

كلية الآداب



جامعة بنغازي



الدراسات العليا

شعبة : الإرشاد والعلاج النفسي

قسم : التربية وعلم النفس

قوة الأنا وعلاقتها بالتوافق النفسي وتقدير الذات وبعض المتغيرات الديموغرافية لدى جرحى ثورة السابع عشر من فبراير .

قدمت هذه الدراسة استكمالاً لمتطلبات درجة الإجازة العالية "الماجستير"
بكلية الآداب قسم التربية وعلم النفس بتاريخ 7 / 6 / 2015 ف

إعداد الطالب :

الناجح ناصر أحمد بوعين

إشراف الدكتور :

عبد الله امحمد عريف

كلية الآداب - جامعة بنغازي

تاريخ المناقشة

2015 / 6 / 7 ف

كلية الآداب



جامعة بنغازي



الدراسات العليا

شعبة : الإرشاد والعلاج النفسي

قسم : التربية وعلم النفس

قوة الأنا وعلاقتها بالتوافق النفسي وتقدير الذات وبعض المتغيرات الديموغرافية لدى جرحى ثورة السابع عشر من فبراير .

قدمت هذه الدراسة استكمالاً لمتطلبات درجة الإجازة العالية "الماجستير"
بكلية الآداب قسم التربية وعلم النفس بتاريخ 7 / 6 / 2015 ف

إعداد الطالب :

الناجح ناصر أحمد بوعين

لجنة المناقشة :

| الاسم | الصفة | التوقيع |
|----------------------------|-----------------|---------|
| د. عبد الله امحمد عريف | مشرفاً | |
| د. عبد الرحيم محمد البديري | ممتحناً داخلياً | |
| د. ابوبكر مفتاح المنصوري | ممتحناً خارجياً | |

يعتمد / عميد كلية الآداب

.....

تاريخ المناقشة 7 / 6 / 2015 ف

الأهداء

إلي الذي أضاء الدنيا وأنار العقول والقلوب بعلمه... إلي دليلنا نحوي المهدي...
سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم.

إلي الذين أرتقوا إلي العلياء ، إلي من نزفت جراحهم أطهر الدماء
إلي شهدائنا وجرحانا الذين لولاهم ما عرفنا معنى الكفريّة والتضحية والفداء .
إلي جدي ووالدي ووالدتي وإخوتي وأخواتي الذين كان لهم الفضل الكبير في
إتمام هذا العمل المتواضع بآرك الله فيهم وأرشدهم إلي طريق الهدايه
والصلاح....

إلي من علّسني حرفاً فصرت له عبداً

أساتذتي الأفاضل

إليهم جميعاً أهدي هذا الجهد المتواضع

الباحث

شكر وتقدير

الحمد لله القائل في محكم كتابه ﴿ قُلْ هَلْ يَسْتَوِي الَّذِينَ يَعْلَمُونَ وَالَّذِينَ لَا يَعْلَمُونَ إِنَّمَا يَتَذَكَّرُ أُولَئِكَ أَلْبَابٌ ﴾ (الزمر : 9) والصلاة والسلام على رسول الله القائل " لا يشكر الله من لا يشكر الناس "

بداية أشكر الله الذي أعانني على إتمام هذه الدراسة ، فلولا توفيقه لما تحقق من ذلك شيء ، فهو المنفضل والمنعم وحده الذي بنعمته تتم الصالحات ، وبشكره تكون الزيادة قال تعالى: ﴿ لَنِ شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ ﴾ (إبراهيم : 7) وبعد

فإنه يطيب لي أن أتوجه بالشكر والعرفان إلي أستاذي الجليل الدكتور / عبد الله امحمد عريف ، علي ما بذله وببذله من سعة صدره ، ورحابة خاطره ، وكرم طبعة ، إرشاداً وتوجيهاً وتسديداً لأفكاري بدءاً بتدريسي في السنة المنهجية وانتهاء بإتمام رسالتي علي يديه أشرفاً ، فقد كان أباً رحيماً وإنساناً كريماً ذلل لنا العقبات وسهل لنا الطرق ، وأفادنا بعلمه . رعاه الله ووهبه الصحة والسعادة وطول العمر .

وإنه لمن دواعي سروري أن أتقدم بخالص شكري وتقديري إلي الأستاذة الفاضلة حميدة المسماري ، فمهما قدمت من شكر وتقدير أظل عاجزاً عن الوفاء بحقها ، فلها مني خالص الشكر والتقدير .

وأجد لزاماً علي أن أتقدم بخالص شكري وامتناني وتقديري لكافة أعضاء هيئة التدريس بقسم التربية وعلم النفس بكلية الآداب جامعة بنغازي ، ولجميع العاملين بالدراسات العليا على تعاونهم وحسن معاملاتهم فجزاهم الله عنى خير الجزاء . هؤلاء من ذكرتهم ، أما من سهوت عنهم من غير قصد فهم أولى الناس بالشكر والتقدير .

وأدعو الله أن يكون قد وفقني في هذه الدراسة بفضلته ومشيتته ، وأخيراً فأني لا أدعى بلوغ الكمال ، فالكمال لله وحده وتلك محاولة ، فإذا كنت قد أصبت فذلك فضل الله يؤتيه ما يشاء ، وإن كنت الأخرى فحسبي أن النقص من أعمال البشر، وأني قد بذلت جهد الطاقة واجتهدت ، وما توفيقى إلا بالله العلي العظيم .

الباحث ،،،

ملخص الدراسة :

هدفت الدراسة الحالية إلى اكتشاف مستويات قوة الأنا والتوافق النفسي وتقدير الذات وعلاقة قوة الأنا بالتوافق النفسي وتقدير الذات لدى جرحى ثورة السابع عشر من فبراير وفقاً لبعض المتغيرات الديموغرافية (العمر ، ومستوي التعليم) .

اعتمدت الدراسة علي المنهج الوصفي ، وتكونت عينة الدراسة من " 100 " جريح من جرحى ثورة السابع عشر من فبراير بمدينة بنغازي وضواحيها ، والمسجلين بمكتب رعاية شؤون الجرحى بمدينة بنغازي . وقد تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة .

شملت أدوات الدراسة مقياس قوة الأنا من أعداد كفاي (1982) ، ومقياس التوافق النفسي الذي أعدته شقير (2003) ، ومقياس تقدير الذات لهلمريش وآخرين ، ترجمة وإعداد محمد (1991) . وقد تم التأكد من الخصائص القياسية (السيكومترية) لهذه الأدوات خلال الدراسة الاستطلاعية (ن = 60) ، حيث قام الباحث بحساب صدق المفردات (الاتساق الداخلي) لجميع الأدوات . وكانت معاملات ارتباط المفردات بدرجتها الكلية جيدة لجميع المقاييس . كما قام الباحث بحساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية لمقياس قوة الأنا فبلغ معامل الثبات " 0.87 " والذي يشير إلى أن المقياس يتمتع بدرجات ثبات مرتفعة ، ومعامل ألفا كرونباخ لقياس ثبات مقياسي التوافق النفسي وتقدير الذات وبلغ الأول " 0.89 "، والثاني " 0.87 " وأتضح أن معاملات الثبات متنسقة وجيدة للمقياسين .

واستخدمت الدراسة الأسلوب الإحصائي البارامترى ، وتم تحليل بياناتها بواسطة برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS ، باستخدام المتوسطات الحسابية ، الانحرافات المعيارية ، ومعامل ارتباط بيرسون ، واختبار (ت) للعينة الواحدة ، وكذلك اختبار (ت) للعينات غير المعتمدة ، وتحليل التباين الأحادي ، واختبار أدني فرق دال LSD للمقارنات البعدية ، وكشفت التحليلات الإحصائية عن النتائج التالية :

وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى قوة الأنا بين متوسط عينة الدراسة والمتوسط الفرضي ، والفروق لصالح عينة الدراسة ، بمستوى دلالة 0.01 . وجود فروق ذات دلالة إحصائية

في مستوى التوافق النفسي بين متوسط عينة الدراسة والمتوسط الفرضي ، والفروق لصالح عينة الدراسة ، بمستوى دلالة 0.01 . وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات بين متوسط عينة الدراسة والمتوسط الفرضي ، والفروق لصالح عينة الدراسة ، بمستوى دلالة 0.01 .

وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين قوة الأنا والتوافق النفسي لدى جرحى ثورة السابع عشر من فبراير (ر = 0.29 ، الدلالة = 0.01) . وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين قوة الأنا وتقدير الذات لدى جرحى ثورة السابع عشر من فبراير (ر = 0.28 ، الدلالة = 0.01) . وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين التوافق النفسي وتقدير الذات لدى جرحى ثورة السابع عشر من فبراير (ر = 0.27 ، الدلالة = 0.01) .

وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي فئتي العمر (18 - 30 ، 31 - 45) لدى أفراد عينة الدراسة علي مقياس قوة الأنا ، لصالح المجموعة العمرية (31 - 45) ، بمستوى دلالة 0.01 . عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي فئتي العمر (18 - 30 ، 31 - 45) لدى أفراد عينة الدراسة علي مقياس التوافق النفسي . عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي فئتي العمر (18 - 30 ، 31 - 45) لدى أفراد عينة الدراسة علي مقياس تقدير الذات .

أما بالنسبة لنتائج الفروق في قوة الأنا والتوافق النفسي وتقدير الذات وفقاً لمستوي التعليم (ابتدائي - ثانوي - جامعي) واعتماداً على دلالة تحليل التباين الأحادي ، فإن المقارنات البعدية - الزوجية - قد وضحت ما يلي :

لا توجد فروق دلالة إحصائية في قوة الأنا بين ذوي التعليم الابتدائي وذوي التعليم الثانوي ، أما الفروق بين ذوي التعليم الابتدائي وذوي التعليم الجامعي ، وكذلك الفروق بين ذوي التعليم الثانوي وذوي التعليم الجامعي، فقد كانت داله إحصائياً (عند مستوى 0.05) وكان كلاهما لصالح ذوي التعليم الجامعي.

وعن المقارنات البعدية للفروق في التوافق النفسي وفق مستوى التعليم ، كان هناك فرق دال لصالح ذوي التعليم الجامعي (عند مستوى 0.05) سواء في حال المقارنه بذوي التعليم الابتدائي أو الثانوي .

وفي سياق الفروق في تقدير الذات وجدت فروق داله إحصائياً (عند مستوى 0.05) أيضاً لصالح ذوي التعليم الجامعي سواء كانت المقارنه بذوي التعليم الابتدائي أو ذوي التعليم الثانوي .

نوقشت النتائج في ضوء الأسس النظرية والدراسات السابقة ذات الصلة واختتمت (الدراسة)
بتقديم عدد من التوصيات والمقترحات ذات العلاقة بأهداف الدراسة ونتائجها.

قائمة المحتويات

| الموضوع | الصفحة |
|----------------------|--------|
| الآية القرآنية..... | أ |
| الإهداء..... | ب |
| الشكر والتقدير..... | ج |
| مستخلص الدراسة..... | د |
| قائمة المحتويات..... | و |
| قائمة الجداول..... | ط |
| قائمة الملاحق..... | ي |

| رقم الموضوع | الفصل الأول : مشكلة الدراسة | الصفحة |
|-------------|--------------------------------|--------|
| 1.1 | المقدمة..... | 1 |
| 2.1 | مشكلة الدراسة و تساؤلاتها..... | 5 |
| 3.1 | أهمية الدراسة..... | 6 |
| 4.1 | أهداف الدراسة..... | 7 |
| 5.1 | حدود الدراسة..... | 7 |
| 6.1 | تحديد مصطلحات الدراسة..... | 8 |

الفصل الثاني : الخلفية النظرية المبحث الأول : قوة الأنا

| | | |
|----|----------------------------------|--------------|
| 12 |تمهيد | 1.1.2 |
| 12 |مفهوم قوة الأنا | 2.1.2 |
| 18 |وظائف الأنا النفسية | 5.1.2 |
| 19 |حيل الأنا الدفاعية | 6.1.2 |
| 22 |مؤشرات قوة الأنا | 7.1.2 |
| 24 |النظريات المفسرة لقوة الأنا | 8.1.2 |

المبحث الثاني : التوافق النفسي

| | | |
|----|--------------------------------------|--------------|
| 29 |تمهيد | 1.2.2 |
| 29 |مفهوم التوافق | 2.2.2 |
| 34 |أبعاد التوافق النفسي | 5.2.2 |
| 36 |مظاهر الشخصية المتوافقة | 6.2.2 |
| 38 |معوقات التوافق النفسي | 7.2.2 |
| 40 |معايير التوافق | 8.2.2 |
| 42 |النظريات المفسرة للتوافق النفسي | 9.2.2 |

المبحث الثالث : تقدير الذات

| | | |
|----|-------------------------------------|--------------|
| 49 |تمهيد | 1.3.2 |
| 49 |مفهوم تقدير الذات | 2.3.2 |
| 52 |أهمية تقدير الذات | 4.3.2 |
| 53 |مستويات تقدير الذات | 5.3.2 |
| 56 |مصادر تقدير الذات | 6.3.2 |
| 57 |العوامل المؤثرة في تقدير الذات | 7.3.2 |
| 60 |النظريات المفسرة لتقدير الذات | 8.3.2 |

المبحث الرابع : جرحي ثورة السابع عشر من فبراير

| | | |
|----|------------|--------------|
| 63 |تمهيد | 1.4.2 |
|----|------------|--------------|

| | | |
|----|---|-------|
| 63 | ثورة السابع عشر من فبراير..... | 2.4.2 |
| 66 | الإصابات والجروح التي تحدث في الحروب والنزاعات..... | 3.4.2 |
| 68 | العوامل التي تؤثر في تأقلم الشخص المصاب مع إصابته..... | 4.4.2 |
| 70 | خبرات الجرحى كناجين من الحرب..... | 5.4.2 |
| 75 | الاضطرابات النفسية المرتبطة والمصاحبة لإصابات الحروب..... | 6.4.2 |
| 78 | تعقيب عام..... | 7.4.2 |

الفصل الثالث : الدراسات السابقة

| | | |
|----|---|-----|
| 80 | تمهيد..... | 1.3 |
| 81 | دراسات العلاقة بين قوة الأنا والتوافق النفسي..... | 2.3 |
| 82 | دراسات العلاقة بين قوة الأنا وتقدير الذات..... | 3.3 |
| 83 | دراسات العلاقة بين التوافق النفسي وتقدير الذات..... | 4.3 |
| 84 | مناقشة الدراسات السابقة..... | 5.3 |

الفصل الرابع : الإجراءات المنهجية الدراسة

| | | |
|----|----------------------------------|-----|
| 89 | تمهيد..... | 1.4 |
| 89 | منهج الدراسة..... | 2.4 |
| 89 | مجتمع الدراسة..... | 3.4 |
| 89 | الدراسة الاستطلاعية..... | 4.4 |
| 90 | عينة الدراسة..... | 5.4 |
| 91 | أدوات الدراسة..... | 6.4 |
| 96 | جمع بيانات الدراسة الأساسية..... | 7.4 |
| 97 | أساليب المعالجة الإحصائية..... | 8.4 |

الفصل الخامس : نتائج الدراسة وتفسيرها

| | | |
|----|------------|-----|
| 99 | تمهيد..... | 1.5 |
|----|------------|-----|

| | | |
|-----|-------|--------------------------|
| 99 | | 2.5 عرض النتائج وتحليلها |
| 112 | | 3.5 تفسير النتائج |
| 120 | | 4.5 تعقيب |
| 121 | | 5.5 توصيات الدراسة |
| 122 | | 6.5 مقترحات الدراسة |
| 124 | | - المراجع |
| 139 | | - الملاحق |

قائمة الجداول

| الرقم | العنوان | الصفحة |
|-------|--|--------|
| 1.4 | توزيع عينة الدراسة حسب العمر | 90 |
| 2.4 | توزيع عينة الدراسة حسب مستوى التعليم | 90 |
| 3.4 | معاملات ارتباط بيرسون بين أبعاد مقياس التوافق النفسي والدرجة الكلية للمقياس | 93 |
| 4.4 | معامل ألفا كرونباخ لمقياس التوافق النفسي وأبعاده | 94 |
| 1.5 | الفروق بين المتوسط الحسابي لعينة الدراسة والمتوسط الفرضي علي مقياس قوة الأنا | 99 |
| 2.5 | الفرق بين المتوسط الحسابي لعينة الدراسة والمتوسط الفرضي علي مقياس التوافق النفسي | 100 |
| 3.5 | الفرق بين المتوسط الحسابي لعينة الدراسة والمتوسط الفرضي علي مقياس تقدير الذات | 101 |
| 4.5 | معامل الارتباط بين متغيري قوة الأنا والتوافق النفسي | 102 |
| 5.5 | معامل الارتباط بين متغيري قوة الأنا وتقدير الذات | 103 |
| 6.5 | معامل الارتباط بين متغيري التوافق النفسي وتقدير الذات | 104 |
| 7.5 | الفروق بين متوسطي أفراد عينة الدراسة في قوة الأنا وفقاً لفئة العمر | 105 |
| 8.5 | الفروق بين متوسطي أفراد عينة الدراسة في التوافق النفسي وفقاً لفئة العمر | 106 |
| 9.5 | الفروق بين متوسطي أفراد عينة الدراسة في تقدير الذات وفقاً لفئة العمر | 107 |
| 10.5 | تحليل التباين الأحادي في قوة الأنا وفقاً لمستوى التعليم | 108 |
| 11.5 | المقارنات البعدية لمقياس قوة الأنا وفقاً لمستوى التعليم | 108 |

| | |
|-----|--|
| 109 |تحليل التباين الأحادي في التوافق النفسي وفقاً لمستوى التعليم. |
| 110 |نتائج المقارنات البعدية لمقياس التوافق النفسي وفقاً لمستوى التعليم. |
| 111 |نتائج تحليل التباين الأحادي في تقدير الذات وفقاً لمستوى التعليم. |
| 111 |نتائج المقارنات البعدية لمقياس تقدير الذات وفقاً لمستوى التعليم. |

قائمة الملاحق

| الرقم | العنوان | الصفحة |
|-------|--|--------|
| 1. | مقياس قوة الأنافي صورته الأولية..... | 139 |
| 2. | مقياس قوة الأنافي صورته النهائية..... | 143 |
| 3. | مقياس التوافق النفسي في صورته الأولية..... | 146 |
| 4. | مقياس التوافق النفسي في صورته النهائية..... | 151 |
| 5. | مقياس تقدير الذات في صورته الأولية..... | 156 |
| 6. | مقياس تقدير الذات في صورته النهائية..... | 159 |
| 7. | صدق الاتساق الداخلي لمقياس قوة الأنافي..... | 162 |
| 8. | صدق الاتساق الداخلي لمقياس التوافق النفسي..... | 163 |
| 9. | صدق الاتساق الداخلي لمقياس تقدير الذات..... | 165 |

الفصل الأول

المدخل العام للدراسة

- 1.1 المقدمة .
- 2.1 مشكلة الدراسة .
- 3.1 أهمية الدراسة .
- 4.1 أهداف الدراسة .
- 5.1 تحديد المصطلحات الأساسية .
- 6.1 حدود الدراسة .

1.1. المقدمة :

الصحة الجسدية والنفسية غاية كل إنسان لينعم بحياة سعيدة خالية من الأمراض والإصابات ، وبما أن الجسد والنفس في الإنسان وحدة متكاملة غير منفصلة ، يؤثر بعضها ببعض الآخر تأثيراً واضحاً ، فإن الإصابات الجسدية الخطيرة قد تكون لها ردود أفعال وآثار نفسية متعددة ، كما أن للجوانب الانفعالية والفكرية آثارها علي الصحة الجسدية سلباً وإيجاباً .

فإذا ما اكتشف الإنسان أن لديه إصابات أو أمراض جسدية فإنه يستجيب بردود فعل نفسية وسلوكية إزاء هذه الإصابات مثل الشعور بالإرهاق والضغط النفسي والعصبية والعديد من المشاكل النفسية الناجمة عن ضغوط الحياة ، التي تصاحبها أعراض جسدية مثل الصداع الشديد ، آلام المفاصل ، آلام المعدة ، وظهور الأمراض المزمنة مثل ارتفاع ضغط الدم ، وأمراض القلب (الحويج ، 2008) .

ومن هذه الإصابات ما تعرض له المحاربون ، وفي مقدمتهم الكثير من شباب ثورة السابع عشر من فبراير علي أيدي كتائب النظام وهم يناضلون لينعم شعبهم وبلدهم بالحرية والكرامة ، ناهيك عن الآثار والمضاعفات النفسية الناتجة عن المظاهر والمشاهد المروعة ، بالإضافة إلي أعداد الشهداء والجرحى ومبتوري الأطراف ، فكل هذه الأمور لها مردودها السلبي وأثارها النفسية علي شخصية هؤلاء الشباب وسلوكهم بشكل عام .

وهذا الارتباط والتأثير السلبي المتبادل بين الجسد والنفس غالباً ما يؤدي إلى اضطراب في الشخصية ، كالتقلب وعدم الاستقرار والقلق ، وعدم القدرة على معالجة الضغوط والمشكلات ، وعدم القدرة علي تحمل المسؤولية ، وعدم النضج الانفعالي مثل الغيرة ، وحب الذات ، وفقدان الثقة بالنفس ، ونقص الوعي ، وتشوش الإدراك ، فكل هذه الاضطرابات تعد من أهم مظاهر ضعف الأنا (مقبل ، 2010) .

ولقد أوكل فرويد مهمة قيادة الشخصية السوية وإدارة حياة الفرد للأنى (Ego) فهي تقوم بعملية التوفيق بين المركبات المتصارعة مستعمله مبدأ الواقع من ناحية ، والأليات الدفاعية من ناحية أخرى . كما تتصف الأنى بأنها الجزء الواعي في الشخصية ، وتقوم بمهام عدة أهمها الحفاظ على الشخصية في حالة توازن من خلال الدفاع عنها ، والتوفيق ما بين الهو والأنى من ناحية والأنى الأعلى من ناحية أخرى لحل الصراع بين الفرد والواقع لتصل بالفرد إلى اتزانه النفسي (الدوري ، 1997 ؛ الأغا ، 2011) .

كما أن الأنى قد تتكفل بمهمة اتصال الشخصية ببيئة ليست دائماً مأمونة أو ودودة ، وذلك في حالة ضعفها الذي يعد احد الخصائص الأساسية للعصاب . فالشرط الضروري للمرض النفسي هو ضعف الأنى نسبياً أو مطلقاً بحيث يعوقها ذلك عن أداء مهامها ، وتعتمد طريقة التحليل النفسي في العلاج على استعادة سيطرة الأنى على نفسها ، لذلك فإن الهدف الأساسي من العلاج النفسي كما هو معروف اليوم هو إحداث تغييرات مرغوبة في الأنى ، أي تقوية الأنى (مذكوف وروث ، 1993 ؛ عبد الخالق ، 1993 ؛ جودة وحجو ، 2003) .

ولهذا فإن تقوية الأنى تساعد الفرد على أن يكون على اتصال مباشر بالواقع فيستطيع مواجهته وتقبله ، واستخدام ما لديه من مهارات معرفية وانفعالية وسلوكية بطريقة إيجابية وفعالة بعيداً عن القلق والتوتر ، وبالتالي فإن الركيزة الأساسية في الصحة النفسية تتمثل فيما لدى الأنى من قوة وإيجابية في التعامل بنجاح وفعالية مع جميع أطراف الصراع الشخصية منها والبيئية . وإذا كانت دراسة قوة الأنى ضرورية لدى الأفراد عامة ، فإنها لدى الجرحى أكثر ضرورةً ، لأنها تمثل دوراً حاسماً في تحديد موقفهم من تقبل إصابتهم والتوافق معها .

وتعتبر قوة الأنى أحد عوامل الشخصية التي يتوقف عليها أمر الصحة النفسية للفرد ، لما لها من أهمية كبيرة في دراسة الشخصية ، فهي من العوامل النفسية التي تؤثر في سلوك الأفراد ، كما يعتبر التصور الجسمي شرطاً ضرورياً لتشكل الأنى ، خاصة وأن مفهوم التصور الجسمي المشحون بالعواطف الإنفعالية تعود أصوله إلى خبرات الطفولة ، وبالتالي فإن الفرد المصاب جسدياً يكون أكثر عرضة لسوء التوافق وعرضه للمشكلات النفسية من غيره (سعيد ، 2007) .

وبالرغم من تلك الأهمية لمفهوم قوة الأنا باعتباره حجر الزاوية في الصحة النفسية ، إلا أن الاهتمام في دراسات التحليل النفسي انصرف بدرجة أعظم إلى دراسة الجوانب السالبة في الأنا بأكثر من دراسة الجوانب الموجبة (فضة ، 2000) .

ولا شك أن الإصابات والإعاقات الجسمية تعقبها سلسلة من المشكلات والاستجابات الانفعالية نتيجة لاضطراب صورة الجسم ، وطبيعة هذه الاستجابات تحدد ما إذا كان توافق الفرد سويًا أو مرضياً حيث أن هذه الاضطرابات الشخصية ترجع إلي التغير الذي يطرأ علي الجسم (فرحات ، 2004) .

ولا يخلو شخص في حياته من سوء التوافق فالإنسان يتعرض طوال حياته للعديد من الضغوط والمشاكل الجسدية والنفسية التي تؤثر على عملية التوافق لديه مثل تعرضه للأمراض النفسية والإصابات الجسدية حيث يحتاج الفرد لبذل مجهود أكثر للوصول إلى حالة التوافق الكاملة (مقبل ، 2010) .

وقد تكون طبيعة الإصابة واحدة لجميع الأفراد ، ولكن الاختلاف في ردود الأفعال للمصابين وكيفية استجاباتهم للإصابة وكيفية التوافق معها ، منذ بدايتها والدخول في الأعراض ، وكل هذا يتحدد بعدة عوامل متعددة تختلف من مصاب لآخر مثل مدة الإصابة وشدها ، والمساندة الأسرية والاجتماعية للمصاب ودعمه ، وعوامل ترجع لذات المصاب كتقبله للمرض ، وقوة الإرادة لديه والتي تكونت سابقاً في شخصيته في مراحل النمو المختلفة (عودة ، 2002) . وإن قدرة الفرد علي التوافق الناجح من عدمه يتوقف إلي حد كبير علي خبرات الفرد التي أكتسبها من الأسرة والمجتمع بشكل عام ، وكذلك علي مدى نجاحه في بناء تصور إيجابي عن ذاته وتقديره لها .

فتقدير الذات حاجه أساسية لدى الفرد سواء أكان سليماً أم جريحاً فهو بمثابة القوة الدافعة له نحو تأكيد ذاته وتحقيق إمكاناته ، ويعتبر مفتاح الشخصية السوية وطريق الوصول إلى النجاح في الكثير من المجالات مثل العلاقات الاجتماعية والتوافق الشخصي والمهني والاجتماعي والمجال الإبداعي (الحجري ، 2011) .

وبذلك يعد تقدير الذات من العوامل الأساسية التي تساهم في إدراك الفرد لذاته بصورة إيجابية أو سلبية ؛ فتقدير الذات الإيجابي يعد من الدلائل علي الصحة النفسية للفرد ، فهو يتطلب شخصية متوازنة ، بناءة قادرة علي مواجهة الصعوبات وعلي التواءم بين حاجاتها وميولها من ناحية والمتطلبات المحيطة بها من ناحية أخرى ؛ ففي حالة عدم مراعاتنا لمتطلبات الأفراد ربما سيؤدي ذلك إلي ضرر متراكم في بناء شخصياتهم الأمر الذي يدعونا إلي معرفة تلك المتطلبات كونها إيجابية لتعزيزها وتقويتها ، أو سلبية للحد من أثارها (الحجري ، 2011) .

وعليه فإن ما تعانيه هذه الفئة من مشاكل صحية ، قد ينعكس سلباً علي شخصياتهم ومدى توافقهم النفسي وتقديرهم لذاتهم ، الأمر الذي يحتاج إلي وقفة جادة للاهتمام بهم وبصحتهم الجسدية والنفسية التي قد تسوء بعدما تعرضوا له من إصابات أثناء فترة الحرب ، ونظراً لما يفرضه علينا الوفاء لهؤلاء الأبطال فإن أقل هذا الوفاء أن نهتم بهم ونسخر العلم والبحث من أجل المساندة والتوجيه بتقديم الدعم الصحي والنفسي الملائم لهم ، وهذا ما يتجسد في أحساس الباحث وشعوره بمعانات هذه الفئة (جرحى الثورة) الذين قدموا أجسادهم ودماءهم فداء لهذا الوطن .

2.1. مشكلة الدراسة و تساؤلاتها :

في ضوء ما سبق ذكره ، تتحدد مشكلة الدراسة الحالية في دراسة قوة الأنا وعلاقتها بالتوافق النفسي وتقدير الذات وبعض المتغيرات الديموغرافية (العمر ، ومستوى التعليم) لدى جرحى ثورة السابع عشر من فبراير .

وبشكل أدق قد تبلورت مشكلة الدراسة في صورة التساؤلات التالية :

1. ما مستوى قوة الأنا لدى جرحى ثورة السابع عشر من فبراير؟
2. ما مستوى التوافق النفسي لدى جرحى ثورة السابع عشر من فبراير؟
3. ما مستوى تقدير الذات لدى جرحى ثورة السابع عشر من فبراير؟
4. هل توجد علاقة ارتباطية بين قوة الأنا والتوافق النفسي لدى جرحى ثورة السابع عشر من فبراير؟
5. هل توجد علاقة ارتباطية بين قوة الأنا وتقدير الذات لدى جرحى ثورة السابع عشر من فبراير؟
6. هل توجد علاقة ارتباطية بين التوافق النفسي وتقدير الذات لدى جرحى ثورة السابع عشر من فبراير؟
7. هل توجد فروق في قوة الأنا وفقاً لفئة العمر لدى جرحى ثورة السابع عشر من فبراير؟

8. هل توجد فروق في التوافق النفسي وفقاً لفئة العمر لدى جرحى ثورة السابع عشر من فبراير؟

9. هل توجد فروق في تقدير الذات وفقاً لفئة العمر لدى جرحى ثورة السابع عشر من فبراير؟

10. هل توجد فروق في قوة الأنا وفقاً لمستوى التعليم لدى جرحى ثورة السابع عشر من فبراير؟

11. هل توجد فروق في التوافق النفسي وفقاً لمستوى التعليم لدى جرحى ثورة السابع عشر من فبراير؟

12. هل توجد فروق في تقدير الذات وفقاً لمستوى التعليم لدى جرحى ثورة السابع عشر من فبراير؟

3.1. أهمية الدراسة :

تكمن أهمية الدراسة الحالية في المتغيرات ذات العلاقة بالمشكلة التي تتعرض لها وهي قوة الأنا والتوافق النفسي وتقدير الذات لما لهذه المفاهيم من أهمية في شخصية الإنسان وصحته النفسية .

كما تلقي هذه الدراسة الضوء على فئة الجرحى ، تلك الفئة من المجتمع التي قدمت دماءها فداء للوطن ، وذلك من شأنه أن يلفت أنظار المسؤولين في الدولة إلى العناية بتلك الفئة من الشباب ، حيث إنها تشكل فئة كبيرة في المجتمع الليبي ، حيث بلغ عددهم في مدينة بنغازي فقط " 2677 " جريح ، فلا بد من الاستفادة من طاقتهم في كافة مجالات الحياة ولاسيما أن الدولة الليبية دولة فتية وبحاجة إلى جهد كل فرد من أبنائها .

كما يمكن أن تسهم نتائج الدراسة الحالية في مساعدة الأخصائيين النفسيين ومراكز التوجيه والإرشاد في وضع البرامج الإرشادية والعلاجية وبرامج التوعية لهذه الفئة التي قد تحتاج للعلاج وإعادة التأهيل .

وتتبقى أهمية هذه الدراسة في كونها تأتي في باكورة البحوث والدراسات الميدانية التي تناولت هذا الموضوع في البيئة الليبية ، والعلاقة بين تلك المفاهيم (علي حد علم الباحث) .

وتزداد أهمية الدراسة الحالية فيما يمكن أن تسفر عنه من نتائج وتوصيات قد تسهم في إيجاد حلول ناجحة لمشكلة محددة ، كما تتحدد الأهمية أيضاً في ضوء ما يضيفه البحث من نتائج علمية ، تفتح السبيل لمزيد من البحوث .

4.1. أهداف الدراسة :

تهدف الدراسة لتحقيق ما يلي :

1. التعرف على مستوى قوة الأنا لدى جرحى ثورة السابع عشر من فبراير .
2. التعرف على مستوى التوافق النفسي لدى جرحى ثورة السابع عشر من فبراير .
3. التعرف على مستوى تقدير الذات لدى جرحى ثورة السابع عشر من فبراير .
4. التعرف على العلاقة بين قوة الأنا والتوافق النفسي لدى جرحى ثورة السابع عشر من فبراير .
5. التعرف على العلاقة بين قوة الأنا وتقدير الذات لدى جرحى ثورة السابع عشر من فبراير .

6. التعرف علي العلاقة بين التوافق النفسي وتقدير الذات لدى جرحى ثورة السابع عشر من فبراير .

7. التعرف علي الفروق في قوة الأنا وفقاً لفئة العمر لدى جرحى ثورة السابع عشر من فبراير .

8. التعرف علي الفروق في التوافق النفسي وفقاً لفئة العمر لدى جرحى ثورة السابع عشر من فبراير .

9. التعرف علي الفروق في تقدير الذات وفقاً لفئة العمر لدى جرحى ثورة السابع عشر من فبراير .

10. التعرف علي الفروق في قوة الأنا وفقاً لمستوى التعليم لدى جرحى ثورة السابع عشر من فبراير .

11. التعرف علي الفروق في التوافق النفسي وفقاً لمستوى التعليم لدى جرحى ثورة السابع عشر من فبراير .

12. التعرف علي الفروق في تقدير الذات وفقاً لمستوى التعليم لدى جرحى ثورة السابع عشر من فبراير .

5.1. حدود الدراسة :

تتمثل حدود الدراسة في النقاط التالية :

1. الحدود البشرية : وتتمثل في العينة التي ستجري عليها الدراسة وهم جرحى ثورة السابع عشر من فبراير المسجلين بمكتب شؤون الجرحى بمدينة بنغازي والبالغ عددهم " 2677 " جريح (مكتب شؤون ورعاية الجرحى بنغازي ، 2013).

2. الحدود المكانية : وتتمثل في البيئة التي ستجري فيها الدراسة الميدانية وهي مدينة بنغازي وضواحيها

3. الحدود الزمنية : أجريت هذه الدراسة في العامين 2012 \ 2013 .

6.1. تحديد مصطلحات الدراسة :

أولاً : قوة الأنا :

• التعريف الاصطلاحي :

قوة الأنا هي " الركيزة الأساسية في الصحة النفسية وقد تستخدم كبديل أو مرادف لمصطلح الثبات الانفعالي ، وتشير قوة الأنا إلى التوافق مع الذات ومع المجتمع علاوة على الخلو من الأعراض العصابية والإحساس الإيجابي بالكفاية والرضا ، وقوة الأنا هي القطب المقابل للعصابية ، حيث يرى كثير من العلماء أن هناك متصلاً يقع في أحد أطرافه قطب قوة الأنا ويقع في الطرف المقابل قطب العصابية " (كفاي 1982 : 4) .

• التعريف الإجرائي :

هو حاصل جمع الدرجات التي يحصل عليها المبحوث (الجريح) من خلال استجاباته علي المفردات التي يحتويها مقياس بارون " لقوة الأنا " ترجمة كفاي (1982) .

ثانياً : التوافق النفسي :

• التعريف الاصطلاحي :

التوافق النفسي هو " عملية دينامية مستمرة تتناول السلوك والبيئة (الطبيعية والاجتماعية) بالتغيير والتعديل حتى يحدث توازن بين الفرد والبيئة " (زهران ، 1997 : 27) .

• التعريف الإجرائي :

هو حاصل جمع الدرجات التي يحصل عليها المبحوث (الجريح) من خلال استجاباته علي المفردات التي يحتويها مقياس التوافق النفسي من إعداد شقير (2003) .

ثالثاً : تقدير الذات :

• التعريف الاصطلاحي :

- تقدير الذات هو " تقييم يضعه الفرد لنفسه ويعمل علي المحافظة عليه " ، ويتضمن تقدير الذات اتجاهات الفرد الايجابية أو السلبية نحو ذاته ، كما يوضح مدى اعتقاد الفرد بأنه هام وقادر وناجح وكفؤ ، أي أن تقدير الذات هو حكم الشخص علي درجة كفاءته الشخصية ، كما يعبر عن اتجاهات الفرد نحو نفسه أو معتقداته عنها ، وهكذا يكون تقدير الذات بمثابة خبرة ذاتية ينقلها الفرد إلي الآخرين عن طريق التقارير اللفظية والسلوك الظاهر (الضيدان ، 2003 : 8) .

• التعريف الإجرائي :

هو حاصل جمع الدرجات التي يحصل عليها المبحوث (الجريح) من خلال استجاباته علي المفردات التي يحتويها مقياس هلمريش " لتقدير الذات " ترجمة محمد (1995) .

رابعاً : جرحى ثورة السابع عشر من فبراير :

هم الثوار الذين أصيبوا بجروح إثر الاشتباكات التي وقعت مع قوات النظام السابق منذ اندلاع ثورة السابع عشر من فبراير وحتى إعلان تحرير ليبيا يوم الأحد 23.10.2011 .

الفصل الثاني

الخلفية النظرية

- 1.2. المبحث الأول : قوة الأنا .
- 2.2. المبحث الثاني : التوافق النفسي .
- 3.2. المبحث الثالث : تقدير الذات .
- 4.2. المبحث الرابع : جرحى ثورة السابع عشر من فبراير .

المبحث الأول :

Ego Strength قوة الأنا

- 1.1.2 . تمهيد .
- 2.1.2 . مفهوم قوة الأنا .
- 3.1.2 . وظائف الأنا النفسية .
- 4.1.2 . مؤشرات قوة الأنا .
- 5.1.2 . حيل الأنا الدفاعية .
- 6.1.2 . النظريات المفسرة لقوة الأنا .

1.1.2 . تمهيد :

تشكل الأنا في مجموع بنائها المتماسك اجتماعياً ونفسياً وأكاديمياً شخصية الإنسان الفرد ، لذا فإن إمكانية تفاعلها بكل هذه المكونات وطبقاً لواقعها المعاش ، هي بمثابة الصورة الحقيقية لها ، والتي تعكس قدرتها علي المحافظة علي كينونتها وقوتها أمام الأحداث الصادمة التي قد تعصف بها . وعليه فإن قوة هذا التماسك أمام الأحداث التي قد تعترضها ، وما تشكله من قدرة علي التكيف في مواجهة تلك الأحداث غير المواتية والتي قد تعيق سير نموها بشكل في مجموعه ما يسمى بقوة الأنا (فحجان ، 2010) . وسنتناول في هذا المبحث مفهوم قوة الأنا ووظائفها ، ومؤشرات قوة الأنا ، وحيل الأنا الدفاعية ، والنظريات المفسرة لقوة الأنا .

2.1.2 . مفهوم قوة الأنا :

يشير ديفيد رابابورت (في محفوظ ، 1996) إلي أن دراسات الأنا تخطت ثلاث مراحل لتتطور . أكدت المرحلة الأولى بدايات نظرية التحليل النفسي لدي فرويد ، حيث يشير الأنا إلي جملة الأفكار السائدة التي تحتل الشعور بالإضافة إلي ما يسمى القيم الأخلاقية ، وذلك في مقابل الاندفاعات والرغبات الكامنة في اللاشعور، وكان الدفاع هو المهمة الرئيسية المفهومة عن الأنا في هذه الفترة ، حيث اعتبرها فرويد المسؤولة عن إقامة هذه الدفاعات في وجه الأفكار التي لم تكن في متناول الشعور . ومن هذا المنطلق اعتبرت وظيفة الأنا متناقضة لحد ما ؛ حيث أن عمله الأول كان ينصب على خفض حدة التوتر الداخلي وتحاشي المشاعر المؤلمة والمرتبطة بالأفكار الجنسية ، ولكن ينتج عن كبت كل ذلك حالة أخرى مؤلمة وهي القلق النفسي .

ثم بدأت المرحلة الثانية عام 1897 ، وقد تركز الاهتمام الأساسي لفرويد خلال هذه المرحلة على الدوافع الغريزية مع أشارات قليلة إلي الوظائف الدفاعية المرتبطة بالأنا . وبني فرويد فهمه للنشاط النفسي على أساس مقابلة الشعور باللاشعور، وذلك من خلال نظريته الطوبوغرافية والتي قسم النفس على أساسها إلي ثلاثة أنظمة (ثلاثة أنواع من النشاط النفسي) ؛ وهي : اللاشعور - ما قبل الشعور- الشعور . ولكن بناء على ملاحظاته الإكلينيكية ، أدرك فرويد ما تحتويه هذه النظرية من نقائص وأخطاء جسيمة ؛ إذ كان من الخطأ مثلا معادلة الأنا بالجهاز الشعوري ، لأن بعض وظائفه ، مثل الدفاعات تعمل بطريقة لاشعورية ، وبناء على ذلك ، اقترب فرويد في نهاية هذه المرحلة من إعادة صياغة تركيبية النفس في صورة أخرى غير مقابلة الشعور واللاشعور(القحطاني ، 2008) .

