تقدير الذات والسلوك التوكيدي والعلاقة بينهما لدى تلاميذ وتلميذات المرحلة المتوسطة بمدينه مكة المكرمة في المملكة العربية السعودية

إعداد

أ/ صالح علي احمد القرني
مشرف التوجيه والارشاد بوزارة التعليم

د. مفاوري عبد الحميد مرزوق
جامعة الملك عبد العزيز

الملخص

هدف البحث إلى التعرف على العلاقة بين تقدير الذات و السلوك التوكيدي لدى تلاميذ وتلميذات المرحلة المتوسطة، كما هدف إلى التعرف على الفروق في تقدير الذات والسلوك التوكيدي بين تلاميذ وتلميذات المرحلة المتوسطة بمدينه مكة المكرمة في المملكة العربية السعودية وقد استخدم الباحثان المنهج الوصفي تبعاً لفروض البحث. وبلغت عينة للبحث (١٢٠) تلميذا و (١٢٠) تلميذة، من تلاميذ الصف الثالث من المرحلة المتوسطة بمكة المكرمة، وطبق عليها مقياس لتقدير الذات، ومقياس للسلوك التوكيدي. وقد أسفرت نتائج البحث، إلى وجد فروق في السلوك التوكيدي بين التلاميذ والتلميذات لصالح عند مستوي دلاله (٠,٠٥)، كمتا تشير النتائج إلى وجد فروق في تقدير الذات بين التلاميذ والتلميذات لصالح الذكور عند مستوى دلالة(٠,٠١)، كما تشير النتائج الى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين تقدير الذات والسلوك التو كيدي عند مستوى الدلالة (٠,٠١). وأوصى الباحثان بعدد من التوصيات منها، إعداد البرامج الإرشادية لتنمية تقدير الذات وتحسين السلوك التوكيدي لدى التلاميذ في مراحل عمرية مختلفة وخاصة لدى الإناث، كما أوصى الباحثان بالاهتمام بالعوامل التي ترفع من تقدير الذات لدي الإناث، كما أوصى بتقديم الإرشادات للوالدين والمعلمين حول الاهتمام بالسلوك التو كيدي وتقدير الذات لدى الأبناء، وانتهت الدراسة باقتراح بعض الابحاث التي اثارتها الدراسة الحالية.

الكلمات المفتاحية: السلوك التوكيدي، تقدير الذات، المرحلة المتوسطة.

ABSTRACT

This research aimed to identify the relationship between self-esteem and assertive behavior of among intermediate male and female school students. It also aimed to identify the differences in self-esteem and the assertive behavior among the students. The research subject used consisted of (120) male and (120) female third grade students in Makkah. The researchers administered self-esteem scale and assertive behavior scale. The research results showed that there was significant positive relationship between self-esteem and assertive

behavior among the study subjects. They have also concluded that there were differences in self-esteem and assertive behavior between male and female students in favour of male students.
Key words: Self-esteem, Assertive behavior, Intermediate stage

المقدمة :

لقد اهتم المربون وعلماء النفس، منذ مدة طويلة بالجوانب النفسية للمراهقة، وكان الدافع إلى هذا الاهتمام الواسع بمرحلة المراهقة، هو ضرورة فهمها، وما يزال هناك ما يشير إلى أننا لم نفهم هذه الفئة من الأعمار، فهماً جيداً حتى الآن، وخاصة أولئك الناس الذين يعدون مسؤلين عن مساعدة المراهقين كالآباء والمدرسين والمرشدين (منصور، وآخرون ١٩٨٩م: ٤٥).

وقد ذكر(زهران، ٢٠٠١م: ٤٣٥ -٤٣٧) إن من حاجات المراهقين الأساسية، الحاجة إلى تقدير الذات والحاجة إلى تأكيد الذات، ويرى أن إشباع حاجات المراهق يؤدي إلى الاطمئنان والثقة بالذات.

وتقدير الذات له تأثير عميق على جميع جوانب حياتنا، فهو يؤثر على مستوى أدائنا في العمل، وعلى الطريقة التي نتفاعل بها مع الناس، وفي قدرتنا على التأثير على الآخرين، وعلى مستوى صحتنا النفسية، (مالهي و ريزنر، ٢٠١٠م:٧).

لذلك فإن تقدير الذات هو شرط أساسي من شروط السلوك المثمر، والبناء بوجه عام، فأداؤنا يكون أفضل في كل شيء نفعله عندما نعتبر أنفسنا أهلاً لأن ننجز ما بدأنا فيه وجديرين بالنجاح، ونشعر في هذه الحالة بأننا ذوو شأن وأهمية(مالهي وريزنر، ٢٠١٠م:٧).

ومن ناحية أخرى فأن أسلوب توكيد الذات، وهو إحدى الوسائل السلوكية الإجرائية المستخدمة في معالجة عدم الثقة عند الأفراد بأنفسهم، وشعورهم بعدم اللياقة، والخجل و الانسحاب من المواقف الاجتماعية(الفسفوس، ٢٠٠٦م:٤٥).

كما أن توكيد الذات، يتضمن التعبير عن المشاعر، والأفكار، والمعتقدات، والآراء الشخصية، وكذلك الحفاظ على الحقوق، والدفاع عنها بطريقة واضحة ومباشرة، دون إيذاء الآخر أو

التقليل من شأنه، وهذا لا شك أنه ينعكس على نظرة الفرد لذاته وتقديره لها على أنها ذات فاعلية (طه، ١٩٩٣م: ٢٣٨ -٢٣٩).

ومن هذا ا نستطيع القول أن الشخص التوكيدي والشخص المقدر لذاته يشتركان، في تقدير وتوكيد الذات معا وأنهما يحظيان بالاحترام من قبل الآخرين.

مشكلة البحث أسئلتها :

يعد تقدير الذات أمرا ضروريا من أجل سلامة الإنسان من الناحية النفسية، إضافة إلى كونه ضرورة عاطفية، فبدون وجود قدر معين من تقدير الذات، تكون الحياة شاقة ومؤلمة إلى حد كبير، مع عدم إشباع كثير من الحاجات الأساسية(ماكاى وفانينج، ٢٠١٠م: ١).

كما تعد التوكيدية من أهم المهارات اللازمة للتعامل الفعال مع الأخر، لذلك فانخفاضها يؤدي للعديد من المشكلات، التي يعاني منها الفرد ويعانى منها المجتمع(فرج، ١٩٩٨م:٨٠).

ويرى الباحثانون أن السلوك التوكيدي، كأحد المهارات الاجتماعية التي يمارسها الفرد يزيد من تقديره لذاته، حيث يشعره بالإيجابية تجاه نفسه والآخرين، ولذلك يكون الفرد المؤكد لذاته، أكثر نجاحاً في مواقف التفاعل الاجتماعي، مما ينعكس على شعوره بالإيجابية تجاه ذاته(الشناوي، ١٩٩٦م: ٣٥٩ -٣٦٥).

وحيث إن الباحثانين لم يجدا في حدود علمهما دراسة واحدة ، في البيئة السعودية تناولت الفروق بين الذكور والإناث ، في السلوك التو كيدي و تقدير الذات والعلاقة بينهما ، **وهذا يقودنا إلى التساؤلات التالية :**

١- هل توجد فروق في السلوك التوكيدي بين التلاميذ والتلميذات في المرحلة المتوسطة؟

٢- هل توجد فروق في تقدير الذات بين التلاميذ والتلميذات في المرحلة المتوسطة ؟

٣- هل توجد علاقة بين تقدير الذات و السلوك التو كيدي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة؟

وعليه تم صياغة الأسئلة في التالي:

١- هل توجد فروق في السلوك التوكيدي بين التلاميذ والتلميذات في المرحلة المتوسطة؟

٢- هل توجد فروق في تقدير الذات بين التلاميذ والتلميذات في المرحلة المتوسطة؟

٣- هل توجد علاقة بين تقدير الذات و السلوك التو كيدي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة؟

أهداف الدراسة

١- التعرف على الفروق في السلوك التوكيدي بين تلاميذ وتلميذات المرحلة المتوسطة

٢- التعرف على الفروق في تقدير الذات بين تلاميذ وتلميذات المرحلة المتوسطة.

٣- التعرف على العلاقة بين تقدير الذات و السلوك التو كيدي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة.

أهمية الدراسة :

أ - الأهمية النظرية:

تستمد أهمية البحث أولا من أهمية المرحلة العمرية، والتعليمية لعينة الدراسة حيث تمثل مرحلة المراهقة المبكرة أهمية كبيرة لاكتمال النضج فسيولوجيا، ونفسيا، واجتماعيا.

كما أن المرحلة المتوسطة تسهم في بلورة الشخصية، للمراهق حيث يعد التفاعل الاجتماعي السائد، في هذه المرحلة هو الأقرب إلى التفاعل، في الواقع المعاش والمستقبلي.

وتعتبر هذه المرحلة بيئة جديدة، في حياتهم تتطلب مهارات اجتماعية، مثل السلوك التوكيدي، وشخصية مثل تقدير الذات، من أجل إحداث التوافق داخل هذه الحياة.

طبيعة الظاهرة وهي السلوك ألتوكيدي وعلاقته بتقدير الذات، حيث أخذت حيزاً كبيراً من اهتمام البحوث والدراسات الأجنبية، في حين أن هذا الموضوع لم ينل الاهتمام الكافي بعد، في الدراسات العربية، ولم تتم دراسته في البيئة السعودية، وكذلك الفروق بين الذكور والإناث.

وإثراء التراث النفسي بموضوع مهم يتعلق بالفروق بين الجنسين، في السلوك التوكيدي وبتقدير الذات والعلاقة بينهما، وخاصة في مرحلة المراهقة المبكرة.

ب - الأهمية التطبيقية:

بما أن السلوك التو كيدي و تقدير الذات من الأبعاد الهامة في شخصية الفرد لذلك فإن نتائج البحث ستفيد في إعداد البرامج الإرشادية لتنمية تقدير الذات وتحسين السلوك

التوكيدي، لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة ومراحل عمرية أخرى.

كما تفيد في تقديم الإرشادات للوالدين والمعلمين، حول الاهتمام بالسلوك التو كيدي و تقدير الذات، لدى الأبناء في مرحلة المراهقة.

مصطلحات البحث:

أولاً: تقدير الذات Self- Esteem:

ستتبني الدراسة تعريف(حسين الدريني وآخرون، ب -ت:٣) حيث يعرف تقدير الذات بأنه تقييم يضعه الفرد لنفسه ويعمل على المحافظة عليه، حيث يتضمن تقدير الذات اتجاهات الفرد الايجابية أو السلبية نحو ذاته

ثانياً: السلوك التوكيدي Assertive Behavior:

ستتبني الدراسة تعريف (الرميح، ١٤٢٢ه:٢٤) حيث يعرف السلوك التوكيدي بأنه عبارة عن مهارة اجتماعية، تمكن الفرد من الدفاع عن الحقوق الشخصية، والتعبير عن الآراء، والمشاعر الإيجابية(الموافقة، والمدح) والسلبية(المخالفة، والعتاب) بصدق وبتلقائية، ورفض مطالب وضغوط الآخرين غير المنطقية، وعدم التردد في المطلب، والمبادأة والاستمرار والإنهاء في العلاقات الشخصية، والتفاعل الاجتماعي بصورة إيجابية، كل ذلك في إطار من الحكمة، والالتزام بالقيم والمعايير الاجتماعية والأخلاقية.

حدود البحث:

الحدود الموضوعية: تقدير الذات والسلوك التوكيدي والعلاقة بينهما لدى تلاميذ وتلميذات المرحلة المتوسطة والفروق في تقدير الذات والسلوك التوكيدي بين التلاميذ والتلميذات.

الحدود المكانية: مدينة بحرة.

الحدود الزمانية: الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي ١٤٣٢ / ١٤٣٣هـ.

