جامعة يحي فارس -المدية -
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم العلوم الاجتماعية

الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بمستوى تقدير الذات لدى طلبة جامعة المدية

مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماستر في علم النفس العيادي

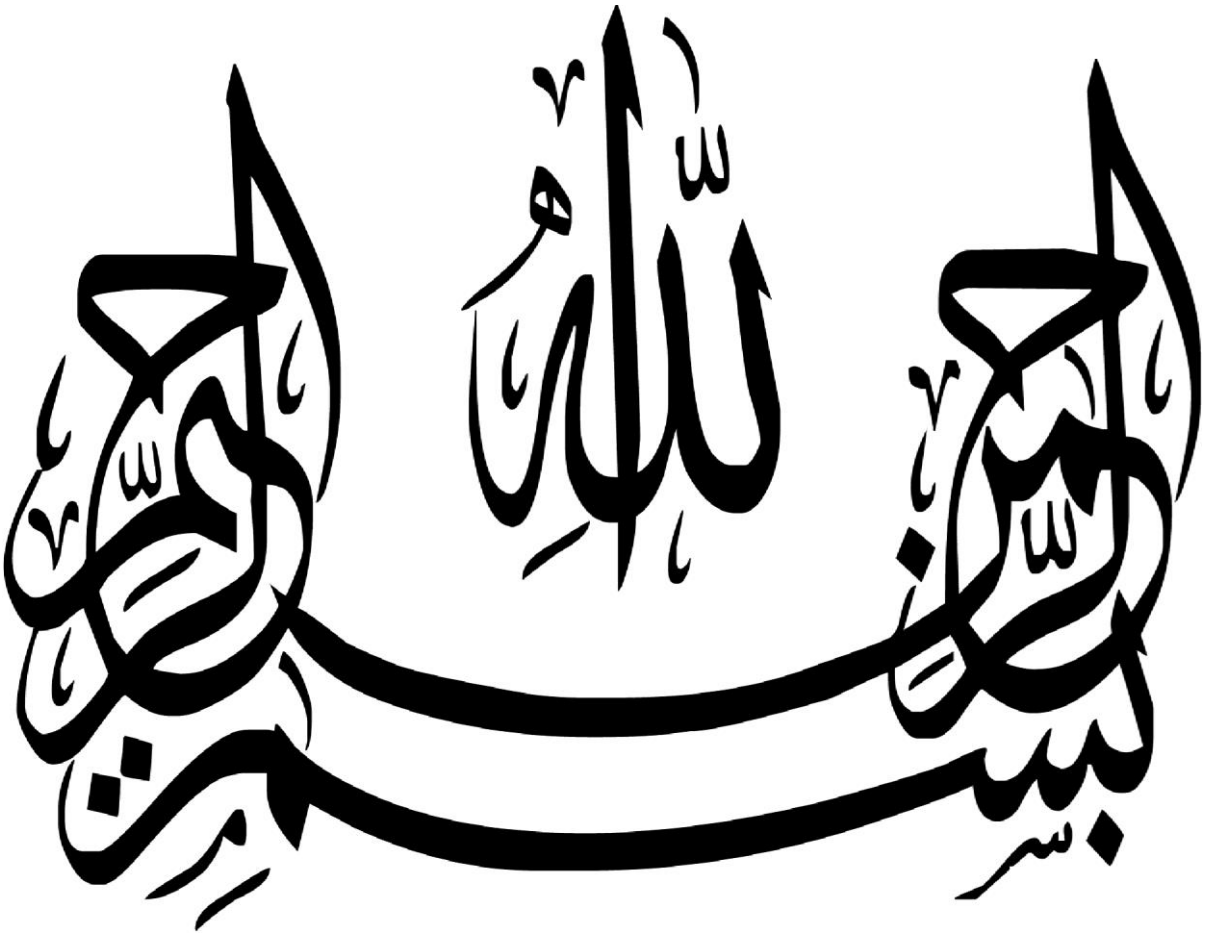
إعداد الطالبتين:
* راتني هاجر
*نبيح خيرة

إشراف الأستاذة :
* د/فتحية عبد القادر شكراوي

لجنة المناقشة

اسم ولقب الأستاذ	الرتبة	الصفة
شكراوي عبد القادرفتحية	أستاذة محاضرة	مشرفة ومقررة
موفق دهية	أستاذة محاضرة	مناقشة
حطاح زبيدة	أستاذة محاضرة	رئيسة اللجنة

السنة الجامعية: 2024/2023


بسم الله الرحمن الرحيم

شكر وتقدير

بعد شكر الله عز وجل على نعمته التي أنعمها علينا والذي نتمنى أن يتقبل خلاصة جهدنا خالصة لوجهه الكريم لي عظيم الشرف والشكر والتقدير والعرفان إلى الدكتورة:

فتحية عبد القادر شكراوي

التي أشرفت على هذه المذكرة، فحرصت على قرأتها كل كلمة فيها، ومناقشة أفكرها مدة إشرافها ولما قدمته لنا من دعم وتشجيع لما له أثر في إتمام هذا العمل.

كما نتقدم بالشكر الى قسم علم النفس والى جميع دفعة 2023/2024.

إهداء

-إلى النفس الكبيرة ، والقلب الرؤوم ، واليد المعطاء ، والبسمة الحانية ، والروح التي رفرفت وما كلت ، والعين التي سهرت وما نامت ، واليد التي تعبت وما فترت ، قلب الحنان ، ومنفتح الأبواب بالدعاء. ... أمي أطال الله عمرها.

-إلى من أفنا شبابه ، وأرهق أيامه ، وأجهد زمانه ، وبذل الكثير من أجلي ، بالجهد والوقت والمال وكان له عظيم الأثر في حياتي بالرعاية والنصح والتوجيه ليبني أساسا عميقا في نفسي .... والدي أبي أطال الله عمره.

إلى حبيبات قلبي وأحلى النعم في حياتي **أخوتي وأزوجهم** :أمينة، نور، جويدة، ملاك، فرح، آنية، فرح، تالة، هيثم، نزيم، سراج، ادم، لتيسيا.

إلى سند ظهري **أخي** :أمين وزوجته فتيحة وابنهم قصي.

حمزة. حسان، سفيان.

إلى رفيقات دربي: هاجر، مروى.

إلى من مدت لي كف العطاء، فأعطتني بسخاء، وفي نفسي لها وفاء، وكلي لها ثناء ... اعترافا ... واعتزازا ...وتشريفا ... وافتخارا ... بكل مقدمته لي ... أستاذتي الفاضلة الدكتورة فتحية عبد القادر شكراوي.

نبيح خيرة



" لسنا كاملين ولم نخلق للبحث عن الكمال خلقنا بشر نخطيء ونصيب ونجرب ونتعلم "

كانت كلمة أوجعتني لكن أوصلتني إلى هنا فهنيئا لإرادتي وعزيمتي. حاربت نفسي أولا والجميع ثانيا وفي الاخير أنا هنا.

الحمد لله وشكرا لي.

راتني هاجر

ملخص:

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن العلاقة بين الوحدة النفسية وتقدير الذات لدى عينة من طلبة جامعة المدية، ومحاولة التعرف على الاختلاف بينهم تبعاً (لمتغير الجنس والمستوى ونمط التخصص) ، والتعرف أيضا على مستوى كل من الوحدة النفسية وتقدير الذات عند أفراد العينة.

وتكونت عينة الدراسة من **(180)** طالب وطالبة، تم اختيارهم بطريقة قصدية، وللإجابة عن تساؤلات الدراسة واختبار فرضياتها، اعتمدنا المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة الموضوع وأهداف الدراسة، وبعد تطبيق أدوات الدراسة المتمثلة في مقياس الوحدة النفسية لراسل وترجمه **"إبراهيم قشقوش "1988** ومقياس تقدير الذات **"لكوبر سميث "1967"** وبعد المعالجة الإحصائية للبيانات المتحصل عليها توصلنا إلى نتائج التالية:

-توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين الوحدة النفسية وتقدير الذات لدى طلبة جامعة المدية.

-توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الوحدة النفسية وتقدير الذات لدى عينة طلبة جامعة المدية تعزى لمتغير الجنس.

-توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الوحدة النفسية وتقدير الذات لدى طلاب الجامعة تعزى لمتغير المستوى.

-توجد فروق بين المجموعات الثلاث (سنة ثانية ليسانس/ سنة ثالثة ليسانس/ سنة أولى ماستر) فيما يخص الوحدة النفسية لدى طلاب الجامعة ترجع لمتغير المستوى وهذا عند مستوى دلالة (0.05).

-لا توجد فروق بين المجموعات الثلاث (سنة ثانية ليسانس/ سنة ثالثة ليسانس/ سنة أولى ماستر) فيما يخص تقدير الذات لدى طلاب الجامعة ترجع لمتغير المستوى سواء عند مستوى دلالة (0.01 أو 0.05).

-لا توجد فروق بين المجموعات الأربعة (علم النفس/ علوم التربية/ علم الاجتماع/ أرطوفونيا) فيما يخص الوحدة النفسية وتقدير الذات لدى طلاب الجامعة ترجع لمتغير التخصص وهذا عند مستوى دلالة (0.01 أو 0.05).

كلمات المفتاحية:

الشعور بالوحدة النفسية، تقدير الذات.

Summary:

Th present study was aimed at detecting the relationship between the psychological unit and self-esteem in a sample of students at the University of the Medea, trying to identify the difference between them according to the variable sex, the pattern of specialization and the level, and also identifying the level of both the psychological unit and the self-esteem of the sample members.

The study sample consisted of 180 students, selected in an intentional manner, to answer the questions and test the hypotheses of the study, and we adopted the descriptive approach to its relevance to the nature of the subject and the aims of the study. After applying the study tools of the "Brahim Kashushushush" scale of 1988 and the self-assessment measure of" Cooper Smith" of 1967 and after statistical processing of the data obtained, we came to the following conclusions:

- There is a statistically significant correlation between the psychological unit and self-esteem among the students of the University of Diyat.

-There are statistically significant differences in the psychological unit and self-esteem in the sample of mediocre university students attributed to the sex variable.

-There are statistically significant differences in the psychological unit and self-esteem of university students due to the variable level.

-There are differences between the three groups (second year, third year, first year, Master) with regard to the psychological unit of the university students, which is due to the variable level, which is at a significant level. (0.05).

-There are no differences between the three groups (second year/third year/first year Master) with regard to the self-esteem of university students due to the variable level, either at an indication level (0.01 or 0.05).

- There are no differences between the four groups (psychiatry/education/social science/arthunia) with regard to the psychological unit and self-esteem of university students due to the variable specialization, which is at a significant level (0.01 or 0.005).

Key words:

Feeling of psychological loneliness ،self-esteem.

فهرس المحتويات:

العنوان	الصفحة
شكر وتقدير	
إهداء	
ملخص الدراسة	
فهرس المحتويات	
مقدمة	أ؛ ب
- الباب الأول: الجانب النظري **- الفصل الأول : الإطار العام للدراسة**	
1-الدراسات السابقة	4
2-التعقيب على الدارسات	6
3-الإشكالية الدراسة	9
4-فرضيات الدراسة	12
5-أسباب اختيار الموضوع	12
6-أهداف الدراسة	13
7-أهمية الدراسة	13
8-التعاريف الإجرائية لمتغيرات الدراسة	14
-الفصل الثاني: الوحدة النفسية	
تمهيد	16
1. مفهوم الوحدة النفسية	17
2. المفاهيم المرتبطة بالوحدة النفسية	18
3. نشأة الوحدة النفسية	21
4. أشكال الوحدة النفسية	22
5. أبعاد (مكونات وعناصر) الوحدة النفسية	23
6 أسباب الوحدة النفسية	24
7. خصائص الشعور بالوحدة النفسية وخصائص المتسمين بها	28
8. مظاهر الوحدة النفسية	30
9. النظريات المفسرة للوحدة النفسية	31
10. الطرق الفعالة في الحد من الشعور الوحدة النفسية	36
خلاصة	39

-الفصل الثالث: تقدير الذات	
تمهيد	**41**
1. تعريف مفهوم الذات	**42**
2. سمات مفهوم الذات	**43**
3. أبعاد الذات.	**44**
4. مفاهيم المرتبطة بمفهوم الذات.	**45**
5. تعريف تقدير الذات	**47**
6.الفرق بين مفهوم الذات وتقدير الذات	**48**
7. مستويات تقدير الذات.	**48**
8. نظريات تقدير الذات	**50**
9. العوامل المؤثرة في تقدير الذات	**52**
10.أبعاد تقدير الذات	**55**
11.مصادر تقدير الذات	**56**
12 قياس تقدير الذات	**57**
13. أهمية تقدير الذات	**58**
خلاصة	**59**

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية	
تمهيد	**61**
1-منهج الدراسة	**62**
2-ميدان الدراسة	**62**
3-مجتمع الدراسة	**62**
4-أدوات الدراسة	**64**
5-خصائص الدراسة	**66**
6-الأساليب الإحصائية المستخدمة	**69**
خلاصة	**70**
الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة	
1-تحليل نتائج الفرضية العامة	**72**
2-تحليل نتائج الفرضية الأولى	**73**

3-تحليل نتائج الفرضية الثانية	**75**
4-تحليل نتائج الفرضية الثالثة	**76**
5-تحليل نتائج الفرضية الرابعة	**78**
6-تحليل نتائج الفرضية الخامسة	**81**
الاستنتاج العام	**83**
الخاتمة	**85**
اقتراحات	**87**
قائمة المصادر والمراجع	**88**
قائمة الملاحق	

قائمة الجداول:

رقم الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
01	يوضح مجتمع الدراسة حسب الجنس	63
02	يوضح مجتمع الدراسة حسب حسب المستوى	63
03	يوضح مجتمع الدراسة حسب حسب التخصص	63
04	يوضح صدق المقارنة الطرفية لمقياس تقدير الذات باختبار (ت) لعينتين مستقلتين	67
05	يبين ثبات الاتساق الداخلي	68
06	يبين معاملات الثبات عن طريق التجزئة النصفية لمقياس تقدير الذات	68
07	يبين نتائج استخدام معامل الارتباط بيرسون	72
08	يبين نتائج حساب اختبار الفروق ت (t-test) لعينة واحدة	74
09	يبين نتائج حساب اختبار الفروق ت (t-test) لعينة واحدة	75
10	يبين نتائج اختبار الفروق ت (t-test) لمجموعتين غير متساويتين وغير متجانستين	76
11	يبين نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي (Anova one way).	78
12	يبين نتائج حساب الفروق بين المتوسطات (شيفيه)	79
13	يبين نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي (Anova one way)	81

قائمة المختصرات:

الرقم	الدلالة	الصفحة
01	مقياس الوحدة النفسية.	
02	مقياس تقدير الذات.	
03	مخرجات spss.	

مقدمة:

إن أساليب التواصل بين الأفراد اختلفت عبر العصور ففي ظل التطور العلمي والثقافي والاقتصادي الذي يشهده العالم والتأثير التكنولوجي على الأفراد، أصبحنا نواجه عالما جديدا مليئا بقيم ومعايير غيرت كثيرا في ذهنية الأفراد ونظرتهم لبناء علاقات اجتماعية، فالحياة الاجتماعية بكل متغيراتها ما هي إلا مجموعة من التحديات والصراعات والضغوط النفسية التي يعيشها الفرد والتي تؤثر بشكل كبير في تكوين وبناء شخصيته. والتي يسعى فيها الى تحقيق رغباته وإشباع حاجياته.

إن الصراعات الداخلية التي يعيشها الفرد في حياته اليومية لها تأثير كبير على صحته النفسية والجسمية كالضغط والتوتر والقلق والارتباك وعدم الاستقرار ويجعله عرضة للكثير من الاضطرابات النفسية، كثيرا ما تبدأ بالانطواء والعزلة والعزوف عن الجماعة، وهذا ما يدفع الفرد إلى الشعور بالوحدة النفسية.

الشعور بالوحدة النفسية هو حالة من عدم الدمج الاجتماعي داخل الجماعة حتى وإن كان الفرد ينتمي إلى جماعة، وهي عدم الشعور بالرضا والتوافق والشعور بالألم والأسى والضيق والانزعاج وعدم الارتياح وعدم الشعور بالانتماء.

وهي ظاهرة نفسية يعيشها الفرد لاسيما في مجتمعنا الحالي فقد أصبحت ظاهرة إنسانية تتسم بالانطواء والعزلة لابد من التعرف على أسبابها ومسبباتها داخل المجتمع أو الأسرة أو الوسط التعليمي ...الخ.

وإذا كانت البيئة الجامعية هي مزيج من التفاعل الثقافي والاجتماعي والفكري بين الافراد الباحثين عن تحقيق المكانة الاجتماعية أولا، وبناء شخصيتهم ثانيا، يجد الطالب نفسه مجبرا على التكيف مع مجريات الحياة الجامعية لتنمية قدراته الفكرية والعقلية لإحداث التوافق النفسي وتحقيق الذات وإشباع رغباته واحتياجاته.

إن الرغبة في النجاح والتحدي والطموح والشعور بعدم الرضا ومواجهة العوامل البيئية داخل الجامعة وخارجها يجد الطالب نفسه أمام الكثير من التحديات، فالعوامل الذاتية والبيئية تجعله معرضا أكثر من غيره للشعور بالوحدة النفســـــية، وبالتالي يتحدد لديه الشعور بتقدير الذات.

فتقدير الذات هو حاجة من الحاجات الأساسية للفرد و انعكاس الفرد لاتجاهه نحو ذاته ، وكذا تقييم الفرد لذاته فسوء التكيف والعلاقات الاجتماعية يؤثر بالسلب على تقدير الفرد لذاته ومفهوم تقدير الفرد لذاته ، والصورة الايجابية للذات هي انعكاس لمدى التوافق النفسي والاجتماعي للفرد وتمتعه بالصحة النفسية ،إن تقدير الذات الايجابي يمنح الفرد التمتع بالثقة ومجابهة المشاكل والاضطرابات النفسية والقدرة على تطوير الذات ،وتقدير الذات السلبي يتميز بعدم الثقة بالنفس وعدم القدرة على مجابهة الضغوط والاضطرابات النفسية .

ومن هذا المنطلق سيتم دراسة العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية ومستوى تقدير الذات للطالب الجامعي بجامعة المدية حيث احتوت هذه الدراسة على جانبين أساسيين، جانب نظري، وجانب تطبيقي.

فالجانب النظري للدراسة يشمل على ثلاث فصول:

الفصل الأول تم التطرق فيه إلى إشكالية الدراسة وفرضيات الدراسة وأهمية وأهداف الدراسة والتعاريف الإجرائية لمتغيرات الدراسة والدراسات السابقة والتعقيب عن الدراسات السابقة.

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

أما الفصل الثالث فسيتم التطرق فيه إلى تقدير الذات تم التطرق فيه إلى تعريف مفهوم الذات وتعريف تقدير الذات والفرق بين الذات وتقدير الذات والمفاهيم القريبة من تقدير الذات ومستويات تقدير الذات والعوامل المؤثرة في تقدير الذات وطرق قياس تقدير الذات ونظريات تقدير الذات.

أما الجانب التطبيقي للدراسة يشمل فصليين الفصل الرابع والخامس، تم التطرق في الفصل الرابع إلى أهمية الدراسة الاستطلاعية وأهداف الدراسة الاستطلاعية ومنهج الدراسة ومجتمع الدراسة وعينة الدراسة والمجال الزماني والمكاني وأدوات والخصائص السيكومترية، وتم عرض النتائج وتفسيرها في الفصل الخامس.

الفصل الأول :الإطار العام للدراسة

1-الدراسات السابقة

2-التعقيب عن الدراسات السابقة

3-إشكالية الدراسة

4-فرضيات الدراسة

5-أسباب اختيار الموضوع

6-أهداف الدراسة

7-أهمية الدراسة

8-التعاريف الإجرائية لمتغيرات الدراسة

1-الدراسات السابقة:

*الدراسات العربية:

دراسة النعاس وآخرون (2024):

عنوان الدراسة الوحدة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلبة كلية التربية جامعة مصراتة ،يهدف البحث الحالي إلى معرفة العلاقة بين الوحدة النفسية وتقدير الذات لدى طلبة كلية التربية لجامعة مصراتة، وهدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الوحدة النفسية وتقدير الذات لدى طلبة كلية التربية بجامعة مصراتة ومستوى كل من الوحدة النفسية وتقدير الذات لدى طلبة كلية التربية بجامعة مصراتة وقد تم الاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي ويمثل المجتمع 2012 طالب وطالبة ،تم اختيار عينة البحث عشوائية بلغت (201) طالب وطالبة وتم استخدام مقياس الوحدة النفسية، الذي أعده في الأصل راسيل وكاترونا وعدله قشقوش (2012-2013)،كما اعتمد الباحثون على مقياس تقدير الذات الذي صمم في الأساس من طرف الباحث الأمريكي كوبر سميث سنة (1967)،وعدله وترجمه أيضا قشقوش (2012-2013)،وبعد التطبيق تم التوصل إلى النتائج التالية : أن مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة كلية التربية لجامعة مصراتة جاء بدرجة منخفضة ،ومستوى تقدير الذات لدى طلبة كلية التربية جامعة مصراتة جاء عاليا .وهناك علاقة سالبة قوية جدا ذات دالة احصائية بين مستوى الوحدة النفسية وتقدير الذات لدى طلبة كلية التربية لجامعة مصراتة.

دراسة المجالي (2014):

عنوان الدراسة مستوى الشعور بالوحدة النفسية وعلاقته بتقدير الذات لدى طلبة جامعة حائل في المملكة العربية السعودية واستراتيجيات التدخل العلاجي وهدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الشعور بالوحدة النفسية، ومستوى تقدير الذات لدى طلبة جامعة حائل، وبيان علاقة كل منهما بالجنس، والكلية، والكشف عما إذا كان هناك علاقة ارتباطية بينهما واقتراح مجموعة من الاستراتيجيات الإرشادية للتعامل مع هاتين الظاهرتين النفسيتين، ولتحقيق أهداف الدراسة عمل الباحث على تصميم مقياسين إحداهما لقياس مستوى الشعور بالوحدة النفسية، والأخر لقياس مستوى تقدير الذات، وتم توزيع المقياسين على عينة مكونة من (737) طالبا وطالبة منهم (421) ذكور و (316) إناث وكشفت نتائج الدراسة على أن مستوى الشعور بالوحدة النفسية ومستوى تقدير الذات لطلبة جامعة حائل كان متوسط. ووجدت فروق ذات دالة إحصائية بين الذكور والإناث في مستوى الشعور بالوحدة النفسية لصالح الإناث، في حين لم تظهر فروق بين الذكور والإناث في تقدير الذات، ووجود علاقة ارتباطيه موجبة ودالة احصائيا عند مستوى دلالة (0.01) بين مستوى الشعور بالوحدة النفسية ومستوى تقدير الذات لدى طلبة جامعة حائل.

*** الدراسات الجزائرية:**

1-دارسة بن دهنون سامية شرين وماحي إبراهيم (2014):

بعنوان الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى طالب الجامعة .هدفت الدراسة الحالية إلى معرفة العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية وتقدير الذات لدى طلبة كلية العلوم الاجتماعية، وقد بلغت عينة الدراسة (156) طالبا وطالبة يدرسون بالسنة الأولى والسنة الثالثة ل.م.د بجامعة وهران .وقد استخدم الباحثان، Rosenberg و Russel مقياسين : أحدهما لقياس الوحدة النفسية ل :راسل والآخر لقياس تقدير الذات لروزنبارغ حيث أخضعتا لدراسة سيكومترية تحققت فيها شروط الصدق والثبات، وبعد تحليل معطيات البحث أسفرت النتائج مايلي :يوجد ارتباط سالب بين الشعور بالوحدة النفسية وتقدير الذات عند مستوى الدالة 0.01لا توجد فروق بين الذكور والإناث فيتغير الشعور بالوحدة النفسية، في حين توجد فروق في متغير تقدير الذات و التي قيمتها (2.65) عند مستوى الدلالة (0.01)بين الجنسين ولصالح الذكور .لا توجد فروق بين طلبة السنة الأولى و الثالثة في متغير الشعور بالوحدة النفسية، في حين توجد فروق في متغير تقدير الذات عند مستوى الدلالة(0.01) بين السنة الأولى والسنة الثالثة ولصالح السنة الثالثة .(بن دهنون ،2014، ص 69).

2-دراسة بركات عبد الحق (2014):

بعنوان الشعور بالوحدة النفسية وعلاقته بتقدير الذات لدى عينة من الطلبة بجامعة الجزائر وهدفت الدراسة إلى التعرف على علاقة الشعور بالوحدة النفسية بتقدير الذات، ودراسة الأثر المحتمل لكل من الجنس(ذكور،إناث) ،والتخصص الدراسي(أدبي،علمي)على متغيري الدراسة وذلك لدى عينة من الطلبة الذين يزاولون الدراسة بجامعة الجزائر(02).ولقد استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي إذ تكونت عينة الدراسة من 250طالب وطالبة، وتم استخدام مقياس الشعور بالوحدة النفسية من إعداد إبراهيم قشقوش ،و مقياس كوبر سميث لتقدير الذات .ولقد كشفت نتائج الدراسة على أنه توجد علاقة ذات دلالة إحصائية سالبة بمقدار -0.57 عند مستوى الدلالة 0.01 مابين خبرة الشعور بالوحدة النفسية وتقدير الذات لدى عينة الدراسة ،في حين كشفت النتائج إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الشعور بالوحدة النفسية حسب متغير الجنس ،كما اتضح أيضا أنه توجد فروق دالة إحصائيا في الشعور بالوحدة النفسية حسب متغير التخصص الدراسي .حيث كانت قيم (ت) تساوي 2.02 وهي دالة عند مستوى الدلالة 0.05،بالإضافة إلى ذلك خلصت النتائج إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات على أساس متغيري الجنس والتخصص الدراسي .

***الدراسات الأجنبية:**

1-دراسة روزماري هوجيس واخرون (2004):

بعنوان فاعلية برنامج رياضي مكيف لتحسين تقدير الذات لدى فئة من المعاقات حركيا .وتكونت الدراسة من (102) سيدة، تم تقسيمهن عشوائيا، إلى مجموعتين بواقع (51) سيدة لكل مجموعة. وقد تم اختيارهن في مركز خدمات الحياة المستقلة وتلقت إحدى المجموعتين حصصا رياضية لتحسين تقدير الذات بلغ حجم التأثير(0.88) وكفاءة الذات بلغ حجم التأثير(0.60) والاكتئاب بلغ حجم **التأثير**(0.59) لم تختلف المجموعتين بصورة دالة إحصائيا في التواصل الاجتماعي وتؤكد الدراسة أنه يمكن الاستفادة في البرنامج لتحسين تقدير الذات لديهن. (مجيلي،2019ص9).

2-دراسة آنيتا ويكس Weeks Anita (1990):

قامت **آنيتا ويكس** بدراسة العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية والكشف عن الذات، واحترام الذات، والقلق الاجتماعي لدى المراهقين من الجنسين وتمت الدراسة في جامعة كاليفورنيا .وقد تكونت عينة الدراسة من 18 مجموعة من المراهقين من الجنسين الذين قد تترا وح أعمارهم ما بيـــــن 12-15 سنة **(UCLA)** بمعهد ، وقد استخدمت في الدراسة الأدوات الآتية :مقياس كاليفورنيا للشعور بالوحدة النفسية المعدل، ومقياس مفهوم الذات لتنسي، واستبيان لقياس القلق الاجتماعي وقد توصلت الدراسة إلى نتائج مفادها استهداف المراهقين من الجنسين للشعور بالوحدة النفسية وخاصة الإناث منهم، حيث سجلن شعورا مرتفعا بالوحدة النفسية, كذلك ارتبط الشعور بالوحدة النفسية بالاكتئاب النفسي والقلق الاجتماعي، وسلبا بالإفصاح عن الذات واحترام الذات لدى المراهقين من الجنسين. (المزروع، 2003، ص 171).

2-التعقيب على الدارسات السابقة:

-من حيث موضوع الدراسة :

اتفقت معظم الدراسات السابقة مع دراستنا الحالية في تناولها للعلاقة بين المتغيرين، بحيث تناولت دراسة (شرين وابراهيم ،2014) ودراسة (بركات عبد الحق،2014) ودراسة (النعاس واخرون ،2024) ودراسة (المجالي ،2014) العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية ومستوى تقدير الذات.

في حين اختلفت دراسة (انيتا ويكس، 1990) في تناولها لأحد المتغيرين والتي تناولت العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية والكشف على الذات. أما دراسة (روزماري هوجيس واخرون،2004) فقد تناولت أحد برنامج

رياضي لتحسين تقدير الذات. أي أن هذه الدراسات لم تتطرق إلى العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية ومستوى تقدير الذات.

-من حيث أهداف الدراسة :

هدفت معظم الدراسات السابقة إلى معرفة العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية ومستوى تقدير الذات كدراسة (شرين وابراهيم،2014) ودراسة (بركات،2014) ومعرفة مستوى كل من الشعور بالوحدة النفسية ومستوى تقدير الذات كدراسة (النعاس واخرون،2024) ودراسة (المجالي،2014) وهدفت دراسة (انيتا ويكس،1990) إلى معرفة مستوى الشعور بالوحدة النفسية.

كما هدفت كل من دراسة (روزماري،2004) إلى مدى كفاءة برنامج رياضي في تحسين تقدير الذات. ودراسة (المجالي ،2014) إلى استراتيجيات التدخل العلاجي.

كما هدفت تقريبا معظم الدراسات إلى معرفة الفروق بين بعض المتغيرات الفرعية مثل: الجنس، المستوى، التخصص.

-من حيث طبيعة وعدد العينة :

نلاحظ تباين في طبيعة العينة وذلك حسب أهداف الدراسة وطبيعة الموضوع والمجتمع قيد الدراسة. حيث نجد فئة الطلبة الجامعيين في دراسة كل من (شرين وابراهيم ،2014) وبلغ عدد العينة (156) ودراسة (بركات ،2014) وبلغ عددها (250) ودراسة (النعاس واخرون ،2024) وبلغ عددها (201) ودراسة (المجالي ،2014) وبلغ عددها(737).

وهو ما توافق مع الدراسة الحالية بحيث بلغت عينة الدراسة الحالية (180) طالب وطالبة.

أما دراسة (روزماري ،2004) فتم اختيار(102) سيدة من فئة المعوقين حركيا، في حين كانت (18) مجموعة من فئة المراهقين عينة الدراسة في دراسة (انيتا ويكس، 1990)، وهو ما لم يتوافق مع الدراسة الحالية.

-من حيث المنهج المتبع في الدراسة :

معظم الدراسات استعملت المنهج الوصفي وهذا حسب هدف البحث، فاستعملت بعض الدراسات المنهج الوصفي الارتباطي كدراسة (شرين وابراهيم ،2014) المنهج الوصفي الاستدلالي ودراسة (بركات ،2014)

المنهج الوصفي التحليلي ودراسة (المجالي،2014) ودراسة (النعاس واخرون ،2024) ودراسة(انيتاويكس،1990) المنهج الوصفي الارتباطي.ودراسة (روزماري،2004) المنهج الشبه تجريبي.

-من حيث أدوات الدراسة :

تم استخدام كل من مقياس الشعور بالوحدة النفسية ومقياس تقدير الذات واختلفت المقاييس من حيث صاحب المقياس والمترجم، فاستخدمت دراسة (شرين وابراهيم ،2014) مقايس الشعور بالوحدة النفسية لراسيل ومقياس روزنبارغ لتقدير الذات. ودراسة(بركات،2014) استخدم مقياس الشعور بالوحدة النفسية الذي أعده ابراهيم قشقوش ومقياس كوبر سميث. أما دراسة (النعاس واخرون،2024) فاستخدم مقياس راسيل وكاترونا وترجمه قشقوش ومقياس كوبر سميث وترجمه قشقوش. كما استخدم (انيتا وكس ،1990) فقد استخدم مقياس كاليفونيا للشعور بالوحدة النفسية ومقياس تنسي لقياس مفهوم الذات.