وعند ذلك ظهرت المرحلة الثالثة عام 1923 ، إذ قدم فرويد ما يعرف باسم النظرية التركيبية للنفس وذلك في صورة ثلاث مجموعات من الوظائف النفسية : الهو - الأنا - الأنا الأعلى ، ونحب أن نوكد هنا أن هذه التقسيمة الثلاثية للنفس لم تكن تشير إلى ظواهر معينة يمكن معاشتها وملاحظتها ، وإنما كانت تشير إلى تجريدات وكل منها يعرف عن طريق وظائفه (محفوظ ، 1986) . كما يرى جان لابانش وج. ب بونتاليس (1987) أن فرويد استعمل فكرة الأنا منذ أعماله الأولى حيث يمكن وصف مرحلة 1900 إلى 1915 بأنها مرحلة الدرب بالنسبة لفكرة الأنا ، حيث إن التجربة العيادية مع الأعصبة هي التي قادت فرويد إلى التطوير الجذري لمفهوم الأنا التقليدي .

واعتبر فرويد الأنا الأداة المنفذة في الشخصية ، وهي مركز الشعور والإدراك والإرادة والتحكم واختبار الواقع ، ولها السيطرة علي جميع الوظائف المعرفية والعمليات العقلية العليا ، وتعرف ما يدور في البيئة المحيطة بنا ، والمتكفلة بالدفاع عن الشخصية وتوافقها (عبد الخالق ، 2004) .

وأشارت آنا فرويد إلى أنه مرت فترات في تطور علم التحليل النفسي كانت فيها الدراسة النظرية للأنا الفرويدية أمراً منفرداً ، ولكن عندما اتخذت كتابات فرويد ، ابتداءً من " سيكولوجية الجماعة وتحليل الأنا " و " ما وراء مبدأ اللذة " وجهة نظر جديدة فإن الاهتمام انصب بشكل حاسم على منظمات الأنا ، وتشير آنا فرويد إلى أن مهمة التحليل النفسي تمثلت في أن يحصل على أكمل معرفة ممكنة بكل المنظمات الثلاث التي تعتقد أن الشخصية تتألف منها وأن يتبين ما يترتب على علاقاتها مع بعضها البعض ومع العالم الخارجي (فرويد ، 1972) .

وقد أسهمت الدراسات العاملية التي قام بها كاتل Cattell ، والتي توصل من خلالها إلى وجود عدد من المحاور الأساسية للشخصية ، والكشف عن وجود عامل قوة الأنا في مقابل الميل العصائية ، كواحد من ستة عشر عاملاً ، تشكل في مجموعها السمات الأولية للشخصية ، وهذه العوامل ثنائية القطب . ونظراً لتعدد الأبحاث تعددت مسميات بعد قوة الأنا فأطلق عليه أيزنك Eysenck ، وكاتل Cattell بعد الاتزان الانفعالي ، وآخرون أطلقوا عليه الثبات الانفعالي أو حسن التوافق أو الاتزان في مقابل عدم الثبات الانفعالي (هول وليندزي ، 1978) .

وكثيراً ما يخلط علماء النفس والباحثون بين مفهوم الأنا ومفهوم الذات ، وغالباً ما يستخدم الأنا ليقابل اللفظ الإنجليزي (Ego) ، ويستخدم مصطلح الذات ليقابل مصطلح (Self) . ودرج بعض الباحثين والكتاب علي استعمال تعبير الأنا عندما يريدون الإشارة إلي مجموع العمليات النفسية ، بينما يشير تعبير الذات إلى ما يكونه الفرد عن نفسه من مفهومات مختلفة .

ويميز سيموندس Symonds بين الأنا والذات فيعرف الأنا (Ego) وفقاً لمفهوم التحليل النفسي وهي مجموع عمليات الإدراك والتفكير والتذكر المسؤولة عن العمل من أجل إشباع إستجابة البواعث الداخلية . والذات (Self) هي الأساليب التي يستجيب بها الفرد لنفسه ، والذات تحتوي على أربعة جوانب وهي : كيف يدرك الفرد نفسه ، ما يعتقد عن نفسه ، كيف يقيم نفسه ، مجموعة الأساليب المختلفة التي يستخدمها الفرد لتعزيز نفسه والدفاع عنها (هول وليندزي ، 1978) .

ويرى زهران (1997) أن الأنا هي مركز الشعور والإدراك الحسي الخارجي والداخلي ، والعمليات العقلية للفرد ، وهي المشرفة على جهازنا الحركي الإرادي ، وتتكفل الأنا بالدفاع عن الشخصية وتوافقها . فالأنا لها وجهان ، وجه يطل على الدوافع الفطرية والغريزية في الهو ، وآخر يطل على العالم الخارجي عن طريق الحواس ، وتتمو الأنا عن طريق الخبرات التربوية التي يتعرض لها الفرد من الطفولة إلى الرشد ، ويقترّب الأنا (Ego) في نظرية التحليل النفسي من الذات (Self) في نظرية الذات . ولكن من بين صفات الأنا أن جزءاً منه تدفعه وتلاحظه وتعاقبه أجزاء أخرى . ويربط فرويد الأنا بباقي أجزاء الجهاز النفسي وهي الأنا الأعلى و الهو . بينما تعتبر نظرية الذات أن الذات هي حجر الزاوية في الشخصية وأنها جوهرها . وعلى أي حال فإن فرويد ينظر إلى الأنا على أنها قائدة ديناميات الشخصية .

ويؤكد المليجي (2002) أنه يجب ألا نخلط بين مفهوم الأنا ومفهوم الذات ، فبينما الأنا هو جوهر الشخصية ، فإن الذات هو تقييم الفرد لقيّمته ، كشخص أي تقييم الشخص لنفسه ، بينما الأنا هو طاقة الفرد للأداء ، وأن مفهوم الذات يحدد أداءه الفعلي .

كما يرى فهمي (1995) أن الذات تختلف في مفهومها عن الأنا ، فالأنا هي مجموع الوظائف النفسية التي تتحكم في السلوك ، أما الذات فهي فكرة الشخص عن هذه الوظائف وتقييمه لها واتجاهه نحوها ، فالذات باختصار هي فكرة الشخص عن نفسه .

وتعددت تعريفات قوة الأنا وتباينت لدى علماء النفس والباحثين كل من وجهة نظره الخاصة ولكن جميعها تهدف إلى وصف قوة الأنا وتؤكد على نفس المعنى وضمن إطارها العام المتفق عليه وهو أن قوة الأنا سمة من سمات الشخصية . وفيما يلي بعض من هذه التعريفات .

- يتناول ستاجنر 1961 مفهوم قوة الأنا من ناحيتين :

• الأولى وجدانية دينامية : وهي القدرة على تحمل التهديد الخارجي وعدم الإحساس بمشاعر الذنب ومدى تأثير الكبت .

• والثانية معرفية إدراكية : وهي التوازن بين التصلب والمرونة والتخطيط والضبط وتقدير الذات (عودة ، 2002 : 85) . ويرى الباحث أن هذا التعريف يتضمن بعضاً من مظاهر قوة الأنا والصفات الإيجابية التي يتمتع بها الشخص ذو قوة الأنا المرتفعة .

- ويرى عبد الفتاح (1961: 161) أن قوة الأنا هي " الحالة التي يستطيع فيها الشخص إدراك الجوانب المختلفة للمواقف التي تواجهه ، ثم الربط بين هذه المواقف وما لديه من دوافع وخبرات وتجارب سابقة من النجاح والفشل تساعده على تعيين نوع الاستجابة وتحديد طبيعتها ، وتنفق ومقتضيات الموقف الراهن ، وتسمح بتكييف استجابته تكيفاً ملائماً ينتهي بالفرد إلى التوافق مع البيئة والمساهمة الإيجابية في نشاطها ، وفي نفس الوقت ينتهي بالفرد إلى حالة من الشعور بالرضا والسعادة "

- ويعرف بارون Baron (1963 : 121) قوة الأنا بأنها " القدرة على التكيف في مواجهة مشكلات الحياة وأنها الكفاءة والفعالية في المواقف المختلفة " .

- أما دالستروم ، ولش 1965 فيري أن قوة الأنا " تتضمن القدرة علي معالجة الضغوط البيئية والدافعية والانفعالية وتعني الضبط الكافي عند التعامل مع الآخرين ، وتلقي قبولهم وممارسة تأثيرات حسنة عليهم ، وتتضمن كذلك استخدام المهارات والقدرات الكامنة لدي الفرد بأقصى طاقة ممكنة " (عبد الخالق ، 1999 : 324) .

- وقد عرف (عبد الرحمن ، 2006 : 491) قوة الأنا بأنها " قدرة الفرد علي التحكم في دوافعه ، وأن يظل هادئ الطباع وثابتاً انفعالياً ويتعامل بواقعية مع المشكلات ، كما أنه يتميز بالشعور بالرضا عن الطريقة التي يتبعها في حياته " .
- ويعرف عبد الخالق (1983 : 323) قوة الأنا بأنها " القدرة علي توافق الفرد مع نفسه ومن حوله ، والخلو من الأعراض المرضية العصبية ، فهي القطب المقابل أو مقلوب العصابية ، وأن قوة الأنا ليست بعداً مستقلاً في الشخصية ، بل إنها الجانب المقابل للعصابية " .
- ويشير أبو حطب وآخرون (1984 : 51) لقوة الأنا في معجم علم النفس والتربية بأنها " قدرة الفرد علي الاحتفاظ بالأنا متمثلة في حالة من التكيف للمواقف المختلفة " .
- ويعرف طه (1993 : 39) قوة الأنا في موسوعة علم النفس والتحليل النفسي بأنها " قوة الشخص على أن يحقق التوافق ، وهذا يدل على الصحة النفسية وعلى مهارة الأنا في علاج صراعاته الشخصية ، والتعامل معها ومع العالم الخارجي ، بحيث ينتهي به الأمر إلى النجاح والسلامة " .
- ويشير علي (1995 : 115) إلي رأي جاريت Garrett التي عرفت قوة الأنا بأنها " قدرة الأنا علي الارتباط بالبيئة الخارجية ، وعلى تقدير العوامل الواقعية ، وتوقع أو حدس النتائج ، وإيجاد الحلول للمشاكل التي يتم مواجهتها ويتضمن ذلك القدرة علي إرجاء الإشباع وتحمل الإحباط " .
- ويرى فونتانا Fontana (1995 : 386) " أن قوة الأنا تتضمن مستويات عالية من تقدير الذات ، والثقة بالنفس اللتان تساعدان الفرد على معالجة المشكلات التي يواجهها بهدوء وموضوعية .
- كما يرى فضة (2000 : 161) أن قوة الأنا هي " كفاية الأنا بالنسبة لما تؤديه من وظائف في الشخصية ، متضمناً كذلك كفاية الوظائف الجسمية ، وكفاية الوظائف العقلية ، وكفاية الوظائف الانفعالية ، وكفاية الوظائف الاجتماعية ، وكفاية الوظائف الخلقية ، وكفاية الاستجابة للمثيرات الداخلية (الصادرة عن الهو أو الأنا العليا) ، وكفاية الاستجابة للمثيرات الخارجية (الصادرة عن العالم الخارجي) ، والكفايات الشخصية ، وكفاية الوظائف المتعلقة بتقدير الذات " .
- كما يرى عبد الله (2000 : 27) أن قوة الأنا هي " القدرة علي التكيف مع شروط الواقع ، الاحتفاظ بأرجاع انفعالية متزنة ، التوافق مع المطالب الاجتماعية ، الاتزان ، القدرة علي التحكم في

- الانفعالات وفي التعبير عنها أيضاً في مواقف الغضب ، وفي مواقف الرضى ، وفي الحزن ، وفي الفرح ، وعند الخوف وعند الاطمئنان ، والخلو من الصراعات المرضية " .
- ويعرف جودة وحجو (2003 : 262) قوة الأنا بأنها " قوة الفرد وقدرته على مواجهة الواقع وتقبله ، والقدرة على استخدام ما لديه من مهارات معرفية وانفعالية وسلوكية في التعامل مع هذا الواقع " .
- كما تعرف الأغا (2011 : 39) قوة الأنا بأنها " قوة الفرد وقدرته على تحقيق التوافق الشخصي ، وفاعليته في استخدام الكفاءة الشخصية والنفسية إلى أقصى حد ممكن ، والقدرة على معالجة الضغوط بأنواعها المختلفة ، والاحتفاظ بأوضاع جسمية وانفعالية متزنة ، والتغلب على الإنهاك النفسي والانعزالية ، والتمتع بالنضج الخلقى ، للتوفيق بين الدوافع الداخلية والواقع الخارجي ، لتحقيق درجة عالية من الثبات ، للوصول إلى الرضا والسعادة " .
- كذلك تعرف أبو شمالة (2012 : 19) قوة الأنا بأنها " قدرة الفرد علي التعامل الفعال و المتزن و السليم حيال المواقف الضاغطة ، والقدرة علي تحقيق التوازن الفعال بين اندفاعاته الداخلية والخارجية ، فالأنا القوية هي صاحبة الإرادة السليمة ، والقادرة علي التوفيق بين الحاجات الجسمية والنفسية ، ومقتضيات الواقع الإجتماعي ، فهي الطريق السليم لسكينة النفس والأمن الداخلي والخارجي في الشخصية المتكاملة وعكسها الأنا الضعيفة " .
- ويتضح من التعريفات السابقة أنه بالرغم من تنوع الجوانب التي تناولها الباحثون في تعريفهم لقوة الأنا إلا أنهم حاولوا تعريفها في ضوء السمات الإيجابية للشخصية التي تضمن للفرد النجاح في تعامله مع بيئته الخارجية و فق إمكاناته وقدراته والقدرة علي التعامل الفعال مع الضغوط و التحكم والاتزان والإحساس الإيجابي بالرضا والسعادة .

3.1.2 . وظائف الأنا النفسية :

تناول كثير من العلماء والباحثين ومن بينهم (فرويد ، ب ت ؛ القذافي ، 1993 ؛ كيال ، 1993 ؛ الشوربجي ودانيال ، 2002 ؛ الجماعي ، 2007 ؛ فحجان ، 2010) وظائف الأنا من عدة زوايا وهي :

1. المحافظة على الشخصية وحمايتها مما تتعرض له من أخطار وإشباع متطلباتها بشكل لا يتعارض مع الواقع وظروفه .

2. تقوم بمهمة حفظ الذات ، وهي تؤدي هذه المهمة عبر تعلم التعامل مع المثيرات الخارجية ، وتتعلم الأنا تعديل العالم الخارجي تعديلاً يعود عليها بالنفع .

3. تسيطر الأنا على الحركات الإرادية نتيجة العلاقة السابقة التكوين بين الإدراك الحسي والفعل العضلي

4. تمثل الموجه الأساسي للشخصية وتعطي الأسلوب والطريقة التي تتم فيها عملية الإشباع .

5. تحقيق الإتران النفسي للفرد وتساعده علي مواجهة وتحمل احباطات الحياة وضغوطها .

6. حل الصراع بين الكائن الحي والواقع ، أو بين الحاجات المتعارضة للكائن الحي .

7. تقوم بتعديل طريقة تصريف طاقة الهو عن طريق تأخير تلبية مطالبه أو كفها .

ويتضح للباحث مما سبق أن الأنا (وهي ذلك الجزء الذي يتصف بالوعي) وتقوم بمهام عدة

تتمثل بالدفاع عن الشخصية وحمايتها وتوجيهها .

4.1.2 . حيل الأنا الدفاعية :

تواجه الأنا ألواناً من التهديد وأشكالاً من الأخطار تثير القلق والاضطراب ، فتحاول السيطرة عليها بطرق حل المشكلات واقعيّاً ، وقد تصطنع أساليب من قبل إنكار الحقيقة أو تشويهها ، وهذه الأساليب هي الحيل الدفاعية وسنعرضها بإيجاز فيما يلي :

1. التعويض :

هو عملية تقوم فيها الأنا بنقل دافع أو رغبة مرتبطة بموضوع معين إلى موضوع آخر ، فقد يكون الشخص راغباً في إشباع جوعه عن طريق تناول طعام معين يجد في البحث عنه فلا يجده ، فيضطر إلى نقل هذه الرغبة إلى نوع آخر متوافر من الطعام يتناوله لإزالة جوعه ، وتقوم الأنا بعملية التعويض هذه غالباً على مستوى لاشعوري كما في الهفوات والأحلام والأمراض النفسية ، وأحياناً أخرى على مستوى شعوري كما في المثال السابق (طه ، 1987) .

2. الإنكار :

يستلزم الصراع النفسي وجود قوتين متصارعتين ، لذا فإن الشخص الذي يريد أن ينكر أمراً نراه يحاول أن يغفل عن إحدى هذه القوى التي تشارك في الصراع ، وقد يصل به الأمر أن يتصورها غير موجودة ، ويطلق عليه اللاشعور فيجعله يصر على هذا الإنكار ، تجنباً للخطر الخارجي وتخفيفاً للضغط النفسي والتوتر العصبي الذي يستشعره من جراء هذا الصراع ، ويعد الإنكار صورته من صور الانسحاب التي تستخدمها الأنا لكي تجعل صاحبها يلوذ بنفسه فينكر الحقيقة دفعا للخطر (صبي ، ب ت) .

3. التقمص (التوحد) :

هو أن يجمع الفرد ويستعير ويتبنى وينسب إلى نفسه ما في غيره من صفات مرغوبة ، ويشكل نفسه على غرار شخص آخر يتحلى بهذه الصفات ، أي أن الفرد يتوحد أو يندمج في شخصية شخص آخر أو جماعة أخرى بها صفات مرغوبة لا توجد لدى الفرد ، وهكذا نجد أن التقمص فيه تسليم ضمني بالنقص ، وأنة تكميل للنقص (زهران ، 2005) .

4. الإسقاط :

وهو قيام الشخص يعزو سماته الشخصية غير المرغوبة إلى غيره من الأشخاص أو الهيئات ، حيث يتهم الرجل العدوانى ، مثلاً ، غيره من الناس بأنهم عدائيون . والإسقاط يحدث على مستوى لاشعوري دون أن تظن الشخصية إلى أنها تقوم بعملية إسقاط ، وهو لا يشمل فقط الدوافع واتجاهاتها والخصائص المرفوضة اجتماعياً ، بل ويعم غير المرفوض أيضاً من الدوافع والاتجاهات التي تتطلب إشباعها والاعتراف بها (الحفنى ، 2005) .

5. التبرير :

هو اختراع الشخص لأسباب تبدو منطقية ومقبولة اجتماعياً تسويغاً لسلوكه (ولكنها ليست الأسباب الحقيقية) . فالأب القاسى يبرر هجومه المقيت على طفله بقوله (عقاب الطفل مرغوب لمصلحته ، فهو بحاجة لتعلم الإنضباط) ، (مدكوف و روث ، 1993) .
" والتبرير من أهم العمليات اللاشعورية ذلك لأنه يكاد يتداخل في كل عملية لاشعورية أخرى ، وبعبارة أخرى التبرير عملية تدفع المرء دون شعور منه إلى تكوين أسباب لا حقيقة لها يدافع بها عن عمل أو فكرة دفعة إليها اللاشعور في الواقع " (الخانن ، ب ت : 123) .

6. النكوص :

وهو التراجع في وجهة الضغوط النفسية إلى مرحلة سابقة من النمو . فعندما يعجز الشخص الراشد عن إيجاد طريقة ملائمة للسلوك والتصرف المقبول فإنه ينفجر في نوبة غضب (مدكوف و روث ، 1993) .

7. الكبت :

حيلة دفاعية تستخدمها الأنا لمنع الأفكار المثيرة للقلق من الوصول إلى الشعور ، وقد تكون هذه الأفكار جزءاً من الهو وفي هذه الحالة يطلق علي الكبت (كبت أصيل بدائي) وقد تكون ذكريات لخبرات مؤلمة حدثت خلال حياة الفرد ويطلق عليها في هذه الحالة (كبت عادى) وفي الحالتين تعمل

الأنا علي إبقاء الأفكار المثيرة للقلق في اللاشعور باستخدام شحنات مضادة كلما هددت هذه الأفكار باتخاذ طريقها نحو الشعور (جابر ، 1990) .

8. الإغلاء :

عندما يعاق تحقيق رغبة الفرد فأنة قد يلجأ إلى أن يسلك سلوكاً مماثلاً ولكن في اتجاه آخر حتى يشبع هذه الرغبة ، فعندما يفشل الطالب في أن يكون طبيباً فإنه قد يلجأ في إغلاء رغبته بالعمل في مجالات أخرى مساعدة الطبيب (كالتمريض ، العلاج الطبيعي ، الصيدلة ، العمل الاجتماعي الطبي) ، (عويضة ، 1996) .

9. الإبدال أو الإزاحة :

هو إعادة توجيه الانفعالات المحبوسة نحو أشخاص أو موضوعات أو أفكار غير الأشخاص أو الموضوعات الأصلية الحقيقية التي سببت الانفعال وعادة ما يكون هدفاً آمناً من الهدف الأصلي ويتم الإبدال أو الإزاحة بسبب قوة المصدر الأصلي وعدم تمكن الفرد من التعامل معه مباشرة فمن يحبط من رئسسه قد ينزل العقاب بأحد أفراد أسرته ، والطالب الذي يعاقب من مدرسه فيقوم بإيقاع العقاب على أخيه الأصغر منه (لبد ، 2013) .

10. أحلام اليقظة :

تعتبر الأحلام إحدى الوسائل الأساسية التي يلجأ إليها الفرد لإشباع دوافعه التي تلح على طلب الإشباع خاصة إذا كان هذا الإشباع مستحيلًا في عالم الواقع . ففي الأحلام يرى الفرد دوافعه وقد تحققت في صورة حدث يتم أو خبرة يعيشها في الحلم ، أما في أحلام اليقظة فهي ضرب من الخيال يلجأ إليه الفرد ، والوظيفة الأساسية لأحلام اليقظة هي وسيلة دفاعية تحقق في الخيال ما لم يستطع الفرد تحقيقه في الواقع وهي ترتبط مباشرة بكمية الإحباط التي يواجهها الفرد (أبو سكران ، 2009) .

ويرى الباحث أن الفرد في مواجهة دافع واحد قد يستخدم أكثر من أسلوب دفاعي أو العكس بأن يلجأ الفرد إلى استخدام أسلوب أو حيلة دفاعية واحدة في مواجهة أكثر من دافع واحد فالسلوك الإنساني ككل معقد يصعب تشخيصه بسهولة . بالإضافة إلى أنه لا ضرر من استخدام أحد أو جميع الميكانزمات السابقة طالما كان ذلك في حدود الاستخدام المعتدل فقد يكون لاستخدام هذه

المىكانزمات الأثر الإىجابى على الفرد فاستخدامها بصورة معتدلة وىعد ذلك دلىلا على التوازن والتوافق النفسى عند الإنسان .

5.1.2 . مؤشرات قوة الأنا :

لقوة أو ضعف الأنا مؤشرات تدل عليها من خلال خصائص الفرد الشخصية أو أنماطه السلوكية واتجاهاته التى تناولها بعض الباحثين فى تعريفهم وتفسيرهم لها .
فقد ذكر الزينى (1974) ، وعيد (1997) بعض المؤشرات للدلالة على قوة الأنا ومنها :

1. الإرادة .

2. النضج الانفعالى .

3. البناء الخلقى غير المترمت .

4. تحمل التهديد الخارجى .

5. القدرة على تجاوز مشاعر الإثم .

6. القدرة على الكبت الفعال .

7. التخطيط والضبط .

8. تقدير الذات والشعور بأنها تستحق الإهتمام .

9. تحقيق التوازن النفسى بين التصلب والمرونة .

- وأشار عودة (2002) أن من مؤشرات الأنا الضعيفة :

1. نقص الوعى .

2. تشوش الإدراك .

3. عدم القدرة على تحمل الضغوط الخارجية .

- ويرى علي (1995) أن الأنا تكون قوية عندما :

1. لا تكون خاضعة لسيطرة الهو أو الأنا الأعلى ، وإنما تستطيع أن تقر بمطالبهما وتمارس ضبطها عليهما .

2. تكون لديها مجموعة من العمليات التي تمكنها من الاستجابة بشكل مختلف للمواقف المختلفة.

3. تستطيع حماية نفسها بمهارة أثناء قيامها بتنفيذ العمليات التنظيمية بين المطالب الداخلية ومطالب الواقع .

- في حين تكون الأنا ضعيفة عندما :

1. تعجز عن الدفاع ، أي عندما لا يتوافر لديها الوسائل اللازمة لصد أو احتواء التوترات وتنقصها الكفاءات التكيفية .

2. تقوم بمهامها الدفاعية بشكل صارم بحيث تعطل هذه الخطوط الدفاعية القوية وظيفتها الإدراكية ، وتعطل كذلك قوه الاتصالية والحاكمة ، وبالتالي تقيد وسائلها الدفاعية وتمنعها من إيجاد الوسائل السلوكية المشبعة من الناحيتين الذاتية والموضوعية مما يؤدي إلي ضعف وظائفها التنفيذية .

ويرى الباحث أن قوة الأنا كسمة من سمات الشخصية الإيجابية هي سمة نسبية يمكن أن تتحقق لدى الفرد بدرجة ما ، ويمكن أن تتخفف فتضعف الأنا ، وخواص الفرد ذي الأنا القوي يتمثل في استخدام المهارات والقدرات الموجودة لدى الشخص بأقصى طاقة ممكنة ، وتكيف الفرد مع الوسط الذي يعيش فيه ، والواقعية في تحديد الأهداف ، وتحمل الضغوط ومواجهتها والصبر عليها والرضا عن الحياة الشخصية والاجتماعية . فقوة الأنا تعتمد على سلامة البناء النفسي الداخلي والخارجي للفرد .

6.1.2 . النظريات المفسرة لقوة الأنا :

لقد أسهم علماء النفس من خلال النظريات التي توصلوا إليها ، في تفسير الشخصية وسماتها ، كقوة الأنا إسهامات كبيرة . وفيما يلي عرض لأهم هذه النظريات .

1. نظريات التحليل النفسي :

• فرويد Freud :

أشار فرويد إلى لفظ الأنا خلال تنظيره عن مكونات الشخصية ، التي تتكون وفق افتراض فرويد من الهو والأنا و الأنا الأعلى ، حيث اعتبر أن الأنا تشمل نواحي الشخصية المتصلة بالإدراك الحسي والتفكير والمعرفة والشعور والإرادة ، وهي المشرفة على أفعالنا الإرادية ، وتتكفل الأنا بالدفاع عن الشخصية و توافقها مع البيئة وتنظيم السلوك بضبط الدوافع ، فالأنا لدى فرويد منطقة عقلية ، أي أنها تتضمن الوظيفة التنسيقيه للشخصية (راجع ، 1968 ، الأغا ، 2011) .

وينشأ جهاز الأنا نتيجة للتفاعل الحاصل بين الكائن وبيئته ، وهي تعمل على تنظيم إشباع غرائز الهو حتى لا تصطدم مع الواقع الخارجي ، وكلما كانت الأنا قوية حظيت الشخصية بالاتزان والصحة النفسية ، وعلى قدر ضعف الأنا وعدم قدرتها على القيام بوظيفتها يكون ضعف الفرد واضطرابه (كفافي ، 1997) .

وأشار فرويد إلى أن الأنا القوية هي التي نمت نمواً سليماً والتي تستطيع التوفيق بين الهو والأنا الأعلى دون أن تتأثر أو تصاب باضطراب في بعض أو كل وظائفها ، أما الأنا الضعيفة غير الناضجة فهي التي تتخاذل أمام تعارض تلك القوى ، فقد تقع تحت سيطرة الهو وتخضع للضغوط

وعندئذ يسود مبدأ اللذة ويهمل مبدأ الواقع وما يطلبه الأنا الأعلى ، فيلجأ الشخص إلى تحطيم العوائق والقيود وهنا يصبح السلوك منحرفاً ويأخذ أشكالاً عدائية متعددة (الحياني وصباح ، 2011) .

• مفهوم قوة الأنا من منظور إسلامي :

لقد ميز الإسلام ثلاثة أقسام للنفس وهي النفس الأمانة بالسوء ، والنفس اللوامة ، والنفس المطمئنة ، وبعد نزول القرآن بنحو أربعة عشر قرناً من الزمان جاء فرويد مؤسس مدرسة التحليل النفسي بنظرية ميز فيها ثلاثة أقسام للنفس وهي : الهو والأنا و الأنا الأعلى . الهو يشبه إلى حد ما النفس الأمانة بالسوء ، والأنا الأعلى يشبه إلى حد ما النفس اللوامة ، والأنا تشبه إلى حد ما مفهوم النفس المطمئنة التي يصل إليها الإنسان بالتغلب على أهوائه وتحقيق التوازن بين مطالبه البدنية ومطالبة الروحانية (حيدر ، 1998) .

وبينما يقع الصراع النفسي في نظرية فرويد بين أقسام النفس الثلاثة الهو والأنا و الأنا الأعلى ، فإنه يقع وفقاً لتصوير القرآن لطبيعة تكوين الإنسان ، بين الجانب المادي والجانب الروحي من شخصية الإنسان ، وتتسبب تبعاً لنتيجة هذا الصراع حالات النفس الثلاثة : النفس الأمانة بالسوء ، والنفس اللوامة ، والنفس المطمئنة (نجاتي، 2001) .

• يونج Yong :

يرى يونج أن الشخصية تتكون من عدد من الأنظمة المنفصلة ولكنها متفاعلة مع ذلك فيما بينها وأهم هذه الأنظمة :

1. الأنا .
2. اللاشعور الشخصي .
3. اللاشعور الجمعي .
4. العقد .
5. الدور .
6. الظل .
7. الذات .

8. الأنيما والأنيماوس : والأنيما هو الجانب الأنثوي عند الرجل ، والأنيماوس الجانب الرجولي عند الأنثى (سفيان ، 2004) .

ومفهوم الأنا عند يونج يشمل فقط الأنشطة العقلية الشعورية علي أساس أن الأنا تتكون من المدركات الشعورية والذكريات ، والأفكار والوجدانيات ، والأنا مسؤولة أيضاً عن العمليات الشعورية كالتفكير والإدراكات ، فالأنا هي التي تدير حركة الإنسان اليومية فهي التي تتبهره وتذكره بالأشياء ، وتتخذ له قراراته اليومية (خوري ، 1996) .

2. نظرية عوامل الشخصية :

يؤكد كاتل Cattell على الموضوعية الإحصائية في دراسة الشخصية ، ولذلك فقد أسس أبحاثه على التقنية الإحصائية المعروفة بالتحليل العاملي واكتشاف أبعاد وسمات الشخصية حيث حملت نظريته مسماها . وباستخدام التحليل العاملي حدد كاتل 16 سمة مصدرية مستخرجة من قائمة البورت للسمات وأعد مقياساً للشخصية يقيس هذه السمات المصدرية يعرف باسم اختبار عوامل الشخصية الستة عشر 16 pf ، وإحدى هذه السمات هي سمة قوة الأنا أو الثبات الانفعالي .

ويرى كاتل أن عامل " قوة الأنا أو (الثبات الانفعالي) يرتبط بقدرة الفرد على التحكم في دوافعه وأن يظل هادئ الطباع وثابتاً انفعالياً ويتعامل بواقعية مع مشاكله ويشير إلى زيادة قوة الأنا كلما اكتشف الإنسان منافذ أكثر نجاحاً للتعبير عن طاقاته " (عبد الرحمن ، 2006 : 485 - 512) .

3. نظريات سيكولوجيا الأنا :

يعتقد أصحاب سيكولوجيا الأنا (إريكسون ، هارتمان ، هورني ، سوليفان وآخرون) أن الأنا تستمد طاقتها وقوتها من مصادر خاصة بها ولا تعتمد على طاقة الهو كما يعتقد فرويد (الخطيب ، 1998) .

ويري إريكسون Erikson أن الأنا أبعد من أن تحاول التوسط بين الهو الغريزية والأنا الأعلى التأديبي والبيئة المحيطة ، ولكن قدرتها تمتد إلى ابعدها من مجرد الدفاع ضد الغرائز المحرمة والقلق ، والسبب الأساسي هنا أن الوظيفة البنائية للأنا السوية هو احتفاظه بالشعور بالهوية أو هوية الأنا

أو الهوية السيكلوجية (عبد الرحمن ، 2009) . وتمثل نظرية إريكسون في النمو نفس اجتماعي للأنا واحدة من ابرز النظريات في هذا المجال فعلا خلاف نظريات التحليل النفسي الكلاسيكية . وقد جاءت هذه النظرية لتؤكد فاعلية الأنا وقدرتها التوافقية ونموها مدى الحياة .

ويشير إريكسون إلى مفهوم فاعلية الأنا Ego virtue أو قوة الأنا Ego strength بأنها قوى داخلية مكتسبة من قبل الأشخاص الأسوياء خلال النمو النفس اجتماعي ، وحل الأزمات المرحلية والأزمة هنا تعبير عن وجود مطالب ملحة بحاجة إلى مواجهة وإشباع ، فإما تحل الأزمة ايجابياً ، مما يعني نمو الأنا وكسب فاعلية جديدة ، أو تحل سلبياً مما يعني أعاققة النمو وفشل الأنا في كسب الفاعلية المتوقعة والتعرض إلى درجة من الاضطراب النفسي والسلوكي المتمثل في السلوك المضاد للأنا (القحطاني ، 2008) .

ويعتقد هارتمان أن مقدمات السلوك وشواهد تدل على أنه أكثر تركيباً وتعقيداً وتنوعاً من البواعث الغريزية البسيطة ، إذ إن للبيئة والموقف والأحداث التي يعيشها الفرد دوراً في سلوكه ، كما يرى أن لتعلم الفرد دوراً في تطوره حيث تكون الأنا مكونة من سمات موروثية وبيئية ، ما يؤدي إلى زيادة فهم علاقة الإنسان بالمجتمع من حوله (الخطيب ، 1998) .

ولقد اتخذ أصحاب سيكلوجية الأنا منحى آخر في تفسيرهم لقوة الأنا ، فالأنا تزداد قوة كلما كانت قادرة على التكيف مع متطلبات كل مرحلة من مراحل النمو ، فلقد اعتبر كل من إريكسون وسوليفان أن نمو الشخصية يمر بعدة مراحل و أن قوة الأنا تكون نسبية في مستوى القوة والضعف حسب عمليات الأنا القوية والسوية في كل مرحلة ، غير أنهما اختلفا في عدد هذه المراحل فقد حددها إريكسون بثماني مراحل بينما هي عند سوليفان ست مراحل (الأغا ، 2011) .

ويتضح مما سبق أن النظريات السابقة فسرت قوة الأنا من خلال أنها سمة تقع ضمن مجموعة من العوامل أو السمات ، ولكن هذه النظريات لم تفرد تفسيراً خاصاً لقوة الأنا من حيث تحديد أبعادها ومكوناتها والعوامل المؤثرة فيها سواء كانت عوامل داخلية أو عوامل خارجية ، إلا في أدنى الحدود .

المبحث الثاني :

التوافق النفسي psychological adjustment

- 1.2.2 . تمهيد .
- 2.2.2 . مفهوم التوافق .
- 3.2.2 . أبعاد التوافق النفسي .
- 4.2.2 . مظاهر الشخصية المتوافقة .
- 5.2.2 . معوقات التوافق .
- 6.2.2 . معايير التوافق .
- 7.2.2 . النظريات المفسرة للتوافق النفسي .

1.2.2 . تمهيد :

يعتبر موضوع التوافق من المواضيع الأساسية والهامة في علم النفس كما في أغلب الدراسات الإنسانية . فقد كان وما زال محوراً للاهتمام في العديد من الدراسات والأبحاث فهو يعتبر دليلاً ومؤشراً على الصحة النفسية والسلامة من الاضطرابات والمشاكل النفسية ، وحيث إن الإنسان يمر بعدة مراحل للنمو في حياته وكل مرحلة تتطلب من الفرد القيام بأدوار اجتماعية ونفسية معينة بدءاً من مرحلة الطفولة المبكرة وانتهاءً بمرحلة الشيخوخة مروراً بمراحل المراهقة والنضج ، وهذا ما يستوجب تعديلاً مستمراً في سلوكه وتغييره ومتطلبات المرحلة ليصل لحالة التوافق التي تمكنه من العيش بسلام داخلي مع نفسه كما هو مع محيطه الاجتماعي وأداء أدواره بكفاءة وفاعلية (الكحلوت ، 2011) . ولذلك سيتناول هذا المبحث مفهوم التوافق ، وأبعاد ومظاهر التوافق ، ومعوقات ومعايير التوافق ، بالإضافة للنظريات المفسرة للتوافق

2.2.2 . مفهوم التوافق :

كان التوافق في بداية ظهوره يقابل مصطلح التكيف ويعرف بيولوجياً كما ورد في نظرية دارون في النشوء والارتقاء بأنه قدرة الكائن الحي على التلاؤم مع الظروف البيئية . فعند حدوث تغيرات بيئية مفاجئة يواجهها الكائن الحي بتغيرات ذاتية وبيئية ليستمر في البقاء ، فإن فشل في ذلك ينقرض ويختفي (غالي ، 2013) .

ولقد أخذ علم النفس المفهوم البيولوجي للتكيف ، والذي أطلق عليه علماء البيولوجيا مصطلح " المواءمة " واستخدم في المجال النفسي الاجتماعي تحت مصطلح " التوافق " . فالإنسان كما يتلاءم مع الظروف البيئية يستطيع أن يتلاءم مع الظروف الاجتماعية والنفسية التي تحيط به ، والتي تتطلب منه باستمرار أن يقوم بمواءمات بينها وبينه في جميع مراحل نموه ، فكل هذه المراحل تتطلب منه أن يزيد قدراته على التوافق الاجتماعي وتعديل سلوكه ، ومن الطبيعي أن ينصب اهتمام علم النفس على البقاء والتوافق السيكولوجي الاجتماعي للفرد أكثر من أن ينصب على البقاء والتكيف الطبيعي والبيولوجي (فهيم ، 1978) .

وبعد الاطلاع على الأدب السيكولوجي في التوافق Adjustment والتكيف Adaptation ، يرى الباحث أن هناك تداخلاً بين المفهومين ، حيث إن بعض الباحثين ذكرها بنفس المعنى والمفهوم ، وآخرون ميزوا وفرقوا بينهما .

فيرى كل من مورا وكلاكهون Mourer and Klukhon أن التكيف يعني السلوك الذي يجعل الكائن حياً ، صحيحاً وفي حالة تكاثر ، كما أنه ينمي ويغير الطرق الموروثة في السلوك (نظرية الغرائز) ، بمعنى أن لفظة التكيف عندهما تستخدم للدلالة على مفهوم عام يتضمن جميع ما يبذله الكائن الحي من نشاط لممارسة عملية الحياة في محيطه الفيزيقي والاجتماعي ، بينما يؤدي التوافق إلى ظهور العادات ويغير منها (نظرية التعلم) أي أنهما يقصران لفظ " التوافق " للدلالة على الجانب السيكولوجي من نشاط الكائن الحي (كباحه ، 2011 ؛ أبو شمالة ، 2002) .

فالتوافق أعم وأشمل من التكيف ، ويكاد معناه يكون قاصراً على النواحي النفسية الاجتماعية ، بينما التكيف يختص بالنواحي الفسيولوجية وبذلك تصبح عملية تغيير الفرد لسلوكه ليتسق مع غيره ، وذلك باتباعه للعادات والتقاليد وخضوعه للالتزامات الاجتماعية عملية توافق ، وتصبح عملية تغيير حدقة العين وذلك باتساعها في الظلام وضيقها في الضوء عملية تكيف (كفافي ، 1990 ؛ شانلي ، 2000) .

أما كاتل Cattell فيتناول ثلاث مصطلحات هي التكيف ، والتوافق ، والتكامل ، محاولاً تحديد مفهوم كل منها ، فالتكيف يستخدم بمعنى اجتماعي ، أما التوافق فيعني العمليات النفسية البنائية ، والتكامل يعني مدى تكاتف وتأزر كل طاقات الفرد في سبيل هدف معين (فروجه ، 2011) .

ولتجنب الخلط بين المصطلحات فإن الباحث يمكنه التأكيد على أن كل من مصطلحي التوافق والتكيف له دلالة خاصة به ، فالتكيف يطلق على أي تغيير فيزيقي من شأنه الحفاظ على استمرارية الحياة وبقاء النوع ، وتلبية الحاجات البيولوجية والاجتماعية ، التي قد تساهم في تحقيق الفرد للتوافق الذي يختص بالجوانب النفسية للفرد وقدرته على التواءم والانسجام مع المتغيرات البيولوجية والاجتماعية وتجعله أكثر قدرة على تحقيق أهدافه وإشباع رغباته وتلبية احتياجاته .

واختلف العلماء في التوافق شأنه في ذلك شأن الظواهر الإنسانية المختلفة التي يصعب تحديدها أو تعريفها بسبب اختلاف وجهات نظر كل باحث واهتماماته وتعدد النظريات والأطر

الثقافية والاتجاهات التي تم من خلالها تناول الموضوع . فالتوافق مصطلح مركب وغامض إلى حد كبير لأنه يرتبط بالنظرة للطبيعة الإنسانية ووجود نظريات وأطر ثقافية متباينة ، وربما كان أحد أسباب غموض هذا المصطلح هو الخلط بين المفاهيم ، ففي الإنجليزية نجد كلمات ، - Adaptation Conformity - Adjustment - Accommodation وفي العربية نجد كلمات : توافق ، تكيف ، تلاؤم ، مسايرة ، مجارة ، حيث تشير المصطلحات التالية وفق الموسوعات والمعاجم النفسية إلى ما يلي :

1. **Accommodation** وترجمتها العربية تلاؤم ، وهو مصطلح اجتماعي يستخدم باعتباره عملية اجتماعية وظيفتها تقليل أو تجنب الصراع بين الجماعات .

2. **Conformity** وترجمتها العربية مسايرة ، وهو أيضاً مصطلح اجتماعي يعني الامتثال للمعايير والتوقعات الشائعة في الجماعة .

3. **Adaptation** وترجمتها العربية تكيف ، وهو مصطلح بيولوجي ويعني قدرة الكائن علي أن يعدل من نفسه أو يغير من بيئته إذا كان له أن يستمر في الحياة .