الاطار النظري

اولا : مفهوم تقدير الذاتSelf- Esteem :

يعد تقدير الذات أمراً ضرورياً من أجل سلامة الإنسان من الناحية النفسية، إضافة إلى

كونه ضرورة عاطفية، فبدون وجود قدر معين من تقدير الذات، فمن الممكن أن تكون الحياة شاقة، ومؤلمة، إلى حد كبير، مع عدم إشباع كثير من الحاجات الأساسية(ماكاى وفانينج، ٢٠١٠م: ١).

وتقدير الذات يحتل مكانة محورية لدى علماء النفس والصحة النفسية، فهو مفهوم محوري يمكن من خلاله الكشف عن السواء وعدم السواء، وعن الطاقات الكامنة، وعن الإحباط أيضاً، فارتفاع مستواه يعني أن يمضي الإنسان بطاقاته الخلاقة إلى الأمام، وانخفاض مستواه يعني انحسار الإمكانيات والطاقة داخل الذات وظهور الأعراض المرضية(عيد، ٢٠٠٢: ١٤٦).

لذلك تعددت التعريفات التي قدمها العلماء لتقدير الذات وذلك حسب مدارسهم واتجاهاتهم حيث يشير كوبر سميث، (Cooper-smith 1967)، إلى تقدير الذات بأنه تقييم يضعه الفرد لنفسه وبنفسه ويعمل على المحافظة عليه ويتضمن تقدير الذات اتجاهات الفرد الإيجابية أو السلبية نحو ذاته، كما يوضح مدى اعتقاد الفرد بأنه قادر وهام وناجح وكفء أي أن تقدير الذات هو حكم الفرد على درجه كفاءته الشخصية كما يعبر عن اتجاهات الفرد نحو نفسه ومعتقداته عنها، وهكذا يكون تقدير الذات بمثابة خبرة ذاتية ينقلها الفرد إلى الآخرين باستخدام الأساليب التعبيرية المختلفة (في محمد، ٢٠١٠ م:٧٦).

ويمكن تعريف تقدير الذات بصورة شاملة على أنه تقييم المرء الكلي لذاته، إما بطريقة إيجابية، وإما بطريقة سلبية، وهو يشير إلى مدى إيمان المرء بنفسه وبأهليتها وقدرتها واستحقاقها للحياة، وببساطة، فتقدير الذات هو في الأساس شعور المرء بكفاءة ذاته وبقيمتها (مالهي وريزن، ٢٠١٠م:٢).

ويري(الدريني وآخرون، د، ت:٣) أن تقدير الذات هو حاجة كل فرد إلى أن يكوُن رأياً طيبا عن نفسه، وعن احترام الآخرين له، وإلى الشعور بالجدارة وتجنب الرفض أو النبذ أو عدم الاستحسان.

ويري الباحثان، مما سبق أن تقدير الذات، هو الفكرة التي يدركها الفرد عن نفسه

بالاستحسان أو الاستهجان، وهو التقييم الذي يضعه الفرد لنفسه، والذي يتضمن اتجاهات الرفض أو القبول للذات، وعن مدى اعتقاده بأنه ناجح وقادر وله قيمة، ومدى شعور الفرد بأهمية نفسه واحترامه لها في ضوء، عدة عوامل هامة، تؤثر في تقدير الفرد لذاته، منها ما يتعلق بالفرد نفسه، مثل استعداداته، وقدراته، والفرص الذي يستطيع أن يستغلها، بما يحقق له الفائدة، ومنها ما يتعلق بالأفراد الذين يتعامل من خلالهم.

وعلى ذلك يتفق التعريف الذي يتبناه الباحثان، مع كلً من تعريف كوبرسميث، وتعريف روزنبرج، وهو أن تقدير الذات تقييم يضعه الفرد لنفسه، وبنفسه، ويعمل على المحافظة عليه، ويتضمن تقدير الذات اتجاهات الفرد الإيجابية، أو السلبية، نحو ذاته، كما يتفقان، في أن تقدير الفرد لذاته قد يكون منخفضا، أو مرتفعاً، ونتيجة لمكانة تقدير الذات عن علماء النفس فقد تم توضيح مكوناته في الفقرة التالية.

أهمية تقدير الذات:

لقد وهب الله عز وجل الفرد المقدرة على معرفة ذاته، والقدرة على وضعها في الموضع اللائق بها، إذ أن جهل الإنسان بقدراته يجعله يقيم ذاته تقيما خاطئًاً، فأما أن يعطيها أكثر مما تستحق، فيثقل كاهلها، وإما أن يزدري ذاته ويقلل من قيمتها فيسقط نفسه، حيث إن الشعور السيئ عن النفس، له تأثير كبير في تدمير الايجابيات التي يملكها الفرد، فالمشاعر والأحاسيس الايجابية التي نملكها تجاه أنفسنا هي التي تكسبنا الشخصية القوية المتميزة، وعلى النقيض فالمشاعر والأحاسيس السلبية تجعلنا سلبيين خاملين، إذ إن عطاءنا وإنتاجنا يتأثر سلبا و إيجابا بتقديرنا لذواتنا(الخواجة، ٢٠١٠: ١٤).

ويعتبر تقدير الذات حجر الزاوية، في الشخصية لذلك فوظيفته الأساسية هي السعي لتكامل واتساق الشخصية، فهو يسعي إلى وحدة وتماسك الشخصية، و يميز الفرد عن غيره، وتتجلى أهميته في كونه يحدد السلوك الإنساني(الظاهر، ٢٠٠٤م: ٧).

كما يعتبر تقدير الذات من أهم العوامل المؤثرة في حياة الفرد، فهو الدافع للوصول التأكيد الذات وتحقيق النجاحات الشخصية، وهو يشكل بعدا هاما من أبعاد الشخصية، لذلك أشار كوفمان، أن تقدير الذات يرتبط إيجابياً ببعض الأبعاد الشخصية، كالدخل،

والمكانة الاجتماعية (شعيب، ١٩٨٨: ١٣٦)

وقد أشار عدد من الدراسات في هذا البحث، إلى ارتباط تقدير الذات المنخفض، بكلً من الشعور بالوحدة النفسية، كما في دراسة (عابد، ٢٠٠٢)، والحاجة النفسية كما في دراسة (العتيبي، ٢٠٠٦)، وبالشعور بالألم كما في دراسة (zivrorov) ، 2007، كذلك زيادة مشكلات المراهقين كما في دراسة (زبيدة، ٢٠٠٧)، وبالتفاؤل والتشاؤم كما في دراسة (القبيسي، ١٤٢٨)، والشعور بالحرمان الأموي كما في دراسة (الزبيدي، ٢٠٠٩).

وبناء على ما تقدم يري الباحثان أن تقدير الذات، له تأثير عميق على جميع جوانب حياتنا، من حيث الكيفية، التي نؤدي بها في مواقع العمل، والطريقة التي نتعامل بها مع الناس، وقدرتنا على التأثير على الآخرين، ومستوى سلامتنا من الناحية النفسية، كما يعتبر شرط أساسي من شروط السلوك المثمر، والبناء، ولذلك يمكن القول إنه من أهم العوامل المؤثرة في حياة الفرد، فهو الدافع للوصول الى تأكيد الذات، وتحقيق النجاحات الشخصية، وحتى لا يحدث خلط بين تقدير الذات، ومفهوم الذات، سوف نوضح بعض الاختلافات بين المفهومين، والتي أشار إليها علماء النفس، في الفقرة التالية.

خصائص تقدير الذات:

١) تقدير الذات ظاهرة تقييميه أو ذاتية، و هو يمثل أدراك المرء لكفاءة ذاته وقيمتها بناءً على الأفكار، و المعتقدات الداخلية، والرسائل إلى تنتقل إليه من قبل الأشخاص المهمين في حياته.

٢) تقدير الذات سمة متغيرة، تكون خاضعة على نحو دائم للمؤثرات الداخلية والخارجية، وتقدير الذات يتنوع تبعا للمواقف والأوقات، كما إن تقدير المرء لذاته يمكن إن يتنوع يومياً من خلال التجارب والمشاعر السارة وغير السارة.

٣) تقدير الذات متعدد الأبعاد، بمعني أن مشاعر الكفاءة الذاتية، وقيمة الذات تنبع من الكفاءات المتنوعة التي يظهرها الناس، في أبعاد أو جوانب مختلفة، وهناك ثلاث إبعاد مختلفة لتقدير الذات وهي، المظهر المادي (التقدير الذاتي للذات، وأداء المهام)، وتقدير

الذات فيما يتعلق بأدائها، والعلاقات الاجتماعية، والتقدير الاجتماعي للذات.

٤) تقدير الذات يتحدد في الطريقة التي نتصرف، ونتحدث بها، ونرتدي ملابسنا بها (مالهي وريزنر، ٢٠٠٧م، ٢٨).

المكونات الأساسية لتقدير الذات:

إن تقدير الذات له مكونان أساسيان وهما كما يلي:

١ - الكفاءة الذاتية: وهي تمتع الفرد بالثقة بالنفس، وإيمانه بأنه قادر على التكيف والتعامل مع التحديات الأساسية في الحياة.

٢ - وقيمة الذات: تعني في الأساس قبول المرء لنفسه، من غير شرط أو قيد، وأن يكون لديه شعور بأنه أهل للحياة، وجدير بأن يبلغ السعادة(مالهي و ريزنر، ٣:٢٠١٠).

ويري الباحثان إن كلا من الكفاءة الذاتية و قيمة الذات، يجعلان المرء يشعر بالرضا عن نفسه، وعلى ذلك سوف يتم توضيح أهمية تقدير الذات، بشكل مفصل في الفقرة التالية.

العوامل التي تؤثر في تكوين تقدير الذات:

هناك نوعان من العوامل المؤدية إلى تكوين تقدير ذات مرتفع أو منخفض وهما:

أ - عوامل تتعلق بالفرد نفسه:

حيث إن درجة تقدير الذات، لدى الفرد تتحدد بقدر خلوه من القلق، أو عدم الاستقرار النفسي، بمعنى أنه إذا كان الفرد متمتعاً بصحة نفسية جيدة، ساعد ذلك على نموه نمواً طبيعياً، ويكون تقديره لذاته مرتفعاً، أما إذا كان الفرد من النوع القلق غير المستقر، فإن فكرته عن ذاته تكون منخفضة، وبالتالي ينخفض تقديره لذاته.

ب - عوامل تتعلق بالبيئة الخارجية:

وهي متصلة بظروف التنشئة الاجتماعية، والظروف التي تربى، ونشأ فيها الفرد، وكذلك نوع التربية (فهمي والقطان، ١٩٧٩: ٧٨).

ويذكر (ماكاى وفانينج، ٢٠١٠م: ٢ -٥) إن هناك مئات من الباحثانين قام بجهود لمعرفة العوامل التي تؤثر في تقدير الفرد لذاته وذكر منها:

١) عوامل ترجع إلى أسلوب الوالدين في تربية الأطفال، خلال السنوات الأولى، مثل

الإسراف في الحماية، القائم على التسلط من قبل الوالدين، والتسلط من الغير والمنافسة مع أخوة أكبر، وإلحاح الوالدين في استثارة غيرة الطفل بمقارنته بأطفال آخرين، والصرامة المفرطة في النظام، وعدم استخدام المدح الاحترام أو التقدير، والمحاباة في الأسرة وانعدام الاستقلال، وطول الاعتمادية على الغير.

٢) عوامل ترجع إلى الظروف التي يتعرض لها الإنسان، في الحياة ، وهي عوامل خارجية، مثل العوامل الثقافية، والنظام الاستبدادي في الأسرة والتربية الاستبدادية في المدارس.

٣) عوامل ترجع إلى الفرد نفسه، كالعيوب الجسمية مثل الإعاقة أو العجز عن الوفاء بالتزامات الدور، أو متطلبات الحياة، من صفات الذكورة أو الأنوثة وصرامة المثل والشعور بالإثم والذنب.

