للبنين	٤	-
	١٨	زنوبيا للبنات	-	٣	٥٠	الشهيدة نجوى عبد الاله للبنات	-	٤
	١٩	الرضواني للبنين	٢	-	٥١	ابي حنيفة للبنين	٤	-
	٢٠	عمر بن الخطاب للبنين	٤	-	٥٢	الزهور للبنات	-	٣
	٢١	موصل الجديدة للبنات	-	٣	٥٣	الاندلس للبنات		٧
	٢٢	الشهيد حسين درويش للبنين	٢	-	٥٤	النيل للبنين	٥	-
	٢٣	عبد العزيز عبدالله للبنين	٥	-	٥٥	مكة المكرمة للبنات	-	٣
	٢٤	ابن البيطار للبنين	٢	-	٥٦	تطوان المسائية للبنات	-	٢
	٢٥	نسيبة الانصارية للبنات	-	٢	٥٧	دار السلام للبنين	٤	-
	٢٦	اشبيلية للبنات	-	٤	٥٨	اليمن للبنات	-	٣
	٢٧	حمص للبنات	-	٣	٥٩	الراية للبنين	٤	-
	٢٨	الميثاق المسائية للبنين	٣	-	٦٠	سومر للبنات	-	٦
	٢٩	الكندي للبنين	٣	-	٦١	الفاو للبنات	-	٦
	٣٠	الصديق للبنين	٥	-	٦٢	قرطبة للبنات	-	٤
	٣١	مؤتة للبنات	-	٢	٦٣	عمر بن عبد العزيز للبنين	٢	-
	٣٢	الامين للبنين	٢	-	٦٤	المربد للبنات	-	٣
المدارس الثانوية	١	سؤدة بنت زمعة للبنات	١	٣	١٥	فاطمة الزهراء للبنات	-	٣
	٢	دار العلوم للبنات	-	٤	١٦	شهدة بنت الابري للبنات	-	٤
	٣	المتميزات الثانية للبنات	-	١٠	١٧	الفراتين للبنات	-	٣
	٤	الموصل للمتفوقات للبنات	-	٦	١٨	عامر بن عبدالله للبنين	٣	١
	٥	ام سلمة للبنات	-	٥	١٩	الموهوبين مختلطة	-	-
	٦	المعارف المسائية للبنات	-	-	٢٠	زبيدة للبنات	-	٢
	٧	الفضيلة للبنات	-	٥	٢١	المتميزات الاولى للبنات	-	٧
	٨	المأمون للبنات	-	٤	٢٢	نينوى للمتفوقين للبنين	٤	-
	٩	ام ايمن الانصارية للبنات	-	٣	٢٣	نينوى للمتفوقات	-	٤
	١٠	المتميزين٢ للبنين	٥	-	٢٤	المتميزين للبنين	٤	-
	١١	الثورة للبنات	-	٤	٢٥	القادسية للبنات	-	٣
	١٢	الموصل للمتفوقين للبنين	٣	-	٢٦	الضحى للبنات	-	٣