4. **Adjustment** والترجمة العربية لهذا المصطلح هي توافق وهو المفهوم النفسي أو الاجتماعي (شاذلي ، 2001) . وهو ما يتفق فيه الباحث الحالي مع شاذلي .

وقد عرف التوافق من الناحية اللغوية علي أنه : " مأخوذ من الاتفاق . واستوفقت الله : سألته التوفيق . ووفقه الله توفيقاً . ولا يتوافق عبد إلا بتوفيقه " (الزاوي ، 1981 : 665) . كما عرف التوافق في لسان العرب أن التوافق : " مأخوذة من وفق الشيء أي لاعمه ، وقد وافقه موافقة ، واتفق معه توافقاً " (الأنصاري ، 1988 : 262) .

وفيما يلي عرض لتعريفات التوافق النفسي ابتداءً بتعريف هنا (1965) وانتهاءً بتعريف علي (2013) :

- يعرف هنا 1965 التوافق النفسي بأنه " التوازن النفسي أي أن الفرد يثق في نفسه وفي الآخرين المحيطين به داخل الأسرة وخارجها ، ويحظى بالتقبل والرضا ممن حوله كما يتمتع بعلاقات

- اجتماعية جيدة تتميز بالاعتماد علي النفس وتحمل المسؤولية والموضوعية في مواجهة الأمور وعدم التردد " (في الحاسي ، 2007 : 4) .
- وعرفه ولمان Wolmen (35 : 1973) بأنه " قدرة الفرد على إشباع حاجاته ، ومقابلة متطلباته النفسية والاجتماعية من خلال علاقة منسجمة مع البيئة التي يعيش فيها " .
 - وتعرف عبد المعطي 1973 التوافق النفسي بأنه "عملية دينامية مستمرة نشطة ووظيفته تؤدي إلى حالة من الاتزان النسبي بينه وبين ذاته وفي الوقت نفسه بينه وبين بيئته بأبعادها المختلفة من طبيعية واجتماعية وثقافية وغيرها من جهة أخرى ، وأنها ترتبط بأنماط السلوك الملائم التي تشبع بها الفرد وحاجاته بصوره موضوعية وواقعية " (في علي ، 2008 : 20) .
 - وعرف الداھرى وسفيان (1997 : 2) التوافق النفسي بأنه " إشباع الفرد لحاجاته النفسية وتقبله لذاته واستمتاعه بحياة خالية من التوترات والصراعات والأمراض النفسية ، واستمتاعه بعلاقات اجتماعية حميمة ومشاركته في الأنشطة الاجتماعية ، وتقبله لعادات وتقاليد وقيم مجتمعة " .
 - وعرفة لازروس Lazarus بأنه " مجموع العمليات النفسية التي تساعد الفرد علي التغلب علي المتطلبات والضغوط المتعددة " (القذافي ، 1998 : 109) .
 - ويرى روجرز Rogers أن التوافق هو " قدرة الشخص على تقبل الأمور التي يدركها ، بما في ذلك ذاته ، ثم العمل بعد ذلك على تبنيها في تنظيـم شخصيته " (السراج ، 2011 : 36) .
 - وأشار يونج Yong للتوافق بأنه " المرونة التي يشكل بها الفرد اتجاهاته وسلوكه ، لمواجهة المواقف الجديدة ، بحيث يكون هناك نوع من التكامل بين تعبيره عن طموحه ، وتوقعاته ومطالب المجتمع " (الخالدي ، 2002 : 89) .
 - ويرى شوبين Shopeen أن التوافق هو " السلوك المتكامل ، ذلك السلوك الذي يحقق للفرد أقصى حد من الاستغلال للإمكانيات الرمزية والاجتماعية التي ينفرد بها الفرد " (أحمد ، 2003 : 40) .

- ويعرف سفيان (2004 : 154) التوافق بأنه " إشباع الفرد لحاجاته النفسية وفهمه لذاته فهماً واقعياً وتقبله لذاته واحترامها ، وثقته بنفسه وتحمله المسؤولية ، وقدرته علي اتخاذ قراراته ، وحل مشكلاته ، وتحقيق أهدافه " .

- كما يعرف وافي (2006 : 9) التوافق النفسي بأنه " عملية دينامية مستمرة يحاول فيها الفرد تحقيق قدر من الاتزان والرضي والتوائم والانسجام مع ذاته وبيئته " .

- تعريف بركات (2008 : 26) التوافق النفسي هو " حالة من الاتزان النفسي تتجلى في تكامل شخصية الفرد ، والتخطيط لمستقبله ، وحل مشكلاته ، والتمتع بقدر من الثبات الانفعالي الذي يمكن الفرد من إقامة علاقات اجتماعية ناجحة ، والالتزام بقيم توجه سلوكه ، والإسهام في بناء المجتمع ، والشعور بالطمأنينة والرضا " .

- ويعرف حسين وعبداليمية (2011 : 181) التوافق النفسي بأنه " تفاعل الفرد مع بيئته المحيطة به وفقاً لقدراته وإمكانياته لإشباع حاجاته ورغباته وفقاً للظروف الخارجية التي تملئها عليه تلك البيئة " .

- كما يعرف علي (2013 : 66) التوافق النفسي بأنه " عملية دينامية مستمرة يجتهد فيها الفرد في تعديل ما يمكن تعديله من سلوكه وفي بيئته الطبيعية والاجتماعية ، وتقبل ما لا يمكن تعديله سعياً لإحداث حالة من التوازن بينه وبين البيئة التي يعيش فيها " .

ورغم تعدد تعريفات مفهوم التوافق والنظر إليه من زوايا متعددة باختلاف العلماء والباحثين إلا أنه يمكن حصرها في ثلاثة اتجاهات رئيسية هي :

1. الاتجاه الفردي أو الشخصي :

ويعني تحقيق التوافق عن طريق إشباع الفرد لدوافعه ، فالفرد المتوافق هو الذي يخلو من الصراعات الداخلية الشعورية واللاشعورية ، ويتحلي بقدر من المرونة ، ومن الذين يميلون لهذا الاتجاه هم التحليليون الذين يرون أن الشخص المتوافق هو الشخص صاحب الأنا الفعال الذي يسيطر علي كل من الهو والأنا العليا (العصيمي ، 2010) .

2. الاتجاه الجمعي أو الاجتماعي :

ويعني أن عملية التوافق تكمن في مسايرة المجتمع بما فيه من معايير وأعراف ومسايرتها وعدم الاصطدام معها ، ومن أنصار هذا الاتجاه السلوكيين فهم يرون أن العمليات التوافقية متعلمة ، وأن الأفراد متى ابتعدوا عن المجتمع ، فإن سلوكياتهم تأخذ شكلاً شاذاً غير متوافق (الصويط ، 2009) .

3. الاتجاه المتكامل :

ويعني أن عملية التوافق عملية موازنة بين الفرد ونفسه من جهة وبينه وبيئته من جهة أخرى ، وأن الفرد المتوافق هو الذي يحقق حاجاته ومتطلباته المادية والنفسية ضمن الإطار الثقافي الذي يعيش فيه (عبد اللطيف ، 1999) . ويرى الباحث أن الاتجاه المتكامل هو الأكثر قبولاً ، وانتشاراً وهو الأدق حيث أنه يجمع بين الاتجاه الفردي والاجتماعي في تعريف التوافق .

3.2.2 . أبعاد التوافق النفسي :

هناك أبعاد مختلفة للتوافق تبدو في قدرة الفرد على أن يتوافق توافقاً سليماً وأن يتواءم مع بيئته الاجتماعية أو المهنية ، مما يدل على أن التوافق عملية معقدة إلى حد كبير (بطرس ، 2008). ومن هذه الأبعاد المعبرة عن المجالات التي يظهر فيها التوافق ما يلي :

1. التوافق الشخصي والانفعالي :

" ويقصد به قدرة الفرد على تقبله لذاته والرضا عنها ، وقدرته على تحقيق احتياجاته ببذل الجهد والعمل المتواصل بجانب شعوره بالقوة والشجاعة ، وإحساسه بقيمته الذاتية وأنه شخص ذو قيمة في الحياة ، وخلوه من الاضطرابات العصبية ، وتمتعه باتزان انفعالي وهدوء نفسي " (شقيير ، 2003 : 5) .

2. التوافق الاجتماعي :

هو إحساس الفرد بالسعادة من جراء عقد علاقات اجتماعية حميمة مع الآخرين ، مبتعداً بها عن السيطرة والتملك والعدوانية ، راضياً عن تلك العلاقات دؤوباً في العمل من أجلها ، ساعياً للخير فيها يضاف إلى ذلك تقبل التغيرات التي تحدث ومسايرة تلك المعايير الاجتماعية للجماعة التي ينتمي إليها . أي لا بد من الموازنة بين حاجات الفرد ومتطلباته وإمكاناته ومتطلبات البيئة الاجتماعية ، وبهذا يشعر الفرد بالأمن الاجتماعي (الزهراني ، 2005) .

3. التوافق الأسرى :

يتضمن العلاقة الاجتماعية التي تقوم بين أعضاء الأسرة الواحدة (الأب - الأم - الأبناء) علي نحو يحقق التوازن داخل الأسرة ، حيث تسود المحبة والثقة والاحترام بين جميع أفراد الأسرة (عبد الحميد ، 1987) .

4. التوافق الصحي (الجسدي) :

وهو تمتع الفرد بصحة جيدة خالية من الأمراض الجسمية والعقلية والانفعالية مع تقبله لمظهره الخارجي والرضا عنه ، وخلوه من المشاكل العضوية المختلفة ، وشعوره بالارتياح النفسي تجاه قدراته وإمكاناته وتمتعته بحواس سليمة ، وميله إلى النشاط والحيوية معظم الوقت وقدرته على الحركة والالتزان وسلامة في التركيز مع الاستمرارية في النشاط والعمل دون إجهاد (شقيير ، 2003) .

5. التوافق المهني :

ويتضمن الاختيار المناسب للمهنة والاستعداد مهنيًا وتدريبياً لها والدخول فيها والإنجاز والكفاءة والإنتاج والشعور بالرضا والنجاح ، ويعبر عنه العامل المناسب في العمل المناسب (زهرا ، 2005) .

6. التوافق العقلي :

عناصر التوافق العقلي هي الإدراك الحسي والتعليم والتذكر والتفكير والذكاء والاستعدادات ويتحقق التوافق العقلي بقيام كل بعد من هذه الأبعاد بدوره كاملاً ومتعاوناً مع بقية العناصر(العنزي ، 1998) .

7. التوافق الديني :

الجانب الديني جزء من التركيب النفسي للفرد ، وكثيراً ما يكون مسرحاً للتعبير عن صراعات داخلية عنيفة ، مثال ذلك ما نجده عند كثير من الشباب أصحاب الاتجاهات الإلحادية والتعصبية ، ويتحقق التوافق الديني بالأمان الصادق ذلك أن الدين من حيث هو عقيدة وتنظيم للتعاملات بين الناس ذو أثر عميق في تكامل الشخصية واتزانها فهو يرضي حاجة الإنسان إلى الأمن (شاذلي ، 2001) .

8. التوافق السياسي :

يتحقق التوافق السياسي عندما يعتقد الفرد المبادئ الأساسية التي تتمشى مع تلك التي يعتنقها المجتمع أو يوافق عليها أي عندما يساير معايير الجماعة التي يعيش فيها وإذ ما خالف تلك المعايير

تعرض لكثير من الضغوط المادية والنفسية أو قد ينشأ لديه صراع داخلي يعوق إشباع كثير من حاجاته ويصيبه التوتر والقلق وعليه أن يساير معايير الجماعة أو يغير مبادئه السياسية حتى يتحقق التوافق بينه وبين مجتمعه (شريت ، 2001) .

9. التوافق الجنسي :

ويتضمن السعادة الزوجية والإشباع والرضا الجنسي والعاطفي والاستقرار الزواجي ، ويلعب الجنس دوراً بالغ الأهمية في حياة الفرد لما له من أثر في سلوكه وعلي صحته النفسية ذلك أن النشاط الجنسي يشبع كلاً من الحاجات الشخصية والاجتماعية وإحباطه مصدر للصراع والتوتر الشديدين (علي ، 2008) .

10. التوافق الزواجي :

ترى (سري 1990 في حسن ، 2001) أن التوافق الزواجي يتضمن السعادة الزوجية والرضا الزوجي ويتمثل في الاختيار المناسب للزوج والاستعداد للحياة الزوجية والدخول فيها والحب المتبادل بين الزوجين ، والإشباع الجنسي ، وتحمل مسؤوليات الحياة الزوجية ، والقدرة علي حل مشكلاتها ، والاستقرار الزوجي.

ويتضح للباحث أن أبعاد التوافق متداخلة ببعضها البعض ولا يمكن الفصل بينها ، وانظر لو كانت التوترات تسكن الفرد من داخله فكيف ستكون طريقة تعامله مع الآخرين ، والعكس صحيح ، لو كانت التوترات والقلق تسود الفرد فكيف ستكون طريقة تعامله مع نفسه وذاته . ولذلك يرى الباحث أن التوافق وبكل مجالاته وأنواعه مهم للغاية في استقرار النفس البشرية ومحيطها علي حد سواء ، ومن هنا لا بد من توفير المناخ الإيجابي والفعال للفرد وخاصة الجرحى بغض النظر عن نوع الإصابة .

4.2.2 . مظاهر الشخصية المتوافقة :

تتميز الشخصية المتوافقة بمجموعة من المظاهر السلوكية ، التي تدل على النضج ومن الممكن اعتبارها صفات للشخصية المتوافقة ، ومن هذه المظاهر :

1. النظرة الواقعية للحياة .
2. مستوى طموح الفرد .

3. المسؤولية الاجتماعية .

4. الإحساس بإشباع حاجات نفسية .

5. توافر مجموعة من سمات الشخصية ومن أهمها :

• الاتزان الانفعالي : وهو القدرة على تناول الأمور بتأنٍ وصبر فلا يستنفذ، ولا يستنثار من الأحداث التافهة ويتسم بالهدوء والرزانة ، عقلائي في مواجهة الأمور يتحكم في انفعالاته خاصة انفعال الغضب والخوف .

• القدرة على ضبط الذات : وهو من المؤشرات الهامة التي تشير إلى التوافق فتصور الإنسان المتوافق ومفهومه لذاته متوازناً مع إمكانياته وقدراته ، فهو لديه القدرة على ضبط ذاته وعلى إدراك عواقب الأمور ، وكلما زادت القدرة على ضبط الذات كلما قلت الحاجة إلى الضبط الصادر من سلطة أخرى خارجة عن الذات .

• المسؤولية الاجتماعية : المقصود بهذه السمة أن يحس الفرد بمسؤوليته إزاء الآخرين وإزاء المجتمع بقيمه ومفاهيمه وفي هذه الحالة يكون الشخص غيرياً (أي يهتم بالغير) ومن ثم يبتعد عن الأنانية ، ويتمثل في سلوك الفرد الاهتمام بمجمعه والدفاع عنه وحماية منجزات هذا المجتمع .

• توافر مجموعة من القيم (نسق قيمي) : تعتبر القيم من المعايير العليا ، التي يتبناها كل مجتمع ، ويؤمن بها ويحققها في أفرادها ، وبعض هذه القيم فطرية ؛ لأن الإنسان مفطور على الخير والصالح ، وبعضها مكتسبة يكتسبها الفرد نتيجة اشتراكه في نشاط المجتمع ، ولكي يصل المجتمع إلى غاياته فإنه يقوم بغرس قيمه واتجاهاته ، كما يضع المعايير التي تعمل كضوء كشاف ييسر للفرد انتقاء واختيار استجاباته للمثيرات ، وفي المواقف الاجتماعية وبالتالي يعين على التوازن والتوافق مع المجتمع (عبد العزيز ، 2004 ؛ محمد ، 2004) .

ويرى علماء النفس أن الشخصية المتوافقة هي الشخصية التي يمكنها أن تتمتع بالصحة النفسية ، كما يرى علماء الصحة النفسية أن الصحة النفسية تتطلب توافقاً إيجابياً مع الذات ومع المحيط . ويذكر شوييل Schwebel النقاط التالية في العلاقة بين التوافق والصحة النفسية :

1. الصحة النفسية توافق مستمر، غير ثابت ، وهي هدف دائم ، ضروري وأساسي في نمو الشخصية السوية .
2. الصحة النفسية حالة إيجابية تشمل الجوانب الجسمية والعقلية والاجتماعية والانفعالية ، وهذه الجوانب متكاملة تنمو خلال عملية التوافق .
3. الصحة النفسية عملية توافق تهدف إلى إيصال الفرد إلى أعلى مراتب تحقيق الذات (الحجار، 2003 ؛ الكلوت ، 2011) .

ويرى الباحث أن التوافق هو دليل على وجود الصحة النفسية وليس مرادفاً لها بالرغم من التداخل الكبير بين هذين المصطلحين ، فلا يمكن أن يتمتع الشخص بالصحة النفسية دون وجود حالة من رضا الفرد عن نفسه وتلبيته لاحتياجاته بما لا يتعارض مع ما هو متاح ومقبول اجتماعياً من غير أن يحيا هذا الفرد صراعات وتوترات نفسية .

5.2.2 . معوقات التوافق :

يعمل الفرد دائماً علي تحقيق التوافق النفسي ، ويلجأ في ذلك إلي أساليب مباشرة وغير مباشرة لكي يحقق توافقه مع نفسه وبيئته . وخلال هذه العملية يواجه الشخص عدة معوقات تؤثر سلبياً علي توافقه ومن هذه المعوقات ما يلي :

1. المعوقات النفسية :

رغم من أن التوافق سمة أو خاصية نفسية ، فان ذلك لا يعني عدم تأثرها بالمتغيرات النفسية الأخرى ، إذ أن هناك عوامل نفسية كثيرة يمكن أن تساعد على التوافق الحسن أو تزيد من حدة سوء التوافق ، فالاضطرابات النفسية عوامل ومظاهر لسوء التوافق ، كما تعتبر عوامل مساعدة على إحداثه ، ومنها على سبيل المثال لا الحصر :

- **الانفعالات الشديدة :** مثل الخوف والغضب التي قد تكون شديدة ومتكرره وغير مناسبة للموقف حيث يكون لهذه الانفعالات غير المتوازنة أثرها السيئ من الناحية الجسمية والنفسية والاجتماعية .

- **عدم فهم المرء لذاته :** أو التقدير السالب للذات وضعف مشاعر الكفاية يمكن أن يكون سبباً لسوء التوافق ، كما يمكن أن تعوق قدرة الفرد على تحديد أهداف مناسبة مما يعني الفشل في تحقيق هذه الأهداف ، وهذا ما يمكن أن يضاعف من سوء التوافق النفسي والتعرض لمزيد من الاضطرابات .
- **صراع الأدوار :** يلعب الفرد أدواراً متعددة تبعاً لما يتوقعه المجتمع وقد يلعب دورين متصارعين في آن واحد مما يؤدي إلى سوء التوافق إذا لم يستطع التنسيق بين هذه الأدوار ويحقق الانسجام بينها .
- **الاضطرابات النفسية :** كالقلق والاكتئاب والمخاوف المرضية وغيرها من الاضطرابات تعد مظهراً من مظاهر سوء التوافق (عسيري ، 2003) .

2. المعوقات الجسمية :

ونقصد بها بعض العاهات والتشوهات الجسمية ، ونقص الحواس التي تحول بين الفرد وأهدافه ، فضعف القلب وضعف البنية قد يعوقان الفرد عن مشاركته في النشاطات الرياضية والترفيهية ، وقبح شكل الجسم أو تشوّهه قد يعوق الشخص عن الزواج وتكوين الأصدقاء ، وضعف الإبصار قد يعوق الطالب عن الالتحاق بالكليات العسكرية وغيره من الكليات التي تشترط سلامة الإبصار (شريت ، 2001) . ويرى الباحث أن المعوقات الجسمية من أكثر المعوقات التي قد تطل عينه الدراسة نظراً للإصابات والتشوهات التي يعاني منها هؤلاء الشباب الجرحى والتي قد تكون عائقاً أمام توافقهم .

3. المعوقات المادية والاقتصادية :

يعتبر نقص المال وعدم توفر الإمكانيات المادية عائقاً يمنع كثيراً من الناس من تحقيق أهدافهم في الحياة ، وقد يسبب لهم الشعور بالإحباط ، لذا اعتبر سيدنا علي بن أبي طالب رضي الله عنه الفقر

عدواً للأنسان وقال " لو كان الفقر رجلاً لقتلته " باعتباره عائقاً قوياً يمنع الفقراء من إشباع حاجاتهم الأساسية ، ويسبب لهم الكدر والألم ، ويعتبر نقص المال عائقاً يمنع كثيراً من الشباب من تحقيق أهدافهم في التعليم والزواج والعمل ، أو الحصول علي المسكن والسيارة وغير ذلك (محمد ومرسي ، 2003).

4. المعوقات الاجتماعية :

ونقصد بالمعوقات الاجتماعية القيود التي يفرضها المجتمع في عاداته وتقاليده وأعرافه لضبط السلوك وتنظيم العلاقات ، وتعوق الشخص عن تحقيق بعض أهدافه ، ومن هذه المعوقات منع الوالدين أبنائهم من إشباع بعض رغباتهم تأديباً وتربية ، وقد تمنع العادات والتقاليد شاباً من الزواج من الفتاة التي يحبها ، ويؤدي الموت والطلاق إلى حرمان الطفل من والديه أو إحداهما(علي وعبد الغني ، 2005)

6.2.2 . معايير التوافق :

لقد أشارت العديد من البحوث والدراسات والكتب المتخصصة في ميدان علم النفس والصحة النفسية إلى مجموعة من المعايير التي يمكن استخدامها للكشف عن مستوى التوافق النفسي لدى فرد أو مجموعة من الأفراد ، وتختلف فيما بينها من حيث الكفاءة والجودة ، إضافة إلى آلية الاستخدام وطبيعة الفئة المستهدفة من عملية القياس ، ومن أبرز هذه المعايير ما يأتي :

1. المعيار الإحصائي :

يقوم هذا المعيار علي تطبيق الأفكار الإحصائية لتحديد المتوافقين وغير المتوافقين ، وذلك بإرجاع سمات الفرد إلى المتوسط ، فالشخص غير السوي هو الذي ينحرف عن المتوسط العام لتوزيع الأشخاص أو السمات أو السلوك (الداهري والكبيسي ، 1999) . ويرى الباحث أن المعيار الإحصائي من

أفضل المعايير للدلالة علي مستوي التوافق إذ كان مناسباً للبيئة التي سيطبق فيها ، أما إذ كان غير مناسباً وغير ملائم للبيئة والثقافة التي سيطبق بها فإنه يكون غير دقيق ؛ لأنه في هذه الحالة لا يعطي تفسيراً لدلالات أخلاقية أو اجتماعية .

2. المعيار المثالي :

وهو محك متأثر بالفلسفة وبالذات فلسفة الأخلاق والأديان ، ويعتمد في تحديده لدرجة التوافق علي مدي الاقتراب من الحد الأعلى أو المثل أو الكمال ، إلا أن المشكلة هي في كيفية تحديد درجة الكمال وخاصة فيما يتعلق بصفات وخصائص البشر، ومن الصعوبة الاعتماد علي هذا المعيار في أحكامنا ، ذلك أن المثالية ليست محدودة تحديداً دقيقاً ، كما أننا كأشخاص لسنا بالمثاليين حسب هذا المعيار فكيف يمكننا الحكم علي أشخاص آخرين بالمثالية أو غيرها (سفيان ، 2004) .

3. المعيار الباثولوجي :

ويصنف الأشخاص حسب الأعراض العيادية التي تظهر لديهم ، وهذا المعيار يعتمد أساساً علي الأعراض العيادية أي علي الأشخاص الذين تظهر عليهم مثل هذه الأعراض (كأعراض القلق والاكنتاب والوسوس القهرية وغيرها) ، أو بمعنى آخر فإنه يعتمد علي الأشخاص غير المتوافقين أساساً ، من هنا فإنه لا يستطيع أن يحدد الدرجة التي نقف عندها ، ونقول أن هذا السلوك سوي أو شاذ (طه ، 1980).

4. المعيار الاجتماعي أو الثقافي :

هذا المعيار، إنما هو معيار نسبي ذلك أنه يرى أن الشخص السوي هو الذي يساير سلوك وقيم ومعايير وقوانين مجتمعة ، وكما نعرف فإن قيم المجتمعات وقوانينها ومعاييرها تختلف اختلافاً ظاهراً بعضها عن بعض ، كما تختلف أهداف المجتمعات ، بل وتتعارض أيضاً (احمد ، 2008) .

ويقوم المحك الاجتماعي على أساس القبول الاجتماعي ، فالسلوك الذي يتفق مع المعايير الاجتماعية يكون سلوكاً سويًا ، أما السلوك الذي لا يتفق مع هذه المعايير فهو سلوك شاذ أو غير سوي ، والمعيار الاجتماعي مفهوم يشير إلى ما يقبله المجتمع من قواعد وعادات واتجاهات وقيم ، وغيرها من العوامل التي تحدد سلوك الأفراد (عويضة ، 1996) .

وقد وجهت انتقادات للمحك الاجتماعي ذلك أن المجتمعات تختلف فيما بينها في القيم والاتجاهات ، فهناك سلوكيات اجتماعية شاذة في نظر المسلمين ، إلا أنها مقبولة عند الآخرين ، وتتباين المجتمعات فيما بينها في أمورها الاجتماعية والعقائدية ، وبالتالي تختلف ، فالحكم على السلوكيات فيها وكل حسب مرجعيته وعقائده ، وعلي الرغم من هذا فإن المحك الاجتماعي ضروري لأن لكل مجتمع أعرافه وتقاليده ، وما يعد متوافق في مجتمع لا يكون كذلك في المجتمعات الأخرى (المرجع السابق : 68) .

7.2.2 . النظريات المفسرة للتوافق النفسي :

يعتبر البعد النظري لتفسير أي ظاهره علمية الأساس في كل البحوث . وموضوع التوافق ، لأهميته الكبرى ، يعد من المواضيع الحديثة في البحوث النفسية ، وذلك لما له من علاقة مباشرة بحياة الفرد . ومن أهم النظريات التي فسرت التوافق نورد ما يلي :

1. نظريات التحليل النفسي :

• فرويد Freud :

يرى فرويد أن الشخصية مفهوم فرضي يتكون من ثلاث منظومات هي الهو (Id) ، الأنا (Ego) ، والأنا الأعلى (Superego) ، ويمثل الهو الجزء المتأصل غير المنظم من الشخصية ،

وهدفه تقليل التوتر الناشئ عن طريق الحصول على إشباع الحاجات الأساسية (كالجوع والجنس) ، وهو يعمل حسب مبدأ اللذة والذي يهدف إلى التقليل الآني للتوتر والوصول إلى أعلى درجات الرضا والإشباع . كما أن رغبات الهو لا يمكن أن يتم إشباعها بالكامل أو بصورة مستمرة ، وذلك لوجود الجزء الثاني من مكونات الشخصية وهو الأنا (السراج ، 2011) .

ويمثل الأنا الأعلى مبدأ المثل والقيم التي يكتسبها الفرد من خلال التنشئة ، ويقوم عملها على إشباع الجانب القيمي والأخلاقي لدى الفرد بأعلى درجة ، ويمثل الأنا مبدأ الواقع ، وعمله حماية الفرد وهو يوازن بين الهو والأنا الأعلى ، فالأنا تجعل من الفرد متوافقاً أو غير متوافق ، فالأنا القوية تسيطر على الهو والأنا الأعلى وتحدث توازناً بينهما وبين الواقع ، أما الأنا الضعيفة فتضعف أمام الهو فتسيطر (الهو) على الشخصية ؛ فتكون شخصية شهوانية تحاول إشباع غرائزها دون مراعاة الواقع أو المثل مما تؤدي بصاحبها إلى الانحراف. وعدم مراعاة الواقع ينعكس عليها سلباً ؛ ومن ثم يظهر الاضطراب . وإذا ما سيطرت الأنا الأعلى فإنها تجعل الشخصية متشددة بالمثل إلى درجة عدم المرونة تقوم بكبت الرغبات والغرائز الطبيعية ، أو تشعر بالذنب المبالغ فيه وتؤدي إلى الاضطراب النفسي وسوء التوافق . ويعتبر فرويد أن التوافق شبه الكامل نادر لدى الإنسان . كما يعتبر أن بداية سوء التوافق غالباً ما ترجع إلى مرحلة الطفولة ، وخاصة في السنوات الخمس الأولى حينما تنمو الأنا نمواً غير سليم . فالنمو السليم يؤدي إلى نشوء الأنا القوية ، ويواجه الفرد حالات التوتر والقلق عن طريق حيل الدفاع اللاشعورية ، ولكن إذا بالغ في استخدام هذه الحيل فإنه يؤدي إلى سوء التوافق (سفيان ، 2004) .

كما اعتقد فرويد أن عملية التوافق غالباً ما تكون لا شعورية ؛ أي أن الأفراد لا تعي الأسباب الحقيقية لكثير من سلوكياتهم . فالشخص المتوافق هو من يستطيع إشباع المتطلبات الضرورية للهو بوسائل مقبولة اجتماعياً ، وأن العصاب والذهان ما هما إلا شكل من أشكال سوء التوافق (عبد اللطيف ، 1999) .

وبذلك فإن التوافق من وجهة نظر التحليل النفسي هو قدرة الفرد على أن يقوم بعملياته العقلية والنفسية والاجتماعية على خير وجه ، ويشعر أثناء القيام بها بالسعادة والرضا ؛ فلا يكون خاضعاً لرغبات الهو ، ولا يكون عبداً لقسوة الأنا الأعلى وعذاب الضمير، ولا يتم له ذلك

إلا إذا توزعت الطاقة النفسية توزيماً يحوز الأنا على أغلبيه ، لى صور قوياً يستطيع أن يوازن بين متطلبات الهو وتحذيرات الأنا الأعلى ومقتضيات الواقع ، ولكي يصبح الإنسان متوافقاً بهذا المعنى في سن الرشد ، فلا بد له من أن ينشأ في أسرة سوية يتم الحوار بين أقطابها بطريقة منطقية يسودها الحب والحنان (زور ، 1975) .

• يونج yong :

اعتقد يونج أن مفتاح التوافق والصحة النفسية يكمن في استمرار النمو الشخصي دون توقف ، أو تعطل . كما أكد على أهمية اكتشاف الذات الحقيقية ، وأهمية التوازن في الشخصية السوية المتوافق . كما قرر أن الصحة النفسية والتوافق السوي يتطلبان التوازن بين ميلونا الانطوائية ، وميلونا الانبساطية (سامية ، 2013) .

• فروم from :

اعتقد فروم أن الشخصية المتوافقة هي التي يكون لديها تنظيم موجه في الحياة ، وأن تكون مستقبلة للآخرين ، ومنفتحة عليهم ، ولديها قدرة علي التحمل والثقة ، وأكد على مغزى قدرة الذات على التعبير عن الحب للآخرين بدون قلق ، وما قد يعقب ذلك (عبد اللطيف ، 1999) .

• أريكسون Erikson :

قرر أريكسون أن الشخصية المتوافقة والمتمتع بالصحة النفسية لابد وأن تتسم بالآتي : (الثقة - الاستقلالية - التوجه نحو الهدف - التنافس - الإحساس الواضح بالهوية - القدرة علي الألفة والحب) . والحقيقة أن تقريره هذا بأن القدرة علي موازنة الذات للظروف المتغيرة يعد دليلاً علي النضج يمكن وصفه بسهولة علي أنه تعريف للتوافق (عبد اللطيف ، 1999) .

2. النظريات السلوكية :

من المبادئ العامة التي تركز علي هذه النظريات أن معظم سلوك الإنسان متعلم ، وأن الفرد يتعلم السلوك السوي وغير السوي والمتوافق وغير المتوافق ، ومن أهم مبادئها (المثور والاستجابة) وهو أن لكل سلوك مثور؛ فإذا كانت العلاقة بينهما سليمة كان السلوك سليماً . كما أن المجتمع من وجهة نظرهم هو الذي يؤثر ويعدل سلوك الفرد ويشكله كما يشاء . فالفرد يولد صفحة بيضاء والمجتمع يشكله من خلال عملية التنشئة الاجتماعية في البيت

والمدرسة وينمى فيه الحاجات والأهداف التي تتفق مع تقاليد وقيمه ، ويعلمه العادات المقبولة في إشباعها ويكسبه السلوك المناسب اجتماعياً للتغلب عن النفس (السراج ، 2011) .

وبالتالي فإن الشخص المتمتع بصحة نفسية هو الذي اكتسب السلوكيات المقبولة اجتماعياً التي تمكنه من التوافق مع نفسه ومع المجتمع توافقاً يشبع حاجاته ويرضى المجتمع ، أما الشخص واهن الصحة النفسية ، فهو الذي فشل في اكتساب هذه السلوكيات أو اكتسب سلوكيات غير مقبولة اجتماعياً تتسبب سخط المجتمع عليه ، أو تعلم سلوكيات متناقضة في الموقف الواحد تجعله في حيرة الإقدام - الإحجام فيقع في الصراع النفسي (المرجع السابق : 47) .

وطبقاً للمدرسة السلوكية فإن أنماط التوافق وسوء التوافق تعد متعلمة أو مكتسبة ؛ وذلك من خلال الخبرات التي يتعرض لها الفرد . والسلوك التوافقي يشتمل على خبرات تشير إلى كيفية الاستجابة لتحديات الحياة والتي سوف تقابل بالتعزيز أو التدهيم .

ولقد اعتقد "واطسون" Watson و "سكنر" Skinner أن عملية التوافق الشخصي لا يمكن لها أن تنمو عن طريق الجهد الشعوري ولكنها تتشكل بطريقة آلية عن طريق التلميحات البيئية أو إثابتها (كباجه ، 2011) .

أما السلوكيون المعرفيون من أمثال "بندورا" Bandura و "ماهوني" Mahoney فقد استبعدوا تفسير توافق الفرد على أنه يحدث بطريقة آلية تبعده عن الطبيعة الإنسانية واعتبروا أن كثيراً من الوظائف البشرية تتم والفرد على درجة عالية من الوعي والإدراك مزمنة للأفكار والمفاهيم الأساسية . أي أن "بندورا" و "ماهوني" رفضوا تفسير طبيعة الإنسان بطريقة آلية ميكانيكية (فروجه ، 2011) .

3. نظريات علم النفس الإنساني :

أبرز من يمثل هذا الاتجاه (كارل روجرز ، وأبراهام ماسلو ، وجوردن البورت) ويشير أصحاب هذا الاتجاه إلى دور الغرائز البيولوجية وإشباعها في إحداث التوافق ، كما يشيرون إلى أهمية أن يتعلم الفرد أنماطاً معينة من السلوك من خلال التقليد (في الطفولة) والتدعيم له كي يتحقق التوافق كما يرى السلوكيون ، لكنهم يؤكدون على أهمية تحقيق الذات في التوافق النفسي ، ولذلك فإن الهدف

من المساعدة هو توفير المناخ الذي يتسم بالدفء والتقبل ليستطيع الفرد أن يحقق ذاته (عبد الله ، 2008)

• روجرز Rogers :

ويوضح روجرز أن الفرد لا يتصرف بطريقة تناقض مفهومه عن ذاته ، والذات عند روجرز ليست المحدد الوحيد للسلوك ، حيث يقرر أنه قد يصدر السلوك عن خبرات وحاجات عضوية لم تصل إلى مستوى التعبير الرمزي ، وربما لا يتسق هذا السلوك مع بناء الذات من ناحية والحاجات العضوية للكائن من ناحية أخرى يحددان السلوك للفرد ، فإذا تناقضا معاً استطاع الفرد أن يحقق التوافق النفسي ويصبح أكثر تفهماً للآخرين وأكثر تقبلاً لهم ، أما إذا تعارضا فإن الفرد يعاني من الصراع ويقع فريسة للمرض النفسي (مصطفى ، 2010) .

• ماسلو Maslow :

يرى ماسلو أن احتياجات الفرد تؤثر في سلوكه ، ولهذه الاحتياجات ترتب تصاعدي تبدأ من الحاجات الجسميّة الفسيولوجية ، تليها حاجات الأمن ، ثم تليها حاجات الحب ، ثم تليها حاجات التقدير والاحترام ، ثم حاجات المعرفة فالحاجات الجمالية فتحقق الذات (بركات ، 2008) . وقد رتبت هذه الحاجات حسب أهميتها فالحاجات الأكثر أساسية وضعت في أدنى السلم ، والأعلى منها مرتبة أقل إلحاحاً من سابقتها ، ولا ينتقل الفرد إلى الحاجة الأعلى إلا بعد أن يشبع الحاجة التي قبلها بالقدر الكافي . حيث يندفع الكائن الحي إلى إشباع الحاجات الأولية أو الفيزيولوجية فإذا ما أشبعت اختفت من مجال دافعيته وأفسحت المجال للمستوى الثاني من الدوافع وهكذا فتعويق الحاجات من وجهة نظره يؤسس لمشاكل سوء التوافق ، بمعنى أن الشخصية لا تتحقق لها الصحة النفسية السليمة التي تهدف إلى توافق الإنسان مع البيئة الخارجية إلا إذا أشبعت الحاجات وشعر الإنسان بأن حاجاته قد أشبعت فعلاً (مصطفى ، 2010) .

• البورت Allport :

يرى البورت أن التوافق هو غاية كل كائن حي ، ويعد دافعاً أساسياً للسلوك ، بمعنى أن كل فرد يتوافق مع بيئته بطريقته الخاصة وبأسلوبه الشخصي ، ويرتبط التوافق السوي بامتداد الذات ،

ويعني ذلك أن حياة الفرد لا ينبغي لها أن تقتيد في نطاق تلك المجموعة من النشاطات التي ترتبط ارتباطاً وثيقاً بحاجاته وبواجباته المباشرة ، وينبغي أن تكون إشبعاته أكثر ميلاً إلى الكثرة والتعدد منها إلى القلة والنمطية ، وهذا الامتداد للذات يتضمن إسقاطاً على المستقبل في صورة تخطيط وآمال (إبراهيم ، 2004) .

ويرى الباحث أن التوافق عند الاتجاه الإنساني ، يقوم على تحقيق الفرد لذاته ، وإنسانيته ، وأن الفرد إذا شعر بالتهديد ، والعجز عن إشباع حاجاته ، ومواجهة مشكلاته ، فإنه لا يستطيع أن يحقق ذاته ، ويصبح سيء التوافق .

4. النظريات البيولوجية :

ومن مؤسسيها (داروين ، مندل ، كالمان ، وجالتون) وينظر أنصار هذا الاتجاه إلي الإنسان من خلال المفاهيم الفسيولوجية والطبية بنفس المعيار الذي ينظر به الطبيب إلي الشخص الصحيح أو الشخص المريض ، ويتم تعريف التوافق من هذا المنظور علي انه المحافظة علي مستوي الاتزان الداخلي للجسم لدي الفرد عن طريق تعلم مجموعة من الطرق والأساليب التي تعمل علي تخفيض حدة القلق واضطراب الجسم كلما زاد عن الحد المعلوم . ويأخذ الاتجاه البيولوجي في عملية التوافق مسارين :

1. مسار لاشعوري تقوم به أجهزة الجسم بالعمل بشكل تلقائي لا دخل للفرد فيه ، فمواجهة الجسم للبرد يؤدي إلي إحداث قشعريرة التي تؤدي بدورها إلي قيام الشخص بالبحث عن الدفء أو ارتداء ملابس ثقيلة .

2. مسار شعوري يحاول فيه الإنسان إعادة التوافق إلي جسمه في حالة المرض عن طريق تناول الأدوية والعقاقير ، كما قد يعمل علي إعادة التوافق في حالة التعب عن طريق الحصول علي قسط من الراحة (الختاتنة ، 2012) .

5. النظرة الإسلامية للتوافق :

الإسلام عقيدة من أهم خصائصها أنها تبعث في روح المؤمن بها الثقة في الله ، والاطمئنان إليه من غير تواكل ، والتوافق مع النفس من غير حدود ، ويتضح ارتباط الدين بالتوافق النفسي من منطلق أن التوافق يعني قدرة الفرد على أن يكون متلائماً مع نفسه ومع القيم التي ارتضاها لذاته ، ومع الأهداف التي يبرجوها وينشد تحقيقها ، وإلى درجة معقولة من التوافق مع الجماعة التي يعيش فيها في ضوء معطيات الدين الذي يؤمن به (الحجار ، 2003) .

وينظر الإسلام إلى ملامح شخصية المسلم كأساس لتوافقه مع مجتمعه مثل حسن الخلق والتواضع والألفة قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : " المؤمن للمؤمن كالبنيان يشد بعضه بعضاً " ، والتوافق النفسي ما هو إلا محصلة هذه العادات التي تسمو بالفرد وتجعل طرائقه في الحياة متممة بطابع الاتزان والهدوء والثبات الانفعالي ، فالفرد الذي نمت بين جنبات نفسه تلك القيم الأخلاقية والروحية هو فرد لديه عادات التدريب الذاتي والتوجيه الذاتي والتحكم الذاتي فتكون لديه القدرة والوسائل على ترويض دوافعه بما يبسر له التوافق السليم وأوامر الله عز وجل للإنسان ونواهي له في حقيقتها دعوة للتوافق والاتزان والفضيلة والبعد عن الانحراف والاختلاف والرذيلة ، فمجمل الدعوة الإسلامية هي للتحلي بهذه الأمور التي تعني مكارم الأخلاق ومكارم الأخلاق كثيرة وتدل في مجملها على اتزان الإنسان الانفعالي وتوافقه النفسي والاجتماعي (أبوشماله ، 2002) .