فيما استخدمت الباحثتين في الدراسة الحالية مقياس راسل الذي ترجمه قشقوش ومقياس تقدير الذات لكوبر سميث.

-من حيث الأساليب الإحصائية :

تعددت الأساليب الإحصائية من طرف الباحثين حيث تم استخدام اختبار (ت) التباين الأحادي، واختبار بيرسون واختبار (ف) للفروق كما استخدمنا في دراستنا الحالية اختبار شيفيه واختبار تحليل التباين الأحادي انوفا وان واي.

-من حيث النتائج المتحصل عليها :

توصلت معظم نتائج الدراسات إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الشعور بالوحدة النفسية ومستوى تقدير الذات كدراسة (شرين وابراهيم،2014) ودراسة (بركات عبد الحق،2014) ودراسة (النعاس واخرون،2024). ووجود علاقة ارتباطية موجبة بين الشعور الوحدة النفسية ومستوى تقدير الذات كدراسة (المجالي ،2014) وارتفاع مستوى الوحدة النفسية كدراسة (انيتا وكسن،1990). وأثبتت دراسة (روزماري ،2004) إلى فعالية برنامج تحسين تقدير الذات.

3-الإشكالية:

تعد الحياة الجامعية أهم فرصة يمر بها الفرد في حياته، والتي تساهم في بناء شخصيته وتطوير مهاراته، وتكوين ذاته. فالانتماء لها يمنح للفرد معايشة الخبرات المتبادلة، والتدريب العقلي والأخلاقي، وقيمة علمية تؤهله على مواجهة مقتضيات الحياة الشخصية والاجتماعية والمهنية.

ويمكن أن نصف التعليم الجامعي بأنه رحلة اكتشاف الذات –نمو الذات – والإعداد لتحقيق الذات. إنه خبرة تختص باكتساب حقائق، وتعميق وتوسيع المعرفة، ونمو السمات والخصائص لذلك فإنه مرتبط كليا بالنمو النفسي، النمو والإشباع للأشخاص ككل. والشخص بخصائصه البيولوجية المتفردة، ومواهبه الخاصة به، ومشكلاته الفريدة، وإسهامه الشخصي في تكوين المجتمع. (رميردين ،1994، ص17).

إن الطالب الجامعي لا يدرس هذه الأشياء كمواد في كليته الجامعية، ولكنها الحصيلة التي يخرج بها نتيجة انخراطه في الدراسة الجامعية وتفاعله الثقافي والفكري والاجتماعي لإعداد وتهيئة هؤلاء الشباب لتحمل المسؤولية ومواجهة المشكلات الحالية والمستقبلية في ظل التحديات الاقتصادية والاجتماعية وتحقيق الصحة النفسية والشعور بالتوافق النفسي.

ولعل ما يحمله الطالب الجامعي من أفكار وتصورات قبلية عن البيئة الجامعية وما يدركه ويعيشه يجعله يشعر ببعض الاضطرابات النفسية كالوحدة النفسية أو الانطواء على الذات وعدم الثقة بالنفس والميل إلى العزلة والانفراد وعدم الرغبة في مشاركة الآخرين العمل أو النشاط الاجتماعي.

فالشعور بالوحدة النفسية هو شعور الفرد بفجوة نفسية وتباعد بينه وبين الاشخاص وموضوعات مجاله النفسي إلى درجة يشعر فيها الفرد بافتقار التقبل والحب من جانب الاخرين، بحيث يترتب على ذلك حرمان الفرد من أهلية الانخراط في علاقات مثمرة ومشبعة مع أي من الأشخاص وموضوعات الوسط الذي يعيش فيه ويمارس دوره من خلاله. (قشقوش،1988، ص09)

ويؤكد ويليامز أن الوحدة النفسية من المشاكل الخطيرة والواسعة الانتشار في الوقت الحاضر، حيث أنها تنتج من خلال وجود تناقض بين علاقات الفرد الواقعية والعلاقات التي يرغب في تحقيقها مما يشكل مشكلة اجتماعية أو خبرة شخصية مؤلمة تولد لدى الفرد اضطرابات نفسية كالقلق والانسحاب من العالم اجتماعي والافتقار للإيجابية في المواقف الاجتماعية (WILLIAMS,1992,P32).

(الماحي، بن دهنون ،2014، ص 70).

ويشير كل من عبد الحميد وعرم (1991)، إلى أن الشعور بالوحدة النفسية يعد من الظواهر النفسية الاجتماعية الخطيرة، التي تنتشر بين الاطفال والمراهقين والشباب. ويؤكد كل من براج وودوادر (Brage& Woodward (1993 أن خبرة الشعور بالوحدة النفسية خبرة عامة وشائعة أثناء فترة المراهقة بصفة خاصة. حيث تشير بعض التقارير والبحوث الإكلينيكية إلى أن هناك حوالي (66) % من طلاب وطالبات المدارس المتوسطة والثانوية يعانون من مشكلات ترتبط في معظمها باضطراب الشعور بالوحدة النفسية.

(حدواس ،2012-2013، ص08).

فارتبط الشعور بالوحدة النفسية بالكثير من الاضطرابات وهذا ما أشارت له العديد من الدراسات كدراسة (عطا ،1993) ودراسة (جودة ،2005) ودراسة (1993,KEEL ET AL) والتي هدفت إلى دراسة علاقة الوحدة النفسية بالاكتئاب وكذا دراسة (رحال سعيد،2016) والتي تناولت الوحدة النفسية وعلاقتها مع الأمن النفسي لدى الطالب الجامعي المقيم.

كما هدفت كل من دراسة (الصوفي ،2021) ودراسة (صبح القيق،2011) ودراسة (عابد ،2002) إلى معرفة درجة الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بالجنس والمستوى والتخصص.

إن النقص في المهارات الاجتماعية يؤدي حتما إلى الشعور بالوحدة النفسية ويؤدي هذا الشعور حتما إلى عدم توكيد الذات وتقديرها والشعور بالخجل وعدم الاستقرار.

ومن منطلق أن الذات هي مجمل الوحدات النفسية المتشكلة من الوعي والعقل والبناء النفسي ونظام علائقي بين مكونات العالم الخارجي، فهي تفاعل مستمر بين هذه المكونات فالذات تعكس مدى احساس الفرد بقيمته وكفاءته فعندما يكون الأفراد اتجاهات سلبية نحو أنفسهم يكون تقدير الذات لديهم منخفضا وبعبارات أخرى فإن تقدير الذات هو التقييم العام لحالة الفرد كما يدركها بنفسه. (سايح ،2015، ص15).

يعتبر تقدير الذات من أهم المواضيع التي لاقت اهتمام المفكرين منهم **روزنبورغ** الذي اعتبر تقدير الذات كمفهوم يعكس اتجاه الفرد نحو نفسه وطرح فكرة أن الفرد يكون نحو كل المواضيع التي يتعامل معها، في حين يرى كوبر سميث أن تقدير الذات ظاهرة أكثر تعقيدا لأنها تتضمن كل من عمليات تقييم الذات وردود الفعل للاستجابة الدفاعية، أما **زيلر فيرى** تقدير الذات انه البناء الاجتماعي للذات وينظر اليه من خلال بناء الشخصية. (أبوجادو،2004، ص154-155).

وهذا ما كشفته دراسة **روزنبرج (1996)** ودراسة **كوبر سميث (1969)** ودراسة **جاكس 1974** بحيث أن:" تقدير الذات المرتفع لدى المراهقين يرتبط بدرجة كبيرة بالعلاقات الجيدة بالأسرة والتي يتم

تشخيصها على أساس التأثير القائم بين أعضاء الأسرة واشتراك المراهق في أنشطة وقرارات الأسرة. فالمساندة الأبوية ترتبط بتقدير الذات المرتفع بينما تقدير الذات السالب يرتبط بالسيطرة الأبوية على المراهق.

(سايح , 2015، ص 21).

كما أن تقدير الذات يسهم بحوالي 66%من التباين في السعادة النفسية وذلك على الأقل حسب ما أشارت إليه كل من **دراسة (Furr2005**) ودراسة **(Valkenbu 2006) ,** (سامية ،2017، ص204).

إن التغيير المكاني والزماني وحتى الثقافي ونقص المهارات لحل المشكلات التي تواجه الطالب الجامعي تجعله يشعر بالوحدة النفسية ويفشل في تحقيق الذات، فنتائج معظم الدراسات أكدت على وجود علاقة بين الشعور بالوحدة النفسية ومستوى تقدير الذات **كدراسة (زموري ومنادلي** 2016) **ودراسة (جودة ،2005)** والتي توصلت إلى وجود علاقة سلبية بين الشعور بالوحدة النفسية وتقدير الذات.

أما **دراسة (هيرمان،2005)** التي تناولت العلاقة بين الكفاءة الذاتية الاجتماعية وتقدير الذات والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة دلت النتائج على وجود علاقة ارتباطية ايجابية بين الكفاءة الذاتية الاجتماعية المنخفضة وتقدير الذات المنخفض والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة. (سامية ،2014، ص 82).

وفي إطار ما ذكر سابقا فإن الطالب الجامعي وخلال مسيرته الجامعية يتعرض للكثير من الضغوط تجعله يقع في مشاكل نفسية واجتماعية، ولدراسة العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية ومستوى تقدير الذات لدى الطلبة وجب علينا تسليط الضوء على هذه الفئة ومعرفة الأسباب التي تدفع بالطالب الجامعي إلى الشعور باليأس وانعدام الثقة بالنفس.

ومن هذا المنطلق تهدف هذه الدراسة لمعالجة الوحدة النفسية ومستوى تقدير الذات من خلال محاولة الإجابة على التساؤل التالي :

هل توجد علاقة بين الشعور بالوحدة النفسية وتقدير الذات لدى طلبة جامعة المدية؟

وقد تفرعت عن هذا التساؤل مجموعة من التساؤلات الفرعية وهي:

- ما مستوى الشعور بالوحدة النفسية عند طلبة جامعة المدية؟

- ما مستوى تقدير الذات عند طلبة جامعة المدية؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الشعور بالوحدة النفسية ومستوى تقدير الذات عند طلبة جامعة المدية التي تعزي متغير الجنس؟

-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الشعور بالوحدة النفسية ومستوى تقدير الذات عند طلبة جامعة المدية التي تعزي متغير المستوى؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الشعور بالوحدة النفسية ومستوى تقدير الذات عند طلبة جامعة المدية التي تعزي متغير التخصص؟

4-الفرضيات البحث:

- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الشعور بالوحدة النفسية ومستوى تقدير الذات عند طلبة جامعة المدية.

الفرضيات الجزئية:

- مستوى الشعور بالوحدة النفسية عند طلبة جامعة المدية متوسط.
- مستوى تقدير الذات عند طلبة جامعة المدية مرتفع.

-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الشعور بالوحدة النفسية ومستوى تقدير الذات عند طلبة جامعة المدية تعزي متغير الجنس.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الشعور بالوحدة النفسية ومستوى تقدير الذات عند طلبة جامعة المدية تعزي متغير المستوى.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الشعور بالوحدة النفسية ومستوى تقدير الذات عند طلبة جامعة المدية تعزي متغير التخصص.

5-أسباب اختيار الموضوع:

يمكن ارجاع اختيار الموضوع إلى أسباب ذاتية وأسباب موضوعية والتي تتمثل فيما يلي:

أسباب ذاتية:

-الشعور بالمشكلة التي يعاني منها الطالب الجامعي وهي الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بمستوى تقديره لذاته.

-الإحساس بالمشكلة من خلال ملاحظة هذه الظاهرة لدى معظم الطلبة.

أسباب موضوعية:

-كون ظاهرة الشعور بالوحدة النفسية ظاهرة نفسية يعاني منها الطلبة الجامعيين ومدى تأثيرها على مستوى تقديرهم بذاتهم.

- موضوع الدراسة من أهم الموضوعات في مجال علم النفس العيادي.

-معرفة التقارب بين التخصصات خصوصا أن معظم الدراسات اقتصرت دراستها على التخصصين أدبي وعلمي.

- دراسة التقارب بين أكثر من مستويين فهذه الدراسة تناولت دراسة الفروق بين أربع مستويات.

6-أهداف الدراسة:

- تهدف الدراسة الحالية إلى التعرف على مستوى الشعور بالوحدة النفسية ومستوى تقدير الذات لدى طلاب جامعة المدية ومعرفة طبيعة العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية وتقدير الذات لدى طلاب جامعة المدية، كما تهدف هذه الدراسة إلى معرفة الفرق بين الشعور بالوحدة النفسية وتقدير الذات.

- التعرف على مستويات تقدير الذات .

- التعرف على حاجات الطالب النفسية.

7-أهمية الدراسة:

- تقديم مجموعة من المعلومات الهامة عن تقدير الذات.

- إلقاء الضوء على متغير الدراسة تقدير الذات لدى الطلبة، باعتباره من أهم الصفات التي يتحلى بها، فارتفاع تقدير الذات للطلبة يساهم في بناء شخصية متزنة، وإذا كان تقديرهم لذاتهم منخفض يؤدي إلى سوء التوافق النفسي والاجتماعي.

- دراسة متغير الوحدة النفسية يعد أمرا هاما في دراسة منظومة الشخصية وخاصة في جانبها الانفعالي والمزاجي.

8-التعاريف الإجرائية لمفاهيم الدراسة:

1-الوحدة النفسية :هي شعور الإنسان بالحزن والضيق والعزلة وذلك نتيجة لنقص العلاقات الاجتماعية وتتمثل في رغبة الفرد في الابتعاد والانسحاب عن الآخرين والاستمتاع بالجلوس منعزلا عنهم. وهي مجموع الدرجات التي يتحصل عليها الطالب بعد تطبيق مقياس راسل للوحدة النفسية والذي ترجمه **إبراهيم قشقوش 1988.**

2-التعريف الإجرائي للتقدير الذات:

ويعرف إجرائيا :بأنه التقييم والحكم والصورة التي يكونها الفرد عن نفسه، من خلال ما يحققه الفرد من نجاح أو فشل في محيطه الذي ينتمي إليه.

وهذا التقييم للذات يتحدد حسب ثلاث مستويات (مرتفع، متوسط، منخفض) ويتم قياسه في هذه الدراسة من خلال الدرجة الكلية التي يتحصل عليها الطالب في مقياس تقدير الذات **لكوبرسميث(1967)**.

اصطلاحا:

1-الشعور الوحدة النفسية: هو شعور الفرد بالفتقاد التقبل والحب والاهتمام من جانب الاخريين، والعجز عن إقامة علاقةإجتماعية مع الاخريين مشبعة بالالفة والمودة والصداقة الحممية يحست يشعر الفرد بأنه وحيد رغم أنه محاط بالاخريين. (كاتي،2012، ص 80).

2-**تقدير الذات**: تقييم الفرد لنفسه بنفسه ويعمل على الحقاظ عليها ويتضمن هذا التقييم اتجاهات الفرد الإيجابية والسلبية نحو ذاته. (مقيرحي ،2018، ص 31).

الفصل الثاني: الوحدة النفسية

تمهيد

1-مفهوم الوحدة النفسية

2-المفاهيم المرتبطة بالوحدة النفسية

3-نشأة الوحدة النفسية

4-أشكال الوحدة النفسية

5-أبعاد (مكونات وعناصر) الوحدة النفسية

6-أسباب الوحدة النفسية

7-خصائص الشعور بالوحدة النفسية وخصائص المتسمين بها

8-مظاهر الوحدة النفسية

9-النظريات المفسرة الوحدة النفسية

10-الطرق الفعالة في الحد من الشعور الوحدة النفسية

خلاصة

تمهيد:

يعد الشعور بالوحدة النفسية من المشكلات الواسعة انتشارا التي تنتج عن وجود تناقض بين علاقات الفرد الواقعية والعلاقات التي يرغب في تحقيقها مما قد يشكل مشكلة اجتماعية أو خبرة شخصية مؤلمة تولد لدي الفرد اضطرابات نفسية. لذلك نحاول في هذا الفصل التعرف على طبيعة الشعور بالوحدة النفسية من خلال مفهومها، أسبابها، نظرياتها، خصائصها، وأهم الطرق الفعالة للحد منها.

1- مفهوم الوحدة النفسية:

-مفهوم الشعور بالوحدة النفسية:

يمثل الشعور بالوحدة النفسية خبرة عامة يمكن لأي إنسان أن يخبرها وفقا لتعرضه لمواقف حياتية معينة وفي أوقات مختلفة، عن الشعور بالوحدة النفسية ينشأ نتيجة حدوث خلل في شبكة العلاقات الاجتماعية للفرد سواء كان ذلك في صورة كمية (لا يوجد عدد كاف من الأصدقاء) أو في صورة كيفية (افتقاد المحبة الألفة من الآخرين) ويرى (الشناوي وخضر 1988م 123) إن خبرة الشعور بالوحدة النفسية ((هي حالة ذاتية واضحة المعالم بحيث يستطيع المرء أن يصفها وصفا ويخبرها للآخرين)).

(عبد الودود واخرون ،2021، ص271).

-تعريف الوحدة النفسية لغة في معاجم اللغة العربية:

تعددت المناحي المستخدمة في تعريف معنى الوحدة النفسية فمن وجهة نظر معاجم اللغة العربية يقصد بالوحدة على المستوى النفسي الانفراد، ويتردد هذا المعنى بصور مختلفة في كثير من هذه المعاجم فيرى كل من" أبي منصور الأزهري ومحمد أبي بكر الرازيط": أن الوحدة تعنى الانفراد أو الرجل الوحيد يقصد به الرجل المنفرد بنفسه أو المنفرد ب أ ريه كما ذكر البستاني، وتوحد الرجل أي انفرد برأيه. كما يرى الإمام أبو الفضل جمال الدين محمد الإفريقي المصري الأنصاري أن الواحد مبني على انقطاع النظير، وعون المثل والوحيد بني على الوحدة والانفراد عن الأصحاب هو طريق الانقطاع عنهم.

(بركات ،2007، ص 30).

ويعرف موستباز ”moustakas "الوحدة النفسية لغويا بأنها بقاء الفرد دون صحبة ولكنه يضيف أن الشعور بالوحدة النفسية يعتبر شعور أغمق من المجرد بقاء دون صحبة فهو شعور بالفراغ العاطفي.

(عاشمي، 2009، ص 213).

- تعريف الوحدة النفسية في المعجم الأجنبي:

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

Alienation والاغتمام Dejection والاكتئابDépression ، إلا أن" لاروس "ربط في معجمه بين مفهوم الوحدة النفسية وبين إحساس الفرد بالتعاسة Miserable من جراء اضطرار الفرد إلى اعتزال الناس بسبب شعوره بافتقاد الرفيق أو الصديق .(بعلي،2007،ص48).

ـ التعريف الاصطلاحي للوحدة النفسية:

ذكر في **(خويطر,2010)** وعرفها قشقوش بأنها" :إحساس الفرد بوجود فجوة نفسية تباعد بينه وبين الأشخاص وموضوعات مجاله النفسي إلى درجة يشعر معها بافتقاد التقبل والتواد والحب من جانب الآخرين بحيث يترتب على ذلك حرمان الفرد أهلية الانخراط في علاقات مثمرة ومشبعة مع أي من أشخاص وموضوعات الوسط الذي يعيش فيه ويمارس دوره من خلاله. (عابد، 2000، ص 44).

النفسية هي حالة ذاتية واضحة المعالم بحيث يستطيع المرء أن يصفها وصفا ذاتيا ويخبرها للآخرين.

(Cecilia Solano et.al.1982. p 524)

تُعرَف الوحدة النفسية على أنها خبرة غير محببة تدعو إلى الحزن والضيق، تنتج من إدراك الفرد للنقص في علاقاته الاجتماعية، بالإضافة إلى أنها خبرٌة شخصية أو ذاتية، تتضمن الرغبة في الابتعاد عن الآخرين، والاستمتاع بالجلوس منعزلا عنهم، مع صعوبة التودد إليهم، وصعوبة التمسك بيم، بجانب الشعور بالنقص وعدم الثقة بالنفس، وعليه يُعَرَّف الفرد الوحيد نفسيا بأنه شخص يفتقر إلى الأصدقاء، وأنه غير محبوب من الناس، وعاجز عن الدخول في علاقات اجتماعية قوية مع غيره، ويفضل أن يكون وحيد اً أكبر وقت ممكن، مع شعوره بالخجل والتوتر في وجود الآخرين، ولا يتفاعل معهم بشبلٍ إيجابي ومقبول، وهو شخص لا يثق بنفسه، ولا يقدرها حق قدرها، وغالب اً ما يشعر بالوحدة حتى في وجود الآخرين.

(الشبؤون،2013، ص 22).

وترى" **روكاتش"(rokach) :** إن الشعور بالوحدة النفسية يمثل إحدى المشكلات المهمة في حياة الإنسان المعاصر ،فهو شعور مؤلم وناتج من شدة الإحساس بالعجز نتيجة الانعزال الاجتماعي والانفعالي لشعوره بأنه غير مرغوب فيه من الآخرين ،مما يؤدي للإحساس بالتعاسة و التشاؤم والقهر والاكتئاب وربما الانتحار. (د. نمر صبح ،2011، ص 60).

وعرفها **Andersson** على انها حالة دائمة من الضيق العاطفي الذي ينشأ عندما يشعر الشخص بالغربة عن الاخرين أو يساء فهمه أو الرفض من قبل الاخرين أو يفتقر إلى شركاء اجتماعيين مناسبين للأنشطة المرغوبة، لا سيما الأنشطة التي توفر إحساسنا بالتكامل الاجتماعي وفرصا للعلاقة الحميمية العاطفية.

(فواز ،2022، ص61).

وبالتالي فإن الوحدة النفسية هي خبرة ذاتية قد يعاني منها الفرد على الرغم من وجوده مع غيره من الناس عندما تخلو حياته من علاقات اجتماعية مشبعة بالألفة والمودة. وفي هذه الصدد يرى كيلين (kitvlleen,1984,p764)التمييز بين الوحدة النفسية والانفراد بالنفس يعتمد على وجود عنصر الاختيار لدى الفرد ,فالفرد الذي يعاني من الوحدة النفسية لا يرغب في كونه وحيدا ,أما الفرد المنفرد بنفسه فهو الذي يختار البعد عن الناس .(مسعدي ،2015، ص64).

2- المفاهيم المرتبطة بالوحدة النفسية :

***العزلة الاجتماعية:** العزلة تعني شعور الفرد بانسحابه والنقص عن تيار الثقافة السائدة' وشعوره بعدم الاندماج وتبني مبادئ او مفاهيم مخالفة' مما يجعله غير قادر على مسايرة الاوضاع القائمة' بحيث يكون الفرد في حالة تناقض بين ما هو مادي وهو نفسي فهو موجود في المجتمع من الناحية المادية لأمن الناحية النفسية.

(حامد، 2003، ص404).

أكد أغلب علماء الاجتماع إن الوحدة النفسية هي خبرة ذاتية فهي ليست مرادفة للعزلة الاجتماعية الموضوعية فالفرد قد يكون وحده دون ان يشعر بالوحدة النفسية عكس كونه مع حشد من الناس أو وفقا لهذا الفرق ركز علماء النفس الانتباه على الخبرة الذاتية الخاصة بالوحدة النفسية (فايد، 2004، ص 359).

* **العزلة الوجدانية**: يرى peplan & perlman " إن العزلة الوجدانية هي الحالة النفسية التي تنتج من الاختلافات بين علاقات الفرد المرغوب فيها والعلاقة الفعلية (peplan & perlman 1982 p89) كما ترى younger أنها اختلافات مابين حاجات الشخص الاجتماعية والانفعالية في واقعه الاجتماعي .

* **الاغتراب**: تشير روكاش الى أن اغتراب الذات عندما يحاول تحليل خبرة الوحدة ويقترح ان الاغتراب يصف شعور الخواء الداخلي والابتعاد عن الذات والاغتراب عن جوهر الذات وموقعها (p533 1988 Rokach) ويرى علماء النفس ان الاغتراب هو حالة معينة لعلاقة الانسان بنفسه و بغيره من الناس و ان الانسان يشعر بالعزلة لأنه قد انفصل عن الطبيعة وعن بقية البشر بل عن ذاته تلك العزلة التي تعبر عن موقف انساني عام .(فاروق، 2001، ص 137).

* **الانطواء**: هو نمط من أنماط الشخصية تجد صعوبة في الاختلاط بالناس يقال الغرباء بحذر وتحفظ وهو خجول شديد الحساسية يجرح شعوره بسهولة يستسلم لأحلام اليقظة والانطواء الذاتي أكثر اشكال التكيف للصعوبات انتشارا (برنهارت ،1984، ص58).

* **العزلة**: هو عدم الاتصال بالجماعات البشرية بسبب عوامل جغرافية او اجتماعية يعني عدم اشتراك الفرد في شؤون الجماعة لعدم قدرته أو رغبته في ذلك. قد يشعر الفرد المنعزل بالقلق المفرط إذا نظر إليه الاخرون ويؤدي الاكتفاء بالذات والاختلاء بالنفس الى تطمين حاجته البارزة في الاستقلال التام بذاته تمثل العزلة النواحي الأكثر إيجابية لكون الشخص وحيدا فالوحدة إما تكون حالة كيانية مرتبطة بحضور الشخص نفسه أو حالة عقلية. (عرفات، 2009، ص5).

***الاكتئاب**: يعرف الاكتئاب بأنه حالة وجدانية تتضمن تغيرا في المزاج كالشعور بالحزن، الوحدة النفسية، انخفاض تقدير الذات، والثقة بالنفس، بالإضافة الى بعض التغيرات الجسمية تبدو في صعوبة في النوم فقدان السلمية وانخفاض الطاقة. (احمد، 2009، ص 236).

* **الانسحاب الاجتماعي**: عرفة معجم علم النفس بأنه نمط سلوكي يتميز في العادة الفرد عن نفسه وعن القيام بمهارات الحياة المتعددة مرفوقا بإحباط وتوتر وخيبة أمل كما يتضمن الابتعاد عن مجرى الحياة الاجتماعية العادية مع عدم التعاون وعدم الشعور بالمسؤولية وفي بعض الاحيان الهروب من الواقع.

***الانسحاب النفسي**: وسيلة تفاعلية يلجأ إليها الأنا للدفاع عن نفسه حيث يعجز الفرد عن الابتعاد عن المواقف المهددة ومن ثم يزيح عن نفسه القلق بأن تنسحب من الموقف. (بن إسماعيل ،2007، ص89-90).

* **الخجل**: هو حالة انفعالية يتسم صاحبها بالميل إلى تجنب التفاعل والمشاركة في المواقع الاجتماعية، يصاحبها شعور بالقلق والتوتر وعدم الارتياح خاصة في مواقف المواجهة مع الاخرين، حيث يواجه صعوبة في تحقيق الاتصال الناجح معهم لعدم جاذبية.

(مجلة العلوم التربوية والإنسانية ،2021، ص153، ص154)

حديثة مع الحساسية الزائدة وانعدام تقدير الذات لديه وشعوره بالنقص في مواجهة الذات والآخرين وتفضيله للعزلة والانسحاب بعيدا عن مواقف التفاعل الاجتماعي. (شقير،2002، ص282).

إن المفاهيم السابقة الذكر تشير إلى الترابط والتداخل والتشابك بينها وبين مفهوم الوحدة النفسية، والذي يوضح لنا سبب الخلط بين المفهومين، فالوحدة النفسية في تعريفها لا تخلو من المفاهيم بذكرها أو بالإشارة إليها، مما شكل صعوبة للكثير من الباحثين في تحديد مفهوم واحد للوحدة النفسية والخلط بين المفهومين.

3-نشأة الشعور بالوحدة النفسية عند الفرد:

قد تنشأ الوحدة النفسية عن الشعور بالرفض، أو سوء الفهم أو الانفصال أو المرض أو المواقف المأساوية، إلا أن هناك سمات شخصية بعينها تعمل على زيادة مستوى الشعور بالوحدة النفسية .وتتضمن هذه السمات المهارات الاجتماعية الضعيفة، والمواقف السلبية، وضعف الثقة بالنفس، وعدم الشعور بالأمان، وأيضا انعدام الثقة بالآخرين .كما يعد الشعور بالوحدة النفسية من الظواهر الاجتماعية الهامة التي قد تظهر في جميع مراحل عمر الإنسان من الطفولة إلى الكهولة، وهي مشكلة عامة قد تصيب الفرد في مراحل العمر نتيجة فقدان الفرد للاتصال والاحتكاك الانفعالي .**Emotional Attachment** إلا أن الشباب على وجه الخصوص أكثر عرضة للشعور بالعزلة، والوحدة وذلك لأن مهام النمو الرئيسية تتطلب انسلاخ الشباب من التعلق بالآباء، وتكوين علاقات جديدة مع أفراد من نفس جنسهم أو الجنس الآخر أو جماعة الرفاق ونتائج هذه العملية تولد الشعور بالعزلة والوحدة.

وقد افترض كل من" **روبنشتين وشيفر Rubenstein And Shaver** "أن الوحدة النفسية التي يتعرض لها المراهق لها جذور في مرحلة الطفولة أي أن تعرضه في سنوات عمرية الأولى إلى خبرة الانفصال عن الوالدين أو فقد أحدهما أو النبذ والإهمال من العوامل المسؤولة عن مشاعر الوحدة التي تؤثر عليه في سنوات حياته اللاحقة .وتظهر هذه المؤشرات بجلاء عندما ينفصل الطفل عن والديه وخاصة الأم .ويشير هذا إلى تأكيد أهمية العلاقة القائمة بين الآباء والأبناء في مراحل عمرهم المبكرة وذلك لما يتضمنه دور الآباء في مراحل عمرهم المتتالية. (الحربي،1996 ، ص12).

وهذا ما أيدته دراسة كل من **روبنشتين وشافر " Rubenstein And Shaver "** في مسح أجرياه في مدينتين مختلفتين في الولايات المتحدة الأمريكية حيث تبين أن الأبناء الذين أدركوا آبائهم بأنهم مصدر للأمن والثقة لم يخبروا الوحدة النفسية لدى الأبناء وأن الذين تعرضوا إلى الانفصال عن أحد الأبوين حصلوا على أعلى مستويات الشعور بالوحدة النفسية .وقد فسر الباحثان نتائجهما على أن قلق الانفصال المزمن يترك الفرد وهو على هاوية السقوط في بحر الوحدة النفسية (الحربي،1996 ، ص13).

4-أشكال الوحدة النفسية :

هناك بعض الدراسات قد ساهمت في وضع تصنيفات لأشكال الوحدة النفسية:

- حيث يرى" **Wiess"** (1973) نوعين من الوحدة النفسية هما:

الوحدة النفسية العاطفية :تنتج عن نقص العلاقات الوثيقة والودودة مع شخص آخر.

الوحدة النفسية الاجتماعية :تنتج عن نقص في نسيج العلاقات الاجتماعية التي يكون الفرد فيها جزءا من مجموعة من الأصدقاء يشتركون في الاهتمامات والأنشطة. (أبو أسعد، 2010ص 702).

- أما" **يونغ Young"** 1979 فقد قسم الوحدة النفسية إلى ثلاثة أشكال هي:

*الوحدة النفسية العابرة :التي تتضمن فترات من الوحدة على الرغم من حياة الفرد الاجتماعية تتسم بالتوافق والموائمة. (علوان، 2007ص،478).