٤) عوامل راجعة إلى أفكار الفرد، حيث أنها تحدد على الدوام قدر ما يمتلكه المرء من تقديره لذاته.

النظريات المفسرة لتقدير الذات:

١. نظرية روز نبرج (Rosenberg Theory، 1966):

تدور أعمال روزنبيرج، حول محاولته دراسة نمو وارتقاء، سلوك تقييم الفرد لذاته، وذلك من خلال المعايير السائدة، في الوسط الاجتماعي المحيط به، وقد اهتم "روزنبيرج"، بصفة خاصة بتقييم المراهقين لذواتهم، ثم كان بعد ذلك اهتمامه أشمل بحيث درس ديناميات تطور صور الذات الإيجابية في مرحلة المراهقة، ثم اهتم بالدور الذي تقوم به الأسرة في نمو تقدير الفرد لذاته ، ومدى تأثيرها على سلوكيات الفرد في المراحل اللاحقة، كما اهتم بالتغيرات التي تحدث في تقدير الذات، في مختلف مراحل العمر(أبو مغلي وآخرون، ٢٠٠٢م:١١٠).

٢. نظرية زيلر (Zeller Theory 1966،):

ينظر (زيلر) الى تقدير الذات، من زاوية نظرية المجال في الشخصية، ويؤكد إن تقييم الذات لا يحدث في معظم الأحيان، إلا في الإطار المرجعي الاجتماعي، ويصف تقدير الذات

بأنه تقدير يقوم به الفرد لذاته، ويلعب دور المتغير الوسيط، أو انه يشغل المنطقة المتوسطة بين الذات والعالم الواقعي، وعلى ذلك فعندما تحدث تغيرات في بيئة الشخص الاجتماعية فإن تقدير الذات هو العامل الذي يحدد نوعية التغيرات التي ستحدث في تقيم لذاته تبعا لذلك(في عبد الواحد و آخرون، ٢٠٠٧م: ٨٨).

٣. نظرية كوبر سميث (Cooper smith Theory 1967):

تمثلت أعمال، كوبر سميث في دراسته لتقدير الذات، عند أطفال ما قبل المدرسة الثانوية، وقد ميز بين نوعين من تقدير الذات هما، تقدير الذات الحقيقي، ويوجد عند الإفراد الذين يشعرون بالفعل أنهم ذوو قيمة، و تقدير الذات الدفاعي، ويوجد عند الأفراد الذين يشعرون أنهم ليسوا ذوي قيمة، ولكنهم لا يستطيعون الاعتراف، بمثل هذا الشعور، والتعامل على أساسه مع أنفسهم، ومع الآخرين، وقد ركز كذلك على خصائص العملية التي تصبح من خلالها مختلف جوانب الظاهرة الاجتماعية (في الخضير، ٢٠٠٠: ٤٦).

ثانيا : السلوك التوكيدي:

مفهوم توكيد الذات:

أن أسلوب توكيد الذات مستمد من وولبي Wolpe، (1958)، و لازاروس Lazarus، (1966)، وهو إحدى الوسائل السلوكية الإجرائية المستخدمة في معالجة الاكتئاب والقلق وعدم الثقة عند الأفراد بأنفسهم، وشعورهم بعدم اللياقة والخجل والانسحاب من المواقف الاجتماعية، وعدم القدرة على تعبير الفرد عن مشاعره وأفكاره واتجاهاته أمام الآخرين (الفسفوس، ٢٠٠٦م:٤٥).

ويشير مفهوم توكيد الذات إلى خاصية تبين أنها تميز الأشخاص الناجحين من وجهتي نظر الصحة النفسية، والفاعلية في العلاقات الاجتماعية وأول من أشار إلى هذا المفهوم، العالم الأمريكي سالتر Salter، (1949)، أي أنها تتوافر في البعض فيكون توكيدياً في مختلف المواقف وقد لا تتوافر في البعض الآخر فيصبح سلبياً، وعاجزاً عن تأكيد نفسه في المواقف الاجتماعية المختلفة (باترسون، ١٩٨١: ٢٧٠).

و يزخر التراث السيكولوجي بتعدد تعريفات السلوك التوكيدي، ويعد تعريف Wolpe،

(1958) من أقدم التعريفات في هذا المجال، وهو يشير إلى زيادة السلوك العدواني بدرجة أو بأخرى، وأيضاً التعبير الخارجي عن المشاعر الودية، وغير ذلك من مشاعر عدم القلق، وقد عدل Wolpe، من تعريفه عام (1973)، حيث عرف التوكيدية بأنها القدرة على التعبير الملائم عن أي انفعال تجاه أي شخص آخر فيما عدا القلق (في فرج، ١٩٩٨م:٥٢).

ثم توالت تعريفات السلوك التوكيدي، بعد ذلك ومنها تعريف لازاروس الذي جمع فئات متنوعة للاستجابة التوكيدية، وهي القدرة على قول لا، وطلب خدمة من الآخرين، والتعبير عن المشاعر الايجابية والسلبية، وبدء الاستمرار في المحادثة وإنهاءها (في محمد، ٢٠٠٥: ١٦).

كذلك يعرف السلوك التوكيدي، بأنه ذلك السلوك الذي يمكنا من التصرف بالطريقة التي تحقق مصالحنا و أن ندافع عن أنفسنا و أن نعبر عن مشاعرنا بطريقة صريحة و أن نمارس حقوقنا الشخصية بدون أن ننكر حقوق الآخرين، و بدون الإضرار بذواتنا وفي غير تعارض مع القيم و المعايير و الاتجاهات السائدة (الخليفي، ٢٠٠٦ م:٢٩).

ويشير(عبد العزيز وهدية، ٢٠٠٠: ٢٠) إلى إن السلوك التوكيدي هو القدرة على التعبير الملائم عن أي انفعال فيما عدا القلق نحو المواقف المختلفة في إطار الالتزام بالمعايير والقيم الاجتماعية.

ومما سبق يري الباحثان أن التوكيدية هي مهارة سلوكية لفظية وغير لفظية، وهي متعلمة ذات فاعلية نسبية، وهي تضمن تعبير الفرد عن مشاعره الإيجابية و السلبية بصورة ملائمة، كما تعد بمثابة وسيلة اتصال تمكن الفرد من التعبير عن مشاعره وأفكاره وآرائه واتجاهاته بحرية وأمانة والدفاع عن حقوقه، والمحافظة عليها مع عدم الاعتداء على حقوق الآخرين، كما أنها توفر للفرد الاتصال المادي، والاجتماعي مع الأصدقاء والعائلة، والأشخاص الآخرين المحيطين بهِ، لذلك فهي تساعد الفرد، على زيادة شعوره بتقديره لذاته، واحترامه لها كما أنها طريقةُ لصحة النفسية والاتزان الانفعالي.

خصائص السلوك التوكيدي:

إن الشخص المؤكد لذاته يتميز بالحرية في الكَشْف عن نفسه وبتلقائية، وذلك من خلال الكلماتِ المفعمة بالمشاعر، كما يتسم بالصراحة واللباقة في التعبير عن مشاعره وآرائه، كما يمكنه الاتصال الملائم والصريح والمباشر والصادق مع الآخرين في كل المستويات، ويكون ذا توجه نشط في الحياة فهو يمضي وراء ما يريده، ولا ينتظر الأشياء لتحدث، بل يحاول أن يجعلها تحدث فهو يقوم بأفعال وليست ردود فعل فقط، ويتصرف بطريقة يحترمها شخصيا، واعيا بأنه لا يستطيع الكسب دائما، لذلك يسعي لان يكون محترما لنفسه سواء كسب أو خسر (الشناوي، ١٩٩٦م: ٣٥٥).

لذلك نجد العديد من المشكلات التي تنتج من انخفاض السلوك التو كيدي، ومنها عجز الفرد عن التكيف النفسي والاجتماعي، حيث يواجه صراعات في العلاقات الشخصية، ويشعر بعدم القدرة والعجز، ويضيع الكثير من الفرص ويشعر بالندم على ذلك، ويشعر بالضغط النفسي، ويكره نفسه والآخرين، ويشعر بالوحدة، ويكون عرضة لسرعة الانفعال والغضب (حمدي وآخرون، ٢٠٠٨ م:٥١٣).

ومما سبق يرى الباحثان إن السلوك التوكيدي ملائم من الناحية الاجتماعية، حيث يراعي الفرد حقوق ومشاعر الآخرين، كما يتميز الفرد ذو السلوك التوكيدي بالقدرة على المبادأة وإنهاء الحديث مع الآخرين، والقدرة على التعبير عن الاختلاف مع الآخرين، كما يمتلك القدرة على التعبير عن الغضب والشكر بطريقة ملائمة، والاعتذار علناً عن الأخطاء التي تصدر منه، ولديه القدرة على تقدير ذاته، ومن هنا كذلك نجد الارتباط بين السلوك التوكيدي وتقدير الذات.

أبعاد السلوك التوكيدي: لقد تناول العديد من الباحثانين أبعاد توكيد الذات، ومنهم لازاروس Lazarus الذي قسم أبعاد السلوك التوكيدي إلى:

١) القدرة على المعارضة والرفض.

٢) القدرة على التعبير عن المشاعر الايجابية و السلبية.

٣) القدرة على طلب معروف أو تنفيذ أعمال محددة.

٤) القدرة على بدء ومواصلة، وإنهاء محادثة عامة (حسين، ٢٠٠٤: ٣٤).

ومما سبق يرى الباحثان أن هناك اتفاقاً على أبعاد السلوك التوكيدي حيث تشمل، قدرة الفرد على الدفاع عن حقوقه الخاصة والتمسك بها والإصرار على ممارستها والقدرة على التعبير عن المشاعر الايجابية أو السلبية، والمهارة في التعبير عن آراء المتفقة أو المخالفة للآخرين، وكل هذا مع احترام حقوق الآخرين وعدم الاعتداء عليهم.

مكونات السلوك التوكيدي:

يختلف الباحثانون في تصنيف مكونات السلوك التوكيدي حيث تقّسم إلى:

أولا: مكونات لفظية، وتعني السلوك اللفظي الذي يعبر عنها الفرد باللغة المنطوقة، حيث تكون العبارات حازمة دون عدائية تعبر عن احتياجات الفرد وآرائه ودفاعه عن حقوقه، وان تكون مباشرة تعكس هدف المتحدث دون مراوغة ودون أن تترك مجالا لحدوث الخلاف، كما أنها تبتعد عن إلقاء اللوم على الشخص الآخر أو توجيه الاتهام له، كما أنها تتضمن الاستخدام السليم، لكلمات التواصل المعبرة عن الانتباه، والإصغاء إثناء قيام الشخص بدور المستمع، إذا هي لغة قوية ولطيفة في الوقت ذاته(الخليفي، ٢٠٠٦: ٤٥).

ثانيا: مكونات غير اللفظية، وهي كل السلوكيات التي لا يعبر عنها باللغة المنطوقة ومن ذلك التعبيرات الوجهية، التي يسميها سالتر الكلام الوجهي الذي يعبر عن المشاعر، دون الكلام، ويشمل الابتسامات والعبوس والتجهم واحمرار العينين والدموع والبلع المسموع والغموض بالعيون (باترسون، ١٩٨١: ٤٢١).

كما يمكن تقسيم مكونات السلوك التوكيدي إلى ثلاث جوانب رئيسية:

الأول، يتضمن التعبيرات الانفعالية، و الاتصال البصري، ومنها مدة النظر واتجاهاته وطريقة، والاتصال البدني وهي المسافة التي تفصل الشخص المتحدث عن المستمع، وتعبيرات الجسم واليدين، وتشمل الوقوف والحركة والجلوس والإشارة واللمس.

الثاني، يمثل استجابة الفرد اللفظية، وهي الفترة التي يتحدث فيها الشخص، وطبيعة

الكلام المسموع من حيث مستوى الصوت والوقفات ومعدل الكلام.