ولقد أرشد الإسلام المسلم إلى الطريق الذي يقي التوافق النفسي عند المسلم في فترات الشدة وهو الاستعانة بالصبر والصلاة ، " يأيها الذين آمنوا استعينوا بالصبر والصلاة، إن الله مع الصابرين" (البقرة : 153) ، ويبشر الصابرين بالأجر العظيم فيقول تعالى: " أولئك عليهم صلواتٌ من ربهم ورحمةٌ وأولئك هم المهتدون" (البقرة : 156).

المبحث الثالث :

تقدير الذات Self - Esteem

- 1.3.2 . تمهيد .
- 2.3.2 . مفهوم تقدير الذات .
- 3.3.2 . أهمية تقدير الذات .
- 4.3.2 . مستويات تقدير الذات .
- 5.3.2 . مصادر تقدير الذات .
- 6.3.2 . العوامل المؤثرة في تقدير الذات .
- 7.3.2 . النظريات المفسرة لتقدير الذات .

1.3.2 . تمهيد :

يعتبر تقدير الذات من أهم المفاهيم المتعلقة بشخصية الإنسان ويعد أحد الأبعاد الهامة للشخصية ، فلا يمكن أن نحقق فهماً واضحاً للشخصية أو السلوك الإنساني بشكل عام ، دون أن نشمل ضمن متغيراتها الوسيطة مفهوم تقدير الذات ، حيث يرى البورت Allport أن تقدير الذات يدخل في كل السمات والجوانب والوجدانية للفرد ، ويعتبر البعض أن تقدير الذات الايجابي هام وأساسي جداً لدرجة أن كل بناءات الشخصية تلعب دوراً في تنظيمها . ويشير روجرز Rogers إلى أن الدافع الأساسي للإنسان هو تحقيق الذات وتحسينها (حمام والهويش ، 2010) . ولهذا سيتناول هذا المبحث في الصفحات اللاحقة ، مفهوم تقدير الذات ، وأهمية تقدير الذات ، ومستويات تقدير الذات ، ومصادر تقدير الذات ، والعوامل المؤثرة في تقدير الذات ، وكذلك النظريات المفسرة لتقدير الذات .

2.3.2 . مفهوم تقدير الذات :

نالت سمة تقدير الذات اهتماماً واضحاً في البحوث والدراسات الحديثة وخاصة علاقتها بالعديد من المتغيرات لدرجة أن بعض الباحثين ينظرون إليها كسمة محورية لقطاعات عديدة من السلوك الإنساني .

فقد ظهر مصطلح تقدير الذات في أواخر الخمسينات ، وسرعان ما أخذ مكانته المتميزة في كتابات الباحثين والعلماء بجانب المصطلحات الأخرى في نظرية الذات التي زودت بها نظرية الأدب النفسي في تلك الفترة ، مثل مفهوم الذات المثالية ، ومفهوم صورة الذات ، ومفهوم الذات الواقعية ، ومفهوم تقبل الذات ، ثم ظهر مفهوم تقدير الذات الذي كان يشير حسب كوهين Cohen إلى الدرجة التي تتطابق عندها الذات المثالية والذات الواقعية (عبد الحميد ، 1982) .

وترجع بداية دراسة تقدير الذات إل كوبر سميث Cooper Smith الذي وضع بطارية تقدير الذات المكونة من خمسين بنداً للأطفال الصغار والخامس والسادس ، وعليه قدم كوبر سميث تعريفاً للتفرقة بين مفهوم الذات وتقدير الذات ، فمفهوم الذات يشمل آراء الشخص عن نفسه ، بينما تقدير الذات هو التقييم الذي يضعه لنفسه وما يتمسك به من عادات مألوفة لديه مع اعتبار لذاته ، وبالتالي يعبر عن اتجاه القبول أو الرفض بحيث يشير إلى معتقدات الفرد تجاه ذاته ، وبهذا يكون تقدير الذات هو : الحكم على صلاحيته معبراً عنها بواسطة الاتجاه الذي يكنه حول ذاته ، فهو خبرة ذاتية ينقلها

للآخرين عن طريق التقارير اللفظية ويعبر عنها بالسلوك الظاهر. ويتضمن مفهوم الذات معلومات عن صفات الذات ، بينما تقدير الذات هو عبارة عن تقييم لهذه الصفات ، مفهوم الذات يتضمن فهماً معرفياً للذات ، بينما تقدير الذات فهم انفعالي للذات يعكس الثقة بالنفس(الضيدان ، 2003 ؛ شقفة ، 2008)

وعلى هذا الأساس ميز فوكس fox 1990 في أبحاثه بين الاصطلاح الوصفي والمتمثل في مفهوم الذات والاصطلاح العاطفي الوجداني والمتمثل في تقدير الذات ، إذ يرى أن مفهوم الذات يشير إلى وصف الذات باستخدام سلسلة من الجمل الإخبارية مثل : أنا طالب بهدف إعطاء صورة لشخصية متعددة الجوانب ، أما تقدير الذات فيهتم بالعنصر التقييمي لمفهوم الذات حيث إن الأفراد يصدرون أحكاماً علي شخصياتهم بناء علي تقييمهم لها . وببساطة فإن مفهوم الذات يسمح للفرد بأن يصف نفسه في إطار تجربة مثيرة ، أما تقدير الذات فيهتم بالقيمة الوجدانية التي يربطها الفرد بأدائه خلال هذه التجربة (بسمينه ، 2012) .

ويميز هاماشيك Hamachech بين عدت مصطلحات في هذا المجال : الذات Self وتمثل الجزء الواعي من النفس على المستوي الشعوري ، ومفهوم الذات Self - Concept يشير إلى تلك المجموعة الخاصة من الأفكار والاتجاهات التي تكون لدينا في أي لحظة من الزمن أي أنها ذلك البناء المعرفي المنظم الذي ينشأ من خبراتنا بأنفسنا والوعي بها ، أما تقدير الذات Self - Esteem فيمثل الجزء الانفعالي منها ، وفاعلية الذات Self - Efficacy بأنها اعتقاد الفرد وتوقعاته عن قدراته على أداء المهام المطلوبة منه (الضيدان ، 2003) .

ويشير (عبد القادر 2003 في المصري ، 2011) إلى أن تقدير الذات يدور حول حكم الفرد على قيمته ، بينما مفهوم فاعلية الذات يدور حول اعتقاد الفرد في قدرته على إنجاز الفعل في المستقبل . وأن تقدير الذات يعني بالجوانب الوجدانية والمعرفية معاً ، وأما فاعلية الذات فهي غالباً معرفية وأن مفهوم تقدير الذات وفاعلية الذات بعدان هاما لمفهوم الذات لأنهما يساهمان في صياغة مفهوم الفرد عن نفسه (مفهوم الذات). وأيضاً يؤثر كل منهما على الآخر فالأفراد الذين يدركون أنفسهم على أنهم ذو قيمة ومؤثرين وناجحين (تقدير ذات مرتفع) بشكل عام سوف يتنبأ لهم باحتمالات النجاح في المهام حيث إن هذه الاحتمالات تكون مرتفعة (فاعلية ذات مرتفعة) عن أولئك الذين يرون أنفسهم أقل كفاءة وتأثيراً ونجاحاً وقيمة (تقدير ذات إجمالي منخفض) .

نستنتج مما سبق أن مفهوم الذات يتضمن التعريف الذي يضعه الفرد لذاته أو الفكرة التي يكونها الفرد عن ذاته ، أما تقدير الذات فهو تقييم الفرد لذاته بما فيها من صفات ، وفاعلية الذات هي ثقة الشخص في قدراته على إنجاز السلوك .

ولقد تعددت التعريفات التي قدمها العلماء والباحثين لتقدير الذات حيث يري زيلر Zilher 1971 أن تقدير الذات " يتمثل في تلك المدركات الموجودة عند الشخص فيما يخص قيمة معينة وهذه القيمة شديدة الصلة بمدركات وردود أفعال الأشخاص الآخرين المحيطين به ويتطور هذا المفهوم عن طريق عملية مقارنة اجتماعية تخص سلوك ومهارات الذات بمهارات الآخرين " (بسمينه ، 2012 : 29)

- ويعرف روزنبرج Rosenberg 1978 تقدير الذات " بأنه اتجاه إيجابي أو سلبي نحو شيء معين يعرف باسم (الذات) . ويتضمن تقدير الذات كما يبدو ، شعور الفرد بأنه إنسان ذو قيمة ، يحترم نفسه كما هو، ولا يلومها على ما لم يحققه ، كما يعني أيضاً مدى شعوره الإيجابي نحو ذاته ، ويشير تقدير الذات المنخفض إلى نبذ الذات وتحقيرها والتقييم السلبي لها (عارف ، 2013 : 32) .

- يعرف شعيب (1988 : 135) تقدير الذات بأنه "حكم شخصي يعني القيمة التي يعبر عنها بالاتجاه الذي يشعر به الفرد نحو نفسه ، وهو خبرة موضوعية يقدمها الفرد للآخرين من خلال التعليق اللفظي والسلوكيات الأخرى . وهذا يبين أنه عندما نتكلم عن تقدير الذات فإننا نرجع إلى حكم شخصي للفرد عن الاستحقاق وعدم الاستحقاق التي يتم التعبير عنها في الاتجاهات التي يحملها تجاه نفسه " .

- ويعرف كفاي (1989 : 110) تقدير الذات على أنه " مصطلح يشير إلى نظرة الفرد الإيجابية إلى نفسه ، بمعنى أن ينظر إلى ذاته نظرة تتضمن الثقة بالنفس بدرجة كافية ، كما تتضمن إحساس الفرد بكفاءته ، وجدارته ، واستعداده لتقبل الخبرات الجديدة " .

- يعرف أبو مغلي وسميح (2002 : 54) تقدير الذات بأنه " يشير إلى حكم الفرد على أهميته الشخصية ، فالأشخاص الذين لديهم تقدير ذات مرتفع يعتقدون أنهم ذوو قيمة وأهمية ، وأنهم جديرون بالاحترام والتقدير، أما الأشخاص الذين لديهم تقدير ذات منخفض فلا يرون قيمة وأهمية في أنفسهم ويعتقدون أن الآخرين لا يقبلونهم " .

- وعرفه الظاهر (2008 : 34) بأنه " التقييم الذي يضعه الفرد لنفسه ليحكم به على درجة كفاءته الشخصية ، وشعوره بالرضا عن أدائه الدراسي والجسمي والاجتماعي ، كما يتضمن تقديره لذاته ومدى إحساسه بالأمن النفسي " .
 - كما يعرف شعبان (2010 : 7) تقدير الذات بأنه " عملية وجدانية من خلالها يستطيع الفرد أن يقيم الصورة التي ينظر فيها إلى نفسه ، من معتقدات وقيم ، ومشاعر وأفكار واتجاهات ، تتضمن قبوله لذاته ، أو عدم قبولها ، وإحساسه بأهميته ، وجدارته وشعوره بالكفاءة في المواقف الاجتماعية " .
 - وتري زبيدة (2013 : 32) أن تقدير الذات " سمة شخصية تتعلق بالقيمة التي يعطيها الفرد لشخصيته ، فهو يتحدد كوظيفة للعلاقة بين الحاجات المشبعة ومجمل الحاجات التي نشعر بها " .
- ومما سبق يتضح أن تقدير الذات هو الفكرة التقويمية التي يدركها الفرد عن نفسه سلباً وإيجاباً مع اعتباراً لكيفية رؤية الآخرين وتقييمهم له . ولا تخلو التعريفات السابقة من تأكيد الدور الاجتماعي أو دور الآخرين والتفاعل معهم في تقدير الفرد لذاته ، وهذا يوضح أهميه التفاعل مع الآخرين في تكوين تقدير الذات لدى الفرد .

3.3.2. أهمية تقدير الذات :

يحتل مفهوم تقدير الذات مكانة محورية لدى علماء النفس والصحة النفسية ، فهو مفهوم محوري يمكن من خلاله الكشف عن السواء وعدم السواء ، 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 ، 2002) .

ويري آيزنك Eysenk أهمية تقدير الذات في أن الأشخاص الذين يحصلون علي درجات مرتفعة في اختبارات تقدير الذات يكون لديهم قدر كبير من الثقة في ذواتهم ، وعلي درجة عالية من الكفاءة والشعور بأنهم محبوبون من قبل الأفراد الآخرين ، بينما يكون لدى الأشخاص الآخرين الذين يحصلون علي درجات منخفضة في تقدير الذات فكرة متدنية عن ذواتهم ، ويعتقدون أنهم فاشلون وغير جذابين ، لأن النظرة الايجابية نحو الذات تحقق التوافق حتى لو كانت غير واقعية . فمعظم الناس لديهم وهم إيجابي نحو الذات فقد يعتقدون أنهم أفضل من الآخرين أو أسعد منهم أو أنهم

محبوبون أكثر منهم ، وهكذا حتى لو غير ذلك ، فإن هذا الوهم الإيجابي قد يؤدي إلي التوافق مع البيئة بمحاولة الفرد تحقيقه بطرق عديدة (الظاهر ، 2008) .

كما ترى راشد (2003) أن أهمية استخدام تقدير الذات ضرورة في فهم الشخصية ، وكذلك لمعاونة الفرد علي حل مشكلاته المختلفة ، إعادة توافقه مع البيئة الخارجية ، وربما لفهم جوانب شخصيته ، ووضع قوانين تساهم في التنبؤ بسلوكه في المواقف المختلفة ، لذا يجب الاهتمام ببناء مفهوم ذات إيجابي للطفل خاصة ، فهذه العملية تعتبر غاية في الأهمية بالنسبة لتطور نمو الطفل فبموجب هذه العملية يقوم الطفل بوضع معتقدات حول نفسه والتي تبقى معه للأبد ، وتشكل أساساً للقرارات التي يقوم بها أو باتخاذها لنفسه في السنوات التالية من حياته .

4.3.2. مستويات تقدير الذات :

ترجع الاختلافات بين الأفراد في مجال تقييمهم لأنفسهم إلى اختلافهم في بؤرة تركيز انتباههم عند تمثيلهم لها ، فالأشخاص ذوو التقدير المرتفع لذواتهم هم من يؤكدون علي قدراتهم وخصائصهم الطيبة ، أما ذوي التقدير المنخفض فهم يركزون على عيوبهم ونقائصهم وصفاتهم السيئة ، وتجدر الإشارة إلى وجود ثلاثة مستويات من تقدير الذات وهي على الوجه التالي :

أ. المستوي المرتفع من تقدير الذات :

إن تقدير الذات الإيجابي يعني وجود مشاعر إيجابية نحو الذات حيث يشعر الفرد بأهمية نفسه واحترامه لها . فهو يشعر بقبول الآخرين له ، ويثق في نفسه وفي الآخرين ، ويشعر بالكفاءة فلا ييأس أو ينسحب عند الفشل . ويميل الأفراد ذوو التقدير المرتفع للذات إلى أن يكونوا واثقين من أنفسهم ومستقلين ومتحملين للمسؤولية ومتفائلين بما سوف تأتي به أحداث الحياه ، وعلى هذا فإن تقدير الذات المرتفع هو أحد المفاهيم الأساسية للتوافق في مختلف مجالات الحياة (كفاي ، 1997) .
وأوضح كل من فؤاد و سليمان (1998) أن الأشخاص الذين يحصلون علي درجات مرتفعة في تقدير الذات لديهم قدر كبير من الثقة في ذواتهم وقدراتهم ويعتقدون في أنفسهم الجدارة والفائدة ، وأنهم محبوبون من قبل الأفراد الآخرين .

ويري شعبان (2010) أن الأفراد الذين يتمتعون بمفهوم إيجابي لتقدير الذات ، تكون لديهم بعض الخصائص التي تميزهم عن غيرهم من الأفراد ، ومن تلك الخصائص :

1. يشعرون بالأهمية .
2. يشعرون بالمسؤولية تجاه أنفسهم والآخرين .
3. يعترفون بقدراتهم ومواهبهم ، كما أنهم فخورون بما يفعلون .
4. يؤمنون بأنفسهم ، فلديهم القدرة على المخاطرة ومواجهة التحديات .
5. لديهم القدرة العالية على تحمل الإحباط .
6. يتمتعون بالقدرة على التحكم العاطفي في الذات .
7. يشعرون بالتواصل مع الآخرين ، كما أنهم يتمتعون بمهارات جيدة في التواصل .
8. يولون العناية بمظهرهم وأجسامهم .
9. لديهم إحساس قوي بالنفس ، ويتصرفون باستقلالية ، ولا يقعون تحت تأثير الآخرين بسهولة .

ب. المستوي المنخفض من تقدير الذات :

إن أصحاب تقدير الذات المنخفض يكونون اعتماديين ومتشائمين وشكاكين وقلقين وغير واقعيين وغير قادرين علي تقبل المساعدة من الآخرين عندما يكونون بحاجة إليها . ومن الخصائص التي تميز هؤلاء الأفراد ، ما يلي :

1. الحساسية نحو النقد ، حيث يرون في النقد تأكيداً لصحة شعورهم بالنقص .
2. اتجاه نقدي متطرف يستخدم للدفاع عن صورة الذات المهزوزة ، ويظهر ذلك من خلال توجيه الانتباه إلى عيوب الآخرين وتجاهل العيوب الشخصية .
3. الشعور بالاضطهاد ، حيث إن الفشل هو نتيجة تخطيط خفي من قبل الآخرين ، وهكذا يتم إنكار الضعف الشخصي والفشل ، ويتم إسقاط اللوم على الآخرين .
4. نزوع إلى ظهور استجابة قبول نحو التملق .
5. الميل إلى العزلة والابتعاد عن التنافس ، وذلك بهدف إخفاء النقص المتوقع ظهوره . (جبريل ، 1983 ؛ كفاي ، 1997) .

ج. المستوى المتوسط من تقدير الذات :

يذكر كوبر سميث أن المستوى المتوسط من تقدير الذات يقع بين المستويين السابقين بكل ما يختص بهما من خصائص وسمات (كفاي ، 1997) .

ويتضح من العرض السابق لمستويات تقدير الذات أن هذه المستويات الثلاثة والتي تمثلت في تقدير الذات المرتفع ، وتقدير الذات المنخفض ، وتقدير الذات المتوسط يمكن أن تعد مؤشراً جيداً لتطابق تقدير الفرد مع ذاته وتقدير الآخرين له ، بمعنى أن هؤلاء الذين يتمتعون بتقدير ذات عال يكونون عادة أكثر ثقة في النفس وأميل للاستقلالية والتي يلاحظها الآخرون في صورة معارضة من ذلك الشخص إذا ما اضطرت الظروف لذلك ؛ لأنه قد يعتبر بمثابة الند للجماعة التي ينتمي إليها .

أما هؤلاء الذين يتسمون بتقدير سالب فهم أقرب لكونهم عديمي الثقة بالنفس ، سريعي الانقياد للآخرين . وهؤلاء هم من يراهم الآخرون علي أنهم شخصيات ضعيفة أو منطوية ويرادف مفهوم الذات الإيجابي التقييم الذاتي الإيجابي والاحترام الذاتي والتقدير الذاتي والقبول الذاتي ، أما مفهوم الذات السلبي فيرادف التقييم الذاتي السلبي والعجز النفسي والعجز أو الضعف في مشاعر التقدير والقبول الذاتي . فالأشخاص ذوو التقدير المرتفع يقبلون أنفسهم بشكل عام ، أما الأشخاص الذين يمتلكون قيماً ذاتية سلبية عن أنفسهم فان لديهم تقديراً ذاتياً متدنياً وكذلك احتراماً وقبولاً ذاتياً متدنياً .

ومستوى تقدير الذات هو نتاج لتلك الصورة التي يكونها الفرد عن ذاته ، وذلك من خلال العلاقة التي يرتبط بها الفرد بالمجتمع الذي يعيش فيه ، حيث يكتسب الفرد من خلال تفاعلاته مع الجماعة ، الكثير من الخبرات المتنوعة والمتعددة التي يكتسبها منذ الطفولة ، وفي نمو علاقاته مع الجماعة ومن خلال نمط التفاعل والاحتكاك يبدأ الفرد في تكوين صورة عن ذاته ، وباكتمال هذه الصورة يكون مستوى تقدير الفرد لذاته من حيث مدى الارتفاع أو الانخفاض لهذا التقدير (الظاهر، 2008).

5.3.2 . مصادر تقدير الذات :

1. الخبرات الشخصية :

قد يرتفع تقدير الذات لدى الناس في العادة إذا كانت معظم خبراتهم وأفكارهم عن ذواتهم إيجابية ، أما إذا كانت خبراتهم سلبية ، فقد ينشأ لديهم تقدير منخفض للذات بشكل واضح ، ويختلف الناس ذوو تقدير الذات المرتفع عن غيرهم من ذوي التقدير المنخفض للذات في طرق استجاباتهم لكل نوع من أنواع خبرات الحياة ، وفي تكيفهم معها. ويتحقق ذلك من خلال :

- اختيارنا للمواقف التي نتفوق فيها .
- تفسير خبراتنا على نحو يبرئنا .
- تضخيم إنجازاتنا في الجهود والمشاريع المشتركة .

2. اختلاف أثر الخبرات باختلاف الأشخاص :

يختلف الناس في طريقة استجاباتهم للأحداث الايجابية والسلبية ، وفي أثر تلك الأحداث على تقديراتهم لذواتهم ، وقد أظهرت دراسة ل " نفيل " أن الأحداث الايجابية والسلبية يكون لها أثر مبالغ فيه عند الأشخاص ذوي الدرجة المنخفضة في تقدير الذات ، أي الذين يرون أنهم يتمتعون بعدد قليل نسبياً من الجوانب المميزة للذات ، حيث أتاحت " نفيل " الفرصة لمفحوصيها الشعور بالنجاح أو الفشل ، وقد شعر المفحوصون منخفضو مستوى تقدير الذات بحالات مزاجية إيجابية بعد النجاح ، وحالات مزاجية سلبية بعد الفشل أكثر مما يشعر المفحوصون مرتفعو مستوى تقدير الذات ، كما تعرض تقدير الذات بعد خبرة النجاح أو الفشل عند الفئة الأولى لتغيرات أكبر من المتغيرات التي تعرض لها تقدير الذات عند الفئة الثانية (عبد الرحمن ، 2004 ؛ شعبان ، 2010) .

3. المقارنات الاجتماعية :

يعتمد تقدير الذات على المقارنات الاجتماعية . وقد تختلط المقارنات بروح المنافسة الشديدة ودرجة الحسد . فقد يكون تفوق الأخ أو الصديق بالنسبة لبعض الناس أشد إيلاماً من أذى شخص

غريب ؛ لأن المقارنة الاجتماعية سوف تزداد في هذه الحالة ، ففي الوقت الذي نرغب فيه بالاستمتاع بما حققه شخص آخر من انجازات ، نشعر بوهج إنجازاته قد يشتد بريقه وحرارته علينا إلى حد مؤلم أحياناً ، ولكننا لا نملك حرية اختيار من نقارن أنفسنا بهم (الناطور ، 2008) .

4. تقييم الذات بناء على معايير داخلية :

إن الذات لا تتأثر فقط بما يحدث للفرد خارجياً ، بل تتأثر أيضاً بما يحدث داخلنا . وعلى الرغم من أن معظم الناس قد يصفوننا بأننا أشخاص ناجحون ، إلا أننا قد نظل نشعر بفشلنا في الوصول إلى المستوى المناسب للمعايير التي نسعى من خلالها إلى الوصول إلى ما نعتبرها موجهات أو مرشحات للذات ، وتأتي موجهات الذات في صورتين : الأولى : الذات المثالية ، وهي ذات الشخص الذي نسعى لأن نكون مثله . والثانية : الذات المتوقعة ، وهي ذات الشخص الذي نشعر أنه ينبغي علينا أن نكون مثله ، وتشمل موجهات الذات المثالية (شعبان ، 2010) .

6.3.2 . العوامل المؤثرة في تقدير الذات :

1. العوامل المتعلقة ببنية الجسم :

أ - صورة الفرد عن جسده :

إن فكرة الفرد عن جسده تتبلور في فترة المراهقة ، حيث يعطي تقييماً خاصاً لجسده ، وتلعب صورته عن جسده مكانة هامة في سلوكه الشخصي والاجتماعي ، حيث تشكل صورته عن جسده جزءاً هاماً من مفهومه المتكامل عن ذاته (جيريل ، 1983) .

ويرى زهران(1999) أنه بجانب كل من صورة الجسم والعوامل العقلية ، إن مفهوم تقدير الذات يتأثر بالخصائص والمميزات الأسرية والاجتماعية ، فالطفل الذي يولد ، وينشأ في أسرة تحيطه بالعتاية والتقبل ، يرفع ذلك من قدراته ، واهتماماته ، ومهاراته . وفي نفس الوقت يمكن أن يتسبب الوالدان في أن يدرك الطفل نفسه كشخص غبي ، أو مشاكس ، أو غير موثوق به ، وذلك إذا اتبعنا أساليب خطأ في التنشئة الاجتماعية داخل الأسرة . وتلعب المقارنة دوراً يؤثر في مفهوم الذات لدى الفرد إذا قارن نفسه بجماعة من الأفراد أقل قدرة منه فيزيد من قيمتها ، أو بجماعة أعلى منه شأنًا فيقلل من قيمتها ، فمثلاً ربما يشعر الفرد بدرجة غير حقيقية من الفقر إذا ارتبط في علاقات مع جماعة من الأفراد مستواهم الاقتصادي أعلى مستوى من أسرته .

وقد أشار دببب (1993) إلى أهمية صورة الجسم في تكوين مفهوم تقدير الذات لدى الفرد ، إذ أن العيوب والإصابات والعاهات الجسدية قد تؤدي إلى تنمية مشاعر النقص ، وتحول دون تحقيق النمو السوي ، فالفرد يتأثر بنظرة الآخرين نحو الإعاقة أكثر من تأثره بالإعاقة نفسها .

ب. معدل النضج :

غالباً ما يقترن النضج المبكر بتقدير إيجابي الذات ، حيث إن النضج المبكر يمكن من المشاركة في نشاطات اجتماعية ورياضية تعطي الفرد مكانة واعتباراً ، كما يمكن المراهق من تحمل مسؤوليات تترك لديه صورة ايجابية عن ذاته . أما التأخر في النضج ، فيعاني الفرد من ضغوط نفسية ؛ لأنه يشعر إنه يعامل وكأنه أصغر من سنه ، وبأسلوب يختلف عن أبناء جيله من المبكرين في النضج ، فيشعر بالنقص لفقدانه القدرة على المنافسة .

ج. النضج الجنسي :

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

د. الإعاقة الجسدية :

لا يستطيع المعاق جسدياً من المشاركة في بعض الأنشطة مما يؤثر سلباً على مفهومه لذاته ، وأن اتجاهات الآخرين نحوه يحدد إلى أي حد تؤثر الإعاقة على مفهومه لذاته (الناطور ، 2008) .

2. العوامل البيئية والاجتماعية :

يتكون مفهوم الذات لدى الفرد منذ اللحظات الأولى في حياته ، حيث يبدأ في تجميع المعلومات عن نفسه والآخرين المحيطين به ؛ لأن الإنسان لا يولد ولديه مفهوم للذات ، ولكنه ينمو بنمو الفرد . وفي ذلك تذكر بهادر(1983) أنه من خلال التفاعل بين الفرد والبيئة المحيطة به ، تتبلور صورة واضحة للفرد عن ذاته تدريجياً ، وتتضح ملامحها للآخرين بازدياد الخبرات اليومية لتظهر أمام الفرد كما لو كانت لوحة شفافية واضحة ، يدرك من خلال النظر فيها والتطلع إليها بجميع المواقف والأحداث التي تترك تأثيراً ايجابياً أو سلبياً في أعماق نفسه للتصدي لبعضها لإعاقتها عن النفاذ إلى داخل نفسه ، والسماح لمرور البعض الآخر منها ، والذي يتفق مع المحيطين به ، وبالتالي يتكون مفهوم الفرد عن ذاته .

أما العوامل الاجتماعية فتتمثل في الأسرة التي تعتبر المؤسسة التربوية الأولى التي تزود الطفل بالقيم والمعايير الأخلاقية والدينية والاجتماعية ، التي تلازمه طوال حياته ، والتي تبدأ فيها عملية التكوين الاجتماعي ، والتي بواسطته يتفاعل مع الآخرين و يتكيف معهم بشكل سليم (الظاهر ، 2008) .

كما تلعب المدرسة أيضاً دوراً بارزاً في إكمال ما بدأت به الأسرة ، لما لها من أهمية تربوية كبيرة تساعد على التأثير على شخصية الطفل ، ولذلك يذهب بعض الباحثين إلى أن مصدر التكيف الاجتماعي في المدرسة هو المعلم ، فهو باحترامه لتلاميذه وتقبلهم له ، يجعل من التعليم عملية إنسانية غنية تضيء على الحياة عمقاً وقيمة ، ويجدر بالمعلمين الوعي بحقيقة مؤداها أنه من الضروري بالنسبة لهم أن يستمعوا بالأذن الثالثة ، وهذا يعني تقبلاً حراً لما يقوم به التلاميذ وبما يقولونه بلغتهم (الجسماني ، 1994) .

أما بالنسبة لجماعة الأقران فإنها تقوم بدور هام في تكوين شخصية الفرد ، حيث تساعد الجماعة في النمو الجسمي للطفل عن طريق إتاحة الفرص بممارسة الأنشطة الرياضية ، والنمو العقلي عن طريق ممارسة الهوايات ، والنمو الاجتماعي عن طريق النشاط الاجتماعي ، وتكوين الصداقات ، والنمو الانفعالي في مواقف لا تتاح في غيرها من الجماعات ، وكلما كانت جماعة الأقران رشيدة كان تأثيرها إيجابياً على الفرد ، وإن كانت منحرفة ، كان تأثيرها سلباً (زهران ، 1997) .

3. خبرات النجاح والفشل :

للنجاح والفشل أثرهما في تحديد مستوى طموح الأفراد وتقديرهم لذواتهم . فالنجاح وتوقع النجاح يسهمان في تقدير إيجابي للذات ، أما الفشل فيؤدي إلى الإحباط الذي يؤدي أحياناً إلى توافق سلبي ، ولا سيما في حالة كون الدافع المحيط بالفرد هاماً وقوياً . وتتأثر أيضاً نظرة الفرد لذاته بما كونه من مفهوم لذاته الأكاديمية ، وبمدى ما حققه من نجاح وفشل ، ومن انطباعات وتفاعلات وردود أفعال تجاه الحياة المدرسية ، وفي تحصيله الدراسي ، مما يؤثر في مستوى طموحه وتطلعاته ومستقبله الدراسي ككل (شعبان ، 2010 ؛ الصلابي ، 2012) .

مما تقدم يرى الباحث أن تقدير الذات يؤثر ويتأثر بالنجاح والفشل ، بمعنى أن الفرد ذو التقدير العالي للذات لا يشعر بالخوف عند القيام بأي مهمة ، حتى إن شعر بالخوف ، فإنه لا يجعل هذا الخوف يؤثر على مسيرته ، بل يجعله سبباً للتفوق والنجاح ، أما الفرد ذو التقدير المنخفض للذات فإنه

يتطلع إلى الفشل قبل النجاح ، بل إنه يتطلع إلى الفشل قبل أن يبدأ أي مهمة لديه ، ويسيطر عليه الخوف ، الذي قد يمنعه من المحاولة ، أو قد يكون السبب الرئيسي في عدم التوفيق في مهمته .

7.3.2 . النظريات المفسرة لتقدير الذات :

توجد نظريات تناولت تقدير الذات من حيث : نشأته ، ونموه ، وأثره على سلوك الفرد بشكل عام ، وتختلف تلك النظريات باتجاهات أصحابها ومنهجهم في إثبات المتغير الذي تقوم النظرية على دراسته ومن هذه النظريات :

1. نظرية روزنبرج 1965 Rosenberg :

تدور أعمال " روزنبرج " حول محاولته دراسة نمو وارتقاء سلوك تقييم الفرد لذاته ، وذلك من خلال المعايير السائدة في الوسط الاجتماعي المحيط به . وقد اهتم بصفة خاصة بتقييم المراهقين لذواتهم ، وأوضح انه عندما نتحدث عن التقدير المرتفع للذات فنحن نعني أن الفرد يحترم ذاته وقيمها بشكل مرتفع ، بينما تقدير الذات المنخفض أو المتدني يعني رفض الذات أو عدم الرضا عنها . لذا نجد أعمال " روزنبرج " قد دارت حول دراسة نمو وارتقاء سلوك تقييم الفرد لذاته وسلوكه من زاوية المعايير السائدة في الوسط الاجتماعي المحيط بالفرد . وقد اهتم " روزنبرج " بتقييم المراهقين لذواتهم وركز اهتمامه بعد ذلك بحيث شمل ديناميات تطور صورة الذات الايجابية في مرحلة المراهقة . واهتم بالدور الذي تقوم به الأسرة في تقدير الفرد لذاته وعمل على توضيح العلاقة بين تقدير الذات الذي يتكون في إطار الأسرة وأساليب السلوك الاجتماعي للفرد والمنهج الذي استخدمه " روزنبرج " هو الاعتماد على مفهوم الاتجاه باعتباره أداة محورية تربط بين السابق واللاحق من الأحداث والسلوك .

واعتبر " روزنبرج " أن تقدير الذات مفهوم يعكس اتجاه الفرد نحو نفسه . وطرح فكرة أن الفرد يكون اتجاهاً نحو كل الموضوعات التي يتعامل معها ويخبرها ، وما الذات إلا موضوع من هذه الموضوعات ، ويكون الفرد نحوها اتجاهاً لا يختلف كثيراً عن الاتجاهات التي يكونها نحو الموضوعات الأخرى . ولو كانت أشياء بسيطة يود استخدامها . ولكنه فيما بعد عاد واعترف بأن اتجاه الفرد نحو ذاته يختلف - ولو من الناحية الكمية - عن اتجاهاته نحو الموضوعات الأخرى .

معنى ذلك أن روزنبرج يؤكد على أن تقدير الذات هو " التقييم الذي يقوم به الفرد ويحتفظ به عادة لنفسه " ، وهو يعبر عن اتجاه الاستحسان أو الرفض (كفاي : 1989 ؛ سليمان ، 1992) .

2. نظرية كوبر سميث 1976 : Cooper Smith :

لقد استخلص كوبر سميث نظريته لتفسير تقدير الذات من خلال دراسته لتقدير الذات عند أطفال ما قبل المدرسة الثانوية ، حيث ذهب إلى أن تقدير الذات مفهوم متعدد الجوانب ، ولذا فعلينا ألا نتعلق داخل منهج واحد ومدخل معين لدراسته ، بل علينا أن نستفيد منها جميعاً لتفسير الأوجه المتعددة لهذا المفهوم ، ويؤكد أيضاً بشدة أهمية تجنب فرض الفروض غير الضرورية .
فضلاً عن ذلك يرى كوبر سميث أن تقدير الذات ظاهرة أكثر تعقيداً ؛ لأنها تتضمن كلاً من تقييم الذات ورد الفعل أو الاستجابات الدفاعية ، وإذا كان تقدير الذات يتضمن اتجاهات تقييمية نحو الذات فإن هذه الاتجاهات تتسم بقدر كبير من العاطفة . فتقدير الذات عند سميث هو الحكم الذي يصدره الفرد على نفسه متضمناً الاتجاهات التي يرى أنها تصفه على نحو دقيق . ويقسم تعبير الفرد عن تقديره لذاته إلى قسمين : التعبير الذاتي ، وهو إدراك الفرد لذاته ووصفه لها . والتعبير السلوكي ، ويشير إلى الأساليب السلوكية ، التي تفصح عن تقدير الفرد لذاته ، والتي تكون متاحة للملاحظة الخارجية (كفاي ، 1989 ؛ سليمان ، 1992) .

وقد بين أن هناك ثلاثة من حالات الرعاية الوالدية تبدو له مرتبطة بنمو المستويات الأعلى من تقدير الذات وهي : تدعيم سلوك الأطفال الايجابي من جانب الآباء ، واحترام مبادرة الأطفال ، وحربيتهم في التعبير من جانب الآباء (الخضير ، 1999) .

3. نظرية زيلر 1969 : Zelar :

تفترض نظرية " زيلر " إن تقدير الذات ينشأ ويتطور بلغة الواقع الاجتماعي أي أنه ينشأ داخل الإطار الاجتماعي للمحيط الذي يعيش فيه الفرد ؛ لذا ينظر " زيلر " إلى تقدير الذات من زاوية نظرية المجال في الشخصية ، ويؤكد أن تقييم الذات لا يحدث - في معظم الحالات - إلا في الإطار المرجعي الاجتماعي . ويصف " زيلر " تقدير الذات بأنه تقدير يقوم به الفرد لذاته 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 تقييم الفرد لذاته تبعاً لذلك . وتقدير الذات - طبقاً " لزيلر " مفهوم يربط بين تكامل الشخصية من ناحية وقدرة الفرد على أن يستجيب لمختلف المثيرات التي يتعرض لها من ناحية أخرى . ولذلك فإنه افترض أن الشخصية التي تتمتع بدرجة عالية من التكامل تحظى بدرجة عالية من تقدير الذات ، وهذا يساعدها في أن تؤدي وظائفها بدرجة عالية من الكفاءة في الوسط الاجتماعي الذي توجد فيه (كفافي ، 1989) .

المبحث الرابع :

جرحى ثورة السابع عشر من فبراير

- 1.4.2. تمهيد .
- 2.4.2. ثورة السابع عشر من فبراير .
- 3.4.2. الإصابات والجروح التي تحدث في الحروب والنزاعات .
- 4.4.2. العوامل التي تؤثر في تأقلم الشخص المصاب مع إصابته .
- 5.4.2. خبرات الجرحى كناجين من الحرب .
- 6.4.2. الاضطرابات النفسية المرتبطة والمصاحبة لإصابات الحروب .
- 7.4.2. تعقيب عام .

1.4.2. تمهيد :

تشهد الشعوب على مدار تاريخها تقلبات الزمن من حالات الأمن والسلم والانتعاش والتطور إلى حالات الحروب والثورات وتقلبات الطبيعة وقسوتها ، وعبر مسيرة الإنسان في التاريخ فإن الشعوب تقاسي من نتائج هذه التقلبات على قدر تنوعها أو شدتها أو امتداد أزمانها أو قصرها .

وقد عاش الشعب الليبي تجربة مؤلمة أثناء ثورة السابع عشر من فبراير ، نتيجة الحرب التي خاضها ضد نظام معمر القذافي من أجل نيل حريته وكرامته . وفي هذه الحرب استخدمت أدوات القتل والتدمير من قبل قوات النظام وكتائبه بوحشية غير مسبوقة ، فقد تم استخدام الأسلحة الفتاكة المدمرة للإنسان والبنيان ، وهناك جانب آخر للمعاناة . فقد تركت الحرب آلاماً ومعاناة وخبرات أليمة بين فئات متنوعة من المجتمع الليبي ، خاصة أولئك الذين أصيبوا وجرحوا علي جبهات القتال وعاشوا تجربة مواجهة الموت . وسنتناول في هذا المبحث نبذة عن أحداث ثورة السابع عشر من فبراير ، والتأثيرات السلبية للحروب ، بالإضافة لأنواع الأسلحة ، والإصابات التي تحدث في الحروب ، والعوامل المؤثرة في تأقلم الشخص مع إصابته ، ووسائل التأقلم مع الظروف الصعبة ، وخبرات الجرحى كناجين من الحرب ، بالإضافة للاضطرابات النفسية المصاحبة لإصابات الحروب ، ثم تعقيب عام ، كخاتمة لهذا الفصل .

2.4.2. ثورة السابع عشر من فبراير .

ثورة السابع عشر من فبراير أو الثورة الليبية هي ثورة اندلعت وتحولت إلى نزاع مسلح إثر احتجاجات شعبية بداية في بعض المدن الليبية ضد نظام العقيد معمر القذافي ، حيث انطلقت في يوم 15 فبراير اثر اعتقال محامي ضحايا سجن بوسليم في مدينة بنغازي ، وتلتها يوم 16 فبراير مظاهرات للمطالبة بإسقاط النظام بمدينة البيضاء ، فأطلق رجال الأمن الرصاص الحي وقتلوا بعض المتظاهرين ، وازدادت الاحتجاجات اليوم التالي وسقط المزيد من الضحايا وجاء يوم الخميس 17 فبراير/ شباط 2011 على شكل انتفاضة شعبية شملت بعض المدن الليبية في المنطقة الشرقية فكبرت الاحتجاجات بعد سقوط أكثر من " 400 " ما بين قتيل وجريح برصاص قوات الأمن والمرترقة .

وقد تأثرت هذه الاحتجاجات بموجة الاحتجاجات العارمة التي اندلعت في الوطن العربي مطلع 2011 وبخاصة الثورة التونسية ، وثورة 25 يناير المصرية اللتين أطحتا بالرئيس التونسي زين العابدين بن علي ، والرئيس المصري حسني مبارك .

وقاد هذه الثورة الشبان الليبيون الذين طالبوا بإصلاحات سياسية واقتصادية واجتماعية ، وكانت الثورة في البداية عبارة عن مظاهرات واحتجاجات سلمية ، لكن مع تطور الأحداث وقيام الكتائب التابعة لمعمر القذافي باستخدام الأسلحة النارية الثقيلة والقصف الجوي لقمع المتظاهرين العزل ، تحولت إلى ثورة مسلحة تسعى للإطاحة بمعمر القذافي ، إذ شهد يوم الأحد السابع والعشرين من فبراير الإعلان عن تأسيس المجلس الوطني الانتقالي الليبي في شرق ليبيا بالمدن التي سيطر عليها المحتجون ، والذي أكد أن تشكيله كان بالتعاون مع قيادات الثوار في جميع مدن البلاد ، وأن لديه مجالس في كافة المدن وليس من الوارد عنده بأي شكل تقسيم ليبيا .