***الوحدة النفسية التحويلية (الانتقالية)** : يتمتع فيها الفرد بعلاقات اجتماعية طيبة في الماضي القريب، لكنه يشعر بالوحدة النفسية حديثا نتيجة لبعض الظروف المستجدة كالطلاق أو وفاة شخص عزيز.

(القيق،2011، ص603).

***الوحدة النفسية المزمنة** :فهي تستمر لمدة لا تقل عن سنتين متتاليتين حيث تظهر خلالها أعراض عدم الرضى عن التفاعل مع الآخرين. (الدليم، 2001، ص 41).

كما قسم" **قشقوش** "الوحدة النفسية إلى ثلاثة أنواع رئيسية هي:

* **الوحدة النفسية الأولية** :توصف على أنها السائدة في الشخصية، أو في اضطراب في إحدى سمات الشخصية ترتبط أو تتصاحب بالانسحاب الانفعالي عن الآخرين، في الوقت الذي يجد فيه الكثير من الأفراد ذوي الإحساس بالوحدة النفسية أنفسهم غير قادرين على تكوين علاقات مشبعة يحاول بعض هؤلاء الأفراد أن يهربوا من إحساسهم بالوحدة عن طريق الانخراط والدخول في علاقات مؤذية أو مرضية مع الآخرين.

(عابد، 2008ص16).

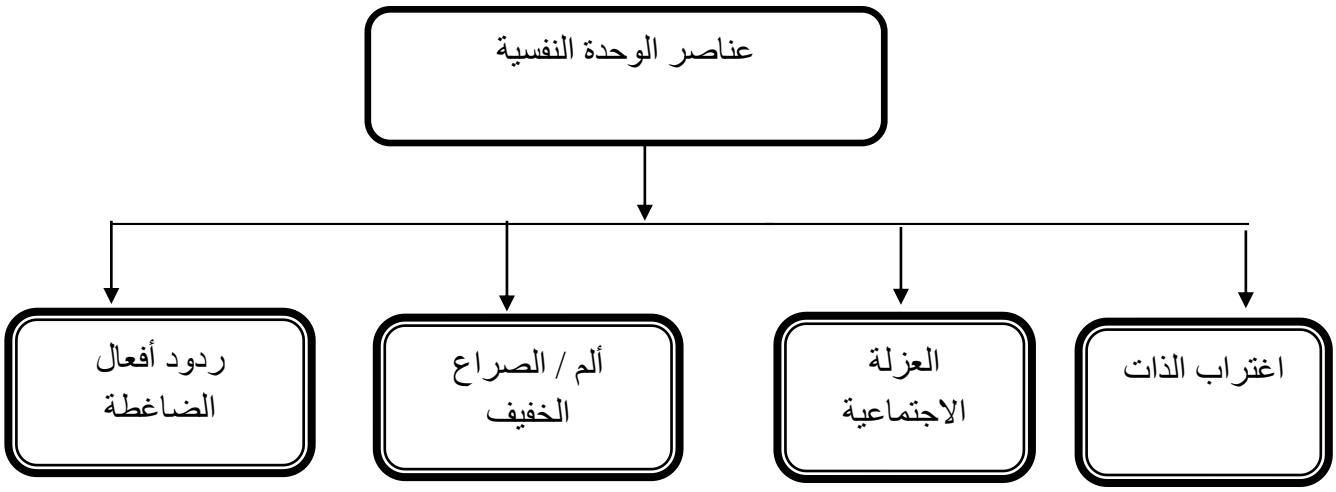
***الوحدة النفسية الثانوية:** عادة ما يظهر الشعور بالوحدة النفسية الثانوية في حياة الفرد عقب حدوث مواقف معينة في حياته كالطلاق، الترمل. (ماجدة محمد ،2011، ص 78).

***الوحدة النفسية الوجودية** :يعدها بعض الفلاسفة أنها حالة إنسانية طبيعية يتعذر الهروب منها، إلا أن الوحدة النفسية الوجودية يمكن أن تعكس كذلك فترة ما من فترات النماء النفسي لأن خبرة الإحساس بالوحدة النفسية تميل في بعض الحالات إلى أن تحرر الفرد من طاقات وإمكانات ابتكاريه مثل التقدم التكنولوجي الذي يعتبره الباحثون مصدرا للإحساس بالوحدة النفسية الوجودية. (شبي،2005، ص 22 -23).

5-أبعاد (مكونات أو عناصر) الوحدة النفسية:

لقد تباينت آراء الباحثين واتفقت حول أبعاد ومكونات وعناصر الشعور بالوحدة النفسية وفيما يلي عرض لبعض آراء هؤلاء الباحثين:

يمكننا أن نحدد عناصر الشعور بالوحدة النفسية من خلال نموذج "روكاش Rokach الذي يتكون من أربع عناصر أساسية للشعور بالوحدة النفسية بالآتي:



الشكل رقم (01) : نموذج "روكاش" لعناصر الشعور بالوحدة النفسية.

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

***العزلة في العلاقات الشخصية المتبادلة** :ويتمثل ذلك في مشاعر بون الفرد وحيداً انفعاليا وجغرافياً واجتماعياً، وشعور الفرد بعدم الانتماء في العلاقات ذات المعنى لديه حيث يتكون العنصر الأخير من غياب المودة وإدراك الفرد للغياب الاجتماعي والشعور بالخذلان والضجر.

***ألم / صراع خفيف** :ويتمثل في الهياج الداخلي والثوران الانفعالي للفرد وسرعة الحساسية والغضب وفقدان القدرة على الدفاع والارتباك والاضطراب واللامبالاة الذي يستهدف أهم الأفراد الشاعرون بالوحدة النفسية.

***ردود الأفعال الموجعة الضاغطة** :ويتكون ذلك نتاج مزيد من الألم والمعاناة من الخبرة المعاشة للشعور بالوحدة النفسية والمتضمنة للاضطراب والألم الذي يعايشه الأفراد الشاعرين بالوحدة النفسية.

(اليحياني،2013 ، ص 78-79).

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

-**البعد الأول**" العاطفة "حيث يحتاج الأفراد دائماً إلى الصداقة العاطفية الحميمة من الأشخاص المقربين، والى التأييد الاجتماعي ويتولد الشعور بالوحدة النفسية نتيجة لفقد الأفراد الشعور بالعاطفة من قبل الآخرين.

-**البعد الثاني**"فقدان الأمل(اليأس والإحباط)"وهو شعور الفرد بالقلق المرتفع والضغط النفسي عند التوقع لاحتياجات لا تتحقق مما يولد الشعور بالوحدة النفسية.

-**البعد الثالث**" المظاهر الاجتماعية "وهي أن شعور الفرد بالوحدة بالنفسية يقف حائلا أمام تكوين الصداقات مع الآخرين، مما يولد الشعور بالاكتئاب، ويجعل الفرد مستهدفا للإدمان، وانحراف المراهقين وسلوكهم سلوكاً يتسم بالعنف والعدوان.

وبذلك نجد أن" قشقوش "قد وضع أربعة مكونات أساسية للشعور بالوحدة النفسية وهي:

-إحساس الفرد بالضجر نتيجة افتقاد التقبل والتواد والحب من قبل الآخرين.

-إحساس الفرد بوجود فجوة نفسية تباعد بينه وبين الوسط المحيط يصاحبها أو يترتب عليها فقد الثقة بالآخرين.

-معاناة الفرد لعدد من الأعراض العصابية بالإحساس بالملل وانعدام القدرة على تركيز الانتباه والاستغراق في أحلام اليقظة.

-إحساس الفرد بافتقاد المهارات الاجتماعية اللازمة لانخراط في علاقات مشبعة مثمرة مع الآخرين.

(اليحياني،2013، ص 80-81).

6-أسباب الشعور بالوحدة النفسية:

للوحدة النفسية أسباب متعددة، بعضها يعود لطبيعة الأشخاص أنفسهم، ويعود البعض الآخر لإضطراب كمية أو كيفية شكل العلاقات الاجتماعية.

حيث يرى" **ويس "Weiss 1974** أن الشعور بالوحدة النفسية يمكن أن تعود إلى مجموعتين:

***الأولى :**تتعلق بالمواقف أو البيئة الاجتماعية هي تركز على المشكلات والصعوبات القائمة في البيئة الاجتماعية للفرد باعتبارها أسبابا حتمية مؤدية للوحدة النفسية نتيجة تغيير ظروف الشخص.

***الثانية :**تتعلق بالفروق الفردية أو ما يعرف بمجموعة الخصائص الشخصية التي تساعد على شعور الأفراد بالوحدة النفسية مثل الخجل، الانطواء، العصابية مع وجود اختلافات فردية لدى الأفراد صدى.

(الجويلي،2010، ص 68).

في حين يرى " Roy" أن الوحدة النفسية هي نتيجة للحاجة للشعور بالانتماء، فلكل فرد ثلاث حاجات نفسية:

- الحاجة للحب والمشاركة الوجدانية.

-الحاجة إلى وجود طرف آخر يتفهم المشاعر والأحاسيس المختلفة.

-الحاجة لوجود من يشعر المرء بالاحتياج إليه.

فحالة عدم إشباع هذه الحاجات الثلاثة يشعر الفرد بالفراغ، قد ينشأ هذا الشعور بالوحدة كنتيجة لنقص المهارات الاجتماعية للتواصل مع الآخرين، من ثم يلزم الاهتمام بهذا التواصل الوجداني منذ الطفولة لتنمية قدرات الأفراد على التعامل مع العزلة دون الشعور بالوحدة.(الشبي، 2005، 24 -25).

كما بين**" Lunt "**أن هناك أسبابا متراكبة للوحدة النفسية، واستخدم ثلاثة عشر سببا أخذها من دراسة "ميشيلا "و " آخرون هي كما يلي:

-التشاؤم.

- الخوف من القبول.

- ضعف المحاولة.

- عدم الحظ والتوافق.

- قلة المعرفة (أي لا يعرف كيف يبدأ بإنشاء العلاقات مع الآخرين).

- الخجل.

- عدم الجاذبية.

- العلاقة مع المجموعة الأخرى (عدم اهتمام الآخرين به) .

- قلق الآخرين تجاهه (خوف الآخرين الارتباط به والانخراط معه).

ـ الوضع الرسمي مع الآخرين.

ـ قلة الفرص.

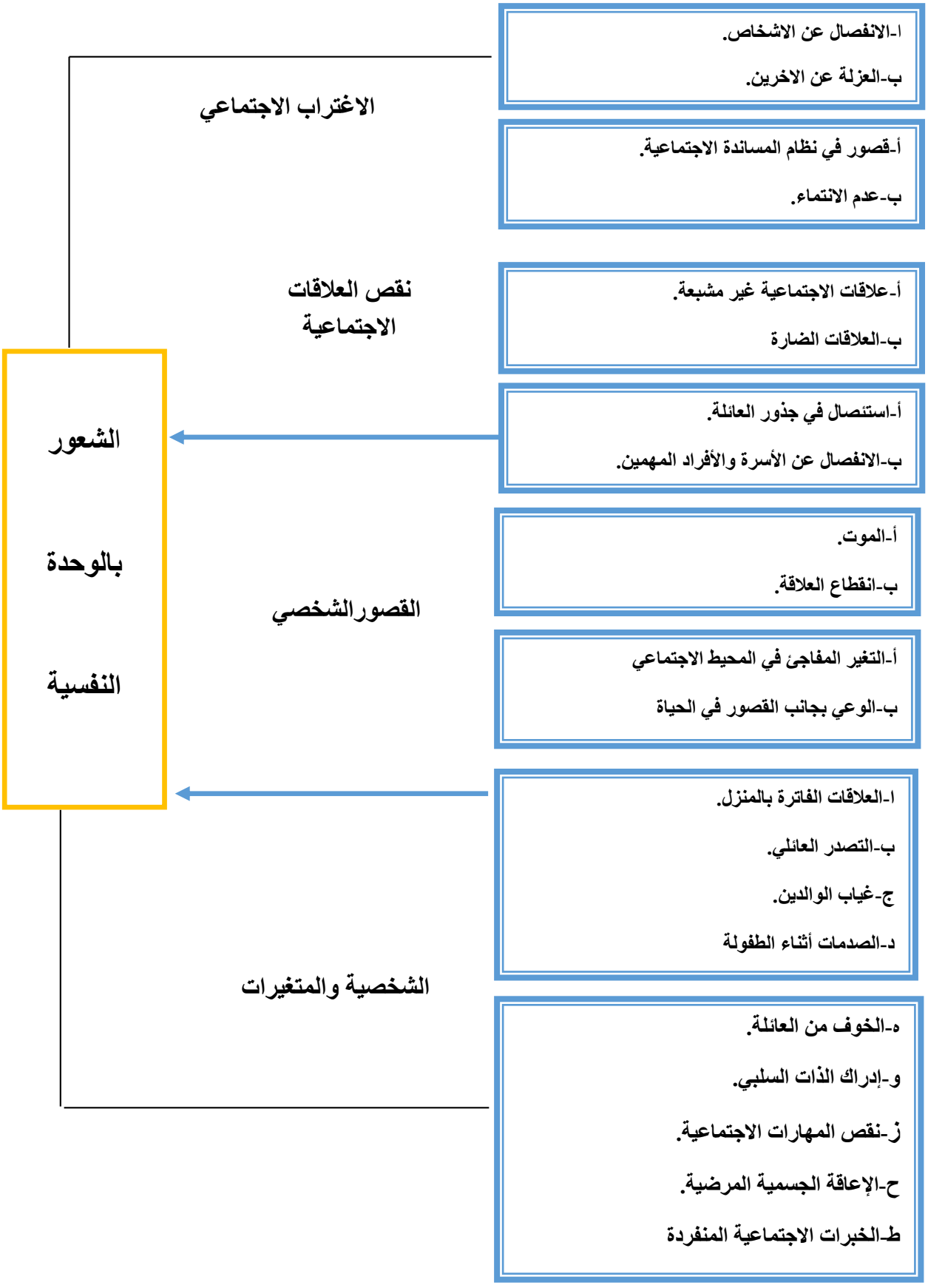
ـ قلة محاولة الآخرين عمل علاقة معه.

ـ شخصية غير محبوبة.

قد ربط في دراسته جميع هذه الأسباب للوحدة النفسية ببعضها البعض بحيث جعلها كشبكة مترابطة تؤثر في بعضها البعض بشكل متعدد الأبعاد. فيتضح إذن أن الشعور بالوحدة النفسية يتأثر بعاملين هامين ألا وهما بيئة الفرد وشخصيته. (عابد، 2008، ص19).

"يجمع كل من **بابااليا Papalia وأولدر "Olds»** على أن كل إنسان يوجد لديه شعور عابر بالوحدة النفسية وأن هناك عوامل تساعد على هذا الشعور كمكوث الفرد في منزله بدون أشخاص يكونوا ذوي أهمية لديه أو تسلمه عملا وسط مجموعة تتجاهل وجوده أو لفقدانه حبيب من خلال طلاق أو انفصال أو موت ... فكل هذه المواقف تشعر الفرد بالوحدة النفسية المؤلمة.(البلاح،2009، 234).

تنبه **روكاش (1989)** أن من أهم العوامل التي يمكن أن تسبب الشعور بالوحدة النفسية هي الفقدان بموت لشخص ذي أهمية، كما أن خبرة فقدان الأطفال لأحد الوالدين في الطفولة بموت أو طلاق يجعله مستهدف للشعور بالوحدة النفسية. **(**خوج،2002، ص 22**).**



شكل رقم 02: نموذج روكاش (Rokeach)لأسباب الوحدة النفسية.

7- خصائص الشعور بالوحدة النفسية وخصائص المتسمين بها:

لقد ربط الباحثون في هذا المجال ومنهم الباحثان" بيبلوى وبيرلمان Peplau and Perlman " على ارتباط خاصيتين بالوحدة النفسية وهما:

- أن الوحدة النفسية تعتبر خبرة غير سارة تدخل ضمن الحالات الوجدانية غير السارة مثل الاكتئاب والقلق والضغط النفسي.... الخ.

- أن مفهوم الوحدة النفسية يختلف عن الانعزال ال اجتماعي Social Isolation وهي عملية إدراكية ذاتية يعيشها الفرد نتيجة النقص في نسيج العلاقات الاجتماعية. وتختلف هذه النقائص فتكون كمية (نقص الأصدقاء)، وتكون نوعية فقدان الألفة والمحبة من قبل الآخرين.

(خضر، الشناوي،1988 ، مذكور في الشيبي،2005 ، ص 27)

ترى" زينب شقير (2002) أن الشخص الوحيد يفضل دائما البقاء بمفرده أكبر وقت ممكن، فهو بذلك يفتقد إلى الأصدقاء ويعجز عن الدخول في علاقات تفاعلية مع الآخرين تكون مثمرة، إلى جانب ذلك يشعر الشخص الوحيد بمشاعر النقص والتوتر وعدم الثقة في النفس وعدم تقدير ذاته حق قدرها، وتمتد الوحدة النفسية معه إلى حد شعوره بها وهو في صحبة مجموعة الأشخاص سواء أكانوا أصدقاءه أم أناسًا آخرين .وأنه غير جذاب تجاه الجنس الآخر، كما يتميز أسلوبه بالسلبية.

ويقول" شيخاني" إن الشخص الذي يعاني من الشعور بالوحدة النفسية غالبا ما يكون منقطعا عن الواقع ولا يشارك مطلقا في التصرفات المشتركة ولا حتى في العمل الجماعي ويعمد إلى البقاء في منزله أو غرفته، إذ يترتب عن ذلك الشعور بالارتياب والشك بوجود مشاعر الكره والبغض تجاهه من قبل الأشخاص المحيطين به. (شيخاني، د-ت،326 ، مذكور في خوج،2002، 2002، ص 24)

لقد قامت" فريدة آل مشرف" (1998) بتلخيص نتائج كثير من الدراسات التي تكلمت عن سمات الشعور بالوحدة وكذا الأشخاص الذين يعانون منها، ومن هذه السمات :أن الشخص يكون منعزلا وحزينًا وغير سعيد، مع شعوره بالأسى وعدم الراحة والأمن والضيق العام، كما يتصف بالحساسية المفرطة والتقدير المنخفض للذات ولوم الذات والاكتئاب والقلق الاجتماعي والشعور بالخجل بدرجة كبيرة.

(آل مشرف،1998 ، ص 172).

في حين نجد كلا من" سكيمت Schmitt وكارديك Kurdek (1985)" يريان بأن هناك متغيرات تترابط والشعور بالوحدة النفسية مثل تقدير الذات المنخفض والخجل والشعور بالاغتراب والضجر وعدم السعادة والاكتئاب النفسي. لذا فان الأشخاص الشاعرين بالوحدة النفسية يتصفون باللامبالاة وينسبونها إلى البيئة الاجتماعية التي سلبت منهم قوتهم وصلاحيتهم.

(Schmitt, Kurdek, 1985, 468 مذكور في خوج،2002 ، ص 20).

هناك من الأشخاص من يميلون إلى الوحدة بطبعهم وهناك من فرضت الوحدة عليهم، ويصاحب ذلك فقد الاهتمام بأي شيء وعدم الرضا الناتج من إحباط في إشباع حاجاته الطبيعية.

وهناك ربط بين الشعور بالوحدة النفسية وبين الانتحار في حالة فقد الإنسان للتواصل مع الآخرين أو شعوره بالنبذ من قبل المجتمع، كما يتعرض الأشخاص الذين يعيشون في عزلة إلى حالات من الانهيار العصبي وكذا الاستجابات الاكتئابية. (حنفي،1978 ، ص 440).

في حين نجد نتائج بعض الدراسات تجاوزت هذا إلى حد ذكر كيف أن مشاعر الاكتئاب والقلق المرتبط بالوحدة يؤدي إلى أعراض مرضية عضوية مثل الصداع واضطرابات الأكل والنوم، أما من الناحية الاجتماعية فان هذه الظاهرة تعكس قلقا اجتماعيا عاليا .حيث تؤثر على الشخص فيصبح قليل المبادرة في العلاقات الاجتماعية، ولا يميل للمصارحة الذاتية مع الأصدقاء.

كما أوضحت نتائج دراسات أخرى وجود علاقة بين الشعور بالوحدة ونقص المهارات الاجتماعية . حيث اتضح بأن طلاب الجامعات يميلون إلى رؤية أنفسهم وغيرهم بشكل اقل ايجابية، ويتوقعون الرفض من الآخرين لأنهم أكثر أنثوية وأقل استجابة.

ونلخص، مما سبق، إلى أن الشعور بالوحدة النفسية حالة نفسية يصاحبها أو ينتج عنها عدد كثير من أنواع مشاعر الضجر والتوتر والضيق، وترتبط بها أيضا بعض السمات مثل الخجل والانطواء والانسحاب وكذا مشاعر التردد.

وعموما يمكن حصر سمات الأشخاص الوحيدين في النقاط التالية:

- الشعور بالخجل والقلق وعدم الارتياح في المواقف الاجتماعية.
- الشعور بالاكتئاب وعدم القدرة على التفاعل الاجتماعي.
- كونهم أكثر سلبية وغير قادرين على الاستجابة أثناء التفاعلات الاجتماعية.

- في بعض الأحيان يستثيرون ردود فعل سلبية مع الغير.

- تكوين مشاعر تتسم بالسلبية تجاه الآخرين.(http/www.mckinlus-uive-edd).

8-مظاهر الشعور بالوحدة النفسية:

يرتبط الشعور بالوحدة النفسية بعدد من الأعراض أو المظاهر التي يمكن تقسيمها إلى:

8-**1مظاهر تتعلق بالذات** :وهي تنقسم إلى:

- **السمات الشخصية** :تعبر السمات الشخصية عن الاتجاه المعرفي وتركز على أهمية الإدراكات الشخصية- ونظام تفكير الوحيد نفسيا .ولقد لوحظ أن مظاهر الشعور بالوحدة النفسية هي فقدان الثقة بالنفس وضعف مفهوم الذات، والخجل والعدوان والشعور بالتفاهة وعدم الأهمية، وعدم الجاذبية، وتبني استراتيجيات غير فعالة لحل المشاكل، وعدم القدرة على المشاركة في الرأي والشعور بانعدام الأمن، اغتراب الذات بسبب الشعور بالفراغ الداخلي.

- **مظاهر نفسية جسمية** :تظهر بعض الأعراض النفسية الجسمية على الفرد نتيجة لمعاناته من الوحدة النفسية منها الصداع والشعور بالضعف وفقدان الشهية والنوم الزائد. (Rokach, 1988, P539) .

مظاهر تتعلق بالعلاقة مع الآخرين:

هناك ارتباط وثيق بين تقدير الفرد ومشاعره نحو الآخرين، فالشعور ببغض الذات لا ينفصل عن الشعور ببغض الآخرين، فإن من أهم مظاهر الوحدة النفسية: عدم الحساسية اتجاه الآخرين، فقدان القدرة على كشف مشاعر، وفقدان القدرة على التواصل والاتصال مع الآخرين، سواء اجتماعيا أو انفعاليا، والعجز الاجتماعي والانطواء ونقص المهارات الاجتماعية، والعزلة الاجتماعية**.** (مزيد،2007 ، ص30).

إذن هناك اقترابا كبير بين عناصر الوحدة النفسية ومظاهر الشعور بالوحدة النفسية، فجميعها لا تخرج عن عدة مشاعر مؤلمة، وعزلة اجتماعية، وعزلة عاطفية، تؤثر على شخصية الفرد وعلى علاقته مع نفسه أو مع الآخرين.

ومن أهم ما يصاحب الشعور بالوحدة النفسية ما ذكره سيبريسيد (Seepersad,2001,P232) الحاجة إلى وجود شخص ما يهتم بنا وهو الرغبة في الحصول على شخص ما يشاركنا تفكيرنا وشعورنا وشخص يهتم ويعتني بنا، شخص نحبه ويحبنا.

-**البكاء** : الألم عادة ما يتلازم مع الدموع، ومن أجل ذلك فإن الوحدة النفسية أيضا تتلازم مع الدموع.

-**المشاعر الخفية** : بعض الأفراد الوحيدين يتدبرون مع الوحدة النفسية من خلال إخفاء مشاعرهم فالبعض يخاف من البوح بمشاعره إذا اعتقد أنه سوف يسبب له السخرية أو الرفض، ويخفي الكشف عن أي إشارة للضعف مثل الوحدة النفسية.

-**البلادة والخمول** : تترافق الوحدة النفسية أيضا مع فترة خمول مثلا المكوث في الفراش، والجلوس, التقوقع، وخلال فترات الخمول هذه يكون الأفراد المعتزلون غارقين في أفكارهم يفكرون في أشياء أخرى تستحوذ على أفكارهم.

-الانسحاب والاستغراق في أحلام اليقظة.

-**الانتحار** : يفكر البعض بأن الموت هو الطريق الوحيد للهروب من الوحدة النفسية.

-**التدين** : وهو طريق آخر من طرق التعاطي مع الوحدة النفسية، حيث يشعر البعض بأن الدين هو علاج ناجم لقهر وحدتهم النفسية. (عابد، 2008 ، ص28).

وهذا دليل على أن الإنسان المسلم أبعد الناس عن الأمراض النفسية لأنه أكثر من غيره ارتباطا بالله سبحانه وتعالى وهو على يقين بأن الله هو الذي يؤنس وحشته.

وهكذا يتضح أن من أهم مظاهر الشعور بالوحدة النفسية هي الحزن الشديد والقلق والضجر والتوتر والإحباط والخجل الزائد والإحساس بالملل والإجهاد وعدم القدرة على التركيز والاستغراق في أحلام اليقظة والنوم الكثير وعدم الثقة في التنفس واحتقارها، والشعور بالعجز في الدخول بعلاقات اجتماعية مشبعة مع الآخرين، والشعور بالاستثناء والإهمال وعدم التقبل.

9-النظريات المفسرة لموحدة النفسية:

تعد الوحدة النفسية إحدى الظواهر التي تفتقر إلى الجانب النظري، حيث إنيا أدخلت إلى مجالات الفلسفة وتعالج مع الاكتئاب، علماً بأن الوحدة النفسية مفهوم مستقل له خصائص منفردة، وسوف نعرض فيما يلي بعض النظريات التي تناولت الوحدة النفسية بما يلي:

9-1 الوحدة النفسية من منظور الدين الإسلامي:

إن الإسلام يجمع بين قلوب المسلمين ومشاعرهم وأحوالهم المعيشية من خلال أداء شعائر فريضة الصوم في شهر رمضان الكريم .أيضا فإن أداء فريضة الزكاة، وما ينتج عنها من تكافل اجتماعي وتآلف إنساني بين أبناء الأمة الإسلامية، يقرب ويجمع فيما بينهم، مما يجعل الأغنياء يعطفون على الفقراء، ويحب الفقراء الأغنياء، ومن هنا فإن الإسلام عموم اً ينمي شعور الفرد بالانتماء للجماعة والافتخار والاعتزاز بها،

وأيضا ينمي روح التعارف والتآلف والترابط والتعاون والتماسك والتراحم والمحبة والمودة والإخاء وتبادل المنفعة والمساعدة بين أبناء الأمة الإسلامية، وليس أدل على ذلك من قول الله سبحانه وتعالى في محبة التنزيل:

(إنما المؤمنون إخوة فأصلحوا بين أخويكم واتقوا الله لعلهم ترحمون) .(الحجرات: 10،)

(تعاونوا على البر والتقوى ولا تعاونوا على الإثم و العدوان). (المائدة02).

(واعتصموا بحبل الله جميع اً ولا تفرقوا واذكروا نعمة الله عليهم إذ بنتم أعداء فألّف بين قلوبهم فأصبحتم بنعمته إخوانا) .(آل عمران : 103).

إن الإسلام يشجع على تنمية روح الجماعة والتآلف والتعارف والمحبة والإخاء بين الأشخاص ويرفض المظاهر والأحوال التي من شأنها أن تؤدي إلى الوحدة أو الانفراد أو الفرقة أو التشتت أو الابتعاد أو الانعزال عن الجماعة.

2-9 وجهة نظر التحليلية النفسية:

حيث يرى أصحاب هذه النظرية على رأسهم» فرويد". أن الوحدة النفسية ذات خصائص مرضية يرجعونها إلى التأثيرات المبكرة التي مر بها الفرد.

كما تفسر هذه النظرية أيضا الشعور بالوحدة النفسية بأنها عملية صراع المكونات داخل الفرد الهو، الأنا، والأنا العليا مما يؤدي إلى سوء توافقه مع نفسه ومع بيئته الاجتماعية، يمكن النظر إلى الشعور بالوحدة النفسية بأنه نتيجة للقلق العصابي الطفولي وله وسيلة دفاعية نفسية تعمل للحفاظ على الشخصية من التهديد الناشئة من البيئة الاجتماعية ويعبر عنه في ضوء عزلة وانسحاب. (عرفات،2009، ص 9).

يعتبر زيلبورج "Zelboorg"أول من قام بتحليل علمي للوحدة وفرق بين الشخص الذي ينتابه شعور مؤقت» بالوحدة النفسية، والشخص الوحيد، فالشعور المؤقت بالوحدة النفسية أمر طبيعي وحالة عقلية عابرة، تنتج عن فقدان شخص معين، أما الوحدة المزمنة فهي استجابة لفقدان الحب أو شعور الفرد بأنه شخص غير مرغوب فيه ولا فائدة منه، مما يؤدي إلى الاكتئاب والانهيار العصبي، ويرى "زيلبورج «أن جذور الوحدة النفسية تعود إلى المهد، حيث يتعلم الطفل الوظائف التي تجعله محبوبا ومرغوبا فيه. (الشبي،2005، ص 15).

كما فسر **"آدلر** "الشعور بالوحدة النفسية بأنه حالة عرض مرضي عصابي، يحدث بسبب نقص الاهتمام الاجتماعي للفرد، بحيث يكون غير مرغوب فيه اجتماعيا، يعبر عنه بأنه خطأ في أسلوب حياة الفرد الذي تكون في طفولته.

كما فسر " **كارل يونغ Young.K**" الشعور بالوحدة النفسية على أنها عملية تفرد وسعي شخصي، ينمو من خلال العلاقة مع الآخرين يهدف إلى تكوين ارتقاء البنية الأساسية للشخصية هي (القناع، الظل، الأنيميا، الانيموس) التي تحدد الصور والرموز النوعية المرتبطة بكل بنية، أي أن الشعور بالوحدة النفسية يعبر عن محاولة للتوافق النفسي مع الحياة. (عرفات،2009، ص 9).

يعتبر" هاري سوليفان " الوحدة النفسية خبرة مؤلمة تربك التفكير، فليس من الضروري أن يكون الفرد معزولا ليختبر الوحدة وبالأحرى تنبع الوحدة من افتقاد الفرد للعلاقات الاجتماعية، فيقول إن المراهق الذي يشعر بالوحدة النفسية هي نتيجة إدراكه بأن ليس لديه مساندة من مصادر الإشباع، الدفء، الحب والحياة، حيث يشعر المراهق بالعجز فلا يجد من يلجأ إليه، فيستجيب المراهق بذلك إلى الشعور بالوحدة النفسية، وبين الفشل في الحب وعدم القدرة على تكوين الصداقات في المراهقة. (بركات، 2008، ص 51).

3-9 نظرية التدرج الهرمي للحاجات الإنسانية: أبراهام ماسلو

أبراهام ماسلو شخصية معروفة في علم النفس المعاصر لما أمده من اتجاه جديد وحركة جديدة ظهرت في السنين المعاصرة في علم النفس الإنساني، ويؤكد على أن كل السلوكيات البشرية وظيفة تهدف إلى إشباع حاجة، ويرى أن الشعور بالوحدة النفسية ينشأ بسبب عدم إشباع حاجات الإنتماء والحب، والوحيد نفسيا يكون مدفوعا بجوع الاحتكاك.

