الوجود النفسي الأفضل والإفصاح عن الذات كمنبئين لاحترام الذات لدى المتفوقين دراسياً بالمرحلة الثانوية

اعداد

د/ إسلام حسن محمود عبد الوارث
دكتوراه الصحة النفسية
كلية التربية – جامعة الإسكندرية

د/ مروة عبد الحميد أحمد توفيق
دكتوراه علم النفس التربوي
كلية البنات – جامعة عين شمس

الملخص:

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف علي الوجود النفسي الأفضل والإفصاح عن الذات في علاقتهما باحترام الذات لدى المتفوقين دراسيًا بالمرحلة الثانوية، وتحديد ما إذا كانت هناك فروق في الوجود النفسي الأفضل والإفصاح عن الذات واحترام الذات ترجع إلى متغيري الجنس (ذكور – إناث) والتخصص (علمي – أدبي) بالمرحلة الثانوية، **وقد تكونت عينة الدراسة من** (١٢٠) من الطلاب المتفوقين دراسيًا من طلاب الصف الثاني الثانوي من الجنسين (ذكور وإناث) ومن التخصصات العلمية والأدبية بمدرستي نبوية موسي الثانوية إناث والعباسية الثانوية ذكور بإدارة وسط التعليمية بمحافظة الاسكندرية للعام الدراسي (٢٠٢٠– ٢٠٢١) بواقع (٦٠) ذكور ، و(٦٠) إناث ، **واستخدمت الدراسة** مقياس الوجود النفسي الأفضل ، مقياس الإفصاح عن الذات، مقياس احترام الذات من إعداد الباحثان، **وأسفرت النتائج عن** وجود علاقة إرتباطية دالة بين الوجود النفسي الأفضل واحترام الذات لدى المتفوقين بالمرحلة الثانوية، ووجود علاقة إرتباطية دالة بين الإفصاح عن الذات واحترام الذات لدى المتفوقين بالمرحلة الثانوية، كما وجدت فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث على مقياس الوجود النفسي الأفضل لصالح الاناث، ووجدت فروق ذات دلالة إحصائية بين التخصص العلمي والأدبي على مقياس الوجود النفسي الأفضل لصالح التخصص العلمي، ووجدت فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والاناث على مقياس الإفصاح عن الذات لصالح الذكور، ووجدت فروق ذات دلالة إحصائية بين التخصص العلمي والأدبي على مقياس الإفصاح عن الذات لصالح التخصص الأدبي، ووجدت فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والاناث على مقياس احترام الذات لصالح الذكور، ووجدت فروق ذات دلالة إحصائية بين التخصص العلمي والأدبي على مقياس احترام الذات لصالح

التخصص العلمي، بالإضافة إلي توصل النتائج إلي إمكانية التنبؤ باحترام الذات من خلال الوجود النفسي الأفضل، والإفصاح عن الذات لدى المتفوقين دراسيًا بالمرحلة الثانوية.

الكلمات المفتاحية:

الوجود النفسي الأفضل – الإفصاح عن الذات – احترام الذات– المتفوقين دراسيًا – المرحلة الثانوية.

الوجود النفسي الأفضل والإفصاح عن الذات كمنبئين لاحترام الذات لدى المتفوقين دراسياً بالمرحلة الثانوية

اعداد

د/ إسلام حسن محمود عبد الوارث
دكتوراه الصحة النفسية
كلية التربية – جامعة الإسكندرية

د/ مروة عبد الحميد أحمد توفيق
دكتوراه علم النفس التربوي
كلية البنات – جامعة عين شمس

المقدمة:

يُعد الطلاب المتفوقون دراسيًا من أفراد المجتمع الذين يتطلبون التعاون من الجميع لتقديم الخدمات المناسبة لهم، لما لهم من دور فعّال في بناء المجتمع وتطويره، لذا يجب الاهتمام بهم والحرص عليهم ومساعدتهم بأقصى قدر ممكن للحفاظ على تفوقهم والتخلص من العقبات والعوائق التي قد تواجههم؛ حيث إنهم جزء من الطاقة البشرية للمجتمع فينبغي الحفاظ عليهم ومساعدتهم قدر المستطاع لتنمية التفوق لديهم، والعمل على تأهيلهم للالتحاق بالمهن والوظائف التي تناسبهم ويكون المجتمع في حاجة إليها، حيث إن إهمالهم له آثاره السيئة على المجتمع الذى يعيشون فيه.

وتشير الأطر النظرية في مجال الوجود النفسي الأفضل Better psychological presence، أن الأفراد الذين يتمتعون بمستويات عالية من الوجود النفسي الأفضل، يميلون إلى التركيز على نمو الشخصية في قصص حياتهم، وهم أكثر فاعلية في اكتساب رؤى جديدة حول الذات، ولديهم القدرة على تحديد مصيرهم، ويملكون القدرة على مواجهة الضغوطات الاجتماعية، ولديهم القدرة على الاستخدام الفعال للفرص المتاحة لهم، ولديهم القدرة على تكوين علاقات ناجحة، ولديهم معتقدات ومع تزايد تطبيق مفهوم الوجود النفسي الأفضل بشكل ملحوظ، أدى ذلك إلى ظهور استراتيجيات العلاج النفسي التي تسعى إلى زيادة الوجود النفسي الأفضل، بدلًا من خفض الأعراض(Fava & Tomba, 2009: 1904).

وقد فرق Wood & joseph (2010:213) بين رفاهية المتعة والوجود النفسي الأفضل والذي يقصد به سعي الفرد نحو تحقيق غاياته وأهدافه في الحياة كما تم التمييز بين الإحساس الذاتي، والوجود النفسي الأفضل، ويشمل الأداء الانفعالي ويتضمن درجة عالية من الرضا عن الحياة.

وعلى الجانب الاخر يتبين وجود بعض أشخاص مهمين في حياة الفرد ضرورة ملحة لأنهم يزودونه بمتنفس آمن للتعبير عن مشاعرة وآراءه وخبراته المهمة التي لا يستطيع التعبير عنها لكل شخص في بيئته وتختلف درجة إفصاح الفرد بمعلومات شخصية لكل واحد من هؤلاء الأشخاص المهمين وفقًا لمدى انسجامهم وتفضيله لكل منهم، ولما كان الإفصاح عن الذات يتطلب من الفرد أن يفصح بصدق عن مشاعره وشخصيته ومعتقداته فهذا لا يتم الا في إطار علاقات اجتماعية إنسانية آمنة فالوضوح والصدق والصراحة هي أساس أي علاقة إنسانية ناجحة لكي تبنى على الثقة المتبادلة (خالد على العمري، ٢٠١٣: ٢٥-٢٧).

لذلك فإن الاضطراب في عملية التواصل بمختلف أنواعها، وعدم تمتع الفرد بالمهارات اللازمة يضعف من قدرة الفرد في التعبير والتخاطب مما ينعكس سلبًا على عملية الإفصاح عن الذات المتبادل والتفاعل الحميمي المثمر بين الأفراد في العلاقات الاجتماعية (جودت شاكر محمود ، ٢٠١٣: ٣٩٩).

ويؤدي الإفصاح عن الذات self-disclosure as predictors دورًا بارزًا في جوانب مختلفة من حياة الفرد كونه يساهم في تطوير علاقاته الشخصية مع الآخرين سواء كان ذلك في إطار الأسرة أو المدرسة أو المجتمع بصفة عامة، وتعد عملية الإفصاح عن الذات جزءًا أساسيًا وحيويًا في عملية التفاعل الاجتماعي فالإفصاح الصريح عن الذات أحد السبل المهمة في تقليل المسافة الشخصية بين الافراد وهو شرط أساسي في تطوير العلاقات الحميمة بينهم (waring&chelune,2003:184).

فضلًا عن كونه يعد من المقومات الرئيسة للصحة النفسية وذلك لقيمته المتمثلة في التنفيس الانفعالي لأنه يمكن الفرد من التخلص من انفعالاته بالتعبير عنها لفظيا لشخص آخر مما يعيده الى حالته الطبيعية من الاتزان النفسي حيث يجنبه الوقوع في كثير من المشكلات النفسية، ويرتبط الإفصاح عن الذات ببناء مفهوم ذات إيجابي للفرد فأنه عندما

يطلع الآخرين على أفكاره ومشاعره يتيح لهم الفرصة لان يقيموا سلوكه عن طريق أبداء آرائهم حوله مما يزيد من فهم الفرد لذاته والوعي بها(خالد علي العمري ، ٢٠١٣: ٨٣).

ويرى Audet (2010:85) أن أفضل طريقة لتشجيع الآخرين على الإفصاح عن ذواتهم إليك، هي أن تفصح عن ذاتك لهم، ويجد معظم الناس راحة كبيرة، بل وحتى ضرورة انفعالية في مشاركة المشاعر والأحداث اليومية مع أفراد العائلة والأصدقاء وخاصةًا عندما يشعرون بالإجهاد، ونحن أيضًا بحاجة إلى الكلام والتحدث، فإذا ما أحجمنا عن الإفصاح عن أنفسنا لن تتوثق علاقاتنا مع الآخرين، ولن نحصل على تقديرهم وحبهم، وإذا ما شعر الشخص الذي نفصح له عن ذاتنا بأننا نحترمه ونثق به، فأنه سوف يتقرب منا وربما يودّنا. لذا إن كل فرد منا بحاجة ماسة إلى معرفة كيف نتواصل بفاعلية مع الآخرين.

ويؤدي الإفصاح المشترك بين الطرفين إلى علاقات اجتماعية وطيدة وزيادة في الثقة والتفاهم بين الطرفين وبذلك يزداد شعور الفرد بنفسه وبعلاقاته الاجتماعية ويمكن أن توصف هذه العلاقات بأنها طيبة أو سيئة بمقدار ما تنطوي عليه من ثقة متبادلة واحترام وتعاونٍ بناء بين الأطراف، ولا شك أن للعلاقات الإنسانية والتي تمثل مجموعة التفاعلات الاجتماعية والنفسية التي تنشأ من اتصال الفرد بالآخرين أهمية ومطلب أساسي لأي مؤسسة في المجتمع وخاصة المؤسسات الأكاديمية والتربوية، وشرط ضروري لتحقيق أهدافها وطموحاتها ونجاحها عمومًا، فطبيعة الحياة الاجتماعية تفرض على الفرد أن يدخل في علاقات مع الآخرين (علاء الدين كفافي، ٢٠٠٣: ١٢٥).

وهذه العلاقات التي تربط الإنسان بالمجتمع هي علاقات تبادلية وبتأثير هذا التبادل والتفاعل للأدوار الاجتماعية يحدث التكامل النفسي للفرد فالفرد يحقق ذاته عن طريق المجتمع وتدخل المهارات الاجتماعية في كل مظهر من مظاهر حياة الفرد وتؤثر في تكيفه وسعادة ونجاحه وفاعليته في مراحل الحياة المختلفة وبشكل خاص في مراحل تعلمه الدراسي فقدرته على تكوين علاقات اجتماعية تؤثر على ذاته وإدراكه لفاعليتها فكلما أدرك الفرد انه ينال استحسان الآخرين لسلوكه الاجتماعي كلما شعر بالقيمة والكفاءة (محمد الدسوقي عبد العزيز ،٢٠١٣: ١٦٣).

إن أدركنا لسلوك الناس اللفظي وغير اللفظي يوفر مصدرًا معرفيًا اجتماعيًا مهمًا يمثل معلومات تفيد في اشباع دوافعه وتحقيق أهدافه وتفادي الضرر والاذى والتكيف مع الآخرين، كما يعمل كمحفز يستنهض في الإنسان تغيرات معرفية وسلوكية وانفعالية وان نجاحنا في تحقيق أهدافنا يكمن في دقة إدراكاتنا الاجتماعية ودقة تفسيرنا مسألة مهمة للتصرف إزائها على نحو فعال، ولما كان التواصل الجيد والسليم يمكن إن يؤدي الى تقوية الروابط الاجتماعية والنجاح في الحياة وتحسين الصحة النفسية والجسمية، فأنه من جانب آخر يتطلب مستلزمات تزيد من مهاراته التواصلية ينبغي أخذها بنظر الاعتبار في المجالين التربوي والنفسي (جمال عبد الفتاح العساف، وأيمن سليمان مزاهرة، ٢٠١٠: ١١٣).

ويعتبر احترام الذات self-respect تنظيمًا يحدد للفرد شخصيته وفرديته التي تظهر معها طبيعته الجذابة التي تحدد له أسلوبه المتميز في الحياة ، ولما كانت الذات هي مركز الشخصية التي تتجمع حولها كل النظم الأخرى، وهى التي تمد الشخصية بالتوازن والثبات ، فإن تحقيق الذات هو الغاية التي ينشدها الإنسان، وهي أفضل أشكال التوازن، والتكامل والامتزاج المتجانس لجميع جوانب الشخصية ، كما تعد الذات جزء من المجال الظاهري الذي يتحدد على أساسه السلوك المميز للفرد ، كذلك الطريقة التي يدرك بها الفرد ذاتة وهي التي تحدد نوع شخصيته ، لذا فإن فكرة الفرد عن نفسه هي النواة الرئيسة التي تقوم عليها شخصيته (محمد الدسوقي عبدالعزيز ،٢٠١٣ : ١٦٨).

مشكلة الدراسة:

إن الجوانب المختلفة في شخصية المتفوقين لا يمكن تحليلها وأخذها في الاعتبار بمعزل عن معرفة الحاجات والمشكلات النفسية لهم بعد الكشف عنهم أو التعرف عليهم ، فهم يحتاجون إلى خدمات خاصة لإشباع حاجاتهم التي تختلف عن حاجات الأشخاص العاديين بعد أن نكون قد وفرنا أساليب وأدوات الكشف عنهم ، ومن منطلق إتاحة الفرص المتكافئة أمام جميع الأشخاص ، يجب أن يمتد الاهتمام ليصل إلى تلك الفئة في صيغة قواعد أساليب تساعدهم على تلبية حاجاتهم. وتشير البيانات المتاحة إلى أنه بدون

هذه والقواعد والخصائص فان هؤلاء الأشخاص لا يصلون إلى المستوى المطلوب، بل يذوبون في وسط العدد الأكبر من الأشخاص العاديين.

كما يتعرض الطلاب المتفوقون لمعظم المشكلات التى يتعرض لها الطلاب بصفة عامة أثناء نموهم، إلا أنه يمكنهم التغلب على كثير منها نظرًا لذكائهم المرتفع الذى ييسر لهم التعامل مع هذه المشكلات وحلها، ولا يعنى ذلك أنهم يمكنهم مواجهة جميع المشكلات دون توجيه ممن هم أكبر سنًا منهم كالآباء والمعلمين (زينب محمود شقير ، ٢٠١٠: ٢).

وتظهر مشكلة المتفوقين في مجتمعاتنا العربية في القدرة على التعرف على قدراتهم أولًا، وتوفير المناخ المناسب لتنميتها وتطويرها ثانيًا، بما يعود بالفائدة على الطالب نفسه وعلى المجتمع بأسره، وتؤدي المدرسة بصفتها نسقًا اجتماعيًا دورًا مهمًا في هذا الإطار، لأنها المؤسسة التربوية الأولى التي يلتحق بها الطالب بعد الأسرة مما يكون له تأثير (عبدالله سعد الرشود،٢٠٠٧ :١١).

وتكون تلك المشكلات لدى المتفوقين أكثر وضوحًا في الصفوف العادية من عدم توافق فيما يقدم لهم من المنهج التعليمي مع خبراتهم العقلية، وهو الأمر الذي يجعل من نمو مواهبهم وقدراتهم بطيئًا ومحدودًا وبالتالي قد ربما يفقدون روح التحدي ويصابون بالكسل الذهني وينعكس على مستوى الطموح لديهم مما يجعلهم في بعض الأحيان غير قادرين على انجاز أهدافهم (عبد اللطيف محمد خليفة ، ٢٠٠٠: ١٢).

وقد أشارت العديد من الدراسات إلى إمكانية وجود مشكلات اجتماعية وانفعالية لدى الطلبة المتفوقين ، وتتلخص هذه المشكلات بالعزلة الاجتماعية، وانخفاض احترام الذات، والاعتماد الكبير على الوالدين فيما يتعلق بالصداقة والتفاعل الاجتماعي، والتوقعات المرتفعة من قبل الوالدين والمعلمين (فتحي عبد الرحمن جروان، ٢٠٠٢: ٦).

ويعد الاهتمام بدراسة الوجود النفسي الأفضل امرًا ضروريًا وذلك لأهميته في المجال التربوي والاكاديمي لما له من دورًا هاما في توجيه وتنشيط سلوك الطلاب بصفة خاصة والأفراد بصفه عامة لأن الفرد عندما يتفوق في إنجاز أداء معين فانه يشعر بقدرته علي تحقيق ذاته وتوكيدها.

وقد أشارت نتائج بعض الدراسات إلى أن الإفصاح عن الذات يرتبط إيجابيًا ببعض المتغيرات النفسية الإيجابية، مثل: فاعلية الذات المدركة مثل دراسة (عبد الرحمن سليمان النملة، ٢٠١٦).

وقد أشار شعبان رضوان (٢٠٠٦ : ٧٢) إلي أن مفهوم الإفصاح عن الذات يرتبط بالتوجه الاجتماعي؛ حيث إن الإفصاح عن الذات يشير إلى العملية التي يتم من خلالها كشف الأشخاص عن أفكارهم ومشاعرهم وخبراتهم الشخصية لأشخاص آخرين، فالإفصاح عن الذات يتم للآخرين الذين تقوم كما يتطلب ذلك توافر درجة ،Trust بينهم وين الفرد علاقات حميمة تعتمد على الثقة معينة من التو جه الاجتماعي لدى الفرد.

وقد قرر المعالجون بالتحليل النفسي أهمية استخدامهم لفنية الإفصاح عن الذات للحالة أو المفحوص؛ لأن ذلك يساعد على التحليل الأفضل، ولأن المفحوص يفصح عن خبرات انفعالية قد تساعده على التغلب على عزلته وانسحابه، وزيادة تواصله مع الآخرين، كذلك فإن الإفصاح عن الذات يحقق الشعور بالتواصل مع المعالج سويًا، والتعرف علي ذاته بطريقة أفضل، لذا فهو الأقدر على التعبير والإفصاح عن ذاته، وهذا من فوائد استخدام فنية الإفصاح عن الذات في مجال العلاج النفسي؛ لذا وجب الاهتمام بدراسته وبخاصة لدي الأفراد ذوي المشكلات المختلفة (سعاد سليمان، باسم الدحاحة ، ٢٠٠٦ :٤).

كما أن المستويات المنخفضة من احترام الذات تضعف في توجيه السلوك التدريسي من حشد الامكانيات والقدرات الذاتية في تنشيط البيئة التعليمية ويؤدى ذلك إلى ضعف الإنجاز الدراسي للطلاب وتردى مستواهم العلمي ومن هذا فان من الضروري تنمية المهارات التدريسية باستمرار للمعلم إذ أن مهمته لا تتحدد فقط بتعزيز دافعية طلابه والمحافظة على أنشطتهم بل أيضا التركيز على تحديد الأهداف من وراء ذلك والتخطيط لها، بتفعيل المدركات بفاعلية ذاته مما يترك آثرا في تقييم قدراته، التي ينعكس في إحراز مستوى الأداء المطلوب منه (محمد شحاته ربيع ، ٢٠١٣: ٦).

فاحترام الذات لها تأثير على مستوى الدافعية والتعلم والإنجاز ويشكل كل فرد مجموعة من معتقدات احترام الذات التي تبرر دافعيته ومرونته في إكمال النشاط (محمد السيد عبدالرحمن، ١٩٩٨: ٦٣٨).

ويعد المتفوقين دراسيًا ذوي القدر المنخفض من احترام الذات أقل تكيفًا من الناحيتين النفسية والاجتماعية، ولديهم قابلية مرتفعة من الأزمات وتدني التحصيل الدراسي أحيانًا، بل ولديهم مشكلات متفاقمة في بناء العلاقات الاجتماعية والقدرة على المحافظة عليها، خاصة مع أقرانهم ومعلميهم داخل المدرسة وخارجها، فهم بحاجة إلي دراسات كشفية للتعرف علي ما يعانوه من مشكلات.

ومما سبق يمكن صياغة مشكلة الدراسة في التساؤلات التالية :

١- ما العلاقة بين الوجود النفسي الأفضل، واحترام الذات لدى المتفوقين دراسيًا بالمرحلة الثانوية ؟

٢- ما العلاقة بين الإفصاح عن الذات واحترام الذات لدى المتفوقين دراسيًا بالمرحلة الثانوية؟

٣- هل يختلف الوجود النفسي والإفصاح عن الذات واحترام الذات بإختلاف النوع (ذكور – إناث) ؟

٤- هل يختلف الوجود النفسي والإفصاح عن الذات واحترام الذات بإختلاف التخصص (علمي – أدبي) ؟

٥- ما مقدار الإسهام النسبي لكل من الوجود النفسي الأفضل والإفصاح الذات في إحترام الذات لدى المتفوقين دراسيًا بالمرحلة الثانوية؟

أهداف الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية إلى:

١- فهم طبيعة العلاقة بين الوجود النفسي الأفضل، والإفصاح عن الذات لدى المتفوقين دراسيًا بالمرحلة الثانوية.

٢- فهم طبيعة العلاقة بين الوجود النفسي الأفضل واحترام الذات لدى المتفوقين دراسيًا بالمرحلة الثانوية.

٣- الكشف عن الفروق في الوجود النفسي والإفصاح عن الذات واحترام الذات بإختلاف النوع (ذكور – إناث) والتخصص (علمي – أدبي).

٤- التنبؤ باحترام الذات من خلال كل من الوجود النفسي الأفضل والإفصاح عن الذات لدى المتفوقين دراسيًا بالمرحلة الثانوية.

أهمية الدراسة :

الأهمية النظرية :

تكمن أهمية الدراسة الحالية في تناولها موضوعًا علميًا له أهميته في حياتنا الاجتماعية والنفسية، وهو: الوجود النفسي الأفضل والإفصاح عن الذات كمنبئ لاحترام الذات لدى المتفوقين بالمرحلة الثانوية. من خلال ما يلي :

- كونها أحد الدراسات القليلة (في حدود اطلاع الباحثان) التي تناولت دراسة متغير الوجود النفسي الأفضل والإفصاح عن الذات واحترام الذات مجتمعة، فضلا عن دراسته لشريحة مهمة من شرائح المجتمع ألا وهي شريحة طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسيًا.

- تنبع أهمية الدراسة الحالية من كونها تناقش بعض الجوانب المختلفة في الشخصية (الوجود النفسي الأفضل – احترام الذات) ، ومن هنا فإن هذه الدراسة تشكل إحدى الخطوات الأساسية في تحديد مستوي احترام الذات لدي الأفراد المتفوقين دراسيًا.

- إثراء المكتبة النفسية بتراث نظري عن متغيرات تمثل أهمية لدى المتفوقين دراسيًا في مجال علم النفس الإيجابي حيث مازالت الدراسات محدودة النطاق وخاصة على متغيرات الدراسة الثلاثة مجتمعة لدى المتفوقين دراسيًا في البيئة العربية بصفة عامة والمصرية بصفة خاصة.

الأهمية التطبيقية (العملية) :

- قد تفيد نتائج البحث في إعداد برامج تربوية وإرشادية تسهم في تنمية متغيرات الدراسة وهي (الوجود النفسي الأفضل – الإفصاح عن الذات – احترام الذات) مما يسهم في تحسين طرق زيادة الجوانب الإيجابية لديهم.

- يمكن الاستفادة من الدراسة الحالية في التعرف على بعض الجوانب الإيجابية في الشخصية لدى طلاب المرحلة الثانوية وتنميتها لدى هذه الفئة بالطرق المختلفة، مما يزيد من تفوقهم الدراسي مما يعود علي أنفسهم والمجتمع بآثره بالتطور والنماء.

- المساهمة في توجيه نظر المسئولين في مجال الإرشاد والصحة النفسية إلى أثر الوجود النفسي الأفضل ،والإفصاح عن الذات علي مستوي احترام الذات لدى الطلاب عامة وطلاب

المرحلة الثانوية بصفة خاصة، في ضوء الاستفادة من النتائج التي توصلت إليها الدراسة الحالية.

– قد تساعد هذه الدراسة الباحثين على إجراء دراسات أخرى مشابهة ذات علاقة بالموضوع، ولدي عينات مختلفة.

– بناء على نتائج الدراسة المتوقعة يمكن إعداد وتطبيق برامج إرشادية وتثقيفية وترفيهية تساعد على تنمية الوجود النفسي الأفضل والإفصاح عن الذات وبقاء آثارهما لدى طلاب المرحلة الثانوية.

مصطلحات الدراسة :

الوجود النفسي الأفضل: Better psychological presence

يعرفه الباحثان بأنه: " حالة إيجابية تتضمن الجوانب العقلية والنفسية والانفعالية في الطالب وتؤدي به إلى نموه الايجابي والازدهار ".