الثالث، الأعراض الفسيولوجية، مثل معدل ضربات القلب(فرج، ١٩٩٨: ٦٢ -٦٣).

أنماط السلوك التوكيدي:

تتعدد أنماط التوكيدية فيمكن تقسيمها حسب الاستجابة السلوكية لثلاثة أقسام:

١) السلوك المساير(غير مؤكد): وهنا يضع الفرد الآخرين قبل نفسه ويراعي احتياجاتهم ومتطلباتهم قبل احتياجاته ومتطلباته.

٢) السلوك العدواني: وهنا بضع يراعي الفرد نفسه ويتجاهل احتياجات الآخرين، بل يتجاهل وجود الآخرين.

٣) السلوك التوكيدي: وهنا يضع الفرد نفسه واحتياجاته في المرتبة الأولى ولكنه يضع الطرف الآخر واحتياجاته في الاعتبار(الخليفي، ٢٠٠٦: ٢٨) و(أبو أسعد، ٢٠٠٩: ١٦٦).

علاقة التوكيد بتقدير الذات:

إن التوكيدية في جوهرها، تبلور مفهوم تقدير الذات عند ماسلو، وذلك باعتبارها، أي التوكيدية، وسيلة تلبي حاجات الفرد إلى الحب والانتماء، فالتوكيدية تعد بمثابة وسيلة اتصال، وتعبير تمكن الفرد من التعبير عن مشاعره، وأفكاره، وآرائه بحرية وأمانة، فهي توفر للفرد الاتصال المادي والاجتماعي، مع الأصدقاء والعائلة والأشخاص الآخرين المحيطين به، كما أنها من ناحية أخرى، تساعد الفرد على زيادة شعوره بتقديره، واحترامه لذاته(عبد الجبار، ٢٠٠٢م: ١٠٠).

كما أن التوكيدية، تتيح للفرد الشعور بالثقة بالنفس، وتزيد من تقدير الفرد لذاته وتساعده في تجنب كثيرٍ من جوانب الإحباط، كما تساعد الفرد في الحصول على تقدير الآخرين له، فتحسن من قدرة الفرد على اتخاذ القرارات المهمة بكفاءة عالية(حسين، ٢٠٠٤ م:١٩).

الدراسات السابقة :

١ - دراسات تناولت العلاقة بين تقدير الذات و توكيد الذات

في دراسة (عبدا لجبار ,٢٠٠٢م) بعنوان العلاقة بين التوكيدية وتحقيق الذات لدى طلاب

الجامعة، حيث تكونت عينة الدراسة من (٢٨٠) طالباً من طلاب الجامعة (١٤٠) ذكور، (١٤٠) إناث، واستخدم مقياس التوكيدية (Rathus,1973) واستخدم امقياس التوجه الشخصي وقياس تحقيق الذات من أعداد(Euerett L, Shostron) وأسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطيه موجبه داله بين التوكيدية وتحقيق الذات ، ووجود فروق دالة بين الذكور والإناث في مستوى التو كيدية ومستوى تحقيق الذات.

وفي دراسة قام بها لين وآخرون (Lin, et al .2004) بعنوان تقييم الأثر المترتب على برنامج التدريب على تأكيد الذات و تقدير الذات لدى طلبة كلية الطب، حيث تكونت عينة الدراسة من (٦٩) طالبا، قسموا إلى المجموعة التجريبية (٣٣ مشارك) والمجموعة الضابطة (٣٦ مشاركا) و طبق مقياس توكيد الذات من إعداد الباحثان و مقياس تقدير الذات من أعداد الباحثان وتلقى المشاركون في المجموعة التجريبية ثماني جلسات بواقع ساعتين من التدريب على تأكيد الذات مرة واحدة في الأسبوع، بعد شهر من نهاية التدريب وبعد التحليل الإحصائي أظهرت النتائج أن المجموعة التجريبية حققت تحسنا ملحوظا في التوكيدية وتقدير الذات.

وفي دراسة تاكاشي وآخرون (Takashi, et al. 2004) بعنوان العلاقة بين تقدير الذات والتدريب على توكيد الذات لدي ممرضات المستشفى اليابانيين، حيث أجريت الدراسة على عينة قوامها (٣١٥) ممرضة وقد طبق عليهم مقياس تقدير الذات لروزنبرخ ، ثم خضعوا لبرنامج تدريبي على السلوك التوكيدي لمدته ستة أشهر وقد أظهرت النتائج ارتفاع درجات تقدير الذات لديهم ناتج من البرنامج التدريب على السلوك التو كيدي.

وفي دراسة سيرف وآخرون (Serife, et al. 2008)، بعنوان تقدير الذات وتأكيد الذات من السنة النهائية التركية لطلاب الجامعات، وقد هدفت إلى معرفة العلاقة بين تقدير الذات وتوكيد الذات حيث أجريت على عينة قوامها (٣٧٢) طالبا حيث طبق عليهم مقياس تقدير الذات لكوبرا سميث وقد أظهرت النتائج وجود علاقة ايجابية بين تقدير الذات وتأكيد الذات كما أظهرت أن الأفراد الذين لديهم سلوك توكيدي أعلى في تقدير الذات.

٢ - دراسات تناولت الفروق بين الجنسين في تقدير الذات :

في دراسة (جيهان العمران ،١٩٩٥م) بعنوان تقدير الذات في ضوء التحصيل الدراسي والمرحلة الدراسية وعمل الأم وبعض المتغيرات الديمغرافية لدى عينة من الطلبة البحرينيين، ،حيث طبقت الدراسة على عينة قوامها (٣٨٠) طالبا وطالبة واستخدم مقياس تقدير الذات من إعداد كوبرا سميث وإشارة النتائج إلى وجود فروق في مستوى تقدير الذات بين الذكور والإناث لصالح الإناث كما وجدت فروق في مستوى تقدير الذات تعزى إلى المرحلة الدراسية لصالح طلاب المرحلة الابتدائية .

كما قام (محمد عبد المختار ،٢٠٠٤م) بدراسة بعنوان العلاقة بين الجمود وتقدير الذات لدى عينة مصرية وعمانية ، وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (١٥١) طالباً وطالبة من جامعتي سوهاج وعمان، واستخدم فيها استبانة الجمود واستبانة تقدير الذات من إعداد الباحثان، وقد أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في درجات تقدير الذات لدى أفراد العينة.

وفي دراسة (أسماء العتيبي ،٢٠٠٦م) بعنوان الحاجات النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى الأطفال المحرومين من الرعاية الو الدية، حيث أجريت الدراسة على عينه قوامها (٣٤٧) طفلا من الذكور والإناث في المرحلة العمرية (٩ -١٢) عاماً وتم استخدام مقياس لويزك لتقدير الذات ومقياس الحاجات النفسية وقد توصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين الحاجات النفسية وتقدير الذات لدى الأطفال المحرومين من الرعاية الوالدية، كما أن هناك فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في مستوى إشباع الحاجات النفسية وفي مستوى تقدير الذات لصالح الذكور،

وفي دراسة زيفور(Zivror,2007) ،بعنوان علاقة تقدير الذات، لدى الطلاب مع العلاقات ،الاجتماعية، والتعليمية ،والألم دراسة وصفية، وقد أجريت الدراسة على (٣٠) طالب كان منهم (١٦) طالبة و (١٤) طالب تراوحت متوسطات أعمارهم بين(١١ -١٥)سنة تم اختيارهم عشوائياً لإجراء الدراسة، استخدمت الدراسة أسلوب قياس مستوى تقدير الذات لدى الطلاب المتشاركين في المجالات العامة والاجتماعية والأكاديمية ،حيث أظهرت نتائج

الدراسة إلى وجود علاقة بين تقدير الذات والمجالات الاجتماعية والأكاديمية ومصادر الألم ،كما أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في تقدير الذات تبعا للعلاقات الاجتماعية و التعليمية ومصادر الألم .

٣ - دراسات تناولت الفروق بين الجنسين في توكيد الذات

وفي دراسة ثيلم وآخرو (Thalma, et al.1987) التي هدفت إلى التعرف على الفروق الفردية بين الذكور والإناث في السلوك التوكيدي حيث طبقت الدراسة على عينة قوامها (٥١) أنثي و(٤١) ذكر من الطلاب في مرحلة المراهقة المتأخرة ، حيث استخدمت إستراتيجية ، لعب الدوار ، واستخدم الباحثانون استبانة توكيد الذات من إعداد الباحثان ، وقد أشارت النتائج إلى وجود فروق في السلوك ألتوكيدي بين الذكور والإناث ،وقد إشارت الدراسة إلى أن السبب في ذلك الاختلاف بين الذكور والإناث في السلوك التوكيدي ، يعود إلى عدة عوامل ومنها العوامل الاجتماعية التي تحيط بالفرد.

وفي دراسة إيسكين (Eskin,2003) بعنوان الفروق بين المراهقين السويديين والتركيين في تأكيد الذات تبعا لاختلاف الثقافة والجنس ، حيث أجريت الدراسة على عينة قوامها (٤٠٦) أنثي و (٢٤٦)من الذكور ، وطبق عليهم مقياس تأكيد الشخصية (FAM) ومقياس توكيد الذات (SIB) ، وقد تم استخدام تحليل التباين لمعرفة الفروق بين المجموعات ، حيث أشارت النتائج إلى إن المراهقين السويديين أكثر توكيدية من المراهقين التركيين وأن الذكور أكثر توكيدية من الإناث ، وقد عزت الدراسة السبب في ذلك إلى اختلاف الثقافة بين البلدين ،كذلك اختلاف التقاليد والتعامل مع الجنسين .

التعليق على الدراسات السابقة:

بعد تأمل الدراسات السابقة يمكن التعقيب عليها كما يلي:

من حيث الأهداف ، نجد مجموعة من الدراسات هدفت إلى معرفة العلاقة بين تقدير الذات والتو كيدية، كما في دراسة (عبدا لجبار ٢٠٠٢م) ،و دراسة (Serife, et al.2008) ، كما هدفت دراسة كلا من ثيلم وآخرون(**Thalma , et al.1987**) ،و دراسة إيسكين

(Eskin,2003) ، إلى التعرف على الفروق الفردية بين الذكور والإناث في السلوك التوكيدي. كما هدفت دراسات اخري إلى إيجاد العلاقة بين تقدير الذات ومتغيرات أخرى وهي التحصيل الدراسي والمرحلة الدراسية والجنس كما في دراسة(العمران، ١٩٩٥م) ،ودراسة (Fairclough , et al. 2005)،وعلاقته بالوحدة النفسية والحاجات النفسية كما في دراسة (عابد،٢٠٠٢) ،ودراسة (العتيبي،٢٠٠٦م)، ودراسة (Zivror,2007) ،ودراسة(جمبي،٢٠٠٨م) ،ودراسة(زبيدة ،٢٠٠٧م)،وعلاقتها مع الجمود كما في دراسة (عبد المختار،٢٠٠٤) ،وعلاقتها بالتفاؤل والتشاؤم كما في دراسة(القبيسي،١٤٢٨م) هدفت مجموعة من الدراسات الى معرفة أثر التدريب التوكيدي على تنمية زيادة تقدير الذات، كما في دراسة الخضير (١٤٢٠هـ) ،ودراسة لين و آخرون **Lin, et al.2004**( ) ،و دراسة (Takashi, et al. 2004)

ومن حيث العينات ، نجد أن مجموعة من الدراسات ،طبقت على فترة المراهقة ومنها دراسة (العمران ١٩٩٥م) ،ودراسة (عابد٢٠٠٢م)،ودراسة (عبد المختار ٢٠٠٤ م) ودراسة (زبيدة ،٢٠٠٧م) ،ودراسة(القبيسي ١٤٢٨ م)،ودراسة (جمبي،٢٠٠٩م)، ودراسة الزبيدي(٢٠٠٩م)،ودراسة (ألغامدي،٢٠٠٩م) ،ودراسة (Orth, et al, 2010)، ودراسته(ألمعبدي ،٢٠١١م)، ودراسة(Poyrazli, et al. 2002)، و دراسة إيسكين (Eskin,2003) ودراسة ثيلم وآخرون **(Thalma, et al.1987)** وكما اختلفت عينات الدراسات الأخرى عن عينة الدراسة الحالية ،حيث طبقت على طلاب الجامعة كما في دراسة الخضير (١٤٢٠هـ) ، و ودراسة لين و آخرون(Lin, et al.2004) و دراسة (Takashi, et al. 2004) ، ودراسة(عبدا لجبار ٢٠٠٢م) ، و دراسة التى قام بها (Serife, et al.2008) ودراسة (Victoria , et al. 2006) ودراسة (الثبيتي٢٠٠٩م) ، وحيث إن الكثير من الدراسات تم تطبيقها على طلاب الجامعات لذلك تعد هذه الدراسة ذات أهمية خاصة لتركيزها على فترة المراهقة المبكرة .