والصداقة الحميمة والإنتماء، والحاجة إلى التغلب على مشاعر الاغتراب والعزلة التي سادت بسبب الحراك الاجتماعي وتحكم الجماعات التقليدية وبعثرة الأسرة والفجوة بين الأجيال بسبب التحضر المستمر واختفاء علاقة (الوجه لوجه). (الشيبي،2005، ص75).

4-9 النظرية المعرفية Cognitive Théry:

يستند أصحابها إلى المنهج المعرفي في تفسيرهم للوحدة النفسية، انطلاقا من أهمية الإدراكات، والتفسيرات الشخصية لشبكة العلاقات الاجتماعية.أي أن الوحدة النفسية تنطوي على شعور معرفي إدراكي، وتعد نتاجًا لشعور الفرد، وإدراكه للتباين القائم بين علاقته القائمة فعلًا بالآخرين، وما يسعى إليه ويريده فعلا.

(سلوم , 2021، ص 63)

وبعبارة أخرى تنظر هذه النظرية إلى الوحدة النفسية باعتبارها خبرة شخصية ذاتية فبذلك هي لا ترتبط بشكل مباشر بالعوامل الموقفية، مما يؤكد أهمية إدراكات الفرد. (بن دهنون ،2017، ص 46).

5-9 النظرية الاجتماعية:

يرى" بومان Bomman وسلبتر Slapter " أن هناك ثلاث قوى اجتماعية تؤدي إلى الوحدة النفسية وهي:

. ضعف في علاقات الفرد بالأسرة.

. زيادة الحراك في الأسرة.

. زيادة الحراك الاجتماعي.

وبنى " سلبتر (1976)"تحليله للوحدة النفسية من خلال دراسة الشخصية الأمريكية، وكيف فشل المجتمع الأمريكي في تلبية احتياجات أفراده، لأن المشكلة الأمريكية تكمن في إحساس الفرد بالفردية، وبكل فرد لديه الرغبة في المشاركة الاجتماعية والارتباط بالآخرين، وهذه الرغبة أحبطت في المجتمع الأمريكي، مما أدى أن يتبع كل فرد مصيره منفرداً مما أدى إلى الوحدة النفسية، ومن هنا استنتج سلاتر بأن الوحدة النفسية هي نتيجة للتقدم التكنولوجي المعاصر. (العنزي،2010 ، ص40).

6-9 نظرية الإنسانية (Phénoménologique Théry Rogers):

اتفق أصحاب هذه النظرية على أن الشعور بالوحدة النفسية ينشأ من التناقض بين حقيقة الذات الداخلية للفرد والذات الخارجية التي يراها الآخرون، فيرى روجرز في نظريته أن سبب الوحدة النفسية هو ضغط المجتمع على الفرد التي تجعله يتصرف بطرق محددة ومتفق عليها اجتماعيا، مما يؤدى إلى التناقض بين ذات الفرد الداخلية، والذات الواضحة أمام الآخرين، وهكذا يؤدي الفرد دوره المطلوب في المجتمع من غير دقة أو اهتمام. (بنهان ،2015 ،542).

7-9النظرية التفاعلية:

وهي أكثر شمولا حيث اهتم أصحابها بالعوامل الشخصية والاجتماعية حيث تفاعلهم مع بعضهم البعض هذا التفاعل ينتج عنه شعور الفرد بالوحدة النفسية.

وقد حدد وايز(Weiss) هذا الاتجاه التفاعلي حيث أكد أن الوحدة النفسية ليست بمفردها دالة على العوامل الشخصية أو الموقفية، بل هي نتاج التأثير التفاعلي لتلك العوامل **معا** حيث يرى أن الوحدة النفسية تنشأ عندما تكون تفاعلات الفرد الاجتماعية غير كافية أي أن يعتبر أن كل من العوامل الداخلية والخارجية أسباب الوحدة النفسية وإن كان يعطي اهتماما أكبر للاتجاه الموقفي.

وقد حدد" وايز "ستة استعدادات اجتماعية تحدد مقدار العلاقات الاجتماعية المشبعة لدى الفرد هي:

***الاتصال:** ويستمد من خلال العلاقات التي يشعر فيها الفرد بالأمن والمودة والألفة مع الآخرين.

***التكامل الاجتماعي** :ويتحقق من خلال الاهتمامات والعلاقات الاجتماعية المشتركة.

* **فرصة العطاء**: من خلال العلاقات الاجتماعية التي يشعر فيها الفرد بالمسؤولية تجاه فرد آخر.

***إعادة تأكيد القيمة**: ويستمد من خلال العلاقات التي تكون فيها مها ا رت الفرد موضع تقدير الفرد.

***اقتران الثقة**: ويستمد من قدرة الفرد عمى مساعدة الغير تحت أي ظرف.

* **التوجيه**: ويستمد من خلال العلاقات بأفراد محل ثقة يقدمون النصيحة والمساعد للآخرين.

(فارس2010، ص 32).

9-8-نظرية أيريك فروم للوحدة النفسية :

أكد فروم بأن الشعور بالوحدة النفسية حالة طبيعية تتصف بها البشرية فضلا على حالة عدم الأهمية بسبب حصول الأفراد على حرية أكثر وكلما قلت الحرية ازدادت مشاعرهم للانتماء والأمان والوحدة النفسية والعزلة والضعف عمليات تصاحب النضج والفرد يحاول إعادة روابطه الأولية بالأمان أي أنه يحاول الهرب من حريته المتنامية بواسطة ميكانيزمات مثل (إقامة الروابط ,الانعزال ,الهدم ,الحب)والهدف من ذلك هو خلق الذات كما يرى بأن الإنسان يشعر بالوحدة والانعزال لأنه جاء منفصلا عن الطبيعة ومنفصلا عن الناس الآخرين وذلك في كتابه الهروب من الحرب ويضيف أيضا بأن حصول الفرد على حرية أكثر خلال حياته ومن خلال شعوره بالوحدة أيضا فتكون الحرية حينئذ كتكيف سلبي فيحاول أن يهرب منها وأن الفرد كائن حي يمتلك الحاجات الفسيولوجية التي يجب أن تشبع وانه ككائن حي إنساني يدرك نفسه عن طريق التصور والتخيل والتعليل .(أبو هويشل ، 2013 ،ص 38- 39).

9-9-النظرية الجشطالتية:

فقد فسر كل من (كوفكا وفرتيمرو كوهلر) الشعور بالوحدة النفسية بأنه تعبير عن قصور في حيز حياة الفرد وعن اتجاهاته نحو نفسه وموقفه منها. (خويطر،2010 ، ص59).

9-9-1-الوحدة النفسية من وجهة نظر جورج كيلي (1905 _1976) :

يؤكد جورج كيلي :أن الشعور بالوحدة النفسية ينشأ من حالات وجود تنبؤات خاطئة بالوقائع الاجتماعية وهو مشكلة إدراكية تعني الفشل في تفسير المعايير والقيم الثقافية للفرد. (خويطر،2010 ، ص58).

9-9-2الوحدة النفسية من وجهة نظر إيريك فروم (Fromm ،1900) :

أكد" فروم" بأن الشعور بالوحدة النفسية حالة طبيعية تتصف بها البشرية فضلا على حالة عدم الأهمية بسبب حصول الأفراد على حرية أكثر، وكلما قلت الحرية ازدادت مشاعرهم للإنتماء والأمان، والوحدة النفسية والعزلة والضعف عمليات تصاحب النضج والفرد يحاول إعادة روابطه الأولية بالأمان أي أنه يحاول الهروب من تجربته المتنامية بواسطة ميكانيزمات مثل (إقامته الروابط الانعزال، الهدم، الحب) والهدف من ذلك هو خلق الذات .كما يرى فروم بأن الإنسان يشعر بالوحدة والانعزال لأنه جاء منفصلا عن الطبيعة ومنفصلا عن الناس الآخرين وذلك في كتابه الهروب من الحرية ويضيف أيضا بأن حصول الفرد على حرية أكثر خلال حياته ومن خلال شعوره بالوحدة أيضا، فتكون الحرية حينئذ كتكيف سلبي، فيحاول أن يهرب.

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

10-الطرق الفعالة في حد من الشعور بالوحدة النفسية:

الوحدة النفسية حالة نفسية تجعل الفرد يخالف الطبيعة الإنسانية التي تقضي بالعيش وسط جماعة كي يتفاعل معهم، وهذا ما يسبب له المعاناة والألم النفسي، لذلك يجب عليه اتخاذ الطرق المناسبة للحد من هاته الظاهرة أو التكيف معها.

-طريقة التكيف مع الوحدة النفسية:

حيث ترى **"ايمي روكاتش(Rokach)** "أنه حتى يستطيع الفرد الذي يعاني من تجربة الوحدة النفسية أن يمارس حياته بشكل أفضل عليه أن يتوافق ويتكيف مع الوحدة النفسية وأن يحاول تحويل الجوانب السلبية لموحدة النفسية إلى جوانب ايجابية وذلك يتطلب المرور بعدة مراحل نتناولها حسب دراسة.

(الشيبي،2003 ، ص 29).

-**التوافق والتكيف مع الوحدة النفسية** : وهذا يتطلب اتخاذ قرار بالتصدي ليا بشجاعة عن طريق مزاولة الأنشطة التالية:

_ انجاز الأعمال والمهام اليومية ومنها الذهاب لمعمل أو المدرسة أو الاعتناء بالأطفال، وأيضا الالتحاق بوظائف إضافية، وغيرها.

- تطوير الذات الذي يحدث متزامنا مع- أو ربما عقب- الالتزام بالمهام اليومية .

_ مزاولة الأنشطة في أوقات الفراغ مثل قراءة الكتب وغيرها .

-العزلة التأملية : تعد العزلة التأملية واحدة من أهم العوامل التي تساهم في نجاح التوافق الشعور بالوحدة النفسية ، فبينما تعتبر الوحدة النفسية تجربة شعورية مؤلمة و لا تلتقي ترحابا من أولئك الذين يشعرون بها ، نجد أن العزلة تعبر عن تجربة مختلفة تماما حيث ان افراد المرء بذاته يتيح لو فرصة للهدوء واستعادة النشاط ، فتتيح هذه العزلة للفرد الفرصة لاستيعاب ما يتلقاه من معلومات من المحيط الخارجي ، وبعكس الوحدة الشعورية ، غالبا ما يشار الى العزلة باعتبارها تجربة إيجابية من ثمارها تجديد الطاقة والمورد إعطاء الفرد حيزا من الوقت للتفكير والتأمل والإبداع ، أو حتى لمجرد الاستمتاع بالراحة ، ويندرج تحت عزلة التأملية ثلاثة بنود هي :

-تحويل الإحساس بالوحدة إلى مجرد عزلة :تستلزم إعادة تشكيل الوحدة الشعورية إلى مجرد عزلة التغيير الواعي للمفاهيم والمدركات الخاصة بموقف بعينه ، وبالطبع يؤثر مثل هذا التغير **في** الحالة الشعورية للفرد ، ومن ثم يسهم في التخفيف من حدة الشعور بالوحدة إن لم يكن للتخلص منها تماما.

- الإحساس بالطمأنينة والنظر إلى الحياة بنظرة إيجابية من بعض فوائد العزلة :فقد قام الأفراد بدراسة هذه المواقف وتكوين موقف إيجابيا إزاء ما صادفهم من تجارب فأصبحوا أكثر تفاؤلا وأملا، وعمل ذلك على زيادة إحساسهم بالثقة في قدراتهم على العيش والحياة.

- تكوين علاقة حميمة مع الذات والبحث عن القدرات الذاتية الكامنة: إن الوحدة النفسية تجربة شعورية بارزة يتواصل فيها الفرد مع ذاته، ومن خلال هذا التواصل يستطيع أن يستكشف حقيقة وجوده، وحياته وأهدافه والمغزى من وجوده، وطبيعة علاقته بالآخرين أي أنه تمكن خلال هذه التجربة الشعور بالوحدة يصل إلى إدراك ذاته والآخرين بشكل أكثر وضوحا وصحة.

*** المرحلة الانتقالية وإعادة تشكيل المصادر التي يمكن اللجوء إليها:**

قد يحتاج الفرد في هذه المرحلة بعض الوقت لتقييم ذاته ولتقييم الموقف، ولعمل التغيرات الضرورية في أسلوب حياته وسلوكه، وتشمل هذه المرحلة على عنصرين أساسين هما:

يترتب عن التغيرات الذاتية تغيرات أخرى في الإدراك والسمات، بما في ذلك تحديد الأهداف في الحياة وانتهاء مرحلة الصراع الداخلي واكتساب مزيد من الثقة بالنفس لذا فإن الرغبة في التغيير والإصرار عليه في غاية الأهمية في هذه المرحلة.

إن التغيرات في التفاعلات الاجتماعية يشير إلى التغيرات في أشكال هذه التفاعلات ومن أهم عناصر هذه المرحلة يتمثل في الإيمان وتنمية النزعة الدينية، حيث اعتبر الكثير من الأفراد الذين يمرون بهذه التجربة أن الإيمان هو المصدر الذي يستمدون منه القوة والسلام الداخلي مع النفس.

*** مرحلة التواصل مع الغير (إقامة جسور التواصل الاجتماعي) :**

اعتبر (Weiss) الوحدة النفسية تجربة شعورية مؤلمة للغاية تبدأ من عدم إشباع الحاجة لتكوين علاقات حميمة مع الآخرين، ويمكن علاج هذا النوع من الوحدة النفسية النابعة من:

الحاجة إلى الدفء ء والاهتمام والتواصل وتكوين علاقات حميمة عن طريق إعادة بناء شبكة اجتماعية وعلاقات حميمة فعالة مع الآخرين كي تحل محل العلاقات المحبطة دور الأسرة في التغلب عن الشعور بالوحدة، حيث يمكن للأسرة أن تلعب دورا مباشرا في الحد من الشعور بالوحدة النفسية من خلال التفاعل الاجتماعي. (الشيبي،2003 ، ص 30).

-طرق الحد من الشعور بالوحدة النفسية:

إن الحد من الشعور بالوحدة النفسية يتطلب أن يكون الفرد على وعي تام بالأسباب الحقيقة وراء شعوره بالوحدة النفسية، هنا يبرز دور النهج الشخصي الصحيح المتفرد والذي يتمثل في التوازن بين إشباع حاجات الفرد في إقامة علاقات مع الغير من ناحية وتكوين قاعدة امنة للشعور بالرضا عن الذات من ناحية أخرى وهذا يتطلب أن يتخذ الفرد عدة خطوات للحد من الشعور بالوحدة النفسية وهي:

-التعامل مع تجربة الوحدة النفسية باعتبارها خبرة شعورية تهدف إلى :

- الوصول لمرحلة النضج النفسي.

- تكوين مواقف حسنة من الآخرين.

- الاهتمام بإثراء الصداقات.

-إن الاختلاء بالذات بمقدوره الإسهام في معرفة الفرد لذاته وهو الأمر الذي قد يزيد من قدرته على تكوين علاقات حميمية مع الآخرين. (العنزي،2010 ،ص 28).

خلاصة:

من خلال ما سبق ذكره في هذا الفصل استطعنا بشكل عام التعرف على أهم المحاور الأساسية المتعلقة بالشعور بالوحدة النفسية التي يتضح بأنها حالة انفعالية نفسية مؤلمة تنتج عن غياب التفاعل الاجتماعي ومنه تطرقنا إلى أهم الجوانب المحيطة بمفهوم الشعور بالوحدة النفسية وتطرقنا أيضا إلى أسباب الوحدة وأشكالها وبعض مكوناتها وأهم مظاهر الوحدة النفسية وأهم الطرق الفعالة في الحد منها.بالإضافة إلى أهم النظريات المفسرة لهذا الشعور والتي تمثلت في النظرية التحليلية والسلوكية والاجتماعية وكذا التفاعلية ونظرية الحاجات ونظرية السمات المرتبطة بالوحدة النفسية وبالتالي يمكن القول بأن هناك حاجة عامة ودائمة للمودة، والتي تعد دعامة لكل إنسان من الطفولة إلى مدى الحياة وغيابها يكون مؤشرا مزعجا لخبرة الوحدة النفسية.

الفصل الثالث: تقدير الذات

تمهيد:

1-تعريف مفهوم الذات.

2-سمات مفهوم الذات.

3-أبعاد الذات.

4-مفاهيم المرتبطة بمفهوم الذات.

5-تعريف تقدير الذات.

6-الفرق بين مفهوم الذات وتقدير الذات.

7-مستويات تقدير الذات.

8-نظريات تقدير الذات.

9-العوامل المؤثرة في تقدير الذات

10-أبعاد تقدير الذات

11-مصادر تقدير الذات

12-أهمية تقدير الذات

13-قياس تقدير الذات

خلاصة الفصل.

تمهيد:

إن كل فرد ينظر إلى نفسه بطريقة ما، فالبعض يرون أنفسهم أقل من الأخريين وهذا ينعكس على سلوكهم فنجدهم لا يتصرفون بحماس وإقبال نحو غيرهم من الناس. والبعض الأخر يقدرون أنفسهم حق قدرها وذلك سينعكس على سلوكهم نحو غيرهم فنجدهم يتصرفون أفضل مع غيرهم. فتقدير الذات لبنة أساسية يجب أن يقوم عليها البناء النفسي لشخصية الفرد فهو يسعى دائما لإيجاد نفسه وتقديرها وتحقيقها، الأمر الذي يشير إلى عملية فهم متصاعد حول (من هو) (من سيكون). وفي هذا الفصل قمنا بعرض مفصل لتقدير الذات فقدمنا في البداية مفهوم الذات والمفاهيم المرتبطة بمفهوم الذات، مرورا بمفهوم تقدير الذات والفرق بينه وبين مفهوم الذات وكذلك النظريات التي تناولت تقدير الذات، مستويات وأبعاد تقدير الذات والعوامل المؤثرة في تقدير الذات وفي الأخير أهم مصادرها ومستوياتها وكذا نظرياتها.

1-تعريف مفهوم الذات

-لغة:

مجموعة ذوات النفس ذات الشيء، عينه وجوهره، ذات الصدر الفكر، والسرير.

(مرشد الطلاب ،عربي فرنسي ،2005 ص 124)

- اصطلاحا:

ظهرت فكرة الذات بشكل جديد في مجال علم النفس على يد الباحث **"وليام جيمس"** William James 1980حيث قال: عن الذات أو كما سماها الأنا العملية :(Empirical me) أنها مجموعة ما يمتلكه الإنسان أو ما يستطيع أن يقول إنه له: جسمه، سماته، قدراته، ممتلكاته المادية، أسرته، أصدقاؤه، أعداؤه ومهنته.

(لعطا،2014 ، ص10،11).

يرى **"كارل روجرز"** أنها تكوين معرفي منظم ومتعمم للمدركات الشعورية والتصورات والتقييمات الخاصة بالذات ويعتبره الفرد تعريفا نفسيا لذاته هناك ثلاث مفاهيم للذات هي:

- مفهوم الذات المدرك :ذات الفرد كما يتصوره هو.

- مفهوم الذات الاجتماعي :الصور التي يعتقد الفرد أن الآخرين يتصورونها عنه ويتمثل في تفاعل معهم.

- مفهوم الذات المثالي :الصور المثالية التي يريد الفرد أن يكون عليه.(بمكيلاني، 2008، ص18).

ويرى **"فهمي"** بأن الذات هي فكرة الفرد عن نفسه وما تتصف به من قدراته وإمكانياته، وعن علاقاته بغيره من الناس، وعن نظرته لذاته كما يجب أن تكون. (ال قاضي ،2009، ص57-58).

في نفس السياق نجد تعريف"صالح أبو جادو" بأنها المجموع الكلي لإدراكات الفرد وهو صورة مركبة ومؤلفة من تفكير الفرد عن نفسه وعن تحصيله وعن خصائصه وصفاته الجسمية والعقلية والشخصية واتجاهاته نحو نفسه وتفكيره بما يفكر الآخرون عنه. (أبو جادو،2012، ص38).

ويضيف **"أبو زيد إبراهيم 1987 "**بأنها تركيب معرفي منظم موحد متعلم لمدركات الفرد الواعية، ويتضمن استجابات الشخص نحو نفسه ككل وتقديراته لذاته. (حمزاوي، 2010، ص 62).

2- سمات مفهوم الذات:

لقد حدد العديد من الباحثين مفهوم الذات بعدة خصائص وفيما يلي تفصيل هذه الخصائص وذلك حسب كل من **"بولوص شافلسون"**.

- **مفهوم الذات المنظم**: **organized** أي أن الفرد يدرك ذاته من خلال الخبرات المتنوعة التي تزوده بالمعلومات، ويعيد الفرد تنظيمها ويصغوها ويصنفها وفقا لثقافته الخاصة. إن نظم التصنيف لدى وإنما في انعكاسا لثقافته الخاصة.

- **مفهوم الذات متعدد الجوانب: multifaceted** مزال الفرد يصنف الخبرات التي يمر بها في حياته وفق فئات، وتكون هذه التصنيفات في مجالات مثل الدراسة، التقبل الاجتماعي، الجاذبية الجسمية ...الخ

- **مفهوم الذات الهرمي: hierarchical** يشكل مفهوم الذات هرما قاعدته الخبرات التي يمر بها الفرد في مواقف الخاصة وقمته مفهوم الذات العام. وهو ينقسم إلى قسمين هما: مفهوم الذات الأكاديمي، حيث ينقسم بدوره إلى مجالا توفق المواد التعليمة المختلفة ومفهوم الذات غير الأكاديمي والذي ينقسم إلى جملة مفاهيم اجتماعية وجسمية.

- **مفهوم الذات الثابت: stable** وهو الثابت النسبي ويتنوع مفهوم الذات بتنوع المواقف مثلا: مفهوم الذات الأكايمي أكثر ثباتا من مفهوم تقبل الآخرين. وكلما كان الاتجاه نحو قاعدة مفهوم الذات كان المفهوم ثابتا، ويتغير المفهوم من مرحلة عمرية إلى أخرى لنمط المواقف والأحداث.

-**مفهوم الذات النمائي: multifaceted** إذ أن الطفل في مراحل عمره الأولى لا يميز حياته عن البيئة المحيطة به، وبنمو الطفل تزداد خبرته ومفاهيمه ويصبح قادرا على إيجاد التكامل فيما بين هذه الأجزاء الفرعية التي تشكل إطار مفاهيمي واحد.

-**مفهوم الذات التقيمي**: **Evaluative** أي أن مفهوم الذات ذو طبيعة تقيمية ووصفية، فيعطي الفرد تقيما لذاته في كل موقف من المواقف الحياتية فهو لا يقتصر على الوصف الذاتي في المواقف وتختلف أهمية البعد التقيمي باختلاق الأفراد والمواقف.

- **مفهوم الذات الفارق: differential** وهو الذي يتمايز عن المفاهيم الأخرى التي تربطه علاقة النظرية بيها، فمفهوم الذات للقدرة العلمية يفترض أن يرتبط بالتحصيل الأكاديمي أكثر من ارتباطه بالمواقف الاجتماعية والمادية، أي يمكن أن نميز مفهوم الذات عن البناءات الأخرى. (قحطان، 2004، ص42-43).

إن كل هذه المفاهيم المتنوعة للذات هي مفاهيم مكملة لبعضها البعض تشكل لنا في الاخير الذات المثالية التي يسعى الفرد الى تحقيقها.

3- أبعاد الذات:

يمكن القول إن مفهوم الذات يشمل كل ما يملكه الفرد بصوره المركبة والمؤلفة من تفكيره عن نفسه وتحصيله وخصائصه الجسمية والعقلية والانفعالية ورؤية الآخرين له كذلك رؤيته بما يتمنى أن يكون عليه الفرد.

حيث هناك اتفاق بين مجموعة من الباحثين حول أبعاد مفهوم الذات من أبرزهم ويليام جيمس وكولي وحامد عبد السلام زهران. حيث تمثلت فيما يلي:

-الذات المدركة :

تتكون من أفكار الفرد الذاتية المنسقة المحددة الأبعاد من العناصر المختلفة لكينونته الداخلية والخارجية، وتشمل عناصر المدركات والتصورات التي تحدد خصائص الذات، كما تظهر في وصف الفرد لذاته.

- **الذات الاجتماعية :**

تتمثل في المدركات والتصورات التي تحدد الصورة التي يعتقد أن الآخرين يتصورونها والتي يمثلها الفرد من خلال تفاعله الاجتماعي مع الآخرين.

- **الذات المثالية:**

هي المدركات والتصورات التي تحدد الصورة المثالية للشخص الذي يود أن يكون عليها. حيث أضاف ويليام جيمس بعدا آخر سماه بالذات الممتدة، وتمثل كل ما يمتلكه الفرد وما يشترك به مع الآخرين مثل: العائلة، الوطن، العمل .أما كولي فذكر الذات المنعكسة وهو تصور الفرد لما هو عليه من خلال انعكاس ذلك من الآخرين، كذلك أشار الباحث "لندهولم" (Landholem) الذات الذاتية وهي ما يعتقده الفرد عن ذاته وهي ليست ثابتة، إلا أن "**سيموندس** «**(Symonds)** يختلف قليلا عما سبق ذكره فهو يستخلص الأبعاد كالتالي:

- كيفية إدراك الفرد لنفسه
- معتقدات الفرد عن نفسه
- تقييم الفرد لنفسه (حنان،2012، ص15).

4-المفاهيم المرتبطة بمفهوم الذات:

***صورة الذات:**

حسب موسوعة علم النفس والتحليل النفسي فإن صورة الذات هي الذات كما يتصورها أو يتخيلها صاحبها، وقد تختلف صورة الذات كثيرا عن الذات الحقيقية. إن لصورة الذات أهمية كبيرة في تكوين شخصية الفرد، إذ على أساسها يشكل كل واحد منا فكرته عن نفسه، ويبدي سلوكا متميزا يتماشى وتلك الصورة، غير أن هذه الصورة المأخوذة ليست ثابتة بل تكون متجددة ودائمة التغيير أو بالأحرى ديناميكية.

ولقد قسم" **طومي** "صورة الذات إلى:

-**صورة خاصة** : وتتضمن الشعور بالذات وإدراكها عن طريق التعبير عن الميول والتقدير الذاتي.

-**صورة اجتماعية** :يقصد بها ما يمثله دور الآخرين في تحديد إدراك الفرد لذاته

*** الوعي أو الشعور بالذات:**

يرى فاخر عاقل أن الشعور بالذات يكون مرادفا للحالات الوجدانية الأقل أو الأكثر ثباتا والتي تسعى للاحتفاظ بشرط النجاح والممتلكات المرغوبة والتطلعات الشخصية والشعور بالذات هو الوعي بالذات خاصة في مجال العلاقات الاجتماعية.

*** تأكيد الذات:**

يعتبر تأكيد الذات كحافز للسيطرة، والتفوق أو البروز بالنسبة للآخرين وهو دليل على المعرفة التامة لنقاط القوة والضعف للذات، ويوضح" إبراهيم أبو زيد "بأن تأكيد الذات هو قدرة الفرد على التعبير الملائم عن مشاعره وأفكاره وآرائه ومواقفه اتجاه الأشخاص والأحداث بناءا على رؤيته لنفسه وتقييمه لتقدير الآخرين له، فتأكيد الذات وفقه هو ذلك الدافع الذي يجعل الإنسان في حاجة إلى التقدير والإعتراف والإستقلال والإعتماد على النفس، وهو أيضا تلك الرغبة في السيطرة على الأشياء والسعي الدائم نحو إيجاد المكانة والقيمة الاجتماعية، هذا ويميل" جانيت "إلى القول بأن تأكيد الذات يعني أن يتخذ الفرد موقفا يحافظ من خلاله على حقوقه دون الاعتداء على حقوق الآخرين بحيث يتصرف بطريقة ايجابية على الرغم من وجهات النظر المعارضة.

*** تقبل الذات:**

حسب موسوعة علم النفس والتحليل النفسي فإن تقبل الذات هو رضا الفرد عن نفسه وعن صفته وقدراته وإدراكه لحدوده، وهو اتجاه يكونه المرء الراضي عن نفسه، وعن استعداداته والمدرك لحدوده ومعارفه، وهو أيضا اتجاه الفرد نحو نفسه ونحو خصائصه الشخصية.

***فعالية الذات:**

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

*** تحقير الذات:**

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

(حمري، 2012، ص 12 - 13).

*** تحقيق الذات:**

يرى" **ماسلو**" أن تحقيق الذات هو تحقيق الإمكانية التي ياراها الفرد في نفسه.

أما روجرز (1959) فيقول إن" الدافع الرئيسي للإنسان هو الحاجة إلى تحقيق الذات فالإنسان يعبر تحت ظروف مناسبة عن قيم أعلى لما هو متضمن بالغرائز الأولية لحفظ الذات، أي تجنب الألم والبحث عن اللذة الحسية".

في حين يرى" **جولد ستاين** "أن تحقيق الذات هو الدافع الوحيد لدى الكائن الحي، وما الجوع والعطش والجنس والقوة وغيرها، إلا مظاهر لهدف أسمى هو تحقيق المرء لذاته.

*** تقدير الذات:**

الصعوبات التي يوجهها الفرد في حياته الدراسية أو المهنية، تعكس غالبا نقصا في الدافعية أو في الأداء اتجاه المهمة المطالب بإنجازها، في حين النجاح الدراسي أو المهني يتوقف بدرجة كبيرة على الصورة

التي نحملها حول ذواتنا، فامتلاك مشاعر ايجابية قيمة حول الذات، يظهر أنه من المهم معرفة إدراك رأي الفرد حول ذاته.يكون الأفراد منذ طفولتهم صورة حول ذواتهم مقامة أساسا على الطريقة التي يعاملون بها من طرف أشخاص آخرين كان لهم دور في حياتهم، كالأولياء، المعلمين، الأصدقاء فالتقييم الإيجابي أو السلبي حول صورة الذات هو الذي يكون تقدير الذات.(حمري 2012، ص 93) .

5- مفهوم تقدير الذات

- **التعريف اللغوي:**

ـ قدر بمعنى، اعتبر، ثمن، أعطى القيم. (حنان،2012، ص 25).

ـ تعرف المعاجم بصورة عامة تقدير الذات على أنه شعور مناسب يتولد من حسن الرأي الذي يتكون عند الفرد فيما يخص جدارته وقيمته، أما معجم التربية الحالي" لجندر **ولينادر**" (1993) فيعرف تقدير الذات على أنه القيمة التي يعطيها الفرد لنفسه بصورة إجمالية، ويرجع ذلك في أساسه إلى ثقة الكائن البشري المطلقة بفعاليته وقيمته. (آيت ميلود،2012، ص28).

ـ التعريف الاصطلاحي:

من منظور التربية الإسلامية :هو تقييم المسلم لذاته وصفاته وفق القيم والمعتقدات الإسلامية، ويتضمن شعور المسلم بقيمته وكفاءته واحترامه لذات. (الشدوخي، 1434 ه،9).

تعريف تقدير الذات من الناحية النفسية: إلى تلك السمة أو الصفة الشخصية التي يمتلكها الشخص والتي بدورها ترتبط باحترامه لنفسه ومهاراته حيث يندرج عن هذا المفهوم العديد من المعتقدات الخاصة بالنفس بما فبها المشاعر والسلوك وكذلك الاقتناع بالمظهر الخاريجي وأن ذلك يحقق حالة من الاستقرار الدائم لدى صاحبه ومن علامات الثقة بالنفس وتقدير الذات القدرة على الرفض وتحديد نقاط قوة ومواطن الضعف والتأقلم معها وتعايش مع تجارب السيئة وأخيرا القدرة على التعبير عن الذات والاحتياجات الخاصة.