ويقاس إجرائيًا: بالدرجة التى يحصل عليها أفراد العينة على مقياس الوجود النفسي الأفضل المعد للدراسة الحالية.

الإفصاح عن الذات: Self-disclosure

يعرفه الباحثان بأنه: "عملية يقوم الطالب من خلالها بإفشاء بعض المعلومات الشخصية لفرد آخر دون غيره من الآخرين، فهو بذلك يعكس طبيعة العلاقة التبادلية للاتصال الشخصي".

وتقاس إجرائيًا: بالدرجة التي يحصل عليها أفراد العينة على مقياس الإفصاح عن الذات المستخدم في الدراسة الحالية.

احترام الذات: Self-respect

يعرفه الباحثان بأنه: "مفهوم معرفي وجداني يكونه الطالب من مجموعة إتجاهاته، معتقداته وخصائصه الجسمية والعقلية يستدعيه الفرد عندما يواجه العالم المحيط به ،وهو نابع من ثقته بنفسه ونظرته لها نظرة رضا واحترام وتقبله لذاته وللآخرين".

ويقاس إجرائيًا: بالدرجة التي يحصل عليها أفراد العينة على مقياس احترام الذات المستخدم في الدراسة الحالية.

المتفوقون دراسيًا Outstanding academically students

يعرف الباحثان الطالب المتفوق دراسيًا إجرائيًا على أنه: "الطالب الذي يحصل علي (٩٠%) فأكثر في مجموع درجات المواد الدراسية للعام الدراسي السابق (٢٠١٩-٢٠٢٠) ، ولم يسبق له الرسوب في سنوات الدراسة السابقة".

الإطار النظري والدراسات السابقة

المحور الأول: المتفوقون دراسيًا:

يمثل التفوق مجموعة من الانجازات التي تنمو مع نمو الفرد في المراحل العمرية المختلفة، ويزداد نموه من خلال عمله الفردي مع توافر البيئة المناسبة بما تتضمنه من معززات تساعده على الاستمرار في تفوقه ،وفي إنجاز ما يقوم به بشكل سريع مقارنة بغيره من الافراد في نفس المرحلة العمرية، ويظهر التفوق العقلي في مظاهر مختلفة، ويتنوع حسب درجة ظهوره (قليل التفوق، متفوق، متفوق جدًا)، وحسب محتوى الإتجاه التطبيقي للتفوق (فنيًا، اجتماعيًا، علميًا، رياضيًا، تقنيًا...الخ)، وحسب الاتساع، والمشمول (في مجال محدد جدًا (تفوق خاص)، أو في مجالات كثيرة (تفوق عام) (أحمد محمد الزغبي ، ٢٠٠٥ : ١٦).

وهناك عدة محكّات لمفهوم التفوق الدراسي منها محك الذكاء ونسبته، ومحك التحصيل الدراسي أو الإنجاز، وهناك إتجاه أخر ينحو نحو الأخذ بأكثر من محك في تقدير التفوق، وذلك حين رأى بعض الباحثين ضرورة عدم الاكتفاء بمحك واحد لمفهوم التفوق، والمحكات المختلفة التي يجب أن تؤخذ في الاعتبار هي الذكاء، والتحصيل، وآراء المدرسين، وسجلات المدرسة، واختبارات القدرات، والقدرات الإبداعية، وهكذا (ناديا السرور،٢٠٠٢ :١٧).

مفهوم التفوق الدراسي:

لقد تعددت مفهومات التفوق وكان أول من تطرق للتفوق جالتون عام ١٨٨٣ وكان يري أن التفوق ثابت ووراثي في الأفراد (فاطمة احمد العابد ، ٢٠١٥ :١١)، ويعرف عبد الرحمن سيد سليمان (٢٠٠٤ : ٥٧) التفوق الدراسي بأنه:" الإنجاز التحصيلي للطالب في مادة دراسية، أو المتفوق في المهارة أو المجموعة من المهارات ويقدر بالدرجات طبقا

للاختبارات المدرسية أو الاختبارات الموضوعية المقننة أو غيرها من وسائل التقويم"، وتشير زينب محمود شقير (٢٠٠٥: ٢٢٨) إلى التفوق بأنه:" أداء فوق المتوسط مجال أو أكثر من مجالات النشاط الإنساني، ومنها التفوق العلمى ، والاكاديمى ، ولديه القدرة على استغلال استعدادته الفطرية فى تحصيل المعلومات وإتقان المهارات"، ويري خالد خليل الشيخلي (٢٠٠٥ : ٤٣) أن التفوق الدراسى أحد أبرز المجالات التي تظهر فيها التفوق لدى الطالب سواء كان في مادة تعليمية معينة أوفي عدة مواد تعليمية ، ويعكس تفوقهم الدراسي تميزهم الكبير في مستوى الأداء الأكاديمي مقارنة بمن هم في مثل سنهم، والذي تكشف عنه الامتحانات التي تنظمها المدرسة بشكل دوري في مختلف المراحل التعليمية، ويعرف كريم خلف الشمري، رياض رحال حسن (٢٠١٣: ١١٤٤) التفوق بأنه: "هو الذي يُظهر صاحبه أداء مرموقا بصفة مستمرة في أى مجال من المجالات ذات الأهميه"، وأشارت ألطاف أحمد الأشول (٢٠١٣ : ١١٤) أن التفوق الدراسي هو "حصول الطالب علي درجات امتياز في الاختبارات التحصيلية لماده أو أكثر".

مفهوم الطلاب المتفوقين دراسيًا:

يمثل المتفوقون شريحة مهمة من الموارد البشرية لأي مجتمع بما لديهم من قدرات مرتفعة في مجالات مختلفة سواء في الابتكار والإبداع أو التوجه والقيادة وغير ذلك، والتي تعطيهم بشكل استثنائي مهارات عالية مرتبطة بتخصصات محددة تجعمهم وقادرين على حل الكثير من المشكلات التي تواجههم أولًا وتواجه مجتمعاتهم ثانيًا، ويري فتحى عبد الرحمن جروان (٢٠٠٢: ٥٨) أن المتفوق دراسيًا هو:" الطالب الذي يكون أداؤه مطورا في مجال قيمة للمجتمع الإنساني"، ويعرف عبد المطلب أمين القريطي (٢٠٠٥: ١٧) الطالب المتفوق دراسيًا بأنه "فرد يتميز بارتفاع مستوي أدائه في مجال أو أكثر من المجالات الأكاديمية، والذكاء ليس شرط للتفوق التي تميز الطالب المتفوق فقد يكون لديه مواهب موسيقية أو فنية لا تحتاج إلي درجة عالية من الذكاء بقدر امتلاكه مهارات حسية وفنية تساعده علي هذا النبوغ الفني"، ويعرف نسمة كمال الدين، خضر محتمر أبو زيد، إيمان صلاح الدين (٢٠١٨: ٣٠٧) المتفوق دراسيا: بأنه الطالب الذي يتميز عن زملائه ويسبقهم ويحصل على درجات اعلى من الدرجات التي يحصلون عليها ويكون اكثر منهم ذكاء

وسرعة في التحصيل، **ومن خلال المفاهيم السابقة** يتبين للباحثين إجماع الباحثين على أن التفوق الدراسي لا يعتمد على الذكاء فهناك مجالات يكون للممارسة والاتقان دور كبير في التفوق فقد يعادل امتلاك الفرد للمهارات درجة الذكاء عند فرد أخر ويطلق على هذا متفوق وهذا متفوق، وهذا على عكس التفوق العقلي الذي يعتمد بقدر كبير على الذكاء والقدرات العقلية التى يمتلكها بالإضافة لامتلاكه مهارات التى تعمل استمرار التفوق لديه وهناك اختلاف بين العلماء في طريقة تحديد المتفوقين، ويرجع ذلك إلى طبيعة الطريقة التي يتم تحديد بها التفوق فهناك من يعتمد على الاختبارات التحصيلية ، وهناك من يعتمد على المقاييس المختلفة ، ولكن ما يجب الاشارة إليه هو الاهتمام بتلك الفئة لأنها على مستوى مرتفع في الجوانب المختلفة التي يمكن الاستفادة منها في المجتمع.

ومن خلال العرض السابق يتبين أن فئة المتفوقين دراسيًا هي فئة تتمتع بمجموعة من السمات العقلية المرتفعة عن غيرهم من الافراد في نفس المرحلة العمرية بما يجعلهم يتميزون عنهم.

ويعرف الباحثان الطالب المتفوق دراسيًا إجرائيًا في الدراسة الحالية بأنه: الطالب الذي يحصل علي (٩٠ %) فأكثر في مجموع درجات المواد الدراسية للفصل الدراسي الأول من العام ٢٠٢٠-٢٠٢١، ولم يسبق له الرسوب في سنوات الدراسة السابقة.

خصائص الطلاب المتفوقين دراسيًا:

تتعدد الخصائص، والصفات التي يتمتع بها المتفوقين دراسيًا لعل أهم الخصائص، والصفات التي يتميز بها هؤلاء الطلاب المتفوقون دراسيًا ما يلي:

١. **الخصائص العقلية:**

- هي أكثر الخصائص تمييزا للمتفوقين عن أقرانهم من العاديين فهم أكثر حبا للاستطلاع ،وأكثر انتباها ، وأكثر طرحا للأسئلة، سرع في حل المشكلات، أكثر تحصيلا، لديهم قدره علي الانتقاد ،وايضا هم أكثر تعبيرا عن أنفسهم (امال عبد السميع باظه،٢٠٠٣ ،١٣٥).
- سرعة في النمو العقلي عن غيره من الطلاب العاديين.
- قدرته على حفظ كمية كبيرة من المعلومات وقوة الذاكرة وقوة التركيز.
- حب القراءة وتعلمها في سن مبكرة ، وحب الاستطلاع ووضوح التفكير وخصوبة الخيال.

- القدرة على التعامل مع النظم الرمزية والأفكار المجرد .(Clark, 2002:34)

٢. الخصائص الوجدانية والانفعالية:

يتميز المتفوقين عن العاديين بانهم اكثر اتزانا، وثباتا انفعاليا ،وثقه بالنفس، نضج في الشخصية، يتميزوا بالمرح ، لديهم نضج أخلاقي ،ودافعيه عالية للإنجاز ويسعون لتحقيق ذواتهم ،والقدرة علي اتخاذ القرارات، ايضا يتسمون بالاستقلالية، والعزيمة، والمثابرة(عبدالمطلب أمين القريطي،٢٠١٣: ٢٦٠).

ويشير Cross (2017: 23) إلى مجموعة من الخصائص منها:

– الثقة بالنفس ، حيث يكون المتفوق قوي العزيمة ، ويتكلم باطمئنان، ويتصرف بقوة وارتياح.

– الاتزان الوجداني (العصابي) تجاه مجموعة من المنبهات حيث يظهر ثباتا انفعاليا نحو الغضب وعدم الاتفاق أو المعارضة له.

٣. الخصائص الاجتماعية:

يتميز المتفوقون دراسيًا بالقدرة على الاندماج مع الجماعة، والامتثال لمعاييرها، ولديهم قدرة علي القيادة، وأيضا المتفوقين دراسيًا يقومون بأداء المهام المطلوبة منهم ،كما نهم لديهم القدرة علي إقامه العلاقات الجيدة مع أقرانهم فهم أكثر شهره بينهم، وأيضا يتميزوا بمستوي مرتفع من المهارات الاجتماعية (عادل عبدالله محمد،٢٠٠٥ :١٧٨).

كما أشار Cross (2017: 36) إلى مجموعة من الخصائص الاجتماعية منها:

- المبادرة للعمل ومساعدة الآخرين.
- مقاومة الضغوط الاجتماعية وتدخل الآخرين في شؤونهم.
- القدرة على كسب الأصدقاء ، والميل لمصاحبة الأكبر سنا، والتفاعل مع المجموعة.
- الميل إلى المرح والبهجة والدعابة والنكتة، وتقبل وجهة نظر الآخرين.
- تحمل المسؤولية، والقدرة على قيادة الآخرين.

وبتحليل الخصائص السابقة يتبين للباحثين: أن المتفوق يتميز بمجموعة من الخصائص في الجوانب العقلية والاجتماعية والانفعالية فهو قادر على تكوين علاقات

اجتماعية مع الاخرين بسهولة، كما أنه محب للقراءة والاطلاع المستمر ، يتميز بسمة القيادة بين أقرانه ، يحاول حل المشكلات باستمرار، فهو يتميز عن غيره بقدراته المختلفة، وبشخصيته المستقرة ،من أجل الاستمرار في التفوق.

المشكلات التي تواجه المتفوقين دراسيًا:

يعانون الطلبة المتفوقين دراسيًا من بعض المشكلات التكيفية ومنها ما يلي:

أ- المشكلات الاجتماعية لدى المتفوقين دراسيًا:

أشار العديد من الباحثين ومنهم (يحيي صلاح ماضي، ٢٠١١ :٢٥) و Cross ,2017: (37)إلي المشكلات الاجتماعية لدى المتفوقين دراسيًا وهي:

- دائم السؤال عما يحدث.
- يحتاج وقت لإقناعه بحقيقة الأمور وتقبلها.
- عدم التكيف مع الآخرين بسهولة.
- يتعرض للضغط داخل الأسرة ويتعرض للمقارنة المستمرة مع إخوته من قبل الوالدين.
- إتجاهات الآخرين السلبية تجاههم.
- الشعور الزائد في المسؤولية نحو الآخرين.
- تجاهلهم في محيط الأسرة والاهتمام بغيرهم.
- المنافسة الزائدة مع أقرانهم.

ب- المشكلات الانفعالية لدى المتفوقين دراسيًا:

- تلبية طموحات الأهل.
- الاكتئاب نتيجة عدم رضاهم عن ما يدور حولهم من نقائض المجتمع.
- البيئة المحبطة والاكتئاب.
- عدم التوازن بين التطور العقلي والتطور الانفعالي.
- الحساسية المفرطة والحدة الانفعالية.(Colangelo & Davis ,2002:54)

ج- الحاجات الإرشادية للطلاب المتفوقين دراسيًا:

يحتاج الطالب المتفوق دراسيًا إلى رعاية خاصة تمكنه من تنمية طاقاته إلى أقصى مستوى ممكن، وفقًا لحاجاته وخصائصه المختلفة ، ومن أهم الحاجات التي تعاني من نقص لدى المتفوقين دراسيًا والتي ينبغى تلبيتها له (عبد الرحمن سيد سليمان،٢٠٠٤ : ٥٩).

د- الحاجات النفسية :

الحاجة للاعتراف بقدراتهم ومواهبهم – الحاجة إلي توكيد الذات- الحاجة إلى احترام الذات – الحاجة للشعور بالأمان – الحاجة إلي بلوره مفهوم موجب عن الذات – الحاجة للحرية في التعبير والاستقلال – يكون إتجاههم ايجابي نحو معلميهم والمواد الدراسية وأسلوب الاستذكار ومستقبلهم المهني واطلاعهم الخارجي- حاجاتهم للفهم المبني علي العواطف وتقبل الاخرين لهم بدون شروط (عبد المطلب القريطي ، ٢٠٠٥: ٢٣٨).

هـ- الحاجات التدريسية :

حاجاتهم إلي الاستطلاع والاكتشاف- حاجاتهم إلى تحقيق طكوحاتهم الأكاديمية- حاجتهم لمهارات التعلم الذاتي واستثمار مصادر التعلم والمعرفة – حاجاتهم للتعمق المعرفي في كل ما يخص مجال التفوق والموهبة – حاجاتهم إلي مناهج تعليمية وأنشطه تتحدي استعداداتهم وطريقتهم في التفكير والتعلم – حاجاتهم للتجريب والبحث العلمي من خلال فحص الأفكار واقتراح الحلول ووضع الفروض وتجريبها في العالم الواقعي والتوصل للنتائج –حاجتهم إلى تحقيق دافعيتهم المرتفعة للإنجاز (فؤاد عيد الخوالدة ، ومصطفي نوري القمش ، ٢٠١٥ :٣٧).

و- الحاجات الجسمية والحسية :

تقدير قدراتهم الجسمية والحسيه والعمل علي إظهارها والاستفادة منها – حاجاتهم للاشتراك في الأنشطة التي تجمع بين العقل والجسد وذلك من خلال الاستفادة بكل ما هو متوفر في البيئة من مختلف الخبرات – ممارسة الأنشطة الحس حركيه التي تقوم علي الروح الرياضية والمنافسة الشريفة – تدريبهم علي الجد والمثابرة وتقبل الهزيمة وعدم شعورهم بالإحباط (يحيي صلاح ماضي ، ٢٠١١ : ٥٧).

ز- الحاجات الاجتماعية :

رغبتهم في القيادة وذلك من خلال معلميهم وتكليفهم بالأعمال القيادية – حاجاتهم لاندماجهم وتفاعلهم داخل المجتمع حتي لا يشعروا بالغربة والعزلة الاجتماعية – حتجاتهم لتقدير الآخرين لهم حاجاتهم للتواصل الايجابي مع الآخرين وذلك من خلال تكوين علاقات اجتماعيه مثمرة – حاجاتهم لاكتساب المهارات التوافقية وكيفيه تعاملهم مع الضغوط – حاجاتهم إلى كيفية مواجهتهم لمشاكلهم الدراسية والصعوبات الانفعالية (فؤاد عيد الخوالدة ، ومصطفي نوري القمش ، ٢٠١٥ :٣٨)

وتري يسرية علي محمود (٢٠٠٠ : ١١٨) أن الطالب المتفوق دراسيًا يحتاج إلى رعاية خاصة تمكنهم من تنمية طاقاتهم إلى أقصى مستوى ممكن، وفقًا لحاجاتهم وخصائصهم المختلفة، ومن الحاجات التي يجب تقديمها للطلاب المتفوقين دراسيًا توفير المناخ التعليمي المناسب لهم من حيث إعداد المدارس والمعلمين والأساليب العلمية المختلفة التي تستثير فيهم الرغبة في البحث والتقصي، والتعرف على أهم حاجات ومشكلات الطلاب المتفوقين التي قد تعيق تفوقهم العلمي، وتعوق تحقيق دافعيتهم للإنجاز، والعمل علي تنمية القدرات العقلية التي يتميزون بها كالذكاء والقدرات الخاصة، وحاجاتهم لتحقيق طموحهم العلمى والأكاديمي، وتنمية السمات النفسية المؤثرة في التفوق كالمثابرة والثقة بالنفس، وتنمية القدرة على الاتصال مع الآخرين، كما تحتاج هذه الفئة إلي التوجيه العلمي والمهني المناسب لهم، وكذلك متابعة المتفوقين، والتعرف على أسباب انحدار مستوى البعض منهم.

وهناك العديد من الدراسات والبحوث التى تناولت التفوقين دراسيًا مثل دراسة:

فطيمه الزهراء بوجلال (٢٠١٥):

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة مستوي الطموح وعلاقته بدافعيه الإنجاز لدي المتفوقين السنة ثالثة ثانوي ، **وتكونت عينة الدراسة من** (٦٠) متفوق بين الذكور والإناث في مختلف الشعب والتخصصات ، **واستخدمت الدراسة** مقياسي مستوي الطموح لكاميليا عبد الفتاح والدافعية للإنجاز لفاروق عبد الفتاح موسي ، **وأسفرت الدراسة عن عدد من نتائج من أهمها:**أن التلاميذ المتفوقون لسنه الثالثة ثانوي يملكون مستوي عالي من الطموح ، وأيضا التلاميذ يملكون مستوي عالي من الإنجاز ،كما توجد علاقة ارتباطيه بين مستوي

الطموح والدافعية للإنجاز لدي المتفوقين ، و لا توجد فروق ذات دلاله إحصائية بين مستوي الطموح تعزي لمتغير الجنس ، وايضا لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوي الدافعية للإنجاز تعزي لمتغير الجنس.

دراسة حكيمة باكيني (٢٠١٧):

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن طبيعة العلاقة التي تربط احترام الذات والتوافق النفسي لدى المراهق الموهوب (المتفوق دراسيًا)، **وتكونت عينة الدراسة من** (٣٠) تلميذا وتلميذة، **واستخدمت الدراسة** مقياس احترام الذات ومقياس التوافق النفسي على عينة من المراهقين بالمرحلة الثانوية بالوادي، **وأسفرت الدراسة عن عدد من نتائج من أهمها:**لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين احترام الذات والتوافق النفسي لدى المراهق الموهوب ، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في احترام الذات لدى التلميذ المراهق الموهوب تعزى لمتغير الجنس.

دراسة شيماء مقيرحي (٢٠١٨):

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن علاقة الدافعية للتعلم ومستوى الطموح باحترام الذات لدى المتفوقين دراسيًا بالمرحلة الثانوية، **وتكونت عينة الدراسة من** (١٧٣) تلميذ متفوق دراسيًا بالمرحلة الثانوية تم اختيارهم بطريقة قصدية خصصيه من بعض ثانويات ولاية الوادي، **واستخدمت الدراسة** مقياس الدافعية للتعلم لـ:" يوسف قطامي(١٩٨٩) " ، ومقياس مستوى الطموح لـ: " ميرة ، وفاء عبد اللطيف (٢٠١٢) ومقياس احترام الذات لـ " روزينبورغ ١٩٦٥ ، **وأسفرت الدراسة عن عدد من نتائج من أهمها:**لا توجد علاقة ارتباطية بين الدافعية للتعلم ومستوى الطموح واحترام الذات لدى التلاميذ المتفوقين دراسيًا في المرحلة الثانوية ، كما لاتوجد فروق بين متوسطي درجات احترام الذات لدي التلاميذ المتفوقين دراسيًا في المرحلة الثانوية.

دراسة Topcu& Leana-Tascılar (2018):

هدفت هذه الدراسة إلى لكشف عن العلاقة بين احترام الذات والمكونات التحفيزية وتحديد أفضل تنبؤات الإنجاز الأكاديمي بين الطلاب الموهوبين الأتراك ، **وتكونت عينة الدراسة من** (١٨٤) طالبا موهوبا ، (٧٦) تلميذة و(١٠٨) تلميذ ، **واستخدمت الدراسة**

مقياس احترام الذات لـ Coopersmith ، ومقياس التوجيه الجوهري التحفيزي الداخلي في الفصل لتقييم مكونات التحفيز ، **وأسفرت الدراسة عن عدد من نتائج من أهمها**:وجود ارتباط بين احترام الذات والدافع والإنجاز.

المحور الثاني: الوجود النفسي الأفضل Better psychological presence:

الوجود النفسي الأفضل هو أحد الغايات الكبرى التي يسعى لتحقيقها معظم البشر وهو بعد أساسي من أبعاد الصحة النفسية السليمة ومؤشر من المؤشرات الأساسية للتكيف النفسي، ويعتبر الإحساس بعدم الرضا الوجود النفسي نقطة لبدء الكثير من المشكلات والاضطرابات النفسية والاكتئاب والقلق والشعور بالوحدة ويقوم الوجود النفسي الأفضل على قاعدة الرضا بالقضاء والقدرالذي هو الركن السادس من أركان الإيمان فاعتقاد المؤمن أنه يتحرك ضمن دائرة الإرادة الإلهية يعطيه شعورًا بالاطمئنان وأن أمور الحياة مرتبة من قبل رب العالمين.

مفهوم الوجود النفسي الأفضل:

يعرفه Rowatt (1998:1232) بأنه:" التكامل النفسي الاجتماعي للفرد والذي يجعل الفرد متمتع بصحة نفسية جيدة منجزًا لأهدافه الحياتية قادرًا على على اقامة صلات اجتماعية تتسم بالرضا"، ويري Martinez (2004: 23-25) أن الوجدود النفسي الأفضل للأفراد يشير إلى حالة إيجابية تتضمن الجوانب العقلية والنفسية والانفعالية في الشخص وتؤدي به إلى نمو الايجابي والازدهار والتي يتحدد مدى ظهورها وفقًا للتقدير الذاتي للفرد، هذه العوامل هي:

- **العلاقات الإيجابية مع الأقران:** وتتضمن شعور الفرد بينه محبوب من أصدقائه وقدرته على التفاهم وحل المشكلات معهم إو احساسه بالسعادة عند تواجده بينهم.
- **العلاقات الإيجابية مع الأسرة:** وتتضمن شعور الفرد بأهميته لدى والديه، وشعوره بالسعادة والرضا عن حياته، وإحساسه بحاحة أسرته له، وسعادته بالأوقات التي يقضيها معهم.
- **المرونة الإيجابية** : وتتضمن قدرة الفرد على التعامل الإيجابي مع المشكلات والمواقف الصعبة، وقدرته على تجاوزها سريعًا، واستعادته لطبيعته بسهولة.