ومن حيث الأدوات ، نجد مجموعة من الدراسات السابقة استخدمت مقياس تقدير الذات من إعداد كوبرا سميث كما في دراسة(العمران ،١٩٩٥م) ،و دراسة (عابد،٢٠٠٢م) ،ودراسة (زبيدة،٢٠٠٧م) ،ودراسة (جمبي،٢٠٠٨م)،ودراسة (Serife, et al. 2008)، وهذا المقياس هو

نفس الاختبار المستخدم في هذه الدراسة، وهو ما يشير إلى كفاءة الاختبار وتوافر الشروط السيكوميترية فيه ،كما استخدم مقياس تقدير الذات لروزنبرخ كما في دراسة Takashi, et al. 2004)،كذلك اتفقت كل من دراسة (الثبيتي،٢٠٠٩م) و دراسة (ألمعبدي ،٢٠١١م)، مع الدراسة الحالية في استخدام مقياس التوكيدية من إعداد الرميح (٢٠٠٢)، واختلفت عنها كل من دراسة(Poyrazli, et al. 2002) حيث استخدمت قائمة رازس لقياس التوكيدية ودراسة (محمد،٢٠٠٥) استخدمت مقياس السلوك التوكيدي لراثوس (١٩٧٣م) **ومن حيث النتائج** ، نجد مجموعة من الدراسات إشارت إلى أهمية التو كيدية في التكيف ، والتوافق النفسي ، والاجتماعي ، كما في دراسة **(Poyrazli, et al. 2002)** وفي عدم الوقوع في مشكلة التعاطي كما في دراسة (محمد ،٢٠٠٥م) ،وفي دراسة (Poyrazli, et al. 2002)، كما أظهرت النتائج ،إن غالبية الدراسات قد استخدمت برامج إرشادية ،على السلوك التوكيدي، لزيادة تقدير الذات، بما يعني أن تنمية مهارات السلوك التوكيدية، تؤدي إلى ارتفاع مستوى تقدير الذات،وهذا يشير إلى أن هناك علاقة ارتباطية موجبة بين تقدير الذات والسلوك التوكيدي ،كما في دراسة الخضير (١٤٢٠هـ)،ودراسة لين وآخرون (**Lin, et al.2004)** و دراسة (Takashi,et al. 2004) ، ودراسة(عبدالجبار،٢٠٠٢م)، و دراسة (Serife, et al.2008)، كما اشارت دراسة كلا من ثيلم وآخرون(**(Thalma, et al.1987)** و دراسة إيسكين (Eskin,2003) الى وجود فروق بين الذكور والإناث في السلوك التوكيدي ، وهو ما تسعى هذه الدراسة إلى بحثه على فترة المراهقة المبكرة.

التعليق على كل محور من المحاور السابق عرضها :

١ - الفروق بين الجنسين في توكيد الذات :أوضحت نتائج الدراسات أن توكيد الذات عند الذكور أعلى من الاناث مثل دراسة لى واخرون Lin, et al 004 ودراسة ايسكين (Eskin,2003)

٢ - العلاقة بين تقدير الذات والسلوك التوكيدي نجد ان جميع الدراسات وجدة علاقة موجبة بين تقدير الذات والسلوك التوكيدي مثل دراسة عادل عبدالجبار ٢٠٠٢م

ودراسة لين واخرون Lin, et al 2004 ودراسة تاكاسي واخرون Takashi, et al. 2004

٣ - الفروق بين الجنسين في تقدير الذات : أوضحت نتائج بعض الدراسات أن تقدير الذات عند الاناث أعلى من الذكور مثل نتائج (جيهان العمران .١٩٩٥) واوضحت نتائج بعض الدراسات ان تقدير الذات عند الذكور اعلى من الاناث مثل دراسة (اسماء العتيبي،٢٠٠٦) وهناك دراسات اسفرت نتائجها الى عدم وجود فروق في تقدير الذات بيم الذكور والاناث مثل دراسة زيفور (zivror,2007)

فروض الدراسة :

١ - توجد فروق في السلوك التوكيدي بين التلاميذ والتلميذات لصالح التلاميذ

٢ - لا توجد فروق في تقدير الذات بين التلاميذ والتلميذات

٣ - توجد علاقة ارتباطيه موجبة بين تقدير الذات والسلوك التو كيدي لدى أفراد العينة.

منهجية البحث

اتبع الباحثان المنهج الوصفي التحليلي، ولذي يعد الأفضل من بين المناهج الأخرى عند القيام بدراسة ظاهرة كما هي في الواقع.

مجتمع البحث: يتكون مجتمع البحث من جميع تلاميذ الصف الثالث متوسط بالمدارس التابعة لإدارة التربية والتعليم بمنطقة مكة المكرمة، بمدينة بحرة ، للعام الدراسي ١٤٣٢ - ١٤٣٣هـ.

عينة البحث: تألفت عينة الدراسة من (١٢٠) تلميذاً، و(١٢٠) تلميذة من تلاميذ المرحلة المتوسطة بمدينة بحرة، في منطقة مكة المكرمة وقد تم اختيار مدرستين بطريقة عشوائية، بحيث تكون أحدهما للذكور و الأخرى للإناث

جدول (١)

توصيف العينة الأساسية حسب النوع

المدرسة	النوع	العدد	الصف	النسبة المئوية
معاذ بن عفراء المتوسطة	ذكور	١٢٠	الثالث متوسط	٥٠ ٪
متوسطة بحرة المجاهدين الأولى	إناث	١٢٠	الثالث متوسط	٥٠ ٪
المجموع		٢٤٠	النسبة الكلية	١٠٠٪

ادوات البحث :

١- **مقياس السلوك التوكيدي (وولبي) :**

ثبات المقياس في البحث الحالي : على الرغم من أن المقياس تم حساب ثباته على البيئة المحلية لكل من (الرميح،١٤٢٢) ، و (المعبدي،١٤٣٢) ، فقد قام الباحثان بحساب ثبات المقياس علي عينة التقنين والتي كان قوامها (٤٠) طالب ، وهي مشابهة لعينة البحث الأصلي من حيث الصف الدراسي ، والمنطقة السكنية ، وقد استخدم الباحثان الطرق التالية للتأكد من ثبات المقياس:

١) طريقة معادلة كيودر وريتشاردسون(٢٠) : وكان مقدار معامل الثبات ، بطريقة معادلة كيودر وريتشاردسون رقم(٢٠) يساوي (٠,٧٨) .

٢) طريقة التجزئة النصفية: حيث بلغ معامل الثبات ، باستخدام طريقة التجزئة النصفية (٠,٩٠٣) .

صدق المقياس في البحث الحالي :على الرغم من أن المقياس تم حساب صدقه على البيئة المحلية لكل من (الرميح،١٤٢٢) ، و (المعبدي،١٤٣٢) ، فقد قام الباحثان بحساب صدق المقياس علي عينة التقنين والتي كان قوامها (٤٠) طالب ، وهي مشابهة لعينة البحث الأصلي من حيث الصف الدراسي ، والمنطقة السكنية ، وقد هدف الباحثان من ذلك لتأكد من مدى ملائمة الصياغة اللفظية ، لعبارات المقياس للبيئة السعودية ، وأن العبارات واضحة ومفهومة للطلاب ، ولا توجد صعوبة في الإجابة عليها.

وقد استخدم الباحثان الصدق المرتبط بالمحك للتأكد من صدق المقياس: حيث قام الباحثان بإيجاد معامل الارتباط (بيرسون) ، مع مقياس راثوس للسلوك التو كيدي (١٩٧٢م) ، والذي طبقه على البيئة السعودية (بداري والشناوي ،١٩٨٧م) ، واستخدمه (العتيبي، ١٩٩٩م) ، كما استخدمه (الشهري،٢٠٠٥م) وكان معامل الارتباط بيرسون بين مقياس راثوس للتوكيدية (١٩٧٢م) ، والمقياس الحالي (٠,٩٣) ، مما يدل على مدى تمتع المقياس بدرجة عالية من الصدق وأن المقياس الحالي يقيس السلوك التوكيدي .

٢- **مقياس تقدير الذات** : تم تطبيق مقياس الدريني وآخرون(د، ت)، لقياس تقدير الذات حيث قام الباحثان بقياس ثباته وصدقة لتأكد من ملائمة لعينة الدراسة الحالية:

ثبات المقياس في البحث الحالي: على الرغم من أن المقياس تم حساب ثباته ، على البيئة المحلية لكل مَن (عابد ، ٢٠٠٢) ، و (جيمي ، ٢٠٠٨) ، فقد قام الباحثان بحساب ثبات المقياس علي عينة التقنين والتي كان قوامها (٤٠) طالب، وهي مشابهة لعينة البحث الأصلي من حيث الصف الدراسي ، والمنطقة السكنية ، حيث استخدم الباحثان الطرق التالية للتأكد من ثبات المقياس:

١) طريقة ألفا كرونباخ : وقد بلغ معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ (٠,٨٦).

٢) طريقة التجزئة النصفية : حيث قام الباحثان بحساب معامل الارتباط بين درجات الأفراد في أسئلة النصف الأول من الاختبار (العبارات من ١ - ١٥) ودرجاتهم في النصف الثاني (العبارات من ١٦ -٣٠) ولقد بلغ معامل الارتباط (٠,٨٩٣).

صدق المقياس في البحث الحالي: على الرغم من أن المقياس تم حساب صدقة ، على البيئة المحلية لكل مَن (عابد ، ٢٠٠٢) ، و (جيمي ، ٢٠٠٨) ، فقد قام الباحثان بحساب صدق المقياس علي عينة التقنين والتي كان قوامها (٤٠) طالب ، وهي مشابهة لعينة البحث الأصلي من حيث الصف الدراسي ، والمنطقة السكنية ، حيث استخدم الباحثان الصدق المرتبط بالمحك: حيث قام الباحثان بإيجاد معامل الارتباط (بيرسون) ، مع مقياس (عبدالله ،١٩٩١ م) لتقدير الذات ، والذي استخدمه ، (الذيابي،١٤٣١هـ) ، و(الشمري، ١٤٣٢م) ،

حيث بلغ معامل الارتباط بيرسون بين مقياس (عبدالله ،١٩٩١م)، والمقياس الحالي (٠,٩٠٥) مما يدل على مدى تمتع المقياس ، بدرجة عالية من الصدق وأن المقياس الحالي يقيس تقدير الذات .

نتائج الدراسة ومناقشتها :

اولا : نتائج الفرض الاول ومناقشته:

ينص الفرض الثالث على أنه " توجد فروق في السلوك التوكيدي بين التلاميذ والتلميذات لصالح التلاميذ ً.ولتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار (ت) لعينتين مستقلتين، لمعرفة الفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة، على مقياس توكيد الذات تبعا لاختلاف الجنس.