	١٣	امنة بنت وهب للبنات	٢	٢	٢٧	المعرفة للبنات	-	٢
	١٤	البتول للبنات	-	٢	٢٨	عائشة للبنات	-	١
المدارس المتوسطة	١	الخنساء للبنات	-	٢	٦٤	الرشيد للبنين	٢	-
	٢	الشهاب للبنين	٢	-	٦٥	الخضراء للبنين	٣	-
	٣	زيد بن الخطاب للبنين	٢	-	٦٦	سما الحدباء للبنين	٢	-
	٤	ابن الهيثم للبنين	٣	-	٦٧	ام كلثوم للبنات	٣	٦
	٥	طرابلس للبنات	-	-	٦٨	المقداد بن عمرو للبنين	-	-
	٦	الحرية للبنات	-	٣	٦٩	المهدي للبنين	٤	-
	٧	الفاروق للبنين	٢	-	٧٠	الشموخ للبنين	٤	-
	٨	عداس للبنين	٤	-	٧١	ذات الصواري للبنات	-	-
	٩	المركزية للبنين	٤	-	٧٢	الحرية للبنين	٢	-
	١٠	الحاج يونس للبنات	٣	-	٧٣	الرماح للبنات		2
	١١	الجمهورية للبنين	٤	-	٧٤	الشهيد صالح عواد صالح للبنات	-	-
	١٢	الطموح للبنين	٥	-	٧٥	فتح الفتوح للبنين	٢	-
	١٣	الرسالة للبنات	٢	-	٧٦	الحسن البصري للبنين	٢	-
	١٤	ابو بكر الصديق للبنين	٢	-	٧٧	المجد للبنين	٢	-
	١٥	عقيلة بني هاشم للبنات	-	٣	٧٨	الرياض للبنات	-	١
	١٦	الشيماء للبنات	-	٢	٧٩	المهيمن للبنين	١	-
	١٧	الموصل للبنين	٤	-	٨٠	صنعاء للبنات	-	٢
	١٨	العقيدة للبنين	١	-	٨١	جعفر بن ابي طالب للبنين	2	-
	١٩	البحرين للبنين	2	-	٨٢	البتراء للبنات	-	٣
	٢٠	الهدى للبنات	-	٢	٨٣	الحريري للبنات	-	2
	٢١	موسى بن نصير للبنين	٣	-	٨٤	اللاذقية للبنات	-	٥
	٢٢	الجزائر للبنات	-	١	٨٥	سعيد بن المسيب للبنين	٣	-
	٢٣	الشعب للبنات	-	٣	٨٦	عبد الرحمن الداخل للبنين	٣	-
	٢٤	ميسلون للبنات	-	٥	٨٧	الغد المشرق للبنين	-	-
	٢٥	الفارس العربي المسائية	٣	-	٨٨	حفصة للبنات	-	٣
	٢٦	الامل للبنين	٢	-	٨٩	المروءة للتعليم الاساس	٢	-
	٢٧	المنصور للبنين	٥	-	٩٠	الشهيدة عابدة للبنات	-	٢
	٢٨	اسد بن فرات للبنين	٢	-	٩١	الابداع للبنين	٢	-
	٢٩	علي بن ابي طالب للبنين	-	-	٩٢	الشهيد الشيخ رشيد الزيدان للبنين	٢	-
	٣٠	خولة بنت الازور للبنات	-	٢	٩٣	بغداد للبنات	٤	-
	٣١	النهروان للبنين	٥	-	٩٤	البصرة المسائية للبنات	-	٣
	٣٢	حلب للبنين	٤	-	٩٥	المثنى للبنات	-	٣
	٣٣	الجاحظ للتعليم الأساس للبنين	٣	-	٩٦	عثمان بن عفان للبنين	٢	-
	٣٤	الوثبة للبنين	٣	-	٩٧	نينوى المسائية للبنين	٢	-
	٣٥	المثنى للبنين	٣	-	٩٨	الزهور للبنين	٤	-
	٣٦	العبير للبنات	-	٢	٩٩	عبد الرحمن بن عوف للبنين	٢	-
	٣٧	طارق بن زياد للبنين	٣	-	١٠٠	الزبير بن العوام للبنين	٤	-
	٣٨	زنوبيا للبنات	-	-	١٠١	الربيع للبنين	٣	-
	٣٩	النصر للبنين	٣	-	١٠٢	الزهور للبنات	٢	-
	٤٠	الحدباء للبنين	٣	-	١٠٣	تدمر للبنات	-	٢
	٤١	الاماني المسائية للبنين	٣	-	١٠٤	الحدباء للبنات	-	٢
	٤٢	بدر الكبرى للبنين	١	-	١٠٥	البراء بن مالك للبنين	٣	
	٤٣	الموصل المسائية للبنين	١	-	١٠٦	مكة المكرمة للبنات	-	٢
	٤٤	الادريسي للبنين	٣	-	١٠٧	الشهيد علي الرملي للبنين	٣	
	٤٥	الهرمات للبنين	-	-	١٠٨	نينوى للبنات	-	٢
	٤٦	ذات الهجرتين للبنات	-	٢	١٠٩	دار السلام للبنين	٣	-
	٤٧	انس بن مالك للبنين	٤	-	١١٠	الضواحي للبنين	٣	-
	٤٨	عبدالله بن الزبير للبنين	٣	-	١١١	الشهيدة نورس النعيمي للبنين	٤	-
	٤٩	النور للبنين	٣	-	١١٢	المقاصد للبنات	-	٣
	٥٠	ابن القيم الجوزية للبنين	٢	-	١١٣	حذيفة بن اليمان للبنين	٢	-