وقد عرف Ryff, Love, Urry, Muller, Rosenkranz, Friedman & Singer (2006:85) الوجود النفسي الأفضل علي أنه: " الشعور الإيجابي للفرد بالعيش الطيب والحال الحسن والإستقلالية في الحياة والقدرة علي اتخاذ قراراته وتنظيم شؤون الحياة واعتماده علي ذاته والاستفادة من إمكانياته الذاتية المتاحة وامتلاكه لأهداف واضحة وواقعية والاستفادة من البيئة المحيطة وقدرته علي توجيه أفعاله وتصرفاته بما يخدم تحقيق أهدافه وقدرته علم بناء علاقات اجتماعية متوازنة وإيجابية مع الآخرين"، ويعرفه Stillman, Tice, Fincham & Lambert (2009:500)بأنه:" استعداد الفرد لسرعة التصديق والتسليم وربما الاقتناع بالآراء والافكار والمعتقدات"، كما عرفه طاهر سعد حسن عمار (٢٠٢٠ :١٧٦) بأنه: "حالة إيجابية تتضمن الجوانب العقلية والنفسية والانفعالية في حياة الفرد، وتؤدي به إلي النمو الإيجابي والأزدهار".

واستخلاصًا من التعريفات السابقة يعرفه الباحثان بأنه: " حالة إيجابية تتضمن الجوانب العقلية والنفسية والانفعالية في الطالب وتؤدي به إلى نموه الايجابي والازدهار ".

أهمية الوجود النفسي الأفضل:

يوجد ارتباط بين الإحساس الذاتي بالوجود الأفضل مع خصائص إيجابية مثل السلوك الاجتماعي الإيجابي، والسلوك الصحي، والمواجهة الجيدة للشدائد. وتؤكد على أن الأفراد السعداء أكثر إبداعًا، وأكثر كفائة في حل المشكلات. وأن السعادة ترتبط بنتائج هامة ومؤشرات ازدهار مثل الإنجاز والعمل المنتج، والعلاقات الإيجابية، وتميز الصحة العقلية والبدنية(Lyubomirsky, Sheldon & Schkade, 2005:118).

ويتميز الوجود النفسي الأفضل بكل ما يفيد الفرد في مجال تنمية طاقاته النفسية والعقلية ذاتيًا، والتدريب على كيفية حل المشكلات، واستخدام أساليب مواجهة المواقف الضاغطة، والمبادرة بمساعدة الآخرين، والتضحية من أجل رفاهية المجتمع. وهذه الحالة تتسم بالشعور بالسعادة، والرغبة في الفيض على الآخرين (طاهر سعد حسن ،٢٠٢٠ :١٨٢).

كما أن الأفراد الذين يتمتعون بمستويات عالية ؤمن الوجود النفسي الأفضل، يميلون إلى تشكيل هوية ناجحة، ويحاولون اكتساب رؤى جديدة حول الذات، ويميلون إلى الاستفادة من تجاربهم السابقة (يوسف موسى مقدادي ،٢٠١٥ :٢٧٣).

وقد أصبحت استراتيجيات الوجود النفسي الأفضل ، ركيزة أساسية في جميع البرامج الإرشادية، التي تهدف إلى تحسين نوعية الحياة، واكتساب الفرد هوية واضحة، وفاعلية للذات.

وقد وجدت تلك البرامج أن الأفراد الذين تمتعوا بمستوى مرتفع من الوجود النفسي الأفضل، كانوا أكثر فاعلية في إدارة حياتهم، من حيث المنافسة، والمبادأة، والتحمل، والمسؤولية، وأكثر قناعة بإمكانية والواقعية، ومركز التحكم والتأثير في نفسه، والبيئة المحيطة، وجعل مواجهة متطلبات الحياة أكثر سهولة (Fava & Tomba, 2009:1905).

أبعاد الوجود النفسي الأفضل:

تعددت الكتابات التي أشارت إلي أبعاد الوجود النفسي الأفضل ومن بين تلك الأبعاد ما يلي:

أ- **تقبل الذات:** ويشير هذا البعد إلى القدرة على تحقيق الذات إلى أقصى مدى تسمح به القدرات والإمكانيات، النضج الشخصي، والإتجاه الإيجابي نحو الذات (Pandyaswargo, Abe & Fransiscus, 2015:207).

ب- **العلاقات الإيجابية مع الآخرين:** ويؤكد هذا الجانب على أهمية العلاقات الشخصية الإيجابية مع الآخرين، التي تتسم بالعمق، والدفء، والثقة المتبادلة، والقدرة على الحب، وتعد من أهم العناصر الأساسية في الصحة النفسية. والأشخاص الذين يمتلكون مشاعر وأحاسيس قوية في الحب والحنان، هم أقرب إلى تحقيق ذواتهم من غيرهم، وأن العلاقات الإيجابية القائمة على الود والحب والعمق، تعد معيارًا للنضج والصحة النفسية والتوافق(Panchal, Mukherjee& Kumar, 2016:2).

ج- **الاستقلالية:** وتعني قدرة الفرد على تنظيم سلوكه من الداخل، وقدرته على تحقيق أو تقرير مصيره بنفسه، وأن يكون مستقلًا بذاته، ويتخذ القرارات دون تردد ودون الاعتماد على الآخرين، كما إن الاستقلالية توفر مقاومة للضغوط الاجتماعية.

د- **التمكّن البيئي (السيطرة على البيئة)** ويقصد به إحساس الفرد بالكفاية، والقدرة على إدارة البيئة، والتحكم بها، مستفيدًا من خبراته الماضية، والحاضرة، وما يتوفر له من فرص يتم الاستفادة منها في تحقيق أهدافه في حياته (Gonnerman, Parker, Lavine& Huff, 2000, 812).

هـ- الغرض من الحياة (الحياة الهادفة): ويعني أن الشخص الذي يتمتع بالصحة النفسية، يحمل هدفًا وأفكارًا توفر له معنى لحياته، فالفرد الذي يمتلك أيمانًا بفعله الماضي والحاضر، وتوجهه نحو مستقبله بثقة، تجعل منه مدركًا لغرض حياته التي يحاول من خلالها إيجاد المعنى (Kruger, 2005:8).

و- النمو الشخصي: ويقصد به محاولة الفرد تطوير إمكاناته من جوانب الشخصية كافة العقلية منها والنفسية، والاجتماعية، كما إنه يحاول إدراك طاقاته في نموه الشخصي، الذي يعني الارتقاء، والتقدم المستمر، ونمو الذات، وهي تتطور وتتوسع، ويكون منفتحًا، ومستعدًا لتلقي خبرات جديدة تضاف إلى رصيده من الخبرات، التي تساهم في ذلك التطور، ولديه الإحساس بالواقعية، بعدها سيجد الفرد نفسه قد تطور بمرور الزمن (Ayyash-Abdo& Alamuddin, 2007:266).

العوامل المؤثرة علي الوجود النفسي الأفضل:

توجد عدة عوامل أساسية تؤثر على الوجود النفسي الأفضل وهي :

أ- العمل: ويمثل العمل مصدرا للشعور بالرضا ويزداد الشعور بالرضا إذا كان العمل جذابًا وإذا استطاع الناس استخدام مهاراتهم وعندما تكون الظروف الأخرى للعمل جيدة بينما تمثل البطالة مصدرًا لعدم الرضا (Liddle & Carter, 2015:175).

ب- وقت الفراغ: يعد نشاط وقت الفراغ من المصادر الكبرى للشعور الوجود النفسي الأفضل وأكثر أنشطة وقت الفراغ إشباعا هي تلك الأشكال التي تقتضي نشاطا وإنهماكا ومشاركة (Panchal, Mukherjee& Kumar, 2016:3).

ج- **خبرة الأحداث السارة:** الشعور بالوجود النفسي الأفضل لا يتأثر دائمًا بالظروف الموضعية فربما كان يتأثر أيضا بخبرة الأحداث السارة للشعور بالرضا عن الحياة ككل والناس تستخدم الحالات المزاجية الإيجابية سواءً كانت في الماضي او في الحاضر كدليل على مستوى شعورهم بالرضا (Ayyash-Abdo& Alamuddin, 2007:268).

د- **الطموح والإنجاز:** يكون الشعور بالوجود النفسي الأفضل أكبر عندما تقترب الإنجازات من الطموحات وأقل عندما تبتعد عنها فالفجوة بين الطموح والإنجاز هي التي تحدد درجة الوجود النفسي الأفضل لكن الطموحات المقصودة هنا هي الطموحات الواقعية أو التي يظن

أنها جديرة بأن يتطلع اليها المرء أو التي تقع في مجال تحكم الفرد (Pandyaswargo, Abe & Fransiscus, 2015:208).

هـ- **المقارنة مع الأخرين:** تعتبر المقارنة مع الأخرين واحدة من الطرق التي يستخدمها الناس في إرساء الشعور بالرضا وتؤدي إلى تحسين صورة الذات بل والصحة النفسية بينما يمكن أن يكون وجود أفراد أكثر نجاحًا مصدرًا لعدم الشعور بالرضا عن الحياة ويستخدم الناس ماضيهم لعقد المقارنات(Fava & Tomba, 2009:1907).

وفي ضوء ما سبق يري الباحثان أن الطلاب المتفوقين دراسيًا لديهم العديد من الخصائص التي من الممكن أن تمكنهم وتؤثر بطريقة مباشرة علي حياتهم الشخصية والدراسية فقد تزداد طموحاتهم وآمالهم ، مما قد يجعل الوجود النفسي لديهم أفضل من غيرهم.

ويشير طاهر سعد حسن (٢٠٢٠ :١٨٢) إلي أن الوجود النفسي الأفضل يختلف من شخص لأخر وذلك لأسباب عديدة منها :-

أ- **اليقين والثقة:** فبعض الناس يكون واثقًا جدًا من تقييمه لحياته في حين يعاني البعض الأخر من الشكوك وعدم الثقة.

ب- **كيفية إصدار الأحكام:** فبعض الناس يحكم بشكل حدسي خيالي، بينما ينهمك البعض الأخر في التأمل.

ج- **استقرار الأحكام:** فبعض الناس يبقي لديهم التقييم ثابتًا بمرور الوقت بينما آخرون مذبذبون.

المفاهيم المرتبطة بالوجود النفسي الأفضل:

الوجود النفسي الأفضل والسعاده:

ميز العلماء بين الوجود النفسي والسعادة حيث إن السعادة تعني : حالة انفعالية وعقلية تتسم بالإيجابية يخبرها الإنسان ذاتيًا بينما الوجود النفسي عملية تتضمن إصدار حكم معرفي (أمال جودة، ٢٠٠٧ : ٧٠٧).

أي أن السعادة قد يغلب عليها الوجدان ، بينما الوجود النفسي الأفضل يغلب عليه المعرفة.

الوجود النفسي الأفضل وتقبل الحياة:

وهو مفهوم عام وشامل ويشمل قدرة الفرد على التكيف والتوافق مع ذاته ومع الأخرين المحيطين به، بينما الوجود النفسي الأفضل يشير إلى حالة إيجابية تتضمن الجوانب العقلية والنفسية والانفعالية في الشخص وتؤدي به إلى نمو الايجابي والازدهار (نجوى إبراهيم عبدالمنعم، ٢٠١٠ : ٥).

الوجود النفسي الأفضل ونوعية الحياة:

وهي إدراك الفرد لوضعة في السياق او المحيط الثقافي والنظم القيمية التي يعيش فيها وبعلاقته مع أهدافه وتوقعاته ومعاييره وشؤونه حيث يعتبر مفهوم نوعية الحياة كما يدركها الأفراد وهو يتسع ليشمل الإشباع المادي للحاجات الأساسية أو الإشباع المعنوي الذي يحقق التوافق للفرد ويمكن قياس هذا الإشباع بمؤشرات ذاتيه تقيس قدرة الإشباع الذي تحقق وعلى ذلك فنوعية الحياة كلها ظروف موضوعية ومكونات ذاتية، تحقق الوجود النفسي للفرد (عامر محمد حسن ٢٠٠٢ : ٢٣).

الوجود النفسي الأفضل والتدين:

يعد التدين الإتجاه الذي يتبناه الفرد ويسلكه ويشكل من خلاله مفاهيمه ومبادئه في الحياة وهو عامل هام من عوامل شعورالفرد بالوجود النفسي الأفضل والتوافق مع نفسه ومع الأخرين ويعد التدين من أهم الحاجات المشبعة لدى الإنسان التي تنبعث على الشعور بالوجود النفسي والإحساس بالسعادة حيث يعتبره البعض حاجة نفسية موروثة فمعظم الناس عبر التاريخ يمارسون شكلا من أشكال التدين ويمثل لها محدث لهويتهم وسببا من أجله يعيشون أوفي سبيله يموتون (عزة عبدالكريم مبروك، ٢٠٠٧ : ٣٩١).

وفي ضوء ما سبق يمكن القول أن التدين يبلور لدي الفرد وجوده النفسي الأفضل ويجعله أكثر شعورًا بالسعادة والرضا المرتبطان بوجوده في الحياة بصورة أفضل.

وهناك مجموعة من الدراسات والبحوث تناولت الوجود النفسي الأفضل مثل:

دراسة طاهر سعد حسن (٢٠١٢):

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الوجود النفسي الأفضل والاكتئاب، **وتكونت عينة الدراسة من** (٣٣٤) طالبا وطالبة من كلية التربية بجامعة عين شمس، تراوحت

أعمارهم بين _ ١٧–١٨) عاما ، **واستخدمت الدراسة** مقياس الوجود النفسي الأفضل ومقياس الأكتئاب، **وأسفرت الدراسة عن عدد من نتائج من أهمها:**أن هناك علاقة عكسية بين أبعاد الوجود النفسي الأفضل والاكتئاب، وأنه يمكن التنبئو بالاكتئاب من خلال أبعاد الوجود النفسي الأفضل، وأن غياب الوجود النفسي الأفضل ربما يتنبأ بظهور الاكتئاب. الوجود النفسي الأفضل للأطفال وعلاقته باضطرابات السلوك لديهم.

دراسة يوسف موسى مقدادي (٢٠١٥):

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على علاقة التفكير الخلقي بكلٍ من الوجود النفسي الأفضل والسلوك الاجتماعي الإيجابي ، **وتكونت عينة الدراسة من** (٢٣٧) طالبا وطالبة من طلبة البكالوريوس في كلية التربية في جامعة الباحة بالمملكة العربية السعودية، **واستخدمت الدراسة** مقياس التفكير الخلقي، ومقياس الوجود النفسي الأفضل، ومقياس السلوك الاجتماعي الإيجابي بعد التأكد من صدق وثبات تلك المقاييس، **وأسفرت الدراسة عن عدد من نتائج من أهمها:**أن مستوى التفكير الخلقي ومستوى الوجود النفسي الأفضل ومستوى السلوك الاجتماعي الإيجابي لدى الطلبة الذكور والإناث كان متوسطا، كما أظهرت النتائج وجود علاقة إرتباطية دالة إحصائيًا بين مستوى التفكير الخلقي والوجود النفسي الأفضل.

دراسة Panchal, Mukherjee & Kumar (2016):

هدفت هذه الدراسة إلى استكشاف العلاقات بين التفاؤل والوجود النفسي الأفضل والمرونة الإيجابية والإحساس بالضيق، **وتكونت عينة الدراسة من** (١٨١) طالبًا في الفئة العمرية من ١٨ إلى ٢٥ عامًا، **واستخدمت الدراسة** مقياس التفاؤل والمرونة الإيجابية والإحساس بالضيق والوجود النفسي الأفضل ، **وأسفرت الدراسة عن عدد من نتائج من أهمها:**أظهرت النتائج وجود علاقة إيجابية بين التفاؤل والوجود النفسي الأفضل والمرونة الإيجابية، وأن المرونة الإيجابية هي مؤشر على الوجود النفسي الأفضل.

دراسة (Vinayak & Judge (2018:

هدفت هذه الدراسة إلى فحص أثر المرونة الإيجابية والتعاطف على الوجود النفسي الأفضل، **وتكونت عينة الدراسة من** (١٥٠) طالب وطالبة من طلاب المرحلة الثانوية،

تتـراوح أعمـارهم بـين (١٣ – ١٥)عامًـا، **واسـتخدمت الدراسـة** مقيـاس للوجـود النفسـي الأفضـل، ومقيـاس للمرونـة الإيجابيـة، ومقيـاس للتعـاطف، **وأسـفرت الدراسـة عـن عـدد مـن نتـائج مـن أهمهـا**:أن المرونـة والتعـاطف مرتبطـان إيجـاب بـالوجود النفسـي الأفضـل، وتـم الإبقان على المرونة والتعاطف كمتنبئات بين الفتيات، بينما اتضح أن المرونة هي المؤشر الوحيد على الوجود النفسي الأفضل بين الأولاد، ووجد أن الفتيات أكثر تعاطفًا ومرونة من الأولاد. ولا توجد فروق بين الجنسين على الوجود النفسي الأفضل.

المحور الثالث الإفصاح عن الذات Self-disclosure:

إن الإفصاح عن الذات هو حجر بناء مهم للغاية للوصول إلى الألفة وال تواد في العلاقة بالآخرين؛ إذ إنه لا يمكن تحقيق تلك الدرجة الع الية من الألفة دونه ، وفي الغالب، يتوقع أن يكون الإفصاح عن الذات أمرًا متبادلًا وأن يتم بالدرجة المناسبة، وتتم أغلب خطوات الإفصاح عن الذات مبكرا في طور بناء العلاقات، ولكن يحدث المزيد من الكشف الحميم عن الذات في وقت لاحق وخاصة في الحياة الجامعية، ويرى الباحثان أن هناك العديد من العوامل التي تؤثر على عملية الإفصاح عن الذات وكذلك على حالة العلاقة، مثل: مفهوم الارتباط القائم، وتوقيت العلاقة، وطريقة تفسير كل طرف لسلوك الطرف الآخر، ودرجة المودة بين الطرفين، وقابلية التبادل للمودة ، والأهداف. ويشكل بعد الوقت أهمية خاصة ؛ لأنه حسب ما تفترضه نظرية الانتشار الاجتماعي، فإن العلاقات تزداد في أوقات الشدة بشكل تدريجي ومنتظم ، وهذا التقدم المنتظم يكون بمثابة رسائل تحول من العلاقة السطحية إلى العلاقة الأكثر حميمية وقربًا، مما يترتب عليه التحرك نحو مجموعة أوسع من موضوعات الحديث التي تحدث مع مرور الوقت. ومن المفيد ذكره أن الإفصاح عن الذات هو مفهوم معقد ، ومن الواضح أن التجارب السلبية مع الآخرين يمكن أن تقودنا إلى الشعور بأن اطلاع الآخرين على أفكارنا الداخلية ورغباتنا هو مج رد أمر محفوف بالمخاطر وغير مريح. وعلى الجانب الآخر، فإننا نحن ونشتاق دائمًا إلى الأصدقاء الذين يعززون قيمنا التي نؤمن بها، ونستمتع بشعور التقارب مع الآخرين، كما أن علاقاتنا مع الآخرين يمكنها أن تحول أساليب حياتنا بطرق.

مفهوم الإفصاح عن الذات:

لقي مفهوم الإفصاح عن الذات اهتمامًا كثيرًا من الباحثين في مجال علم النفس؛ لكونه يعد من المتغيرات الهامة، والحديثة، ويمثل دور الوسيط النفسي لتوافق الأفراد وصحتهم النفسية،ويعد محكًا لتقييم الشخصية السوية لما له من فوائد كثيرة في تنمية المهارات الاجتماعية وتطويرها، وتحسين علاقات الفرد مع الآخرين، فإفصاح الفرد وتعبيره عن ذاته يسهم في تحقيق فهم متبادل بين الأفراد في العلاقات التفاعلية مما يؤدي إلى تقوية هذه التفاعلات الاجتماعية، والعلاقات البينية بين الأفراد (Sweezy, 2005:82).

وأشار Leung (2002:241) أن إفصاح الفرد عن ذاته يتم من خلال عملية معرفية تؤثر على محتوى وعمق ما يبوح به للآخرين، فهو يحدد أولا ما الذي يبوح به، ثم يقرر الأسلوب المناسب والشخص الذي سوف يتواصل معه.

وعرفه Farber (2003:6) بأنه:" العملية التي تتم بواسطتها قيام الفرد بالبوح طوعا وبصورة قصدية بمعلومات حقيقية ومهمة وشخصية وسرية لشخص آخر".

ويري Seiler & Beal (2005:27) بأنه:" الكشف عن الذات وإظهارها، بحيث يتمكن الآخرون من التعرف عليها وإدراكها".

وتعرف سعاد سليمان وباسم الدحاحة (٢٠٠٦ :٥) الإفصاح عن الذات بأنه:" البوح للآخرين ببعض الخبرات والمشاعر الشخصية المؤلمة للفرد والتي خاضها في مواقف حياتية متنوعة، وقد تتضمن أفكارًا أو إتجاهات يتبناها الفرد، أو حاجات معينة يسعى لإشباعها".

وأشار Audet (2010:85) بانه:" العملية التي تجعل الذات معروفة للآخرين عن طريق البوح بمعلومات شخصية عن الذات".

كما عرفه Bottrill, Pistrang, Barker& Worrell (2010:165) بأنه "عملية الكشف عن الذات وإظهارها بحيث يتمكن الآخرون من التعرف عليها وإدراكها، ويتضمن هذا الكشف المشكلات الاجتماعية، والنفسية، والصحية، والاقتصادية، والطموحات المستقبلية، والآراء، والإتجاهات، وبعض الأسرار الخاصة، والأسرية ".

وعرفته عبلة محمد الجابر (٢٠٢٠ :٢٨٨) بأنه:" إفشاء المعلومات المرتبطة بالذات سواء في الحاضر أو الماضي أو المستقبل لشخص أخر فيما يتعلق بالنواحي الدراسية مثل

التعبير عن المستوى الأكاديمي والصعوبات الدراسية، والآراء والإتجاهات مثل التعبير عن آراء واهتمامات الفرد في المجالات السياسية والدينية والاجتماعية، والنواحي الشخصية مثل إفشاء المعلومات المرتبطة بالمشاعر والمعتقدات والمعلومات المرتبطة بالحاضر أو الماضي أو المستقبل، والأفكار مثل التعبير عن الأفكار الإيجابية أو السلبية نحو المنزل والمدرسة والمجتمع".

وفي ضوء ما سبق يستخلص الباحثان ما يلي:

١- أنه عملية قصدية يقوم بها الفرد للحديث عن نفسه والبوح بخبراته للآخرين.

٢- أنه برتبط بمعلومات شخصية وسرية يبوح بها الفرد لغيره من الأشخاص الموثوق بهم.

٣- قد تتضمن خبرات الكشف عن الذات معلومات قد تتعلق بالنواحي الدراسية وغيرها.

٤- إن الإفصاح عن الذات عملية عقلية معرفية ترتبط بخبرات في الالماضي والحاضر والمستقبل.

أنماط الإفصاح عن الذات:

يرى Seiler & Beal (2005:64) أن هناك أربع أنماط رئيسية وهي:

١. **المنطقة المكشوفة:** وتحوي معلومات لا يمكن للفرد إخفاؤها عن الآخرين، مثل: لون الشعر، والمظهر العام، والوظيفة، إضافة إلى معلومات يقدمها لهم طواعية.

٢. **منطقة الأسرار:** وتحوي معلومات يتعمد الفرد إخفاءها عن الآخرين، فهناك أمور لا نريد للبعض أن يعرفها عنا، وبالتالي نسعى إلى حجبها عنهم، فعلى سبيل المثال قد يخفي الطالب عن والديه أن النتيجة السيئة التي حصل عليها في امتحان ما، كانت بسبب تقصيره في الدراسة بينما لا يجد حرجًا من ذكر هذا السبب لأصدقائه المقربين.

٣. **المنطقة العمياء:** فهناك معلومات لا نعلمها عن أنفسنا لكنها ظاهرة للآخرين، فقد يظن الواحد أنه قائد غير ناجح بينما يرى زملاؤه تحليه بمهارات قيادية فذة، ولعل أوضح مثال على ذلك نزوع بعض الأشخاص إلى تكرار كلمة معينة بشكل مستمر أثناء حديثهم (مثل : تكرار كلمة "يعني" أو "في الحقيقة ")،أو إحداث حركة لا إرادية عندما تسلط عليه الأنظار (مثل: هز الركبة أو التبسم).

٤. **المنطقة المجهولة:** وهي منطقة غير معروفة من الجميع، وتمثل جميع أبعاد شخصياتنا والتي لم يتم اكتشافها حتى الآن، فقد يظن الواحد منا أنه شجاع إلى أن يتعرض لخطر محدق، فيكتشف خلاف ذلك.

لذا يمكن القول يمكن القول أن مساحات الإفصاح وعدم الإفصاح الخاصة بالفرد تختلف باختلاف الشخص المقابل، بل إنها تختلف مع نفس الشخص من وقت لآخر، فكلما زادت درجة الثقة بين طرفي الاتصال، ازدادت مساحة المنطقة المكشوفة، وهذا لا يعني بأن الفرد سيقوم بالإفصاح عن معلومات أكثر للشخص المقابل فقط، بل إنه على الأرجح سيكتشف أمورًا أخرى في ذاته لم يكن يعرفها من قبل، وتزداد مساحة هذه المنطقة كلما كانت العلاقة مع الآخر أقوى.

عوائق الإفصاح عن الذات:

كثيرًا ما يتردد الإنسان في الإفصاح عن ذاته للآخرين خوفًا من العواقب التي قد يجنيها من وراء ذلك والتي ذكرها Farber (2003:32) وتتمثل في الآتي:.