(بمكلاني ،2019، ص19).

عرفها " **كوبر سميث**" بأنها: تقييم الفرد لنفسه ونفسه ويعمل على الحفاظ عليها، ويتضمن هذا التقييم اتجاهات الفرد السلبية والايجابية نحو ذاته، وهو مجموع الاتجاهات والمعتقدات التي يستدعيها الفرد عندما يواجه العالم المحيط به، وذلك فيما يتعلق بتوقعات النجاح والفشل قوة الشخصية. (شيبة،2015، ص61).

عرفه" **عسكر**" بأنه الشعور بالفخر والرضا عن النفس ويكتسب الفرد التقدير من خلال خبرات النجاح التي يمر بها، وهو يستند الفرد في حكمه على نظرة الآخرين له ومن الشعور الذاتي.

(أبو مرق،2015، ص 7).

أما "**حسين**"(2007): فيعرفه هو الحكم الذاتي العام للفرد على نفسه ويشمل الجوانب العقيمة والجسمية والاجتماعية والانفعالية.(مجلي، 2013، ص67).

6-الفرق بين مفهوم الذات وتقدير الذات:

إن مفهوم الذات عبارة عن معلومات عن صفات الذات، بينما تقدير الذات تقييم لهذه الصفات، وان مفهوم الذات يتضمن فهما موضعيا أو معرفيا للذات، بينما يشمل تقدير الذات فهما انفعاليا للذات يعكس الثقة بالنفس. (بن يونس، 2009ص 361).

وقدم كوبر سميث تعريفا للتفرقة بين مفهوم الذات وتقدير الذات تم إيجازه فيما يلي:

مفهوم الذات يشمل مفهوم الشخص وآراءه عن نفسه، بينما تقدير الذات يتضمن التقييم يصنعه ويتمسك به من عادات مألوفة لديه مع اعتباره لذاته.

ولهذا فتقدير الذات يعبر عن اتجاه القبول أو الرفض، ويشير إلى معتقدات الفرد اتجاه ذاته، وباختصار يكون تقدير الذات هو الحكم على مدى صلاحيته، معبرا عنها بواسطة الاتجاه الذي يحمله نحو ذاته، فهو خبرة ذاتية ينقلها للأخريين عن طريق التقارير اللفظية ويعبر عنها بالسلوك الظاهر. (حامني،2010ص 25).

7- مستويات تقدير الذات:

حدد كوبر سميث نوعين من مستويات تقدير الذات المرتفع والمنخفض وهي:

- تقدير الذات المرتفع:

يعتبر الأشخاص أنفسهم هامين ويستحقون الاحترام والتقدير والاعتبار، ويكون لديهم فكرة كافية لما يظنونه صحيحا، ودائما يتمتعون بالتحدي ولا يخافون أو يبتعدون عن الشدائد. (مجلي 2013، ص68).

يتمثل بوجهة نظرنا الايجابية تجاه ذاتنا، والفرد الذي يمتلك هذا النوع من التقدير الذاتي يميل إلى الاتسام بالثقة حول ما يمتلكه من قدرات خاصة، وقبول الذات، وعدم القلق حول ما يفكر به الآخرون اتجاهه، فضلا عن التفاؤل والتوقعات الايجابية نحو الذات والمستقبل.

*** مميزات الأشخاص ذو التقدير المرتفع:**

- ينظرون إلى أنفسهم نظرة واقعية.
- يقبلون أنفسهم كأشخاص مقبولين.
- يستطيعون أن يحددوا نقاط الضعف ونقاط القوة لديهم.
- يستند تقديرهم لأنفسهم على تغذية راجعة صحيحة وليس كما يحبون أن يعتقدون عن أنفسهم.
- ينسجمون مع معظم الذين في وسطهم (العمل والمدرسة والجامعة.) ...
- يعملون في معظم الأحيان كقادة إيجابيين.
- يرغبون في مساعدة الآخرين وفي المجازفة.
- يستجيبون للتحديات ويرغبون في محاولات جديدة.
- لا يشعرون بالتهديد بسبب التغيرات أو المواقف الجديدة.
- يتعاملون بإيجابية مع الثناء والتقدير.
- يشعرون بالرضا من إنجازاتهم لأنهم يشعرون بالمسؤولية إزاء النتائج.
- عندما يواجهون بأخطائهم أو مخالفاتهم فإنهم يستطيعون عادة أن يقروا بأخطائهم.
- يضعون أهدافا لأنفسهم فهم يعرفون ما يريدون أن يفعلوا في حياتهم وما يرغبون في تحقيقه.
- عندما يواجهون مشكلة غالبا ما يجدون طريقة لحلها.
- لديهم آراء قوية لا يخشون من التعبير عنها وهذا ما يجعلهم غير محبوبين من قبل البعض.

(أسعد، 2019 ، ص 33)

- تقدير الذات المنخفض:

يعتبر الأشخاص أنفسهم غير هامين جدا وغير محبوبين وهم غير قادرين على فعل الأشياء التي يودون فعلها كما يفعل الآخرون، وهنا يعتبرون أن ما يكون لدى الآخرين أفضل مما لديهم من إمكانات وقدرات واستعدادات وكفاءات. (مجلي، 2013، ص 69).

يتمثل بوجهة نظرنا السلبية تجاه ذاتنا، وصاحب هذا النوع من التقدير يميل إلى ضعف الثقة بالذات، والحاجة إلى أن يكون شخصا آخر، ومخطأ دائما بشأن ما يفكر به الآخرون اتجاهه، والتشاؤم بما يحمله المستقبل من أحداث وخبرات.

***مميزات الأشخاص ذو تقدير المنخفض :**

- يبدو عليهم أنهم أكثر اهتماما بالحفاظ على شعورهم باحترام الذات أو الفشل بشرف مناهتماماتهم ببذل الجهد لإحراز النجاح.

- ينشغلون بسلوكيات دفاعية للآخرين من معرفة مدى القصور أو عدم الأمان الذي يشعرون به.

وتشمل هذه الآليات الدفاعية على التمرد والمقاومة والتحدي والرد والشك في الآخرين ومضايقتهم أو تحقيرهم، والكذب والغش، وتوجيه اللوم للآخرين عند حدوث فشل أو خطأ.

والفشل في تحمل مسؤولية تصرفاتهم والاستقواء على الآخرين وتهديدهم والانسحاب والخجل والاستغراق في أحلام اليقظة، وإتباع أساليب الهروب بما فيها التأخر والتغيب، وتعاطي المسكرات والمخدرات.

- وهؤلاء الأشخاص سواء كانوا راشدين أو مراهقين أو أطفال يرغبون في الحب والقبول والتقدير الاجتماعي والاحترام من قبل الأخرين، لذلك لابد من تزويدهم بدعم إضافي وفرص لتحقيق النجاح وتغذية راجعة ايجابية ومشاعر تدل على أن هناك من يهتم بهم، وتنشأ مشكلة تقدير الذات المنخفض حسب "بيترسون" Petterson "(1980) عندما يقيم الأشخاص أنفسهم على أساس سلوكهم أو انجازاتهم أو أعمالهم التي تظهر عدم كفايتهم وأخطائهم وفشلهم. (أسعد، 2019، ص 34).

8- النظريات المفسرة لتقدير الذات:

8-1* نظرية التحليل النفسي:

تقوم نظرية التحليل النفسي على ثلاث مسلمات أساسية عن الطبيعة الإنسانية ,أولها أن السنوات الخمس الأولى من حياة الفرد هي أهمها و أكثرها تأثير في سلوكه في المراحل التالية من حياته ,سواء كان سلوكا سويا ,أو شاذا ,و ثانيهما ,أن الدفاعات الغريزية الجنسية للفرد هي محددات أساسية لسلوكه ,و ثالثها , أن الجانب الأكبر من سلوك الفرد تحكمه محددات لاشعورية قد أعطى فرويد للأنا مكانة بارزة في بناء الشخصية و يرى الشهري 1999 أن الأنا تقوم بدور وظيفي و تنفيذي تجاه الشخصية, إضافة إلى أنها تحدد الغرائز ,لتقوم بإشباعها ,و تحدد أيضا إلى جانب ذلك كيفية إشباعها ,كما تقوم أيضا بمنع تفريغ الشحنة حتى يحين الوقت المناسب لتفريغها ,و تقوم بالاحتفاظ بالدوافع النفسية بين متطلبات الصراع الأخلاقي للشخصية , و بين الدوافع الطبيعية ,و لها القدرة على الاحتفاظ بالتوافق بين الدوافع و الضمير. (لقوقي ،2016، ص 57).

8-2* نظرية كارل روجرز:

وتقوم نظرية" كارل روجرز" على النظرة لطبيعة الإنسان، تلك النظرة التي تفترض وجود قوة دافعة لدى الإنسان، وهي النزعة إلى تحقيق الذات.

ويعتقد روجرز أن الذات هي جوهر الشخصية الإنسانية، وأن مفهوم الذات حجر الزاوية الذي ينظم السلوك الإنساني، وأن مفهوم الذات يتأثر بخبرات الفرد وقيم الآباء وأهدافهم، وفكرة المرء عن نفسه متعلمة، وهي ارتقائية منذ الميلاد وتتمايز بالتدريج خلال مرحلتي الطفولة والمراهقة وهناك ثلاث مصادر لتكوين صورة الفرد عن نفسه:

1-قيم الآباء وأهدافهم والتصورات التي يواجهها الفرد للمجتمع المحيط.

2-خبرات الفرد المباشرة.

3-التصورات التي تكون الصورة المثالية التي يرغب أن يكون عليها.

ويقوم مفهوم الذات لدى الفرد بوظائف مختلفة:

أ-وظيفة دافعية :هي التي تحفز المرء على السلوك لتحقيق الأهداف

ب-وظيفة تكاملية :تؤدي إلى السلوك الفردي بما يحقق صورة الفرد عن نفسه وهو يرى أن الفرد إذا أدرك نفسه على أن يتصرف في مختلف المواقف بما يتلاءم مع صورته عن نفسه، فإنه يشعر بالكفاية والجدارة والأمن، أما إذا شعر بأنه يتصرف خلاف فكرته عن نفسه يشعر بالتهديد والخوف .ولما كان لدى الفرد حاجة ملحة كي يظهر أمام الآخرين على أنه قوي وجدير وقادر على حل مشكلاته، والاعتماد على نفسه وتحقيق ذاته، ويعيش بما يتلاءم مع صورته عن ذاته، فإن على المرشد النفسي أن يستثمر هذه الحاجة وأن يعتمد على تقنيات وأساليب تساعد المسترشد على تحقيق هذه الحاجة الملحة والعمل بطريقة إيجابية سوية.

(شعبان، 2010، ص42).

3-8 *نظرية كوبر سميث:

لقد استخلص" كوبر سميث "نظريته لتفسير تقدير الذات من خلال دراسته لتقدير الذات عند أطفال ما قبل المدرسة الثانوية، حيث ذهب إلى أن تقدير الذات مفهوم متعدد الجوانب، ولذا فعلينا ألا نتعلق داخل منهج واحد ومدخل معين لدراسته، بل علينا أن نستفيد منها جميعا لتفسير الأوجه المتعددة لهذا المفهوم، ويؤكد أيضا بشدة أهمية تجنب فرض الفروض غير الضرورية، فضلا عن ذلك يرى" سميث "أن تقدير الذات ظاهرة أكثر تعقيدا لأنها تتضمن كلا من تقييم الذات ورد الفعل أو الاستجابة الدفاعية، وإذا كان تقدير الذات يتضمن اتجاهات تقييمه نحو الذات فإن هذه الاتجاهات تتسم بقدر كبير من العاطفة، فتقدير الذات عند "سميث" هو الحكم الذي يصدره الفرد على نفسه متضمنا الاتجاهات التي يرى أنها تصفه على نحو دقيق، ويقسم تعبير الفرد عن تقديره لذاته إلى قسمين:

-التعبير الذاتي : وهو إدراك الفرد لذاته ووصفه لها.

-**التعبير السلوكي :** ويشير إلى الأساليب السلوكية التي تفصح عن تقدير الفرد لذاته التي تكون متاحة للملاحظة الخارجية.

كذلك أشار **"سميث** "في كتاباته ودراساته إلى أن جذور تقدير الذات تكمن في عاملين رئيسيين هما:

الأول :مدى الاهتمام والقبول والاحترام الذي يلقاه الفرد من ذوي الأهمية في حياته وهم يختلفون من مرحلة لأخرى من مراحل الحياة فقد يكون الوالدان ورفاق المرحلة من ذوي المكانة والتميز أو الأصدقاء.

الثاني :تاريخ الفرد في النجاح بما في ذلك الأسس الموضوعية لهذا النجاح أو الفشل.

(الزغيدي ،2012ص39).

8- 4 نظرية روزنبورخ(1989):

حاول "روزنبورخ" دراسة نمو وارتقاء سلوك الفرد لذاته وسلوكه من خلال المعايير السائدة في الوسط الاجتماعي المحيط بالفرد، وقد اهتم بصفة خاصة في تقييم المراهقين لذواتهم، كما اهتم بالدور الذي تقوم به الأسرة في تقييم الفرد لذاته، وعمل على توضيح العلاقة بين تقدير الذات الذي يتكون في إطار الأسرة والأساليب السلوك الاجتماعي للفرد مستقبلا، مستعينا بمنهج مفهوم الاتجاه باعتباره أداة محورية تربط بين السابق واللاحق من الأحداث والسلوك.

وقد استخدم**" روزنبورخ"** منهج الاعتماد على مفهوم الاتجاه باعتباره أداة محورية تربط بين الحاضر والماضي واعتبر تقدير الذات مفهوم يعكس اتجاه الفرد نحو نفسه، وأنه يكون اتجاها نحو كل الموضوعات التي يتعامل معها إذ يضيف" روزنبورخ "أن الأفراد لديهم دافع قوي لأن يكون لهم تقدير عالي ونظرة إيجابية للذات هذه النظرة تختلف عن الأنانية والحب المرضي للذات. (إسماعيلي، 2015، ص51).

9- العوامل المؤثرة في تقدير الذات:

تتداخل عوامل عدة لتكون اتجاه الفرد نحو ذاته وطريقة تقييمه لها إذن يمكن تصنيف هذه العوامل إلى ثلاث مجموعات وهي على النحو التالي:

- العوامل الذاتية:

وهي جملة من الخصائص الشخصية والمعطيات الذاتية للفرد كالقدرات العضوية والذهنية، والحالة الصحية والنقائص الملاحظة وأنماط السلوك التوافقي وطرق إشباع هذه الحاجات، والتي تعمل منسجمة في تكوين نظرة الفرد وتقديره لذاته.

- العوامل الاجتماعية:

تتمثل في جملة من المواقف التي يكونها الأفراد المحيطين تجاه الفرد، وطبيعة المعاملة التي يتلقاها من قبلهم وتقديرهم لشخصيته، إذ يلتمس من تقيمهم تقديره لذاته، لكن هناك اختلاف في مظاهر الانتقاء ومظاهر الإشادة التي تصدر عن الآخرين يخلق نوع من عدم التساوي في تقييم الفرد لذاته بالإضافة إلى كل هذا فإن الفرد يستعين بخبراته السابقة ومعارفه المكتسبة في تفسير المنبهات الاجتماعية، ويتأثر الفرد باتجاهات الآخرين وتكمن قوة التأثر في درجة قرابة الشخص لمصدر الملاحظة، حسب المقومات الذاتية للفرد المتأثر.

(قوقي، 2016، ص 65).

-العوامل المتعلقة ببنية الجسم:

أ-صورة الفرد عن جسده:

يرى (جبريل،1983، ص 63) إن فكرة الفرد عن جسده تتبلور في فترة المراهقة، حيث يعطي تقييما خاصا لجسمه، وتلعب صورته عن جسده مكانة هامة في سلوكه الشخصي والاجتماعي، حيث تشكل صورته عن جسده جزءا هاما من مفهومه المتكامل عن ذاته.

ويرى(زهران,1999,ص 430)أنه بجانب كل من صورة الجسم والعوامل العقلية ،إن مفهوم تقدير الذات يتأثر بالخصائص والمميزات الأسرية والاجتماعية ،فالطفل الذي يولد ،وينشأ في أسرة تحيطه بالعناية والتقبل ،يرفع ذلك من قدراته واهتماماته ومهاراته ،وفي نفس الوقت يمكن أن يتسبب الوالدان في أن يدرك الطفل نفسه كشخص غبي ،أو مشاكس ،أو غير موثوق به ،وذلك إذا اتبعنا أساليب خطأ في التنشئة الاجتماعية داخل الأسرة ،وتلعب المقارنة دور يؤثر في مفهوم الذات لدى الفرد إذ قارن نفسه بجماعة من الأفراد أقل قدرة منه فيزيد من قيمتها ،أو بجماعة أعلى منه شأنا فيقلل من قيمتها.

ب-معدل النضج:

غالبا ما يقترن النضج المبكر بتقدير إيجابي للذات، حيث أن النضج المبكر يمكن من المشاركة في نشاطات اجتماعية ورياضية تعطي الفرد مكانة واعتبارا، كما يمكن المراهق من تحمل مسؤوليات تترك لديه

صورة إيجابية عن ذاته .أما المتأخر في النضج فيعاني الفرد من ضغوط نفسية، لأنه يشعر أنه يعامل وكأنه أصغر من سنه، وبأسلوب يختلف عن أبناء جيله من المبكرين في النضج فيشعر بالنقص لفقدانه القدرة على المنافسة.

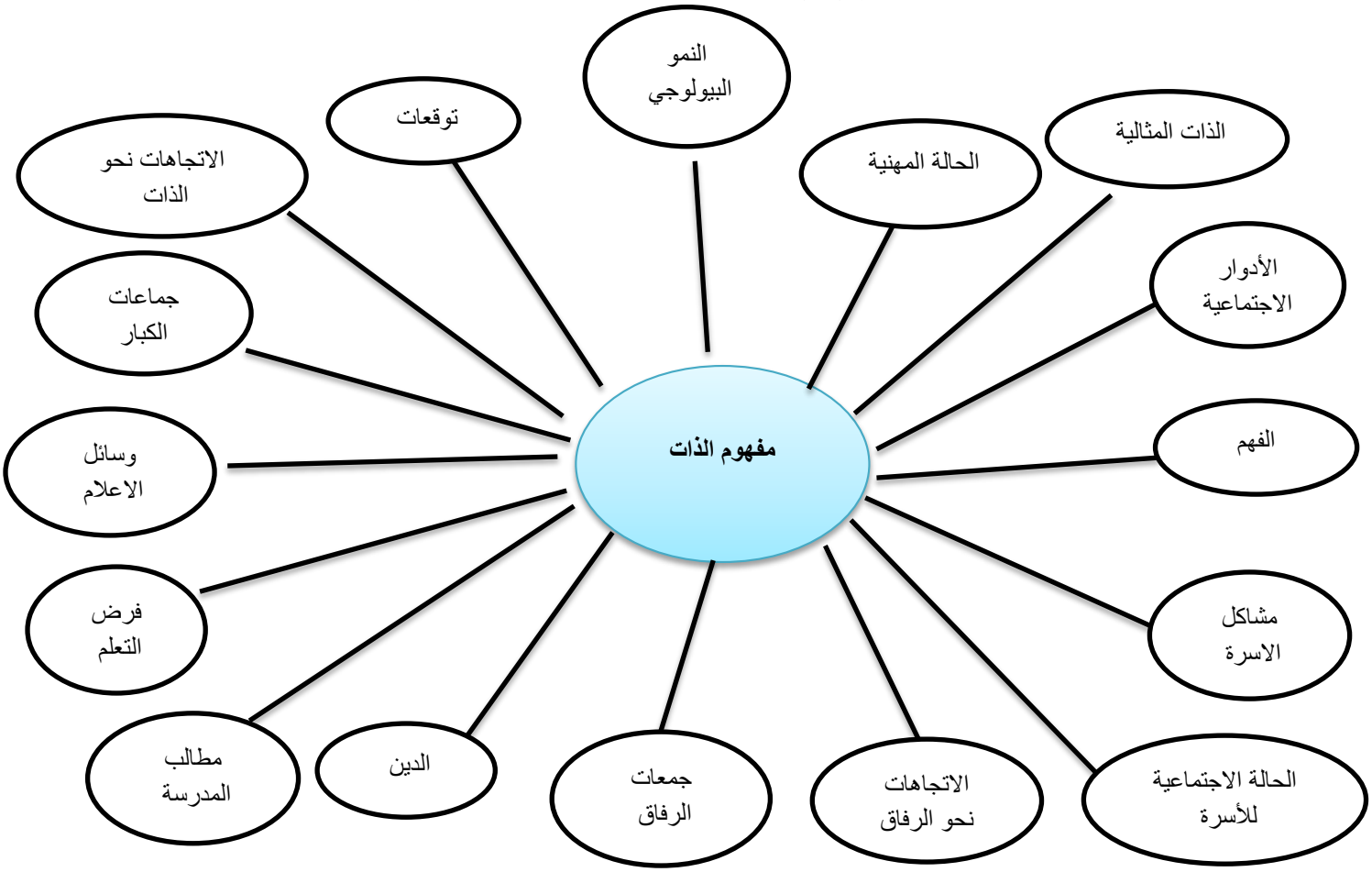
ج-النضج الجنسي:

توجد علاقة بين تقدير الذات والنضج الجنسي لدى الشباب والفتيات، والتبكير في النضج الجنسي له أهمية، حيث يوفر لهم اطمئنانا لرجولته أو لأنوثتها، ويدفع إلى الشعور بالثقة بالنفس.

د -الإعاقة الجسدية:

لا يستطيع المعاق جسديا من المشاركة في بعض الأنشطة مما يؤثر سلبا على مفهومه لذاته، وأن اتجاهات الآخرين نحوه يحدد إلى أي حد تؤثر الإعاقة على مفهومه لذاته. (شعبان، 2010، ص 49-48).

الشكل رقم (03): يمثل العوامل المؤثرة على مفهوم الذات



(رنجيت،2005)

10- أبعاد تقدير الذات:

يشير «durrant et al» إلى أن لمفهوم الذات أبعاد منها :الذات الأكاديمية، والذات" الجسمية والذات الانفعالية والذات الاجتماعية.

كما يرى "رانجيت سينغ مالهي" (2005) أن تقدير الذات متعدد الإبعاد، بمعنى أن مشاعر الكفاءة الذاتية وقيمة الذات تنبع من الكفاءات المتنوعة التي يظهرها الناس في جوانب مختلفة، ومن الأبعاد التي تميز تقدير الذات المظهر المادي (التقدير المادي للذات) ، وأداء المهام (تقدير الذات فيما يتعلق بأدائها) ، والعلاقات الاجتماعية (التقدير الاجتماعي للذات) بالإضافة إلى وجود أبعاد أخرى منها :البعد العقلي، والبدني والاجتماعي والروحي.

- **البعد الجسمي (البدني)** : إن تقدير الجسم بعد مهم في تحديد مستوى تقدير الفرد لذاته، حيث تكون تقييمات وآراء الآخرين نحو الفرد غالبا ما تعتمد على صورة الفرد عن جسمه، حيث تمكننا الصحة الجيدة من الاستفادة المثلى من قدراتنا وإمكانياتنا، كما تمكننا من أن نحيا حياة سعيدة ومثمرة.

- **البعد الأكاديمي** :أشارت الدراسات إلى وجود علاقة ارتباطيه بين تقدير الذات والانجاز الأكاديمي، حيث أن شعور المرء بالقيمة والكفاءة الذاتية يعزز بالدرجات الأكاديمية العالية. حيث يصبح النجاح التعليمي أقل مركزية وتأثيرا في تقدير الذات أثناء السنوات الأخيرة من الدراسة الثانوية والسنوات التي تليها.

- **البعد الاجتماعي** :ويتضمن تنمية علاقات حميمية مع الآخرين والاحتفاظ بها في حياتنا الشخصية، ويشتمل هذا البعد على العلاقات الإنسانية الحسنة، وإدارة الصراعات بشكل بناء والتصرف بحسم، والتواصل بشكل فعال، فالعلاقات الاجتماعية القائمة على الحب المتبادل بين الفرد والآخرين تنمي من تقديره لذاته، وتؤدي التنشئة الوالدية الصحيحة إلى أن يشعر الطفل بالأمن، مما يساعده على بناء تقدير عال للذات، والعكس صحيح، فأساليب التنشئة الخاطئة لا تجعل الطفل يشعر بالأمن النفسي، وبالتالي لا يستطيع تكوين تقديرا لذاته مرتفعا.

- **البعد الانفعالي** :يشير-**"tresser "** (2014) إلى أن تقدير الذات المرتفع يرتبط بالانفعالات الايجابية كالدافعية للإنجاز، ووجهة الضبط الداخلية، والرضا عن الحياة. بينما يرتبط تقدير الذات المنخفض بالانفعالات السلبية والسلوك السلبي الضعيف كعدم القدرة على مواجهة المواقف الصعبة، مما يقلل من مقدرة الفرد على مواجهة الاحباطات والأمراض الجسمية والأفكار اللاعقلانية، أما الحالات المتطرفة لتقدير الذات المنخفض فترتبط بالاضطرابات الانفعالية الحادة.

-**بعد الوازع الديني** :يعد بعد الوازع الديني (الايمان بالله) من أهم أبعاد تقدير الذات، حيث يعتبر حجر الزاوية في تكوين الشخصية ودعمها، فالإيمان بالله سبحانه وتعالى يولد المحبة ويقوي الإنسان ويعطيه طاقة

لا حدود لها. ويتضمن هذا البعد نظامنا القيمي الذي يعطي الحياة معنى وأهمية، ويجعل الفرد يتغلب على التحديات في الحياة، فيصبح قادرا على تقبل حياته، حيث يعد النجاح أمرا مستحيلا بدون الثقة بالذات.

وتعد الصلاة أقوى مصادر الطاقة التي تجدد الثقة بالنفس واحترام الذات، فهي اتصال مباشر بين العبد وربه، تؤدي بالإنسان إلى الشعور بالهدوء والسكينة. (عبود، 2019، ص385-386).

11- مصادر تقدير الذات:

***الخبرات الشخصية** :قد يرتفع تقدير الذات عند الناس عادة إذا كانت معظم خبراتهم وأفكارهم عن ذاتهم إيجابية، أما إذا كانت خبراتهم سلبية فقد ينشأ لديهم تقدير منخفض للذات بشكل واضح، ويختلف الناس ذوو التقدير الذات المرتفع عن غيرهم من ذوي تقدير المنخفض في طرق استجاباتهم لكل نوع من أنواع خبرات الحياة، وفي تكيفهم معها.

* **اختلاف اثر الخبرات باختلاف الأشخاص :**يختلف الناس في طريقة استجابتهم للأحداث الإيجابية والسلبية وفي أثر تلك الأحداث على تقديرهم لذواتهم، وقد أظهرت دراسة "لنفيل "أن الأحداث الإيجابية والسلبية يكون لها أثر مبالغ فيه عند الأشخاص ذوي الدرجة المنخفضة في تعقد الذات، أي الذين يرون أنهم يتمتعون بعدد قليل نسبيا من الجوانب المميزة للذات، حيث أتاحت "لنفيل "الفرصة لمفحوصيها الشعور بالنجاح أو الفشل، وقد شعر المفحوصين منخفضو مستوى تعقد الذات بحالات مزاجية ايجابية بعد النجاح وحالات مزاجية سلبية بعد الفشل أكثر مما شعر المفحوصون مرتفعو مستوى تعقد الذات، كما تعرض تقدير الذات بعد خبرة النجاح أو الفشل عند الفئة الأولى لتغيرات أكبر من التغيرات التي تعرض لها تقدير الذات عند الفئة الثانية.

* **المقارنات الاجتماعية** :يعتمد تقدير الذات على المقارنات الاجتماعية، فقد يكون تفوق الأخ أو الصديق الحميم أشد إيلاما من أذى شخص غريب، لأن المقارنة الاجتماعية سوف تزداد في هذه الحالة، ففي الوقت الذي نرغب بالاستمتاع بما حققه شخص نحبه من انجازات، نشعر بوهج انجازاته قد يشتد بريقه وحرارته علينا إلى حد مؤلم أحيانا.

***تقييم الذات بناء على معايير داخلية** :إن تقدير الذات لدينا لا يتأثر فقط بما يدور حولنا، ولكنه يتأثر أيضا بما يحدث داخلنا، وعلى الرغم من أن معظم الناس قد يصفوننا بأننا أشخاص ناجحون، إلا أننا قد نظل نشعر بفشلنا في الوصول إلى المستوى المناسب للمعايير التي نسعى من خلالها إلى الوصول إلى ما نعتبرها موجهات أو مرشدات للذات وتأتي موجهات الذات في صورتين هما الذات المثالية، وهي ذات الشخص الذي نسعى لأن نكون مثله، والذات المتوقعة وهي ذات الشخص الذي نشعر أنه ينبغي علينا أن نكون مثله.

(الناظور، 2008، ص29-30).

12 ـ قياس تقدير الذات:

إن أكثر الأساليب الشائعة في قياس تقدير الذات هي الاستبيانات وقوائم الشطب التي تعتمد على تقدير الفرد لذاته، وحتى نحصل على نتائج أدق أو التأكد من النتائج التي حصل عليها الفرد يمكن إجراء مراقبة مباشرة للفرد أو اعتماد تقديرات المعلمين والأهل ويوجد العديد من المقاييس المستخدمة لقياس تقدير الذات، ويطلق على بعضها مفهوم الذات لكنها حقيقة معينة بقياس قيمة الذات، ومن هذه المقاييس:

1ـ **مقياس تقدير الذات" لكوبر سميث":** وهو مفيد للمسح داخل الغرفة الصفية، لقياس تقدير الذات وتقويم برامج تطوير تقدير الذات، ويمتاز بأهمية واسعة في مجال البحث العلمي وأجريت عليه دراسات عديدة، وتوافرت معلومات كافية عن صدقه وثباته ويستخدم للقياس القاعدي قبل مشاركة الطلبة في برنامج تحسين تقدير الذات وبعد انتهاء البرنامج.

2ـ **المقاييس الثقافية الحرة لتقدير الذات للأطفال والبالغين ل باتل:** وعددها اثنان الأول للصغار من الصف الثالث إلى التاسع، والآخر للبالغين ويقيسان مدى إدراك افرد لذاته.

3-**مقياس بيرس هاريس لمفهوم الذات لدى الأطفال:** و هو ملائم لغايات التشخيص العيادي لتقدير الذات و هو مصمم للطلبة من الصف الرابع إلى الثاني عشر و يقيس ستة أبعاد لتقدير الذات و هي:السلوك، المظهر العام، الانفعال، الشعبية، السعادة، الرضا و الوضع الأكاديمي العقلي.

4-**مقياس تقدير الذات "لروزنبرج" :** يختص بتقدير الفرد لذاته، يمتاز بأنه مختصر و يقيس تقدير الذات الكلي و يستعمل للكبار. (الحجري ،2011، ص18).

5ـ **مقياس مفهوم الذات ل تنيسي:** ويستعمل مع الأفراد من عمر اثني عشر عاما وأكبر ويوفر نتائج متعددة، وهي تقدير الذات الكلي ونتائج لثلاث مقاييس فرعية ويستخدم لغايات التشخيص العيادي.

6ـ **مقياس تقدير الذات للسلوك الأكاديمي ل "كوبر سميث وجلبيرتز"**: وهو موجه للمعلم لبيان رأيه في الطفل، ويقيس تقدير الذات الأكاديمي للأطفال في الروضة إلى الصف الثامن عن طريق تقدير المعلم مقياس تقدير الذات للأطفال لشو وهو موجه للمعلم ويقيس تقدير الذات من مرحلة رياض الأطفال وحتى الصف التاسع عن طريق تقدير المعلم.