وعلى الصعيد الدولي صدر أول قرار رسمي بشأن الأحداث في ليبيا من مجلس الأمن الدولي ، إذ أصدر قرار مجلس الأمن رقم 1970 الذي فرض عدداً من العقوبات على نظام القذافي وقياداته وأسرته وأدان بشدة قمع الاحتجاجات ، ورفض القذافي بدوره القرار واعتبر أنه باطل ورفع بشأنه مذكرة إلى محكمة العدل الدولية .

وفي يوم السبت 19 مارس تقدمت كتائب القذافي نحو مدينة بنغازي عاصمة الثوار بادئةً بذلك معركة بنغازي ، وبعد ساعات من الاشتباكات العنيفة على المشارف الغربية للمدينة (التي انتهت بتدمير عدة دبابات للقذافي وسقوط طائرة تابعة للثوار) ، خرج الرئيس الفرنسي نيكولا ساركوزي من مؤتمر حول الوضع الليبي كان قد عقد في باريس ليعلن إقرار قرار مجلس الأمن الدولي رقم 1973 وبدء الحظر الجوي على ليبيا بعدة ضربات استهدفت الكتائب المتمركزة حول مدينة بنغازي . وبعد ساعات من الغارات الجوية التي دمرت ما لا يقل عن " 15 " دبابة و " 20 " عربة مدرعة أعلنت الولايات المتحدة الأمريكية نجاحها وحلفاءها في إيقاف الهجوم على المدينة ، مما أدى إلى انسحاب الكتائب سريعاً نحو مدينة أجدابيا غرباً . وكانت المدينة بعد ذلك مسرحاً لمعارك عنيفة على مدى الأسبوع التالي ، منذ يوم 21 مارس وحتى السبت 26 مارس عندما انتصر الثوار أخيراً بعد سقوط أكثر من " 180 " قتيلاً خلال الاشتباكات .

وفي يوم 20 انتفضت مدينة طرابلس (العاصمة الليبية) ولكن النظام أفلح في بسط نفوذه وتكليه بالمواطنين ، لكن ثوار العاصمة بالتعاون مع ثوار المناطق المجاورة قد أفلحوا من إسقاط العاصمة ونظام القذافي في تسع ساعات وبعدها في يومي 21 و 22 أغسطس 2011 دخل الثوار إلى العاصمة طرابلس وحرروها ، وقام جميع الثوار بالسيطرة على آخر معاقل القذافي وقتل الأخير في سرت بحلول يوم 20 أكتوبر 2011 .

وقد خلفت هذه الثورة التي خاضها الشعب الليبي لنيل حريته ما يقارب عن " 2000 " شهيد ، بالإضافة إلى " 287 " أسير منهم " 152 " يعانون من اضطرابات نفسيه . وبلغ عدد المصابين (الجرحى) " 160 " ألف منهم " 2677 " جريح بمدينة بنغازي (هيئة شؤون المحاربين ، 2013 ؛ مكتب شؤون ورعاية الجرحى بنغازي ، 2013 ؛ محمد ، 2013 ؛ علي ، 2013) .

وقد استخدمت قوات النظام السابق جميع أنواع الأسلحة لقمع الثوار والقضاء علي الثورة ومن هذه الأسلحة : بندقية الكلاشن كوف ، بندقية الFN ، رشاش الأغراض العامة ، الرشاش المضاد للطيران 14½ ، قذائف الار بي جى ، قذائف الهاون ، صواريخ القراد ، مدفعية 106 ، مدفعية الهاوزر ، الصواريخ الحرارية ، القذائف اليدوية ، الألغام الأرضية ، بالإضافة إلي الدبابات والطائرات .

وتنوعت الإصابات التي تعرض لها الثوار الذين شاركوا في الثورة الليبية منذ اندلاعها وحتى إعلان التحرير ما بين شظايا في جميع أعضاء الجسم إلى إصابات في أجزاء مختلفة كإصابات الرأس والعمود الفقري والرقبة ، وإصابات الأطراف ، وإصابات الجهاز العصبي ، وإصابات في الصدر ، واستنشاق الغازات ، وإصابات في البطن ، وحالات بتر الأطراف وحروق وإصابات العيون (القويري ، 2012) .

3.4.2. الإصابات والجروح التي تحدث في الحروب والنزاعات :

فيما يلي وصف مختصر لأنواع الإصابات والجروح التي تسببها الحروب والنزاعات

1. **الجروح النافذة (المخترفة)** : عندما يدخل مقذوف متحرك في جسم الإنسان تنتقل طاقته إلى الأنسجة مسببة بذلك جرحاً . ويتوقف حجم الجرح علي حجم المقذوف وسرعته .

2. **الإصابات الكليية (الضعيفة)** : تكون هذه الإصابات شائعة في النزاعات المسلحة لكنها لا تأتي كنتيجة مباشرة للأسلحة . فيمكن أن تحدث ، علي سبيل المثال ، عندما تصطم سيارة بلغم مضاد للمدركات أو نتيجة الآثار الثانوية لانفجار كبير لدى انهيار مبني .

3. **الإصابات التي يسببها عصف الانفجار** : يسبب دوي المتفجرات ذات الطاقة العالية موجة عاصفة في الهواء يمكن أن تنتقل بين الأشياء كالمباني والجدران . وتسبب الموجة العاصفة تغيرات كبيرة في الضغط الجوي . وعندما تمر الموجة العاصفة علي جسم شخص موجود في الهواء الطلق ، تؤثر علي كافة أجزاء الجسم التي تحتوي عادة علي الهواء ، كالجهاز السمعي .

4. **الحروق** : يمكن أن يتسبب انفجار كبير بحروق ناجمة عن الوميض ، وهناك أنواع من الألغام العصفية المضادة للأفراد تتسبب بحروق عند انفجارها . وقد استخدمت قوات النظام السابق أحد أنواع هذه الألغام وهي القنابل العنقودية المحرمة دولياً ضد قوات الثوار مما أدى إلى الكثير من الإصابات والحروق الخطيرة .

5. **الإصابات بالتهشم** : تكون الإصابات بالتهشم كثيرة عندما تنهار المباني المقصوفة علي قاطنيها .

6. **جروح الرصاص** : تطلق الأسلحة اليدوية وبنادق الهجوم العسكرية الرصاص بسرعة قصوى . ووفقاً للقانون الدولي الإنساني ، يجب أن يكون الرصاص الذي تستخدمه الجيوش مصنوعاً بشكل

يمنع أي انفجار أو تشطي عندما يصيب جسم الإنسان . وقد تؤدي بعض العوامل (الارتداد بعد الاصطدام بحائط أو شجرة أو بالأرض) إلي تفتت الرصاص إلي شظايا في الجسم . وبالنظر إلى الرصاص الذي استخدمه نظام القذافي ضد الثوار الليبيين نجد أنه من النوع المحرم دولياً ، والمصنع أساساً ضد الدروع ، والذي إذا اخترق الجسم أنفجر داخله ليسبب أكبر ضرر ممكن .

7. الجروح بالشظايا : قنابل متفجرة ، قذائف ، صواريخ ، قنابل يدوية ، مدفعية ، الألغام الأرضية .

وهي من أكثر الإصابات التي تعرض لها ثوار السابع عشر من فبراير ، حيث تصدر هذه الأسلحة شظايا معدنية من أشكال مختلفة . وقد تسبب الانفجارات إضافة إلي شظايا القنابل والقذائف تكسير الحجارة أو تحطيم الزجاج ويصدر عن ذلك شظايا نافذة . تنطلق الشظايا بسرعة كبيرة جداً وتخف سريعاً مع المسافة المجتازة (حمامي ، 2011) .

ومن أهم خصائص الجروح بالشظايا ما يأتي :

- يتغير حجم عطب الأنسجة وفقاً لحجم الشظية وسرعتها والمسافة التي يبعد فيها المصاب عن الانفجار ، فكلما كان المصاب بعيداً عن الانفجار كلما خفت طاقت الشظايا وقدرتها علي الاختراق وكلما قل العطب في الأنسجة .
- تكون الجروح متعددة .
- تكون مساحة الجرح أكبر عند نقطة الدخول .
- قد يكون هناك جرح خروج وقد لا يكون ولكن في حالة وجوده ، يكون حجمه دائماً أصغر من جرح الدخول (حمامي ، 2011) .

ومضمون كل ما سلف أن الثورات والحروب تخلف العديد من التأثيرات السلبية

على الجوانب الجسدية والنفسية والاجتماعية للمقاتلين ومنها :

1. التأثير الجسدي : إن الحروب تؤثر علي عدد كبير من الأفراد بفقدانهم أجزاء من أجسادهم بسبب تعرضهم للانفجارات ووسائل التعذيب ، وأيضاً عدم قدرة الفرد علي التكيف مع الأحداث فيصاب بأمراض سيكوسوماتية مثل القرحة المعدية وغيرها .

2. **التأثير النفسي** : ويتناول تأثير فكرة الموت ففي وقت السلم يقول الفرد لنفسه إنني سأموت حقاً " ولكن ليس الآن . وأثناء الكوارث والحروب فإن الفكرة ستتحول إلى " إنني سأموت حتماً والآن " . وهذا الشعور الدائم يترك آثاراً سلبية عديدة على شخصية المصاب فتنتابه حالة من الرهاب والأرق .

3. **التأثير الاجتماعي** : عندما يتأثر الفرد من الناحية النفسية والجسدية فإن ذلك يؤدي إلى التأثير على الجوانب الاجتماعية لديه . وهنا يحدث للفرد ما يطلق عليه الشلل الاجتماعي ، وعندها تتأثر القيم والعادات التي يؤمن بها الفرد والمجتمع (خلف ، 2012) .

4.4.2. العوامل التي تؤثر في تأقلم الشخص المصاب مع إصابته :

هناك عوامل عدة تؤثر في تأقلم الشخص مع الإصابة أو الصدمة والتغلب على آثارها ، حيث تساعد الفرد على إيجاد آليات التوافق والتأقلم مع الإصابة أو الصدمة ومنها :

1. **سمات الشخصية** : غالباً ما يتسم الفرد بسمات خاصة في التعبير عن مشاعره وأفكاره وسلوكه من خلال علاقاته وحديثه وإداعاته ويشار إلى ذلك بالشخصية . والنسق المعرفي هو مجموع المعتقدات والتوجهات والدوافع والقدرات المتوفرة لدى الشخص ، وأن للنسق المعرفي للشخصية دوراً مؤثراً في الأنساق الأخرى كالنسق الوجداني وكذلك في التأقلم مع الإصابة أو الصدمة وخبراتها .

2. **الصدمة وطبيعتها** : إن طبيعة الصدمة لها تأثير في إحداث الآثار الضارة فيما بعد ، ويعتمد ذلك على :

- مدى الصدمة وشدتها .
- هل توجد معها عوامل مصاحبة مثل إنفجار شديد أو عتمة ؟
- هل الصدمة فجائية وغير متوقعة ولا يمكن التحكم بها ؟
- هل حدثت الصدمة مع الجماعة ؟
- هل هناك احتمال لتكرار الصدمة ؟

3. شبكة الدعم الإجتماعي : تعتمد سرعة التأقلم لدى الأشخاص المصابين على مدى تقبل الأسرة ، والدعم الذي يلاقه الفرد من أسرته المحيطة ، واهتزاز معتقداتهم ولا يقصد هنا ما يتصل بالعقيدة الدينية ، بل ذلك الاعتقاد في انسجام الحياة المألوف ، وما يعتريه من فقدان القدرة على التكهن بمسارها وتسلسلها.

هناك عدة نواحي تؤثر في سرعة تأقلم الشخص المصاب مع الصدمة التي لحقت به من الإصابة التي تعرض لها . وهو في حاجة إلي مساندة لكي يتكيف مع الواقع الجديد الذي فرضته الحرب عليه ، ومدى تقبل المجتمع له . فالتوجهات الإيجابية من قبل الآخرين والقيمة النضالية التي تبلور حدث الإصابة تساعده كثيراً على التأقلم في هذه الفترة ، فالكثير من الجرحى يعتبرون أن الإصابات التي تعرضوا لها أوسمة تدل علي الشجاعة (خلف ، 2012) .

ويذكر (عثمان 2002 في القاضي ، 2009) أن هناك وسائل للتأقلم في الظروف الصعبة ويستخدم لذلك نظاماً يسهل معرفة وسائل التأقلم في المجتمعات التي تقع تحت العنف والحرب . ويلخص هذه الوسائل بالمصطلح (Basic PH) حيث يدل كل حرف على وسيلة من وسائل التأقلم كالتالي :

1. المعتقدات (B) Beliefs : من واقع تجربة التعامل مع ضحايا القصف الإسرائيلي وضحايا الانتفاضة وجد أن الغالبية من الضحايا المصابين قد اعتمدوا على مجموعة من المعتقدات والقيم الراسخة لدى أفراد الشعب وعلى رأسها معتقدات وقيم الدين الإسلامي (مثل مفاهيم الشهادة والاستسلام لإرادة الله تعالى) .

2. المشاعر (A) Affect : إن العامل الوجداني له دور كبير في توافق هؤلاء الأفراد . فالبكاء والسخرية والنكتة والاحتفاظ بالبرصاص كانت من وسائل التأقلم الوجدانية .

3. البعد الاجتماعي (S) Social : حيث يتلقى الضحايا من أفراد مجتمعهم المساندة الإجتماعية ، حيث الهوية الواحدة ، والدين الواحد ، والنسيج الثقافي المتجانس ، والمصير المشترك لجميع الأفراد . وهذا ما يتميز به المجتمع الليبي .

4. **التخيل (I) Imagination** : وهو من الوسائل الفعالة حيث يتخيل الأفراد أنفسهم وقد حققوا أحلامهم وأهدافهم ، ومثال ذلك : تخيل السجين يوم حصوله على الحرية ، والتخيل هو وسيلة إبداعية تساعد الأفراد والجماعات في التغلب على ظروف القهر والمجهول .

5. **المنظومة المعرفية أو المعرفة (C) Cognition** : يستخدم بعض الأفراد والجماعات الاستراتيجيات المعرفية كوسيلة للتأقلم مثل جمع المعلومات ووضع سيناريوهات وأفكار للمستقبل (لوحظ أن الأفراد الذين تعرضوا للقصف والإصابات يبحثون في أجهزة التلفزيون والفضائيات عن معلومات تتعلق بما حدث لهم) ويعتبر ذلك من الوسائل المساعدة على التوافق لديهم .

6. **وسائل رياضية (PH) Physical** : بعض الأفراد والجماعات تستخدم استراتيجيات رياضية مثل الألعاب والتمارين الرياضية كوسيلة للتوافق .

5.4.2. **خبرات الجرحى كناجين من الحرب :**

أدت الحرب التي شنها النظام السابق (نظام معمر القذافي) على الشعب الليبي ، إبان ثورة السابع عشر من فبراير إلى مأساة إنسانية بصورة عامة ، وإلى التأثير على الجوانب الإنفعالية والأفكار والسلوكيات لدى المصابين بصورة خاصة . أي يعتبر المصابون من الأشخاص الناجين من الموت .

وقد دفعت الثورات والحروب العالمية والحروب الأهلية في مختلف دول العالم إلي ظهور مشكلة الضغوط التي تنتج عن صدمات الحرب ، مما أدى إلى استكشاف تجربة المصابين الناجين من الحروب والكوارث التي يتعرض لها الإنسان .

وقد لاحظ Robert Levtons بعد زيارته لمدينة هيروشيما في عام 1962 أنه بسبب كارثة الحرب المهولة قد ظهرت خبرات مركزية تواجدت مع المصابين الناجين من أهوال الحروب (القاضي ، 2009) ، ومن هذه الخبرات ما يأتي :

1. **طغيان فكرة الموت (يقين الموت) :**

وهو عبارة عن تصور طاغ يقتحم عقل الناجي عن فكرة الموت التي لا يمكن إزالتها ، وهذه الفكرة تتمثل في خيال الناجين أثناء اليقظة والنوم على صورة كوابيس مزعجة . ويتكون هذا التصور أيضاً من تكثيف متصاعد لكل الخبرات الصادمة التي مر بها الفرد ، والتصورات عن التفاصيل الدقيقة لهذه الصدمة مثل : تخيل ورؤية الأشلاء ، أو أصوات الانفجارات ، أو أصوات الاستغاثة ، أو رائحة الأجسام المحروقة ، وغالباً ما يكون يقين الموت أكثر شدة لدى الناجي الذي أصيب .

تؤدي هذه المواجهة مع الموت (من خلال الإصابة) إلى حدوث تغييرات عميقة في شخصية المتعرض لها. كما أنها تخلف لدى هذا الشخص ردود فعل عشوائية سواء على صعيد سلوكه الشخصي أو على الصعيد الفسيولوجي . وعن هذا الاضطراب النفسي الفسيولوجي تتجم أحاسيس جسدية - وظيفية (أحياناً عضوية) تدفع بالشخص إلى محاولة عقلنة خوفه من الموت . وبالتالي فإنه يحاول أن يبحث عن سبب منطقي يبرز خوفه هذا من الموت . فيلجأ إلى الخوف من المرض وبهذا يصل إلى مرحلة عصاب الوسواس المرضية . وتفصيل ذلك أن هذا الشخص يحاول أن يكبت خوفه من الموت فيتبدى هذا الخوف على أنه خوف من المرض . ولكن وجود الأحاسيس الجسدية المزعجة (الناجمة عن اضطرابات وظيفية بحتة وليس عن مرض حقيقي) تجعل الشخص صادقاً في خوفه من المرض ، وبالتالي من الموت المحتمل . وهكذا تكتمل دائرة العصاب دون أن يدرك المريض أنه هو الذي اختار هذا العصاب كي يتخلص من خوفه ولكي يكبته (النابلسي ، 2012) .

2. الشعور بعقدة الذنب :

يظهر هذا الشعور لدى الضحايا على هيئة سؤال مثل : لماذا قتل الآخرون وأنا نجوت ؟ وغالباً ما يسأل نفسه الأسئلة التالية : لماذا أنا ؟ لماذا لم يختارني الله ؟ وقد تفسر عقدة الذنب أيضاً طبقاً لتصرفات واقعية للضحية أثناء الصدمة ، هل تصرفت وقيمت بواجبي بما فيه الكفاية ؟ هل كان في إمكاني إنقاذ أشخاص آخرين ؟ وقد يكون الشعور بعقدة الذنب عنيفاً ومؤلماً حين يتعلق بالأصدقاء إذا فقدوا أصدقاءهم . وقد تنشأ عقدة الذنب نتيجة تقوى الضحايا لأنفسهم ، حيث وجد أن بعض الضحايا يملون بعد فترة إلى تقوى سلوكهم حيث توصلوا إلى قناعة بأنه لو كان لديهم خيار بين حياتهم وحياة أولادهم ، لاختاروا التضحية بحياتهم واستثناء أولادهم . ويقسم ليفتون Liftoin عقدة الذنب إلى قسمين :

أولاً : عقدة الذنب النشطة : تثير عقدة الذنب النشطة الضحية لفحص نفسه ، وإعادة تقييم ذاته ، وهذا النوع يساعد الضحية على تحويل عقدة الذنب إلى حالة توتر ناتج عن تحمل المسؤولية .

ثانياً : عقدة الذنب الساكنة : تجعل الضحية رهينة تجربته الصادمة بحيث لا تساعده على الانتقال إلى مرحلة أخف وطأة . وقد وجد أيضاً أن عقدة الذنب أصبحت مزمنة وملزمة للضحية ، فتصبح لها وظيفة رمزية ، وهذه الوظيفة الرمزية تعكس معنى الولاء للأصدقاء الذين فقدوا في المعارك أو معسكرات الاعتقال (عثمان 2000 في القاضي ، 2009) .

1. لوم الذات : يأخذ مفهوم لوم الذات شكلين :

- **لوم ذات سلوكي :** وهو لوم الذات النابع من سلوك معين ، وهو يساعد الضحية على التوافق ، وغالباً ما يؤدي إلى مسار صحي للصدمة .
- **لوم الذات الراجع لصفات شخصية :** وهو اللوم النابع من وعي الشخص لمكونات شخصيته ، وهذا النمط لا يساعد الضحية على التوافق ، وغالباً ما يؤدي إلى حالة من الاكتئاب النفسي (القاضي ، 2009).

3. تخدر المشاعر :

وهو عبارة عن مناورة دفاعية تحمي الضحية من تجربة الواقع المدمر للصدمة التي مر بها أو الإصابة التي تعرض لها ، كما أنها تحميه من نوبات الغضب والثورة ، وعلاوة على ذلك فإن تخدر المشاعر يقي الضحية من الإحساس بالألم الذي تعرض له .

ويلاحظ بعد الصدمات والإصابات والأحداث المدمرة أن الناجين يمرون بتجربة الذهول الشديد ، وهنا يعتقد بعض المحيطين أن الضحية يتصرف بهدوء وأنه متحكم بأعصابه ، ولكن في الواقع أن الضحية يبدأ بعد ذلك بإظهار رد الفعل الذي يتلو الصدمة ، وهذا الذهول قد يخدع الآخرين بأن الضحية إنسان هادئ ولكن هذا الهدوء هو الذي يسبق العاصفة . وعلى المدى القصير فإن آليات الدفاع التي يستخدمها الضحية من كبت وإنكار وإنزال تعتبر ضرورية وطبيعية ، وهذه الآليات ضرورية ؛ لأنها تسمح للضحية نسبياً بالتغلب على الآلام النفسية (Kristin , 2002).

4. تصاعد الصراع داخل الضحية :

وهو تصاعد للصراع الذي يتولد داخل الضحية ، ويكون محتواه الشك الذي يبديه الضحية نحو المساعدة التي قدمت له من قبل الآخرين ، ويتكون عنصر الصراع غالباً من عدم الثقة بأن المساعدة التي قدمت له كانت غير حقيقية ، وينتج عن ذلك ما يلي :

- يصبح الضحايا حساسين تجاه ردود أفعال الآخرين .
- قد يؤدي تصاعد الصراع إلي ما يسمى " وعي الضحية " :

حيث يصبح هذا الوعي مرهفاً ومستقراً من جهة وقد يصل إلى مرحلة الهذيان والشعور بالعظمة ، من جهة ثانية . ويثمن بعض الضحايا تجاربهم بصورة عالية وغير واقعية ، ويخلقون عالماً خاصاً بهم . وهذا الشعور قد يخلق لديهم الإحساس بما يسمى " شخصية الضحية " وهذه الشخصية تمنحهم التصريح للتعبير عن الغضب ، وإظهار ردود الأفعال السلبية من جهة ، وتعيد لهم تجديد سيطرتهم على أنفسهم من جهة أخرى (عثمان 2000 في القاضي ، 2009) .

5. البحث عن المعنى :

لا يمكن أن يستوعب الفرد الصدمة أو الإصابة التي تعرض لها أو الكارثة التي حلت به . دون توفر الضرورة والحاجة للبحث عن معنى للتجربة التي مر بها الضحية ، وعن معنى حياته بعد الصدمة أيضاً ، لذا فإن الضحية يحتاج إلى عملية إعادة صياغة تجربته الصادمة لكي تساعد على تفسير هذه الصدمة وبالتالي التغلب على آثارها ، ولتحقيق هذا الهدف توجد عدة مستويات للأسئلة التي تساعد الضحية على الفهم والإستيعاب :

- لماذا حدثت هذه الإصابة أو الصدمة ؟
- كيف نجوت منها ؟
- لماذا نجوت منها ؟

وقد لوحظ في سلوك بعض الضحايا إهتمامهم (كما نوهن سابقاً) بما ينشر عن الحروب أو الكوارث أو الضغوطات التي تعرضوا لها ، كتجميع الأخبار من الجرائد أو تسجيل آثار الكارثة أو الحادثة على أشرطة فيديو من نشرات الأخبار (القاضي ، 2009) .

6. تجربة الخبرات الصادمة :

اتضح من بعض الدراسات عن تجارب الانتفاضة الفلسطينية أن التجربة الصادمة تولد مستوى عالي من العصابية والميل إلى المواقف الخطرة وتدني النظرة إلى الذات ، ولكنها لا تؤثر على الذكاء والإبداع لدى المصدومين . ويحدد الباحثون ثلاثة عوامل لحدوث التجربة الصادمة لدى الفرد وهي :

1. الحدث (الحرب - الكارثة) تمثل تجربة بالغة السلبية .

2. عدم القدرة على التحكم بما حدث .

3. فجائية الحدث (القاضي ، 2009 ؛ Qouta , 2000) .

ويؤكد (عثمان 2000 في خلف ، 2012) أن الباحثين حددوا خمسة عوامل تؤثر على

إستجابة المصاب لتجربة الحرب وهي :

1. العوامل البيولوجية .

2. المستوى التطوري لدى الفرد في وقت حدوث الإصابة أو الصدمة أي تطور المستوى الإنفعالي والإجتماعي والمعرفي للفرد في وقت الحرب .

3. شدة الضغط المتولد من الصدمة أو الإصابة .

4. السياق الاجتماعي .

5. ضغوط الحياة السابقة للصدمة .

6.4.2 . الاضطرابات النفسية المرتبطة والمصاحبة لإصابات الحروب :

1. الصدمة النفسية :

إن تعرض الإنسان لإصابة مفاجئة أو رؤية مشهد مفرع أو سماع خبر مفرع ، يتسبب في حدوث صدمة نفسية له تعرف بـ Trauma، وهي حالة من الضغط النفسي ذي المصدر الخارجي تتجاوز قدرة الإنسان على التحمل والعودة إلى حالة التوازن الدائم بعدها.

ويرى مايكنبوم " أن الصدمة تشير إلى حوادث شديدة أو عنيفة تعد قوية ومؤذية ومهددة للحياة ، بحيث تحتاج هذه الحوادث إلى مجهود غير عادي لمواجهتها والتغلب عليها " (أبو الجود ، 2012 : 3) .

أ- الحدث الصدمي :

الأحداث الصدمية " هي أحداث خطيرة ومربكة ومفاجئة ، وتتسم بقوتها الشديدة أو المتطرفة ، وتسبب الخوف والقلق والانسحاب والتجنب . والأحداث الصدمية كذلك ذات شدة مرتفعة ، وغير متوقعة ، وغير متكررة ، وتختلف في دوامها من حادة إلى مزمنة . ويمكن أن تؤثر في شخص بمفرده كحادث سيارة أو إصابة خطيرة أو جريمة من جرائم العنف ، وقد تؤثر في المجتمع كله كما هو الحال في حالات الحروب والثورات والزلازل " (المرجع السابق).

• المظاهر الأولية للصدمة النفسية :

إن الشخص الذي يعاني من آثار الصدمة النفسية يظهر لديه المظاهر التالية أو بعض منها ، ويمكن تلخيص هذه المظاهر فيما يلي :

- خلل في السلوك اليومي وعدم القدرة على القيام بالأنشطة اليومية المعتادة .
- حركة زائدة غير معتادة .
- الخوف والقلق والتوتر والترقب والتوجس .
- الشرود الذهني وعدم القدرة على التركيز والانتباه .
- اضطرابات النوم والأحلام المزعجة والكوابيس .
- أعراض فسيولوجية مثل فقدان الشهية واضطرابات الكلام والتبول اللاإرادي .
- نوبة الهلع (Panic Attack) وهي الشعور بالرعب والتهديد والتنقل من مكان لآخر والجري من المكان بطريقة عشوائية وبحركة غير منتظمة (عبد الحميد ، 2013) .

ب- اضطراب ما بعد الصدمة PTSD :

في عام 1980 أدخلت جمعية الطب النفسي الأمريكية (APA) عبارة Post-Traumatic Stress – Disorder (PTSD) ، أي اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة . وهو نوع من الاضطرابات التي تم اكتشافها مع الحروب العالمية ، وتحدث فقط نتيجة مواجهة الكوارث ، ويختلف اضطراب ما بعد الصدمة عن التفاعل الحاد للكرب في أنه يحدث متأخراً بعض الشيء ، والسمة الأساسية في هذا الاضطراب هي الذاكرة الصدمية ، وهذا ينعكس على هيئة أعراض نفسية محددة . وأن المظهر الرئيسي لاضطراب ما بعد الصدمة ، هو تطور الأعراض المصاحبة لأي صدمة عنيفة وقعت للشخص أو سببت لغيره الموت أو الأذى المؤلم أو التهديد بإصابة

بالغة أو بعاهة جسمية أو حتى مشاهدة هذه المواقف الصادمة (إبراهيم وعسكر ، 2008) . وتتم إعادة معايشة الحدث الصدمي بطريقة أو بأخرى من الطرق التالية :

1. تذكر الحدث بشكل متكرر ومقتمح وضاعط وذلك يتضمن صوراً ذهنية أو أفكاراً أو مدركات .
2. استعادة الحدث بشكل متكرر وضاعط في الأحلام .
3. التصرف أو الشعور وكأن الحدث الصدمي (القصف مثلاً) عائد .
4. انضغاط نفسي شديد عند التعرض لمثيرات داخلية أو خارجية ترمز إلى أو تشبه بعض جوانب الحدث الصدمي .

5. استجابات فسيولوجية تحدث عند التعرض للمثيرات سابقة الذكر :

- التفادي المستمر لأي مثيرات مرتبطة بالحدث .
- أعراض زيادة الاستثارة بشكل دائم : وتحدث هذه الأعراض كاستمرار لحالة التوتر الشديدة في أثناء التعرض للخطر (الأعراض مستمرة لمدة شهر على الأقل) أما إذا كانت أقل من شهر فيطلق عليها اضطراب الكرب الحاد .

- يسبب هذا الاضطراب انضغاطاً نفسياً واضحاً أو يؤدي إلى تدهور في الأنشطة الاجتماعية أو الوظيفية أو جوانب أخرى هامة (شاهين وحدي ، 2007) .

• العوامل المؤثرة في ظهور اضطراب ما بعد الصدمة :

1. **العوامل المتعلقة بالشخص :** وجد أن الأشخاص المصابين باضطرابات نفسية سابقة مثل الاكتئاب يصحبون أكثر عرضة للإصابة بهذا الاضطراب ، أما بالنسبة لجنس المصاب فقد أكدت بعض الأبحاث أن النساء أكثر تعرضاً من الرجال .
2. **عوامل متعلقة بالحدث :** وجد أن شدة الحدث ومدى قربيه أو بعده عن الشخص يلعب دوراً مهماً في تحديده تواجبه ، والصدمات المتكررة مهماً ضعفت شدتها فإنها تدفع الشخص نحو الحافة أو إلى الحد الذي لا يستطيع معه أن يتكيف مع أي أحداث مؤلمة جديدة .

3. **المساندة الاجتماعية** : المتاحة للشخص والوقوف بجانب المصاب وتفهم حالته ، فهذه المساندة تمتص جزءاً هاماً من الصدمات وتساعد على مواجهة آثارها (خلف ، 2012) .

2. **الرهاب phobiw** :

ويعني الخوف الشديد والمتواصل من مواقف أو نشاطات أو أجسام معينة أو أشخاص . ومن أهم أعراضه (البكاء ، العنف أو الغضب والصراخ ، الانزواء في حالة من الاكتئاب ، المغص ، انعدام الشهية للطعام ، قلة النوم ، الخفقان السريع في دقات القلب ، الغثيان ، الشعور بالاختناق ، صعوبة في التنفس) . ويدفع الرهاب إلى تجنب المواقف أو الأشياء أو الموضوعات المسببة لها (إبراهيم ، 2004) . ومن مظاهر الرهاب في حالات الحرب : الخوف من الجنود ، الخوف من الأصوات المرتفعة ، الخوف من الظلام ، الخوف من عربات الجيش والشرطة ، الخوف من الطائرات ، الخوف من الأسلحة ، الخوف من الأجسام الغريبة .

3. **القلق النفسي** :

القلق هو شعور عام بالفزع والخوف من شر مرتقب و كارثة توشك أن تحدث ، والقلق استجابة لتهديد غير محدد كثيراً ما يصدر عن الصراعات اللاشعورية ومشاعر عدم الأمن والنزاعات الغريزية الممنوعة المنبعثة من داخل النفس وفي الحالتين يهيب الجسم إمكانياته لمواجهة التهديد ، فتتوتر العضلات ، ويتسارع النفس ونبضات القلب .

4. **الاكتئاب** :

من الآثار النفسية للحروب والأزمات الإصابة بمرض الاكتئاب ، ومن مظاهر الاكتئاب في حالات الحرب : الشعور بالحزن أغلب اليوم ، ضعف التركيز ، نقص الاهتمامات ، وفقد الاستمتاع بأغلب الأنشطة اليومية ، فقد أو زيادة في الوزن أو تغير الشهية بالزيادة أو النقصان ، أرق أو زيادة النوم تقرباً كل يوم (القاضي ، 2009) .

7.4.2 . **تعقيب عام** :

عرض الباحث في المباحث التي تضمنها هذا الفصل بعض الآراء ووجهات النظر التي تتعلق بمفاهيم الدراسة ومحدداتها المستمدة من النظريات السيكلوجية وتعريفات الباحثين والدارسين وما توصلوا إليه من الناحية النظرية أو الممارسة التطبيقية بالإضافة إلى وجهة نظر الباحث في كل متغير .

ويبدو من الأطر التنظيرية لمتغيرات الدراسة الثلاث أن العلاقة فيما بين تلك المتغيرات لها تفسيرات منطقية وصحيحة إلى حد بعيد وتشير إلى مدى التكامل بينها .

على أن هذا التكامل بين المتغيرات وبما تمثله من وظائف عقلية وانفعالية ودافعية لا يتم بشكل عشوائي ؛ وإنما في إطار البيئة بما فيها من عوامل مؤثرة ، ومراحل النمو . ومن ثم هي عملية دينامية متكاملة ومتفاعلة تتبلور من خلالها شخصية الفرد بأكملها ويتضح من خلالها مستوى الصحة الجسدية والنفسية الذي يتمتع به الفرد .

وحيث إن تلك المتغيرات ليست منفصلة عن الفرد بل تنشأ من تفاعل الشخصية بأسرها مع البيئة الواقعية في ظل عوامل كثيرة ومعقدة ومتشابكة تنظيمية وبيئية فهي متغيرات نسبية تدخل في علاقة تأثير متبادل فيما بينها وتلعب الفروق الفردية دوراً في تباينها من فرد لآخر .

الفصل الثالث

الدراسات السابقة

- 1.3. تمهيد .
- 2.3. دراسات العلاقة بين قوة الأنا والتوافق النفسي .
- 3.3. دراسات العلاقة بين قوة الأنا وتقدير الذات .
- 4.3. دراسات العلاقة بين التوافق النفسي وتقدير الذات .
- 5.3. مناقشة الدراسات السابقة .

1.3. تمهيد :

يمدنا الإطار النظري وما تحتويه الدراسات السابقة ، بالمزيد من المعارف والمعلومات التي تمهد السبيل أمام هذه الدراسة وغيرها . ومناقشة هذه الدراسات أمر ضروري لأي باحث حتى يتمكن من خلالها التعرف على المتغيرات التي تؤثر على بحثه ، والتعرف على ما توصلت إليه هذه الدراسات من نتائج وتوصيات ، فالدراسات السابقة تعد الأساس الذي يقود إلي صياغة الفروض . فقد تكون الفروض حصيلة تعارض ما في النتائج التي توصلت إليها الدراسات السابقة أو أن يكمل الباحث من خلالها ما انتهت إليها نتائج الدراسات السابقة ، أو للوقوف علي حدود فجوة بين الدراسات .

وبالرغم من قلة الدراسات السابقة التي تطل الدراسة الحالية بشكل مباشر إلا إن الباحث تمكن من التوصل إلي عدد من الدراسات وتم تصنيفها إلي ثلاثة مجموعات :

- المجموعة الأولى تضم الدراسات التي اهتمت بدراسة العلاقة بين قوة الأنا والتوافق النفسي .
- المجموعة الثانية تشتمل علي الدراسات التي اهتمت بدراسة العلاقة بين قوة الأنا وتقدير الذات .
- المجموعة الثالثة اهتمت بدراسة العلاقة بين التوافق النفسي وتقدير الذات .

وفي كل مجموعة تم عرض الدراسات السابقة بما يخدم موضوع البحث الحالي ، وذلك باقتصار العرض علي الأهداف والأدوات والنتائج ذات العلاقة بالدراسة الحالية .

2.3. دراسات العلاقة بين قوة الأنا والتوافق النفسي :

دراسة العبيدي (2004) عن اتجاه وقوة العلاقة بين قوة الأنا والتوافق النفسي الاجتماعي وتأثير أساليب التنشئة الاجتماعية في هذه العلاقة ، علي عينة قوامها " 300 " طالب وطالبة من جامعة بغداد تم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية ، وطبق عليهم مقياس بارون لقوة الأنا ، ومقياس التوافق النفسي الاجتماعي لعلي الديب ، ومن نتائج الدراسة ذات العلاقة بأهداف الدراسة الحالية وجود علاقة عكسية دالة إحصائياً بين قوة الأنا والتوافق النفسي الاجتماعي ، بمعنى انه عندما تكون قوة الأنا عالية يكون التوافق ادني والعكس صحيح . كما توصلت لعدم وجود فروق دالة إحصائياً بين أفراد العينة تعزى لمتغير العمر .

كما قامت مقبل (2010) بدراسة كانت تهدف إلي معرفة العلاقة بين التوافق النفسي وأبعاده وقوة الأنا لدى مرضى السكري ، علي عينة قوامها " 300 " مريض ومريضة بالسكري تم اختيارهم عشوائياً ، وفي سياق إجراءات الدراسة قامت الباحثة بتطبيق مقياس التوافق النفسي من إعداد شقير 2003 ، ومقياس قوة الأنا لبارون ترجمة أبو ناهية وموسى 1988 ، وتوصلت الدراسة إلي وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين التوافق النفسي وأبعاده وقوة الأنا ($r = 0.58$ ، الدلالة = 0.05) إي أنه كلما زادت درجة قوة الأنا كلما ارتفعت درجة التوافق النفسي ، كما توصلت لوجود علاقة عكسية دالة إحصائياً بين قوة الأنا و العمر ($r = -0.11$ ، الدلالة = 0.05) وأنه كلما زاد العمر قلت قوة الأنا . كما توصلت لوجود فروق دالة إحصائياً بين المستويات التعليمية المختلفة فالمرضى غير المتعلمين لديهم قوة أنا وتوافق نفسي أقل من المتعلمين ، وكلما قل المستوى التعليمي قلت درجة قوة الأنا والتوافق النفسي .

3.3. دراسات العلاقة بين قوة الأنا وتقدير الذات :

دراسة فايد (1997) عن قوة الأنا وعلاقتها بوجهة الضبط وتقدير الذات لدى متعاطي المواد المتعددة وغير المتعاطين ، علي عينة مكونة من " 40 " متعاطياً من الذكور تم اختيارهم عشوائياً ، و" 40 " فرداً من غير المتعاطين ، طبق عليهم مقياس بارون لقوة الأنا ترجمة كفاي 1982 ، ومقياس تقدير الذات لهلمريش ترجمة محمد 1995 ، وكشفت نتائج الدراسة عن وجود ارتباط موجب دال بين قوة الأنا و تقدير الذات ، كما توصلت النتائج لعدم وجود فروق دالة إحصائياً بين أفراد العينة تعزى لمتغير العمر والمستوي التعليمي .

بينما قام تركي (2000) بدراسة هدفت إلي معرفة العلاقة بين قوة الأنا وسمات الشخصية (تقدير الذات والجمود والانبساط و العصابية) وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها " 503 " من طلاب الجامعة تم اختيارهم عشوائياً ، واستخدام الباحث مقياس قوة الأنا لبارون ترجمة كفاي 1982 ، واختبار تقدير الذات للدريني وسلامة ، وتوصلت نتائج الدراسة إلي وجود ارتباط موجب دال بين قوة الأنا و تقدير الذات ($r=0.35$ ، الدلالة = 0.01) . كما توصلت النتائج لوجود فروق دالة إحصائياً بين أفراد العينة تعزى لمتغير العمر وأنه كلما زاد العمر زادة درجة قوة الأنا وتقدير الذات . وتوصلت كذلك لوجود فروق دالة إحصائياً بين المستويات التعليمية المختلفة فأفراد العينة غير المتعلمين لديهم قوة أنا وتقدير ذات أقل من المتعلمين .

وتناولت دراسة التميمي (2010) قوة الأنا وعلاقتها بمفهوم الذات لدى لاعبي منتخبات جامعة الموصل ، عينة مكونة من " 80 " لاعباً ، طبق عليهم مقياس قوة الأنا ومقياس الذات من إعداد الباحث ، وأسفرت الدراسة عن عدة نتائج ومنها وجود علاقة ارتباطيه ايجابية داله بين كل من قوة الأنا ومفهوم الذات ($r=0.36$ ، الدلالة = 0.05) . كما توصلت لعدم وجود فروق دالة إحصائياً بين أفراد العينة في قوة الأنا ومفهوم الذات تعباً لمتغير العمر ، وتوصلت كذلك لوجود فروق دالة إحصائياً بين المستويات التعليمية المختلفة فأفراد العينة غير المتعلمين لديهم قوة أنا ومفهوم ذات أقل من المتعلمين .

4.3. دراسات العلاقة بين التوافق النفسي وتقدير الذات :

دراسة أبوهين (2001) هدفت للتعرف على مستوى التوافق النفسي الاجتماعي وتقدير الذات لدى عينة من الشباب الفلسطيني المشارك في انتفاضة الأقصى في ضوء بعض المتغيرات ، وقد أجريت الدراسة على " 500 " شخص من الذكور الذين شاركوا في الانتفاضة تم اختيارهم بالطريقة القصدية ، واستخدام فيها اختبار التوافق النفسي الاجتماعي ، واختبار تقدير الذات من إعداده ، وتوصلت الدراسة إلى عدة نتائج من أبرزها أن أفراد عينة الدراسة يتمتعون بمستوي مرتفع من التوافق النفسي الاجتماعي وتقدير الذات ، كما توصلت لوجود ارتباط موجب دال بين التوافق النفسي وتقدير الذات ($r = 0.446$ ، الدلالة = 0.01) ، وتوصل كذلك لعدم وجود فروق دالة إحصائية في درجات التوافق النفسي وتقدير الذات بين المشاركين في فعاليات الانتفاضة تبعاً لمتغير العمر .