أ- **الخوف من ظهور عيوبك للآخرين** : فالإفصاح عن الذات سيظهر للطرف الآخر القصور في شخصيتك، أو في المهارات التي تتمتع بها، وهذا ما يدعو كثيرًا من الرجال إلى التردد في طلب المساعدة عندما يضلون الطريق لكي لا يظن الطرف المقابل أنهم تائهون أو أنهم لا يملكون القدرة على تحديد الإتجاهات.

ب- الخوف من أن يصبح رفيقك ناقدًا لك : فعندما تطلع شخصًا ما على نقاط ضعفك فإنك بالتالي ستصبح عرضة لهجومه عليك.

ج- **الخوف من أن تفقد شخصيتك:** فالبعض يرى أن هناك بعض الأمور الخاصة بهم والتي لا ينبغي لأحد أن يطلع عليها، وقد يكون هذا الخوف ظاهرًا لدى الشباب في مرحلة المراهقة بصورة أكثر حيث تزداد رغبتهم في الاعتماد على أنفسهم واتخاذ قراراتهم الخاصة دون الرجوع إلى الوالدين أو الأخ الأكبر.

د- **الخوف من أن تفقد زميلك**، فقد يكون لدى أحدهم سر دفين لو أطلع عليه زميله لربما أدى إلى ابتعاده عنه، أو إلى إنهاء الصداقة التي بينهما، لذا فقد يتردد في إخبار زميله مثلًا

بأنه كان يتعاطى المخدرات عندما كان شابًا خوفًا م ن أن يؤدي الإفصاح عن هذا السر إلى فقد ذلك الصديق.

ويرى Waldeck, Durante, Helmuth & Marcia (2012:230) أننا نفصح عن ذواتنا فقط للأشخاص المهمين بالنسبة لنا، كما أن الأشخاص الذين لا تربطنا بهم علاقة وطيدة سيشعرون بعدم الارتياح عندما نبوح لهم بمعلومات خاصة بنا.

لذا يري الباحثان ضرورة الانتظار حتى نتأكد من أن العلاقة قد تطورت إلى الحد الذي يسمح بتبادل المعلومات الشخصية بين الطرفين، وحتى تنجح عملية الإفصاح عن الذات فلا بد أن تحدث من كلا الطرفين، إذ أن إفصاح أحد الأطراف عن معلوماته الخاصة دون أن يطلع على المعلومات الخاصة بالطرف الآخر سوف يؤدي غالبًا إلى عدم استمرار هذه العلاقة.

أهمية الإفصاح عن الذات:

يؤكد Hook, Gerstein, Detterich & Gridley (2003:463) على أهمية معرفة الفرد لمستوى إفصاح الذات لديه خاصة، وأن لكل فرد مستوى مختلفًا من الحاجة للحميمية، فبعض الأشخاص يشعرون بالارتياح عندما يتحدثون عن خبراتهم الشخصية، وبعضهم يشعر بالتوتر، وهذا مؤشر على المستوى المتدني من الألفة والمودة بين الفرد والآخرين، ذلك إن انخفاض مستوى إفصاح الذات قد يؤدي إلى أن يكره الفرد نفسه، وأن يشعر بالعزلة وعدم مشاركة الآخرين، كما يعوزه نقص التغذية الراجعة عن مدى سلامة أفكاره، بالإضافة إلى الشعور بالخجل.

كما أن إفصاح الذات له تأثيرات وأثار إيجابية على الجوانب النفسية، والاجتماعية للفرد وأيضا يمتد إلى الصحة الجسمية، فهو يعد من المقومات الأساسية للصحة النفسية؛ حيث يساعد الفرد على التخلص من الانفعالات والرغبات المكبوتة والتعبير عنها، وبذلك يصل إلى حالة الاستقرار النفسي (محمد رمضان، ٢٠١٢ :٣٢٣).

وقد أكد Kahn & Hessling (2001: 41) على أنه من الأهمية أن يفشي الفرد، ويفصح عن بعض الخبرات، والمشاعر السلبية التي تؤرقه؛ حيث تبين أن الأفراد ذوي

الإفصاح المرتفع عن ذواتهم لديهم مستويات أعلى في الصحة النفسية من الذين يفضلون التكتم وعدم البوح عن مشاعرهم وخبراتهم السلبية للآخرين.

ويبين Leung (2002:242) أن إفصاح الفرد عن ذاته ووجود من يستمع إليه، ويتفهم مشاعره التي يبوح بها يؤدي إلى دعم تواصل الفرد مع الآخرين، وكذلك بناء علاقات أن اجتماعية ناجحة.

وقد أوضحت دراسة Li & Lin & Hsiu (2011) أن تجنب الأفراد لعقد صداقات مع الآخرين، وفقدهم لمهارات التواصل مع الآخرين قد ارتبط إيجابيًا بالصعوبات التي يواجهها الأفراد في الإفصاح عن ذواتهم، وقد أشارت نتائج بعض الدراسات إلى ارتباط الإفصاح عن الذات إيجابيا بالرفاهية، والسعادة النفسية، والرضا عن الحياة لدى الراشدين، والمسنين من الجنسين.

وهذا يشير إلى أن للإفصاح عن الذات أثار إيجابية، ذلك لدوره في خفض مشاعر الحزن، والتوتر، والقلق المصاحبة للخبرات الحياتية السلبية والمؤلمة التي يواجهها الفرد، وقد تبين أن هناك عدد من الوظائف للإفصاح والبوح عن الذات للآخرين وهي: تعبير الفرد عن ذاته والتوضيح، والصدق الاجتماعي ، والضبط الاجتماعي ، وتنمية العلاقات الاجتماعية. وهي مصدرًا هامًا للدعم النفسي والصحة وتمثل المساندة الاجتماعية النفسية، حيث أوضحت نتائج بعض الدراسات "ارتباط المساندة الاجتماعية المدركة (محمود أمان، ٢٠١٣: ٥).

وهناك مجموعة من الدراسات والبحوث تناولت الإفصاح عن الذات مثل:

دراسة **Sparrevohn & Rapee (2009)** :

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن التعارض بين عزو الذات ودوافع الإنجاز والرفاهية النفسية، ودور الوسيط النفسي للإفصاح عن الذات ووجهة الضبط الخارجية، **وتكونت عينة الدراسة من** (٥٣٣) فردًا راشدًا من الجنسين، **واستخدمت الدراسة** مقياس عزو الذات، ومقياس دوافع الإنجاز، ومقياس الرفاهية النفسية، ومقياس الإفصاح عن الذات، **وأسفرت الدراسة عن عدد من نتائج من أهمها:**أن الإفصاح عن الذات وتوجهات الذات ارتبطت سلبيًا بوجهة الضبط الخارجية (غير الصحية)، وأيضًا ارتبط الإفصاح عن الذات إيجابيًا بالرفاهية والسعادة النفسية لدى الأفراد من الجنسين.

درسة عبد الرحمن سليمان النملة (٢٠١٦):

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على الإفصاح عن الذات، وعلاقته بكل من المساندة الاجتماعية، ووجهة الضبط لدى طلاب وطالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية في مدينة الرياض، **وتكونت عينة الدراسة من** (٦٠٠) طالب وطالبة من طلاب الجامعة، **واستخدمت الدراسة** مقياس الإفصاح عن الذات ومقياس المساندة الاجتماعية، ومقياس وجهة الضبط (الداخلية والخارجية) ، **وأسفرت الدراسة عن عدد من نتائج من أهمها:** وجود علاقة ارتباط إيجابية بين الإفصاح عن الذات والمساندة الاجتماعية، في حين أشارت النتائج إلى وجود علاقة سلبية بين الإفصاح عن الذات ووجهة الضبط الخارجية (غير الصحية) لدى جميع أفراد عينة الدراسة، كما أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الإفصاح عن الذات تبعا لمتغير الجنس (ذكور، إناث) وذلك لصالح الإناث.

دراسة عبلة محمد الجابر (٢٠٢٠):

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على الإفصاح عن الذات وعلاقته بأنماط التعلق وبعض المتغيرات الديموجرافية لدى طلبة المرحلة الثانوية، **وتكونت عينة الدراسة من** (٤٨٤) من طلبة المرحلة الثانوية، **واستخدمت الدراسة** مقياس الإفصاح عن الذات مقياس الإفصاح عن الذات ، ومقياس أنماط التعلق ، **وأسفرت الدراسة عن عدد من نتائج من أهمها:** وتوصلت النتائج إلى: وجود علاقة طردية بين نمط التعلق الآمن وجميع أبعاد الإفصاح عن الذات والدرجة الكلية، لا يوجد فروق بين التخصصين العلمي والأدبي في متوسط درجات أبعاد الإفصاح عن الذات، والدرجة الكلية، وجود فروق في متوسط درجات بعد الإفصاح عن النواحي الدراسية تعزى إلى النوع والسكن والتفاعل بينهما وكانت الفروق لصالح الإناث سكان المدينة يليها الإناث سكان القرية، ثم الذكور من سكان المدينة يليها الذكور من سكان القرية ، وتشير النتائج بتنبؤ النمط القلق بكل من الإفصاح عن الشخصية، والإفصاح عن الأفكار، والإفصاح عن الذات ككل.

المحور الرابع احترام الذات Self-respect:

إن من نعم الله على الإنسان أن يهبه المقدرة على معرفه نفسه وذاته والقدرة على وضعها في الموضوع اللائق بها اذ ان جهل الإنسان نفسه وعدم معرفته بقدراته تجعله يقيم ذاته

تقيمًا خاطئًا فاما ان يعطيها اكثر من ما تستحق فيثقل كاهلها ، وانما ان يقلل من ذاته فيسقط من نفسه.

ويعد احترم الذات والشعور بها من اهم الخبرات السيكولوجية للإنسان ، فالإنسان هو مركز عالمه يرى ذاته كموضوع مقيم من الاخرين والإنسان يغير من انماط حياته بصورة نموذجية كلما انتقل من دور الى دور مختلف.

ورغم ذلك فانه لا يفكر عادةً ان له ذوات متعددة فهو عندما يتكلم عن ذاته فانه عادة ما يتكلم عن شخصيتة كما يدركها هو (Morgan, 1999: 7).

ويعتبر احترم الذات مفتاح الشخصية السوية ويعتبر طريق الوصول الى النجاح في الكثر من المجالات مثل المجالات الاجتماعية والتوافق الشخصي والمهني والمجال الابداعي (Rhodes, Roffman, Reddy & Fredriksen, 2004: 248

لذا فاحترام الذات من العوامل الأساسية التي تساهم في ادارك الفرد لذاته بصورة إيجابية او سلبية ، فاحترام الذات الإيجابية دليل على الصحة النفسية والتكيف الحسن للفرد فكلاهما يتطلب شخصية متوازنة بناءة قادرة على مواجهة الصعوبات والتوؤام بين حاجاتها وميولها من ناحية والمتطلبات المحيطة من ناحية اخرى ففي حالة عدم مراعاتنا لمتطلبات الافراد ربما سيؤدي ذلك الى ضرر متراكم في بناء شخصياتهم الامر الذي يدعونا الى معرفة تلك المتطلبات كونها ايجابيه لتعزيزها وتقويتها او السلبية للحد من اثارها.

مفهوم احترام الذات:

يعرف Carlson, Uppal & Prosser (2000:45) احترام الذات علي أنه:" مجموعة من الأحكام الشخصية التي يراها الفرد عن نفسه كمحصلة لخصائصه الانفعالية والعقلية والجسمية".

وعرفه Twenge & Crocker (2002:372) بأنه:" إحساس الفرد بقيمته الشخصية الذي ينبثق من أفكاره وقيمه الداخلية والروحية أو العقلية أكثر من انبثاق هذا الإحساس من ثناء وتقدير الأخرين".

ونظر(Baldwin & Hoffmann (2002: 101 إلي احترام الذات علي انه:" نسبه نجاحات المرء إلي ادعاءاته، ولزيادة احترام الذات يجب علي المرء إما أن يزيد من نجاحاته أو يقلل من توقعاته".

واعتبر DuBois, Lockerd, Reach& Parra (2003:412) احترام الذات بأنه:" هو أحد جوانب مفهوم أوسع وأقدم هو مفهوم الذات أو على الأصح هو أحد مشتقات هذا المفهوم".

كما أوضح Pierce & Gardner (2004: 592) أن احترام الذات يشير إلي:" التقييم الذاتي والشامل للفرد وكفاءاته ، فإن التقييم الذاتي والتصور الوظيفي هو ما يصنعه ويواصله المستفيدون فيما يتعلق بأنفسهم ، وبهذا المعني فان احترام الذات هو تقييم لكل ما يعتقده الناس عن أنفسهم كأفراد".

ويعرف Mann, Hosman, Schaalma & De Vries (2004, 357) احترام الذات بأنه :" تقييم الشخص العام لقيمته الإيجابية أو السلبية ، بناء علي الدرجات التي يمنحها له الشخص في أدوار ومجالات الحياة المختلفة".

وعرفه محمد عاطف غيث (٢٠٠٦ : ٣٧٥) بانه:" تقييم الشخص لنفسه في حدود طريقة إدراكه لاراء الاخرين فيه".

وتعرف عايده محمد العطا (٢٠١٤ : ٧٦) احترام الذات بانه:" احترام يضعه الفرد لنفسه بنفسه ويعمل على الحفاظ عليه ويتضمن هذا التقيم إتجاهات الفرد الإيجابية والسلبية نحو ذاته، وهو مجموعة الإتجاهات والمعتقدات التي يستدعيها الفرد عندما يواجه العالم المحيط به وذلك وذلك فيما يتعلق بتوقعات الفشل والنجاح والقبول وقوة الشخصية".

أهمية احترام الذات:

تأتي أهمية احترام الذات من خلال ما يصنعه الفرد لنفسه ويؤثر بوضوح في تحديد أهدافه وإتجاهاته واستجاباته نحو الآخرين ونحو نفسه ، مما جعل المنظرين في مجال الصحة النفسية يركزون على تأثير أهمية احترام الذات في حياة الأفراد ، وكان (فروم) أحد الأوائل الذين لاحظوا الارتباط الوثيق بين تقدير الشخص لنفسه ومشاعره نحو الآخرين وأن احترام الذات المنخفض يعتبر شكلًا من أشكال العصاب، كما ترجع أهمية احترام الذات إلى

كونه يعبر عن اعتبار الأفراد لأنفسهم وثقتهم بها ويرتبط بقدراتهم واستعداداتهم وإنجازاتهم العملية وأن تنمية هذا الجانب يرجع بالفائدة على الفرد والمجتمع (طريف شوقي فرج ، ٢٠٠٢: ١٣).

ويري Kling (1999 : 478) أن احترام الذات ينمي الإحساس بالذات وباحترام الذات من التبادل الانفعالي المبكر بين الأم ورضيعها فالحب المتبادل بين الفرد ووالديه من العوامل التي تؤدي الى تكوين احترام الذات الإيجابي وفي كل مرحلة من مراحل النمو يكون لدي الفرد خبرات مرتبطة بالإنسان والأشياء المحيطة به وبعض هذه الخبرات تكون سارة ويكون بعضها مؤلما ، ولكي يحافظ الفرد علي تقديره الإيجابي فهذا يعتمد على التكامل بين تلك الخبرات.

كما أن احترام الذات له تأثير عميق على جوانب حياة الفرد، فهو يؤثر على مستوى أدائه في العمل ، وعلى الطريقة التي يتفاعل بها مع الناس ، وفي قدرته على التأثير على الآخرين ، وعلى مستوى صحته النفسية (وحيد مصطفى، ٢٠٠٤: ١٢).

ويعد احترام الذات عملية متكاملة الجوانب لا يمكن أن تنفصل فهي تساعد على توافق الفرد في جوانب الحياة المختلفة، فهو يعتمد على جزئيين الأول تقويم الذات كمكون أساسي في احترام الذات ويشدد على أهمية اقتناع الفرد بهذا التقويم كبعد آخر ، وتقويم الذات يشير الى عملية القيام بحكم شعوري على الأهمية الاجتماعية للذات ، استنادا الى الانجازات الشخصية ، أما المكون الثاني الأساسي في احترام الذات فهو الشعور بالجدارة الذي يشير الى المدى الذي يشعر فيه الفرد بقيمته الشخصية وفي سياق النمو يؤدي التقويم الايجابي للذات في مواقف متعددة الى الشعور بالأهمية والجدارة (Burt, Simons& Simons, 2006:364).

ويلعب احترام الذات دورًا كبيرًا إحساس الفرد بالتفاؤل، وفى فعاليته فى الحياة، والتباينات التى تجعله يختلف عن المتشائم، تظهر فى كيفية استجابة كل منها فى مواجهة خيبة أمل، أو المشكلات التى قد تعترض كل منها، فالمتوافقون يحاولون

الاستجابة بنشاط ،ويعملون على صياغة خطط عمل جديدة بالبحث عن النصيحة، والمعونة من الآخرين (Kigotho, 2016:15).

كما أن احترام الذات ينمي الشعور بالذات وباحترام الذات من التبادل في العلاقة بين الأم ورضيعها فالحب المتبادل بين الفرد ووالديه من العوامل التي تؤدي إلى تكوين احترام الذات الإيجابي وفي كل مرحلة من مراحل النمو ولأن الآباء أكثر رعاية لأطفالهم منذ الصغر وأكثر حماية وأكثر تفاعلًا معهم فيصبح لدي الفرد خبرات مرتبطة بالإنسان والأشياء المحيطة به وبعض هذه الخبرات تكون سارة ويكون بعضها مؤلما ، ولكي يحافظ الفرد علي تقديره الإيجابي فهذا يعتمد على التكامل بين تلك الخبرات (DeHart, Pelham & Tennen, 2006:5).

حيث وجد Erol & Orth (2011: 608) أن هناك علاقة متبادلة بين احترام الذات والصحة وان الأفراد ذوي احترام الذات العالي ،لديهم خبره اجتماعية أكثر ، وأنهم يتلقوا الدعم الاجتماعي ويعانون من ضغط اقل وبالتالي تعزز صحتهم ويكون لديهم سيطرة اكبر علي حياتهم وأكثر نجاحا في التعليم والعمل والعلاقات الأمر الذي يعزز تقديرهم لذاتهم.

من خلال ذلك يتبين للباحثان مدى أهمية احترام الذات للفرد فهو يجعله على قدر كبير من الثقة بنفسه وبغيره ، ويساعده على تكوين علاقات مع الاخرين ،ويساعد الأفراد على الإنجاز المتواصل ومواجهة العقبات التي تقف أمام تحقيق طموحاته ، ليس هذا فقط ولكن يعتبر احترام الذات البوابة الحقيقة لكل النجاحات الاخرى ، لذا يعد احترام الذات الخطوة الاولى في مواجهة وحل المشكلات التى تواجه الفرد في حياته.

خصائص احترام الذات:

تتمثل خصائص احترام الذات ويحددها الفرحاتي السيد محمود، هاني ابو الخير الشربيني (٢٠٠٥، ١٢٧-١٢٨) فيما يلي:

• **احترام الذات إدراك:** حيث يمثل إدراك الفرد لكفاءة ذاته وقيمتها بناءًا على الأفكار والمعارف والمدركات والمعتقدات الداخلية ، والرسائل التي تنقل إليه من قبل الافراد المهمين

في حياته ، كالآباء والمعلمين ، والزملاء ، فضلًا عن إنجازاته الشخصية في شتى جوانب حياته .

• **احترام الذات سمة متغيرة** :يتأثر بالمؤثرات الداخلية والخارجية ، ويتنوع احترام الذات تبعًا للمواقف والأوقات ، وقد يتنوع يوميًا من خلال التجارب والخبرات والمشاعر السارة وغير السارة.

• **احترام الذات متعدد الأبعاد** :بمعنى أن مشاعر كفاءة الذات وقيمتها تنبع من الكفاءات المتنوعة وهناك على الأقل ثلاثة أبعاد متميزة لاحترام الذات هي : (المظهر الجسمي)صورة الجسم المدركة كالمظهر أو القدرات البدنية (وأداء المهام) احترام الذات في مجال الإنجاز في العمل والتعلم (العلاقات الاجتماعية) كالعلاقة بأفراد الأسرة والعلاقة بالأفراد المهمين في حياتنا (احترام الذات الاجتماعي).

العوامل المؤثرة في احترام الذات:

هناك مجموعة من العوامل التي تؤثر في احترام الذات وتشمل

١- عوامل ذاتية:

- **أولًا : العوامل الذاتية** : حيث يشير رانجيت سينج مالهي وروبرت دبليو ريزنر (٢٠٠٥، ١٩- ٢٠) إلى مجموعة من العوامل تتعلق بالفرد نفسه ومنها ما يلي :
- **البراعة فى المهام والإنجازات** : يقول ليون تيك بأن الثقة الحقيقية بالنفس واحترام الذات تكون من الأمور المستحيلة بدون الشعور بالإنجاز أو بعدم قدرتنا علي أن نكون فعالين في سلوكياتنا ، فبراعة المرء في أداء المهام يشعره بقيمه ذاته وهذا يقوي من تقديره لذاته.
- **الذكاء** كما يؤثر ذكاء الفرد وسماته الشخصية والمرحلة العمرية والتعليمية التي يمر بها على تقديره لذاته.
- **الإنجاز الأكاديمي** : هو مصدر من مصادر احترام الذات حيث تعزز الدرجات الأكاديمية الجيدة شعور المرء بقيمته وكفاءته ، حيث احترام الذات والإنجاز الأكاديمي يرتبطان بشكل كبير مابين العامين السابع والخامس عشر.

٢- عوامل بيئية :

وتمثل البيئة الخارجية أو المجتمع الذي يعيش فيه ومنها ظروف التنشئة الاجتماعية والظروف التي تربي فيها الفرد ونوع التربية فتقدير الفرد لذاته لا يمكن أن يكون أمرا مستقلًا عن علاقته بالآخرين فهو يرتبط بعلاقة الفرد بالمجتمع الذي يعيش فيه وبالأفراد المحيطين به ويعيش بينهم.

وقد أشار Vohs & Heatherton (2001:1103) إلى مجموعة من العوامل البيئة منها ما يلي :

أ- البيئة الأسرية : ذكر بأن الأسرة هي الأساس في التنشئة الاجتماعية ، فهي تزود الفرد بمؤشرات أولية بشأن ما هو مقبول أو غير مقبول ، جدير بالثقة أو غير قدير بها، حيث أن تؤثر الطريقة التي يتم بها تربية الفرد بها بشكل كبير علي احترام.

ب- العلاقات مع الآخرين : أن الفرد يمكن أن يحتفظ باحترام الذات إذا شعر بأنه ذو كفاءة وجدير بالثقة وذو علاقة طيبة مع الآخرين ، ويعتمد تنظيم تقدير ذات جيد على فرد ذي كفاءة ينمو في ظل عالم من الكبار يشجعونه ويساندونه ويحبونه فيرتفع احترام الذات عندما يثنى الآخرون على قدرة الفرد التي تكون ذات أهمية لمفهومه عن ذاته وتأتي من أشخاص ذوي قيمة للفرد، لذا فان شعورنا بالقيمة الشخصية سوف يكن معتمدا علي علاقتنا بالعالم الخارجي.

ج- عوامل متعلقة بالمدرسة : تحتل المدرسة المرتبة الثانية بعد الأسرة في تأثيرها علي الفرد من خلال تكوين صوره عن ذاته وتكوين إتجاهاته نحو ذاته بالقبول أو الرفض فالمدرسة لها دور كبير في تنشئة الأفراد حيث إنه أساسي فى تنمية الجوانب المختلفة للفرد النفسية، الاجتماعية، المعرفية، الجسمية، والعقلية، ويعتبر من العوامل التي تؤثر علي احترام الذات للمتعلم هم المعلمين والتحصيل الدراسي وخبرات النجاح او الفشل الدراسي.

ويعتبر نمو الشخصية عملية متصلة مستمرة في غاية التعقيد تتضمن التفاعل بين الفرد وبيئته المادية ، والنفسية ، والاجتماعية ، فالأشخاص ينمون أفكارهم ويكونون صورة عن أنفسهم تعتمد بطريقة كبيرة على الطريقة التي يعاملون بها الأشخاص المهمين بالنسبة لهم في حياتهم وصورة الذات هي محتوى إدراكات الفرد عن نفسه والقيم والإتجاهات السلبية

والإيجابية التي يقدر بها الفرد صورته في صورة تقييم وحكم يطلق عليها احترام الذات (Cvencek, Fryberg, Covarrubias & Meltzoff, 2018:1100).

ويتفق ذلك مع ما ذهب إليه (Rhodes, et al., 2004: 248) من أن احترام الذات يعتبر نتاجًا للتقديرات التي يدركها الفرد من الآخرين المهمين بالنسبة له ، كما يعتبر نتاجًا أيضًا لشعور الفرد بالقدرة والكفاءة ، وتمثل الوظيفة الأولى الاستحسان الاجتماعي بينما تمثل الوظيفة الثانية الإحساس بالقوة والكفاءة.