7ـ **مقياس تقدير الذات في البيئة القطرية الذي قام بإعداده (حسين الدرين ي ومحمد سلامة) :** وطبقت الصورة المبدئية للمقياس على مجموعة من الطلبة وطالبات كلية التربية بجامعة قطر، وكان وجه الإفادة من هذه الدرجة المبدئية هو تعرف على بعض الصعوبات التي قد يعاني منها المستجيبون، وتعديل صياغة بعض

الوحدات التي يصعب فهمها، وبناء على ذلك عدلت الصورة المبدئية للمقياس وبعض العبارات لكي تكون أكثر مناسبة لطلبة وطالبات الجامعة. (الحجري، 2011، ص 18).

13- أهمية تقدير الذات:

كلما ينمو الطفل تزداد حاجته إلى التقدير ممن حوله في المدرسة، من أقرانه ومدرسيه ليحظى بهذا التقدير فيعمل وينشط في مجالات كثيرة في الدراسة، وفي أوجه النشاط المدرسي وفي النظام حيث يلفت إليه الأنظار ويحظى بالتقدير الاجتماعي المرغوب، وقد يتمثل تقدير الفرد من الآخرين بمدحه أو الثناء عليه، ونجد كذلك عند البالغين حيث يميل الفرد إلى أن يثاب على عمل أجاده أو مشروع قام به إثابة مادية، كالحصول على علاوة من رئيسه أو على درجة أو على تشجيع.

فحصيلة ما يصل إليه الفرد من نجاح أو فشل خلال خبرات حياته هي من تحدد شدة أو ضعف الحاجة إلى التقدير لدى هذا الفرد، فعندما يبدأ الفرد في إحداث التغيرات في البيئة المحيطة به فإن أصابه الفشل عاود المحاولة فيما هو أكثر تعقيدا أو مخاطرة، فنتيجة ما يصل إليه الفرد من موازنة بين ما أصاب محاولاته من نجاح وفشل في معالجة أمور البيئة والتحكم فيها، فإنه يكتسب الإقدام أو الإحجام عن مثل هذه المحاولات.

ويرى" **palmards**" أنه إذا كانت الحاجات النرجسية لم تشبع فإن تقدير الذات ينقص وأغلب الباحثين يؤكدون على أن تقدير الذات السوي هو الذي يسمح للفرد أن يتكيف وبالتالي يجلب الإحساس بالأمن، ويسمح له بتوظيف طاقته النفسية نحو معرفة حقائق الحياة.

إن الحاجة لتقدير الذات أو الشعور بالقيمة الذاتية، وهي في الواقع موجودة في أساس كل سلوك بشري وبمعنى آخر فإن كل واحد شخص مهم جدا في نظر نفسه، وهذا يعني شيئا كبيرا من سلوكنا مدفوعا بنظرتنا إلى أنفسنا، ونحن حين نتصرف نأخذ بعين الاعتبار ذواتنا وتأثير هذا التصرف بالنسبة إليها، فمن الممكن أخيرا التأكد على أن الفرد يدرك ذاته بأصالة على أنها جديرة بالتقدير، والاهتمام لديه أقوى مما لدى الشخص ذي مشاعر دونية. (أمزيان،2007، ص 34).

ومنه نستنتج أن تقدير الفرد لذاته بشكل ايجابي هو الذي يحدد طريقة تصرفه، وذلك ما يحقق الأمن النفسي والتوافق لديه.

خلاصة:

تعتبر الذات جزء كائن فينا منذ الولادة، يؤثر فينا ويشعرنا بوجودنا، فالذات الإنسانية يمكننا ملاحظتها في السلوك الذي يبديه الفرد.وكل ما حولنا يشكل أساس ذواتنا، فتفاعلنا مع الآخر يساعدنا على فهم الذات، بينما تقدير الذات تقييم لهذه الصفات التي تعتبر من أهم المشاعر الايجابية، حيث تنعكس هذه المشاعر على سلوكه وعلى ثقته بنفسه وعلى رؤية الآخرين له، فهو من أهم الخبرات السيكولوجية في حياة الفرد.

الفصل الرابع :إجراءات الدراسة الميدانية

تمهيد

1 -منهج الدراسة

2-ميدان الدراسة

3-مجتمع وعينة الدراسة

4-أدوات الدراسة

5-الخصائص السيكو مترية لأدوات الدراسة

6-الأساليب الإحصائية

خلاصة الفصل

تمهيد:

بعدما تم التطرق في الجانب النظري إلى متغيري الدراسة، والمتمثلين في كل من الوحدة النفسية وتقدير الذات، سوف يتم التطرق في هذا الفصل إلى الجانب الميداني من الدراسة، وذلك من أجل التحقق من فرضيات الدراسة المقترحة، والتي تحتاج إلى طريقة إحصائية لمعالجتها، وبناء على ذلك سيتم تخصيص هذا الفصل لعرض الإجراءات المنهجية المتبعة في الدراسة، وذلك من خلال عرض المنهج المتبع ومجتمع وعينة الدراسة الاستطلاعية والأساسية وكيفية اختيارها وخصائصها، وكذلك الأدوات المستخدمة في جمع بيانات الدراسة وخصائصها السيكومترية، وأخيرا الأساليب الإحصائية المستخدمة في تحليل البيانات واختبار الفرضيات.

1-منهج المستخدم في الدراسة:

نظرا لطبيعة موضوع الدراسة الذي يتناول الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتهابمستوى تقدير الذات لدى الطلبة الجامعيين، فقد تم استخدام المنهج الوصفي والذي يعرف بأنه" طريقة لوصف الموضوع المراد دراسته من خلال منهجية علمية صحيحة وتصوير النتائج التي تم التوصل إليها في أشكال رقمية معبرة يمكن تفسيرها. (المحمودي، 2019، ص 46).

كما أن المنهج الوصفي يهتم بدراسة الظواهر والأحداث كما هي من حيث خصائصها وأشكالها والعوامل المؤثرة في ذلك، فهو يدرس حاضر الظواهر والأحداث عن طريق وصفها، مع جميع الجوانب والأبعاد، ويهدف لاستخلاص الحلول وتحديد الأسباب، والعلاقات التي أدت إلى هذه الظواهر، للاستفادة منها في التنبؤ بمستقبل هذه الأحداث والظواهر.(دشلي،2016، ص 61).

فالمنهج الوصفي هو المنهج المناسب لهذه الدراسة، حيث يسمح بمعرفة العلاقة بين الوحدة النفسية وتقدير الذات لدى الطلبة الجامعيين، ومعرفة الفروق بين متوسطات أفراد العينة في كل من الوحدة النفسية وتقدير الذات والتي تعزى لمتغير (الجنس، المستوى، التخصص)، وهذا الأمر يتحقق من خلال الاستفادة من المزايا التي يتيحها المنهج الوصفي، وقد تم تحديد مشكلة البحث وصياغة الفرضيات في الفصل الأول، وسيتم في هذا الفصل اختيار أدوات الدراسة وحساب صدقها وثباتها، أما الخطوات الأخرى المتبقية فسيتم تناولها في الفصل الأخير.

2-ميدان الدراسة:

تم إجراء الدراسة بجامعة المدية يحي فارس، في الفترة الممتدة من **10/01/2024الى 28/03/2024.**

3-مجتمع وعينة الدراسة:

يتكون مجتمع الدراسة الأصلي من (1171)طالب وطالبة من قسم العلوم الاجتماعية بجامعة يحي فارس ولاية المدية للسنة التكوينية 2024 حيث تم إختيار العينة بطريقة قصدية شملت على (180) طالب وطالبة جامعيين من مستويات مختلفة (سنة ثانية ليسانس، سنة ثالثة ليسانس، أولى ماستر) ومن تخصص (علوم تربية، علم النفس، علم الاجتماع، أرطوفونيا).

قمنا في الجداول التالية بتوضيح توزيع مجتمع الدراسة حسب الجنس، حسب المستوى، حسب التخصص.

جدول رقم (01) يوضح مجتمع الدراسة حسب الجنس:

الجنس	العدد	النسبة المئوية%
ذكور	48	% 26.67
إناث	132	%73.33
المجموع	180	%100

نلاحظ في الجدول أعلاه ان عدد أفراد العينة حسب الجنس نسبة الإناث كانت عالية بحيث بلغت 73.33% مقارنة بنسبة الذكور التي لم تتجاوز 26.66% من العدد الإجمالي للطلبة.

جدول رقم (02) يوضح مجتمع الدراسة حسب المستوى:

الجنس	العدد	النسبة المئوية%
الثانية ليسانس	60	%33.33
الثالثة ليسانس	60	%33.33
ماستر	60	%33.33
المجموع	180	100

نلاحظ في الجدول أعلاه ان عدد أفراد العينة حسب مستوى الدراسي متساوية القيم لفئات الثلاث ماستر السنة الثانية والثالثة ليسانس أي بمقدر 60 طالب بكل مستوى نسبة مئوية تمثل 33.33 %.

جدول رقم (03) يوضح مجتمع الدراسة حسب التخصص:

الجنس	العدد	النسبة المئوية%
علوم التربية	45	%25
علم النفس	45	% 25
علم الاجتماع	45	%25
أرطوفونيا	45	%25
المجموع	180	%25

نلاحظ في الجدول أعلاه ان عدد أفراد العينة حسب التخصص متساوية القيم لفئات الأربعة حسب التخصصات (علوم التربية، علم النفس، علم الاجتماع، ارطوفونيا) أي بمقدر 45 طالب بكل مستوى نسبة مئوية تمثل 25 %.

4-أدوات الدراسة:

4-1-مقياس الشعور بالوحدة النفسية:

مقياس الإحساس بالوحدة النفسية لطلاب الجامعات والذي كيفه في البيئة العربية إبراهيم قشقوش (1988)، وقد أعده في **الأصل راسيل وكاترونا** سنة (1980)، والذي يعرف بـــ **UCLA Loneliness Scale وهو** هو مكون من 34 عبارة أمام كل عبارة أربعة إستجابات تقدير هي :معظم الأحيان، بعض الأحيان، نادرا، لا أشعر على الإطلاق، وتتراوح الدرجات التي يحصل عليها الفرد على المقياس بين 34 درجة كحد أدنى إلى 136 درجة كحد أقصى .وقد بينت نتائج التحليل العاملي لبنود المقياس أن إحساس الفرد بالوحدة النفسية يتضمن أربع مكونات أساسية هي:

- إحساس الفرد بالضجر نتيجة افتقاد التقبل والتواد والحب من جانب الآخرين.
- إحساس الفرد بوجود فجوة نفسية تباعد بينه وبين الأشخاص الوسط المحيط ويصاحبها أو يترتب عليها افتقاد إنسان يستطيع أن يثق به.
- معاناة الفرد لعدد من الأعراض العصابية كالإحساس بالملل والإجهاد وانعدام القدرة على تركيز الانتباه، والاستغراق في أحلام اليقظة.
- إحساس الفرد بافتقاد المهارات الاجتماعية اللازمة من أجل انخراطه في علاقات مشيعة أو مثمرة مع الآخرين.

***طريقة التصحيح :**يطلب من المفحوص إبداء الرأي بالنسبة لكل من هذه العبارات، وذلك على مقياس متدرج من أربع استجابات أشعر بما تنطوي عليه العبارة معظم الأحيان، أشعر بما تنطوي عليه العبارة في بعض الأحيان، أشعر بما تنطوي عليه العبارة نادرا، لا أشعر بما تنطوي عليه عبارة على الإطلاق، لكل من هذه الاستجابات على الترتيب (.1-2-3-4) وهذا مع تخصيص الأرقام. تكون أقصى درجة يتحصل عليها المفحوص في هذا المقياس هي (136) درجة، في حين تكون أقل درجة يمكن أن يحصل عليها المفحوص هي (34) درجة.

4-2-مقياس تقدير الذات ل كوبر سميث:Cooper Smith

تعريف المقياس :هو مقياس أمريكي الأصل صمم من طرف الباحث (كوبر سميث) سنة (1967) لقياس الاتجاه التقييمي نحو الذات في المجالات الاجتماعية، الأكاديمية، العائلية والشخصية.

يمكننا المقياس من الحصول على عدة نتائج يمكن المقارنة بينها مثل الطريقة التي يدرك بها الفرد ذاته وما يجب أن يكون وكيف يدركه الآخرين.

يحتوي المقياس على (25) عبارة منها السالبة ومنها الموجبة .ويقابل كل منها زوجين من الأقواس أسفل الكلمتين (تنطبق) و (لا **تنطبق**) وتتمثل التعليمة في أن يضع الشخص الذي يطبق عليه الاختبار علامة (x) داخل المربع الذي يحمل **(تنطبق)** إذ كانت العبارة تصف ما يشعر به، أما إذا كانت العبارة لاتصف ما يشعر به فيضع علامة (x) داخل المربع الذي يحمل كلمة (لا تنطبق).

منها العبارات السالبة ذات الأرقام:

2 ،3 ،6 ،7 ، 10 ، 12 ،13 ، 15 ، 16 ، 17 ، 18 ، 21 ، 22 ، 23 ، 24، 25 .

والعبارات الموجبة ذات الأرقام:

1 ، 4 ، 5 ، 8 ، 9 ،11 ، 14 ، 19 ، 20 .

***طريقة التصحيح :**

يتضمن هذا المقياس عبارات موجبة وأخرى سالبة، كما هو موضح في هذا الجدول:

العبارات الموجبة	العبارات السالبة
1 ، 4 ، 5 ، 8 ، 9 ،11 ، 14 ، 19 ، 20 .	2 ،3 ،6 ،7 ، 10 ، 12 ،13 ، 15 ، 16 ، 17 ، 18 ، 21 ، 22 ، 23 ، 24، 25 .

فالإجابات الموجبة إذا اجاب عليها المفحوص ب" تنطبق "يعطى درجة على كل منها وإذا أجاب ب "لا تنطبق "لا يعطى درجة.

والعكس بالنسبة للإجابات السالبة أي إذا اجاب عليها المفحوص ب" لا تنطبق "يعطى درجة على كل منها وإذا أجاب ب" تنطبق "لا يعطى اي درجة.أقصى درجة يمكن الحصول عليها هي (25).

مستويات تقدير الذات	الفئات
درجة تقدير ذات" منخفضة"	20ـــ40
درجة تقدير ذات" متوسطة"	40ـــ60
درجة تقدير ذات" مرتفعة"	60ـــ80

5-الخصائص السيكومترية لمقياس الوحدة النفسية:

للتحقق من الصدق والثبات لمقياس الوحدة النفسية تم الاعتماد على دراسة الباحثتين (بن حمودة، أشيبوط،2022).

5-1-1-الصدق لمقياس الوحدة النفسية:

تم الاعتماد على **الصدق التمييزي؛ ولأجل** ذلك تم تطبيقه على أفراد العينة الاستطلاعية البالغ عددهم(30) تلميذا وتلميذة، وتم التأكد من الصدق التمييزي عن طريق حساب الفروق بين متوسط درجات مجموعة الأرباعي الأعلى، ومتوسط درجات مجموعة الأرباعي الأدنى باستخدام اختبار**(ت)**لدلالة، (الفروق بين المتوسطات، حيث بلغت قيمتها(0,905)، وهي قيمة دالة عند مستوى الدلالة (0،01)وهذا يعني أنه توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطي مجموعة الأداء الأعلى ومجموعة الأداء الأدنى، وهذا يدل على أن مقياس الوحدة النفسية المستخدم في هذه الدراسة صادق.

5-1-2-الثبات :

وللتحقق من ثبات هذا المقياس قامت الطالبتان بحساب معامل الثبات لعينة من التلاميذ المتكونة من (30) تلميذا وتلميذة، وذلك بالاعتماد على:

***التجزئة النصفية: والتي** تمت من خلال :

أ-استخدام معادلة" سبيرمان براون :"تم تطبيق المقياس على أفراد العينة الاستطلاعية، ثم حساب معامل الارتباط بين درجاتهم في المفردات الفردية ودرجاتهم في المفردات الزوجية، فبلغت قيمة معامل ثبات التجزئة النصفية (0،956) ، وبعد تصحيحه باستخدام معادلة" **سبيرمان براون** "بلغ معامل ثبات ال مقياس(0،977)، وهي قيمة مرتفعة تدل أن المقياس ثابت.

ب-استخدام معادلة" جوتمان :"تم تطبيق المقياس على أفراد العينة الاستطلاعية، ثم حساب معامل الثبات باستخدام معادلة" **جوتمان** "حيث بلغ (0،977) ، وهي قيمة مرتفعة تدل على أن المقياس ثابت.

***طريقة" ألفاكرونباخ :"**تم حساب معامل ثبات المقياس باستخدام معامل" **ألفاكرونباخ"**، حيث بلغت قيمته (0،951)، وهي قيمة مرتفعة تدل على أن المقياس ثابت.

5-2-الخصائص السيكو مترية لمقياس تقدير الذات:

للتحقق من الصدق والثبات تم الاعتماد على دراسة بلاغيث، بكاير (2020).

5-2-1-صدق استبيان تقدير الذات :

صدق المقارنة الطرفية (التمييزي) لاستبيان تقدير الذات:

تمت المقارنة بين % 33 من المستوى العلوي مع % 33 من المستوى السفلي ثم طبق بعد ذلك اختبار" ت "لدلالة الفروق بين متوسطي العينتين وكانت النتيجة مثلما هو موضح في الجدول الموالي:

يوضح صدق المقارنة الطرفية لمقياس تقدير الذات باختبار(ت) لعينتين مستقلتين

المجموعة	عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت المحسوبة	مستوى الدلالة
أعلى% 33 من الدرجات	10	7.5	1.581	22.27	0.00
الأدنى% 33 من الدرجات	10	20.8	1.032		

نلاحظ من خلال الجدول رقم(4) أن حجم العينة الاستطلاعية للمتكونين في مقياس تقدير الذات هو (30) حيث كانت المجموعة العليا ودنيا تمثل (% 33) أي عدد أفراد المجموعتين هو(10) وكما تشير البيانات في الجدول إلى أن المتوسط الحسابي للفئة العليا والدنيا على التوالي كانت (7.5) و (20.8) ، والانحراف المعياري الفئة العليا والدنيا على التوالي كان (1.58) و (1.03) ، وبلغت ت المحسوبة قيمة (22.27) عند مستوى الدلالة sig (0.00) وهي أصغر من (0.01) وهذا يعني انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين، إذا فمقياس تقدير الذات يتمتع بصدق مقارنة طرفية.

الصدق الذاتي لمقياس تقدير الذات- :

فقمنا بحساب الصدق الذاتي لمقياس تقدير الذات والذي يساوي الجذر التربيعي للثبات، فوجدنا قيمة الصدق الذاتي هي (0.894) ، وهذه القيمة قريبة من (01) وهذا يدل على الصدق الذاتي للمقياس.

5-2-2-ثبات الاتساق الداخلي:

من أجل التحقق من ثبات الاتساق الداخلي لدرجات الاستبيان استخدمنا معامل الارتباط ألفا كرونباخ، فهو يعتبر من أهم مقاييس الاتساق الداخلي للاستبيان المكون من درجات مركبة ومعامل ألفا كرونباخ يربط ثبات الاختبار بثبات بنوده.

وهو من أكثر الطرق استخداما للدلالة على ثبات درجات المقاييس النفسية، وقد أظهر التطبيق النتائج المبينة بالتفصيل كالآتي:

الأبعاد	عدد البنود	معامل ألفا كرونباخ
مقياس تقدير الذات	25	0.801

نلاحظ من خلال الجدول رقم (5) أن معامل ألفا كرونباخ للدرجة الكلية أظهرت النتائج أن معامل ألفا كرونباخ لمقياس تقدير الذات بلغ (0.801) وهي أكبر من (0.800) وهي قيمة مرتفعة تعني أن المقياس يمتلك معاملات ثبات عالية.

ثبات التجزئة النصفية لمقياس تقدير الذات- :

حيث يتم تجزئة فقرات الاستبيان إلى جزئيين، الجزء الأول يمثل الأسئلة الفردية والجزء الثاني يمثل الأسئلة الزوجية ثم يحسب معامل الارتباط بيرسونr بين درجات الأسئلة الفردية ودرجات الأسئلة الزوجية ثم تصحيح معامل الارتباط بمعادلة بيرسون براون.

فقد قمنا باستخدام طريقة التجزئة النصفية للتأكد من ثبات درجات الاستبيان باستخدام برنامج **SPSS** "

"يتيح استخدام معامل جيثمان للتجزئة النصفية ويقوم بحساب معامل سبيرمان براون في حالة عدم تكافئ طول الجزئين، والجدول رقم (6) يظهر نتائج تطبيق التجزئة النصفية.

يبين معاملات الثبات عن طريق التجزئة النصفية لمقياس تقدير الذات

الأسلوب المستخدم		قيمة المعامل
ألفا كرونباخ	**الجزء الأول 13**	0.760
	الجزء الثاني 12	0.779
معامل سبيرمان براون في حالة عدم تكافؤ طول الأجزاء		0.903
معامل التجزئة النصفية لجيثمان		0.701

يتضح من الجدول رقم (6) أن قيمة جميع المعاملات الارتباط لمقياس تقدير الذات كلها أكبر من(0.750) وهي بذلك معاملات عالية توحي بثبات عالي لدرجات الاستبيان.

وانطلاقا من كل ما سبق في معاينة الصدق والثبات وبالنظر إلى قيمة معامل ألفا كرونباخ المرتفعة، فإن مقياس تقدير الذات تميز بصدق وثبات عالي. (بلاغيث، بكاير،2020).

6-الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة الحالية:

- نظام الحزمة الإحصائية الاجتماعية spss.

-المتوسطات الحسابية والانحرفيات المعيارية.

-معامل الارتباط بارسون.

-اختبار الفروق (ت) (t . test) لمجموعتين غير متساويتين وغير متجانستين .

-اختبار الفروق (ت) (t . test) لمجموعة واحدة|.

-اختبار تحليل التباين الأحادي (anova one way).

-اختبار الفروق بين المتوسطات (شيفيه) cheffe.

خلاصة:

بعد التطرق إلى أهم الخطوات المنهجية لإجراءات الدراسة الميدانية والتي تناولنا فيها منهج الدراسة وميدان الدراسة ومجتمع الدراسة وعينته، وأيضا الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة المتمثلين في مقياس الشعور بالوحدة النفسية ومقياس تقدير الذات، وفي الأخير ذكرنا الأساليب الإحصائية التي تساعدنا في تحقيق النتائج.

الفصل الخامس :عرض وتفسير نتائج الدراسة

1-عرض وتفسير نتائج الفرضية الأولى

2-عرض وتفسير نتائج الفرضية الثانية

3- عرض وتفسير نتائج الفرضية الثالثة

4-عرض وتفسير نتائج الفرضية الثالثة

5-عرض وتفسير نتائج الفرضية الثالثة

الاستنتاج العام للدراسة.

عرض وتحليل ومناقشة نتائج حساب فرضيات الدراسة:

1. عرض وتحليل ومناقشة نتائج حساب الفرضية العامة:

والتي تنص على أنه توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين الوحدة النفسية وتقدير الذات لدى طلبة جامعة المدية.

وبعد تطبيقنا لمعامل الارتباط بيرسون، والنتائج مدونة في الجدول الأتي:

الجدول رقم (07): يبين نتائج استخدام معامل الارتباط بيرسون.

	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	معامل الارتباط	الدلالة الإحصائية (sig)	مستوى الدلالة	النتيجة (الدلالة الإحصائية)
الوحدة النفسية	180	89.6722	19.87807	-0.578**	0.000	0.01	دالة
تقدير الذات	180	15.0833	4.17612				

من خلال الجدول رقم(07) وبعد تطبيقنا لاختبار معامل الارتباط بيرسون على مقياسي الوحدة النفسية وتقدير الذات قدرت قيمته بـ(0.578-) وهو ارتباط عكسي مرتفع بين المتغيرين، وبمتوسط حسابي للوحدة النفسية قدرت قيمته ب(89.6722) وبانحراف معياري بلغت قيمته ب(19.87807)، أما قيمة المتوسط الحسابي لتقدير الذات بلغت ب(15.0833) وبانحراف معياري قدر ب(4.17612) وبدلالة إحصائية بلغت (0.000) وهي دالة إحصائيا عند مستوى دلالة (0.01).

نستنتج أنه تحققت الفرضية البديلة القائلة بأنه توجد علاقة إرتباطية عكسية مرتفعة دالة احصائيا بين الوحدة النفسية وتقدير الذات لدى طلبة جامعة المدية.

اتفقت نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة كل من شرين وابراهيم (2014) الشعور بالوحدة النفسية وعلاقته بتقدير الذات لدى طلاب الجامعة وتوصلت نتائج الدراسة إلى أنه توجد علاقة ارتباطية سالبة بين الشعور بالوحدة النفسية وتقدير الذات.

كما لم تتوافق هذه الدراسة مع دراسة المجالي (2014) والتي توصلت إلى عدم وجود فروق في درجات تقدير الذات والشعور بالوحدة النفسية.

تعزو الباحثتين أن ارتفاع درجة الشعور بالوحدة النفسية يقابله انخفاض في مستوى تقدير الذات، حيث أن الانخفاض في درجة تقدير الذات على المقياس يعني بأن هناك تقديرا منخفضا أو سلبيا للذات. كما أن الارتفاع في درجة تقدير الذات يقابله انخفاض في درجة الشعور بالوحدة النفسية ويعني بأن هناك شعورا منخفضا بالوحدة النفسية.

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء أن تقدير الذات من السمات التي تشير إلى توافق الفرد من عدم توافقه، وانعكاس لما يشعر به الفرد كالشعور بالنقص وعدم الرضا والوحدة النفسية وهذا ما التمسناه عند مجموعة من الطلبة من حيث اتخاذ القرار وصعوبة التحدث أمام الجماعات والشعور بالخجل الاجتماعي من ناحية اللغة والمستوى المعيشي والمظهر الخارجي وهو الغالب في عصرنا الحالي، كما أن التقليد الأعمى للطلبة لبعضهم البعض دفع بالكثير منهم إلى عدم توافقهم النفسي وبالتالي سوء تقديرهم لذواتهم.

إن الشعور بالوحدة النفسية لدى الطالب هو ناتج عن التناقض بين الذات الداخلية والذات الخارجية وتداخل الكثير من العوامل التي تزيد من الشعور بالوحدة النفسية وتؤدي إلى ضعف الثقة بالنفس. ويعتبر العامل الرئيسي للطالب هو الحاجة إلى تحقيق الذات وتحقيق المكانة التي يسعى إليها وذلك لإشباع رغبته أو رغبة أسرته وحتى رغبة المحيط الاجتماعي الذي ينتمي إليه. فنظرتنا الإيجابية التي نستمدها من القوة الداخلية والثقة التي يمنحها الطالب لقدراته تجعله يقدر ذاته ويتقبلها بكل ما تحمل من شوائب.

أما السلبية نحو الذات التي يحملها الطالب تجعله يحمل شعورا بعدم الرضا، والقلق والانزعاج ورفض الذات ويؤثر حتما على تحصيله الأكاديمي.

2.عرض نتائج حساب الفرضية الجزئية الأولى:

مستوى الوحدة النفسية لدى طلبة جامعة المدية متوسط.

وبعد تطبيقنا لاختبار الفروق ت (t-test) لمجموعة واحدة، والنتائج مدونة في الجدول التالي:

الجدول رقم (08): يبين نتائج حساب اختبار الفروق ت (t-test) لعينة واحدة.

	عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الاختبار ت(t-test) لعينة واحدة	درجة الحرية	الدلالة الاحصائية	الملاحظة
الوحدة النفسية	180	89.6722	19.87807	-8.320	179	0.000	دالة

يتضح من خلال الجدول رقم (08) أن قيمة المتوسط الحسابي فيما يخص الوحدة النفسية قدرت بـ(89.6722) وبإنحراف معياري قدر بـ (19.87807)، أما قيمة اختبار الفروق ت (t-test) لمجموعة واحدة قدر بـ(8.320-) وبدلالة احصائية بلغت (0.000). وهي قيمة تنتمي إلى مجال المتوسط الفرضي المقدر بـ (68-102)، وهي دالة.

مما يدل على تحقق الفرضية القائلة بأن مستوى الوحدة النفسية لدى طلبة جامعة المدية متوسط.

اتفقت الدراسة الى حد ما مع دراسة رحال سعيد(2016) الامن النفسي وعلاقته بالوحدة النفسية لدى الطالب الجامعي المقيم وتوصلت إلى أن مستوى الوحدة النفسية متوسط.

واختلفت نتائج هذه الدراسة مع دراسة النعاس واخرون (2024) الوحدة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلبة كلية التربية جامعة مصراتة والتي توصلت إلى أن مستوى الوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة ضعيف.

تعزو الباحثتين أن الوحدة النفسية هي خبرة ذاتية قد يعاني منها الفرد على الرغم من وجوده مع غيره من الناس وعندما تخلو حياته من علاقات اجتماعية مشبعة بالألفة والمودة ويمكن تفسير متوسط الوحدة النفسية أن الطالب الجامعي وصل إلى مرحلة من النضج الفكري الذي يسمح له بالتحكم في اختياراته في بناء علاقات اجتماعية كالمشاركة في النوادي والجمعيات والمنظمات الطلابية وكذا التجمعات الثقافية وإظهار الثقافة الشخصية ، ويقضي الطلبة في مثل هذه التجمعات معظم أوقاتهم يتشاركون في أرائهم وأفكارهم وحتى حواراتهم مما يسهم في إنشاء روابط وعلاقات اجتماعية معينة مع المحيطين بهم سواء داخل الحرم الجامعي او حتى في الاقامات الجامعية مما يؤدي بهم إلى حالة الاندماج والتفاعل الاجتماعي مع الآخرين، والانتماء لمثل هكذا علاقات الاجتماعية المبنية على التقبل والتآخي فيما بين الطلبة الجامعيين يشعرهم هذا بالحب المتبادل والقبول

والتقبل للآخرين مكونين علاقات دافئة مملوءة بالشعور بالرضا والانتماء للحياة الجامعية المنتمي إليها مما يقلل عندهم مشاعر العزلة والانطواء وبالتالي عدم الشعور بالوحدة النفسية.

3 عرض نتائج حساب الفرضية الجزئية الثانية:

والتي تنص على أن مستوى تقدير الذات لدى طلبة جامعة المدية مرتفع.

وبعد تطبيقنا لاختبار الفروق ت (t-test) لمجموعة واحدة، والنتائج مدونة في الجدول التالي:

الجدول رقم (09): يبين نتائج حساب اختبار الفروق ت (t-test) لعينة واحدة.

	عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الاختبار ت(t-test) لعينة واحدة	درجة الحرية	الدلالة الاحصائية	الملاحظة
تقدير الذات	180	15.0833	4.17612	6.693	179	0.000	دالة

يتضح من خلال الجدول رقم (09) أن قيمة المتوسط الحسابي فيما يخص تقدير الذات قدرت بـ(15.0833) وبإنحراف معياري قدر بـ (4.17612)، أما قيمة اختبار الفروق ت (t-test) لمجموعة واحدة قدر بـ(6.693) وبدلالة احصائية بلغت (0.000). وهي قيمة أكبر من المتوسط الفرضي المقدر بـ(13)، وهي دالة.

مما يدل على تحقق الفرضية القائلة بأنه مستوى تقدير الذات لدى طلبة جامعة المدية مرتفع قليلا.

اتفقت هذه الدراسة مع دراسة النعاس وآخرون (2024) الوحدة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلبة كلية التربية جامعة مصراته والتي توصلت الى أن مستوى تقدير الذات كان مرتفعا لدى طلبة الجامعة.