	٥١	سعد بن معاذ للبنين	٢	-	١١٤	الحرمين للبنات	-	٤
	٥٢	الشهيد وليد احمد للبنين	-	-	١١٥	الاقصى للبنين	-	-
	٥٣	نسيبة الانصارية للبنات	-	٢	١١٦	لبنان للبنين	٤	-
	٥٤	بابل للبنات	-	٢	١١٧	سومر للبنات	-	٣
	٥٥	المعالي للبنات	-	٣	١١٨	سعد بن ابي وقاص للبنين	٣	-
	٥٦	النضال للبنين	٢	-	١١٩	المعارج للبنين	٢	-
	٥٧	الشام للبنات	-	-	١٢٠	رقية للبنات	-	٣
	٥٨	المسعودي للبنين	-	-	١٢١	فلسطين للبنات	-	٤
	٥٩	سيناء للبنات	-	٦	١٢٢	قتيبة بن مسلم للبنين	٤	-
	٦٠	الكفاح للبنين	٤	-	١٢٣	بلال بن رباح للبنين	٣	-
	٦١	نابلس المسائية للبنين	٣	-	١٢٤	اسماء بنت عميس للبنات	-	--
	٦٢	النعمانية للتعليم الاساس للبنين	٣	-	١٢٥	فلسطين للبنين	٤	-
	٦٣	الجزائر المسائية للبنين	٣	-	١٢٦	القاهرة للبنات	-	٣
	المجموع		٢١١	١٣١			١٦٧	١٦٦
المجموع الكلي			٦٧٥					

جامعة الموصل
كلية التربية للعلوم الانسانية
قسم العلوم التربوية والنفسية
الدراسات العليا / الماجستير
تخصص علم النفس التربوي

ملحق (٣)

استبيانه السادة الخبراء في مدى صدق فقرات مقياس التكامل مقابل اليأس بصيغتها الاولية

الاستاذ الدكتور / ة .....

السلام عليكم :

يروم الباحث إجراء الدراسة الموسومة : (التكامل مقابل اليأس وعلاقته بتقدير الذات لدى مدرسي المدارس الثانوية في محافظة نينوى) من اعمار (٥٥-٦٠) سنة استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في علم النفس التربوي/ جامعة الموصل، ولما عرف عنكم من خبرة عملية ورؤية متميزة في البعد النفسي فإن الباحث يضع بين أيدكم مقياس التكامل مقابل اليأس للحكم على فقراته .

راجياً منكم بأبداء الرأي في درجة ملائمة كل فقرة للبعد الذي وضعت فيه وسلامة صياغتها اللغوية وإجراء أي تعديل ترونه مناسباً وإضافة فقرات ترون ضرورة وجودها في هذا البعد والذي سيتم اعتماد البدائل الخمسة فيه طبقاً لمقياس ليكرت وهي : (موافق بدرجة كبيرة جداً، موافق بدرجة كبيرة، موافق بدرجة متوسطة، غير موافق بدرجة كبيرة، غير موافق بدرجة كبيرة جداً) .

شاكراً لكم حسن تعاونكم

علماً بإن المقصود بالتكامل مقابل اليأس على وفق نظرية إريكسون ما يأتي :"بأنه مرحلة من مراحل التطور النفسي- الاجتماعي للإنسان تمتد من المرحلة العمرية ٥٥ فما فوق، إذ يبدأ الفرد في تأمل انجازاته عبر تاريخ حياته الماضية، فإما ان يشعر بالرضا والتكامل عن حياته أو يشعر باليأس وعدم الرضا عنها، وان فضيلة هذه المرحلة هي الحكمة التي تُمكن الفرد أن ينظر إلى ماضيه بشعور من التكامل النفسي، أو الشعور بالندم و اليأس" .

إبعاد التكامل مقابل اليأس :

١-الندم واليأس : " شعور بالتأسف أو الشعور بالذنب على فعل شيء خاطئ في الماضي، أو ضياع فرص مهمة" .

٢- الحكمة والإنفتاح : " هي القدرة على التفكير باستخدام المعرفة والخبرة والتفاهم والحس السليم والبصيرة ".

٣- الصحة: "هي حالة من اكتمال السلامة بدنياً وعقلياً واجتماعياً وروحياً، لا مجرد انعدام المرض أو العجز" .

٤-الرضا عن الحياة: " تقييم شامل للمشاعر والمواقف حول حياة المرء في فترة زمنية تتراوح من السلبية إلى الإيجابية" .

المشرف	الباحث
أ.م.د سمير يونس محمود	هذال احمد محمود

اسم الخبير :.....

الدرجة العلمية :.....

سنة الترقية :.....

مكان العمل :.....

التوقيع :.....