وهذا ما ذهب إلية (Morgan, 1999: 7) حيث يري احترام الذات يتأثر بعدد من العوامل منها الظروف البيئية المحيطة بالفرد ، فإذا كانت مثيرات البيئة إيجابية ، وتحترم الذات الإنسانية وتكشف عن قدرتها وطاقتها يصبح احترام الذات إيجابيا ، أما إذا كانت البيئة محبطة فإن الفرد يشعر بالدونية ويسوء تقديره لذاته.

ويشير محمد شحاتة ربيع (٢٠١٣ : ١٨٧) أن لكل فرد صوره عن ذاته فالشخص السوي بالرغم من بعض القصور لديه إلا أن صورة الذات لديه إيجابية مبنية علي أساس واقعي وعلي أساس تقدير موضوعي دقيق لقدراته الشخصية وإمكانياته وقدرته الحالية والمستقبلية وصورته لذاته مرنه قابله للتعديل وذلك حسب خبراته سواء سارة، أو ضارة وعلي عكس ذلك الفرد الذي ليه صوره سلبية عن ذاته حيث تكون صورته الذاتية مبنية علي أساس غير واقعي ويقيم ذاته وقدراته وإمكانياته بطريقة غير دقيقة.

ويذهب (Erol & Orth, 2011:608) إلى أن تقدير الفرد لذاته واعتباره لها يرتفع عندما يتكون " الشعور بالانتماء " وعندما يشعر بالاستحقاق والجدارة ، وعندما يشعر بأنه متقبل وكفء ينمو الإحساس بالانتماء عندما يري الفرد نفسه عضوًا في جماعة ، لأن هذه العضوية تمنحه الشعور بالقيمة بالنسبة للآخرين. والجماعة الأكثر عند الفرد هي الأسرة ، وعندما يتوحد الفرد مع والديه ، وعندما يتلقى الاستجابات الدالة على التقبل الوالدى وعلى أن له قيمة عندها وأنه موضع تقديرها ، فإن إحساسه بالانتماء ينمو وسوف ينعكس تقدير الآباء على تحترامه لذاته.

ومن خلال ما سبق يتبين للباحثان أن هناك مجموعة من العوامل ذات التأثير على احترام الذات لدى الفرد منها ما هو متعلق بالفرد نفسه ومنها ما يرتبط بالعوامل الخارجية وقد تلعب تلك العوامل أما دورًا إيجابيًا أو سلبيًا في تقدير الفرد لذاته.

وهناك مجموعة من الدراسات والبحوث تناولت احترام الذات مثل:

دراسة Emmanuel, Adom, Josephine& Solomon (2014):

هدفت هذه الدراسة إلى بحث العلاقة بين دافعية الإنجاز واحترام الذات والإنجاز الأكاديمي لدي طلاب المرحلة الثانوية ، **وتكونت عينة الدراسة من** (١٢٠) من طلبة أربع مدارس ثانوية مختلفة ، **واستخدمت الدراسة** مقياس الدافع المدرسى (ISM) الذي طوره Mclnerney & Sinclair (1991) ، ومقياس المفهوم الذاتي بواسطة Cambra & Silvester(2003) ، **وأسفرت الدراسة عن عدد من نتائج من أهمها:** وجود علاقة بين دافعية الإنجاز ، والإنجاز الأكاديمي، كما أشارت إلى وجود ارتباط كبير بين احترام الذات والإنجاز الأكاديمي ، وكانت هناك علاقة إيجابية بين دافعيه الإنجاز والإنجاز الأكاديمي، وأشارت النتائج أيضًا إلي وجود فروق بين الذكور والإناث علي مقياس أحترام الذات.

دراسة زاهية حمزاوى (٢٠١٧):

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن مساهمة صورة الجسد في التنبؤ باحترام الذات لدى المراهق ، والمقارنة بين المراهقين في كل من صورة الجسد واحترام الذات وفقًا لمتغيري الجنس والسن، **وتكونت عينة الدراسة من** (٥٧٩) تلميذ وتلميذة تراوحت أعمارهم بين (١٤-٢٠) سنة، **واستخدمت الدراسة** مقياس صورة الجسد من إعداد الباحثة ، ومقياس احترام الذات (لكوبر سميث) ، **وأسفرت الدراسة عن عدد من نتائج من أهمها:**تساهم صورة الجسد ببعديها (المدركة – الاجتماعية) في التنبؤ باحترام الذات لدى المراهق، عكس صورة الجسد الجسمية لم تساهم في التنبؤ باحترام الذات لدى المراهق، عدم وجود فروق دالة إحصائيًا في كل من صورة الجسد بأبعادها الثلاثة واحترام الذات لدى المراهق تعزى للسن.

دراسة Cvencek, et al (2018):

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين مفاهيم الذات واحترام الذات والإنجاز الأكاديمي للأقلية والأغلبية من أطفال أمريكا الشمالية المرحلة الابتدائية ، **وتكونت عينة**

الدراسة من (١٨٨) تلميذا وتلميذة تتراوح أعمارهم ما بين (٥-١٠) سنوات، **واستخدمت الدراسة** اختبارات مفاهيم الذات الأكاديمية واحترام الذات ، **وأسفرت الدراسة عن عدد من نتائج من أهمها:**أن تلاميذ الأقليات والأغلبية لديهم تقديرًا ايجابيًا لذاتهم ، وأظهر طلاب الأقليات مفاهيم ذاتية أكاديمية أقل وإنجازات أقل من تلاميذ الأغلبية.

دراسة Mahi (2020):

هدفت هذه الدراسة إلى إيجاد العلاقة بين الطموح التربوي واحترام الذات وتشجيع الوالدين لطلاب المدارس الثانوية في منطقه جورجاون بولاية هاريانا ، **وتكونت عينة الدراسة من** (١٦٠) مراهق كانوا من طلاب الصف الثاني عشر، **واستخدمت الدراسة** مقياس الطموح التربوي إعداد شارما وجوبتا ، ومقياس تشجيع الوالدين (PES) ، ومقياس المفهوم الذاتي للأطفال إعداد Ahluwalia ، **وأسفرت الدراسة عن عدد من نتائج من أهمها:** وجود ارتباط ايجابي قوي بين الطموح التربوي واحترام الذات لدي الطلاب ، وأيضًا وجد ارتباط ايجابي قوي بين مستوي تشجيع الوالدين واحترام الذات بين الطلاب، وعدم وجود فروق بين الذكور والإناث علي مقياس احترام الذات.

فروض الدراسة:

١. توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين الوجود النفسي الأفضل واحترام الذات لدى المتفوقين دراسيًا بالمرحلة الثانوية.
٢. توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين الإفصاح عن الذات و احترام الذات لدى المتفوقين دراسيًا بالمرحلة الثانوية.
٣. توجد فروق ذات دلالة إحصائيًا بين متوسطات درجات الوجود النفسي الأفضل، وأبعاده ترجع إلي النوع (ذكور-إناث) لصالح الإناث.
٤. توجد فروق ذات دلالة إحصائيًا بين متوسطات درجات الوجود النفسي الأفضل، وأبعاده ترجع إلي التخصص (علمي-أدبي) لصالح التخصص العلمي.
٥. توجد فروق ذات دلالة إحصائيًا بين متوسطات درجات الإفصاح عن الذات، وأبعاده ترجع إلي النوع (ذكور-إناث) لصالح الذكور.

٦. توجد فروق ذات دلالة إحصائيًا بين متوسطات درجات الإفصاح عن الذات، وأبعاده ترجع إلي التخصص (علمي–أدبي) لصالح التخصص الأدبي.
٧. توجد فروق ذات دلالة إحصائيًا بين متوسطات درجات احترام الذات، وأبعاده ترجع إلي النوع (ذكور–إناث) لصالح الذكور.
٨. توجد فروق ذات دلالة إحصائيًا بين متوسطات درجات احترام الذات، وأبعاده ترجع إلي التخصص (علمي–أدبي) لصالح التخصص العلمي.
٩. يمكن التنبؤ باحترام الذات من خلال الوجود النفسي الأفضل والإفصاح عن الذات لدى المتفوقين دراسيًا بالمرحلة الثانوية.

منهج الدراسة:

اعتمد البحث الحالي علي المنهج الوصفي الارتباطي لأنه يتناسب مع أهداف وفروض الدراسة.

عينة الدراسة:

وتنقسم عينة الدراسة الحالية إلي مجموعتين:

أ- عينة التأكد من الخصائص السيكومترية لأدوات ومقاييس الدراسة:

قام الباحثان من التأكد من الخصائص السيكو مترية من خلال عينة الخصائص السيكومترية المكونة من (١٠٠) من الطلاب المتفوقين دراسيًا من طلاب الصف الثاني الثانوي من الجنسين (ذكور وإناث) ومن التخصصات العلمية والأدبية بمدرستي نبوية موسي الثانوية إناث والعباسية الثانوية ذكور بإدارة وسط التعليمية بمحافظة الاسكندرية، تتراوح أعمارهم ما بين (١٥– ١٧) سنة، بمتوسط عمر زمني (١٦,٤٢) سنة وانحراف معياري (±١,٤٣) وذلك بهدف التحقق من صلاحية المقاييس المستخدمة في الدراسة من حيث الاتساق الداخلي والصدق والثبات.

ب- عينة الدراسة الأساسية (المشاركون):

تكونت عينة الدراسة في صورتها النهائية من (١٢٠) من الطلاب المتفوقين دراسيًا من طلاب الصف الثاني الثانوي من الجنسين (ذكور وإناث) ومن التخصصات العلمية والأدبية بمدرستي نبوية موسي الثانوية إناث والعباسية الثانوية ذكور بإدارة وسط التعليمية بمحافظة

الاسكندرية للعام الدراسي (٢٠٢٠- ٢٠٢١) بواقع (٦٠) ذكور ، و(٦٠) إناث، تتراوح أعمارهم ما بين (١٥- ١٧) سنة، بمتوسط عمر زمني (١٦,٢١) سنة وانحراف معياري (±١,٥٦) ، تم تطبيق أدوات الدراسة عليهم للتحقق من صحة فروض الدراسة.

أدوات الدراسة :

- مقياس الوجود النفسي الأفضل (إعداد / الباحثان)
- مقياس الإفصاح عن الذات (إعداد / الباحثان)
- مقياس احترام الذات (إعداد / الباحثان)

وفيما يلى تناول لتلك الأدوات على التوالي:

مبررات إعداد المقاييس:

نظرًا لأن غالبية المقاييس التي اهتمت بمتغيرات الدراسة قد أعدت لفئات مختلفة، أو أعدت في بيئة غير البيئة المصرية، أو تناولت أبعادا مختلفة عن أبعاد الدراسة الحالية، ومن ثم أعد الباحثان هذه المقياس لتركز على الأفراد عينة الدراسة، وأيضا على أبعاد الدراسة التي يتناولها الباحثان في دراستهما الحالية.

وفيما يلي عرض لمقاييس الدراسة والتحقق من خصائصها السيكومترية:

أولا : مقياس الوجود النفسي الأفضل لطلاب المرحلة الثانوية (إعداد/ الباحثان)

١- بناء ووصف المقياس:

تم بناء الصورة الاولية لمقياس الوجود النفسي الأفضل ليتناسب مع طلاب المرحلة الثانوية ولصياغة أبعاد وعبارات المقياس تم الاطلاع على عدد من الدراسات التى تناولت الوجود النفسي الأفضل، كدراسة طاهر سعد حسن (٢٠١٢)، ودراسة يوسف موسى مقدادي (٢٠١٥)، ودراسة Panchal, Mukherjee & Kumar, (2016) ، ودراسة (Vinayak, Judge 2018) ، ودراسة طاهر سعد حسن (٢٠٢٠).

كما اطلع الباحثان على عدد من المقاييس التي تناولت الوجود النفسي الأفضل، مقياس يوسف موسى مقدادي (٢٠١٥) ،طاهر سعد حسن (٢٠٢٠)، (Pandyaswargo, Abe &Fransiscus, 2015)

وتم إعداد الصورة الاولية للمقياس بما يناسب عينة الدراسة الحالية، حيث تكون من ثلاثة أبعاد (العلاقات الاجتماعية، تقبل الذات، النمو الشخصي) تندرج تحتها (٣٢) عبارة ، وتم حذف عبارتين وفقًا لآراء السادة المحكمين وبذلك أصبح المقياس يتكون من (٣٠) عبارة، يختار الطالب إجابة واحدة من خمسة بدائل (دائمًا- غالبًا- أحيانًا- نادرًا- أبدًا). وذلك لكل عبارة من عبارات المقياس، بحيث تكون الدرجة الصغري (٣٠) درجة والعظمي (١٥٠) درجة.

- **التحكيم علي المقياس:**

تم عرض المقياس على (١١) محكمًا من المتخصصين في مجالي علم النفس والصحة النفسية وذلك للحكم على مدى وضوح الفقرات وقدرة الفقرة على ما وضعت لقياسه ، وتم تفريغ الملاحظات الخاصة بكل محكم ، وأجريت التعديلات الضرورية على فقرات المقياس والتي أشار إليها السادة المحكمون ، وتم الابقاء علي العبارات التى تراوحت نسبة الاتفاق عليها ما بين (٩٠,٩١%- ١٠٠%) ليصبح عدد عبارات المقياس (٣٠) بعد حذف ثلاث عبارات لعدم مناسبتهما للمكون التى تندرج تحته وبالتالي يكون كل بعد مكونه من عشر عبارات.

٢- الخصائص السيكو مترية لمقياس الوجود النفسي الأفضل:

تم حساب الخصائص السيكو مترية كما يلي:

أ- الاتساق الداخلي للمقياس:

قام الباحثان بحساب معامل الارتباط بين درجة كل مفردة وبين الدرجة الكلية لمقياس الوجود النفسي الأفضل ويوضح جدول (١) نتائج معاملات الارتباط

جدول (١)

معامل الارتباط بين درجة كل مفردة ودرجة المقياس

ككل لمقياس الوجود النفسي الأفضل (ن = ١٠٠)

م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط
١	٠,٧٥٤	٧	٠,٧٣٤	١٣	٠,٧٥٩	١٩	٠,٧٦٢	٢٥	٠,٧٤٦
٢	٠,٧٥٣	٨	٠,٧٤٥	١٤	٠,٧٥٠	٢٠	٠,٧٤٦	٢٦	٠,٧٤٧
٣	٠,٧٥٨	٩	٠,٧٥٣	١٥	٠,٧٤٨	٢١	٠,٧٤٨	٢٧	٠,٧٣٥
٤	٠,٧٥٥	١٠	٠,٧٦١	١٦	٠,٧٤٤	٢٢	٠,٧٤٩	٢٨	٠,٧٦٣
٥	٠,٧٥٢	١١	٠,٧٦٥	١٧	٠,٧٤٧	٢٣	٠,٧٤٦	٢٩	٠,٧٤٣
٦	٠,٧٣٦	١٢	٠,٧١٨	١٨	٠,٧٤٣	٢٤	٠,٧٣٢	٣٠	٠,٧٤١

يتضح من جدول (١) أن درجة كل مفردة مرتبطة ارتباطًا موجبًا مع الدرجة الكلية لمقياس الوجود النفسي الأفضل عند مستوى دلالة (٠,٠١) وهذا يعني أن درجات المقياس متماسكة داخليًا مع الدرجة الكلية للمقياس.

ب- صدق المقياس:

تم حساب صدق المقياس بعدة طرق كالأتي:

صدق المقارنة الطرفية:

قام الباحثان بترتيب الدرجات التى حصل عليها الطلاب عينة الدراسة على مقياس الوجود النفسي الأفضل تنازليًا ثم قام الباحثان بتحديد أعلى وأدنى ٣٠% من أفراد عينة التحقق من الشروط السيكو مترية ، تم حساب الفروق بين ٣٠% الاعلى ٣٠% الأدنى باستخدام اختبار(ت) ، والنتائج يوضحها جدول (٢)

جدول (٢)

يوضح صدق المقارنة الطرفية لمقياس الوجود النفسي الأفضل (ن = ١٠٠)

المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت	
				ت	الدلالة
%٣٠	٣٠	٨٧,٤٦	٧,١٧	٦,٧٩	٠,٠١
%٣٠	٣٠	٩٧,٣٦	٣,٢١		

قيمة ت الجدولية عند درجة حرية (٥٨) ومستوى دلالة ٠,٠١ =٢,٦٤

قيمة ت الجدولية عند درجة حرية (٥٨) وعند مستوى ٠,٠٥ = ١,٩٩

صدق المحك الخارجي

قام الباحثان بتطبيق مقياس يوسف موسى مقدادي (٢٠١٥) للوجود النفسي بالإضافة إلى المقياس الذي أعده الباحثان وذلك على عينة التأكد من الخصائص السيكومترية والتى عددها (١٠٠) طالب وطالبة من طلاب الصف الثاني الثانوي، وبحساب معامل الارتباط بين درجات الطلاب في المقياسين وجد أنه يساوي (٠,٧٢) مما يشير إلى صدق المقياس الحالي.

ج- ثبات المقياس

تم حساب ثبات مقياس الوجود النفسي الأفضل بطريقتين كما يلي :

طريقة ألفا كرونباخ :

تم حساب الثبات من بطريقة ألفا كرونباخ والنتائج يوضحها جدول (٣)

جدول (٣)

الثبات بطريقة ألفا كرونباخ لمقياس الوجود النفسي الأفضل (ن = ١٠٠)

م	معامل الثبات	م	معامل الثبات	م	معامل الثبات	م	معامل الثبات	م	معامل الثبات
١	٠,٧١٨	٧	٠,٧١٨	١٣	٠,٧٥٥	١٩	٠,٧٤٦	٢٥	٠,٧٥٧
٢	٠,٧٤١	٨	٠,٦٨٨	١٤	٠,٧٦٣	٢٠	٠,٧٢٧	٢٦	٠,٧٤٨
٣	٠,٧٤٥	٩	٠,٧٢٨	١٥	٠,٧٥٩	٢١	٠,٦٩٨	٢٧	٠,٧٤١
٤	٠,٧٢١	١٠	٠,٦٢٦	١٦	٠,٧٣٢	٢٢	٠,٧٠٦	٢٨	٠,٧٤٢
٥	٠,٧٢٨	١١	٠,٧١٧	١٧	٠,٧٤٢	٢٣	٠,٧١٨	٢٩	٠,٧١٨
٦	٠,٧٢٣	١٢	٠,٧١٨	١٨	٠,٧٢٨	٢٤	٠,٧٤٦	٣٠	٠,٧٢٨
معامل ثبات للمقياس ككل ٠,٧٩٨									

من جدول (٣) يتضح أن جميع معاملات ألفا تقل عن معامل ثبات ألفا لمجموع مفردات المقياس إذ تتراوح قيم معاملات الثبات ما بين (٠,٦٢٦) إلى (٠,٧٦٣) أما معامل الثبات لمجموع مفردات المقياس ككل فقد بلغ (٠,٧٩٨) وبالتالي يتمتع المقياس بدرجة مقبولة من الثبات ، مما يشير إلى إمكانية استخدامه في البحث الحالي والثقة في النتائج التي سيسفر عنها.

التجزئة النصفية:

قام الباحثان بحساب معامل الارتباط بين المفردات ذات الارقام الفردية والزوجية لمقياس الوجود النفسي الأفضل ثم تم تصحيحه بمعادلة سبيرمان وبراون ، والنتائج يوضحها جدول (٤)

جدول (٤)

معامل الارتباط والثبات بطريقة التجزئة النصفية (ن = ١٠٠)

المتغير	معامل الارتباط	سبيرمان وبراون
المفردات ذات الارقام الفردية والزوجية	٠,٧١٢	٠,٨٣٢

يتضح من جدول (٤) أن مقياس الوجود النفسي الأفضل يتمتع بدرجة مقبولة من الثبات مما يسمح باستخدامه في الدراسة الحالية

ثانيًا : مقياس الإفصاح عن الذات لطلاب المرحلة الثانوية (إعداد/ الباحثان)

١- بناء ووصف المقياس:

تم بناء الصورة الاولية لمقياس الإفصاح عن الذات ليتناسب مع طلاب المرحلة الثانوية ولصياغة أبعاد وعبارات المقياس تم الاطلاع على عدد من الدراسات التى تناولت الإفصاح عن الذات ، كدراسة شعبان رضوان (٢٠٠٦)، ودراسة Sparrevohn & Rapee (2009) ، درسة عبد الرحمن سليمان النملة (٢٠١٦)، دراسة عبلة محمد الجابر (٢٠٢٠)

كما اطلع الباحثان على عدد من المقاييس التى تناولت الوجود النفسي الأفضل، Audet (2011)، وعبد الرحمن بن سليمان النملة (٢٠١٦).

وتم إعداد الصورة الاولية للمقياس بما يناسب عينة الدراسة الحالية، حيث تكون من أربعة أبعاد (الإفصاح عن الأمور الشخصية، الإفصاح عن الأمور الدراسية، الإفصاح عن الأمور الاجتماعية ، الإتجاهات والآراء) تندرج تحتها (٤٣) عبارة ، وتم حذف عبارتين وفقًا لآراء السادة المحكمين وبذلك أصبح المقياس يتكون من (٤٠) عبارة ، يختار الطالب إجابة واحدة من خمسة بدائل (دائمًا- غالبًا- أحيانًا- نادرًا- أبدًا). وذلك لكل عبارة من عبارات المقياس، بحيث تكون الدرجة الصغري (٤٠) درجة والعظمي (٢٠٠) درجة.

- **التحكيم علي المقياس:**

تم عرض المقياس على (١١) من المتخصصين في مجالي علم النفس والصحة النفسية وذلك للحكم على مدى وضوح الفقرات وقدرة الفقرة على ما وضعت لقياسه ، وتم تفريغ الملاحظات الخاصة بكل محكم ، وأجريت التعديلات الضرورية على فقرات المقياس والتي أشار إليها السادة المحكمون ، وتم الابقاء علي العبارات التي تراوحت نسبة الاتفاق عليها ما بين (٩٠,٩١%- ١٠٠%) ليصبح عدد عبارات المقياس (٤٠) بعد حذف عبارتين لعدم مناسبتهما للمكون التي تندرج تحته وبالتالي يكون كل بعد مكونه من عشر عبارات .

٢- الخصائص السيكو مترية لمقياس الإفصاح عن الذات:

تم حساب الخصائص السيكو مترية كما يلي:

أ- الاتساق الداخلي للمقياس:

قام الباحثان بحساب معامل الارتباط بين درجة كل مفردة وبين الدرجة الكلية لمقياس الإفصاح عن الذات ويوضح جدول (٥) نتائج معاملات الارتباط

جدول (٥)

معامل الارتباط بين درجة كل مفردة ودرجة المقياس ككل لمقياس الإفصاح عن الذات (ن = ١٠٠)

م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط
١	٠,٧٣٣	٩	٠,٦٥٠	١٧	٠,٤٤٠	٢٥	٠,٦٧٢	٣٣	٠,٤٩٤
٢	٠,٦٨٩	١٠	٠,٥٩٧	١٨	٠,٦٩٤	٢٦	٠,٥٩٥	٣٤	٠,٧١٤
٣	٠,٥٧٥	١١	٠,٦٥٢	١٩	٠,٥٩٦	٢٧	٠,٦٦٤	٣٥	٠,٥٧٠
٤	٠,٦٣٣	١٢	٠,٧٨٥	٢٠	٠,٥٨٨	٢٨	٠,٧٩٨	٣٦	٠,٥٢٢
٥	٠,٥٤٧	١٣	٠,٧٠٩	٢١	٠,٥٦٥	٢٩	٠,٧١٩	٣٧	٠,٦٦٨
٦	٠,٦٧١	١٤	٠,٧٢٠	٢٢	٠,٥٥٤	٣٠	٠,٧٣٣	٣٨	٠,٥٦٣
٧	٠,٥١٨	١٥	٠,٥٦٠	٢٣	٠,٧٢٤	٣١	٠,٥٦٣	٣٩	٠,٧٢٤
٨	٠,٦٦٣	١٦	٠,٦٢٩	٢٤	٠,٥٦٢	٣٢	٠,٦٢٧	٤٠	٠,٥٦٢

يتضح من جدول (٥) أن درجة كل مفردة مرتبطة ارتباطا موجبا مع الدرجة الكلية لمقياس الإفصاح عن الذات عند مستوى دلالة (٠,٠١) وهذا يعني أن درجات المقياس متماسكة داخليًا مع الدرجة الكلية للمقياس

ب- صدق المقياس:

تم حساب صدق المقياس بعدة طرق كالأتي:

صدق المقارنة الطرفية:

قام الباحثان بترتيب الدرجات التى حصل عليها الطلاب عينة الدراسة على مقياس الإفصاح عن الذات تنازليًا ثم قام الباحثان بتحديد أعلى وأدنى ٣٠% من أفراد عينة التحقق من الشروط السيكو مترية ، تم حساب الفروق بين ٣٠% الاعلى ٣٠% الادني باستخدام اختبار(ت) ، والنتائج يوضحها جدول (٦)

جدول (٦)

يوضح صدق المقارنة الطرفية لمقياس الإفصاح عن الذات (ن = ١٠٠)

المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت	
%٣٠	٣٠	١٠٦,٣٧	١٤,٧٨	ت	الدلالة
%٣٠	٣٠	١٣٩,٢٤	١٦,٢٧	٨,٠٥	٠,٠١

قيمة ت الجدولية عند درجة حرية (٥٨) ومستوى دلالة ٠,٠١ =٢,٦٤

قيمة ت الجدولية عند درجة حرية (٥٨) وعند مستوى ٠,٠٥ = ١,٩٩

صدق المحك الخارجي:

قام الباحثان بتطبيق مقياس عبد الرحمن بن سليمان النملة (٢٠١٦)، للإفصاح عن الذات بالإضافة إلى المقياس الذي أعده الباحثان وذلك على عينة التأكد من الخصائص السيكومترية والتى عددها (١٠٠) طالب وطالبة من طلاب الصف الثاني الثانوي وبحساب معامل الارتباط بين درجات الطلاب في المقياسين وجد أنه يساوي (٠,٦٨) مما يشير إلى صدق المقياس الحالي.