واختلفت الدراسة مع دراسة المجالي (2014) مستوى الشعور بالوحدة النفسية وعلاقته بتقدير الذات لدى طلبة جامعة حائل في المملكة العربية السعودية بأن مستوى تقدير الذات لدى طلبة جامعة حائل كان متوسطا.

تعزو الباحثتان أن سبب ارتفاع مستوى تقدير الذات لطلبة الجامعة هو انعكاس لقوة الشخصية للطالب الجامعي ومدى النضج الذي وصل إليه أو السمة التي امتلكها الطالب منذ دخوله المستوى الجامعي. إن هذه

السمات ترتبط باحترامه لنفسه وتطوير مهاراته ومستوى الطموح لديه لإشباع حاجياته وكلها علامات دالة على الثقة بالنفس تمكنه من تحديد نقاط القوة ومواطن الضعف لديه.

إن تقدير الذات هو دليل على تحمل الطالب لمسؤوليته تجاه نفسه داخل الجامعة والسعي وراء تحقيق أهدافه التي يسمى إليها والوصول إلى المكانة الاجتماعية التي يرغب بها فتحقيق التوازن النفسي والاجتماعي يخلص الطالب من الشعور بالوحدة النفسية.

4 عرض وتحليل ومناقشة نتائج حساب الفرضية الجزئية الثالثة:

والتي تنص على أنه توجد فروق ذات دلالة احصائية في الوحدة النفسية وتقدير الذات لدى عينة طلبة جامعة المدية تعزى لمتغير الجنس.

وبعد تطبيق اختبار الفروق ت (t-test) لمجموعتين غير متساويتين وغير متجانستين، تحصلنا على النتائج التالية:

الجدول رقم (10): يبين نتائج اختبار الفروق ت (t-test) لمجموعتين غير متساويتين وغير متجانستين

		حجم العينة	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	قيمة اختبار ت	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية (sig)	مستوى الدلالة	النتيجة (الدلالة الإحصائية)
الوحدة النفسية	ذكر	48	82.3750	19.94847	-3.037	178	0.003	0.05	دالة
	أنثى	132	92.3258	19.24947					
تقدير الذات	ذكر	48	16.1875	4.08764	2.161	178	0.032	0.05	دالة
	أنثى	132	14.6818	4.15045					

يتضح من خلال الجدول رقم (10) أن قيمة المتوسط الحسابي لفئة الذكور فيما يخص الوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة تقدر بـ(82.3750) وبإنحراف معياري قدر بـ (19.94847)، وهي أقل من قيمة المتوسط الحسابي لفئة الإناث فيما يخص الوحدة النفسية والتي قدرت بـ (92.3258) وبإنحراف معياري بلغت قيمته بـ (19.24947)، كما بلغت قيمة الإختبار ت (t-test) لمجموعتين غير متساويتين وغير متجانستين بـ(3.037-) عند درجة حرية (178)، وبدلالة إحصائية (sig) بلغت قيمتها بـ (0.003)، مما يدل على أنها دالة عند مستوى دلالة (0.05).

ومنه توجد فروق ذات دلالة احصائية في الوحدة النفسية لدى عينة من طلبة جامعة المدية تعزى لمتغير الجنس ولصالح الاناث.

ومن جهة أخرى تحصلنا على قيمة المتوسط الحسابي لفئة الذكور فيما يخص تقدير الذات لدى طلبة الجامعة تقدر بـ(16.1875) وبإنحراف معياري قدر بـ (4.08764)، وهي أكبر من قيمة المتوسط الحسابي لفئة الإناث فيما يخص تقدير الذات والتي قدرت بـ (14.6818) وبإنحراف معياري بلغت قيمته بـ (4.15045)، كما بلغت قيمة الإختبار ت (t-test) لمجموعتين غير متساويتين وغير متجانستين بـ(2.161) عند درجة حرية (178)، وبدلالة إحصائية (sig) بلغت قيمتها بـ (0.032)، مما يدل على أنها دالة عند مستوى دلالة (0.05).

ومنه توجد فروق ذات دلالة احصائية في تقدير الذات لدى عينة من طلبة جامعة المدية تعزى لمتغير الجنس ولصالح الذكور.

وبالتالي نقبل الفرضية البديلة القائلة بأنه توجد فروق ذات دلالة احصائية في الوحدة النفسية لدى عينة من طلبة جامعة المدية تعزى لمتغير الجنس ولصالح الاناث. كما انه توجد فروق ذات دلالة احصائية في تقدير الذات لدى عينة من طلبة جامعة المدية تعزى لمتغير الجنس ولصالح الذكور.

اتفقت الدراسة مع دراسة زموري ومنادلي (2016) الشعور بالوحدة النفسية وعلاقته بتقدير الذات لدى عينة من طلبة جامعة المدية والتي توصلت إلى وجود فروق بين الجنسين ولصالح الذكور.

كما اختلفت نتائج الدراسة مع دراسة بركات عبد الحق (2014) الشعور بالوحدة النفسية وعلاقته بتقدير الذات لدى عينة من طلبة الجامعة والتي نصت على أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح متغير الجنس.

تعزو الباحثتين سبب هذه النتيجة يرجع بالأساس إلى طبيعة التنشئة الأسرية والاجتماعية الحالية التي تفرضها الأسر على الفتيات دون الذكور وهذه القيود والشدة في العلاقات تولد الفتاة وهي تحمل نوعا من الانطواء والعزلة والمخاوف وعدم الثقة وعدم الشعور بالأمان والطمأنينة فتحد هذه العوامل من حريتها وتلبية كل حاجياتها وتكون سببا في الشعور بالوحدة النفسية. فجذور الوحدة النفسية تعود بالأساس إلى المراحل العمرية التي يمر بها الفرد فالحياة الأسرية تختلف من طالب إلى اخر ومن جنس إلى اخر فهناك من عانى في مراحل نموه إلى الانفصال الأبوي، أو الإهمال أو العنف الأسري، أو الحرمان العاطفي كل هذه العوامل تزيد من الشعور بالوحدة النفسية وتؤثر بشكل أكبر على الفتاة دون الذكور.

فالبناء النفسي لشخصية الطالب انطلق من الأسرة والدور الذي تقوم به لتقييم الفرد لذاته وقائم على تقوية تقدير الذات والأدوار التي تمنحها الأسرة للذكر والأنثى وتعطي لكل منهما خصوصية حسب ثقافة المجتمع

الذي ينتمي إليه وعاداته وتقاليده وقيمه فالذكر في المجتمع يملك أحقية السلطة والاستقلالية والصلابة والقوة البدنية والقيادية والحفاظ على الارث الأسري ،فالطالب وهو مزود بكل هذه الدعائم وزيادة عليه المكانة الاجتماعية التي سيحظى بها ومستوى الوعي الفكري تزيد من تقديره لذاته وهذا ما يفسر ارتفاع درجات تقدير الذات لصالح الذكور. على عكس الأنثى وحتى وإن تعددت أدوارها فتبقى تبحث عن الدور العاطفي وهذا ما يؤدي إلى تباعد بين درجات تقدير الذات بين الجنسين.

5-عرض نتائج الفرضية الجزئية الرابعة:

والتي تنص على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الوحدة النفسية وتقدير الذات لدى طلاب الجامعة تعزى لمتغير المستوى (سنة ثانية ليسانس/ سنة ثالثة ليسانس/ سنة أولى ماستر). ولاختبار صحة الفرضية يتم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (Anova one way).

والنتائج مدونة في الجدول التالي:

الجدول رقم (11): يبين نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي (Anova one way).

	المجموعات	مجموع التباين	درجة الحرية	متوسط التباين	القيمة F	الدلالة الاحصائية
الدرجة الكلية للوحدة النفسية	داخل المجموعات ما بين المجموعات كلي	2565.478 68164.183 70729.661	2 177 179	1282.739 385.108	3.331	0.038
الدرجة الكلية لتقدير الذات	داخل المجموعات ما بين المجموعات كلي	8.033 3113.717 3121.750	2 177 179	4.017 17.592	0.228	0.796

من خلال الجدول رقم (11) وللمقارنة بين متوسطات فئات المستويات الثلاث الاكاديمية في الدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات، تمّ استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (Anova one way) الذي قدر في الدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات بـ(0.228) عند مستوى الدلالة (0.796)، وبما أن مستوى دلالته أكبر من (0.05) فهذا يعني أنه لا توجد فروق بين متوسطات الفئات.

ومن جهة أخرى وللمقارنة بين متوسطات فئات المستويات الثلاث الاكاديمية في الدرجة الكلية لمقياس الوحدة النفسية، تمّ استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (Anova one way) الذي قدر في الدرجة الكلية

لمقياس الوحدة النفسية بـ(3.331) عند مستوى الدلالة (0.038)، وبما أن مستوى دلالته أقل من (0.05) فهذا يعني أنه توجد فروق بين متوسطات الفئات.

يتضح من خلال الجدول السابق بأنه توجد فروق بين المجموعات الثلاث (سنة ثانية ليسانس/ سنة ثالثة ليسانس/ سنة أولى ماستر) فيما يخص الوحدة النفسية لدى طلاب الجامعة ترجع لمتغير المستوى وهذا عند مستوى دلالة (0.05). ولتحديد المجموعة الأكثر وحدة نفسية عند هؤلاء الطلبة الجامعيين حسب مستواهم، يتم استخدام اختبار الفروق بين عدة متوسطات (شيفيه)، والجدول التالي يوضح النتائج المتوصل إليها:

الجدول رقم (12): يبين نتائج حساب الفروق بين المتوسطات (شيفيه)

	المستوى		الفروق بين المتوسطات	الدلالة الاحصائية
الدرجة الكلية لمقياس الوحدة النفسية	1	2	-7.61667	0.107
		3	-8.35000	0.069
	2	1	7.61667	0.107
		3	-0.73333	0.979
	3	1	8.35000	0.069
		2	0.73333	0.979

نلاحظ أن طلاب الجامعة ذوو المستوى في المجموعة رقم (3) أي (سنة أولى ماستر) أكثر وحدة نفسية مقارنة مع البقية وهذا حسب الدرجة الكلية. ثم تأتي بعدها المجموعة رقم (2) أي (سنة ثالثة ليسانس) لتأتي في الأخير المجموعة رقم (1) أي (سنة ثانية ليسانس).

من جهة أخرى ومن خلال الجدول السابق وللمقارنة بين متوسطات فئات المستوى الثلاث للمستوى الأكاديمي في الدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات، تمّ استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (Anova one way) الذي قدر في الدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات بـ(0.228) عند مستوى الدلالة (0.796)، وبما أن مستوى دلالته أكبر من (0.05) فهذا يعني أنه لا توجد فروق بين متوسطات الفئات.

ومما سبق يتضح بأنه توجد فروق بين المجموعات الثلاث (سنة ثانية ليسانس/ سنة ثالثة ليسانس/ سنة أولى ماستر) فيما يخص الوحدة النفسية لدى طلاب الجامعة ترجع لمتغير المستوى وهذا عند مستوى دلالة (0.05).

ولا توجد فروق بين المجموعات الثلاث (سنة ثانية ليسانس/ سنة ثالثة ليسانس/ سنة أولى ماستر) فيما يخص تقدير الذات لدى طلاب الجامعة ترجع لمتغير المستوى سواء عند مستوى دلالة (0.01 أو 0.05).

توافقت مع دراسة صبح القيق (2011) والتي هدفت الى معرفة الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الفنون الجميلة لجامعة بجامعة الاقصى وتوصلت الى وجود فروق فردية فيما يخص الشعور بالوحدة النفسية على متغير المستوى.

اختلفت مع دراسة الصوفي (2021) في دراسته الشعور بالوحدة النفسية لدى طلاب جامعة تلمسان والتي توصلت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية على مقياس الشعور بالوحدة النفسية لمتغير المستوى الدراسي.

كما اختلفت الدراسة مع دراسة عابد(2002) والتي توصلت الى وجود فروق ذات دلالة احصائية لصالح متغير تقدير الذات في المستوى الدراسي.

تعزو الباحثتين سبب هذه النتيجة راجع إلى أن طلبة الأولى ماستر هم مزيج بين الطلبة 20%-80 %- فالطالب الذي التحق مجددا لمقاعد التكوين البيداغوجي يصعب عليه الالفة والتأقلم والاندماج النفسي والتعليمي بحكم الانقطاع الطويل واختلاف العمر بين الطلبة.

ويقع الكثير من طلبة الماستر فئة 20% في عدم التكيف مع التغيير الذي حصل في نظام التدريس بحيث معظم الطلبة تكونوا في النظام الكلاسيكي المعتمد سابقا من طرف الهيئة المعنية بالتكوين البيداغوجي، مع الإشارة أن النظام المعتمد حاليا هو نظام LMD.

كما أن الكثير من الطلبة قد يصابوا بخيبة الأمل بعد حصولهم على شهادة الليسانس ويكونوا بانتظار الوظيفة ليجدوا أنفسهم في نفس المسار التكويني، إن الإحباط النفسي وانعدام الحلول الاجتماعية يجعلهم أكثر يأسا وتشاءما وعزلتا، وعدم تحقيق أحلامهم وطموحاتهم يولد لديهم الشعور بالوحدة النفسية.

أما طلبة السنة الثالثة هم كذلك في صراع مع الوقت في إنهاء مهاهم الدراسية وتحقيق أول شهادة في مسارهم الجامعي فالضغط الأكاديمي والطموح والتخطيط للمستقبل كلها عوامل تزيد من شعورهم بالوحدة النفسية.

وطلبة السنة الثانية فهم في المرتبة الثالثة بنسبة أقل، فهم في مرحلة التأقلم وإثبات ذاتهم وبناء صداقات اجتماعية والتعرف أكثر على البيئة الجامعية.

كما أن النتائج المتحصل عليها ومفادها أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات تبعا لمتغير المستوى الدراسي (سنة ثانية ليسانس، سنة ثالثة ليسانس، أولى ماستر) أن متغير المستوى لا يؤثر على مستوى تقدير الذات ويرجع ذلك أن الطالب الجامعي منذ دخوله إلى المحيط الجامعي مهما كان مستواه الدراسي هو في الأساس يملك سمات تقدير الذات ومنذ دخوله إلى الجامعة هو في صدد تعلم المهارات اللازمة لتحقيق تقدير

الذات ويسعى إلى تحقيقه التوازن النفسي ويترفع عن الصراعات العلائقية والاجتماعية وذلك للإنفتاح الفكري وزيادة الوعي والإحساس بالمسؤولية تجاه سلوكياته في كل مستوى, فالإهتمام والقبول والاحترام الذي يلقاه الطالب داخل الجامعة في كافة المستويات تجعله يصر على النجاح وتجعله مستبصرا أكثر بذاته ،وهو ما يعكس عدم وجود فروق في تقدير الذات في كافة المستويات .

1-5 عرض نتائج الفرضية الجزئية الخامسة:

والتي تنص على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الوحدة النفسية وتقدير الذات لدى طلاب الجامعة تعزى لمتغير التخصص (علم النفس/ علوم التربية/ علم الاجتماع/ أرطوفونيا).

ولاختبار صحة الفرضية يتم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (Anova one way).

والنتائج مدونة في الجدول التالي:

الجدول رقم (13): يبين نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي (Anova one way)

	المجموعات	مجموع التباين	درجة الحرية	متوسط التباين	القيمة F	الدلالة الاحصائية
الدرجة الكلية للوحدة النفسية	داخل المجموعات ما بين المجموعات كلي	1479.179 69250.489 70729.661	3 176 179	493.057 393.469	1.253	0.292
الدرجة الكلية لتقدير الذات	داخل المجموعات ما بين المجموعات كلي	41.483 3080.267 3121.750	3 176 179	13.828 17.502	0.790	0.501

من خلال الجدول رقم (13) وللمقارنة بين متوسطات فئات التخصص الاربعة في الدرجة الكلية لمقياس الوحدة النفسية، تمّ استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (Anova one way) الذي قدر في الدرجة الكلية لمقياس الوحدة النفسية بـ(1.253) عند مستوى الدلالة (0.292)، وبما أن مستوى دلالته أكبر من (0.05) فهذا يعني أنه لا توجد فروق بين متوسطات الفئات.

من جهة أخرى ومن خلال الجدول السابق وللمقارنة بين متوسطات فئات التخصص الأربعة في الدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات، تمّ استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (Anova one way) الذي قدر في

الدرجة الكلية بـ(0.790) عند مستوى الدلالة (0.501)، وبما أن مستوى دلالته أكبر من (0.05) فهذا يعني أنه لا توجد فروق بين متوسطات الفئات.

ومما سبق يتضح بأنه لا توجد فروق بين المجموعات الأربعة (علم النفس/ علوم التربية/ علم الاجتماع/ أرطوفونيا) فيما يخص الوحدة النفسية وتقدير الذات لدى طلاب الجامعة ترجع لمتغير التخصص وهذا عند مستوى دلالة (0.01 أو 0.05).

اتفقت مع دراسة بركات عبد الحق(2014) الشعور بالوحدة النفسية وعلاقته بتقدير الذات لعينة من طلبة جامعة الجزائر في شطرها المتعلق بتقدير الذات حيث توصلت النتائج إلى أنه لا توجد فروق دالة إحصائيا في تقدير الذات لمتغير التخصص الدراسي.

اختلفت مع دراسة بركات عبد الحق(2014) الشعور بالوحدة النفسية وعلاقته بتقدير الذات لعينة من طلبة جامعة الجزائر في شطرها المتعلق حيث توصلت النتائج إلى أنه توجد فروق دالة إحصائيا في الشعور بالوحدة النفسية لمتغير التخصص الدراسي.

تعزو الباحثتين أن عامل التخصص الدراسي ليس له تأثير في الشعور بالوحدة النفسية للطالب ولا لتقديره لذاته.

فالتقارب في التخصصات خصوصا أن كل تخصصات المجموعة الأربعة (علم النفس ،علوم التربية ,علم الاجتماع ,ارطوفونيا)هي من شعبة جذع مشترك علوم الاجتماعية وتشابه المناهج الدراسية وحتى الحجم الساعي، و تقارب المستوى المعرفي للأساتذة ،فالبيئة التعليمية التي يتلقى فيها الطالب مختلف المكتسبات التربوية والتعليمية تساهم في الحصول على معارف وأفكار جديدة والقدرة على الإختيار والابداع
فحرية الاختيار هو انعكاس لصورة من صور تقدير الذات التي يمتلكها الطالب الجامعي وإثبات الذات التي تفتح له افاق لتكوين علاقات من جهة، ولمواصلة البحث العلمي من جهة أخرى.

الاستنتاج العام للدراسة:

بناء على ما تم الوصول إليه من خلال هذه الدراسة أمكننا القول إن الشعور بالوحدة النفسية هو عبارة عن منحنى يجسد درجة كبيرة من الانغلاق والعزلة المؤلمة، ويلجأ إليه الفرد معبرا بذلك عن مشاعر السلبية اتجاه ذاته والآخرين، فيجد نفسه قد وقع في دوامة من العجز والصراع مع أفكاره المتضاربة. وأن تقدير الذات هو تقييم الطالب لذاته سواء بالسلب أو الإيجاب لما يملكه من تصورات ومدركات وصفات عن ذاته.

ولقد كشفت نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية عكسية مرتفعة ذات دلالة إحصائية بين الشعور بالوحدة النفسية ومستوى تقدير الذات بحيث الارتفاع في درجة الشعور بالوحدة النفسية يقابله انخفاض في مستوى تقدير الذات، وهذا يعني أن هناك تقديرا منخفضا أو سلبيا للذات. كما أن الارتفاع في درجة تقدير الذات يقابله انخفاض في درجة الشعور بالوحدة النفسية ويعني بأن هناك شعورا منخفضا بالوحدة النفسية. وتوصلنا إلى أن الشعور بالوحدة النفسية هو ناتج عن صراع بين الذات الداخلية للفرد والذات الخارجة وتداخل الكثير من العوامل كالشعور بالنقص وعدم الثقة بالنفس.

كما توصلت الدراسة أن مستوى الوحدة النفسية لدى طلبة جامعة المدية متوسط ويعزو ذلك لتداخل مجموعة من العوامل لها الأثر البالغ في إحداث هذا النوع من الشعور مثل :نقص المهارات الاجتماعية وتقدير الذات السلبي، اعتبار الوحدة النفسية تمثل ازمة نفسية عميقة، تهدد الامن والاستقرار الداخلي للفرد فيختل توازنه النفسي نتيجة لانهيار توافقه النفسي وانخفاض تقديره لذاته.

في حين توصلت نتائج الدراسة أن مستوى تقدير الذات لدى طلبة جامعة المدية مرتفع. وبما أن تقدير الذات يحقق نوعا من الإشباع لدى الطالب الجامعي فإنه يدفعه ويشجعه على التقدم في الدراسة مستقبلا، وهذا ما يوفر له توافقا نفسيا في حياته الجامعية، فيستبصر ذاته بجودة لائقة، ويتملك القدرة على مواجهة المواقف وتحقيق أهدافه، فمستوى تقدير الذات المرتفع يجعل الطالب قريب من القدرات المناسبة والإمكانياته التي يحسن استغلالها، والتي تجعله يحقق التوافق والصحة النفسية، بما يسمح له بتنمية فعالية لشخصيته نحو القدرة على الاستثمار.

كذلك أوضحت نتائج الدراسة أنه توجد فروق ذات دلالة احصائية في الوحدة النفسية وتقدير الذات لدى عينة طلبة جامعة المدية تعزى لمتغير الجنس فأثبتت النتائج أنه توجد فروق ذات دلالة احصائية في الوحدة النفسية لدى عينة من طلبة جامعة المدية تعزى لمتغير الجنس لصالح الاناث عند درجة حرية (178)، وبدلالة إحصائية (sig) بلغت قيمتها بـ (0.003)، مما يدل على أنها دالة عند مستوى دلالة (0.05). يعكس هذا ان الاناث أكثرا شعورا بالوحدة النفسية ويحدث هذا نتيجة لفقدانها التواصل مع الاخريين وطبيعة المجتمع الذي

تنتمي إليه. كما تعكس هذه النتيجة مدى حاجة الطلبة الجامعية الى المساندة الاجتماعية وبالأخص الاسرية منها والتي فقدتها في خضم الوسط الجديد (الجامعة).

وأثبتت كذاك أنه توجد فروق ذات دلالة احصائية في تقدير الذات لدى عينة من طلبة جامعة المدية تعزى لمتغير الجنس ولصالح الذكور. عند درجة حرية عند درجة حرية (178)، وبدلالة إحصائية (sig) بلغت قيمتها بـ (0.032)، مما يدل على أنها دالة عند مستوى دلالة (0.05). وهذا راجع إلى طبيعة التنشئة الاجتماعية التي يتلقاها الطالب داخل الأسرة والعوامل التي تساهم في تكوين شخصيته تزيد من تقديره لذاته.

تبين من خلال عرض وتحليل نتائج الفرضية على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الوحدة النفسية وتقدير الذات لدى طلاب الجامعة تعزى لمتغير المستوى (سنة ثانية ليسانس/ سنة ثالثة ليسانس/ سنة أولى ماستر). وقد يكون الشعور بالوحدة النفسية ظاهرة نفسية يعاني منها الشباب الجامعي بصفة عامة وإن كانت بدرجات متفاوتة، وترجع هذه النتيجة إلى طبيعة عينة الدراسة (لسانس، ماستر)، فقد يمر طلبة هذه المستويات بظروف متشابهة في إحساسهم بالوحدة النفسية حيث أن التحصيل الدراسي والرغبة في التفوق والتفكير في الطموحات المستقبلية هي أهدافهم الأساسية من التحاقهم بالتعليم الجامعي .وهذا ما يؤكد كون علاقاتهم الاجتماعية محدودة مع الآخرين، وقد يكون البعض الآخر منهم يعاني من العجز في المهارات الاجتماعية وتكوين صداقات والتعبير والتواصل مع الآخرين .إن جميع هذه العوامل المتداخلة قد تجعلهم يركزون على الاستذكار والتحصيل الدراسي هذا الأمر الذي يؤدي إلى انطوائهم وشعورهم بالوحد النفسية وهذا ينتج عنه قلقا يؤثر على الطالب سواء من الناحية النفسية أو عدم القدرة على التحصيل.

كما تبين من خلال النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المستويات الثلاث (الثانية ليسانس، الثالثة ليسانس، الأولى ماستر) فيما يخص تقدير الذات وهذا يؤكد أن الطالب منذ دخوله المحيط الجامعي ومهما كان مستواه يحمل نفس المقومات من اصرار وثقة بالنفس والاحساس بالمسؤولية والهدف المشترك وهو النجاح.

في حين أظهرت النتائج لا توجد فروق بين المجموعات الأربعة (علم النفس/ علوم التربية/ علم الاجتماع/ أرطوفونيا) فيما يخص الوحدة النفسية وتقدير الذات لدى طلاب الجامعة ترجع لمتغير التخصص وهذا عند مستوى دلالة (0.01 أو 0.05). ويمكن ارجاعه لعديد من العوامل من بينها التشابه في الحجم الساعي والتوقيت، ونفس أساتذة التخصص وكذلك المحيط الجامعي الذي يتلقى فيه الطالب تكوينه المعرفي.

خاتمة:

حاولت الدراسة الحالية إلقاء الضوء على عاملين هامين يتمثلان في الوحدة النفسية وتقدير الذات لدى طلبة جامعة المدية.

فتعتبر الوحدة النفسية ظاهرة منتشرة بين كافة طبقات المجتمع وكافة الأعمار والمستويات الاجتماعية وقد أكد كل من هردلي 1979 وجين 1976 أن تجربة الوحدة النفسية شائعة بدرجة كافية بين كل طبقات المجتمع ولذلك هي ظاهرة عالمية.

فهذه الظاهرة لابد التعامل معها بكل الطرق المناسبة والإجراءات الهامة من أجل الحفاظ على الشخصية السوية ونظرة الشخص لنفسه. وهي الصورة التقييمية التي يضعها الفرد لنفسه واكتشاف النواحي الإيجابية أو السلبية في شخصيته وبالتالي تحقيق تقديره لذاته سواءا الإيجابي أو السلبي.

فتقدير الذات هو تقييم الفرد لنفسه فإذا عرف الانسان نفسه وصل بها إلى الاستقرار أما إذا حدث العكس فنتج عنه النفور والابتعاد عن الاخرين وهذا ما سعت إليه الدراسة الحالية وهو معرفة العلاقة بين كل من الوحدة النفسية ومستوى تقدير الذات، وكذلك معرفة مستوى كل من الوحدة النفسية وتقدير الذات، وكذا الكشف عن الفروق الموجودة بين الوحدة النفسية ومستوى تقدير الذات تبعا لمتغير (الجنس، المستوى، التخصص).

إن هذه الدراسة استوفت كل الشروط المنهجية والبحثية المتبعة وكانت إضافة للدراسات التي سبقتها وخصت عن سابقاتها دراسة الفروق بين ثلاث مستويات وأربع تخصصات فرعية.

وقد تطرقت هذه الدراسة في الجانب النظري إلى مجموعة من الدراسات السابقة التي تناولت متغيري الدراسة معا الوحدة النفسية وتقدير الذات، وانطلاقا منه تم بناء اشكالية الدراسة والتي تم إثراءها أيضا بدراسات سابقة لكل من الوحدة النفسية وتقديرالذات ومتغيرات أخرى.

فدراسة كل من الوحدة النفسية وتقدير الذات أمر مهم فكل منهما قد يعتبران من أكثر الاضطرابات التي يعاني منها الطلبة الجامعيين فهم في مرحلة تعد الأهم لإكتشاف ذاتهم وإبراز شخصيتهم أو عدم قدرتهم على ذلك، مع العلم أن الصعوبات التي قد يواجهها خلال مسارهم الجامعي هي الكفيلة بظهور هذه الإضطرابات.

أما الجانب التطبيقي فبناءا على الفرضية العامة وهي علاقة الوحدة النفسية ومستوى تقدير الذات لدى طلبة الجامعة، تفرعت إلى عدة فرضيات جزئية وهي: معرفة مستوى الوحدة النفسية، ومستوى تقدير الذات، والفروق بين الوحدة النفسية ومستوى تقدير الذات تبعا لكل من متغير (الجنس، المستوى، التخصص).

وقد تم الإعتماد على دراسة استطلاعية لمجتمع الدراسة وهي طلبة جامعة المدية وتم تحديد عينة الدراسة، واستخدام المنهج الوصفي كمنهج مناسب لهذه الدراسة والذي سمح بمعرفة الفروق بين متوسطات أفراد العينة في كل من الوحدة النفسية ومستوى تقدير الذات تبعا لمتغير (الجنس، المستوى، التخصص).

تم استخدام كل من مقياسي الشعور بالوحدة النفسية الذي أعده في الأصل راسيل وكاترونا وكيفه ابراهيم قشقوش على البيئة العربية، ومقياس تقدير الذات لكوبر سميث.

وقد أفضت هذه الدراسة بعد تحليل النتائج ومناقشتها إلى وجود علاقة إرتباطية عكسية دالة إحصائيا بين الوحدة النفسية ومستوى تقديرالذات. أي أن إرتفاع الوحدة النفسية يؤدي إلى إنخفاض مستوى تقدير الذات، وأن إرتفاع مستوى تقدير الذات يؤدي إلى إنخفاض الوحدة النفسية. فلابد من أخذ كل من الوحدة النفسية وتقدير الذات بعين الإعتبار والإهتمام بالطلبة الجامعيين المصابين بأي منهما فالطالب الجامعي الذي يعاني من الوحدة النفسية لايمكنه تحقيق تقديره لذاته وبالتالي يؤثر ذلك سلبا على شخصيته وتحصيله الأكاديمي.

كما اتضح من خلال الدراسة أن مستوى الوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة متوسط، وقد تم ارجاع ذلك إلى أنه هناك عوامل منها النضج الفكري الذي وصل إليه الطالب وقدرته على بناء علاقات اجتماعية.

وان مستوى تقدير الذات لدى الطالب الجامعي مرتفع، وقد تم ارجاع ذلك على أن الطالب الجامعي منذ دخوله الجامعة يكون مزودا ببعض السمات التي تزيد من تقديره لذاته كالثقة بالنفس وتحديد مواطن القوة والضعف.

وقد اتضح من خلال الدراسة أيضا أنه توجد فروق فردية بين الوحدة النفسية ومستوى تقدير الذات تبعا لمتغيرالجنس، بحيث أثبتت النتائج في شطرها الأول وجود فروق فردية في الوحدة النفسية لطلبة الجامعة لصالح الإناث، أما في شطرها الثاني وجود فروق فردية في مستوى تقدير لطلبة الجامعة لصالح الذكوروهذا راجع بالأساس إلى طبيعة التنشئة الأسرية والاجتماعية التي ينتمي إليها.

كما توصلت النتائج أنه توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الوحدة النفسية ومستوى تقدير الذات تبعا لمتغير المستوى.فوجود فروق ذات دلالة احصائية في الوحدة النفسية لدى الطالب الجامعي لصالح السنة الأولى ماستر وهذا راجع الى عدة عوامل أهمها المزيج بين طلبة الأولى ماستر. وعدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى تقدير الذات لدى الطالب الجامعي.

كما أوضحت نتائج الفرضية الأخيرة عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الوحدة النفسية ومستوى تقدير الذات تبعا لمتغير التخصص وهذا راجع الى التقارب في التخصصات والتشابه في المناهج.

من خلال هذه الدراسة يمكن القول إنه لابد من الاهتمام بالطلبة الجامعيين كونهم مقبلون على مرحلة تعليمية بحثية وهادفة تحقق المستوى التعليمي الجيد والوعي والانفتاح الفكري، والمكانة الاجتماعية. وعليه ومن أجل الحفاظ على الحالة النفسية للطالب يجب على الهيئات المعنية الاهتمام أكثر بهذه الفئة المهمة في المجتمع وذلك بوضع برامج خاصة لمساعدتهم.