وفي دراسة حسين وعبداليمية (2011) عن التوافق النفسي والاجتماعي وعلاقته بتقدير الذات لدى طلبة الجامعة ، علي عينة مكونة من " 120 " طالباً تم اختيارهم عشوائياً . وفي ضوء إجراءات الدراسة قام الباحث بتطبيق مقياس التوافق النفسي والاجتماعي من إعداد محمد العربي ، ماجدة إسماعيل ، ومقياس تقدير الذات لهلمريش ترجمة محمد 1995 . ومن أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة وجود علاقة ارتباط بين كل من متغيري التوافق النفسي والاجتماعي وتقدير الذات لدى الطلبة ($r = 0.74$ ، الدلالة = 0.05) .

5.3. مناقشة الدراسات السابقة :

بعد عرض الدراسات السابقة التي تناولت متغيرات الدراسة ، تبين للباحث اختلاف الدراسات السابقة في تناولها لمفهوم قوة الأنا ودراسة علاقتها ببعض المتغيرات من حيث طبيعة هذه المتغيرات وأسلوب تناول والتفسير ، فدراسة العبيدي (2004) هدفت لمعرفة اتجاه وقوة العلاقة بين قوة الأنا والتوافق النفسي الاجتماعي وتأثير أساليب التنشئة الاجتماعية في هذه العلاقة . ودراسة مقبل (2010) هدفت لمعرفة العلاقة بين التوافق النفسي وأبعاده وقوة الأنا .

بينما ركزت دراسة فايد (1997) ، ودراسة التميمي (2010) علي دراسة قوة الأنا وعلاقتها بتقدير الذات ، أما دراسة تركي (2000) فهدف لمعرفة العلاقة بين قوة الأنا وسمات الشخصية (تقدير الذات والجمود والانبساط والعصابية) . واهتمت دراسة حسن وعبداليمه (2011) بدراسة التوافق النفسي والاجتماعي وعلاقته بتقدير الذات ، أما دراسة أبو هين (2001) هدفت لمعرفة مستوى التوافق النفسي الاجتماعي وتقدير الذات.

أما بالنسبة لحجم العينة فقد اختلفت أحجام العينات التي استعانت بها تلك الدراسات في جمع البيانات من دراسة لأخر تبعاً لطبيعة كل دراسة وأهدافها وحدودها المكانية ، حيث كان أكبر حجم عينة في دراسة تركي (2000) فقد بلغ حجم العينة " 503 " فرداً ، ويليهما دراسة أبو هين (2001) حيث بلغ حجم العينة " 500 " فرداً ، ويليهما دراسة كلاً من العبيدي (2004) ، ومقبل (2010) حيث بلغ حجم العينة فيهما " 330 " فرداً ، ويليهما دراسة حسن وعبداليمه (2011) حيث بلغ حجم العينة "120" فرداً ، وأصغر حجم عينة كان في دراسة كلاً من فايد (1997) ، والتميمي (2010) حيث بلغ حجم العينة في كلتا الدراستين " 80 " فرداً .

وتنوعت عينات الدراسات السابقة بين الذكور فقط أو الإناث فقط أو الجمع بين الجنسين ، فمنها من أجرى على الذكور والإناث كما هو الحال في دراسة كلاً من العبيدي (2004) ، ومقبل (2010) ، أما دراسة تركي (2000) ، والتميمي (2010) ، وفايد (1997) ، وحسن وعبداليمه (2011) ، وأبو هين (2001) ؛ فقد أجريت علي الذكور فقط . واتفقت معظم تلك الدراسات في أن العينات وأحجامها بالنسبة لمجتمعها الأصلي متنسقة وجيده .

والتطبيق علي عينات صغيرة أو محدودة ، يؤثر علي الصدق الخارجي للدراسة (التير ، 1995) أي علي مدى قابلية النتائج للتعميم . كما أن أهمية التمثيل الصادق لمجتمع الدراسة ، تضاهي أو تفوق أهمية حجم العينة ، وبالتالي فإن عشوائية الاختيار وعدم التحيز أساسيان وهامان للصدق الخارجي (عطيفة ، 1996) . وهذا ما حدا بالباحث إلي توكي الدقة في الاختيار المناسب لحجم العينة .

أما من حيث الأدوات فقد اعتمدت معظم الدراسات السابقة علي مقياس قوة الأنا لبارون كما في دراسة فايد (1997) ، وتركي (2000) ، والعبيدي (2004) ، ومقبل (2010) ، كذلك اعتمدت دراسة العبيدي (2004) علي مقياس التوافق النفسي لعلي الديب ، واستخدمت دراسة مقبل (2010) مقياس التوافق النفسي لشقير ، أما دراسة حسين وعبداليمية (2011) فقد استخدمت مقياس التوافق النفسي والاجتماعي للعربي وإسماعيل ، كما اعتمدت دراسة كلا من فايد (1997) ، وحسين وعبداليمية (2011) علي مقياس تقدير الذات لهلمريش ، واعتمدت دراسة تركي (2000) علي اختبار تقدير الذات للدريني وسلامة .

كما لوحظ أن بعض الدراسات السابقة اعتمدت علي استبانات هي من وضع وإعداد باحثيها ، ويحسب لهؤلاء إتراؤهم لدراساتهم بتوظيف خبراتهم العلمية ، ومهاراتهم المنهجية في تطوير أدوات دراساتهم . وورد عن جون ديوي 1859 - 1952 في أهمية توظيف خبرة الباحث ؛ واعتبارها جزءاً من المعرفة يمكن أن يوضع في صورة مكتوبة (أبوعلام ، 1998) . ويتعزز هذا الرأي بما ذكرته أنستازي 1970 عندما اعتبرت خبرة الباحث عملية ذاتية عقلية ، يمكن أن توظف في تطوير أداة الدراسة ؛ كونها تعبر عن صدق محتوى إلي حد معقول (أحمد ، ب.ت) .

إلا أن ما يؤخذ علي هذه الاستبانات ؛ عدم استيفائها للشروط القياسية لتكون علي درجة عالية من الموثوقية ، ففي مجال الصدق مثلاً : فقد اعتمد معظم الباحثين علي صدق المحكمين ، أي صدق البناء الظاهري أو الشكلي . ورغم إمكانية اعتبار هذه الإجراءات ذا علاقة بصدق المحتوى في بعض الأحيان ، فإننا نجد علماء القياس المعاصرين يحذرون من الاعتماد عليية ، ويعتبرونه أضعف أنواع الصدق ويوجهون الانتباه إلي بدائل الصدق الامبريقية (انظر مثلاً : علام ، 2006) .

وبالرغم من اعتماد الدراسة الحالية علي هذه الأدوات (انظر الفصل الرابع : أدوات الدراسة) والمعتمد في حساب صدقها علي صدق المحكمين ، إلا أن الباحث لم يكتفِ بهذا الإجراء ، وحرص علي تقدير الصدق عن طريق الاتساق الداخلي للفقرات بحساب معاملات ارتباط كل مفردة مع الدرجة الكلية . كما يحسب لهذه الاستبانات اعتمادها في حساب الثبات علي الطرق المألوفة والموثوقة من قبيل : إعادة التطبيق ، والتجزئة النصفية ، واستخدام معادلة ألفا كرونباخ .

وقد بينت نتائج معظم الدراسات السابقة وجود ارتباط موجب ودال بين متغيرات الدراسة (قوة الأنا - التوافق النفسي - تقدير الذات) كدراسة فايد (1997) التي توصلت لوجود ارتباط موجب دال بين قوة الأنا وتقدير الذات . ودراسة تركي (2000) التي توصلت لوجود ارتباط موجب دال بين قوة الأنا وتقدير الذات . ودراسة أبوهين (2001) التي توصلت لوجود ارتباط موجب دال بين التوافق النفسي وتقدير الذات . ودراسة التميمي (2010) التي توصلت لوجود علاقة ارتباطيه ايجابية داله بين كل من قوة الأنا ومفهوم الذات . ودراسة مقبل (2010) التي توصلت إلي وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائياً بين التوافق النفسي وأبعاده وقوة الأنا ، أما دراسة العبيدي (2004) فقد توصلت لوجود علاقة عكسية دالة إحصائياً بين قوة الأنا والتوافق النفسي .

أما بالنسبة للفروق وفقاً لمتغير العمر ، فقد تناقضت نتائج الدراسات ، حيث بينت دراسة فايد (1997) ، وأبوهين (2001) ، والعبيدي (2004) ، والتميمي (2010) عدم وجود فروق في قوة الأنا والتوافق النفسي وتقدير الذات تعزى لمتغير العمر . في حين لم تبرهن دراسة تركي (2000) ، ومقبل (2010) علي هذه النتيجة ، وتوصلت لوجود فروق دالة في قوة الأنا والتوافق النفسي وتقدير الذات تبعاً لمتغير العمر .

بالنسبة لمتغير المستوى التعليمي أوضحت معظم الدراسات وجود فروق دالة بين أفراد عينة الدراسة في المستوى التعليمي ، والفروق في صالح ذوي المؤهلات العلمية الجامعية مثل دراسة تركي (2000) ، ومقبل (2010) ، والتميمي (2010) . بينما لم يجد فايد (1997) أية فروق بين المستويات التعليمية المختلفة .

وفي ضوء ما تم عرضه من دراسات ؛ قد لوحظ عدم قيام أي من الدراسات السابقة بقياس مستوي متغيرات الدراسة (قوة الأنا - التوافق النفسي - تقدير الذات) علي أفراد عينات الدراسات السابقة ، باستثناء دراسة أبوهين (2001) التي قامت بقياس مستوي متغيري التوافق النفسي وتقدير الذات ، الأمر الذي شكل الدافع الكبير والهام لإجراء مثل هذه الدراسة ؛ للتعرف علي مستوي قوة الأنا والتوافق النفسي وتقدير الذات لدي جرحى الثورة الليبية ، ومعرفة العلاقة فيما بينها ، وكذلك لإيضاح الفروق في هذه المتغيرات بحسب المتغيرات الديموغرافية (العمر - مستوي التعليم) . خاصة وأن أي من الدراسات السابقة لم تتناول عينة مطابقة لعينة الدراسة الحالية وهي فئة الجرحى (جرحى ثورة السابع عشر من فبراير) ، ماعدا دراسة ابوهين (2001) التي اهتمت بعينة من الشباب المشارك في الانتفاضة ، وبذلك تعد الدراسة الحالية الأول من نوعها - في حدود علم الباحث - سواء في البيئة العربية أو الليبية التي تناولت هذه الفئة بالدراسة ، مما يعطي الدراسة الحالية أهميتها .

الفصل الرابع

الإجراءات المنهجية للدراسة

- 1.4. تمهيد .
- 2.4. منهج الدراسة .
- 3.4. مجتمع الدراسة .
- 4.4. الدراسة الاستطلاعية .
- 5.4. عينة الدراسة .
- 6.4. أدوات الدراسة .
- 7.4. جمع بيانات الدراسة الأساسية .
- 8.4. أساليب المعالجة الإحصائية .

1.4. تمهيد :

يشمل هذا الفصل المنهج الذي اتبعه الباحث في هذه الدراسة لتحقيق أهدافه ، ومجتمع الدراسة ، والدراسة الاستطلاعية وأغراضها ، كذلك كيفية اختيار العينة ، كما يشمل هذا الفصل وصفاً للأدوات المستخدمة وصدق وثبات هذه الأدوات وكيفية جمع البيانات والأساليب الإحصائية .

2.4. منهج الدراسة :

تهدف الدراسة الحالية إلي اكتشاف مستويات قوة الأنا والتوافق النفسي وتقدير الذات وعلاقة قوة الأنا بالتوافق النفسي وتقدير الذات لدي جرحى ثورة السابع عشر من فبراير وفقاً لبعض المتغيرات الديموغرافية (العمر ، ومستوي التعليم) . وفي ضوء هذا الهدف استخدم الباحث المنهج الوصفي لملاءمته لموضوع وأهداف الدراسة ، فهو " يتناول دراسة أحداث وظواهر وممارسات قائمة موجودة متاحة للدراسة والقياس كما هي دون تدخل الباحث في مجرياتها ، ويستطيع الباحث أن يتفاعل معها ويحلها " (غانم ، 2004 : 135).

3.4. مجتمع الدراسة :

يتكون مجتمع الدراسة من جرحى ثورة السابع عشر من فبراير بمدينة بنغازي وضواحيها والبالغ عددهم " 2677 " (مكتب شؤون ورعاية الجرحى بنغازي ، 2013) .

4.4. الدراسة الاستطلاعية :

قام الباحث بإجراء هذه الدراسة لتحقيق عدة أهداف قبل الشروع في جمع بيانات الدراسة الأساسية ؛ وتكمن هذه الأهداف في التعرف علي مدى تقبل وتجاوب المبحوثين مع الأدوات الدراسة المستخدمة لجمع بيانات الدراسة ، إضافة إلي التدريب علي تطبيق هذه الأدوات من قبل الباحث والتحقق من وضوح التعليمات للمبحوثين ، عدا عن معرفة الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة من حيث الصدق والثبات ، ومدى ملاءمتها لمجتمع الدراسة .
وتم اختيار " 60 " جريحاً من جرحى ثورة السابع عشر من فبراير المسجلين بمكتب شؤون ورعاية الجرحى بنغازي ، حسب الطريقة العشوائية البسيطة .

وجمعت بيانات الدراسة الاستطلاعية في الفترة من " 1 . 2 . 2013 " إلى " 15 . 3 . 2013 م " ، وطبق مقياس قوة الأنا كفاقي (1982) ، ومقياس التوافق النفسي شقير (2003) ، ومقياس تقدير الذات محمد (1991) . وحرص الباحث علي متابعة إجراءات الاستطلاع ، ومتابعة المستجيبين ، وحثهم علي تحري الدقة والموضوعية ، وخاصة وأن عددهم في كل لقاء لم يتجاوز أربعة . ولوحظ انه بالرغم من تعاون البعض من أفراد العينة إلا أن هناك من رفض التعاون مع الباحث . كما لوحظ شيء من الفتور أثناء التطبيق نتيجة لعدد الاختبارات ومفرداتها ، إلا أن وجود الباحث المباشر مع أفراد العينة وخاصة في إطار محدودية العدد ، وأخذ فترات استراحة بين تطبيق كل اختبار ، تمكن الباحث من تجاوز هذا الظرف ، والمتابعة للتحفيز وتسليم الاستبانات في نفس اليوم ، وينصح الباحث فالدراسات التي يطبق فيها أكثر من مقياس ، اخذ فترات راحة مناسبة بين كل تطبيق ، أو تطبيق اختبار واحد في فالיום أن أمكن ذلك لتجاوز الملل والفتور من قبل المبحوثين .

5.4. عينة الدراسة :

تكونت عينة الدراسة الاساسيه من " 100 " جريح تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة من جرحى ثورة السابع عشر من فبراير بمدينة بنغازي وضواحيها ، والبالغ عددهم " 2677 " . والجدول الآتية توضح كيفية توزيع العينة .

جدول (1.4) توزيع عينة الدراسة حسب العمر

| العمر | العدد |
|---------|-------|
| 30 - 18 | 30 |
| 45 - 30 | 70 |

جدول (2.4) توزيع عينة الدراسة حسب مستوى التعليم

| مستوي التعليم | العدد |
|---------------|-------|
| ابتدئي | 20 |
| ثانوي | 40 |
| جامعي | 40 |

6.4. أدوات الدراسة :

أولاً : مقياس قوة الأنا :

وهو من إعداد بارون 1950 والمقياس مقتبس من اختبار مينسوتا متعدد الأوجه للشخصية (MMPI) . وقد أختير المقياس من مجموع فقرات اختبار مينسوتا البالغ عددها " 566 " فقرة ، وترجمه وأعدّه للغة العربية كفاقي (1982) ، وقام بتقنيته علي عينة من طلبة وطالبات الجامعة بلغ قوامها " 413 " بواقع " 172 " من الذكور ، و " 241 " من الإناث .

ويصنف بارون فقرات المقياس في فئات طبقاً لنوع التجانس السيكومترى لمضمون الفقرات

وهذه الفئات هي :

- الوظائف الجسمية والثبات الفسيولوجي .
- الضعف والعزلة .
- الاتجاهات نحو الدين .
- الوضع الخلقي .
- الإحساس بالواقع .
- الكفاية الشخصية والقدرة على التصرف .
- الرهاب وقلق الطفولة .
- متنوعات .

قام كفاقي (1982) بحساب صدق المقياس من خلال قياس معامل الارتباط بين مقياس قوة الأنا ومقياس العصابية من قائمة ايزنك وبلغ معامل الارتباط " 0.42 " ، كما حسب الصدق المحكي أيضاً بين المقياس وقائمة ويلوبي للميل العصابي ووصل إلي " 0.47 " ، وبين المقياس ومقياس الوعي الخاص بالمسايرة (تحمل المسؤولية) ووصل إلي " 0.28 " ، وهي ارتباطات دالة إحصائياً عند 0.01 .

أما فيما يتعلق بثبات المقياس فتم التوصل إليه بحساب ثبات الاستقرار وثبات التجزئة النصفية (فردى وزوجى) للمقياس وقد بلغ معامل ثبات التكرار " 0.66 " . وكان مدى ثبات التجزئة النصفية " 0.63 " وهي معاملات دالة إحصائياً .

الخصائص السيكومترية لمقياس قوة الأنا في الدراسة الحالية :

• الصدق :

" يعد الصدق من الخصائص السيكومترية الأساسية للاختبارات والمقاييس ونعني بالصدق مدى فائدة القياسات في اتخاذ قرارات موائمة لغرض معين " (علام ، 2006 : 231) .

وقد تم استخراج صدق الاتساق الداخلي (صدق المفردات) حيث حسب معامل الارتباط بين درجات أفراد العينة في كل مفردة بالدرجة الكلية للمقياس (لعينة قوامها 60 جريح) . وقد اتضح أن هناك " 17 " مفردة ذات علاقة غير دالة مع الدرجة الكلية ، وبالتالي تم استبعادها ، أما باقي المفردات فهي ذات علاقة موجبة ودالة مع الدرجة الكلية وعددها " 47 " مفردة . وبمراجعة الملحق " 7 " يتضح أن معاملات ارتباط المفردات بالدرجة الكلية للمقياس تقع في المدى من " 0.17 - 0.65 " ، وهذا يشير إلى أن اختبار قوة الأنا يتمتع بدرجة صدق مناسبة .

• الثبات :

وبعني الاتساق أو الدقة في المقياس أي مدي خلو درجات الاختبارات من الأخطاء العشوائية التي تشوب القياس ، بمعنى مدى قياس الأداء للسمة التي تهدف لقياسها باتساق في ظروف متباينة قد تؤدي إلي أخطاء القياس (علام ، 2006) .

اعتمد الباحث في حساب ثبات المقياس على الثبات بطريقة التجزئة النصفية ، حيث طبق المقياس علي عينة قوامها " 60 " جريح ، وتم قسمة بنود المقياس إلى نصفين ، ومن ثم حساب معامل الارتباط بين مجموع فقرات النصف الأول ومجموع فقرات النصف الثاني للمقياس ، حيث بلغ معامل ارتباط بيرسون لدرجات المقياس بهذه الطريقة " 0.77 " وبعد استخدام معادلة سبيرمان - براون لتصحيح النقص في طول المقياس أصبح معامل الثبات " 0.87 " والذي يشير إلى أن المقياس يتمتع بدرجات ثبات مرتفعة .

ثانياً : مقياس التوافق النفسي :

المقياس من إعداد شقير (2003) ويتكون من " 80 " مفردة تهدف إلى معرفة التوافق والفرقات مقسمة لأربعة أبعاد وهي بعد التوافق الشخصي والانفعالي ، وبعد التوافق الصحي (الجسمي) ، بعد التوافق الأسري ، بعد التوافق الاجتماعي ، ويجاب عليها بنعم ولا وأحياناً . وموضوع أمام هذه التقديرات ثلاثة درجات وهي " 2 ، 1 ، 0 " علي الترتيب ، وذلك عندما يكون اتجاه التوافق إيجابياً ، بينما تكون التقديرات الثلاث في اتجاه عكسي " 0 ، 1 ، 2 " عندما ينخفض التقدير للتوافق ، وأدنى درجة صفر وأعلاها " 160 " . وأجرى له صدق وثبات على عينة مصرية من الذكور والإناث بلغت " 100 " فرد والصدق بطريقة التكوين الفرضي والصدق التمييزي . وحسب الثبات بطريقة إعادة التطبيق والتجزئة النصفية وكان الثبات ما بين " 0.53 - 0.74 " .

الخصائص السيكومترية لمقياس التوافق النفسي في الدراسة الحالية :

• الصدق :

قد تم استخراج صدق الاتساق الداخلي (صدق المفردات) حيث حسب معامل الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الذي تمثله (انظر الملحق 8) . وكذلك حسب معامل الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد والدرجة الكلية للمقياس ، والجدول التالي يوضح ذلك .

جدول (3:4) يوضح معاملات ارتباط بيرسون بين أبعاد مقياس التوافق النفسي والدرجة الكلية

للمقياس

| الأبعاد | معاملات الارتباط | الدالة الإحصائية |
|-------------------|------------------|--------------------|
| التوافق الشخصي | 0.83 | 0.01 دالة إحصائياً |
| التوافق الصحي | 0.70 | 0.01 دالة إحصائياً |
| التوافق الأسري | 0.80 | 0.01 دالة إحصائياً |
| التوافق الاجتماعي | 0.84 | 0.01 دالة إحصائياً |

يتضح من الجدول السابق أن أبعاد مقياس التوافق النفسي تتمتع بمعاملات ارتباط قوية ودالة إحصائياً عند مستوى دلالة أقل من " 0.01 " وحيث بلغت معاملات الارتباط لأبعاد المقياس بين " 70 - 84 " وهذا دليل كافي على أن مقياس التوافق النفسي بأبعاده يتمتع بمعامل صدق عالٍ .

• الثببات :

يعد معامل ألفا كرونباخ من أنسب الطرق التي تستخدم لحساب ثبات الأوزان المستخدمة في البحوث المسحية والاستبانات أو مقاييس الاتجاه والسمات النفسية حيث يوجد مدى من الدرجات المحتملة لكل مفردة ، وهي تقوم علي افتراض تساوي الفقرات في المقياس مع بعضها البعض وتستخدم عندما يكون تقديم مستوي الاستجابة متدرج - أي عند تعدد البدائل التي تخصص لكل منها قيمة ما - وتعطي لنا ما يناظر متوسط كل قيم التجزئة النصفية الممكنة ، كما تمثل الحد الأدنى لمعامل الثبات الذي لا يقل الثبات عنه فيما لو حسب بالطرق الأخر إلي جانب قياسها الاتساق الداخلي والتكافؤ (عريف ، 2004).

وقد تم حساب الثبات بطريقة ألفا كرونباخ للمقياس الكلي لدرجات عينة مكونة من " 60 " جريح ، ويوضح ذلك الجدول التالي .

جدول (4:4) معامل ألفا كرونباخ لمقياس التوافق النفسي وأبعاده

| الأبعاد | ن | معامل ألفا كرونباخ (α) |
|----------------------|----|---------------------------------|
| التوافق الشخصي | 60 | 0.70 |
| التوافق الصحي | 60 | 0.73 |
| التوافق الأسري | 60 | 0.80 |
| التوافق الاجتماعي | 60 | 0.71 |
| التوافق النفسي العام | 60 | 0.89 |

يتضح من الجدول السابق أن معاملات الثبات بالنسبة لجميع الأبعاد وكذلك للدرجة الكلية موجة ودالة عند مستوى 0.01 ، وهذا دليل جيد علي أن مقياس التوافق النفسي يتمتع بمعامل ثبات عالٍ .

ثالثاً : مقياس تقدير الذات :

أعد هذا المقياس هلمريش وآخرون Helmreich et al وذلك للتعرف علي تقدير المراهقين والراشدين لذواتهم ، ويحمل هذا الاختبار اسم قائمة تكساس للسلوك الاجتماعي ، ويتكون من " 32 " مفردة أمام كل منها اختيارات خمسة وهي : لا تنطبق إطلاقاً ، لا تنطبق كثيراً ، تنطبق إلى حد ما ، تنطبق إلي درجة كبيرة ، تنطبق تماماً ، وتتراوح درجة كل مفردة بين " 0 - 4 " ، باستثناء المفردات العشر التي تحمل أرقام " 1 ، 2 ، 3 ، 12 ، 13 ، 21 ، 23 ، 28 ، 29 ، 31 " فتمثل عكس التدرج حيث تتراوح درجة كل مفردة بين " 0 - 4 " . ويتم حساب الدرجة الكلية للمفردات في الاختبار بجمع درجاته في الفئات الخمس للاختبار . وتتراوح درجات الاختبار بين " 0 - 128 " وتدل الدرجة المرتفعة علي تقدير مرتفع للذات بينما تدل الدرجة المنخفضة علي تقدير منخفض للذات .

وقد قام محمد (1991) بترجمة المقياس للعربية ، وتم حساب صدق وثبات المقياس ، حيث قدر الصدق المحكي بحساب معامل الارتباط بين المقياس واختبار مفهوم الذات لعماد الدين إسماعيل على عينة من طلبة الجامعة " 73 " طالب ، وبلغ معامل الارتباط " 0.84 " ، وتم تقدير الثبات بطريقة إعادة التطبيق علي عينة من طلبة الثانوي والجامعة " 671 " طالب ، وبلغ معامل الثبات " 0.91 " وهو دال إحصائياً عند " 0.01 " ، كما تم عرض الاختبار علي مجموعة من المتخصصين في علم النفس من أساتذة الجامعات المصرية ، ورأوا أن الترجمة سليمة وأنها تتناسب مع البيئة العربية ، مما يدعم الصدق الظاهري للمقياس .

الخصائص السيكومترية لمقياس تقدير الذات في الدراسة الحالية :

• الصدق :

تم استخراج صدق الاتساق الداخلي (صدق المفردات) حيث حسب معامل الارتباط بين درجات أفراد العينة في كل مفردة والدرجة الكلية لعينة قوامها " 60 " جريح ، وقد اتضح أن هناك مفردة واحدة ذات علاقة غير دالة مع الدرجة الكلية ، وبالتالي تم استبعادها . أما باقي المفردات فهي

ذات علاقة موجبة ودالة مع الدرجة الكلية وعددها " 31 " مفردة . وبمراجعة الملحق " 9 " يتضح أن معاملات ارتباط المفردات بالدرجة الكلية للمقياس تقع في المدى من " 0. 17 - 0. 69 " ، وهذا يشير إلى أن مقياس تقدير الذات يتمتع بدرجة صدق مناسبة .

• الثبات :

تم حساب الثبات باستخدام طريقة ألفا كرونباخ لعينة مكونة من " 60 " جريح ، وبلغ معامل الثبات للمقياس الكلي " 0.87 " والذي يشير إلى أن مقياس تقدير الذات يتمتع بمعامل ثبات مرتفع .

6.4. جمع بيانات الدراسة الأساسية :

استغرق جمع البيانات لعينة الدراسة الأساسية الفترة من " 2013.9.1 " إلى " 2013.10.30 " . اعتمد الباحث علي نفسه في تطبيق أدوات الدراسة حرصاً علي الالتزام بالتعليمات ، وتحاشي أخطاء المساعدين ، كتجاوز التعليمات وتحريفها .

وفي بعض الأحيان كان بالإمكان اختيار المكان المناسب ، والتحكم إلى حد ما في الظروف الفيزيائية المحيطة . اعتاد الباحث في بداية التطبيق أن يوضح الهدف من الدراسة بشكل مبسط للمبحوثين ، وأن يؤكد سرية البيانات وأهميتها لأغراض البحث العلمي . ومع ذلك قدر رفض العديد من أفراد العينة التعاون مع الباحث .

وأثناء التطبيق تم التأكد من تدوين المبحوثين للإجابات في أماكنها الصحيحة واستكمال أي نقص في البيانات الأساسية أو الإجابات ، وطبقت أدوات الدراسة وفق الترتيب الآتي : مقياس قوة الأنا ، مقياس التوافق النفسي ، ومقياس تقدير الذات في جلسة واحدة . واستغرق زمن التطبيق في المتوسط ساعة ونصف الساعة .

تم تصحيح إجابات المبحوثين علي أدوات الدراسة وفقاً لمفاتيح التصحيح المذكورة في كراسة تعليمات هذه الأدوات ، ومراجعتها أكثر من مرة حرصاً علي دقة البيانات التي جمعت .

7.4. أساليب المعالجة الإحصائية :

من أجل الإجابة على أسئلة الدراسة وأهدافها قام الباحث باستخدام الأساليب السيكمترية والإحصائية التالية :

1. معامل الفا كرونباخ والتجزئة النصفية لقياس ثبات أدوات الدراسة .
2. معامل ارتباط العزوم بيرسون لقياس درجة واتجاه العلاقة الارتباطية .
3. اختبار (ت) للعينة الواحدة .
4. اختبار (ت) لعينتين مستقلتين .
5. اختبار تحليل التباين الأحادي (ANOVA) .
6. اختبار " أدني فرق دال " LSD للمقارنات الزوجية - البعدية ؛ اللاحقة لتحليل التباين الأحادي الدال إحصائياً . وقد اختير لملاءمته في حال عدم تجانس التباين (راجع مثلاً أبو حطب ، وصادق ، 1996) .

الفصل الخامس

عرض النتائج ومناقشتها

- 1.5. تمهيد .
- 2.5. عرض النتائج وتحليلها .
- 3.5. تفسير النتائج .
- 4.5. تعقيب .
- 5.5. التوصيات .
- 6.5. المقترحات .

1.5. تمهيد :

يتناول هذا الفصل عرضاً لنتائج الدراسة الحالية بأهدافها ، وكذلك تحليل هذه النتائج وتفسيرها في ضوء ما جاء في الإطار النظري والدراسات السابقة ورأي الباحث وملاحظاته .

2.5. عرض النتائج وتحليلها :

1. نتائج الهدف الأول :

ينص الهدف الأول للدراسة على " معرفة مستوى قوة الأنا لدى جرحى ثورة السابع عشر من فبراير " . وللتحقق من هذا الهدف ، استخدم اختبار (ت) للعينة الواحدة لمقارنة متوسط درجات المقياس بالمتوسط الفرضي ، فكانت النتائج كما هو موضح بالجدول التالي .

جدول (1.5) الفروق بين المتوسط الحسابي لعينة الدراسة والمتوسط الفرضي لمقياس قوة الأنا
(ن = 100)

| المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | المتوسط الفرضي | قيمة " ت " | الدلالة الإحصائية |
|-----------------|-------------------|----------------|------------|-------------------|
| 31.27 | 4.95 | 23.5 | 15.71 | 0.01 |

ويلاحظ من الجدول أعلاه أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية بين متوسط عينة الدراسة والمتوسط الفرضي على مقياس قوة الأنا عند دلالة إحصائية 0.01 وبالرجوع إلى متوسط عينة الدراسة والمتوسط الفرضي ، يلاحظ أن قيمة متوسط عينة الدراسة أكبر من المتوسط الفرضي ، ونستدل من ذلك على ارتفاع مستوى قوة الأنا لدى عينة الدراسة .

2. نتائج الهدف الثاني :

ينص الهدف الثاني للدراسة على " معرفة مستوى التوافق النفسي لدى جرحى ثورة السابع عشر من فبراير " . وللتحقق من هذا الهدف ، استخدم اختبار (ت) للعينة الواحدة لمقارنة متوسط درجات المقياس بالمتوسط الفرضي لمقياس التوافق النفسي ، فكانت النتائج كما هو موضح بالجدول التالي .

جدول (2.5) الفرق بين المتوسط الحسابي لعينة الدراسة والمتوسط الفرضي لمقياس التوافق النفسي (ن = 100)

| المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | المتوسط الفرضي | قيمة "ت" | الدلالة الإحصائية |
|-----------------|-------------------|----------------|----------|-------------------|
| 81.60 | 11.95 | 76 | 4.69 | 0.01 |

ويلاحظ من الجدول أعلاه أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية بين متوسط عينة الدراسة والمتوسط الفرضي على مقياس التوافق النفسي عند دلالة إحصائية 0.01 وبالرجوع إلى متوسط عينة الدراسة والمتوسط الفرضي ، يلاحظ أن قيمة متوسط عينة الدراسة أكبر من المتوسط الفرضي ، ونستدل من ذلك على ارتفاع مستوى التوافق النفسي لدى عينة الدراسة .

3. نتائج الهدف الثالث :

ينص الهدف الثالث للدراسة على " معرفة مستوى تقدير الذات لدى جرحى ثورة السابع عشر من فبراير " . وللتحقق من هذا الهدف ، استخدم اختبار (ت) للعينة الواحدة لمقارنة متوسط درجات المقياس بالمتوسط الفرضي لمقياس تقدير الذات ، فكانت النتائج كما هو موضح بالجدول التالي .

جدول (3.5) الفرق بين المتوسط الحسابي لعينة الدراسة والمتوسط الفرضي لمقياس تقدير الذات
(ن = 100)

| المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | المتوسط الفرضي | قيمة "ت" | الدلالة الإحصائية |
|-----------------|-------------------|----------------|----------|-------------------|
| 77.62 | 9.77 | 62 | 15.99 | 0.01 |

ويلاحظ من الجدول أعلاه أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية بين متوسط عينة الدراسة والمتوسط الفرضي على مقياس تقدير الذات عند دلالة إحصائية 0.01 وبالرجوع إلى متوسط عينة الدراسة والمتوسط الفرضي ، يلاحظ أن قيمة متوسط عينة الدراسة أكبر من المتوسط الفرضي ، ونستدل من ذلك على ارتفاع مستوى تقدير الذات لدى عينة الدراسة .

4. نتائج الهدف الرابع :

ينص الهدف الرابع للدراسة على " معرفة العلاقة بين قوة الأنا والتوافق النفسي لدى جرحى ثورة السابع عشر من فبراير " . وللتحقق من هذا الهدف تم حساب معامل ارتباط العزوم " بيرسون " بين درجات قوة الأنا والتوافق النفسي لدى عينة الدراسة ، والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول (4.5) معامل الارتباط بين متغيري قوة الأنا والتوافق النفسي لدى عينة الدراسة (ن =

100)

| المتغير | معامل الارتباط |
|-----------------------------|----------------|
| قوة الأنا التوافق النفسي | 0.29** |

** دالة عند 0.01

ونلاحظ من الجدول السابق وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.01 بين قوة الأنا والتوافق النفسي لدى عينة الدراسة . وهذا يدل على أنه كلما زادت درجة قوة الأنا لدى عينة الدراسة كلما ارتفعت درجة التوافق النفسي ، والعكس صحيح ؛ فالعلاقة طردية .

5. نتائج الهدف الخامس :

ينص الهدف الخامس للدراسة على " معرفة العلاقة بين قوة الأنا وتقدير الذات لدى جرحى ثورة السابع عشر من فبراير " . وللتحقق من هذا الهدف تم حساب معامل ارتباط العزوم " بيرسون " بين درجات قوة الأنا وتقدير الذات لدى عينة الدراسة ، والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول (5.5) معامل الارتباط بين متغيري قوة الأنا وتقدير الذات لدى عينة الدراسة (ن = 100)

| المتغير | معامل الارتباط |
|--------------------------|----------------|
| قوة الأنا تقدير الذات | 0.28** |

** دالة عند 0.01

ونلاحظ من الجدول السابق وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.01 بين قوة الأنا وتقدير الذات لدى عينة الدراسة . وهذا يدل على أنه كلما تغيرت درجة قوة الأنا ارتفاعاً أو انخفاضاً لدى عينة الدراسة كلما كان هناك تغير مماثل في درجة تقدير الذات .

6. نتائج الهدف السادس :

ينص الهدف السادس للدراسة على " معرفة العلاقة بين التوافق النفسي وتقدير الذات لدى جرحى ثورة السابع عشر من فبراير" . وللتحقق من هذا الهدف تم حساب معامل ارتباط العزوم " بيرسون " بين درجات قوة الأنا والتوافق النفسي لدى عينة الدراسة ، والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول (6.5) معامل الارتباط بين متغيري التوافق النفسي وتقدير الذات لدى عينة الدراسة(ن = 100)

| المتغير | معامل الارتباط |
|-------------------------------|----------------|
| التوافق النفسي تقدير الذات | 0.27** |

** دالة عند 0.01

ونلاحظ من الجدول السابق وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.01 بين التوافق النفسي وتقدير الذات لدى عينة الدراسة . وهذا يدل على أنه كلما زادت درجة التوافق النفسي لدى عينة الدراسة كلما ارتفعت درجة تقدير الذات ، والعكس صحيح في حال انخفاض درجة أي من المتغيرين .

7. نتائج الهدف السابع :

ينص الهدف السابع للدراسة على " معرفة الفروق في قوة الأنا وفقاً لفئة العمر لدى جرحى ثورة السابع عشر من فبراير " . وللتحقق من هذا الهدف تم استخدام الاختبار التائي للعينتين المستقلتين لاختبار الفروق بين متوسطي درجات عينة الدراسة ، والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول (7.5) الفروق بين متوسطي أفراد عينة الدراسة في قوة الأنا وفقاً لفئة العمر

| الفئة العمرية | العدد | المتوسط | الانحراف المعياري | قيمة (ت) | درجة الحرية | الدلالة الإحصائية |
|---------------|-------|---------|-------------------|----------|-------------|-------------------|
| 30 - 18 | 30 | 28.77 | 3.79 | 3.49 | 98 | 0.01 |
| 45 - 31 | 70 | 32.34 | 5.01 | | | |

ويلاحظ من الجدول (7.5) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات فئتي العمر لدى عينة الدراسة على مقياس قوة الأنا عند دلالة إحصائية 0.01 ، والفروق لصالح المجموعة العمرية (31 - 45) .

8. نتائج الهدف الثامن :

ينص الهدف الثامن للدراسة على " معرفة الفروق في التوافق النفسي وفقاً لفئة العمر لدى جرحى ثورة السابع عشر من فبراير " . وللتحقق من هذا الهدف تم استخدام الاختبار التائي للعينتين المستقلتين لاختبار الفروق بين متوسطي درجات أفراد عينة الدراسة ، والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول (8.5) الفروق بين متوسطي أفراد عينة الدراسة في التوافق النفسي وفقاً لفئة العمر

| الفئة العمرية | العدد | المتوسط | الانحراف المعياري | قيمة (ت) | درجة الحرية | الدلالة الإحصائية |
|---------------|-------|---------|-------------------|----------|-------------|-------------------|
| 30 - 18 | 30 | 79.50 | 8.20 | 1.38 | 98 | غير دالة |
| 45 - 31 | 70 | 82.50 | 13.18 | | | |

ويلاحظ من الجدول (8.5) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي فئتي العمر لدى عينة الدراسة على مقياس التوافق النفسي .

9. نتائج الهدف التاسع :

ينص الهدف التاسع للدراسة علي " معرفة الفروق في تقدير الذات وفقاً لفئة العمر لدى جرحى ثورة السابع عشر من فبراير " . وللتحقق من هذا الهدف تم استخدام الاختبار التائي للعينتين المستقلتين لاختبار الفروق بين متوسطي درجات أفراد عينة الدراسة ، والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول (9.5) الفروق بين متوسطي أفراد عينة الدراسة في تقدير الذات وفقاً لفئة العمر

| الفئة العمرية | العدد | المتوسط | الانحراف المعياري | قيمة (ت) | درجة الحرية | الدلالة الإحصائية |
|---------------|-------|---------|-------------------|----------|-------------|-------------------|
| 30 - 18 | 30 | 76.10 | 7.50 | 1.17 | 98 | غير داله |
| 45 - 31 | 70 | 78.27 | 10.57 | | | |

ويلاحظ من الجدول (9.5) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي فئتي العمر لدى عينة الدراسة على مقياس تقدير الذات .

10. نتائج الهدف العاشر :

ينص الهدف العاشر للدراسة على " معرفة الفروق في قوة الأنا وفقاً لمستوى التعليم لدى جرحى ثورة السابع عشر من فبراير " . وللتحقق من هذا الهدف تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (ANOVA) لمعرفة ما إذا كان هناك فروق بين متوسط درجات المجموعات الثلاث (ابتدائي ، ثانوي ، جامعي) . والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول (10.5) تحليل التباين الأحادي في قوة الأنا وفقاً لمستوى التعليم

| الدالة الإحصائية | قيمة " ف " | درجات الحرية | متوسط المربعات | مجموع المربعات | مصدر التباين |
|------------------|------------|--------------|----------------|----------------|----------------|
| 0.01 | 26.680 | 2 | 429.705 | 859.410 | بين المجموعات |
| | | 97 | 16.106 | 1562.300 | داخل المجموعات |
| | | 99 | | 2421.710 | المجموع |

ويلاحظ من الجدول (10.5) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى 0.01 في متوسطات درجات أفراد العينة تبعاً لمستوى التعليم . ولمعرفة اتجاه هذه الفروق تم استخدام اختبار LSD للمقارنات البعدية في حال عدم تجانس التباين ، والنتائج موضحة في الجدول التالي :

جدول (11.5) المقارنات البعدية لمقياس قوة الأنا وفقاً لمستوى التعليم

| المستوي التعليمي | ابتدائي | ثانوي | جامعي |
|------------------|---------|-------|-------|
| | | | |

| | | | |
|---------|--------|--|---------|
| 6.6750* | 1.1250 | | ابتدائي |
| 5.5500* | | | ثانوي |

* دالة إحصائية عند 0.05

ونلاحظ من الجدول (11.5) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في قوة الأنا بين ذوي التعليم الابتدائي وذوي التعليم الثانوي ، كما نلاحظ وجود فروق ذات دلالة إحصائية في قوة الأنا عند مستوى 0.05 ، بين ذوي التعليم الابتدائي وذوي التعليم الجامعي في صالح ذوي التعليم الجامعي ، ونلاحظ أيضاً وجود فروق ذات دلالة إحصائية في قوة الأنا عند مستوى 0.05 ، بين ذوي التعليم الثانوي وذوي التعليم الجامعي في صالح ذوي التعليم الجامعي .