ج- ثبات المقياس

تم حساب ثبات مقياس الإفصاح عن الذات بطريقتين كما يلي:

طريقة ألفا كرونباخ:

تم حساب الثبات من بطريقة ألفا كرونباخ والنتائج يوضحها جدول (٧)

جدول (٧)

الثبات بطريقة ألفا كرونباخ لمقياس الإفصاح عن الذات (ن = ١٠٠)

م	معامل الثبات	م	معامل الثبات	م	معامل الثبات	م	معامل الثبات	م	معامل الثبات
١	٠,٧٤١	٩	٠,٧٤٤	١٧	٠,٧٤٢	٢٥	٠,٧١٢	٣٣	٠,٧٥١
٢	٠,٧٢٩	١٠	٠,٧٤٦	١٨	٠,٧٣٦	٢٦	٠,٧٣٣	٣٤	٠,٧٧٢
٣	٠,٧٦٦	١١	٠,٧٣٥	١٩	٠,٧٢٥	٢٧	٠,٧٢٦	٣٥	٠,٧٤٧
٤	٠,٧٣١	١٢	٠,٧٥٢	٢٠	٠,٧٤١	٢٨	٠,٧٢٧	٣٦	٠,٧٤٥
٥	٠,٧١٦	١٣	٠,٧٥٦	٢١	٠,٧٧٥	٢٩	٠,٧١٩	٣٧	٠,٧٣١
٦	٠,٧٢٨	١٤	٠,٧١٤	٢٢	٠,٧٢٨	٣٠	٠,٧٣١	٣٨	٠,٧١٩
٧	٠,٧٣٢	١٥	٠,٧٥٢	٢٣	٠,٧٣٢	٣١	٠,٧٢٧	٣٩	٠,٧٣٢
٨	٠,٧٢١	١٦	٠,٧٤٨	٢٤	٠,٧٢٩	٣٢	٠,٧٣٢	٤٠	٠,٧٢٧
معامل ثبات للمقياس ككل ٠,٨٠٥									

يتضح من الجدول السابق أن جميع معاملات ألفا تقل عن معامل ثبات ألفا لمجموع مفردات المقياس إذ تتراوح قيم معاملات الثبات ما بين (٠,٧١٦) إلى (٠,٧٧٥) أما معامل الثبات لمجموع مفردات المقياس ككل فقد بلغ (٠,٨٠٥) وبالتالي يتمتع المقياس بدرجة مقبولة من الثبات ، مما يشير إلى إمكانية استخدامه في الدراسة الحالي والثقة في النتائج الت سيسفر عنها.

التجزئة النصفية:

قام الباحثان بحساب معامل الارتباط بين المفردات ذات الارقام الفردية والزوجية لمقياس الإفصاح عن الذات ثم تم تصحيحه بمعادلة سبيرمان وبراون ، والنتائج يوضحها جدول (٨)

جدول (٨)

معامل الارتباط والثبات بطريقة التجزئة النصفية لمقياس الإفصاح عن الذات (ن = ١٠٠)

المتغير	معامل الارتباط	سبيرمان وبراون
المفردات ذات الارقام الفردية والزوجية	٠,٧٠٥	٠,٨٢٨

يتضح من جدول (٨) أن مقياس الإفصاح عن الذات يتمتع بدرجة مقبولة من الثبات مما يسمح باستخدامه في الدراسة الحالية

ثالثًا : مقياس احترام الذات لطلاب المرحلة الثانوية (إعداد/ الباحثان):

١- بناء ووصف المقياس:

تم بناء الصورة الاولية لمقياس احترام الذات ليتناسب مع طلاب المرحلة الثانوية ولصياغة أبعاد وعبارات المقياس تم الاطلاع على عدد من الدراسات التي تناولت احترام الذات كدراسة Emmanuel, Adom, Josephine& Solomon (2014) ، ودراسة زاهية حمزاوى (٢٠١٧)، ودراسة Cvencek, et al (2018)، ودراسة Mahi (2020)

كما اطلع على عدد من المقاييس التى تناولت احترام الذات مقياس (Cvencek, et al., 2017) ، (Emmanuel, et al., 2014) ، زهية حمزاوى (٢٠١٧)

وتم إعداد الصورة الاولية للمقياس بما يناسب عينة الدراسة الحالية، حيث تكون من خمسة أبعاد (الاحترام النفسي، الاستقلالية، التلقائية ، إدراك الحقيقة، الاهتمام الاجتماعي) تندرج تحتها (٥٢) عبارة ، وتم حذف عبارتين وفقًا لآراء السادة المحكمين وبذلك أصبح المقياس يتكون من (٥٠) عبارة ، يختار الطالب إجابة واحدة من خمسة بدائل (دائمًا- غالبًا- أحيانًا- نادرًا- أبدًا). وذلك لكل عبارة من عبارات المقياس، بحيث تكون الدرجة الصغري (٥٠) والعظمي (٢٥٠) درجة.

- **التحكيم علي المقياس:**

تم عرض المقياس على (١١) من المتخصصين في مجالي علم النفس والصحة النفسية وذلك للحكم على مدى وضوح الفقرات وقدرة الفقرة على ما وضعت لقياسه ، وتم تفريغ الملاحظات الخاصة بكل محكم ، وأجريت التعديلات الضرورية على فقرات المقياس والتي أشار إليها السادة المحكمون ، وتم الابقاء علي العبارات التي تراوحت نسبة الاتفاق عليها ما بين

(٩٠,٩١%- ١٠٠%) ليصبح عدد عبارات المقياس (٥٠) عبارة بعد حذف عبارتين لعدم مناسبتهما للمكون التى تندرج تحته وبالتالي يكون كل بعد مكونه من عشر عبارات .

٢- الخصائص السيكومترية لمقياس احترام الذات :

تم حساب الخصائص السيكو مترية للمقياس كما يلي:

أ- الاتساق الداخلي لمقياس احترام الذات

قام الباحثان بحساب معامل الارتباط بين درجة كل مفردة وبين الدرجة الكلية لمقياس الوجود النفسي الأفضل ويوضح جدول (٩) نتائج معاملات الارتباط

جدول (٩)

معامل الارتباط بين درجة كل مفردة ودرجة المقياس ككل لمقياس احترام الذات (ن = ١٠٠)

م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط
١	٠,٧١٣	١١	٠,٦٩٦	٢١	٠,٥٤٧	٣١	٠,٥٦٥	٤١	٠,٧٠٩
٢	٠,٦٦٥	١٢	٠,٥٩٨	٢٢	٠,٦٧١	٣٢	٠,٥٥٤	٤٢	٠,٧٢٠
٣	٠,٦٧٢	١٣	٠,٥٧٢	٢٣	٠,٥٤٣	٣٣	٠,٦٥٠	٤٣	٠,٥٢٨
٤	٠,٦٤٨	١٤	٠,٥٨٥	٢٤	٠,٧٥٤	٣٤	٠,٥٩٧	٤٤	٠,٨٩٠
٥	٠,٥٦٢	١٥	٠,٧٣٣	٢٥	٠,٦٧٥	٣٥	٠,٦٥٢	٤٥	٠,٨٢٥
٦	٠,٦٨٨	١٦	٠,٦٨٩	٢٦	٠,٧١٥	٣٦	٠,٧٨٥	٤٦	٠,٦٠٠
٧	٠,٥٧٣	١٧	٠,٥٧٥	٢٧	٠,٤٤٠	٣٧	٠,٤٩٤	٤٧	٠,٥١٨
٨	٠,٧٥٥	١٨	٠,٦٣٣	٢٨	٠,٦٩٤	٣٨	٠,٧١٤	٤٨	٠,٦٦٣
٩	٠,٦٨٣	١٩	٠,٤٤٥	٢٩	٠,٥٩٦	٣٩	٠,٦٧٥	٤٩	٠,٥٦٠
١٠	٠,٧٢٢	٢٠	٠,٦٩٨	٣٠	٠,٥٨٨	٤٠	٠,٧١٥	٥٠	٠,٦٢٩

يتضح من جدول (٩) أن درجة كل مفردة مرتبطة ارتباطا موجبا مع الدرجة الكلية لمقياس احترام الذات عند مستوى دلالة (٠,٠١) وهذا يعني أن درجات المقياس متماسكة داخليًا مع الدرجة الكلية للمقياس.

ب- صدق المقياس

تم حساب صدق المقياس بعدة طرق كالأتي:

صدق المقارنة الطرفية:

قام الباحثان بترتيب الدرجات التى حصل عليها الطلاب عينة الدراسة على مقياس احترام الذات تنازليا ثم قام الباحثان بتحديد أعلى وأدنى ٣٠% من أفراد عينة التحقق من الشروط السيكومترية ، تم حساب الفروق بين ٣٠% الاعلى ٣٠% الادني باستخدام اختبار(ت) ، والنتائج يوضحها جدول (١٠)

جدول (١٠)

صدق المقارنة الطرفية لمقياس احترام الذات (ن = ١٠٠)

المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت	
٣٠%	٣٠	٦٩,٨١	٩,٦٤	ت	الدلالة
٣٠%	٣٠	٨٦,٩٨	١١,٢٤	٦,٢٤	٠,٠١

قيمة ت الجدولية عند درجة حرية (٥٨) ومستوى دلالة ٠,٠١ =٢,٦٤

قيمة ت الجدولية عند عند درجة حرية (٥٨) وعند مستوى ٠,٠٥ = ١,٩٩

صدق المحك الخارجي :

قام الباحثان بتطبيق مقياس حمزاوى زهية (٢٠١٧) لاحترام الذات بالإضافة إلى المقياس الذي أعده الباحثان وذلك على عينة التأكد من الخصائص السيكومترية والتى عددها (١٠٠) طالب وطالبة من طلاب الصف الثاني الثانوي وبحساب معامل الارتباط بين درجات الطلاب في المقياسين وجد أنه يساوي (٠,٧٦) مما يشير إلى صدق المقياس الحالي.

ج- ثبات المقياس:

تم حساب ثبات مقياس احترام الذات بطريقتين كما يلي :

طريقة ألفا كرونباخ

تم حساب الثبات من بطريقة ألفا كرونباخ والنتائج يوضحها جدول (١١)

جدول (١١)

الثبات بطريقة ألفا كرونباخ لمقياس احترام الذات (ن = ١٠٠)

م	معامل الثبات	م	معامل الثبات	م	معامل الثبات	م	معامل الثبات	م	معامل الثبات
١	٠,٧٤٢	١١	٠,٧٣٢	٢١	٠,٧٤٦	٣١	٠,٧٤٦	٤١	٠,٧١٩
٢	٠,٧٤٣	١٢	٠,٧٦٣	٢٢	٠,٧٣٥	٣٢	٠,٧٤٢	٤٢	٠,٧١٣
٣	٠,٧٤٥	١٣	٠,٧٢٦	٢٣	٠,٧١٩	٣٣	٠,٧٣٨	٤٣	٠,٧٤١
٤	٠,٧٤٢	١٤	٠,٧٣٩	٢٤	٠,٧٢٢	٣٤	٠,٧٢٤	٤٤	٠,٧٣٢
٥	٠,٧٤٣	١٥	٠,٧٣١	٢٥	٠,٧٣٤	٣٥	٠,٧٣١	٤٥	٠,٧١٨
٦	٠,٧٢٩	١٦	٠,٧٤٥	٢٦	٠,٧٥٤	٣٦	٠,٧٣٦	٤٦	٠,٧٣٨
٧	٠,٧٣٧	١٧	٠,٧٤٢	٢٧	٠,٧٤٧	٣٧	٠,٧٤٢	٤٧	٠,٧٤٢
٨	٠,٧٤٢	١٨	٠,٧٤٩	٢٨	٠,٧٤٨	٣٨	٠,٧٥١	٤٨	٠,٧٣٤
٩	٠,٧٣٢	١٩	٠,٧٥٣	٢٩	٠,٧٢٧	٣٩	٠,٧٣٤	٤٩	٠,٧٥٤
١٠	٠,٧٤١	٢٠	٠,٧٥١	٣٠	٠,٧٣٧	٤٠	٠,٧٣٢	٥٠	٠,٧٢٨
معامل ثبات للمقياس ككل ٠,٨٣٢									

يتضح من جدول (١١) أن جميع معاملات ألفا تقل عن معامل ثبات ألفا لمجموع مفردات المقياس إذ تتراوح قيم معاملات الثبات ما بين (٠,٧١٣) إلى (٠,٧٦٣) أما معامل الثبات لمجموع مفردات المقياس ككل فقد بلغ (٠,٨٣٢) وبالتالي يتمتع المقياس بدرجة مقبولة من الثبات ، مما يشير إلى إمكانية استخدامه في الدراسة الحالي والثقة في النتائج الت سيسفر عنها.

التجزئة النصفية:

قام الباحثان بحساب معامل الارتباط بين المفردات ذات الارقام الفردية والزوجية لمقياس الوجود النفسي الأفضل ثم تم تصحيحه بمعادلة سبيرمان وبراون ، والنتائج يوضحها جدول (١٢)

جدول (١٢)

معامل الارتباط والثبات بطريقة التجزئة النصفية لمقياس احترام الذات (ن = ١٠٠)

المتغير	معامل الارتباط	سبيرمان وبراون
الفردات ذات الارقام الفردية والزوجية	٠,٧٠٥	٠,٨٢٨

يتضح من جدول (١٢) أن مقياس احترام الذات يتمتع بدرجة مقبولة من الثبات مما يسمح باستخدامه في الدراسة الحالية.

نتائج الدراسة ومناقشتها:

١- نتائج الفرض الأول :

والذي ينص علي :"توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين الوجود النفسي الأفضل واحترام الذات لدى المتفوقين دراسيًا بالمرحلة الثانوية".

وللتحقق من صحة الفرض الأول تم استخدام معامل بيرسون لحساب معاملات الارتباط بين درجات الوجود النفسي الأفضل ، وأبعاده، ودرجات احترام الذات، وأبعاده لدى عينة الدراسة، والجدول التالي يوضح تلك النتائج.

جدول (١٣)

معاملات الارتباط بين درجات الوجود النفسي الأفضل، وأبعاده، ودرجات احترام الذات، وأبعاده لدى عينة الدراسة (ن= ١٢٠)

الوجود النفسي الأفضل / احترام الذات	العلاقات الاجتماعية	تقبل الذات	النمو الشخصي	الدرجة الكلية
احترام النفس	٠,٥١٧	٠,٣٨٨	٠,٥٩٦	٠,٤٩٣
الاستقلالية	٠,٤١٤	٠,٥١١	٠,٤٨٢	٠,٥٢٣
التلقائية	٠,٥٣٦	٠,٣٩٨	٠,٣٦٥	٠,٤٦٦
إدراك الحقيقة	٠,٤٤٨	٠,٥٠١	٠,٤٢٧	٠,٥٣٢
الاهتمام الاجتماعي	٠,٥٢٤	٠,٥٢٥	٠,٤٩٦	٠,٥٤٤
الدرجة الكلية	٠,٥٠١	٠,٥٢٧	٠,٥٠١	٠,٤٩٦

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠,٠١ =٠,٢٢٨ وعند مستوى ٠,٠٥ = ٠,١٧٤

يتضح من جدول (١٣) ما يلى :

- وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائيًا بين درجات الوجود النفسي الأفضل وأبعاده، ودرجات احترام الذات وأبعاده لدى طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسيًا.

من خلال ما سبق يتبين تحقق الفرض الأول كليًا

ويرجع ذلك إلى كون الوجود النفسي حالة إيجابية وبما أن درجة قياس احترام الذات إيجابي فقد ظهرت نتيجة الارتباط بينهما إيجابية لأن الأفراد ذوي احترام الذات يقومون طموحاتهم ورغباتهم على نحو أكثر إيجابية وتكون أيضا متسمة بالتحدي ويستخدمون طرقًا توافقية حتى لو جابهتهم عوائق قوية كما أن احترام الذات له أثر إيجابي على الصحة النفسية والجسدية من خلال تعزيز احترام الذات عندما يؤمن الشخص بأن النتائج سوف تتحقق إذ نرى أن التوقعات الإيجابية لها تأثير على وجود الفرد النفسي عندما يواجه صعوبات في حياته مما يجعله يتمسك بطموحاته.

كما أن هذا الارتباط الموجب بين احترام الذات والوجود النفسي الأفضل إلى أن المتفوقين من طلاب المرحلة الثانوية لهم طابع خاص ، فهم يرغبون في الانتقال إلى حياة مليئة بالطموحات والأمل والرغبة فى تحقيق إنجازات وضعوها أهدافًا لأنفسهم ويساعدهم تفوقهم الدراسي وحبهم للتقدم في مجالات وهذا ما يجعلهم يتحملون كل ما يقف عقبة في طريقهم من أجل الوصول إلى ما يريدون في مستقبل مليء بالتحديات حيث إن الشخص الذى يمتلك احترامًا لذاته يتميز بالإصرار والتحدى والتفاعل والتعاون مع الآخرين كما أنهم يحملون بداخلهم ما يمكنهم من تحقيق الأهداف التى وضعوها نصب أعينهم.

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة دراسة (Pandyaswargo, Abe & Fransiscus, 2015) يوسف موسى مقدادي (٢٠١٥) والتي أشارت إلى ارتباط الوجود النفسي بالجوانب الإيجابية لدى الفرد كما أنها تساعد على زيادة الجانب الذات لديهم.

فنجد أن المتفوقين أكثر حبًا للاستطلاع ،وأكثر انتباها ، وأكثر طرحا للأسئلة، سرع في حل المشكلات، أكثر تحصيلا، لديهم قدره علي الانتقاد ،وايضا هم أكثر تعبيرا عن أنفسهم(امال عبد السميع باظه،٢٠٠٣ :١٣٥).

وقد تعدّدت الدراسات التي تشير إلى أن الأفراد الذين يتمتعون بمستويات عالية من الوجود النفسي الأفضل، يميلون إلى تشكيل هوية ناجحة، ويحاولون اكتساب رؤى جديدة حول الذات، ويميلون إلى الاستفادة من تجاربهم السابقة (Martinez, 2004:18).

وتشير شيماء مقيرحي (٢٠١٨ :١٣) أن احترام الذات تركيب محمل بالثقافة يحتوي بعض التوجيهات وكذلك فإن أوصاف الشخصية ذات تقدير الذات العالي تميل إلى النجاح في المستقبل وتزيد لديه مستوى الطموح الاكاديمي لأن من المبادئ الأساسية لتقدير الذات التفكير الموجهه للهدف.

كما أن احترام الذات له تأثير عميق على جوانب حياة الفرد ؛ فهو يؤثر على مستوى أدائه فى العمل ، وعلى الطريقة التى تفاعل بها مع الناس ، وفى قدرته على التأثير على الآخرين ، وعلى مستوى صحته النفسية (وحيد مصطفى كامل، ٢٠٠٤: ٧).

٢- نتائج الفرض الثاني:

والذي ينص علي :"توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين الإفصاح عن الذات و احترام الذات لدى المتفوقين دراسيًا بالمرحلة الثانوية".

وللتحقق من صحة الفرض الثاني تم استخدام معامل بيرسون لحساب معاملات الارتباط بين درجات الإفصاح عن الذات ودرجات احترام الذات لدى المتفوقين دراسيًا بالمرحلة الثانوية.، والجدول التالي يوضح تلك النتائج.

جدول (١٤)

معاملات الارتباط بين درجات الإفصاح عن الذات، وأبعاده، احترام الذات ، وأبعاده لدى المتفوقين دراسيًا بالمرحلة الثانوية (ن= ١٢٠)

الإفصاح عن الذات / احترام الذات	الأمور الشخصية	الأمور الدراسية	الأمور الاجتماعية	الإتجاهات والآراء	الدرجة الكلية
احترام النفس	٠,٤٧٢	٠,٤٤٥	٠,٤٧٣	٠,٤٧٦	٠,٣٢٧
الاستقلالية	٠,٤٢٨	٠,٥٠٣	٠,٥٦٤	٠,٤٩٨	٠,٣٣٤
التلقائية	٠,٥٣٤	٠,٤٩٢	٠,٥٠٤	٠,٥٠٨	٠,٣٦٧
إدراك الحقيقة	٠,٥٩٥	٠,٤٣٠	٠,٤٣٧	٠,٤٩٢	٠,٣٧٥
الاهتمام الاجتماعي	٠,٤٨٦	٠,٤٨٨	٠,٥٥٤	٠,٤٣٨	٠,٥٢٥
الدرجة الكلية	٠,٥٠٥	٠,٤٩٨	٠,٤٩٠	٠,٥٢٢	٠,٤٥٩

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠,٠١ =٠,٢٢٨ وعند مستوى ٠,٠٥ = ٠,١٧٤

يتضح من جدول (١٤) وجود علاقة ارتباطية موجبة بين درجات الإفصاح عن الذات وأبعاده ودرجات احترام الذات وأبعاده لدى الطلاب المتفوقون بالمرحلة الثانوية.

ويرجع هذا الارتباط بين الإفصاح عن الذات واحترام الذات إلى أن الطلاب اصبحوا قادرين علي التفاعل وقادرون على تحديد أهداف خاصة في المرحلة الأهم من حياتهم ويساعدهم في ذلك السمة التي يتميزون بها الا وهي سمة التنافس مع غيرهم من الطلاب وهذا يعني أن الطلاب المتفوقين لديهم طموحات يريدون تحقيقها ويتحملون كل المصاعب التي تقف كعقبات في تحقيق ما يطمحون إليه في إنجاز وتحقيق أهدافهم وهي كما تبدو محاولات جادة نحو مستقبل هؤلاء الطلبة حيث إن طلاب المرحلة الثانوية خاصة المتفوقون يتميزون بالتمكن والقدرة على الإنجاز وتحقيق النجاح الذي يكون دائمًا هدفا يضعوه لانفسهم.

وترتبط النتائج التي يحصلون عليها بأفعالهم الخاصة بدرجة كبيرة وبإمكانهم التأثير على الأخرين وأنهم مثابرون متعاونون ولديهم القدرة على التحمل من أجل الوصول إلى الهدف وتحقيق النجاح كما ترتبط تلك النتائج بالأسرة وبالمجتمع الذي يعيش فيه الطالب كما أن المرحلة الاولى من التعليم تعد من الفترات الحاسمة في حياة هؤلاء الطلاب والتي بعدها يبدأ الفرد في ممارسة حياه مختلفة وتجارب جديدة يكون لاحترام الذات دورًا كبير فيها

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة (عبد الرحمن بن سليمان النملة، ٢٠١٦) التي أشارت إلي أن الإفصاح عن الذات يرتبط إيجابيًا ببعض المتغيرات النفسية الإيجابية، مثل: المساندة الاجتماعية.

فالإفصاح عن الذات من المهام الرئيسة للصحة النفسية وذلك لقيمته المتمثلة في التنفيس الانفعالي لأنه يمكن الفرد من التخلص من انفعالاته بالتعبير عنها لفظيا لشخص آخر مما يعيده الى حالته الطبيعية من الاتزان النفسي حيث يجنبه الوقوع في كثير من المشكلات النفسية، ويرتبط الإفصاح عن الذات ببناء مفهوم ذات أيجابي للفرد فأنه عندما يطلع الآخرين على أفكاره ومشاعره يتيح لهم الفرصة

لان يقيموا سلوكه عن طريق أبداء آرائهم حوله مما يزيد من فهم الفرد لذاته والوعي بها (خالد علي صالح العمري ، ٢٠١٣: ٨٣).

فقد تبين ارتباط الإفصاح عن الذات سلبيًا بالعصابية، وإيجابيا بكل من الانبساطية، والانفتاح على الخبرة، والطيبة، ويقظة الضمير، وأن من أقوى العوامل المنبئة للإفصاح عن الذات عامل الطيبة يليه عامل الانبساطية (لطيفة الشعلان، ٢٠١٠ :٣١١).

فكل هذا يؤكد على ضروة الاهتمام بطلاب المرحلة الثانوية وتنمية الجوانب الإيجابية لديهم.