وبناءً على ما تم التوصل اليه من نتائج هذه الدراسة يمكن الخروج بإقترحات التالية:

-تطوير مستوى الخدمات النفسية، وتوفير عيادة نفسية واخصائيين نفسانيين، واجتماعين مؤهلين في الجامعة لمساعدة الطلبة الجامعين على تحقيق أعلى قدر من التوافق النفسي والابتعاد عن الاضطرابات النفسية التي يعد الشعور بالوحدة النفسية

-دراسة الشعور بالوحدة النفسية وتقدير الذات وعلاقته بقلق المستقبل لدى طلاب جامعة. دراسة مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى خريجي الجامعة.

-مستوى الشعور بالوحدة النفسية وعلاقته ببعض لمتغيرات النفسية

-دراسة مستوى تقدير الذات وعلاقته ببعض متغيرات الشخصية لدى طلبة الجامعة الجدد.

قائمة المراجع:

- الزبيدي، أ.د عبد الودود أحمد وآخرون. (2021). المتغيرات النفسية في المجال الرياضي. دار الأكاديميون للنشر والتوزيع.

- أبو مرق، جمال. (2015). تقدير الذات وعلاقته بالتفاعلات الاجتماعية لدى الأطفال ما قبل المدرسة الابتدائية خارج المنزل بمدينة الخليل.دراسات نفسية وتربوية .مخبر تطوير الممارسات النفسية والتربوية .جامعة الخليل.

- أبو هويشل، الرائد أحمد. (2013). الشخصية السيكوباتية وعلاقتها بالوحدة النفسية وتقدير الذات لدى السجناء المودعين بسجن غزة المركزي. كلية التربية قسم علم النفس.

-الناظور، رشا. (2008). مستوى الطموح وعلاقته بتقدير الذات لدى الطالب الثانوي (رسالة ماجستير غير منشورة) ، جامعة دمشق.

-آيت ميلود، ياسمينة. (2012). تقدير الذات وعلاقته بظهور السلوك العدواني عند النساء المتأخرات في سن الزواج .رسالة ماجستير غير منشورة .جامعة مولود معمري .

- أبو أسعد، أحمد عبد اللطيف. (2010) . الفرق في الشعور بالوحدة والتوجه الحياتي بين المتزوجين والعازبين والأرامل من مستويات اقتصادية مختلفة.مجلة جامعة دمشق، المجلـــد (26) . العدد الثالث .(735،695).

- الشناوي، السيد خضر علي ومحروس (1988) .الشعور بالوحدة والعلاقات الاجتماعية المتبادلة، مجلة دراسات الخليج .العدد25 .مجلس النشاط العلمي .جامعة الكويت.

- العاسمي، رياض. (2009) ، الشعور بالوحدة النفسية وعلاقته بالاكتئاب والعزلة والمساندة الاجتماعية دراسة تشخيصية عمى عينة من طلبة جامعة دمشق، مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس، المجلد السابع، العدد الثاني.

-آل مشرف، فريدة عبد الوهاب. (1998) تأثير متغيرات الجنس والجنسية والتخصص الدراسي في درجة الشعور بالوحدة لدى عينة من طلاب جامعة الخليج العربي .مجلة دراسات الخليج .السنة .23 العدد .88 مجلس النشر العلمي .جامعة الكويت.

-الشدوخي، فيصل بن ناصر عبد العزيز. (1434ه).تقدير الذات من منظور التربية الإسلامية.(رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة المدينة المنورة.

- الشبؤون، دانيا. (2013)، الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بالاكتئاب عند الأطفال (دراسة ميدانية لدى تلاميذ الصف الرابع من التعميم الأساسي حلقة أولى في مدارس مدينة دمشق الرسمية) ، مجلة جامعة دمشق، المجلد29 ، العدد الأول.

- أبوجادو، صالح محمد. (2019)." سيكولوجية التنشئة الاجتماعي "عمان(ب.ط)، دار الميسرة للطباعة والنشر والتوزيع

- الحنفي، عبد المنعم .(1978) .موسوعة علم النفس.انجليزي. عربي.مكتبة مدبولي.

- الدليم، فهد بن عبد الله بن علي. (2001). الطمأنينة النفسية وعلاقتها بالوحدة النفسية لدى عينة من طلبة الجامعة، كلية التربية-جامعة سعود.

- اليحياني، فاطمة بنت عمي بن سعيد. (2013) ، الذكاء الانفعالي وعلاقته بالوحدة النفسية لدى الطلبة المكفوفين في سلطنة عمان، مذكرة لنيل شهادة ماجستير في التربية، كمية العموم والآداب، جامعة نزوى.

- الحجري، سالمة بنت راشد بن سالم. (2011) .فاعلية برنامج إرشاد جمعي في تنمية تقدير لدى المعاقين بصريا، رسالة ماجستير في الإرشاد النفسي.

- العنزي، فارس. (2010) . الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بالسلوك العدواني لدل نزلاء دار التربية الاجتماعية بمدينة الرياض (رسالة ماجستير غير منشورة) جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية.

- أسعد، عبد الكريم. (2019) ."دراسة تقدير الذات عند المعوقين جسميا الممارسين للأنشطة الرياضية المكيفة"، رسالة دكتوراه، جامعة عبد الحميد ابن باديس، مستغانم.

-القاضي، وفاء محمد أحميدان .(2009). قلق المستقبل وعلاقته بصورة الجسم ومفهوم الذات لدى حالات البتر بعد الحرب على غزة (رسالة ماجستير غير منشورة). الجامعة الإسلامية.

- القيق، نمر صبح. (2011) . الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة كلية الفنون الجميلة بجامعة الأقصى بغزة، المجلة الجامعية الإسلامية، المجلد التاسع، العدد الأول.

- الحنفي، عبد المنعم. (2003). الموسوعة النفسية، علم النفس والطب النفسي، مكتبة مدبولي، الثانية القاهرة، مصر.

-المزروع، ليلى بنت عبد الله سليمان. (2001). الشعور بالوحدة النفسية المؤتمر السنوي الثامن، مركز الارشاد النفسي المجلد الثاني، جامعة عين الشمس، القاهرة، مصر.

-الجويلي، وهبه. (2010). دراسة السعور بالوحدة النفسية لدى والدي الأطفال المصابين بإضطراب التوحد"دراسة مقارنة «، مجلة العلوم البيئية – معهد الدرسات والبحوث البيئية، جامعة عين الشمس.

-المحمودي، محمد سرحان علي(2019) . مناهج البحث العلمي، دار الكتاب.

- العنزي، فارس بن محمود بن حمادي. (2010). الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بالسلوك العدواني لدى نزلاء دار التربية الاجتماعية، رسالة ماجستير، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية.

- امزيان، زبيدة. (2007) .علاقة تقدير الذات للمرهق بمشكلاته وحاجاته الإرشادية. (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة باتنة.

- بمكيلاني، ابراهيم محمد. (2008). تقدير الذات وعلاقتها بقلق المستقبل لدى الجالية العربية المقيمة أوسلو في النرويج .رسالة ماجستير. كلية الآداب والتربية.

- بعلي، مصطفى (2007) . الرفض الوالدي كما يدركه الأبناء وعلاقته بالوحدة النفسية، مذكرة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس، جامعة محمد خيضر.

- بدر الدين حسب الرسول إبراهيم محمد .(2019) .القلق وعلاقته بتقدير الذات لمعتمدي المواد النفسية بمحلية الخرطوم بحري .بحث لنيل درجة الماجستير في علم النفس .جامعة النيلين.

-بلاغيث مسعودة، الحاجة عائشة بكاير. (2020). الرضا عن الحياةوعلاقته بتقدير الذات مذكرة لنيل شهادة الماستر في علم النفس، جامعة غرداية.

- بركات، عبد الحق. (2008). الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بمستوى تقدير الذات لدى عينة من طلبة جامعة الجزائر .مذكرة لنيل شهادة ماجستير في علم النفس الاجتماعي.جامعة الجزائر.

- بنهان، بديعة حبيب. (2015) . فعالية برنامج تدريبي في إدارة الوقت لخفض مستوى إدمان الفيسبوك وأثره في خفض الوحدة النفسية لدى طلاب الجامعة .دراسات تربوية واجتماعية. كلية التربية .جامعة وهران، ج 21، ع4 .

- بن يونس، محمد .(2009). مبادئ علم النفس .دار الشروق للنشر والتوزيع.

- بن دهنون، سامية شرين. (2017). بعض الخصائص النفسية (الاكتئاب، الوحدة النفسية) وعلاقتها بتقدير الذات في ضوء متغير الجنس والمستوى التعليمي .دراسة على عينة من طلبة جامعة وهران .دراسة دكتوراه، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة وهرا ن 2- محمد بن احمد.

- بن حمودة نهاد، شيبوط أسماء. (2022). الوحدة النفسية وعلاقتها بالاكتئاب لدى المراهقين، مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر في علوم التربية، تخصص علوم التربية، الجامعة جيجل.

- حامني، كمال .(2010). مفهوم الذات وعلاقته بالسلوك الجازم لدى لاعبي كرة القدم (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة محمد خيضر .

- حمري، صارة. (2012)، علاقة تقدير الذات بالدافعية الانجاز لدى تلامذة الثانوية. مذكرة -تخرج لنيل شهادة الماجستير في علم النفس وعلوم التربية. جامعة وهران.

- حمزاوي، زهية. (2017). صورة الجسد وعلاقتها بتقدير الذات لدى المراهق، وهران. (رسالة دكتوراه غير منشورة).

- حدواس، منال. (2013) . الشعور بالوحدة النفسية وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي ومستوى تقدير الذات مذكرة تخرج لنيل شهادة ماجستير.

- خويطر، وفاء حسين علي. (2010). الأمن النفسي والشعور بالوحدة لدى المرأة الفلسطينية (المطلقة والأرملة) وعلاقتها ببعض المتغيرات. (رسالة ماجستير غير منشورة). الجامعة الإسلامية.

- خوج، حنان بنت أسعد محمد،(2002) ، الخجل وعلاقته بكل من الشعور بالوحدة النفسية وأساليب المعاملة الوالدية لدى عينة من طالبات المرحلة المتوسطة بمدينة مكة المكرمة. (رسالة ماجستير غير منشورة). تخصص نمو، جامعة أم القرى، مكة المكرمة.

- د صوفي، عبد الوهاب. (2021)، الشعور بالوحدة النفسية لدى طلاب الجامعة (دراسة على عينة من طلبة جامعة تلمسان)، مجلة العلوم التربوية والانسانية أبي بكر بلقايد الجزائر، العدد (7).

- رنجيت، سينج مالهي روبرت دبميو. (2005) . تعزيز تقدير الذات، ط2 ، مكتبة جرير العربية.

- زموري سنوسي، ومنادلي محمد. (2014). الشعور بالوحدة النفسية وعلاقته بتقدير الذات لدى عينة من طلاب الجامعة.

- زقوت، ماجدة. (2011). هوية الذات وعلاقتها بالتوكيدية والوحدة النفسية لدى مجهولي النسب، مذكرة لنيل شهادة ماجستير في علم النفس المرضي الاجتماعي، جامعة بسكرة

- ساندر، جيريدين. (1993-1994). النجاح في التعليم الجامعي. (أ.د وليم عبيد، أ.د.عبد الرحمان الأحمد). منشورات ذات السلايل.

- سايح، زوليخة 2015، علاقة تقدير الذات ووجهة الضبط بالتحصيل الدراسي (دراسة ميدانية على تلاميذ السنة الأولى ثانوي) جامعة أبي بكر بلقايد تلمسان.

- شبي، الجوهر بنت عبد القادر طه. (2005). الوحدة النفسية وعلاقتها بسمات الشخصية لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى بمكة المكرمة .مذكرة لنيل شهادة ماجستير في الشخصية وعلم النفس الاجتماعي. جامعة أم القرى

- شايع، عبد الله مجمي. (2013). تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدواني، مجلة جامعة دمشق، العدد الأول.

- شعبان عبد ربه علي. (2010). الخجل وعلاقته بتقدير الذات ومستوى الطموح لدى المعاقين بصريا، مذكرة تخرج لنيل شهادة الماجستير في علم النفس، تخصص علم النفس، الجامعة الإسلامية بغزة.

- صدي، إبراهيم عبد الحميد وهبة. (2010) .المهارات الاجتماعية وعلاقتها بأعراض الوحدة النفسية لدى المراهقين، مذكرة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس الاجتماعي، جامعة حلوان.

- علوان، نعمات شعبان. (2008). الرضا عن الحياة وعلاقته بالوحدة النفسية دراسة ميدانية على عينة من زوجات شهداء فلسطين، مجلة الجامعة الإسلامية، المجلد السادس عشر، العدد الثاني.

- عبود، عبد الغني سحر. (2019) .افريل فاعلية برنامج إرشادي لتنمية تقدير الذات لدى عينة من طلاب المرحلة الإعدادية ممن يعانون من الرفض الوالدي كما يدركه الأبناء"، مجلة الإرشاد النفسي، العدد الثامن وخمسون(الجزء الأول) .

- عبد ربه، علي شعبان، (2010). الخجل وعلاقته بتقدير الذات ومستوى الطموح لدى المعاقين بصريا، رسالة استكمال شهادة الماجستير، قسم علم النفس بكلية التربية في الجامعة الإسلامية بغزة.

- عادل، عبد الله. (2000) . دراسة مقارنة في تقدير الذات بين الشباب الجامعي باختلاف أساليب في مواجهة أزمة الهوية، دار الارشاد.

- عبد الله، شايع مجلي. (2013). "تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدواني لدى طلبة الصف الثامن من مرحلة التعليم الأساسي بمدينة صعدة"، مجلة جامعة دمشق، العدد الأول، المجلد التاسع وعشرون.

- عابد، وفاء. (2008). علاقة الشعور بالوحدة النفسية لدى زوجات الشهداء بكل من المساندة الاجتماعية والالتزام الديني، رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة.

- عبد العزيز، حنان .(2012). نمط التفكير وعلاقته بالتقدير الذات .(رسالة ماجستير غير المنشورة). جامعة أبي بكر بلقايد .الجزائر.

- فواز امل، فتحي عزيز، واخرون. (2022). الخصائص السيكومترية لمقياس الشعور بالوحدة النفسية لدى شباب الجامعة. مجلة الارشاد النفسي. العدد 70. الجزء الثالث.

-فايد، حسين. (2004). اليأس وحل المشكلات والوحدة النفسية وفتعلية الذات كمنبئات بتصور الانتحار لدى طالبات الجامعة، دراسات في السلوك والشخصية، الطبعة الأولى، مؤسسة طيبة للنشر، مؤسسة حورس الدولية للنشر القاهرة، مصر.

- قحطان، أحمد الظاهر. (2004) . مفهوم الذات بين النظرية والتطبيق، دار وائل المعرفة الجامعية.

- كمال، دشلي. (2016). منهجية البحث العلمي، مديرية الكتب والمطبوعات الجامعية.

- لقوقي، دليلة، (2016). مستوى تقدير الذات لدى المراهق مجهول النسب المكفول في أسرة بديلة دراسة حالة ا لمراهقين مكفولين، مذكرة نهاية الدراسة لنيل الماجستير في علم النفس جامعة محمد خيضر بسكرة.

- شيبه، لخضر. (2015). الدافعية لتعلم علاقة تقدير الذات والتوافق الدراسي لدى التلاميذ السنة الثانية ثانوي مذكرة مكملة لنيل شهادة الماجستير. جامعة مولود معمري، تيزي وزو.

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

- مسعدي، نادية. (2015)، التنمر وعلاقته بكل من الشعور بالوحدة النفسية وتقدير الذات عند تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط، رسالة ماجستير، جامعة الجزائر -2.

- مرشد الطلاب عربي فرنسي.(2005) . المرشد الجزائري للنشر والتوزيع.

- مواقع من الانترنت:

- عرفات فضيلة ،2009. 08. 19، مركز مور للدارسات، قراءات،3818: 1.

-مأخوذة من الرابط،www.ummto.dz تاريخ الدخول 27-03-2005 الساعة 09 :14.

. Http/www.mckinlus-uive-ed

مراجع بالأجنبية:

-Solano et al (1982): loneliness and patterns of self-disclosure، journal of personality and social psychology، vol 43.

-Roach Ami (1988). Antecedents of loneliness. A factorial analysis. The psychology Nº 4 vol 123.

- Seepersad Sean Shiraz (2001). Understanding of the lonely, an evaluation of the LUV program. University of Illinois at. Urbana. Champaign

الملاحق

مقياس تقدير الذات. إعداد كوبر سميث

بيانات عامة

الجنس: .....

التخصص: .....

المستوى الدراسي: .....

تعليمة

فيما يلي مجموعة من العبارات المتعلقة بمشاعرك، إذا كانت العبارات تصف ما تشعر به عادة فضع العلامة (×) في خانة تنطبق، أما إذا كانت العبارة لاتصف ما تشعر به عادة فضع العلامة (×) في خانة لا تنطبق.

علما انه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة وإنما صحيحة هي التي تعبر عن شعورك الحقيقي.

شكرا على تعاونكم

الرقم	العبارة	تنطبق	لا تنطبق
1	لا تضايقني **الأشياء.**		
2	أجد من الصعب على التحدث أمام المجموعة من الناس.		
3	أود لو استطعت أن أغير الأشياء في نفسي.		
4	لا أجد صعوبة في اتحاد قرار في نفسي.		
5	يسعد الآخرين بوجدهم معي.		
6	أتضايق بسرعة في المنزل،		
7	احتاج وقت طويل في أن اعتاد الأشياء الجديد.		
8	أنا محبوب بين الأشخاص من نفسي سني		
9	تراعي عائلتي مشاعري عادة.		
10	استسلم بسرعة في بعض المواقف.		
11	تتوقع عائلتي مني الكثير.		
12	من الصعب جدا أن أظل كما أنا.		
13	تختلط الأشياء كلها في حياتي.		
14	يتبع الناس أفكاري عادة.		
15	لا أقدر نفسي حق قدرها.		
16	أود كثير لو اترك المنزل.		
17	اشعر بالضيق غالبا من عملي.		
18	مظهري ليس وجيها مثل معظم الناس.		
19	إذا كان عندي شيء أريد أن أقوله فأنني أقوله عادة،		
20	يفهمني أفراد عائلتي.		
21	معظم الناس محبوبون أكثر مني.		
22	أشعر كما لو كانت عائلتي تدفعني لعمل الأشياء.		
23	لا التقي التشجيع عادة بما أقوم به من الأعمال.		

اختبار الشعور بالوحدة النفسية. إعداد إبراهيم قشقوش.

بيانات الأولية

الجنس: .....

التخصص: .....

المستوى الدراسي: .....

تعليمة:

يعرض عليك فيما يلي مجموعة من العبارات التي يمكن أن يشعر بها أي منا في مواقف الحياة اليومية، يوجد أمام كل عبارة من هذه العبارات أربع خانات تحتوي على درجة ما يمكن أن تشعر به حقيقة.

المرجو منك أن تقرأ كل عبارة من هذه العبارات بدقة، ثم تبدي رأيك فيها في الخانة التي ترى أنها تعبر عن رأيك من بين الخانات (x) بوضع علامة الأربعة المقترحة.

علما أنه لا توجد إجابات صحيحة وأخرى خاطئة، والإجابة تعتبر صحيحة-فقط-عندما تعبر عن حقيقة شعورك اتجاه المعنى الذي تحمله العبارة.

وشكرا على تعاونك

الرقم	العـــبارة	معظم الأحيان	بعض الأحيان	نادرا	لا أشعر على الاطلاق
1	أشعر أنني غير قادر على الانتماء لنادي أو جماعة.				
2	أشعر أنه لا يوجد الإنسان الذي يهتم فعلا بمشاكل الأخريين.				
3	أشعر أن الآخرين يعتمدون إقصائي عنهم ووضع العراقيل في سبيل وجودي بينهم.				
4	أنتظر دائما أن يحادثني الآخرين وان يكتبوا إلي.				
5	أشعر أنني بحاجة إلى الحب أكثر من حاجتني إلى أي شيء أخر.				
6	لا يوجد في حياتي حتى ألان شخص أستطيع أن ائتمنه مشاكلي.				
7	أشعر انه لا يوجد بين المحيطين بي من يشاركني أرائي او تتفق ميوله مع ميولي.				
8	يصعب على تكوين الصدقات.				
9	نادرا ما اشعر بالحب من جانب المحيطيين بي.				
10	اشعر بالملل والإجهاد في الكثير من الأحيان.				
11	اشعر أن الأخريين يتجنبوني.				
12	أشعر أنني لا أستطيع أن أصارح شخص بكل مايدور في ذهني.				
13	اعتقد أن الحب الصادق/الحقيقي قد أصبح عملة نادرة في هذه الأيام.				
14	كثيرا ما استغرق في أحلام اليقظة.				
15	لا أجد من أستطيع أن أتحدث معه في أسراري / مشاكلي الخاصة.				
16	أشعر أنني افتقد الحب من جانب معظم الذين يعرفونني.				
17	أجد صعوبة ككبيرة في أن أركز ذهني في عمل معين.				
18	أشعر أن علاقاتي الاجتماعية علاقات سطحية.				
19	أشعر أنني غريب عمن حولي.				
20	أشعر بعدم وجود شيء ما يربطني بالأخريين.				

21	أشعر أنني أفتقد الصداقة الحقة.				
22	أستقبل أيام العطلات بفتور شديد.				
23	أشعر أن حياتي الحالية غير ذات قيمة أو هدف.				
24	أشعر أنني وحيد دائما.				
25	أجد صعوبة كبيرة في الاندماج مع الأخريين.				
26	أشعر بعدم قدرتي على فهم المحيطين بي والتفاهم معهم.				
27	أجد صعوبة كبيرة في شغل وقت فراغي أو استثماره في أمور مفيدة.				
28	أنني منعزل عمن حولي.				
29	لم التقي حتى بالإنسان أستطيع أن أثق فيه.				
30	أشعر أن كل إنسان يهتم بمصالحه الخاصة.				
31	أشعر أنني لست على علاقة وثيقة بأحد.				
32	أشعر بالعزلة عمن حولي غم وجودي بينهم.				
33	أشعر أنني وحيد رغم كثرة معارفي.				
34	أشعر أنه لا يوجد من أستطيع أن اتجه إليه عندما أريد.				

Corrélations

Statistiques descriptives

	Moyenne	Ecart-type	N
totalesolitudepsychologique	89,6722	19,87807	180
totaleamourpropre	15,0833	4,17612	180

Corrélations

		Totalesolitudepsychologique	totaleamourpropre
totalesolitudepsychologique	Corrélation de Pearson	1	-,578**
	Sig. (bilatérale)		,000
	N	180	180
totaleamourpropre	Corrélation de Pearson	-,578**	1
	Sig. (bilatérale)	,000	
	N	180	180

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

```
T-TEST
  /TESTVAL=102
  /MISSING=ANALYSIS
  /VARIABLES=totalesolitudepsychologique
  /CRITERIA=CI(.95)
```

Test-t

Statistiques sur échantillon unique

	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
totalesolitudepsychologique	180	89,6722	19,87807	1,48162

Test sur échantillon unique

	Valeur du test = 102					
	t	ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Intervalle de confiance 95% de la différence	
					Inférieure	Supérieure
totalesolitudepsychologique	-8,320	179	,000	-12,32778	-15,2515	-9,4041

```
T-TEST
  /TESTVAL=13
  /MISSING=ANALYSIS
  /VARIABLES=totaleamourpropre
  /CRITERIA=CI (95).
```

Test-t

Statistiques sur échantillon unique

	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
totaleamourpropre	180	15,0833	4,17612	,31127

Test sur échantillon unique

	Valeur du test = 13					
	t	ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Intervalle de confiance 95% de la différence	
					Inférieure	Supérieure
totaleamourpropre	6,693	179	,000	2,08333	1,4691	2,6976

```
T-TEST GROUPS=sexe(1 2)
  /MISSING=ANALYSIS
  /VARIABLES=totalesolitudepsychologique totaleamourpropre
  /CRITERIA=CI(.95).
```

Test-t

Statistiques de groupe

	sexe	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
totalesolitudepsychologique	masculin	48	82,3750	19,94847	2,87931
	feminine	132	92,3258	19,24947	1,67545
totaleamourpropre	masculin	48	16,1875	4,08764	,59000
	feminine	132	14,6818	4,15045	,36125

Test d'échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test-t pour égalité des moyennes						
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Différence écart-type	Intervalle de confiance 95% de la différence	
									Inférieure	Supérieure
totalesolitudepsychologique	Hypothèse de variances égales	,018	,894	-3,037	178	,003	-9,95076	3,27602	-16,41559	-3,48593
	Hypothèse de variances inégales			-2,987	80,890	,004	-9,95076	3,33130	-16,57914	-3,32237
totaleamourpropre	Hypothèse de variances égales	,033	,857	2,161	178	,032	1,50568	,69678	,13067	2,88069
	Hypothèse de variances inégales			2,176	84,581	,032	1,50568	,69181	,13008	2,88128

```
GET
  FILE='C:\Users\toufik\Desktop\spss\الوحدة النفسية\400\Sans titre1.sav'.
DATASET NAME Ensemble_de_données4 WINDOW=FRONT.
ONEWAY totaleamourpropre totalesolitudepsychologique BY niveaux
  /MISSING ANALYSIS
  /POSTHOC=SCHEFFE ALPHA(0.05).
```

ANOVA à 1 facteur

		Somme des carrés	ddl	Moyenne des carrés	F	Signification
totaleamourpropre	Inter-groupes	8,033	2	4,017	,228	,796
	Intra-groupes	3113,717	177	17,592		
	Total	3121,750	179			
totalesolitudepsychologique	Inter-groupes	2565,478	2	1282,739	3,331	,038
	Intra-groupes	68164,183	177	385,108		
	Total	70729,661	179			

Tests post hoc

Scheffe

Variable dépendante	(I) niveaux	(J) niveaux	Différence de moyennes (I-J)	Erreur standard	Signification	Intervalle de confiance à 95%	
						Borne inférieure	Borne supérieure
totaleamourpropre	2eme année licence	3eme année licence	,51667	,76576	,797	-1,3737	2,4070
		1eme annéemaster licence	,28333	,76576	,934	-1,6070	2,1737
	3eme année licence	2eme année licence	-,51667	,76576	,797	-2,4070	1,3737
		1eme annéemaster licence	-,23333	,76576	,955	-2,1237	1,6570
	1eme annéemaster licence	2eme année licence	-,28333	,76576	,934	-2,1737	1,6070
		3eme année licence	,23333	,76576	,955	-1,6570	2,1237
totalesolitudepsychologique	2eme année licence	3eme année licence	-7,61667	3,58287	,107	-16,4614	1,2280
		1eme annéemaster licence	-8,35000	3,58287	,069	-17,1947	,4947
	3eme année licence	2eme année licence	7,61667	3,58287	,107	-1,2280	16,4614
		1eme annéemaster licence	-,73333	3,58287	,979	-9,5780	8,1114
	1eme annéemaster licence	2eme année licence	8,35000	3,58287	,069	-,4947	17,1947
		3eme année licence	,73333	3,58287	,979	-8,1114	9,5780

Sous-ensembles homogènes

totaleamourpropre

Scheffe[a]

niveaux	N	Sous-ensemble pour alpha = 0.05
		1
3eme année licence	60	14,8333
1eme annéemaster licence	60	15,0667
2eme année licence	60	15,3500
Signification		,797

Les moyennes des groupes des sous-ensembles homogènes sont affichées.

a. Utilise la taille d'échantillon de la moyenne harmonique = 60,000.

totalesolitudepsychologique

Scheffe[a]

niveaux	N	Sous-ensemble pour alpha = 0.05
		1
2eme année licence	60	84,3500
3eme année licence	60	91,9667
1eme annéemaster licence	60	92,7000
Signification		,069

Les moyennes des groupes des sous-ensembles homogènes sont affichées.

a. Utilise la taille d'échantillon de la moyenne harmonique = 60,000.

```
ONEWAY totalesolitudepsychologique totaleamourpropre BY specialité
  /MISSING ANALYSIS
  /POSTHOC=SCHEFFE ALPHA(0.05).
```

A 1 facteur

ANOVA à 1 facteur

		Somme des carrés	ddl	Moyenne des carrés	F	Signification
totalesolitudepsychologique	Inter-groupes	1479,172	3	493,057	1,253	,292
	Intra-groupes	69250,489	176	393,469		
	Total	70729,661	179			
totaleamourpropre	Inter-groupes	41,483	3	13,828	,790	,501
	Intra-groupes	3080,267	176	17,502		
	Total	3121,750	179			

Tests post hoc

Comparaisons multiples

Scheffe

Variable dépendante	(I) specialité	(J) specialité	Différence de moyennes (I-J)	Erreur standard	Signification	Intervalle de confiance à 95%	
						Borne inférieure	Borne supérieure
totalesolitudepsychologique	phsycology	education	4,37778	4,18181	,778	-7,4263	16,1819
		sociology	6,66667	4,18181	,470	-5,1375	18,4708
		orthophony	,04444	4,18181	1,000	-11,7597	11,8486
	education	phsycology	-4,37778	4,18181	,778	-16,1819	7,4263
		sociology	2,28889	4,18181	,960	-9,5152	14,0930
		orthophony	-4,33333	4,18181	,783	-16,1375	7,4708
	sociology	phsycology	-6,66667	4,18181	,470	-18,4708	5,1375
		education	-2,28889	4,18181	,960	-14,0930	9,5152
		orthophony	-6,62222	4,18181	,476	-18,4263	5,1819
	orthophony	phsycology	-,04444	4,18181	1,000	-11,8486	11,7597
		education	4,33333	4,18181	,783	-7,4708	16,1375
		sociology	6,62222	4,18181	,476	-5,1819	18,4263
totaleamourpropre	phsycology	education	,28889	,88196	,991	-2,2006	2,7784
		sociology	-1,00000	,88196	,733	-3,4895	1,4895
		orthophony	-,33333	,88196	,986	-2,8229	2,1562
	education	phsycology	-,28889	,88196	,991	-2,7784	2,2006
		sociology	-1,28889	,88196	,546	-3,7784	1,2006
	sociology	orthophony	-,62222	,88196	,919	-3,1117	1,8673
		phsycology	1,00000	,88196	,733	-1,4895	3,4895

	education	1,28889	,88196	,546	-1,2006	3,7784
	orthophony	,66667	,88196	,903	-1,8229	3,1562
	phsycology	,33333	,88196	,986	-2,1562	2,8229
orthophony	education	,62222	,88196	,919	-1,8673	3,1117
	sociology	-,66667	,88196	,903	-3,1562	1,8229

Sous-ensembles homogènes

Totalesolitu de psychologique

Scheffe[a]

specialité	N	Sous-ensemble pour alpha = 0.05
		1
sociology	45	85,7778
education	45	88,0667
orthophony	45	92,4000
phsycology	45	92,4444
Signification		,470

Les moyennes des groupes des sous-ensembles homogènes sont affichées.

a. Utilise la taille d'échantillon de la moyenne harmonique = 45,000.

totaleamourpropre

Scheffe[a]

specialité	N	Sous-ensemble pour alpha = 0.05
		1
education	45	14,5333
phsycology	45	14,8222
orthophony	45	15,1556
sociology	45	15,8222
Signification		,546

Les moyennes des groupes des sous-ensembles homogènes sont affichées.

a. Utilise la taille d'échantillon de la moyenne harmonique = 45,000.