11. نتائج الهدف الحادي عشر :

ينص الهدف الحادي عشر للدراسة على " معرفة الفروق في التوافق النفسي وفقاً لمستوى التعليم لدى جرحى ثورة السابع عشر من فبراير " . وللتحقق من هذا الهدف تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (ANOVA) لمعرفة الفروق بين متوسطات درجات المجموعات الثلاث (ابتدائي ، ثانوي ، جامعي) . والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول (12.5) تحليل التباين الأحادي في التوافق النفسي وفقاً لمستوى التعليم

| الدالة الإحصائية | قيمة " ف " | درجات الحرية | متوسط المربعات | مجموع المربعات | مصدر التباين |
|------------------|------------|--------------|----------------|----------------|----------------|
| 0.01 | 9.141 | 2 | 1120.037 | 2240.075 | بين المجموعات |
| | | 97 | 122.535 | 11885.925 | داخل المجموعات |
| | | 99 | | 14126.000 | المجموع |

ويلاحظ من الجدول (12.5) وجود فروق دالة عند مستوى 0.01 في متوسطات درجات العينة تبعاً لمستوى التعليم . ولمعرفة اتجاه هذه الفروق تم استخدام اختبار LSD للمقارنات البعدية في حال عدم تجانس التباين ، والنتائج موضحة في الجدول التالي :

جدول (13.5) المقارنات البعدية لمقياس التوافق النفسي وفقاً لمستوى التعليم

| المستوي التعليمي | ابتدائي | ثانوي | جامعي |
|------------------|---------|---------|----------|
| ابتدائي | | -3.5500 | 6.9250* |
| ثانوي | | | 10.4750* |

* دالة إحصائياً عند 0.05

ونلاحظ من الجدول (13.5) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق النفسي بين ذوي التعليم الابتدائي وذوي التعليم الثانوي ، كما نلاحظ وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق النفسي عند مستوى 0.05 ، بين ذوي التعليم الابتدائي وذوي التعليم الجامعي في صالح ذوي التعليم الجامعي ، ونلاحظ أيضاً وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق النفسي عند مستوى 0.05 ، بين ذوي التعليم الثانوي وذوي التعليم الجامعي في صالح ذوي التعليم الجامعي .

12. نتائج الهدف الثاني عشر :

ينص الهدف الثاني عشر للدراسة على " معرفة الفروق في تقدير الذات وفقاً لمستوى التعليم لدى جرحى ثورة السابع عشر من فبراير " . وللتحقق من هذا الهدف تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (ANOVA) لمعرفة الفروق بين متوسطات درجات المجموعات الثلاث (ابتدائي ، ثانوي ، جامعي) . والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول (14.5) تحليل التباين الأحادي في تقدير الذات وفقاً لمستوى التعليم

| مصدر التباين | مجموع المربعات | متوسط المربعات | درجات الحرية | قيمة " ف " | الدلالة الإحصائية |
|----------------|----------------|----------------|--------------|------------|-------------------|
| بين المجموعات | 743.610 | 371.805 | 2 | 4.144 | 0.019 |
| داخل المجموعات | 8703.950 | 89.731 | 97 | | |
| المجموع | 9447.560 | | 99 | | |

ويلاحظ من الجدول (14.5) وجود فروق دالة عند مستوى 0.05 في متوسطات درجات أفراد العينة تبعاً لمستوى التعليم . ولمعرفة اتجاه هذه الفروق تم استخدام اختبار LSD للمقارنات البعدية في حال عدم تجانس التباين ، والنتائج موضحة في الجدول التالي :

جدول (15.5) المقارنات البعدية لمقياس تقدير الذات وفقاً لمستوى التعليم

| المستوي التعليمي | ابتدائي | ثانوي | جامعي |
|------------------|---------|--------|---------|
| ابتدائي | | 1.0750 | 6.2250* |
| ثانوي | | | 5.1500* |

* دالة إحصائياً عند 0.05

ونلاحظ من الجدول (15.5) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات بين ذوي التعليم الابتدائي وذوي التعليم الثانوي ، كما نلاحظ وجود فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات عند مستوى 0.05 ، بين ذوي التعليم الابتدائي وذوي التعليم الجامعي في صالح ذوي التعليم الجامعي ، ونلاحظ أيضاً وجود فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات عند مستوى 0.05 ، بين ذوي التعليم الثانوي وذوي التعليم الجامعي في صالح ذوي التعليم الجامعي .

3.5. تفسير النتائج :

أشارت نتائج الدراسة الحالية والمبينة بالجدول (1.5) إلى ارتفاع مستوى قوة الأنا لدى عينة الدراسة . وتختلف الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة في قياسها لمستوي قوة الأنا لدي عينة الدراسة ، في حين لم تقم أي من الدراسات السابقة بقياس مستوى قوة الأنا لدى عيناتها (في حدود متابعة الباحث).

ويمكن تفسير ذلك بأن أفراد عينة الدراسة الحاصلين على درجة مرتفعة على مقياس قوة الأنا ذوي قوة أنا مرتفعة مما يجعلهم قادرين على تحمل التهديدات الخارجية ويكسبهم القدرة على تحقيق التوازن النفسي . كما يكونون قادرين على تجاوز مشاعر الذنب والإثم وهذا وفقاً للمعايير الدالة على قوة الأنا . فقوة الأنا من العلامات الدالة على الصحة النفسية للفرد ، فهي تمثل الجانب المعقول من الشخصية ، والمسؤوله عن التوفيق بين دوافعها وحاجاتها من جهة وبين الواقع الخارجي من جهة أخرى ، مع القدرة على تقبل التهديد والضغوط الداخلية والخارجية (جودة وحجو ، 2003) .

ويرى عبد الرحمن (2006) أن قوة الأنا هي قدرة الفرد علي التحكم في دوافعه ، وأن يظل هادئ الطباع وثابتاً انفعالياً ويتعامل بواقعية مع مشكلاته الصحية والنفسية ، كما أنه يتميز بالشعور بالرضا عن الطريقة التي يتبعها في حياته .

وبذلك يمكن أن يتم تفسير ارتفاع قوة الأنا لدى عينة الدراسة ، في كونهم يعتبرون أن ما تعرضوا له أثناء حرب التحرير من إصابات متنوعة أوسمة و دليل علي الشجاعة ، وبالرغم مما يواجهونه من مشكلات صحية ؛ إلا أنهم يؤدون عملهم ودورهم على نحو سليم سواء أسرياً أو اجتماعياً ، فهم مثابرون ولديهم القدرة على تحمل المسؤولية والقدرة على مواجهة الإحباطات مما يساعدهم على التوافق ، ويبدو أن الإطار والبيئة الثقافية والاجتماعية للمجتمع الليبي تدعم وتقوي الأنا لدى هؤلاء الشباب مما يجعلهم أقل مسايرة وتبعية للآخرين ، فهم أكثر قوة في الشخصية حيث يدركون الأحداث على أنها تتوقف على سمات شخصياتهم وأن النجاح في العمل والحياة يتطلب منهم مواجهة الواقع بعقلانية وواقعية ، وهذا يتفق مع ما ذكره كاتل Cattell في أن قوة الأنا أو الثبات الانفعالي ترتبط بقدرة الفرد على التحكم في دوافعه وأن يظل هادئ الطباع وثابتاً انفعالياً ويتعامل بواقعية مع مشاكله النفسية والصحية (عبد الرحمن ، 2006).

كذلك أشارت نتائج الدراسة الحالية جدول (2.5) إلى ارتفاع مستوى التوافق النفسي لدى عينة الدراسة . وتتفق هذه النتيجة مع دراسة أبو هين (2001) التي أشارت إلي أن أفراد عينة الدراسة يتمتعون بمستوي مرتفع من التوافق النفسي . في حين لم تقم باقي الدراسات السابقة بقياس مستوى التوافق النفسي .

ويمكن تفسير ارتفاع درجة التوافق النفسي لدى عينة الدراسة إلى توفر عوامل من المتوقع أنها ساعدتهم على إيجابية التوافق ، كنوعية الخدمات الصحية التي قدمت لهم فالعديد منهم بعث للعلاج خارج البلاد . وطبيعة المجتمع الليبي وما يتميز به من ترابط أسري ودعم اجتماعي لجميع أفراد ، الأمر الذي يشعرهم بالأهمية ، ويشد من أزرهم ، ويرفع من معنوياتهم ، ويمكنهم من مواجهة الآثار النفسية التي تترتب على المصاعب التي يمرون بها أثناء فترة أصابتهم ، إضافة إلى الأساليب والنشاطات التكيفية التي يستخدمها بعض المصابين في مواجهة التحديات والضغوط الناتجة من الإصابات وعلاجها والتي تؤدي إلى إشباع الحاجة وخفض التوتر . وبالتالي الشعور بالارتياح

والطمأنينة ، ومن ضمن هذه الأساليب الاتجاه نحو الدين وممارسة التمارين الرياضية والعلاج الطبيعي والدعم والمساندة الاجتماعية .

ويتفق هذا التفسير مع ما ذكره عثمان (2002) في وسائل التأقلم مع الظروف الصعبة ، كالبعد الاجتماعي حيث يتلقى الضحايا المصابون في المجتمع الدعم والمساندة الإجتماعية ، والممارسات الرياضية فبعض الأفراد والجماعات تستخدم استراتيجيات رياضية مثل الألعاب والتمارين الرياضية كوسيلة للتوافق .

ولذا فإن العوامل السابقة تسهم في الارتفاع الملحوظ في درجة الشعور بالتوافق النفسي لدى عينة الدراسة ، فهي تمثل نوعاً من الدعم المعنوي والمساندة ، وأن الدعم والمساعدة يخففان من حدة وقع الضغوط على الفرد ، وتقوي المناعة النفسية ، وتزيد من شعور الفرد بالقيمة والأهمية ، والقدرة على التحدي ، مما يجعله أكثر نجاحاً في مواجهة الضغوط النفسية الناتجة عن إصابته .

وأشارت نتائج الدراسة أيضاً (جدول 3.5) إلى ارتفاع مستوى تقدير الذات لدى عينة الدراسة . وتتفق هذه النتيجة مع دراسة أبوهين (2001) التي أشارت إلي أن أفراد عينة الدراسة يتمتعون بمستوى مرتفع من تقدير الذات . في حين لم تقم باقي الدراسات السابقة بقياس مستوى تقدير الذات .

ويمكن تفسير عدم انخفاض مستوى تقدير الذات لدى عينة الدراسة ؛ إلى إحساسهم بتقدير الآخرين لهم ، وإحساسهم بأنهم أصبحوا محط أنظار الآخرين وموضع اهتمامهم بما يدعم شعور الثقة بالنفس . وهذا يتمشي مع رأي آيزنك Eysenk في أن الأشخاص الذين يحصلون على درجات مرتفعة في اختبارات تقدير الذات يكون لديهم قدر كبير من الثقة في ذاتهم ، وعلى درجة عالية من الكفاءة والشعور بأنهم محبوبون من قبل الأفراد الآخرين (الظاهر ، 2008) .

وبينت نتائج الدراسة (بالجدول 4.5) وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.01 بين قوة الأنا والتوافق النفسي لدى عينة الدراسة .

وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة مقبل (2010) التي كشفت عن وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين التوافق النفسي وأبعاده وقوة الأنا . ولا تتفق مع نتيجة دراسة العبيدي (2004) التي توصلت لوجود علاقة عكسية دالة إحصائياً بين قوة الأنا والتوافق النفسي الاجتماعي .

فوجود ارتباط بين قوة الأنا والتوافق النفسي ؛ يتمثل في أن عملية التوافق تحتاج لأنا قوية قادرة علي التوفيق بين الحاجات الجسمية والنفسية والصحية ، وتستطيع تحمل التغيرات المفاجئة في البيئة المحيطة بالفرد . وتتفق هذه النتيجة مع رأي التحليليين (وعلي رأسهم فرويد) الذين يرون أن الشخص المتوافق هو الشخص صاحب الأنا الفعال الذي يسيطر علي كل من الهو والأنا العليا (العصيمي ، 2010)

فقوة الأنا هي " قوة الشخص على أن يحقق التوافق ، وهذا يدل على الصحة النفسية وعلى مهارة الأنا في علاج صراعاته الشخصية ، والتعامل معها ومع العالم الخارجي ، بحيث ينتهي به الأمر إلى النجاح والسلامة " (طه ، 1993 : 39). والتوافق أيضاً "عملية مستمرة تتناول السلوك والبيئة الطبيعية والاجتماعية بالتغيير والتعديل حتى يحدث توازن بين الفرد والبيئة " (زهران ، 1985 : 29) .

وتشير عودة (2002) أن التوافق لا يتحدد بقيام الأنا بوظائفها فحسب وإنما بمدى قوتها ونجاحها للقيام بوظائفها من جهة ، وبما تحققه من شعور بالاتزان النفسي والطمأنينة من جهة أخرى ، حيث إن وجود توازن نفسي داخلي والقدرة على مواجهة الصراعات تمثل الوظيفة الرئيسية للأنا ، ومن جانب آخر يمثل التحرر من التوتر والقلق وإشباع الحاجات الاجتماعية أبعاداً هامة للتوافق النفسي .

كذلك بينت نتائج الدراسة الحالية (جدول 5.5) وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.01 بين قوة الأنا وتقدير الذات لدى عينة الدراسة . وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة فايد (1997) وتركلي (2000) والتميمي (2010) .

وهذا ما يفسر العلاقة الإيجابية بين قوة الأنا وتقدير الذات إذ إن الشخص الذي يمتلك قوة أنا عالية يكون أكثر تقديراً واحترماً لذاته من غيره . " فقوة الأنا تتضمن مستويات عالية من تقدير الذات

، والثقة بالنفس اللتين تساعدان الفرد على معالجة المشكلات التي يواجهها بهدوء وموضوعية " (Fontana , 1995 : 386) . كذلك فإن تقدير الذات " مصطلح يشير إلى نظرة الفرد الايجابية إلى نفسه ، بمعنى أن ينظر إلى ذاته نظرة تتضمن الثقة بالنفس بدرجة كافية ، كما تتضمن إحساس الفرد بكفاءته ، وجدارته ، واستعداده لتقبل الخبرات الجديدة " (كفافي ، 1989 : 110) . وهذا يتناسب مع ما ذكره الزيني (1974) وهو أن من أهم مؤشرات قوة الأنا تقدير الذات وشعور الفرد بأنه يستحق الاهتمام . وهذا يفسر أن الجرحى ذوي قوة الأنا المرتفعة أكثر ثقة بالنفس وتقبلاً للذات .

كما بينت نتائج الدراسة (جدول 6.5) وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.01 بين التوافق النفسي وتقدير الذات لدى عينة الدراسة . وتتفق هذه النتيجة مع دراسة أبو هين (2001) ودراسة حسين وعبداليمية (2011) .

ويفسر ذلك بأن التوافق عملية إشباع الفرد لحاجاته النفسية وفهمه لذاته فهماً واقعياً وتقبله لذاته وتقديره لها ، وثقته بنفسه وتحمله المسؤولية ، وقدرته على اتخاذ قراراته ، وحل مشكلاته ، وتحقيق أهدافه (سفيان ، 2004) . وهذا يتفق مع ما يراه زيلر 1969 بأن الشخصية التي تتمتع بدرجة عالية من التوافق تحظى بدرجة عالية من تقدير الذات ، وهذا يساعدها في أن تؤدي وظائفها بدرجة عالية من الكفاءة في الوسط الاجتماعي الذي توجد فيه (كفافي ، 1989) . وهذا ما يفسر العلاقة الايجابية بين كل منهما إذ إن الشخص المتوافق يكون أكثر من غيره تقديراً لذاته واحتراماً لها .

ومن النتائج التي أشارت إليها الدراسة الحالية (جدول 7.5) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات فئات العمر لدى عينة الدراسة على مقياس قوة الأنا عند مستوى دلالة إحصائية 0.01 ، والفروق لصالح المجموعة العمرية "31 - 45" . وأنه كلما زاد العمر زادت درجة قوة الأنا لدى عينة الدراسة . وتتفق هذه النتيجة مع دراسة تركي (2000) . وتتعارض مع نتائج دراسة العبيدي (2004) ومقبل (2010) وفايد (1997) والتميمي (2010) .

ويمكن تفسير ذلك استناداً إلى نظرية التحليل النفسي التي أكدت أن الأنا هي بعد أو نظام من ثلاثة أنظمة تتكون منها الشخصية وتتشكل في مرحلة الطفولة ، حيث تكون التنشئة الاجتماعية والأساليب التربوية داخل الأسرة والمدرسة والتفاعل الاجتماعي وخبرات النجاح والفشل وعوامل الصراع والإحباط بالإضافة إلى خلو الفرد من الإدراكات المشوهة من العوامل الرئيسية في بناء الأنا

وتحديد مدى قوتها وضعفها فهي حصيلة أو نتاج ما مر به الفرد في سنوات العمر المختلفة (سفيان ، 2004).

وعليه فإن لعمر الشخص خلال السنوات التي يمر بها وتشكلت الأنا خلالها ، أثراً واضحاً على قوة الأنا لديه ، خاصة وأن أفراد عينة الدراسة في السن من " 31 - 45 " يكونون في مرحلة الرشد ، حيث يشير اريكسون إلى أن الفرد في هذه المرحلة يبدأ بتحمل مسؤولية العمل ويكون قد اكتسب إحساسه بهويته ويبدأ بتكوين علاقات اجتماعية مع الآخرين (عبد الرحمن ، 2009) .

وتوصلت نتائج الدراسة الحالية والمبينة بالجدول (8.5) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات فئات العمر لدى عينة الدراسة على مقياس التوافق النفسي . وتتفق هذه النتيجة مع دراسة العبيدي (2004) وأبوهين (2001) . ولا تتفق مع دراسة مقبل (2010) .

ويفسر عدم وجود فروق بين فئات العمر لدى عينة الدراسة على مقياس التوافق النفسي جزئياً ، إلى المساندة الأسرية والاجتماعية الداعمة لجرحي الثورة ، بالإضافة إلي وسائل الإعلام والاتصال الحديثة التي تعتبر من العوامل المؤثرة في التوافق ، فكما أشار (Storow 1990 في مقبل ، 2010) أن هذه الوسائل تساعد في نشر التوعية عن إصابات الحروب ومضاعفاتها وطرق علاجها وكيفية التأقلم معها ، وتقديم البرامج التي تؤثر في سلوك المصابين كباراً وصغاراً . ويتفق هذا التفسير مع ما ذكره عثمان (2002) في وسائل التأقلم مع الظروف الصعبة ، حيث إن الأفراد الذين تعرضوا للقصف والإصابات يبحثون في أجهزة التلفزيون والفضائيات عن معلومات تتعلق بما حدث لهم ، ويعتبر ذلك من الوسائل المساعدة على التوافق لديهم .

كما توصلت نتائج الدراسة الحالية لعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات فئات العمر لدى أفراد عينة الدراسة على مقياس تقدير الذات (جدول 9.5) . وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة فايد (1997) والتميمي (2010) وأبوهين (2001) . ولا تتفق مع نتيجة دراسة تركي (2000) .

ويفسر عدم وجود فروق بين فئات العمر لدى أفراد عينة الدراسة على مقياس تقدير الذات ؛ إلى المساندة الأسرية والاجتماعية الداعمة لعينة الدراسة ، بغض النظر عن أعمارهم . وهذا يتفق مع ما يراه خلف (2012) في أن سرعة تأقلم الأشخاص المصابين مع إصاباتهم تعتمد على مدى تقبل

الأسرة ، والدعم الاجتماعي الذي يلاقيه الفرد من أسرته المحيطة ، وهذا ما يمتاز به المجتمع الليبي .
ويتفق كذلك مع رأي روزنبرج الذي اهتم بالدور الذي تقوم به الأسرة والوسط الاجتماعي في تقدير
الفرد لذاته (كفاي : 1989) .

أما عن الفروق في قوة الأنا وفقاً لمستوى التعليم لدى عينة الدراسة ، فإن النتائج المبينة
بالجداول (5. 11) كشفت عن عدم وجود فروق دلالة إحصائية في قوة الأنا بين ذوي التعليم الابتدائي
وذوي التعليم الثانوي ، أما الفروق بين ذوي التعليم الابتدائي وذوي التعليم الجامعي ، وكذلك الفروق
بين ذوي التعليم الثانوي وذوي التعليم الجامعي، فقد كانت داله إحصائياً (عند مستوى 0.05) وكان
كلاهما لصالح ذوي التعليم الجامعي . وتتفق هذه النتيجة مع ما توصل إليه مقبل (2010) وتركبي
(2000) والتميمي (2010) . ولا تتفق مع نتائج دراسة فايد (1997) .

وتفسر هذه النتيجة بأن التعليم الجامعي أكسب أفراد عينة الدراسة مهارات وطرق تفكير منظمة
، وصقل من شخصياتهم ، وأعطاهم الثقة بالنفس ، وأمدهم بالقوة والجرأة في تعاملهم مع الآخرين ،
وتحمل التهديد الخارجي ، والتكيف مع الأزمات والمواقف الصعبة في مختلف جوانب الحياة (مقبل ،
2010) .

فكما يري فحجان (2010) أن قدرة الفرد على التحكم تزداد عند زيادة وعيه واتساع مداركه
من خلال التعليم ، فالتعليم يزيد من قدرة الفرد على التفكير السليم وإدراك الواقع ، وقوة الأنا تتضمن
مستويات عالية من تقدير الذات والثقة بالنفس بما يساعد الفرد على معالجة المشكلات التي يواجهها
بهدوء وموضوعية والتي تزيد بزيادة المستوى التعليمي .

وهذا يعني أن أفراد عينة الدراسة ذوي التعليم الجامعي يتمتعون بقوة أنا مرتفعة مقارنة
بزملائهم الأقل تعليماً ، وهذا يدل على أن ذوي التعليم الجامعي لديهم خبرة تعليمية واتزاناً وجدانياً
أعلى من ذوي التعليم الثانوي والابتدائي والذي ينعكس على القدرة التوافقية النفسية . والتي تعني
المرور بتجارب معينة خلال فترات التعليم المختلفة أو من خلال اطلاعهم على تجارب الآخرين من
خلال الدراسة والتفاعل .

أما عن الفروق في التوافق النفسي وفقاً لمستوى التعليم لدى عينة الدراسة ، فإن النتائج بالجدول (5. 13) كشفت عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق النفسي بين ذوي التعليم الابتدائي وذوي التعليم الثانوي ، كما كشفت عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق النفسي (عند مستوى 0.05) لصالح ذوي التعليم الجامعي ، سواء كانت المقارنه بذوي التعليم الابتدائي أو ذوي التعليم الثانوي . وتتفق هذه النتيجة مع ما توصل إليه دراسة مقبل (2010) .

وتفسر هذه النتيجة في أن التعليم يزيد من نضج ووعي وإدراك الفرد لنفسه وبيئته وقدرته على إقامة علاقات اجتماعية سوية مع الآخرين . وذلك يزيد من قدرته على التوافق مع نفسه وبيئته مما يؤثر على قوة إرادته وشخصيته . وهذا يتفق مع ما يراه مقبل (2012) بأن أصحاب المستويات التعليمية العالية يستطيعون مواجهة الضغوط النفسية في حياتهم اليومية بشكل أفضل من الأقل تعليماً .

فالتعليم الجامعي يساعد على المرونة في تقبل المواقف الجديدة في حياة الفرد بحكم المعرفة المتنوعة التي حصل عليها والمواقف المختلفة في التعامل مع الآخرين في الجامعة ، والفرد الذي يتقبل المواقف الجديدة ويصدر استجابات ملائمة نحوها يكون أكثر توافقاً مع نفسه ومع الآخرين .

وهذا يعني أن أفراد عينة الدراسة ذوي التعليم الجامعي يتمتعون بتوافق نفسي مرتفع مقارنة بزملائهم الأقل تعليماً ، فالتعليم يزيد فهم الفرد للظواهر المحيطة به ، ويكسبه مهارات حل المشكلات والتكيف معها ؛ لذلك يستطيع الجريح المتعلم فهم طبيعة إصابته وأعراضها الأمر الذي يساعده على تقبل الإرشادات والعلاج والاستمرارية به حتى الشفاء وهذا يؤثر إيجاباً على توافقه النفسي .

أما عن الفروق في تقدير الذات وفقاً لمستوى التعليم لدى عينة الدراسة ، فإن النتائج المبينة بالجدول (5. 15) كشفت عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات بين ذوي التعليم الابتدائي وذوي التعليم الثانوي ، كما كشفت عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق النفسي (عند مستوى 0.05) لصالح ذوي التعليم الجامعي ، سواء كانت المقارنه بذوي التعليم الابتدائي أو

ذوي التعليم الثانوي . وتتفق هذه النتيجة مع ما توصل إليه دراسة تركي (2000) والتميمي (2010) . بينما لا تتفق مع دراسة فايد (1997) .

وهذا يعني أن أفراد عينة الدراسة ذوي التعليم الجامعي يتمتعون بتقدير ذات مرتفع مقارنة بزملائهم الأقل تعليماً ، وأن ذلك قد يرجع إلى أن التعليم يزيد من قدرة الفرد العقلية والفكرية وتقديره لذاته ، فالتعليم الجامعي يزيد المعرفة وهي تزيد الثقة بالنفس وبالتالي تزيد القدرة على التحكم في الذات . فتقدير الذات " مصطلح يشير إلى نظرة الفرد الإيجابية إلى نفسه ، بمعنى أن ينظر إلى ذاته نظرة تتضمن الثقة بالنفس بدرجة كافية ، كما تتضمن إحساس الفرد بكفاءته ، وجدارته ، واستعداده لتقبل الخبرات الجديدة " (كفافي ، 1989 : 110) .

فالتعليم الجامعي يساعد على المرونة في تقبل المواقف الجديدة في حياة الفرد بحكم المعرفة المتنوعة التي يكتبها الطالب والمواقف المختلفة في التعامل مع الآخرين في الجامعة ، والفرد الذي يتقبل المواقف الجديدة ويصدر استجابات ملائمة نحوها يكون أكثر توافقاً وتقديراً لذاته من الفرد الذي يوصف بالجمود العقلي والفكري (فهيم ، 1965) .

4.5. تعقيب :

اتضح من النتائج أن أفراد عينة الدراسة يتمتعون بمستوي مرتفع من قوة الأنا والتوافق النفسي وتقدير الذات ، وذلك قد يرجع إلى الدعم والمساندة الاجتماعية التي يتلقونها من الأسرة والمجتمع ، فالتوجهات الإيجابية من قبل الآخرين والقيمة النضالية التي تبلور حدث الإصابة تساعده كثيراً على

التأقلم والتوافق في هذه الفترة ، فالكثير من الجرحى يعتبرون أن الإصابات التي تعرضوا لها أوسمة تدل علي الشجاعة .

وبالنظر إلى نتائج الدراسة نرى أنها تعكس العلاقة بين متغيراتها ، التي تم تفسيرها من خلال إيضاح مدى تداخل مكونات قوة الأنا بمكونات كلاً من التوافق النفسي وتقدير الذات .

كما تبين من نتائج الدراسة تأثير متغير قوة الأنا بالفئة العمرية ؛ أي أنه كلما زاد العمر زادت درجة قوة الأنا . كذلك تبين تأثير متغيرات (قوة الأنا - التوافق النفسي - تقدير الذات) بالمستوي التعليمي ، أي انه كلما زاد التعليم زادت درجة قوة الأنا والتوافق النفسي وتقدير الذات ، لدى أفراد عينة الدراسة . ويبدو أن دور متغير مستوي التعليم كان بارزاً وملموساً في تأثيره علي عينة الدراسة ، فكلما زاد التعليم زادت قوة الأنا لدي الفرد وتوافقه النفسي وتقديره لذاته .

وقد استند الباحث في تفسير النتائج إلى الأطر النظرية لمتغيرات الدراسة ، حيث إن الدراسة تعتبر الأولى في تناولها لهذه المتغيرات معاً - وهذا في حدود علم الباحث - مما لم يمكنه من الاستناد إلى الدراسات السابقة لمقارنة بعض النتائج .

5.5. توصيات الدراسة :

من خلال ما توصل إليه الباحث ومن إيمانه العميق بالله ، وبحق هذه الفئة التي قدمت دماءها وأجسادها فداء لهذا الوطن في العيش بكرامة واستقرار نفسي في مجتمع خال من الضغوط التي تواجههم وتحيط بهم من كل جانب ، يوصي الباحث بما يلي :

1. من الضروري أن يقوم المجتمع والمؤسسات المعنية بتوفير الخدمات النفسية والصحية أسوة بتوفير الخدمات المادية والعينية ؛ لأنها لا تقل عنها أهمية ، خاصة وأن جميع هؤلاء الجرحى في مرحلة الشباب ، والتي تعد واحدة من أهم مراحل الحياة التي يكسب فيها الشباب المهارات التي يتطلبها نموهم النفسي والاجتماعي .
2. أن تعطي للجرحى الاولويه في الدراسة والعمل وتأدية فرائض الحج تقديراً لتضحياتهم في سبيل الوطن .
3. توفير فرص التأهيل المهني وخاصة الجرحى الذين إصابتهم خطيرة بما يتفق مع قدراتهم ، وتوفير فرص التشغيل المناسبة وفق مهاراتهم المكتسبة وإمكاناتهم . لعل ذلك يؤدي إلي تقليل نسبة الفاقد من القوي العاملة في المجتمع ، فضلاً عن تحويل الفرد المصاب إلى طاقة منتجة تساهم بإيجابية في زيادة حجم الإنتاج ، ودفع عجلة الاقتصاد القومي .
4. تبني برامج تشغيل الجرحى كوسيلة علاجية ، وأسلوب من أساليب الدمج والتوافق المجتمعي ، وليس كوسيلة لتحقيق الدخل المادي للشخص الجريح فحسب .
5. توفير فرص العلاج بالداخل خاصة للحالات التي يحتاج علاجها فترة طويلة جسدياً ونفسياً، بشرط أن يتوفر الأطباء والخدمات الطبية التي تتناسب وحالاتهم العلاجية .
6. العمل على تفعيل دور الأخصائيين النفسيين والاجتماعيين في علاج المشاكل النفسية لجرحى الثورة.
7. أن تكون لدي شباب الثورة من الجرحى نقابه تدافع عن حقوقهم وتدفع بهم للاندماج بشرائح المجتمع.
8. تنظيم البرامج التدريبية والتثقيفية للثوار الجرحى الباحثين عن عمل ، وتدريبهم على مواجهة الإحباط ، وكيفية البحث عن عمل ، وتطوير الذات ، واستثمار وقت الفراغ .

6.5. مقترحات الدراسة :

استكمالاً للجهد الذي بدأه الباحث ، وانطلاقاً من أن البحث العلمي بناء تراكمي ، يفتح الأبواب على مصراعها أمام رؤى ومشكلات جديدة تكون مثيرة للبحث ؛ لذلك يقترح الباحث بعض الدراسات التي يمكن إجراؤها في ضوء ما تناولته الدراسة الحالية :

1. القيام بدراسات مستقبلية تهدف إلى فهم طبيعة شخصية مصابي الحروب .
2. دراسة مقارنة عبر ثقافية لقوة الأنا ، والتوافق النفسي ، وتقدير الذات لدى جرحي الثورة الليبية ، وعينات عربية أخرى .
3. إجراء دراسة حول قوة الأنا وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية الإخري لدى جرحي الثورة الليبية .
4. عمل دراسات مشتركة بين المجال الطبي والنفسي على فئة مصابي الحروب .
5. ضرورة إجراء المزيد من الدراسات والأبحاث حول الأوضاع النفسية والاجتماعية للجرحى بشكل خاص ، وخاصة تلك الدراسات التي تركز على نواحي القوة لدى الجرحى بدلاً من نواحي الضعف وأوجه القصور، وتنمية القدرات الايجابية مثل تنمية دافعيتهم للإنجاز مما يساعد في تعزيز وتقوية التوافق النفسي لديهم .

قائمة المراجع

أولاً: المراجع العربية .

ثانياً: المراجع الأجنبية .

أولاً : المراجع العربية :

1. القرآن الكريم .
2. إبراهيم ، سهير (2004). المخاوف وعلاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى أطفال المرحلة العمرية (من 12 - 16 سنة) . رسالة دكتوراه غير منشورة ، معهد الدراسات العليا للطفولة ، جامعة عين شمس ، القاهرة ، جمهورية مصر العربية .
3. إبراهيم ، عبد الستار وعسكر ، عبد الله (2008). علم النفس الإكلينيكي في ميدان الطب النفسي ، ط4 . القاهرة : مكتبة الانجلو المصرية .
4. أبو الجود ، فرج (2012). الآثار النفسية للحروب ، <http://aboelgood.com> .
5. أبوحطب ، فؤاد وآخرون (1984). معجم علم النفس والتربية ، الجزء الأول . القاهرة : الهيئة العامة لشئون المطابع الامبريقية .
6. أبوحطب ، فؤاد وصادق ، آمال (1996). مناهج البحث وطرق التحليل الإحصائي في العلوم النفسية والتربوية والاجتماعية . القاهرة : مكتبة الانجلو المصرية .
7. أبو سكران ، عبد الله (2009). التوافق النفسي والاجتماعي وعلاقته بمصدر الضبط (الداخلي - الخارجي) للمعوقين حركياً . رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، الجامعة الإسلامية ، غزة ، فلسطين .
8. أبو شمالة ، أنيس (2002). أساليب الرعاية في مؤسسات رعاية الأيتام وعلاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي . رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، الجامعة الإسلامية ، غزة ، فلسطين .
9. أبو شمالة ، فاطمة (2012). قوة الأنا وعلاقتها بأساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة لدى المرأة العاملة وغير العاملة . رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة بنها ، جمهورية مصر العربية .
10. أبو علام ، رجاء محمود (1998). مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية . القاهرة : دار النشر للجامعات .

11. أبو مغلي ، سميح وسلامة ، عبد الحافظ (2002). علم النفس الاجتماعي . عمان : دار اليازوري.
12. أبوهين ، علي (2001). تقدير الذات وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى الشباب الفلسطيني المشارك في انتفاضه الأقصى . رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، الجامعة الإسلامية ، غزة ، فلسطين .
13. أحمد ، سهير كامل (2003). الصحة النفسية والتوافق . القاهرة : مكتبة الانجلو المصرية .
14. أحمد ، علي (2008). دراسة سيكومترية لأبعاد التوافق النفسي لطلبة المرحلة الثانوية . رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الآداب ، جامعة عين شمس ، القاهرة ، جمهورية مصر العربية .
15. أحمد ، محمد عبد السلام (ب.ت). القياس النفسي والتربوي ، المجلد الأول . القاهرة : مكتبة النهضة المصرية .
16. الأنصاري ، ابن منظور جمال الدين (1988). معجم لسان العرب ، الجزء الثاني . القاهرة : دار إحياء التراث .
17. الأغا ، ريهام سلامة (2011). التنبؤ بالسلوك الاجتماعي للنساء الأرامل في ضوء بعض المتغيرات النفسية . رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، الجامعة الإسلامية ، غزة ، فلسطين .
18. التميمي ، علي صالح (2010). قوة الأنا وعلاقتها بمفهوم الذات الجسمية لدى لاعبي منتخبات جامعة الموصل ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة الموصل ، العراق .
19. التير ، مصطفى عمر (1995). مقدمة في مبادئ أسس البحث الاجتماعي ، ط3 . طرابلس : منشورات الجامعة المفتوحة .
20. الجسماني ، عبد الله (1994). سيكولوجية الطفولة والمراهقة وخصائصها الأساسية . بيروت : الدار العربية للعلوم .
21. الجماعي ، صلاح الدين (2007). الاغتراب النفسي والاجتماعي وعلاقته بالتوافق النفسي والاجتماعي . القاهرة : مكتبة مدبولي .

22. الحاسي ، هدي (2007). **طبيعة التوافق النفسي والاجتماعي لدى الأحداث الجانحين بمدينة بنغازي** . رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الآداب ، جامعة قاريونس ، بنغازي ، ليبيا .
23. الحجار ، بشير (2003). **التوافق النفسي والاجتماعي لدى مريضات سرطان الثدي بمحافظة غزة وعلاقته ببعض المتغيرات** . رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، الجامعة الإسلامية ، غزة ، فلسطين .
24. الحجري ، سالمه بنت راشد (2011). **فاعلية برنامج إرشادي جمعي في تنمية تقدير الذات لدى المعوقين بصرياً بسلطنة عمان** . رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية العلوم والآداب ، جامعة نزوي ، سلطنة عمان .
25. الحفني ، عبد المنعم (2005). **موسوعة عالم علم النفس** . بيروت : دار نوبليس .
26. الحويج ، صالح (2008). **الإحسان نفس وجسم** ، ب د . طرابلس .
27. الختاتنة ، سامي محمد (2012). **مقدمة في الصحة النفسية** . عمان : دار الحامد .
28. الخالدي ، أديب (2002). **المرجع في الصحة النفسية** ، ط2 . القاهرة : الدار العربية .
29. الخازن ، منير وهيبة (ب ت). **معجم مصطلحات علم النفس** . القاهرة : دار النشر للجامعيين .
30. الخضير ، غادة (1999). **فاعلية برنامج تدريبي توكيدي في تنمية تقدير الذات لدى عينة من طالبات الجامعة مرتفعات الأعراض الاكتئابية** . رسالة ماجستير غير منشور ، كلية التربية ، جامعة الملك سعود ، الرياض ، المملكة العربية السعودية .
31. الخطيب ، محمد جواد (1998). **التوجيه والإرشاد النفسي بين النظرية والتطبيق** . غزة : مكتبة آفاق .
32. الداهري ، صالح والكبيسي ، وهيب (1999). **علم النفس العام** . الأردن : دار الكندي .
33. الداهري ، صالح وسفيان ، نبيل (1997). **الذكاء الاجتماعي والقيم الاجتماعية وعلاقتها بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة علم النفس بجامعة تعز** . بحث غير منشور ، مركز دراسات وبحوث المعاقين ، www.gulfkids.com .

34. الدويري ، مروان (1997). الشخصية ، الثقافة ، والمجتمع العربي . القدس : مطبعة النور الحديثة .
35. الزاوي ، الطاهر أحمد (1981). مختار القاموس . ليبيا : الدار العربية للكتاب .
36. الزهراني ، نجمة (2005). النمو النفسي - اجتماعي وفق نظرية إريكسون وعلاقته بالتوافق والتحصيل الدراسي لدى عينة من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمدينة الطائف . رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة أم القرى ، مكة ، المملكة العربية السعودية .
37. الزيني ، محمود (1974). سيكولوجية الشخصية بين النظرية والتطبيق . القاهرة : دار المعارف .
38. السراج ، هالة صلاح (2011). استجابة الحزن والتوافق النفسي لدى الأطفال بعد الحرب الأخيرة علي غزة وعلاقتها ببعض المتغيرات . رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، الجامعة الإسلامية ، غزة ، فلسطين .
39. الشوربجي ، عباس ودانيال ، عبد القادر (2002). علم النفس والشخصية . القاهرة : مكتبة زهراء الشرق .
40. الصلابي ، ابتسام سعد (2012). تقدير الذات ومستوى الطموح لدى عينة من المراهقين الجانحين وغير الجانحين في مدينة بنغازي - دراسة مقارنة . رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الآداب ، جامعة بنغازي ، بنغازي ، ليبيا.
41. الصويط ، فواز (2009). الاختيار المهني وعلاقته بالتوافق النفسي لدى ضباط قاعدة الملك فهد الجوية . رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة أم القرى ، مكة ، المملكة العربية السعودية
42. الضيدان ، الحميدي محمد (2003). تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدواني لدى طلبة المرحلة المتوسطة بمدينة الرياض . رسالة ماجستير غير منشورة ، قسم العلوم الاجتماعية ، أكاديمية نايف العربية للعلوم الأمنية ، الرياض ، المملكة العربية السعودية .
43. الظاهر ، دينا حسين (2008). فاعلية برنامج إرشادي في تنمية بعض المهارات الاجتماعية وتقدير الذات لدى المعاقين حركياً . رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة عين شمس ، القاهرة ، جمهورية مصر العربية .