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل
البعد الأول: الندم واليأس:				
١	اتألم عندما افكر في الاشياء التي لم اتمكن من تحقيقيها في حياتي .			
٢	اعاني من مشاعر الندم حيال اخفاقي في استثمار فرص عديدة أتيحت لي .			
٣	احس بالأمن والسلام عندما امارس الشعائر الدينية			
٤	استسلم للظروف السيئة واظهر عدم الاكتراث للأشياء من حولي .			
٥	تنتابني شكوك عن مصداقية وجدية الاخرين نحوي .			
٦	تزعج فكرة اني اصبحت مسناً ولم تعد قدراتي كما كانت سابقاً .			
٧	تقلقني مشكلات الحياة المعقدة التي تواجه ابنائي ولم اجد لها حلولاً.			
٨	تثير نظرتي إلى تاريخ حياتي الماضية الحسرة والألم .			
٩	يزعجني التناقض في مشاعري بين الاتزان وعدم الاتزان .			
١٠	من حين إلى آخر تقتحم تفكيري افكار مزعجة وأريد التخلص منها			
١١	تقدمي في السن يدفعني للتذمر ، للتشكي ، والعجز .			
١٢	اتضرع إلى الله من اجل أن يستجيب لأمنياتي ، وأسأل المغفرة منه .			
١٣	تراودني احلام وكوابيس مزعجة في بعض الليالي .			
١٤	اعتقد بأن الندم هو الارث الطبيعي للمسنين.			
البعد الثاني : الحكمة والانفتاح :				
١٥	لدي الحكمة لحل المشكلات التي قد تواجه أسرتي .			
١٦	اهتم بأناقتي ومظهري الشخصي .			
١٧	اشارك الاقرباء والاصدقاء والاخرين في مناسباتهم .			
١٨	اعتقد بأن الندم هو الارث الطبيعي للمُسنين.			
١٩	احافظ على صلة الحب والعلاقات العاطفية مع شريك حياتي .			
٢٠	اتمنى نقل ما تعلمته من تجاربي الناجحة في الحياة إلى الاجيال الحالية واللاحقة .			
البعد الثالث : الصحة :				
٢١	اقلق من تدهور صحتي .			
٢٢	أخاف من الأمراض المزمنة التي تلازمني مدى الحياة .			
٢٣	يزعجني الامتناع عن تناول بعض الأطعمة خوفاً على صحتي .			

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل
٢٤	لا امارس الانشطة الرياضية رغم اهميتها في هذا العمر .			
٢٥	بين الحين والاخر اجري الفحوصات الطبية الدورية .			
٢٦	يقلقني وفاة الاصدقاء والمقربين .			
البعد الرابع : الرضا عن الحياة:				
٢٧	اشعر عندما استرجع أحداث حياتي الماضية، بالرضا والسعادة .			
٢٨	لدي شعور بأن قوايا العقلية والجسدية مازالتا على ما يرام .			
٢٩	راض عما حققته وما كنت اتمناه لأولادي وبناتي منذ نعومة اظافرهم .			
٣٠	افخر بأن ما حققته من حياة كريمة في رحلة حياتي الماضية كان إيجابياً .			
٣١	راضٍ عن الدخل المادي الذي احصل عليه .			
٣٢	أقيم ذاتي بصدق بوصفي (اب / أم) عندما حققت كل الذي كنت أتمنى تحقيقه لأبنائي .			
٣٣	يؤنبني ضميري عندما تكون احكامي نحو اسرتي والاخرين في غير محلها .			
٣٤	يتملكني احساس بالمجد والقوة .			
٣٥	اتقبل التغيرات الجسمية والضعف الذي يحدث لي بسبب التقدم في العمر.			

جامعة الموصل
كلية التربية للعلوم الانسانية
قسم العلوم التربوية والنفسية
الدراسات العليا / الماجستير
تخصص علم النفس التربوي

ملحق (٤)

استبيانه السادة الخبراء في مدى صدق فقرات تقدير الذات بصيغتها الاولية

الاستاذ الدكتور / ة .....

السلام عليكم :

يروم الباحث إجراء الدراسة الموسومة : (التكامل مقابل اليأس وعلاقته بتقدير الذات لدى مدرسي المدارس الثانوية في محافظة نينوى) استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في علم النفس التربوي/ جامعة الموصل، ولما عرف عنكم من خبرة عملية ورؤية متميزة في البعد النفسي فإني اضع بين أيدكم مقياس تقدير الذات لتحكيمه علماً المقياس يضم (٢٠) فقرة، علماً بإن الباحث قد كيف فقرات مقياس روزنبرغ (Rosenberg 1965) لكي يتلاءم مع كبار السن وسيقوم باستخراج الخصائص السيكومترية لهذا المقياس .