جدول (٢)

نتائج استخدام اختبار (ت) لعينتين مستقلتين لمعرفة الفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة على مقياس توكيد الذات تبعا لاختلاف الجنس

النوع	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية	قيمة ت ودلالتها
ذكور	١٢٠	١٨,٢٠٠٠	٤,٥٦٦٢٣	٢٣٨	٢,١٢٥❖
إناث	١٢٠	١٦,٩٥٨٣	٤,٤٨٤١٤		

❖ دالة إحصائيا عند مستوي دلالة ٠,٠٥

تشير نتائج اختبار (ت) لعينتين مستقلتين بالجدول رقم (٢) إلى أن المتوسط الحسابي لعينة الذكور (١٨,٢٠٠٠)، وبانحراف معياري (٤,٥٦٦٢٣)، والمتوسط الحسابي لعينة الإناث (١٦,٩٥٨٣) وبانحراف معياري (٤,٤٨٤١٤)، وكانت قيمة (ت) (٢,١٢٥)، مما يعني وجود فروق دالة إحصائيا في مستوى توكيد الذات، بين الذكور والإناث عند مستوي دلاله (٠,٠٥)، وقد كانت الفروق لصالح المتوسط الأكبر وهو الذكور.

ويعزو الباحثان السبب في ذلك الاختلاف إلى أثر خصائص الفرد، التي تؤثر بشكل مباشر أو غير مباشر في تحديد درجة السلوك التوكيدي، فالفروق في النوع بين الجنسين له دور

كبير في تحديد السلوك التوكيدي.

ويرى الباحثان أن الأمر لا يقتصر على إدراك الطرف الآخر لسلوك الفرد، سواء كان ذكراً أم أنثي ودوره في تقييم هذا السلوك، بل إن إدراكه هو نفسه لسلوكه يتأثر بنوعه، وتكمن أهمية هذا الإدراك التقويمي في أن يجعل الفرد يتجنب أو يمارس هذا الجانب من السلوك أو ذاك، فالمراهقات اللاتي يدركن الاستجابة المؤكدة، التعبير عن المشاعر السلبية على أنها عدوانيه، سيكون لديهن ميل متزايد لكف هذه الاستجابة حين تكون مطلوبة أو مناسبة وقد ينتج عن هذا مقاومتهن لمحاولات تدريبهن على هذا النمط من التعبير مع الرجال وكذلك يعزو الباحثان سبب الاختلافات إلى طبيعة الثقافة السائدة وأساليب التنشئة الاجتماعية، التي تحدد أنماطاً سلوكية معينة (مقبولة أو مرفوضة) لدى كل نوع، وتساهم في ظهور الفروق في السلوك ألتوكيدي بين الجنسين.

وعلى ذلك يرى الباحثان إن السلوك التوكيدي لدي الجنسين يتحدد بخصائص الثقافة في كل مجتمع، حيث تتفاعل مكونات الثقافة وتتعدد و تمارس دوراً هاماً في تشكيل مستوي السلوك التوكيدي، لدى الذكور والإناث من خلال أطراف متعددة هي الأسرة والمدرسة والجماعة المرجعية والنظام السياسي والمؤسسة الدينية، مما يشكل وجود فروق بين الجنسين في مستوى التوكيدية.

كما يعزو الباحثان هذا الاختلاف إلى متغيرات مرتبطة بالسياق التفاعلي للمواقف، حيث تزيد من الفروق بين الذكر والأنثى في التوكيدية، ومن هذه المتغيرات التنشئة الاجتماعية، وهي كل ما يتعرض له الأبناء من أنماط وأساليب تربوية سلوكية من الوالدين والقائمين على عملية التربية، فالمجتمع يحدد طبيعة الجزاء، المكافأة والعقاب، الذي يواجه الممارسات التوكيدية، فبعض السلوكيات التي تتسم بانخفاض التوكيد تدعم حين تصدر من الأنثى في حين تعتبر مشكلة حين يؤديها الذكر، في المقابل فإن السلوك مرتفع التوكيد قد لا يكافأ حين يصدر عن المرأة بل قد يقاومه المجتمع

ثانيا: نتائج الفرض الثاني ومناقشتها:

ينص الفرض الثاني على أنه "لا توجد فروق في تقدير الذات بين التلاميذ والتلميذات "

ولتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار (ت) لعينتين مستقلتين ، وذلك لمعرفة الفروق بين متوسطات درجات افراد العينة على مقياس تقدير الذات تبعا لاختلاف الجنس.

جدول (٣)

نتائج استخدام اختبار (ت) لعينتين مستقلتين لمعرفة الفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة على مقياس تقدير الذات تبعا لاختلاف الجنس.

النوع	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية	قيمة ت ودلالتها
ذكور	١٢٠	٧١,٢٨٣٣	٩,٥٩٠٠٧	٢٣٨	❖٣,١٤٧
إناث	١٢٠	٦٧,٣٥٠٠	٩,٧٧١٠٣		

❖❖ دالة إحصائيا عند مستوي دلالة ٠,٠١

تشير نتائج اختبار (ت) لعينتين مستقلتين بالجدول رقم (٣) إلى أن المتوسط الحسابي لعينة الذكور (٧١,٢٨٣٣)، وبانحراف معياري (٩,٥٩٠٠٧)، والمتوسط الحسابي لعينة الإناث (٦٧,٣٥٠٠)، وبانحراف معياري (٩,٧٧١٠٣)، وكانت قيمة (ت) (٣,١٤٧)، مما يعني وجود فروق دالة إحصائيا في مستوى تقدير الذات بين الذكور والإناث عند مستوى دلالة(٠,٠١)، وقد كانت الفروق لصالح المتوسط الأكبر وهو الذكور .

ويعزو الباحثان السبب في هذه الاختلافات بين الذكور والإناث في تقدير الذات إلى أثر التنشئة الاجتماعية والمعاملة الوالدية، فجميع علماء النفس يتفقون على أن التجارب المبكرة أثناء مرحلة المراهقة يكون لها تأثير كبير في نمو تقدير الذات، فالأسرة هي العامل الأساسي في التنشئة الاجتماعية، فهي تزود الفرد بالمؤشرات المبدئية بخصوص ما إذا كان مقبولا أو غير مقبول محبوبا أو غير محبوب جدير بالثقة أو غير جدير بها، وهذا يؤثر على تكوين صورة الذات وعلى تقدير الذات لدى المراهق والمراهقة.

ولذلك يرى الباحثان أنه في بداية المراهقة يشعر الذكور والإناث بما فيهم من صفات حميدة أو ذميمة ويحكمون عليها بالمقارنة بأصدقائهم، كما يشعرون بدور سمات الشخصية في العلاقات الاجتماعية، ويعطيهم ذلك دافعاً لتحسين شخصياتهم، على أمل

زيادة تقبلهم الاجتماعي، فعند تجاهلهم من قبل الإباء وتفضيل الذكور عليهم، يكون له اثر سلبي حيث يتكون لدى الفتاة تقدير الذات المنخفض.

كما يعزو الباحثان السبب في ارتفاع أو انخفاض تقدير الذات لدى الذكور أو الإناث، إلى الظروف الثقافية والاجتماعية للمجتمع، فنجد أن الأفراد الذين تمت معاملتهم باحترام واهتمام من قبل أشخاص مهمين في حياتهم يكون لديهم قدر مرتفع من تقدير الذات، وعلى ذلك أشارت العديد من الأبحاث إلى أن مستوى تقدير الذات يرتبط بآراء وتقييمات الآخرين لدي كلٍ من الذكر والأنثى، ومن هنا تنشأ الاختلافات في تقدير الذات بين الجنسين .

ومما سبق يرى الباحثان أن بذل الكثير من العناية والحب والاحترام وقبول المشاركة وإبداء الرأي من كل الجنسين، سوف يزيد من ثقة الفرد بنفسه، وهذه الثقة تنعكس بشكل ايجابي على تقدير الذات.

ثالثا : نتائج الفرض الثالث ومناقشتها:

ينص الفرض الأول على أنه " توجد علاقة ارتباطية موجبة بين تقدير الذات والسلوك التو كيدي لدي إفراد العينة "وللتحقق من صحة هذا الفرض، تم استخدام معامل ارتباط بيرسون لمعرفة العلاقة بين درجات أفراد العينة على مقياس تقدير الذات، ودرجاتهم على مقياس السلوك التوكيدي .

جدول (٤)

نتائج استخدام معامل ارتباط بيرسون لمعرفة العلاقة بين درجات أفراد العينة على مقياس تقدير الذات ودرجاتهم على مقياس التوكيدية.

المتغيرات	النوع	معامل الارتباط
تقدير الذات والسلوك التوكيدي	ذكور	٠,٨٦٣❖❖
تقدير الذات والسلوك التوكيدي	اناث	٠,٧٢٦❖❖

❖❖ دال إحصائيا عند مستوي دلالة ٠,٠١

ويظهر من الجدول (٤) أن معامل الارتباط بين تقدير الذات والسلوك التوكيدي عند

الذكور (٠,٨٦٣)، وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (٠,٠١).

كما يظهر من الجدول (١) أن معامل الارتباط بين تقدير الذات والسلوك التوكيدي عند الإناث (٠,٧٢٦)، وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (٠,٠١).

وعلى ذلك يرى الباحثان أن السلوك التوكيدي، كأحد المهارات الاجتماعية التي يمارسها الفرد، يزيد من تقديره لذاته، حيث يشعره بالإيجابية تجاه نفسه والآخرين، ولقد أشارت نتائج بعض الدراسات، إلى أن هناك علاقة ارتباطية موجبة بين كل من السلوك التوكيدي و تقدير الذات، وبذلك من المتوقع أن يكون الفرد المؤكد لذاته أكثر نجاحاً في مواقف التفاعل الاجتماعي، مما ينعكس بالتالي على شعوره بالإيجابية تجاه ذاته.

كما يؤكد الباحثان على أهمية تقدير الذات في بنا سلوك ايجابي توكيدي للفرد، في جميع مراحل العمر وخاصة في فترة المراهقة.

التوصيات:

١ - في ضوء ما أسفر عنه البحث الحالي من نتائج، فإن الباحثان يقترح عددا من التوصيات يمكن إجمالها فيما يلي:

١) إعداد برامج إرشادية، لتنمية تقدير الذات لدى التلاميذ والتلميذات، في المرحلة المتوسطة.

٢) إعداد برامج إرشادية، لتنمية السلوك التو كيدي لدى التلاميذ والتلميذات، في المرحلة المتوسطة.

٣) تقديم الاهتمام والرعاية، لتلاميذ المرحلة المتوسطة، نحو تكوين مفهوم إيجابي عن تقدير الذات.

٤) تقديم الاهتمام والرعاية، لتلاميذ المرحلة المتوسطة، نحو تكوين مفهوم إيجابي عن السلوك التو كيدي.

٥) دعم المناهج الدراسية، في المرحلة المتوسطة، بموضوعات تتضمن أهمية، وتأثير مفهوم تقدير الذات عند التلاميذ.

٦) دعم المناهج الدراسية، في المرحلة المتوسطة، بموضوعات تتضمن أهمية، وتأثير مفهوم السلوك التوكيدي عند التلاميذ.

٧) حث المعلمين، على استخدام الطرق الحديثة في التدريس، في المرحلة المتوسطة، التي تهدف إلى إكساب التلاميذ والتلميذات، حرية التعبير والمشاركة.

٨) تقديم الإرشادات للوالدين والمعلمين، حول الاهتمام بالسلوك التو كيدي و تقدير الذات، لدى الأبناء في مرحلة المراهقة.

٩) حث الآباء والأمهات، على استخدام أساليب المعاملة الوالدية السوية في تنشئة أطفالهم بوجه عام.

١٠)الاهتمام بتبصير الآباء والأمهات بأهمية وضرورة دمج أطفالهم في المناقشات الأسرية، وإتاحة الفرصة لهم للتعبير عن آرائهم.