٣- نتائج الفرض الثالث:

والذي ينص علي :"توجد فروق ذات دلالة إحصائيًا بين متوسطات درجات الوجود النفسي الأفضل، وأبعاده ترجع إلي النوع (ذكور-إناث) لصالح الإناث".

وللتحقق من صحة الفرض الثالث تم استخدام اختبار " ت " للمجموعتين المستقلتين ، للتعرف على تأثير النوع (ذكور – إناث) على الوجود النفسي الأفضل ، والجدول التالي يوضح تلك النتائج.

جدول (١٥)

نتائج اختبار ت لمتوسطات درجات مجموعتي (الذكور، والإناث) في الوجود النفسي الأفضل، وأبعاده لدى المتفوقين دراسيًا بالمرحلة الثانوية (ن= ١٢٠)

أبعاد المقياس	المجموعة	العدد	المتوسط	الانحراف المعيارى	درجات الحرية	قيمة ت	مستوى الدلالة
العلاقات الاجتماعية	إناث	٦٠	٣٠,٣٥	٣,٩٨	١١٨	١٠,٢٢	٠,٠١
	ذكور	٦٠	٢٤,٠١	٢,٦٢			
تقبل الذات	إناث	٦٠	٢٨,٥٠	٣,٩١	١١٨	٥,٢٤	٠,٠١
	ذكور	٦٠	٢٥,٢٥	٢,٧٧			
النمو الشخصي	إناث	٦٠	٣٠,١٥	٣,٣٢	١١٨	٧,٢٥	٠,٠١
	ذكور	٦٠	٢٥,٧٨	٣,٢٤			
الدرجة الكلية	إناث	٦٠	٨٦,٨٢	١١,٠١	١١٨	٧,٧٥	٠,٠١
	ذكور	٦٠	٧٢,٨٩	٨,٥٤			

قيمة ت الجدولية عند مستوى دلالة ٠,٠١ =٢,٦٢ وعند مستوى ٠,٠٥ = ١,٩٨

يتضح من الجدول السابق رقم (١٥):

- تزايد قيم متوسطات مجموعة الإناث على متوسطات مجموعة الذكور على مقياس الوجود النفسي الأفضل وأبعاده.
- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات مجموعتي (الذكور، والإناث) على مقياس الوجود النفسي الأفضل، وذلك في إتجاه مجموعة الاناث.

من خلال ما سبق يتبين تحقق الفرض كليا فقد أوضحت النتائج، وجود فروق بين الذكور، والإناث في الوجود النفسي الأفضل لصالح الإناث.

ويرجع الباحثان تلك الفروق بينهما إلى أن الإناث أصبحن يتمتعن ببكل الجوانب الإيجابية ويحصلن على ما يريدن من أجل التفوق وتحقيق النجاح خاصة في اثبات النفس وقد ظهر ذلك بوضوح من خلال النتائج السابقة.

وتتفق تلك النتيجة مع نتائج دراسة (Vinayak, Judge, 2018) والتى أشارت إلى أن الفتيات أكثر تعاطفًا ومرونة من الأولاد.

كما أن الإناث يقومن بعدة أدوار حياتية وبمستويات متفاوتة من الكفاءة والتي تتضمن الكثير من التوقعات المرتفعة والمتطلبات لإرضاء الآخرين من الذين يحيطون بهم فى المجتمع كالأقارب والأصدقاء والجيران، بالإضافة إلى تمتعهم بمستوى عالٍ من الطموح مما قد يجعلهم على درجة أعلى من التى يتمتع بها الذكور من الوجود النفسي، هذا بالإضافة إلى رغباتهم الفعالة في المشاركة في الحياة بشتى مجالاتها وأن يكون لهم دور بارز وفعال في المجتمع وساعدهم على ذلك الفكر المتطور الذى ساعد على إشراكهم فى الحياة والتأكيد على دورهم الفعال في المجتمع.

٤- نتائج الفرض الرابع:

والذي ينص علي :"توجد فروق ذات دلالة إحصائيًا بين متوسطات درجات الوجود النفسي الأفضل، وأبعاده ترجع إلي التخصص (علمي-أدبي) لصالح التخصص العلمي".

وللتحقق من صحة الفرض الرابع تم استخدام اختبار " ت " للمجموعتين المستقلتين ، للتعرف على تأثير التخصص (علمي – أدبي) على الوجود النفسي الأفضل ، والجدول التالي يوضح تلك النتائج

جدول (١٦)

نتائج اختبار ت لمتوسطات درجات مجموعتي (العلمي، والأدبي) في الوجود النفسي الأفضل، وأبعاده لدى المتفوقين دراسيًا بالمرحلة الثانوية (ن= ١٢٠)

أبعاد المقياس	المجموعة	العدد	المتوسط	الانحراف المعيارى	درجات الحرية	قيمة ت	مستوى الدلالة
العلاقات الاجتماعية	أدبي علمي	٦٠ ٦٠	٢٥,٧٠ ٣٢,١٥	٣,٣٣ ٤,٦٨	١١٨	٨,٦٩	٠,٠١
تقبل الذات	أدبي علمي	٦٠ ٦٠	٢٦,٨٨ ٣٠,٢٠	٣,١٦ ٤,٢٢	١١٨	٤,٨٦	٠,٠١
النمو الشخصي	أدبي علمي	٦٠ ٦٠	٢٦,٤٦ ٣٠,٦٦	٤,٣٤ ٤,١٦	١١٨	٥,٤١	٠,٠١
الدرجة الكلية	أدبي علمي	٦٠ ٦٠	٧٩,٠٥ ٩٣,٠١	١٠,١٥ ١٢,٢٩	١١٨	٦,٧٨	٠,٠١

قيمة ت الجدولية عند مستوى دلالة ٠,٠١ =٢,٦٢ وعند مستوى ٠,٠٥ = ١,٩٨

يتضح من الجدول السابق رقم (١٦):

- تزايد قيم متوسطات مجموعة البنات على متوسطات مجموعة العلمي ، الأدبي على مقياس الوجود النفسي الأفضل وأبعاده.

وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات مجموعتي (العلمي، والأدبي) على مقياس الوجود النفسي الأفضل، وذلك في اتجاه مجموعة العلمي .

من خلال ما سبق يتبين تحقق الفرض كليًا فقد أوضحت النتائج، وجود فروق بين العلمي، والأدبي في الوجود النفسي الأفضل لصالح العلمي، ويرجع الباحثان تلك الفروق بينهما إلى أن ومن حيث تأثير متغير التخصص (علمي – أدبي).

ويفسر الباحثان وجود فروق في الوجود النفسي الأفضل ترجع درجة التفوق (العلمي– الأدبي)، ولصالح طلاب العلمي حيث أنهم يتطلعون دائمًا إلى تحقيق الأفضل بعكس طلاب الادبي الذين يدركون أنهم لم يحققوا شيئًامثل طلاب العلمي وبالتالي فهم أقل شعورًا بالوجود النفسيي الأفضل.

ويفسر الباحثان أيضًا وجود فروق في الوجود النفسي الأفضل ترجع لاختلاف التخصص الدراسي (علمي– أدبي)، ولصالح طلاب التخصص العلمي حيث أن الدراسة في التخصص

العلمي أكثر أهمية منها في التخصص الأدبي، كما أن طلاب التخصص الأدبي أقل إدراكا للحياة وللمستقبل، ومن ثم فهم أقل شعورًا بالوجود النفسي الأفضل.

٥- نتائج الفرض الخامس:

والذي ينص علي :"توجد فروق ذات دلالة إحصائيًا بين متوسطات درجات الإفصاح عن الذات، وأبعاده ترجع إلي النوع (ذكور-إناث) لصالح الذكور".

وللتحقق من صحة الفرض الخامس تم استخدام اختبار " ت " للمجموعتين المستقلتين للتعرف على تاثير النوع (ذكور – إناث) على درجة الإفصاح عن الذات، وأبعاده ، والجدول التالي يوضح تلك النتائج

جدول (١٧)

نتائج اختبار ت لمتوسطات درجات مجموعتى (الذكور، والإناث) في الإفصاح عن الذات ، وأبعاده لدى المتفوقين دراسيًا بالمرحلة الثانوية (ن= ١٢٠)

أبعاد المقياس	المجموعة	العدد	المتوسط	الانحراف المعيارى	درجات الحرية	قيمة ت	مستوى الدلالة
الأمور الشخصية	إناث	٦٠	١٣,٣٠	١,٧٤	١١٨	١٣,٧٥	٠,٠١
	ذكور	٦٠	١٨,١٦	٢,١١			
الأمور الدراسية	إناث	٦٠	١٤,٢٨	١,٩٥	١١٨	٨,٧٧	٠,٠١
	ذكور	٦٠	١٧,٤٠	١,٩٣			
الأمور الاجتماعية	إناث	٦٠	١٤,٣٦	١,٩٨	١١٨	٧,٢٠	٠,٠١
	ذكور	٦٠	١٧,٢٥	٢,٣٨			
الإتجاهات والآراء	إناث	٦٠	١٣,٧٥	٢,٣١	١١٨	٨,١١	٠,٠١
	ذكور	٦٠	١٧,٤٠	٢,٦٠			
المقياس ككل	إناث	٦٠	٥٥,٧	٧,٧٢	١١٨	٩,٦٠	٠,٠١
	ذكور	٦٠	٧٠,٢٢	٨,٨١			

قيمة ت الجدولية عند مستوى دلالة ٠,٠١ =٢,٦٢ وعند مستوى ٠,٠٥ = ١,٩٨

-

- تزايد قيم متوسطات مجموعة الذكور على متوسطات مجموعة الاناث على مقياس الإفصاح عن الذات وأبعاده.
- وجود فروق ذات دلالة بين متوسطات مجموعتي (الذكور والإناث) في الإفصاح عن الذات وذلك في إتجاه مجموعة الذكور .

من خلال ما سبق يتبين تحقق الفرض كليًا فقد أوضحت النتائج، وجود فروق بين الذكور، والإناث في الإفصاح عن الذات لصالح الذكور.

وتتفق تلك النتيجة مع درسة عبد الرحمن سليمان النملة (٢٠١٦) والتي أشارت إلي وجود فروق بين الذكور والإناث فى الإفصاح عن الذات

وتختلف تلك النتيجة جزئيًا مع نتائج دراسة عبلة محمد الجابر (٢٠٢٠) والتى أشارت إلى وجود فروق بين الذكور والإناث فى الإفصاح عن الذات ولكن في إتجاه الإناث.

هذا ويتميزون الذكور المتفوقون دراسيًا بالقدرة على الاندماج، وتكوين علاقات اجتماعية مع الآخرين بسهولة، كما أنهم محبين للقراءة والاطلاع المستمر، ويتميزون بسمة القيادة بين أقرانهم، يحاولون حل المشكلات باستمرار ، فهم يتميزون عن غيرهم بقدراتهم المختلفة، وبشخصيتهم المستقرة ،من أجل الاستمرار فى التفوق وهذا يساعدهم على التمتع بمستوى مناسب من الطموح مما يجعلهم يتفوقون على أقرانهم العاديين ولعل هذا يدعو إلى مزيد من الاهتمام بتلك الفئة من أجل مساعدتهم على الإبداع والاستمرار في التفوق وتحقيق قدر كبير من النجاح مما يجعلهم أكثر قدرة على الإفصاح عن الإناث.

٦- نتائج الفرض السادس:

والذي ينص علي :"توجد فروق ذات دلالة إحصائيًا بين متوسطات درجات الإفصاح عن الذات، وأبعاده ترجع إلي التخصص (علمي-أدبي) لصالح التخصص الأدبي".

وللتحقق من صحة الفرض السادس تم استخدام اختبار " ت " للمجموعتين المستقلتين للتعرف على تاثير التخصص(علمي – أدبي) على درجة الافصاح عن الذات، وأبعاده ، والجدول التالي يوضح تلك النتائج

جدول (١٨)

نتائج اختبار ت لمتوسطات درجات مجموعتى (العلمي، والأدبي) في الافصاح عن الذات ، وأبعاده لدى المتفوقين دراسيًا بالمرحلة الثانوية (ن= ١٢٠)

أبعاد المقياس	المجموعة	العدد	المتوسط	الانحراف المعيارى	درجات الحرية	قيمة ت	مستوى الدلالة
الأمور الشخصية	أدبي علمي	٦٠ ٦٠	٣٠,٣٥ ٢٤,٠٠	٣,٩٨ ٢,٦٢	١١٨	١٠,٣١	٠,٠١
الأمور الدراسية	أدبي علمي	٦٠ ٦٠	٢٨,٥٠ ٢٥,٢٥	٣,٩١ ٢,٧٧	١١٨	٥,٢٤	٠,٠١
الأمور الاجتماعية	أدبي علمي	٦٠ ٦٠	٢٩,٠٦ ٢٤,٧١	٣,٣٢ ٣,٢٤	١١٨	٧,٢٥	٠,٠١
الاتجاهات والآراء	أدبي علمي	٦٠ ٦٠	٣٠,٣٥ ٢٤,٠٠	٣,٩٨ ٢,٦٢	١١٨	١٠,٣١	٠,٠١
المقياس ككل	أدبي علمي	٦٠ ٦٠	١١٨,٢٦ ٩٧,٩٦	١١,٠١ ٨,٥٤	١١٨	٧,٧٥	٠,٠١

قيمة ت الجدولية عند مستوى دلالة ٠,٠١ =٢,٦٢ وعند مستوى ٠,٠٥ = ١,٩٨

يتضح من الجدول السابق رقم (١٨):

- تزايد قيم متوسطات مجموعة الأدبي على متوسطات مجموعة العلمي على مقياس الافصاح عن الذات وأبعاده.
- وجود فروق ذات دلالة بين متوسطات مجموعتي (العلمي، الادبي) في الافصاح عن الذات وذلك في اتجاه مجموعة الأدبي .

ويفسّر الباحثان وجود فروق في الافصاح عن ترجع لاختلاف التخصص الدراسي (علمي– أدبي)، ولصالح طلاب التخصص الأدبي حيث أن ضغوط وأعباء الدراسة في التخصص العلمي أكثر منها في التخصص الأدبي، ومن ثم فالطالب في التخصص الأدبي يكون أكثر حرية في التعايش في الحياة وفي التواصل مع الأخرين والأفصاح عن الذات

٧- نتائج الفرض السابع:

والذي ينص علي :"توجد فروق ذات دلالة إحصائيًا بين متوسطات درجات احترام الذات، وأبعاده ترجع إلي النوع (ذكور-إناث) لصالح الذكور".

وللتحقق من صحة الفرض الخامس تم استخدام اختبار " ت " للمجموعتين المستقلتين للتعرف على تاثير النوع (ذكور – إناث) على احترام الذات، وأبعاده ، والجدول التالي يوضح تلك النتائج.

جدول (١٩)

نتائج اختبار ت لمتوسطات درجات مجموعتى (الذكور، والإناث) على مقياس احترام الذات وأبعاده لدى المتفوقين دراسيًا بالمرحلة الثانوية (ن= ١٢٠)

أبعاد المقياس	المجموعة	العدد	المتوسط	الانحراف المعيارى	درجات الحرية	قيمة ت	مستوى الدلالة
احترام النفس	إناث	٦٠	٢٦,٥١	٣,٩٠	١١٨	١٠,٩٥	٠,٠١
	ذكور	٦٠	٣٣,٩٥	٣,٥١			
الاستقلالية	إناث	٦٠	٢٦,٤٥	٣,١٥	١١٨	١١,٩٨	٠,٠١
	ذكور	٦٠	٣٨	٤,٩٢			
التلقائية	إناث	٦٠	٢٥,٦٣	٣,٤٧	١١٨	١٥,٣٧	٠,٠١
	ذكور	٦٠	٣٥,٦٣	٣,٦٤			
إدراك الحقيقة	إناث	٦٠	٢٥,١١	٣,٤٩	١١٨	١٥,٢٩	٠,٠١
	ذكور	٦٠	٣٦,٥١	٤,٥٩			
الاهتمام الاجتماعي	إناث	٦٠	٢٦,٢٠	٢,٩١	١١٨	١٤,٣٧	٠,٠١
	ذكور	٦٠	٣٥,٤٨	٤,٠٦			
الدرجة الكلية	إناث	٦٠	١٢٩,٩١	١٦,٢٥	١١٨	١٣,٩٦	٠,٠١
	ذكور	٦٠	١٧٧,٠٨	٢٠,٤٩			

قيمة ت الجدولية عند مستوى دلالة ٠,٠١ =٢,٦٢ وعند مستوى ٠,٠٥ = ١,٩٨

يتضح من الجدول السابق رقم (١٩):

- تزايد قيم متوسطات مجموعة الذكور على متوسطات مجموعة الإناث على مقياس احترام الذات وأبعاده.

وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (٠,٠١) بين متوسطات مجموعتي (الذكور والإناث) في احترام الذات، وأبعاده وذلك في إتجاه مجموعة الذكور .

من خلال ما سبق يتبين تحقق الفرض كليًا فقد أوضحت النتائج، وجود فروق بين الذكور، والإناث في احترام الذات لصالح الذكور.

ويمكن تفسير ذلك كما يلى:

يرجع ذلك إلى أن الذكور يقومون بعدة أدوار حياتية وبمستويات متفاوتة من احترام الذات والتى تتضمن الكثير من التوقعات المرتفعة والمتطلبات لإرضاء الآخرين من الذين يحيطون بهم فى المجتمع كالأقارب والأصدقاء والجيران وزملاء العمل بالإضافة إلى تمتعهم بمستوى عالٍ من الطموح هذا بالإضافة إلى رغباتهم الفعالة فى المشاركة فى الحياة بشتى مجالاتها وأن يكون لهم دور بارز وفعال فى المجتمع وساعدهم على ذلك الفكر المتطور الذى ساعد على إتاحة الفرصة لهم فى الإفصاح عن طموحاتهم ومحاولة تحقيقها. كما أن الذكور بطبيعة الحال يحاولون التمسك بالفرص المتاحة من أجل تحقيق أحلامهم بقدر المستطاع.

وتتفق تلك النتيجة مع نتائج دراسات مع دراسة (Emmanuel, Adom, Josephine & Solomon, 2014) والتى أشارت نتائجها إلى وجود فروق بين الذكور، والإناث فى مستوى احترام الذات ، بينما تختلف مع دراسة ماهى (Mahi, 2020) والتى أشارت إلى عدم وجود فروق بينهما وهذا يدعو إلى المزيد من الدراسات لحسم هذه الإختلافات فى النتائج.

كل هذا يؤكد على أن الفرد الراضي عن ذاته المتقبل لها غالبا ما يكون متفائلا في عمله، وفي فعاليته في الحياة، والتباينات التي تجعله يختلف عن المتشائم، تظهر في كيفية استجابة كل منها في مواجهة خيبة أمل، أو المشكلات التي قد تعترض كل منها، فالمتوافقون يحاولون الاستجابة بنشاط ،ويعملون على صياغة خطط عمل جديدة بالدراسة عن النصيحة ،والمعونة من الآخرين.

٨- **نتائج الفرض الثامن:**

والذي ينص علي :"توجد فروق ذات دلالة إحصائيًا بين متوسطات درجات احترام الذات، وأبعاده ترجع إلي التخصص (علمي-أدبي) لصالح التخصص العلمي".

وللتحقق من صحة الفرض الثامن تم استخدام اختبار " ت " للمجموعتين المستقلتين للتعرف على تاثير التخصص (علمي – أدبي) على احترام الذات، وأبعاده ، والجدول التالي يوضح تلك النتائج

جدول (٢٠)

نتائج اختبار ت لمتوسطات درجات مجموعتى (علمي، ادبي) على مقياس احترام الذات وأبعاده لدى المتفوقين دراسيًا بالمرحلة الثانوية (ن= ١٢٠)

أبعاد المقياس	المجموعة	العدد	المتوسط	الانحراف المعيارى	درجات الحرية	قيمة ت	مستوى الدلالة
احترام النفس	أدبي	٦٠	٣١,٩٨	٣,٧٤	١١٨	١٠,٥٥	٠,٠١
	علمي	٦٠	٣٩,٤٠	٣,٩٤			
الاستقلالية	أدبي	٦٠	٢٢,٦٦	١,٨٠	١١٨	١٧,٦٣	٠,٠١
	علمي	٦٠	٣٠,١١	٢,٧٣			
التلقائية	أدبي	٦٠	٢٣,٠٥	٢,٠٥	١١٨	١٦,٢٣	٠,٠١
	علمي	٦٠	٣٠,٧٦	٣,٠٥			
إدراك الحقيقة	أدبي	٦٠	٢٣,١١	١,٣٩	١١٨	١٥,٥٩	٠,٠١
	علمي	٦٠	٣١,٠٦	٣,٦٩			
الاهتمام الاجتماعي	أدبي	٦٠	٢٢,٦٦	١,٨٠	١١٨	١٧,٦٣	٠,٠١
	علمي	٦٠	٣٠,١١	٢,٧٣			
الدرجة الكلية	أدبي	٦٠	١٢٣,٤٧	٤,٦٩	١١٨	١٩,٥٥	٠,٠١
	علمي	٦٠	١٦١,٤٦	١١,١٤			

قيمة ت الجدولية عند مستوى دلالة ٠,٠١ =٢,٦٢ وعند مستوى ٠,٠٥ = ١,٩٨

يتضح من الجدول السابق رقم (٢٠):

- تزايد قيم متوسطات مجموعة العلمي على متوسطات مجموعة الادبي على مقياس احترام الذات وأبعاده .

وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (٠,٠١) بين متوسطات مجموعتي (العلمي والأدبي) في احترام الذات، وأبعاده وذلك في اتجاه مجموعة العلمي .

ويمكن تفسير ذلك كما يلى:

ويفسر الباحثان وجود فروق في احترام ترجع لاختلاف التخصص الدراسي (علمي- أدبي)، ولصالح طلاب التخصص العلمي حيث أن ضغوط ومتطلبات الدراسة في التخصص العلمي من حضور، والامتحانات الأسبوعية الدورية، بالإضافة إلى كثرة التدريبات العملية، وهي تمثل أعباء كبيرة على طلاب التخصص العلمي، وبالطبع تفوق هذه المتطلبات طلاب التخصص الأدبي مما يشعر طلاب التخصص العلمي بإحترام الذات أكثر نظراً لما يقومون به وما يشعرون به من كثرة الواجبات ويدركون أن لديهم مشسئولية أكثر من غيرهم.

٩- نتائج الفرض التاسع:

والذي ينص علي :"يمكن التنبؤ باحترام الذات من خلال الوجود النفسي الأفضل والإفصاح عن الذات لدى المتفوقين دراسيًا بالمرحلة الثانوية".

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام تحليل الانحدار الخطى بطريقة Inter ، والجدولان (٢١) ، (٢٢) يوضحان تلك النتائج

جدول (٢١)

نسبة مساهمة الوجود النفسي الأفضل والإفصاح عن الذات لدى المتفوقين دراسيًا بالمرحلة الثانوية (ن= ١٢٠)

النموذج(Inter)	R معامل الارتباط	R square نسبة المساهمة	F القيمة الفائية	مستوى الدلالة
الوجود النفسي الأفضل والإفصاح عن الذات	٠,٦١٠	٠,٣٧٢	٣٤,٦١	٠,٠١

يتضح من الجدول (٢١) أن المتغيرات المستقلة (الوجود النفسي الأفضل، الإفصاح عن الذات) لدى عينة الدراسة يفسر ما نسبته (٣٧,٢ %) من التباين الحاصل فى متغير احترام الذات لدى عينة الدراسة.

ولاختبار العلاقة فى حال الانحدار المتعدد يتم الاعتماد على القيمة الفائية (٣٤,٦١) ، وهى دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠١)

جدول (٢٢)

نتائج تحليل الانحدار للوجود النفسي، والإفصاح عن الذات فى التنبؤ باحترام الذات لدى عينة الدراسة (ن= ١٢٠)

المتغير التابع	المتغير المستقلة	Beta معامل بيتا	قيمة ت	مستوى الدلالة
احترام الذات	الثابت	٧١,٤٢		
	الوجود النفسي الأفضل	٠,٩٢	٨,٢٩	٠,٠١
	الإفصاح عن الذات	١,٩٢	٧,٨١	٠,٠١

يتضح من الجدول (٢٢) وجود تأثير دال إحصائيًا عند مستوى دلالة (٠,٠١) للمتغيرات المستقلة وهو درجات الوجود النفسي الأفضل والإفصاح عن الذات على المتغير التابع (احترام الذات لدى عينة الدراسة) أي أنهما منبئان لإحترام الذات.

ومن الجدول يمكن صياغة معادلة التنبؤ على النحو التالى :

الدرجة الكلية لاحترام الذات لدى عينة الدراسة =٧١,٤٢+ (٠,٩٢× الوجود النفسي الأفضل) +(١,٩٢ × الإفصاح عن الذات).

تشير معادلة التنبؤ إلى أنه كلما ارتفعت قيم الإفصاح عن الذات والوجود النفسي الأفضل لدى الطلاب المتفوقين دراسيًا فإن مستوى احترام الذات يرتفع لديهم.