راجياً منكم بأبداء الرأي في درجة ملائمة كل فقرة للبعد الذي وضعت فيه وسلامة صياغتها اللغوية من اجل قياس تقدير الذات لدى المسنين من عمر (٥٥) سنة فما فوق وإجراء أي تعديل ترونه مناسباً وإضافة أية فقرات ترون ضرورة وجودها و سيتم اعتماد البدائل الثلاثة الآتية في هذا المقياس وهي : (أوافق، أوافق لحد ما، لا أوافق).

شاكراً لكم حسن تعاونكم

علماً بإن تعريف تقدير الذات على وفق نظرية روزنبرغ (Rosenberg):

تقدير الذات : " هو اتجاهات الفرد الشاملة نحو ذاته، وعليه فإن الفرد الذي لديه تقدير ذات مرتفع نحو ذاته يعتبر نفسه ذا قيمة وأهمية، أما الذي لديه تقدير ذات منخفض فإنه يتميز بعدم الرضا عن الذات ورفض للذات واحتقارها" .

ابعاد تقدير الذات :

١- البعد الاول : الذات الاجتماعية :" تصورات الفرد لتقويم الاخرين له معتمداً في ذلك على اقوالهم وأفعالهم نحوه، والذي يتطور نتيجة تفاعل الفرد مع المجتمع" .

٢- البعد الثاني : الثقة بالنفس :" اتجاه الفرد نحو كفايته النفسية والاجتماعية واتجاه الفرد نحو قدرته على تحقيق حاجاته ومواجهة متطلبات البيئة وحل مشكلاته وبلوغ أهدافه" .

المشرف	الباحث
أ.م.د سمير يونس محمود	هذال احمد محمود

اسم الخبير :.....

الدرجة العلمية :.....

سنة الترقية :.....

مكان العمل :.....

التوقيع :.....

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل
البعد الاول : الذات الاجتماعية:				
١	أسرتي فخورة بي.			
٢	اجد حالة من التراخي في العناية بي من افراد اسرتي .			
٣	اواجه صعوبات في التوافق مع الآخرين.			
٤	يصفني الاخرون بأنني أتمتع بمزايا شخصية مؤثرة.			
٥	اجد نفسي غير محبوباً من أصدقائي.			
	اعاني من ضعف العلاقات الاجتماعية مع اقراني من هم في نفس عمري.			
٧	اتظاهر بالتفاؤل امام الاخرين، وهي صورة عكسية لما أشعر به.			
٨	اتجنب مشاركة الاخرين في مناسباتهم لأنني لست مثلهم.			
٩	استمتع بالمشاركة في القضايا الانسانية .			
البعد الثاني : الثقة بالنفس :				
١٠	اتخذ موقفاً سلبياً من ذاتي .			
١١	أتمنى لو أظهر احتراماً أكبر لذاتي .			
١٢	انا فخور بنفسي.			
١٣	اجد نفسي بأنني شخص مهم في اسرتي.			
١٤	اثق في قدراتي رغم تقدمي في السن في فعل الكثير من الاشياء الجديدة.			
١٥	يتملكني شعور بأني عديم الفائدة.			
١٦	ابنائي وبناتي لا يتفهمونني مما يجعلني ذلك في شك من أمري.			
١٧	اتوقع اني حققت ما يطلبه ابنائي مني.			
١٨	اشعر بالارتياح لحصولي على كل ما اتمنى.			
١٩	انا ناجح ومتميز في مهنتي.			
٢٠	يحقق لي راتبي مستوى من الرفاهية والسعادة.			

ملحق (٥)