المراجع

أولا :قائمة المراجع العربية

١) أبو حطب، فؤاد، و صادق، آمال(١٩٨٦): علم النفس التربوي، القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.

٢) أبو اسعد، احمد عبداللطيف (٢٠٠٩):المهارات الإرشادية، الأردن، عمان: دار المسيرة.

٣) أبو هاشم، السيد محمد (٢٠٠٤): الدليل الإحصائي في تحليل البيانات باستخدام spss، الرياض: مكتبة الرشد.

٤) أبو مغلي، سميح، وسلامة، عبد الحافظ، وأبو رداحة فدوي(٢٠٠٢): التنشئة الاجتماعية للطفل، عمان: دار البازوري العلمية.

٥) باترسون، س. هـ(١٩٨١م): نظريات الإرشاد والعلاج النفسي، ترجمة حامد الفقي، الكويت: دار القلم.

٦) الثبيتي، ساعد سعيد (٢٠٠٩م): قيم العمل والسلوك التوكيدي لدى عينة من طلاب الإعلام والصحفيين العاملين في بعض الصحف السعودية٠ رسالة ماجستير غير منشورة ٠ كلية التربية، جامعة أم القرى٠

٧) جمبي، نسرين بنت صلاح عبد الرحمن(٢٠٠٨م): تقدير الذات والمساندة الاجتماعية لدي عينة من مجهولي الهوية ومعروفي الهوية من الذكور والإناث بمنطقة مكة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة أم القرى.

٨) جابر، جابر عبد الحميد (٢٠٠٨ م): نظريات الشخصية، الرياض: دار الزهراء٠

٩) حسين، طه عبدالعظيم (٢٠٠٤ م): مهارات توكيد الذات، الإسكندرية: دار الوفاء.

١٠) حمدي، نزيه عبد القادر، وأبو طالب، صابر سعدي (٢٠٠٨م): الإرشاد والتوجيه في مراحل العمر، القاهرة: الشركة العربية المتحدة.

١١) أحمد، سهير كامل (٢٠٠٠م): التوجيه والإرشاد النفسي، القاهرة: مكتبة الأنجلو.

١٢) أحمد، سهير كامل(٢٠١٠م): سيكولوجية الشخصية، الرياض: دار الزهراء.

١٣) الخليفي، مريم عيسى (٢٠٠٦م): تأكيد الذات طريقك لحياة أفضل، القاهرة: دار العين للنشر.

١٤) الخواجة، عبد الفتاح(٢٠١٠ م): خطوات إلى الأمام كيف تحقق ذاتك، عمان: دار البداية.

١٥) الخضير، غادة عبدالله(٢٠٠٠م): فاعلية برنامج تدريبي توكيدي في تنمية تقدير الذات لدي عينة من طالبات الجامعة مرتفعات الأعراض الاكتئابية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الملك سعود، الرياض.

١٦) الدريني، حسين، وكامل، عبد الوهاب، وسلام، محمد (د.ت): مقياس تقدير الذات، القاهرة: دار الفكر العربي.

١٧) روبرت، ريزو(٢٠٠٠م): بناء تقدير الذات في المدارس الابتدائية دليل المعلم، ترجمة مدارس الظهران الأهلية، الدمام، دار الكتاب التربوي.

١٨) الرميح، يوسف عبدالله (١٤٢٢ هـ): فاعلية برنامج للتدريب التوكيدي الجمعي في رفع مستوي السلوك التوكيدي لدي عينة من طلاب المرحلة المتوسطة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الملك سعود.

١٩) جمبي، نسرين بنت صلاح عبد الرحمن(٢٠٠٨م): تقدير الذات والمساندة الاجتماعية لدي عينة من مجهولي الهوية ومعروفي الهوية من الذكور والإناث بمنطقة مكة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة أم القرى.

٢٠) جابر، جابر عبد الحميد (٢٠٠٨ م): نظريات الشخصية، الرياض: دار الزهراء٠

٢١) حسين، طه عبدالعظيم (٢٠٠٤ م): مهارات توكيد الذات، الإسكندرية: دار الوفاء.

٢٢) حمدي، نزيه عبد القادر، وأبو طالب، صابر سعدي (٢٠٠٨م): الإرشاد والتوجيه في مراحل العمر، القاهرة: الشركة العربية المتحدة.

٢٣) أحمد، سهير كامل (٢٠٠٠م): التوجيه والإرشاد النفسي، القاهرة: مكتبة الأنجلو.

٢٤) أحمد، سهير كامل(٢٠١٠م): سيكولوجية الشخصية، الرياض: دار الزهراء.

٢٥) الخليفي، مريم عيسى (٢٠٠٦م): تأكيد الذات طريقك لحياة أفضل، القاهرة: دار العين للنشر.
٢٦) الخواجة، عبد الفتاح(٢٠١٠ م): خطوات إلى الأمام كيف تحقق ذاتك، عمان: دار البداية.
٢٧) الخضير، غادة عبدالله(٢٠٠٠م): فاعلية برنامج تدريبي توكيدي في تنمية تقدير الذات لدي عينة من طالبات الجامعة مرتفعات الأعراض الاكتئابية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الملك سعود، الرياض.
٢٨) جمبي، نسرين بنت صلاح عبد الرحمن(٢٠٠٨م): تقدير الذات والمساندة الاجتماعية لدي عينة من مجهولي الهوية ومعروفي الهوية من الذكور والإناث بمنطقة مكة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة أم القرى.
٢٩) جابر، جابر عبد الحميد (٢٠٠٨ م): نظريات الشخصية، الرياض: دار الزهراء٠
٣٠) حسين، طه عبدالعظيم (٢٠٠٤ م): مهارات توكيد الذات، الإسكندرية: دار الوفاء.
٣١) حمدي، نزيه عبد القادر، وأبو طالب، صابر سعدي (٢٠٠٨م): الإرشاد والتوجيه في مراحل العمر، القاهرة: الشركة العربية المتحدة.
٣٢) أحمد، سهير كامل (٢٠٠٠م): التوجيه والإرشاد النفسي، القاهرة: مكتبة الأنجلو.
٣٣) أحمد، سهير كامل(٢٠١٠م): سيكولوجية الشخصية، الرياض: دار الزهراء.
٣٤) الخليفي، مريم عيسى (٢٠٠٦م): تأكيد الذات طريقك لحياة أفضل، القاهرة: دار العين للنشر.
٣٥) الخواجة، عبد الفتاح(٢٠١٠ م): خطوات إلى الأمام كيف تحقق ذاتك، عمان: دار البداية.
٣٦) الخضير، غادة عبدالله(٢٠٠٠م): فاعلية برنامج تدريبي توكيدي في تنمية تقدير الذات لدي عينة من طالبات الجامعة مرتفعات الأعراض الاكتئابية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الملك سعود، الرياض.

٣٧) الدريني، حسين، وكامل، عبد الوهاب، وسلام، محمد (د.ت): مقياس تقدير الذات، القاهرة: دار الفكر العربي.

٣٨) روبرت، ريزو(٢٠٠٠م): بناء تقدير الذات في المدارس الابتدائية دليل المعلم، ترجمة مدارس الظهران الأهلية، الدمام، دار الكتاب التربوي.

٣٩) الرميح، يوسف عبدالله (١٤٢٢ هـ): فاعلية برنامج للتدريب التوكيدي الجمعي في رفع مستوي السلوك التوكيدي لدي عينة من طلاب المرحلة المتوسطة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الملك سعود.

٤٠) زبيدة، أمزيان (٢٠٠٧): علاقة تقدير الذات للمراهق بمشكلاته وحاجاته الإرشادية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الآداب والعلوم الإنسانية، جامعة الحاج لخضر - باتنة، الجزائر.

٤١) زهران، حامد عبد السلام(١٩٧٢م): مفهوم الذات الخاص في التوجيه والعلاج النفسي، مجلة الصحة النفسية، العدد العلمي السنوي، القاهرة، ص ص١٠٥ – ١٢٨.

٤٢) زهران، حامد عبدالسلام (٢٠٠١م): علم نفس النمو(ط٥) القاهرة: دار الكتب.

٤٣) الزبيدي، سالم عبد الله(٢٠٠٩): تقدير الذات ووجهة الضبط لدي الطلاب المحرومين وغير المحرومين من الوالدين بالمرحلة المتوسطة بمحافظة الليث، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة أم القرى.

٤٤) الزيات، فتحي مصطفى(٢٠٠١): علم النفس المعرفي، الجزء الأول، دراسات وبحوث، سلسلة علم النفس المعرفي(٥) القاهرة: دار النشر للجامعات.

٤٥) الزيود، نادر فهمي(١٩٩٨م): نظريات الإرشاد والعلاج النفسي، عمان: دار الفكر.

٤٦) الزعبلاوي، محمد السيد (١٩٩٨م): تربية المراهق بين الإسلام وعلم النفس، رسالة دكتوراه منشورة، الرياض، مكتبة التوبة.

٤٧) سعفان، محمد احمد(٢٠٠٦): الإرشاد النفسي الجماعي، القاهرة: دار الكتاب الحديث.

٤٨) سليم، مريم(٢٠٠٣م): تقدير الذات والثقة بالنفس دليل المعلمين، القاهرة: دار النهضة العربية.

٤٩) سلامة، فاروق عبد الفتاح (١٩٨٧): مقارنة نحو الذكاء ونحو تقدير الذات في الطفولة والمراهقة، دراسة ميدانية، مجلة كلية التربية، جامعة الزقازيق، المجلد ٢، العدد ٣، ص ص٢٠ -٤٤.

٥٠) إسماعيل، محمد المري (١٩٨٨): استبيان تقدير الذات للأطفال، الكويت: دار القلم.

٥١) السيد، زياد هاشم(١٤٢٠هـ): دور التدريب على السلوك التوكيدي في تمية فعالية القيادة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الملك سعود بالرياض.

٥٢) شعيب، على محمد(١٩٨٨م):نمذجة العلاقة السببية بين تقدير الذات والتحصيل الدراسي لدي المراهقين في لمجتمع السعودي، مجلة العلوم الاجتماعية، جامعة الكويت، المجلد١٦، العدد٢، ص ص١٣٥ -١٥٦.

٥٣) الشناوي، محمد محروس(١٩٩٦م): العملية الإرشادية والعلاجية، القاهرة: دار غريب.

٥٤) الشناوي، محمد محروس، وعبدالرحمن، محمد السيد (١٩٩٨): العلاج السلوكي الحديث أسسه وتطبيقاته، القاهرة: دار قباء٠

٥٥) الشويعر، طريفة سعود(١٤٠٩هـ): الالتزام الديني يفي الإسلام وعلاقته بقلق الموت، رسالة دكتورة غير منشورة، كلية التربية للبنات، جدة.

٥٦) الصغير، محمد عبد الله (١٤٣٠هـ): ما تحت الأقنعة، (ط٥)، الرياض: الجريسي.

٥٧) الضيدان، الحميدي محمد(١٤٢٤هـ): تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدواني لدي طلبة المرحلة المتوسطة بمدينة الرياض، أكاديمية نايف العربية للعلوم الأمنية، قسم العلوم الاجتماعية، الرياض.

٥٨) طه، فرج عبدالقادر (١٩٩٣م): موسوعة علم النفس والتحليل النفسي، الكويت: دار سعاد الصباح.

٥٩) طه، رامز محمد (٢٠١٠): الإعجاز السلوكي والأخلاقي في الإسلام، مقال، موقع أساليب العلاج النفسي الحديثة وتطبيقاتها.

٦٠) الظاهر، قحطان أحمد(٢٠٠٤م): مفهوم الذات بين النظرية والتطبيق، عمان: دار أوائل للنشر.

٦١) عابد، سمير زيد (٢٠٠٢م): تقدير الذات وعلاقته بالوحدة النفسية لدي عينة من طلاب المرحلة المتوسطة بمحافظة جدة، رسالة ماجستير غير منشورة، مكة، كلية التربية، جامعة أم القرى.