يتضح من النتائج السابقة أنه يمكن التنبؤ باحترام الذات من خلال الإفصاح عن الذات والوجود النفسي الأفضل ، وذلك لأن احترام الذات يساعد الطالب على تحديد أهدافه، وتحقيقها، كما أن الطموح يجعل الطالب مستقر نفسيا قادرًا على تكوين علاقات اجتماعية ناجحة ،وينظر للحياة نظرة إيجابية، ويكون لديه كفاءة كبيرة فى جميع مجالات الحياة، وتعد المرحلة الثانوية من أصعب المراحل لأن لديهم كثير من التطلعات والطموح فمنهم من يتبع أساليب سوية فى تحقيق طموحاته.

كما أن الفرد الذى يتسم باحترام ذات مرتفع يملك وجهة نظر إيجابية وإتجاهات قوية ومرونة فى التخطيط لأهدافه وكذلك تتصف خططه بالواقعية وأن يتبع الجدية فى تنفيذ هذه الخطط.

ويمكن تفسير ذلك بأن الإفصاح عن الذات والوجود النفسي لأفضل، يساعدان الطالب على تحقيق ذاته، ويعطيه الثقة بالنفس، ويكتسب من خلاله الكثير من المهارات التى يحتاجها، وتساعده فى التكيف مع المواقف الجديدة، والدراسة عن كل ما هو جديد.

كما يزداد مستوى احترام الذات بنمو خبرات الفرد الخاصة حول المواقف والمحن التى يتعرض لها الفرد وطرق مواجهتها والتصدى لها والتحلي بالصمود أمام هذه المواقف إلى أن يصل الي استعادة مستوى التوازن النفسى (وحيد مصطفى كامل، ٢٠٠٤: ١٨).

توصيات الدراسة ومقترحاتها:

فى ضوء إجراءات الدراسة الحالية وما توصل إليه الباحثان من نتائج وما قدماه من تفسيرات وما وجهما من صعوبات خلال تطبيق إجراءات الدراسة فإنهما تقترحان بعض التوصيات التربوية الاتية :

١. ينبغي الاهتمام بالأنشطة الطلابية بين طلاب المرحلة الثانوية كنوع من التشجيع على تحسين تقدير الذات ، مستوى الطموح ، دافعية الإنجاز.
٢. ينبغى العمل على وضع برامج تساعد على تنمية احترام الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية من العاديين ، والمتفوقين دراسيًا.
٣. المشاركة فى البرامج الإرشادية العلمية القائمة على تنمية مستوى الوجود النفسي الأفضل من أجل الوصول بأداء أفضل ومتميز للطالب بالمرحلة الثانوية.
٤. دراسة العلاقة بين احترام الذات ومستوى الطموح والمسئولية الاجتماعية لطلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسيًا.
٥. دراسة العلاقة بين الإفصاح عن الذات والمساندة الاجتماعية المدركة لدى طلاب المرحلة الثانوية.
٦. مدى فاعلية برنامج إرشادي قائم علي احترام الذات فى خفض المشكلات الاجتماعية، والانفعالية لدى المتفوقين دراسيًا بالمرحلة الثانوية.

المراجع:

أولًا المراجع العربية:

- أحمد محمد الزغبي(٢٠٠٥). *مشكلات الأطفال النفسية والسلوكية والدراسية*، دمشق: دار الفكر للنشر والتوزيع.
- ألطاف أحمد الأشول (٢٠١٣). المشكلات التي يعاني منها الموهوبون والمتفوقون في مدرسة الميثاق،*المجلة العربية لتطوير التفوق*،٤(٦)،١٠٩-١٣٦.
- أمال جودة (٢٠٠٧). الذكاء الانفعالي وعلاقته بالسعادة والثقة بالنفس لدى طلبة جامعة الأقصى، *مجلة جامعة النجاح للأبحاث والعلوم الإنسانية*،٣(٢١)، ٦٩٧- ٧٣٨.
- آمال عبد السميع باظة (٢٠٠٣). *سيكولوجيه غير العاديين*، القاهرة : مكتبه الأنجلو المصرية.
- جمال عبد الفتاح العساف، وأيمن سليمان مزاهرة (٢٠١٠). *مهارات الحياة*، الشارقة، اثراء للنشر والتوزيع.
- جودت شاكر محمود (٢٠١٣). *الاتصال في علم النفس*، عمان : دار الصفاء.
- حكيمة باكيني (٢٠١٧). تقدير الذات وعلاقته بالتوافق النفسي لدى المراهق الموهوب، *رسالة ماجستير*، كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية، جامعة الشهيد حمه لخضر بالوادي.
- خالد خليل الشيخلي (٢٠٠٥). *الأطفال الموهوبون والمتفوقون (أساليب اكتشافهم وطرائق رعايتهم)*، الإمارات : دار الكتاب الجامعي.
- خالد علي صالح العمري (٢٠١٣). كشف الذات وعلاقته بالشعور بالوحدة والاعراض الاكتئابية لدى عينة من طلبة جامعة اليرموك، *رسالة دكتوراه*، كلية التربية، جامعة اليرموك، الاردن.
- رانجيت سينج مالهي، روبرت دبليو ريزنر(٢٠٠٥). *تعزيز تقدير الذات*، ترجمة مكتبة جرير،السعودية: مكتبة جرير.
- زهيه حمزاوي (٢٠١٧). صوره الجسد عند المراهق المتمدرس وعلاقتها بتقدير الذات، *رساله ماجستير*، كلية العلوم الاجتماعية ، جامعه وهران.

- زينب محمود شقير (٢٠٠٥). *الاكتشاف المبكر والتشخيص التكاملي لغير العاديين*، القاهرة : مكتبه الانجلو المصرية.
- زينب محمود شقير (٢٠١٠). *دليل المعلم والوالدين لتشخيص المتفوق والموهوب والمبدع*، ط٢، القاهرة : دار الكتاب الحديث.
- سعاد سليمان، باسم الدحاحة (٢٠٠٦). مستوى كشف الذات لدى طلبة جامعة السلطان قابوس في ضوء بعض المتغيرات الديمغرافية، *مجلة العلوم التربوية*، كلية التربية، جامعة قطر، ٢(٤): ١-٤٩.
- شعبان رضوان (٢٠٠٦).دور المساندة الاجتماعية في الإفصاح عن الذات والتوجه الاجتماعي – لدى الفصاميين والاكتئابيين، *مجلة دراسات نفسية*،١٦(٣)، ٦٥-١٢٢.
- شيماء مقيرحي (٢٠١٨). علاقه دافعيه التعلم ومستوي الطموح بتقدير الذات لدى التلاميذ المتفوقين دراسيًا بالمرحلة الثانوية، *رساله ماجستير*، كليه العلوم الاجتماعية والإنسانية، جامعه الشهيد حمه لخضر.
- طاهر سعد حسن عمار (٢٠٢٠). الوجود النفسي الممتلئ للأطفال وعلاقته باضطرابات السلوك لديهم، *مجلة الإرشاد النفسي*، كلية التربية، جامعة عين شمس، ٦٢(١) ، ١٧٣ – ٢٠٨.
- طاهر سعد عمار (٢٠١٢). الوجود النفسي الممتلئ وعلاقته بالاكتئاب لدى الشباب : دراسة تنبؤية، *مجلة الإرشاد النفسي*، كلية التربية، جامعة عين شمس، ٥٣ (١) ٤٥٧ – ٤٨٦.
- طريف شوقي فرج (٢٠٠٢). *توكيد الذات، مدخل لتنمية الكفاءة الشخصية*، القاهرة: دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع.
- عادل عبدالله محمد (٢٠٠٥). *سيكولوجيه الموهبة*، القاهرة : دار الرشاد.
- عامر محمد حسن (٢٠٠٢) التوافق النفسي وعلاقته بمعنى الحياة لدى المراهقين من الجنسين، *رسالة ماجستير*، كلية التربية، جامعة عين شمس.

- عايده محمد العطا (٢٠١٤). تقدير الذات وعلاقته بالمستوي الاجتماعي الاقتصادي والتحصيل الدراسي لدي طلاب و طالبات الصف الثاني للمرحلة الثانوية ، *رساله ماجستير*، كلية الدراسات العليا، جامعه السودان للعلوم والتكنولوجيا.
- عبد الله سعد الرشود، (٢٠٠٧). التخطيط لتفصيل دور الإرشاد والطلاب في اكتشاف الطلاب الموهوبين ورعايتهم في المملكة العربية السعودية. *مجلة بحوث التربية النوعية*، كلية التربية النوعية، جامعة المنصورة، ١٠(٣): ٣-٣٣.
- عبد الرحمن سليمان النملة (٢٠١٦). الإفصاح عن الذات، وعلاقته بكل من المساندة الاجتماعية ووجهة الضبط لدى طلاب وطالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، *رسالة دكتوراه*، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية.
- عبد الرحمن سيد سليمان (٢٠٠٤). *المتفوقون عقليًا، خصائصهم اكتشافهم رعايتهم، مشكلاتهم*، القاهرة : مكتبة زهراء الشرق.
- عبد اللطيف محمد خليفة (٢٠٠٠). *الدافعية للإنجاز*، القاهرة : دار غريب.
- عبد المطلب أمين القريطي (٢٠٠٥). *سيكولوجية ذوي الاحتياجات الخاصة وتربيتهم*، القاهرة: دار الفكر العربي.
- عبد المطلب أمين القريطي (٢٠١٣). *إرشاد ذوي الاحتياجات الخاصة وأسرهم*، القاهرة : عالم الكتاب.
- عبلة محمد الجابر مرتضي صغير (٢٠٢٠). الإفصاح عن الذات وعلاقته بأنماط التعلق وبعض المتغيرات الديموجرافية لدي طلبة المرحلة الثانوية، *دراسات تربوية ونفسية*، كلية التربية، جامعة الزقازيق ، ١٠٨، ٢٢١-٢٧٣.
- علاء الدين كفافي (٢٠٠٣). *مهارات الاتصال والتفاعل في عمليتي التعليم والتعلم*، عمان : دار الفكر.
- فاطمة أحمد العابد (٢٠١٥). *استراتيجيات في تنميه الذكاء لدي الأطفال الموهوبين*، عمان: دار أمجد للنشر والتوزيع.

- فتحي عبد الرحمن جروان (٢٠٠٢). *أساليب الكشف عن الموهوبين والمتفوقين ورعايتهم*،عمان، الأردن: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.
- الفرحاتى السيد الفرحاتى ،هاني أبوالخير الشربيني (٢٠٠٥). علاقة مهارات ما وراء المعرفة بأهداف الإنجاز وأسلوب غزو الفشل لدى طلاب الجامعة، *مجلة مركز التطوير الجامعي*، جامعة عين شمس، ١(٦) ، ١٢٢-١٥٥.
- فطيمه الزهراء بو جلال (٢٠١٥). مستوي الطموح وعلاقته بدافعيه الإنجاز لدي المتفوقين من تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، *رسالة ماجستير*، كليه العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعه اكلي محند اولحاج.
- فؤاد عيد الخوالدة، مصطفي نوري القمش (٢٠١٥). *التربية الخاصة للموهوبين*، القاهرة : مكتبة زهراء الشرق.
- كريم خلف الشمري، رياض رحال حسن(٢٠١٣). عوامل التفوق الدراسي لدي طلبه المرحلة الثانوية، *مجلة كلية التربية للإناث*،٢٤(٤)، ١١٤٤-١١٤٧.
- لطيفة الشعلان، (٢٠١٠). الإفصاح عن الذات لدى ذوي الاضطرابات العصابية في ضوء نموذج العوامل الخمسة الكبرى للشخصية دراسة على المراجعين للعيادات الخارجية لمجمع الأمل للصحة النفسية ومستشفى القوات المسلحة بالرياض، *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، ٢٠(٦٦) : ٣١١- ٣٧٠.
- محمد الدسوقي عبد العزيز الشافعي (٢٠١٣). فاعلية الذات وعلاقتها بالصمود النفسي لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة بغزة، *مجلة كلية التربية*، جامعة طنطا، ٥١، ١٥٨- ١٨٥.
- محمد السيد عبد الرحمن (١٩٩٨). *دراسات في الصحة النفسية*، القاهرة: دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع.
- محمد رمضان عبداللطيف (٢٠١٢).الإفصاح عن الذات وعلاقته بالاكتئاب وفاعلية برنامج للتدريب على الإفصاح عن الذات في خفض الاكتئاب لدى الأزواج ، *المجلة كلية التربية*، جامعة سوهاج، ٣٢(١٢)، ٣٢٣- ٣٥٩.

- محمد شحاته ربيع (٢٠١٣). *علم نفس الشخصية*، عمان : دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.
- محمد عاطف غيث (٢٠٠٦). *قاموس علم الاجتماع*، الإسكندرية : دار المعرفة الجامعية.
- محمود آمان (٢٠١٣). مركزية الذات ووجهة الضبط والحالة المزاجية لدى الأطفال المساء معاملتهم، *مجلة الطفولة العربية*، الجمعية الكويتية لتقدم الطفولة، ٤(١٥) :٣- ٧٠.
- نجوى إبراهيم عبد المنعم (٢٠١٠). *الرضا عن الحياة*، المؤتمر السنوي الخامس عشر، مركز الإرشاد النفسي جامعة عين شمس.
- نسمة كمال الدين، وخضر محتمر أبو زيد، إيمان صلاح الدين (٢٠١٨). فاعلية برنامج تدريبي لتنمية مهارات الذكاء الوجداني في ضوء نموذج Goleman لدى عينة من الطلاب المتفوقين ذوي الذكاء الوجداني المنخفض بالمرحلة الثانوية، *مجلة كلية التربية*، جامعة أسيوط، ٣٤ (٥)،٣٠٠-٣٣٨.
- وحيد مصطفي كامل (٢٠٠٤). علاقة تقدير الذات بالقلق الاجتماعي لدى الأطفال ضعاف السمع، *مجلة دراسات نفسية*، ١٤(١)،٧ -٨٠.
- يحيي صلاح ماضي (٢٠١١). *المتفوقون وتنمية مهارات التفكير في الرياضات*،عمان: دار ديبونو للنشر والتوزيع.
- يسرية علي محمود (٢٠٠٠). أراء في تعليم الطلاب الموهوبين في مصر في ضوء الإتجاهات العالمية المعاصرة. *مجلة المؤتمر القومي للموهوبين*، (٣)، ١١٥- ١٢٤.
- يوسف موسى مقدادي (٢٠١٥). التفكير الخلقي وعلاقته بالوجود النفسي الممتلئ والسلوك الاجتماعي الإيجابي. *المجلة الأردنية في العلوم التربوية*،١١(٤) ٢٦٩- ٢٨٤.

ثانيًا المراجع الأجنبية :

- Audet, C. T. (2011). Client perspectives of therapist self-disclosure: Violating boundaries or removing barriers?. *Counselling Psychology Quarterly*, *24*(2), 85-100.
- Ayyash-Abdo, H., & Alamuddin, R. (2007). Predictors of subjective well-being among college youth in Lebanon. The Journal of social psychology, *147*(3), 265-284.
- Baldwin, S. A., & Hoffmann, J. P. (2002). The dynamics of self-respect: A growth-curve analysis. *Journal of youth and adolescence*, *31*(2), 101-113.
- Bottrill, S., Pistrang, N., Barker, C., & Worrell, M. (2010). The use of therapist self-disclosure: Clinical psychology trainees' experiences. **Psychotherapy Research**, *20*(2), 165-180.
- Burt, C. H., Simons, R. L., & Simons, L. G. (2006). A longitudinal test of the effects of parenting and the stability of self-control: negative evidence for the general theory of crime. *Criminology*, *44*(2), 353-396.
- Carlson, C., Uppal, S., & Prosser, E. C. (2000). Ethnic differences in processes contributing to the self-respect of early adolescent girls. *The Journal of Early Adolescence*, *20*(1), 44-67.
- Clark, B. (2002). *Growing up gifted: developing the potential of children at home and at school* (5ed.), U.S. Macmillan publishing Company.
- Colangelo, N., & Davis, G. A. (2002). *Handbook on gifted education.* Allyn & Bacon, 75 Arlington St., Suite 300, Boston, MA 02116.
- Cross, T. (2017). *Suicide among gifted children and adolescents: Understanding the suicidal mind*. Sourcebooks, Inc.
- Cvencek, D., Fryberg, S. A., Covarrubias, R., & Meltzoff, A. N. (2018). Self-concepts, self-respect, and academic achievement of minority and majority north American elementary school children. *Child development*, *89*(4), 1099-1109.
- DeHart, T., Pelham, B. W., & Tennen, H. (2006). What lies beneath: Parenting style and implicit self-respect. *Journal of experimental social psychology*, *42*(1), 1-17.
- DuBois, D. L., Lockerd, E. M., Reach, K., & Parra, G. R. (2003). Effective strategies for respect-enhancement: What do young

adolescents have to say?. *The Journal of Early Adolescence*, *23*(4), 405-434.

- Emmanuel, A. O.; Adom, E. A.; Josephine, B. & Solomon, F. K. (2014). Achievement Motivation, academic Self-Concept and academic achievement, among Secondary School students, *European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences*, 2(2), 247-256.
- Erol, R., Y. & Orth,U.(2011). self-respect Development From Age 14 to 30 Years : A Longitudinal Study, *Journal of Personality and Social Psychology*,101 (3),607-619.
- Farber, B. A. (2003). Self-disclosure in psychotherapy practice and supervision: An introduction. New York The Guilford Press.
- Fava, G. A., & Tomba, E. (2009). Increasing psychological well-being and resilience by psychotherapeutic methods. *Journal of personality*, *77*(6), 1903-1934.
- Gonnerman Jr, M. E., Parker, C. P., Lavine, H., & Huff, J. (2000). The relationship between self-discrepancies and affective states: The moderating roles of self-monitoring and standpoints on the self. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *26*(7), 810-819.
- Hook, M. K., Gerstein, L. H., Detterich, L., & Gridley, B. (2003). How close are we? Measuring intimacy and examining gender differences. *Journal of Counseling & Development*, *81*(4), 462-472.
- Jourard , S. M. (1971): *Self-Disclosure, An Experminted analysis of the transparent self* , New York , John Wiley & Sons , Inc.
- Kahn, J. H., & Hessling, R. M. (2001). Measuring the tendency to conceal versus disclose psychological distress. *Journal of Social and Clinical Psychology*, *20*(1), 41-65.
- Kigotho, L. W. (2016). Barriers faced by students with hearing impairment in inclusive learning environment, a case of the University of Nairobi (*Doctoral dissertation*), University of Nairobi).
- Kling, K. C. ;& Hyde, J. S. (1999). Gender differences in selfrespect: A metaanalysis**,** *Psychological Bulletin***,** 125(4), 470-500.
- Kruger, K. (2005). *Relationship and relational mutuality as predictors of well-being and six constructs of well-being*. Tennessee State University.

- Leung, L. (2002). Loneliness, self-disclosure, and ICQ (" I seek you") use. *CyberPsychology & Behavior*, *5*(3), 241-251.
- Li, C. J., Lin, P. C., & Hsiu, H. L. (2011). The relationships among adult attachment, social self-efficacy, distress self-disclosure, loneliness and depression of college students with romance. *Bulletin of Educational Psychology*.
- Liddle, I., & Carter, G. F. (2015). Emotional and psychological well-being in children: the development and validation of the Stirling Children's Well-being Scale. *Educational Psychology in Practice*, *31*(2), 174-185.
- Lyubomirsky, S., Sheldon, K. M., & Schkade, D. (2005). Pursuing happiness: The architecture of sustainable change. *Review of general psychology*, *9*(2), 111-131.
- Mahi, S. (2020). Educational Aspiration of Secondary School Students In Relation to Their Self Concept, *Indian Journal of Positive Psychology*, *7*(1), 141-175.
- Mann, M. M., Hosman, C. M., Schaalma, H. P., & De Vries, N. K. (2004). Self-respect in a broad-spectrum approach for mental health promotion. *Health education research*, *19*(4), 357-372.
- Martinez, J. A. (2004). Predictors of psychological well-being: Stress, coping strategy, and self-monitoring **M.S**., California State University.
- Morgan, B. (1999). Building self-respect through family relationships **(***Doctoral dissertation,* Talbot School of Theology, Biola University).
- Panchal, S., Mukherjee, S., & Kumar, U. (2016). Optimism in relation to well-being, resilience, and perceived stress. *International journal of education and psychological research*, *5*(2), 1-6.
- Pandyaswargo, A. H., Abe, N., & Fransiscus, Y. (2015). Objective and Subjective Measurements for Development and Well-being: Some Perspectives from a Bottom-up Study in Indonesia. **Global** *Environmental Research*, 207-216.
- Pierce, J. L., & Gardner, D. G. (2004). Self-respect within the work and organizational context: A review of the organization-based self-respect literature. *Journal of management*, *30*(5), 591-622.
- Rhodes, J., Roffman, J., Reddy, R., & Fredriksen, K. (2004). Changes in self-respect during the middle school years: A latent growth

curve study of individual and contextual influences. *Journal of school psychology, 42*(3), 243-261.

- Rowatt, W. C., Cunninghan, M. R., & Druen, P. B. (1998). Deception to get a date. *Personality and Social Psychology Bulletin, 24*(11), 1228-1242.
- Ryff, C. D., Love, G. D., Urry, H. L., Muller, D., Rosenkranz, M. A., Friedman, E. M., ... & Singer, B. (2006). Psychological well-being and ill-being: do they have distinct or mirrored biological correlates**?.** *Psychotherapy and psychosomatics*, *75*(2), 85-95.
- Seiler, W. J., & Beall, M. L. (2005). *Communication: making connections.* Pearson/Allyn & Bacon.
- Sparrevohn, R. M., & Rapee, R. M. (2009). Self-disclosure, emotional expression and intimacy within romantic relationships of people with social phobia. *Behaviour Research and Therapy*, *47*(12), 1074-1078.
- Stillman, T. F., Tice, D. M., Fincham, F. D., & Lambert, N. M. (2009). The psychological presence of family improves self-control. *Journal of Social and Clinical Psychology*, *28*(4), 498-529.
- Sweezy, M. (2005). Not confidential: Therapist considerations in self-disclosure. *Smith College Studies in Social Work, 75*(1), 81-91.
- Topcu, S., & Leana-Tascılar, M. Z. (2018). The role of motivation and self-respect in the academic achievement of Turkish gifted students. *Gifted Education International, 34*(1), 3-18.
- Twenge, J. M.; & Crocker, J. (2002). Race and self-respect**,** *Psychological Bulletin*, 128(3), 371-408.
- Vinayak, S., & Judge, J. (2018). Resilience and empathy as predictors of psychological wellbeing among adolescents. *International Journal of Health Sciences and Research, 8*(4), 192-200.
- Vohs, K. D.; & Heatherton , T. F. (2001). Self-respect and threats to self: Implications for selfconstruals and interpersonal perceptions , *Journal of Personality and Social Psychology***,** 81(8) , 1103-1118.
- Waldeck, J., Durante, C., Helmuth, B., & Marcia, B. (2012). Communication in a changing world: Contemporary perspectives on business communication competence. *Journal of Education for Business, 87*(4), 230-240.

- Waring, E. M., & Chelune, G. J. (2003). Marital intimacy and self-disclosure. **Journal of clinical psychology**, *39*(2), 183-190.
- Wood, A. M., & Joseph, S. (2010). The absence of positive psychological (eudemonic) well-being as a risk factor for depression: A ten year cohort study. *Journal of affective disorders*, *122*(3), 213-217.

Abstract

"Better psychological presence and self-disclosure as predictors of self-respect for outstanding academically secondary school students"

The present study aimed to identify better psychological existence and self-disclosure in their relationship to self-respect among outstanding academically secondary school students, and to determine whether there are differences in better psychological existence, self-disclosure and self-respect due to the gender variable (males - females) at the secondary stage, **The study sample consists of** (120) male and female students from the secondary stage of the educational park administration in Alexandria governorate for the academic year (2020-2021) by (60) males and (60) females, **The study used** the best psychological presence scale, the self-disclosure scale, and the self-esteem scale prepared by the researchers, **The results revealed** the existence of a significant correlation between the best psychological presence and self-esteem of the high school students, and the presence of a significant correlation between self-disclosure and self-esteem among high school students, and statistically significant differences were found between males and females on the scale of the best psychological presence in favor of females. And there were statistically significant differences between the scientific and literary specialization on the scale of psychological presence in favor of the scientific specialization, and there were statistically significant differences between males and females on the scale of self-disclosure in favor of males, And there were statistically significant differences between the scientific and literary specialization on the scale of self-disclosure in favor of the literary specialization, and there were statistically significant differences between males and females on the scale of self-esteem in favor of males, and there were statistically significant differences between the scientific and literary specialization on the scale of self-esteem in favor of the scientific specialization. In addition to the findings, the results indicated the possibility of predicting self-esteem through better psychological presence and self-disclosure among the academically outstanding students in secondary school.

Keywords:

Better psychological presence - Self-disclosure - Self-respect - Outstanding academically - Secondary school students.