أسماء السادة الخبراء حسب الالقاب العلمية والحروف الهجائية والاختصاص

ت	الاسم الثلاثي	اللقب العلمي	الاختصاص	مكان العمل
١	احمد يونس البجاري	أستاذ	أرشاد نفسي وتوجيه تربوي	جامعةالموصل/كلية التربية للعلوم الانسانية
٢	فضيلة محمد عرفات	أستاذ	علم النفس التربوي	جامعةالموصل/كلية التربية للعلوم الانسانية
٣	محمد سعيد محمد كزوى	أستاذ	علم النفس التربوي	جامعة دهوك / كلية التربية الاساسية
٤	ندى فتاح زيدان	أستاذ	علم النفس التربوي	جامعةالموصل/كلية التربية للعلوم الانسانية
٧	احمد وعد الله حمد الطريا	أستاذ مساعد	علم النفس التربوي	جامعةالموصل/كلية التربية للعلوم الانسانية
٥	صبيحة ياسر مكطوف	أستاذ مساعد	علم النفس التربوي	جامعةالموصل/كلية التربية للعلوم الانسانية
٩	علاء الدين علي حسين	أستاذ مساعد	علم النفس التربوي	جامعةالموصل/كلية التربية للعلوم الانسانية
٦	قيس محمد علي	أستاذ مساعد	علم النفس التربوي	جامعةالموصل/كلية التربية للعلوم الانسانية
٨	ياسر نظام مجيد	أستاذ مساعد	قياس وتقويم	جامعةالموصل/كلية التربية للعلوم الانسانية
١٤	رائد ادريس يونس	مدرس	علم النفس التربوي	جامعة الموصل/كلية التربية للعلوم الانسانية
١٣	سرى غانم محمود	مدرس	علم النفس التربوي	جامعةالموصل/كلية التربية للعلوم الانسانية
١٢	صالح محمد فتحي	مدرس	علم النفس التربوي	جامعةالموصل/كلية التربية للعلوم الانسانية
١١	ظفر حاتم فضيل	مدرس	علم النفس التربوي	جامعةالموصل/كلية التربية للعلوم الانسانية
١٠	علي سليمان الجميلي	مدرس	علم النفس التربوي	جامعة الموصل/كلية التربية للعلوم الانسانية
١٥	عماد حيدر ابراهيم الاتروشي	مدرس	علم النفس التربوي	جامعة دهوك/كلية العلوم الانسانية

جامعة الموصل
كلية التربية للعلوم الانسانية
قسم العلوم التربوية والنفسية
الدراسات العليا / الماجستير
تخصص علم النفس التربوي

الملحق (٦)
مقياس التكامل مقابل اليأس بصيغته النهائية

عزيزي المُدَرِّس .....
عزيزتي المَدَرِّسَة .....

أمامك مجموعة من الفقرات التي توضح الكيفية التي ترى بها نفسك، وقد وضعت خمسة اختيارات (بدائل) أمام كل فقرة وهي : (موافق بدرجة كبيرة جداً، موافق بدرجة كبيرة، موافق بدرجة متوسطة، غير موافق بدرجة كبيرة، غير موافق بدرجة كبيرة جداً) .

المطلوب منك :

- ❖ أن تقرأ كل فقرة بدقة ثم تبدي رأيك بوضع علامة (٧) مقابل الفقرة التي تنطبق عليك .
- ❖ أن تكون إجابتك على كل فقرة بصدق ومن واقع خبرتك الشخصية أو شعورك لنفسك .
- ❖ التأكد من قراءة كل فقرة جيداً قبل أن تختار الإجابة التي تنطبق عليك .
- ❖ لا تترك فقرة من غير الإجابة عليها .

ملاحظة : لا توجد إجابة صحيحة واخرى مخطوءة، والإجابة الصحيحة تعد صحيحة فقط طالما تعبر عن حقيقة شعورك تجاه المعنى الذي تحمله الفقرة، ومما يجب التأكيد عليه أن البيانات التي يتم الحصول عليها من استجاباتك على الفقرات المكونة للمقياس بالسرية التامة، ولا تستخدم إلا لأغراض البحث العملي .

وشكراً لتعاونكم

الجنس:
العمر :
اسم المدرسة:

ت	الفقرات	موافق بدرجة كبيرة جدا	موافق بدرجه كبيرة	موافق بدرجة متوسطة	غير موافق بدرجه كبيرة	غير موافق بدرجة كبيرة جداً
١	اتألم عندما افكر في الاشياء التي لم اتمكن من تحقيقها في حياتي .					
٢	اعاني من مشاعر الندم حيال اخفاقي في استثمار فرص عديدة أتيحت لي.					
٣	احس بالأمن والسلام عندما اؤدي التزاماتي الدينية.					
٤	استسلم للظروف السيئة واظهر عدم الاكتراث للأشياء من حولي.					
٥	تنتابني شكوك عن مصداقية وجدية الاخرين نحوي.					
٦	تزعجني فكرة اني اصبحت مسناً ولم تعد قدرتي كما كانت سابقاً.					
٧	تقلقني مشكلات الحياة المعقدة التي تواجه ابنائي ولم اجد لها حلولاً.					
٨	تثير نظرتي إلى تاريخ حياتي الماضية الحسرة والألم.					
٩	من حين إلى آخر تراودني افكار مزعجة لا استطيع التخلص منها.					
١٠	تقدمي في السن يدفعني للتذمر، للتشكي، والعجز.					
١١	تراودني احلام وكوابيس مزعجة في بعض الليالي.					
١٢	اعتقد بأن الندم هو الارث الطبيعي للمُسنين.					
١٣	لدي الحكمة لحل المشكلات التي قد تواجه أسرتي					
١٤	اهتم بأناقتي ومظهري الشخصي.					
١٥	اشارك الاقرباء والاصدقاء والاخرين في مناسباتهم.					
١٦	احافظ على صلة الحب والعلاقات العاطفية مع شريك حياتي.					
١٧	اتمنى نقل ما تعلمته من تجاربي الناجحة في الحياة إلى الأجيال الحالية واللاحقة.					
١٨	اقلق من تدهور صحتي.					

ت	الفقرات	موافق بدرجة كبيرة جدا	موافق بدرجه كبيرة	موافق بدرجة متوسطة	غير موافق بدرجه كبيرة	غير موافق بدرجة كبيرة جداً
١٩	اخاف من الأمراض المزمنة التي تلازمني مدى الحياة.					
٢٠	يزعجني الامتناع عن تناول بعض الأطعمة خوفاً على صحتي.					
٢١	لا امارس الأنشطة الرياضية رغم اهميتها في هذا العمر.					
٢٢	بين الحين والآخر أجري الفحوصات الطبية الدورية.					
٢٣	اشعر عندما استرجع أحداث حياتي الماضية، بالرضا والسعادة.					
٢٤	لدي شعور بأن قوايا العقلية والجسدية مازالتا على ما يرام					
٢٥	راضٍ عما حققته وما كنت اتمناه لأولادي وبناتي منذ نعومة اظافرهم.					
٢٦	افخر بأن ما حققته من حياة كريمة في رحلة حياتي الماضية كان إيجابياً.					
٢٧	راضٍ عن الدخل المادي الذي احصل عليه.					
٢٨	اقيم ذاتي بصدق بوصفي (اب / أم) عندما حققت كل الذي كنت أتمنى تحقيقه لأبنائي.					
٢٩	يتملكني احساس بالمجد والقوة.					
٣٠	اتقبل التغيرات الجسمية والضعف الذي يحدث لي بسبب التقدم في العمر.					

جامعة الموصل

كلية التربية للعلوم الانسانية

قسم العلوم التربوية والنفسية

الدراسات العليا / الماجستير

تخصص علم النفس التربوي

ملحق (٧)

مقياس تقدير الذات بصيغته النهائية

عزيزي المُدَرّس .....

عزيزتي المُدَرّسَة .....

أمامك مجموعة من الفقرات التي توضح الكيفية التي ترى بها نفسك ، وقد وضعت ثلاث اختيارات (بدائل)، أمام كل فقرة وهي : **(أوافق ، أوافق إلى حد ما ، لا أوافق)** .

المطلوب منك :

- ❖ أن تقرأ كل فقرة بدقة ثم تبدي رأيك بوضع علامة (٧) مقابل الفقرة التي تنطبق عليك .
- ❖ أن تكون إجابتك على كل فقرة بصدق ومن واقع خبرتك الشخصية أو شعورك لنفسك .
- ❖ التأكد من قراءة كل فقرة جيداً قبل أن تختار الإجابة التي تنطبق عليك .
- ❖ لا تترك فقرة من غير الإجابة عليها .

ملاحظة لا توجد اجابة صحيحة واخرى مخطوءة ، والاجابة الصحيحة تعد صحيحة فقط طالما تعبر عن حقيقة شعورك تجاه المعنى الذي تحمله الفقرة ، ومما يجب التأكيد عليه أن البيانات التي يتم الحصول عليها من استجاباتك على الفقرات المكونة للمقياس بالسرية التامة ، ولا تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي. وشكراً لتعاونكم

الجنس :

العمر :

اسم المدرسة :