٦٢) عبد المختار، محمد خضر (٢٠٠٤م): العلاقة بين الجمود وتقدير الذات لدى عينة مصرية وعمانية، مجلة دراسات نفسية، المجلد ١٤، العدد٣، ص ص٤٢٣ -٤٥٩.

٦٣) عبد المعطي، مصطفى عبدالباقي (٢٠٠١): دراسة لأثر فاعلية برنامج السلوك التوكيدي لدي المعاقين حركيا، مجلة علم النفس، ع٥٩، السنة١٥، ص ص١٤٠ -١٥٤.

٦٤) عبد المعطي، حسن (٢٠٠٤): المناخ الأسري وشخصية الأبناء، القاهرة: دار القاهرة.

٦٥) عبد الجبار، عادل صلاح (٢٠٠٢م): العلاقة بين التوكيدية وتحقيق الذات لدى طلاب الجامعة، مجلة دراسات الطفولة، المجلد ٥، العدد ١٥، ص ص٩٧ -١٠٥.

٦٦) عبد الحميد، جابر، كفافي، علاء الدين(١٩٨٩م): علم النفس والطب النفسي، ج٢، القاهرة: مكتبة النهضة العربية.

٦٧) عبد الواحد، أميره، و التميمي، شيماء، و فليح، زينب (٢٠٠٧م): تقدير الذات وأثره بمستوى أداء بعض المهارات الحركية في الجمناستيك الفني، مجلة علوم الرياضة، العدد الأول، ص ص٨٠ -٩٣.

٦٨) عبد العزيز، الهامي، وهدية، فؤاد (٢٠٠٠م): السلوك التوكيدي لدي تلاميذ المرحلة الإعدادية في ضوء بعض المتغيرات الاجتماعية، مجلة الآداب والعلوم الإنسانية، جامعة آلمينا، المجلد٣٤، ص ص١٥ -٣٥.

٦٩) عربيات، احمد عبد الحليم، والزغول، عماد عبد الرحيم(٢٠٠٨): الفروق في مستوي تقدير الذات لدي طلبة جامعة موته تبعا متغيرات الجنس والتخصص والمستوي الدراسي، مجلة العلوم التربوية والنفسية، جامعة البحرين، المجلد ٩، العدد١، ص ص ٣٧ -٥٣.

٧٠) عيد، محمد إبراهيم(٢٠٠٢): الهوية والقلق والإبداع، القاهرة: دار القاهرة .

٧١) عقل، محمود عطا (٢٠٠٠م): الإرشاد النفسي والتربوي(ط٢)الرياض: دار الخريجي.

٧٢) عطار، إقبال بنت أحمد (٢٠٠٩): العنف و علاقته بتوكيد الذات و الأمن النفسي لدى تلميذات المرحلة المتوسطة من السعوديات و غير السعوديات، مقالة علمية، مجلة الآداب و العلوم الإنسانية، جامعة الملك عبدا لعزيز، المجد ١ العدد١٣، ص ص ٢ -٣٠.

٧٣) عطاء، محمود(١٩٩٣م): تقدير الذات وعلاقته بالوحدة النفسية والاكتئاب لدي طلاب الجامعة، مجلة دراسات نفسية، المجلد٣، العدد٣، ص ص٢٦٩ -٢٨٧.

٧٤) العتيبي، أسماء فراج(٢٠٠٦م): الحاجات النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى الأطفال المحرومين من الرعاية الو الدية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة الأمام محمد بن سعود الإسلامية٠

٧٥) العمران، جيهان عيسي (١٩٩٥م): تقدير الذات في ضوء التحصيل الدراسي والمرحلة الدراسية، وعمل الأم وبعض المتغيرات الديمغرافية لدي عينة من الطلبة البحرينيين، المجلة التربوية، جامعة الكويت، المجلد ٩، العدد٣٥، ص ص٢٩ - ٣٠.

٧٦) غريب، عبد الفتاح غريب (١٩٩٤): مقياس توكيد الذات، (الصورة الإماراتية)، القاهرة، مكتبة الأنجلو.

٧٧) الغامدي، صالح يحي(٢٠٠٩م): اضطراب الكلام وعلاقتها بالثقة بالنفس وتقدير الذات لدي عينة من طلاب المرحلة المتوسطة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة أم القرى.

٧٨) فرج، طريف شوقي (١٩٨٨): إبعاد السلوك التوكيدي وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية والنفسية ولاجتماعية، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية الآداب، جامعة القاهرة.

٧٩) فرج، طريف شوقي (١٩٩٨م): توكيد الذات، القاهرة: دار غريب للطباعة و النشر و التوزيع.

٨٠) فهمي، مصطفي، والقطان، محمد (١٩٧٩م): التوافق الشخصي والاجتماعي، القاهرة، مكتبة الخافجى.

٨١) الفسفوس، عدنان أحمد (٢٠٠٦م): أساليب تعديل السلوك الإنساني، السلسلة الإرشادية الثانية، فلسطين: المكتبة الالكترونية لأطفال الخليج.

٨٢) القبيسي، علي خليل (١٤٢٨): بعنوان التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بتقدير الذات ووجهة الضبط لدي عينة من طلاب المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الملك خالد.

٨٣) كفافي، علاء الدين(١٩٨٩م): تقدير الذات في علاقته بالتنشئة الو الدية والأمن النفسي، دراسة في عملية تقدير الذات، جامعة الكويت، مجلس النشر العلمي، مجلة العلوم الاجتماعية، المجلد٩، العدد٣٥، ص ص١٠١ -١٢٨.

٨٤) كامل، وحيد مصطفي(٢٠٠٣م):علاقة تقدير الذات بالقلق الاجتماعي لدى الأطفال ضعاف السمع، مجلة كلية التربية النوعية ببنها، جامعة الزقازيق، العدد ٥٦، ص ص١٠١ -١٤٩.

٨٥) كردي، رضا محمد (١٩٩٦): دراسة مقارنة لمستوي التوكيدية لدي المكفوفين والمبصرين، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الزقازيق، بنها.

٨٦) لينذ نفيلد، جيل (٢٠٠٥م): تقدير الذات، الرياض: مكتبة جرير ٠

٨٧) محمد، عايدة ذيب(٢٠١٠م): الانتماء وتقدير الذات في مرحلة الطفولة، عمان: دار الفكر.

٨٨) محمد، يزيد (٢٠٠٥م): السلوك التوكيدي لدى مدمني المخدرات٠، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الدراسات العليا، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية بالرياض.

٨٩) محمد، عادل عبدالله (١٩٩٥م): اختبار تقدير الذات للمراهقين والراشدين، مجلة التربية، العدد ١٢، السنة٥، ص ص٤ -١٠.

٩٠) محمد، منتصر علام (٢٠٠١): مدي فاعلية برنامج إرشادي في خفض معدلات السلوك الترددي لدي تلاميذ وتلميذات المرحلة الإعدادية، رسالة ماجستير غير منشورة، معهد دراسات الطفولة، جامعة عين شمس.

٩١) مالهي، رانجيت سينج، و ريزنر، روبرت دبليو (٢٠٠٧م): تعزيز الجودة الشخصية، الرياض: مكتبة جرير.

٩٢) مالهي، رانجيت سينج، و ريزنر، روبرت دبليو (٢٠١٠م): تعزيز تقدير الذات (ط٣)الرياض: مكتبة جرير.

٩٣) ماكاي، ماثيو، و فانينج، باثريك(٢٠١٠): تقدير الذات(٣) الرياض: مكتبة جرير

٩٤) منصور، محمد، وعبد السلام، فاروق (١٩٨٩): النمو من الطفولة إلى المراهقة، جدة: دار تهامة.

٩٥) المعبدي، حميدان حامد (٢٠١١م): فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في تنمية السلوك ألتوكيدي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة، رسالة ماجستير غير منشورة، برنامج الدراسات التربوية العليا، جامعة الملك عبد العزيز بجدة.

٩٦) المحارب، ناصر إبراهيم (٢٠٠٠): المرشد في العلاج الأستعرافي السلوكي، الرياض: دار الزهراء.

٩٧) هيجان، عبد الرحمن أحمد (١٩٩٨م): ضغوط العمل مصادرها ونتائجها وكيفية أدارتها، الرياض، مركز البحوث بمعهد الإدارة العامة.

٩٨) هيلات، مصطفي قسيم(٢٠٠٧م): أثر التعليم المختلط على تقدير الذات لدي عينة من طالبات الجامعة الأردنية وطالبات كلية الأميرة عالية الجامعية، مجلة العلوم التربوية والنفسية، جامعة البحرين، المجلد ٨، العدد١، ص ص١٥٣ -١٧٢.

٩٩) واطسون، روبرت، وجرين، هنري (٢٠٠٤م): سيكولوجية الطفل المراهق، ترجمة داليا عزت مؤمن، القاهرة: مكتبة مدبولي.

ثانيا :قائمة المراجع الأجنبية

100) Eskin, Mehmet, (2003). Self-reported assertiveness in Swedish and Turkish adolescents,A,cross-cultural , comparison , Scandinavian**, Journal, of Psychology** , *Vol* . 44, pp. 7–12 .

101) Fairclough, Sheresa L. T, (2005). Self-esteem and academic achievement, A comparative study of African American students in a traditional public school and a magnet school**,** University of South Florida**, Theses and Dissertations**,pdf, http://scholarcommons.usf.edu/etd/2874 1/12/2012

102) Zivor, Jacqueline (2007). Self-Esteem of Aids Orphans-a descriptive study, **master of play therapy** , university of south africa.

103) Lin,Y&Shiah,I,&Chang,Y,&Lai,T,&Wang,KChou,K, (2004). Evaluation of an assertiveness training program on nursing and medical students' assertiveness, self-esteem, and interpersonal communication satisfaction,U.S, National Library of Medicine**, Journal of Nurse Education Today**, Nov, Vol .24, N .8, pp. 656-665 .

104) Lea, G, & Paquin, M. (1981).Assertiveness and clinical depression. **Journal of The Behavior Therapist** , *Vol* . 4, No. 2 , pp. 9-10

105) Orth, Kali H, Trzesniewski, Richard W. Robins(2010). Self-Esteem Development From Young Adulthood to Old Age, **Journal of Personality and Social Psychology**, *Vol. 98,* N. *4* , *pp. 645-645.*

106) Poyrazli,S.Arbona,C,Nora,A.,McPherson,R,Pisecco,S(2002).Relation between assertiveness, academic self-efficacy and psychosocial adjustment among international graduate students. **Journal of College Student Development**, Sep, vol. 43, N.5, pp.632-642 .

107) Sudha,R,(2005). How tobe an Assertive Nurse? **Nursing Journal of India**, Aug, Vol. 96,No. 8 , pp.182-183.

108) Serife,Karago¨zoglu,Emine,Kahve,O¨znur,Koc,,Derya,Adamisog˘lu(2008). Self-esteem and assertiveness of final year Turkish university students, **Journal of Nurse Education Today** , Vol. 28,pp. 641–649

109) Takashi shimizu,Shinya kubota, norio mishima and Shoji nagata(2004). Relationship between Self-Esteem and Assertiveness Training among Japanese Hospital Nurses , **Journal of Occupational Health**, Vol. 46 , N. 4 ,pp. 296-298 .

110) Thalma E, Lobel, Orna Kashtan, Itzhak Gilat (1987). Individual differences ,status,and assertive,behavir ,*Personality,and,Individual, Differences***, Journal of The Behavir Therapist** , *Vol. 8 ,* No. *4*, *PP. 535 - 540*

111) Victoria O, Dunleavy & Kristen Campbell, (2006). The role of interpersonal influence as a college alcohol prevention strategy**,College Student Journal**, Vol. 40, N .3, pp.654-663