ت	الفقرات	أوافق	أوافق لحد ما	لا اوافق
١	أسرتي فخوة بي .			
٢	اجد حالة من التراخي في العناية بي من أفراد اسرتي .			
٣	أواجه صعوبات في التوافق مع الآخرين			
٤	يرى الآخرون بأنني أتمتع بمزايا شخصية مؤثرة.			
٥	أجد نفسي غير محبوباً من أصدقائي.			
٦	اعاني من ضعف العلاقات الاجتماعية مع اقراني من هم في نفس عمري.			
٧	اتظاهر بالتفاؤل امام الاخرين، وهي صورة عكسية لما أشعر به.			
٨	اتجنب مشاركة الاخرين في مناسباتهم لأنني لست مثلهم.			
٩	استمتع بالمشاركة في القضايا الانسانية.			
١٠	نظرتي سلبية ومتدنية لذاتي .			
١١	أنا فخور بنفسي .			
١٢	اجد نفسي بأنني شخص مهم في اسرتي.			
١٣	اتمكن من انجاز اشياء جديدة رغم تقدمي في العمر .			
١٤	يتملكني شعور بأني عديم الفائدة.			
١٥	اشك بان ابنائي وبناتي يفهموني.			
١٦	اتوقع اني حققت ما يطلبه ابنائي مني.			
١٧	اشعر بالارتياح لحصولي على كل ما اتمنى.			
١٨	انا ناجح ومتميز في مهنتي.			
١٩	يحقق لي راتبي مستوى من الرفاهية والسعادة.			

Abstract

The research aims to identify the level of integration versus desperation of older teachers, differences in integration versus desperation according to the gender variable (Male, Female), as well as the level of self-esteem of older teachers, differences in the level of self-esteem according to the gender variable (Male, Female), and the relationship between integration versus despair and self-.esteem

The basic research sample consisted of the number of teachers eligible for retirement (195) Teachers and Schools (115) Teachers and (80) Teachers Selected in a Simple Random Manner from the Total Community (675) eligible to retire directly or on retirement doors for the school year (2021-2022) from Mosul city high schools, and 40 elderly males and females outside the .educational family were selected for comparison between the two groups

In order to achieve the research's objectives, the researcher built the two measures of integration versus despair and the measure of self-esteem. The measure of integration versus despair as finalized consists of (30) Paragraph with five alternatives (apply to me to a very large degree, apply to me to a large degree, apply to a medium degree, apply to a small degree, do not apply to me) While the measure of self-esteem as finalized is from (19) a paragraph with three alternatives (I agree, I agree somewhat, I disagree). The researcher verified the apparent veracity of the two measurements by presenting them to a group of experts in the field of educational and psychological sciences, as well as the sincerity of the construction (distinguishing the paragraphs and the internal consistency of the two measurements), as well as the creation of self-honesty and stability for them, reaching the coefficient of integrator versus .despair (0.88), while reaching the coefficient of self-appreciation (0.87).

The data were treated statistically using the Spss statistical portfolio, which included a range of statistical means, including (one sample T test, two separate samples T test, one Pearson correlation coefficient, and two T and A tests to recognize the connectedness of the coefficients

The research found the following results:

1.-Older teachers have a above-average level of integration versus despair.

2.There is no statistically significant difference in the level of integration versus desperation of elderly teachers according to the gender variable (male, female).

3.Elderly teachers have a high level of self-esteem.

4.There is no statistically significant difference in the level of self-esteem of elderly teachers according to the gender variable (male, female).

5.There is a statistically significant relationship between complementarity versus despair and self-esteem.

In the light of the findings, the researcher made a number of recommendations and suggestions, including:

Involve older teachers in the educational and educational decision-making process.

The opening of an association called "Old Teachers", which deals with teachers' affairs after retirement.

The following studies were also proposed:

Complementarity versus despair and its relationship to teachers' A and B personality patterns.

Complementarity versus despair and its relationship to self-esteem in samples 'other than teachers

.

University of Mosul

College of Education for Human Sciences

Department of Educational and

Psychological Sciences

Integrity Vs. Despair and their relationship to Self-Esteem among the High School teachers of Mosul city

Hathal Ahmed Mahmoud Abo

A Thesis of Master
Educational & psychological sciences / Educational psychology

Supervised by

Asst. Prof.

Dr.Sameer Younes Mahmood

2023 A.D **1444 A.H**

Integrity Vs. Despair and their relationship to Self-Esteem among the High School teachers of Mosul city

A Thesis Submitted by

Hathal Ahmed Mahmoud Abo

To
The Council of the College of Education for Human Sciences at the University of Mosul, which is part of the requirements for obtaining a master's degree
In educational psychology

Supervised by

Asst. Prof.

Dr.Sameer Younes Mahmood

2023 A.D **1444 A.H**