44. العبيدي ، مظهر (2004). قوة الأنا وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي وفق أساليب التنشئة الاجتماعية . رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة بغداد ، العراق .
45. العصيمي ، سلطان عائض (2010). إدمان الانترنت وعلاقته بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض . رسالة ماجستير غير منشور ، كلية الدراسات العليا ، جامعة نايف للعلوم الأمنية ، الرياض ، المملكة العربية السعودية .
46. العنزي ، فريح عويد (1998). علم نفس الشخصية . الكويت : مكتبة الفلاح .
47. القاضي ، وفاء محمد (2009). قلق المستقبل وعلاقته بصورة الجسم ومفهوم الذات لدى حالات البتر بعد الحرب علي غزة . رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، الجامعة الإسلامية ، غزة ، فلسطين .
48. القحطاني ، تركية (2008). فاعليات الأنا وفق نظرية اريكسون وعلاقتها بالتحصيل الدراسي في ضوء بعض المتغيرات الأكاديمية لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة أبها . رسالة ماجستير غير منشور ، كلية التربية ، جامعة الملك خالد ، أبها ، المملكة العربية السعودية .
49. القذافي ، رمضان (1993). الشخصية نظرياتها - واختباراتها - وأساليب قياسها . ليبيا : منشورات الجامعة المفتوحة .
50. القذافي ، رمضان (1998). الصحة النفسية والتوافق ، ط3 . ليبيا : المكتب الجامعي الحديث
51. القويري ، عمر حسن (2012). ذات الرجال . طرابلس : مطبعة ليبيا الغد .
52. الكحلوت ، أماني (2011). دراسة مقارنة لتوافق النفسي الاجتماعي لدى أبناء العاملات وغير العاملات في المؤسسات الخاصة . رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، الجامعة الإسلامية ، غزة ، فلسطين .
53. المصري ، نيفين (2011). قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى الطموح الأكاديمي لدى عينة من طلبة جامعة الأزهر بغزة . رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة الأزهر ، غزة ، فلسطين .
54. المليجي ، حلمي (2002). علم نفس الشخصية . بيروت : دار النهضة العربية .

55. النابلسي ، محمد أحمد (2012). الصدمة النفسية علم نفس الحروب والكوارث ، شبكة العلوم النفسية العربية ، العدد (10) ، www.arabpsynet.com .
56. الناطور ، رشا (2008). مستوى الطموح وعلاقته بتقدير الذات عند طلاب الثالث الثانوي العام (المستجدين - المعيدين) دراسة ميدانية في محافظة درعا . رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الآداب ، جامعة دمشق ، سوريا .
57. بركات ، أسيا (2008). التوافق النفسي لدى الفتاه الجامعية وعلاقته بالحالة الاجتماعية والمستوى الاقتصادي . رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة أم القرى ، مكة ، المملكة العربية السعودية .
58. بطرس ، حافظ بطرس (2008). التكيف والصحة النفسية للطفل . عمان : دار المسيرة .
59. بهادر، سعدية (1983). من أنا . الكويت : مؤسسة الكويت للتقدم العلمي .
60. تركي ، مصطفى (2000). العلاقة بين قوة الأنا والسمات الشخصية . دراسات نفسية ، المجلد العاشر ، العدد (2) ، ص ص 245 - 255 .
61. جابر ، جابر عبد الحميد (1990). نظريات الشخصية " البناء - الديناميات - النمو - طرق البحث - التقويم " . القاهرة : دار النهضة العربية .
62. جان لا بلانش ، ج.ب. بونتاليس (1987). معجم مصطلحات التحليل النفسي ، ترجمة مصطفى حجازي ، ط2 . بيروت : المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر والتوزيع .
63. جبريل ، موسى (1983). تقدير الذات والتكيف المدرسي لدى الطلاب . المجلة العربية لبحوث التعليم العالي ، العدد (1) ، دمشق .
64. جودة ، أمال وحجو ، مسعود (2003). قوة الأنا لدى المرأة الفلسطينية . مجلة جامعة الاقصي ، المجلد الثامن ، العدد (1) ، فلسطين .
65. حسن ، عايدة شكري (2001). ضغوط الحياة والتوافق الزوجي والشخصية لدى المصابات بالاضطرابات السيكوماتية والسويات (دراسة مقارنة) . رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الآداب ، جامعة عين شمس ، القاهرة ، جمهورية مصر العربية .

66. حسين ، علي وعبداليمية ، حسين (2011). التوافق النفسي والاجتماعي وعلاقته بتقدير الذات لدى طلبة كلية التربية الرياضية جامعة كربلاء . مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية ، المجلد الحادي عشر ، العدد (3) ، العراق .
67. حمامي ، إبراهيم (2011). إصابات الحروب والموجهات ، DrHamami@Hotmail.com .
68. حمام ، فادية و الهويش ، فاطمة (2010). الاغتراب النفسي وتقدير الذات لدى خريجات الجامعة العاملات والعاطلات عن العمل . مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية والنفسية ، المجلد الثاني ، العدد (2) المملكة العربية السعودية .
69. حيدر ، فؤاد (1998). الشخصية في الإسلام وفي الفكر الغربي . بيروت : دار الفكر العربي.
70. خلف ، مهيرة سهيل (2012). مبتوري الأطراف خلال الحرب علي غزة (دراسة اكلينيكية) . رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، الجامعة الإسلامية ، غزة ، فلسطين .
71. خوري ، توما جورج (1996). الشخصية ، مقوماتها ، سلوكها ، وعلاقتها بالتعلم . بيروت : المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر والتوزيع .
72. دبابش ، علي موسي (2011). فعالية برنامج إرشادي مقترح للتخفيف من القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية وأثره على تقدير الذات . رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة الأزهر ، غزة ، فلسطين .
73. ديبس ، سعيد (1993). دراسة لبعض العوامل المرتبطة بمفهوم الذات لدى المشلولين ، دراسات نفسية ، رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية ، القاهرة .
74. زبيدة ، أمزيان (2013). علاقة تقدير الذات للمراهق بمشكلاته وحاجاته الإرشادية دراسة مقارنة في ضوء متغير الجنس . رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الآداب والعلوم الإنسانية ، جامعة الحاج لخضر - باتنة - ، الجزائر .
75. راجح ، أحمد عزت (1968). أصول علم النفس ، ط7 . القاهرة : دار الكتاب العربي .
76. راشد ، حمده أحمد (2003). دراسة لبعض المتغيرات النفسية المرتبطة بمفهوم الذات وأساليب تعديله لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية بدولة قطر . رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، الدوحة ، قطر.

77. زهران ، حامد عبد السلام (1997). الصحة النفسية والعلاج النفسي ، ط3 . القاهرة : عالم الكتب
78. _____ (1999). علم نفس النمو الطفولة والمراهقة . القاهرة : عالم الكتب.
79. _____ (2005). الصحة النفسية والعلاج النفسي ، ط4 . القاهرة : عالم الكتب
80. زيور، مصطفى (1975). التوافق النفسي في معجم العلوم الاجتماعية الشعبية القومية للتربية والعلوم والثقافة (يونسكو) . جمهورية مصر العربية : الهيئة المصرية العامة للكتاب .
81. سامية ، بوشاشي (2013). السلوك العدواني وعلاقته بالتوافق النفسي لدى طلبة الجامعة . ماجستير غير منشورة ، كلية الآداب والعلوم الإنسانية ، جامعة مولود معمري - تيزي وزو ، الجزائر.
82. سعيد ، محمود (2007). قوة الأنا والشعور بالمسؤولية والضبط الزائد العدائية لدى المراهقين المعوقين بصرياً والمبصرين . رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الدراسات العليا ، الجامعة الأردنية ، عمان ، الأردن .
83. سفيان ، نبيل (2004). المختصر في الشخصية والإرشاد النفسي . القاهرة : ايتراك للنشر والتوزيع
84. سليمان ، عبد الرحمن (1992). بناء مقياس تقدير الذات لدى عينة من أطفال المرحلة الابتدائية . مجلة علم النفس ، الهيئة المصرية العامة للكتاب ، العدد (24) ، السنة السادسة ، ص 156 - 167.
85. شاذلي ، عبد الحميد (2000). الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية ، ط2 . الإسكندرية : المكتبة الجامعية .
86. _____ (2001). التوافق النفسي للمسنين . الإسكندرية : المكتبة الجامعية .
87. شريت ، أشرف محمد (2001). المدخل إلي الصحة النفسية . الإسكندرية : دار المعرفة الجامعية.

88. شعبان ، عبد ربة (2010). **الخجل وعلاقته بتقدير الذات ومستوى الطموح لدى المعاقين بصرياً** . رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة القاهرة ، جمهورية مصر العربية .
89. شعيب ، علي (1988). **نمذجة العلاقة السببية بين تقدير الذات والقلق والتحصيل الدراسي لدى المراهقين من المجتمع السعودي** ، جامعة الكويت . مجلة العلوم الإحصائية ، المجلد السادس عشر ، العدد (2) ، ص ص 214 - 225 .
90. شقفة ، عطا أحمد (2008). **تقدير الذات وعلاقته بالمشاركة السياسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة بغزة** . رسالة ماجستير غير منشور ، المنظمة العربية للتربية والثقافة والعلوم ، معهد البحوث والدراسات العربية ، جامعة الدول العربية ، القاهرة ، جمهورية مصر العربية .
91. شقير ، زينب (2003). **مقياس التوافق النفسي** . طنطا : كلية التربية .
92. شاهين ، محمد وحمد ، محمد (2007). **العلاقة بين التفكير اللاعقلاني وضغوط ما بعد الصدمة لدى عينة من طلبة الجامعة في فلسطين وفاعلية برنامج إرشادي عقلاني انفعالي في خفضها**. رسالة ماجستير غير منشور ، جامعة القدس المفتوحة .
93. صبحي ، سيد (ب ت). **الإنسان وصحته النفسية** . القاهرة : الدار المصرية اللبنانية .
94. طه ، فرج عبد القادر (1980). **سيكولوجية الشخصية المعوقة للإنتاج "دراسة نظرية ميدانية" في التوافق المهني والصحة النفسية** . القاهرة : مكتبة الخانجي .
95. طه ، فرج عبد القادر (1987). **المجمل في علم النفس والشخصية والأمراض النفسية** . القاهرة : الدار الفنية .
96. _____ (1993). **موسوعة علم النفس والتحليل النفسي** . الكويت : دار سعد الصباح.
97. عارف ، المهدي حسن (2013). **فاعلية برنامج العلاج المتمركز حول العميل في تحسين تقدير الذات لدى بعض حالات الإدمان** . رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الآداب ، جامعة بنغازي ، ليبيا.
98. عبد الحميد ، عبد الحافظ (1982). **مقياس تقدير الذات للصغار** . القاهرة : دار النهضة .
99. عبد الحميد ، وليد (2013). **معالجة الاضطرابات التالية للصدمة بعلاج ابطال التحسس وإعادة المعالجة بحركات العين** . شبكة العلوم النفسية العربية ، العدد (29) ، ص 14 .

100. عبد الخالق ، أحمد (1983). الأبعاد الأساسية للشخصية ، ط3 . بيروت : الدار الجامعية .
101. _____ (1993). الأبعاد الأساسية للشخصية ، ط2 . بيروت : الدار الجامعية .
102. _____ (1999). الأبعاد الأساسية للشخصية . الإسكندرية : دار المعرفة الجامعية .
103. _____ (2004). أصول علم النفس ، ط2 . الإسكندرية : دار المعرفة الجامعية .
104. عبد الرحمن ، محمد السيد (2004). علم النفس الاجتماعي المعاصر . القاهرة : دار الفكر العربي .
105. _____ (2006). نظريات الشخصية . القاهرة : دار قباء .
106. _____ (2009). نظريات الشخصية ، ط2 . الرياض : دار الزهراء .
107. عبد العزيز ، مفتاح (2004). المدخل إلى الصحة النفسية والعقلية . بنغازي : دار هانيبال .
108. عبد الفتاح ، كاميليا (1961). دراسة تجريبية للاتزان الانفعالي وعلاقته بمستوى الطموح . رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الآداب ، جامعة عين شمس ، القاهرة ، جمهورية مصر العربية .
109. عبد اللطيف ، مدحت (1999). الصحة النفسية والتفوق الدراسي . الإسكندرية : دار المعرفة الجامعية .
110. عبد الله ، نعيمة (2008). التوافق النفسي بين أبناء الصم وغير الصم (دراسة سيكومترية كLINIكية) . رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الآداب ، جامعة عين شمس ، القاهرة ، جمهورية مصر العربية .
111. عبد الله ، مجدي (2000). علم النفس المرضي دراسة في الشخصية بين السواء والاضطراب . الإسكندرية : دار المعرفة الجامعية .
112. عريف ، عبد الله (2004). محاضرات غير منشورة في القياس والتقويم النفسي ، أكاديمية الدراسات العليا . بنغازي ، ليبيا .

113. عسيري ، عبير بنت محمد (2003). علاقة تشكل هوية الأنا بكل من مفهوم الذات والتوافق النفسي والاجتماعي لدى عينة من طالبات المرحلة الثانوية بمدينة الطائف . رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة أم القرى ، مكة ، المملكة العربية السعودية .
114. عطيفة ، حمدي أبو الفتوح (1996). منهجية البحث العلمي وتطبيقاتها في الدراسات التربوية والنفسية . القاهرة : دار النشر للجامعات .
115. علام ، صلاح الدين (2006). القياس والتقويم التربوي والنفسي ، " أساسياته وتطبيقاته وتوجيهاته المعاصرة " . القاهرة : دار الفكر العربي .
116. علي ، حسين (2013). جرحى الثورة الليبية ، www.hanein.info .
117. علي ، انتصار (2008). التوافق النفسي الاجتماعي لدى أبناء الأمهات العاملات وغير العاملات بمدينة بنغازي (دراسة مقارنة) . رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الآداب ، جامعة قاريونس ، بنغازي ، ليبيا .
118. علي ، أنور (2013). القلق المهني وعلاقته بالسمات الشخصية وتقدير الذات (دراسة ميدانية لدى العاملين في مؤسسة الطيران العربية السورية) . رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة دمشق ، سوريا .
119. علي ، علي إسماعيل (1995). نظرية التحليل النفسي واتجاهاتها الحديثة في خدمة الفرد . الإسكندرية : دار المعرفة الجامعية .
120. علي ، حسام محمد (2008). الإنهاك النفسي وعلاقته بالتوافق الزوجي وبعض المتغيرات الديموغرافية لدى عينة من معلمي الفئات الخاصة بمحافظة المنيا . رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة المنيا ، جمهورية مصر العربية .
121. علي ، صبره وعبد الغني ، أشرف (2005). الصحة النفسية بين النظرية والتطبيق . الإسكندرية : دار المعرفة الجامعية .
122. عودة ، فاطمة (2010). المناخ النفسي الاجتماعي وعلاقته بالطمأنينة الانفعالية وقوة الأنا لدى طالبات الجامعة الإسلامية بغزة . رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، الجامعة الإسلامية ، غزة ، فلسطين .

123. عويضة ، كامل محمد (1996). علم النفس بين الشخصية والفكر . بيروت : دار الكتب العلمية.
124. _____ (1996). رحلة في علم النفس . بيروت : دار الكتب العلمية .
125. عيد ، محمد إبراهيم (1997). فقدان الأمن وعلاقته بقوة الأنا . أزمت الشباب النفسية ، القاهرة ، ص ص 228 - 258 .
126. _____ (2002). الهوية والقلق الإبداعي . القاهرة : دار القاهرة للنشر و الطباعة .
127. غالي ، رشا صالح (2013). المناخ الأسري وعلاقته بالتوافق النفسي للأطفال المصابين بداء السكري . رسالة ماجستير غير منشور ، كلية التربية ، جامعة دمشق ، سوريا .
128. غانم ، محمد حسن (2004). مناهج البحث في علم النفس . الإسكندرية : المكتبة المصرية .
129. فايد ، حسين (1997). قوة الأنا وعلاقتها بوجهة الضبط وتقدير الذات لدى متعاطي المواد المتعددة . مجلة علم النفس ، العدد (42) ، ص ص 143 - 155 .
130. فحجان ، سامي خليل (2010). التوافق المهني والمسؤولية الاجتماعية وعلاقتها بمرونة الأنا لدى معلمي التربية الخاصة . رسالة ماجستير غير منشور ، كلية التربية ، الجامعة الإسلامية ، غزة ، فلسطين .
131. فرحات ، السيد محمد (2004). سيكولوجية مبتوري الأطراف . القاهرة : مكتبة زهراء الشرق .
132. فروجه ، بلحاج (2011). التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بالدافعية للتعلم لدى المراهق المتمدرس في التعليم الثانوي . رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الآداب والعلوم الإنسانية ، جامعة مولود معمري - تيزي وزو ، الجزائر.
133. فضة ، حمدان (2000). دراسة لقوة الأنا لدى الذكور والإناث من طلبة الجامعة قاطني القرى والمدن وعلاقتها بالمستوى الاجتماعي الثقافي والاقتصادي لديهم ، المؤتمر السابع لمركز الإرشاد النفسي ، جامعة عين شمس ، ص ص 157 - 205 .
134. فهمي ، سميرة (1965). مجالات الصحة النفسية في المدرسة ، بحث منشور في أسس التربية في الوطن العربي ، المجلس الأعلى لرعاية الفنون والآداب والعلوم الاجتماعية ، لجنة التربية وعلم النفس الحلقة الدراسية الأولى . القاهرة : دار مطابع الشعب .

135. فهمي ، مصطفى (1978). التكيف النفسي . القاهرة : مكتبة مصر .
136. _____ (1995). الصحة النفسية دراسات في سيكولوجية التكيف ، ط3 . القاهرة : مكتبة الخانجي .
137. فرويد ، أنا (1972). الأنا ومكانزمات الدفاع ، ترجمة صلاح مخيمر ، ميخائيل رزق . القاهرة : مكتبة الانجلو .
138. فرويد ، سيجموند (ب ت). الموجز في التحليل النفسي ، ترجمة سامي على ، عبد السلام القفاش . القاهرة : دار المعارف .
139. فؤاد ، فيوليت ، وسليمان ، عبد الرحمن (1998). دراسات في سيكولوجية النمو "الطفولة والمراهقة" . القاهرة : مكتبة زهراء الشرق .
140. كواجه ، صالح إبراهيم (2011). التوافق النفسي وعلاقته بالسمات الشخصية لدى الأطفال الصم بمحافظات غزة . رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، الجامعة الإسلامية ، غزة ، فلسطين .
141. كيال ، باسمة (1993). سيكولوجية المرأة . بيروت : مؤسسة عز الدين للطباعة والنشر .
142. كفاي ، علاء الدين (1982). مقياس قوة الأنا . القاهرة : مكتبة الانجلو المصرية .
143. _____ (1989). تقدير الذات في علاقته بالتنشئة الوالدية والأمن النفسي ، دراسة في عملية تقدير الذات ، جامعة الكويت . مجلة العلوم الاجتماعية ، المجلد التاسع ، العدد (35) ، ص ص 212 - 225 .
144. _____ (1990). الصحة النفسية ، ط3 . القاهرة : هجر للطباعة والنشر .
145. _____ (1997). الصحة النفسية . القاهرة : دار هجر للطباعة والنشر .
146. لبد ، معتز محمد (2013). أساليب مواجهة ضغوط الحياة وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى طلبة كليات المجتمع المتوسطة بمحافظات غزة . رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة الأزهر ، غزة ، فلسطين .
147. محمد ، عبد الله (2013). ثورة السابع عشر من فبراير ، <http://ar.wikipedia.org> .

148. محمد ، محمد جاسم (2004). المدخل إلى علم النفس العام ، ب د .
149. محمد ، محمد ومرسي ، كمال (2003). الصحة النفسية في ضوء علم النفس والإسلام . الكويت : دار القلم .
150. محمد ، عادل (1995). اختبار تقدير الذات للمراهقين والراشدين ، جامعة الزقازيق . مجلة كلية التربية ، العدد (12) ، السنة الخامسة ، ص ص 5 - 10 .
151. محفوظ ، رفعت (1996). علم نفس الأنا ، www.rakhawy.org .
152. مذكوف ، جون وروث ، جون (1993). اتجاهات علم النفس المعاصر ، ترجمة عبد الله عريف . بنغازي : جامعة قاريونس .
153. مصطفى ، يامن سهيل (2010). العنف الأسري وعلاقته بالتوافق النفسي لدى المراهقين . رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الآداب ، جامعة دمشق ، سوريا .
154. مقبل ، مرفت عبد ربة (2010). التوافق النفسي وعلاقته بقوة الأنا لدى مرضي السكري في قطاع غزة . رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، الجامعة الإسلامية ، غزة ، فلسطين .
155. مكتب شؤون ورعاية الجرحى بنغازي (2013). إحصائية بعدد الجرحى . بنغازي .
156. نجاتي ، محمد عثمان (2001). القرآن وعلم النفس ، ط7 . القاهرة : دار الشروق .
157. هول ، كالفن وليندزي ، جاردنر (1978). نظريات الشخصية ، ترجمة فرج أحمد فرج وآخرون ، ط2 . القاهرة : دار التابع للنشر .
158. وافي ، ليلي (2006). الاضطرابات السلوكية وعلاقتها بمستوى التوافق النفسي لدى الأطفال الصم والمكفوفين . رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، الجامعة الإسلامية ، غزة ، فلسطين
159. يسمينه ، أيت مولود (2012). تقدير الذات وعلاقته بظهور السلوك العدواني عند النساء المتأخرات في سن الزواج دراسة مقارنة ، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية ، جامعة مولود معمري - تيزي وزو ، الجزائر .

ثانياً : المراجع الأجنبية :

160. Barron. F (1963). **Creativity and Psychological Health** , Van Nost rand Company. New york .
161. Fontana, D (1995). **Psychology for teachers**, 3ed, Macmilan Press, LTD.
162. Wolman , Benjamin (1973). **Dictionary of behavioral science** , Macmillan , London .
163. Kristin, wellerhahn (2002).effect of participation in physical activity on body image of armputation, **amrican journal of physical medicine of rehabilitation**.
164. Qouto, samir (2002). **trauma violence and mental helath the palestinian experience stewart michael coping with catastroph**, ahand book of disaster mangment routledge.

الملاحق

المحلقة رقم (1)

مقياس قوة الأنا في صورته الأولى

الأسم :
العمر :
المستوى الدراسي :
العمل :
تاريخ تطبيق المقياس :
العنوان :
الحالة الاجتماعية :

تعليمات

هذه بعض العبارات التي تتعلق ببعض النواحي الشخصية. اقرأ كل عبارة وقرر إن كانت تنطبق عليك تماماً أو على وجه التقريب ، ثم ضع علامة (√) تحت كلمة (نعم) أمام العبارة ، وإذا كانت لا تنطبق عليك تماماً أو على وجه التقريب فضع علامة (√) تحت كلمة (لا) أمام العبارة . ليست هناك إجابة خاطئة أو إجابة صحيحة وإنما هذه العبارات تمثل فكرتك عن نفسك . أجب عن كل الأسئلة ، ولا تترك منها شيئاً . لا تضع أكثر من إشارة واحدة .

والمثال التالي يوضح كيفية الإجابة :

| م | العبارة | نعم | لا |
|---|------------------------------------|-----|----|
| 1 | شهيتي للطعام جيدة . | | √ |
| 2 | أصاب بالإسهال مرة أو أكثر كل شهر . | √ | |

| م | العبرة | نعم | لا |
|----|--|-----|----|
| 1 | شهيتي للطعام جيدة . | | |
| 2 | أصاب بالإسهال مرة أو أكثر كل شهر . | | |
| 3 | تنتابني أحياناً نوبات من الضحك أو الصياح لا أستطيع التحكم فيها . | | |
| 4 | أجد صعوبة في أن احتفظ بذهني مركزاً على موضوع أو عمل ما. | | |
| 5 | مررت بخبرات في منتهى العجب والغرابة . | | |
| 6 | تنتابني الحكمة في معظم الوقت . | | |
| 7 | قليلاً ما ينتابني القلق على صحتي . | | |
| 8 | عندما أكون مع الناس اسمع أشياء غريبة تضايقني . | | |
| 9 | إن صحتي الجسمية حسنة كصحة معظم أصدقائي . | | |
| 10 | كثيراً ما أشعر في بعض أجزاء جسمي بما يشبه الاحتراق أو القشعريرة أو التتميل . | | |
| 11 | من السهل أن أهزم في المناقشة . | | |
| 12 | أعمل أشياء كثيرة أندم عليها فيما بعد . | | |
| 13 | أتردد على أماكن العبادة (المسجد) كل أسبوع تقريباً . | | |
| 14 | لقد واجهت مشكلات متعددة الطول إلى درجة إنني لم استطع أن احزم رأبي بشأنها | | |
| 15 | بعض الناس يصل حبهم للسيطرة إلى درجة أشعر معها برغبة في مخالفتهم حتى ولو كانوا على حق . | | |
| 16 | أحب جمع الزهور وتربية النباتات المنزلية . | | |
| 17 | أحب أن أطبخ . | | |
| 18 | خلال السنوات القليلة الماضية كانت صحتي جيدة على وجه العموم . | | |
| 19 | لم اصب بالإغماء مطلقاً . | | |
| 20 | عندما أشعر بالملل أميل إلى أن أفعل شيئاً مثيراً . | | |
| 21 | لم تصب يداي بتقل الحركة أو الضعف . | | |
| 22 | أشعر بالضعف معظم الوقت . | | |
| 23 | لم يحدث أن وجدت صعوبة في حفظ توازني في المشي | | |

| م | العبارة | نعم | لا |
|----|---|-----|----|
| 24 | أحب أن أغازل الجنس الآخر . | | |
| 25 | أعتقد أن ذنوبي لا يمكن أن تغتفر . | | |
| 26 | كثيراً ما أجد نفسي قلقاً على أمر من الأمور . | | |
| 27 | أحب العلوم . | | |
| 28 | أحب التحدث في الأمور الجنسية . | | |
| 29 | أغضب بسهولة ولكن سرعان ما أعود إلى حالتي الطبيعية . | | |
| 30 | اسرح كثيراً بفكري . | | |
| 31 | أحلم عادة بأشياء أفضل أن أحتفظ بها لنفسني . | | |
| 32 | يسيء الآخرون عادة فهم طريقتي في التصرف . | | |
| 33 | تصيبني نوبات يتوقف فيها نشاطي ولا أشعر فيها بما يدور حولي . | | |
| 34 | يمكن أن أتعامل بود مع الأفراد الذين يأتون أعمالاً اعتبرها خاطئة . | | |
| 35 | لو كنت فناناً لوددت أن أرسم الزهور . | | |
| 36 | عندما أغادر المنزل لا ينتابني الضيق أو الشك في أن أكون قد تركت النوافذ مفتوحة أو الباب غير مغلق . | | |
| 37 | يصبح سمعي أحياناً مرهفاً لدرجة تضايقتني . | | |
| 38 | غالباً ما أعبر الطريق لأتخاشى مقابلة شخص ما . | | |
| 39 | عندي أفكار غريبة وعجيبة . | | |
| 40 | أجد متعة أحياناً في إيذاء الأشخاص الذين أحبهم . | | |
| 41 | تستولي علي أحياناً فكرة تافهة وتظل تضايقتني عدة أيام . | | |
| 42 | أنا لا أخاف من النار . | | |
| 43 | لا أحب رؤية النساء وهن يدخن . | | |
| 44 | عندما يقول أحد الأشخاص أشياء تافهة أو خاطئة أمامي عن أشياء أعرفها فإنني أحاول أن أصحح قوله . | | |
| 45 | أشعر بأنني لا أستطيع أن أخبر أي شخص عن كل ما في نفسي . | | |

| م | العبارة | نعم | لا |
|----|---|-----|----|
| 46 | يلذ لي حقاً أن أحرز سبقاً على أحد في مجال تخصصه . | | |
| 47 | لقد مرت بي خبرات دينية غريبة جداً. | | |
| 48 | واحد أو أكثر من أفراد أسرتي عصبي جداً . | | |
| 49 | يجذبني أفراد الجنس الآخر . | | |
| 50 | كان والدي (ولي أمرى) شديداً معي أثناء الطفولة . | | |
| 51 | أصلي كثيراً . | | |
| 52 | أشعر بالعطف نحو أولئك الذين يغلب عليهم الاستغراق في أحزانهم ومتاعبهم . | | |
| 53 | أخاف أن أجد نفسي في مكان صغير وضيق . | | |
| 54 | القدارة تخوفني و تثير اشمئزازي . | | |
| 55 | في اعتقادي جمال عبد الناصر كان أفضل من زعماء عرب آخرون . | | |
| 56 | تضطرب أعصابي عند رؤية حيوانات معينة . | | |
| 57 | يبدو جلدي حساس جداً للمس . | | |
| 58 | أشعر بالتعب في معظم الوقت . | | |
| 59 | لا أشاهد الاستعراضات الغير أخلاقية أبداً مادام في استطاعتي أن أتجنب ذلك . | | |
| 60 | لو كنت فناناً لأحببت أن أرسم الأطفال . | | |
| 61 | أشعر أحياناً بأنني على وشك الانهيار . | | |
| 62 | أشعر بالرعب كثيراً في منتصف الليل . | | |
| 63 | أحب ركوب الخيل . | | |
| 64 | كثيراً ما تقابل خططي بالعقبات حتى أنني أفكر في عدم إكمالها . | | |

المحلقة رقم (2)

مقياس قوة الأنا في صورته النهائية

الأسم : العمر :

المستوى الدراسي : العنوان :

تاريخ تطبيق المقياس :

تعليمات

هذه بعض العبارات التي تتعلق ببعض النواحي الشخصية. اقرأ كل عبارة وقرر إن كانت تنطبق عليك تماماً أو على وجه التقريب ، ثم ضع علامة (√) تحت كلمة (نعم) أمام العبارة ، وإذا كانت لا تنطبق عليك تماماً أو على وجه التقريب فضع علامة (√) تحت كلمة (لا) أمام العبارة . وليست هناك إجابة خاطئة أو إجابة صحيحة وإنما هذه العبارات تمثل فكرتك عن نفسك . أجب عن كل الأسئلة ، ولا تترك منها شيئاً . لا تضع أكثر من إشارة واحدة .

والمثال التالي يوضح كيفية الإجابة :

| م | العبارة | نعم | لا |
|---|------------------------------------|-----|----|
| 1 | شهيتي للطعام جيدة . | | √ |
| 2 | أصاب بالإسهال مرة أو أكثر كل شهر . | √ | |

| م | العبرة | نعم | لا |
|----|--|-----|----|
| 1 | شهيتي للطعام جيدة . | | |
| 2 | أصاب بالإسهال مرة أو أكثر كل شهر . | | |
| 3 | تتنابني أحياناً نوبات من الضحك أو الصياح لا أستطيع التحكم فيها . | | |
| 4 | أجد صعوبة في أن احتفظ بذهني مركزاً على موضوع أو عمل ما . | | |
| 5 | مررت بخبرات في منتهى العجب والغرابة . | | |
| 6 | تتنابني الحكمة في معظم الوقت . | | |
| 7 | عندما أكون مع الناس اسمع أشياء غريبة تضايقتني . | | |
| 8 | من السهل أن أهزم في المناقشة . | | |
| 9 | أعمل أشياء كثيرة أندم عليها فيما بعد . | | |
| 10 | أتردد على أماكن العبادة (المسجد) كل أسبوع تقريباً . | | |
| 11 | لقد واجهت مشكلات متعددة الحلول إلى درجة إنني لم استطع أن احزم رأبي بشأنها | | |
| 12 | بعض الناس يصل حبهم للسيطرة إلى درجة أشعر معها برغبة في مخالفتهم حتى ولو كانوا على حق . | | |
| 13 | أحب جمع الزهور وتربية النباتات المنزلية . | | |
| 14 | أحب أن أطبخ | | |
| 15 | عندما أشعر بالملل أميل إلى أن أفعل شيئاً مثيراً . | | |
| 16 | أشعر بالضعف معظم الوقت . | | |
| 17 | لم يحدث أن وجدت صعوبة في حفظ توازني في المشي | | |
| 18 | كثيراً ما أجد نفسي قلقاً على أمر من الأمور . | | |
| 19 | أحب العلوم . | | |
| 20 | أغضب بسهولة ولكن سرعان ما أعود إلى حالتي الطبيعية . | | |
| 21 | اسرح كثيراً بفكري . | | |
| 22 | أحلم عادة بأشياء أفضل أن أحتفظ بها لنفسي . | | |
| 23 | يسيء الآخرون عادة فهم طريقتي في التصرف . | | |
| 24 | تصيبني نوبات يتوقف فيها نشاطي ولا أشعر فيها بما يدور حولي . | | |

| م | العبارة | نعم | لا |
|----|---|-----|----|
| 25 | عندما أغادر المنزل لا ينتابني الضيق أو الشك في أن أكون قد تركت النوافذ مفتوحة أو الباب غير مغلق . | | |
| 26 | يصبح سمعي أحياناً مرهفاً لدرجة تضايقتي . | | |
| 27 | غالباً ما أعبر الطريق لأتحاشى مقابلة شخص ما . | | |
| 28 | عندي أفكار غريبة وعجيبة . | | |
| 29 | تستولي علي أحياناً فكرة تافهة وتظل تضايقتني عدة أيام . | | |
| 30 | أنا لا أخاف من النار . | | |
| 31 | لا أحب رؤية النساء وهن يدخن . | | |
| 32 | عندما يقول أحد الأشخاص أشياء تافهة أو خاطئة أمامي عن أشياء أعرفها فإنني أحاول أن أصحح قوله . | | |
| 33 | أشعر بأنني لا أستطيع أن أخبر أي شخص عن كل ما في نفسي . | | |
| 34 | يلذ لي حقاً أن أحرز سبقاً على أحد في مجال تخصصه . | | |
| 35 | كان والدي (ولي أمري) شديداً معي أثناء الطفولة . | | |
| 36 | أصلي كثيراً . | | |
| 37 | أشعر بالعطف نحو أولئك الذين يغلب عليهم الاستغراق في أحزانهم ومتاعبهم . | | |
| 38 | أخاف أن أجد نفسي في مكان صغير ضيق . | | |
| 39 | القدارة تخيفني و تثير اشمئزازي . | | |
| 40 | في اعتقادي جمال عبد الناصر كان أفضل من زعماء عرب آخرون . | | |
| 41 | تضطرب أعصابي عند رؤية حيوانات معينة . | | |
| 42 | أشعر بالتعب في معظم الوقت . | | |
| 43 | لا أشاهد الاستعراضات الغير أخلاقية أبداً مادام في استطاعتي أن أتجنب ذلك . | | |
| 44 | لو كنت فناناً لأحببت أن أرسم الأطفال . | | |
| 45 | أشعر أحياناً بأنني على وشك الانهيار . | | |
| 46 | أشعر بالرعب كثيراً في منتصف الليل . | | |
| 47 | أحب ركوب الخيل . | | |

المحلقة رقم (3)

مقياس التوافق النفسي في صورته الأولى

الأسم : العمر :

المستوى الدراسي : العنوان :

تاريخ تطبيق المقياس :

تعليمات

أخي العزيز

هل تود أن تعرف شيئاً أكثر عن شخصيتك ؟

إليك بعض المواقف التي تقابلك في حياتك العامة . نرجو قراءة كل عبارة ، والتعرف علي

كل موقف بدقة وتحديد درجة انطباق كل منها علي حالتك :

* تنطبق تماماً . * تنطبق أحياناً . * لا تنطبق .

حاول أن تحدد الإجابة التي تتفق مع طريقتك المعتادة في التصرف والشعور الصادر

منك تجاه كل موقف . فإذا أجبت بأمانة ودقة علي جميع المواقف فسيكون من الممكن أن

تعرف نفسك معرفة جيدة . أجب بوضع علامة (√) تحت الاختيار المناسب ، ليست هناك

إجابة خاطئة أو إجابة صحيحة وإنما هذه العبارات تمثل فكرتك عن نفسك . أجب عن كل

الأسئلة ، ولا تترك منها شيئاً . لا تضع أكثر من إشارة واحدة .

شكراً لتعاونكم

| م | العبارة | تنطبق نعم | متردد أحياناً | لا تنطبق لا |
|----|---|--------------|------------------|----------------|
| | المحور الأول : | | | |
| 1 | هل لديك ثقة في نفسك بدرجة كافية ؟ | | | |
| 2 | هل أنت متفائل بصفة عامة ؟ | | | |
| 3 | هل لديك رغبة في الحديث عن نفسك وعن انجازاتك أمام الآخرين؟ | | | |
| 4 | هل أنت قادر على مواجهة مشكلاتك بقوة وشجاعة ؟ | | | |
| 5 | هل تشعر أنك شخص له فائدة ونفع في الحياة ؟ | | | |
| 6 | هل تتطلع لمستقبل مشرق ؟ | | | |
| 7 | هل تشعر بالراحة النفسية والرضا في حياتك ؟ | | | |
| 8 | هل أنت سعيد وبشوش في حياتك ؟ | | | |
| 9 | هل تشعر أنك شخص محظوظ في الدنيا ؟ | | | |
| 10 | هل تشعر بالاتزان الانفعالي والهدوء أمام الناس ؟ | | | |
| 11 | هل تحب الآخرين وتتعاون معهم ؟ | | | |
| 12 | هل أنت قريب من الله بالعبادة والذكر دائماً ؟ | | | |
| 13 | هل أنت ناجح ومتوافق مع الحياة ؟ | | | |
| 14 | هل تشعر بالأمن والطمأنينة النفسية وأنت في حالة طيبة ؟ | | | |
| 15 | هل تشعر باليأس وتهبط همتك بسهولة ؟ | | | |
| 16 | هل تشعر باستياء وضيق من الدنيا عموماً ؟ | | | |
| 17 | هل تشعر بالقلق من وقت لآخر ؟ | | | |
| 18 | هل تعتبر نفسك عصبي المزاج إلى حد ما ؟ | | | |
| 19 | هل تميل إلى أن تتجنب المواقف المؤلمة بالهرب منها ؟ | | | |
| 20 | هل تشعر بنوبات صراع أو غثيان من وقت لآخر ؟ | | | |

| م | العبارة | تنطبق نعم | متردد أحياناً | لا تنطبق لا |
|----|--|-----------|---------------|-------------|
| 21 | <u>المحور الثاني :</u> هل حياتك مملوءة بالنشاط والحيوية معظم الوقت ؟ | | | |
| 22 | هل لديك قدرات ومواهب متميزة ؟ | | | |
| 23 | هل تتمتع بصحة جيدة وتشعر بأنك قوي البنية ؟ | | | |
| 24 | هل أنت راض عن مظهرك الخارجي (طول القامة، حجم الجسم) ؟ | | | |
| 25 | هل تساعدك صحتك على مواصلة الأعمال بنجاح ؟ | | | |
| 26 | هل تهتم بصحتك جيداً وتتجنب الإصابة بالمرض ؟ | | | |
| 27 | هل تعطي نفسك قدر من الراحة للمحافظة على صحتك ؟ | | | |
| 28 | هل تعطي نفسك قدرأ كافيأ من النوم (أو تمارس رياضة) للمحافظة على صحتك ؟ | | | |
| 29 | هل تعاني من بعض العادات مثل (قضم الأظافر أو الغمز بالعين) ؟ | | | |
| 30 | هل تشعر بصداع أو ألم في رأسك من وقت لآخر ؟ | | | |
| 31 | هل تشعر أحياناً بحالات برودة أو سخونة ؟ | | | |
| 32 | هل تعاني من مشاكل و اضطرابات الأكل (سوء هضم - فقدان شهية - شره عصبي) ؟ | | | |
| 33 | هل يدق قلبك بسرعة عند قيامك بأي عمل ؟ | | | |
| 34 | هل تشعر بالإجهاد وضعف الهمة من وقت لآخر ؟ | | | |
| 35 | هل تتصبب عرقاً (أو ترتعش يداك) عندما تقوم بعمل ؟ | | | |
| 36 | هل تشعر أحياناً أنك قلق وأعصابك غير موزونة ؟ | | | |
| 37 | هل يعوقك وجع ظهرك أو يداك عن مواصلة العمل ؟ | | | |
| 38 | هل تشعر أحياناً بصعوبة في النطق والكلام ؟ | | | |
| 39 | هل تعاني من إمساك (أو إسهال) كثيراً ؟ | | | |
| 40 | هل تشعر بالنسيان (أو عدم القدرة على التركيز) من وقت لآخر ؟ | | | |

| م | العبارة | تنطبق نعم | متردد أحياناً | لا تنطبق لا |
|----|---|--------------|------------------|----------------|
| | المحور الثالث: | | | |
| 41 | هل تشعر أنك متعاوناً مع أسرتك ؟ | | | |
| 42 | هل تشعر بالسعادة في حياتك وأنت مع أسرتك ؟ | | | |
| 43 | هل أنت محبوب من أفراد أسرتك ؟ | | | |
| 44 | هل تشعر بأن لك دور فعال وهام في أسرتك ؟ | | | |
| 45 | هل تحترم أسرتك رأيك وممكن أن تأخذ به ؟ | | | |
| 46 | هل تفضل أن تقضي معظم وقتك مع أسرتك ؟ | | | |
| 47 | هل تأخذ حقاك من الحب والعطف والحنان والأمن من أسرتك ؟ | | | |
| 48 | هل التفاهم هو أسلوب التعامل بين أسرتك ؟ | | | |
| 49 | هل تحرص على مشاركة أسرتك أفراسها وأحزانها ؟ | | | |
| 50 | هل تشعر أن علاقاتك مع أفراد أسرتك وثيقة وصادقة ؟ | | | |
| 51 | هل تفخر أمام الآخرين أنك تنتمي لهذه الأسرة ؟ | | | |
| 52 | هل أنت راضي عن ظروف الأسرة الاقتصادية (والثقافية) ؟ | | | |
| 53 | هل تشجعك أسرتك على إظهار ما لديك من قدرات ومواهب ؟ | | | |
| 54 | هل أفراد أسرتك تقف بجوارك وتخاف عليك عندما تتعرض لمشكلة ؟ | | | |
| 55 | هل تشجعك أسرتك على تبادل الزيارات مع الأصدقاء والجيران ؟ | | | |
| 56 | هل تشعرك أسرتك أنك عبء ثقيل عليها ؟ | | | |
| 57 | هل تتمنى أحياناً أن تكون لك أسرة غير أسرتك ؟ | | | |
| 58 | هل تعاني من كثير من المشاكل داخل أسرتك ؟ | | | |
| 59 | هل تشعر بالقلق أو الخوف وأنت داخل أسرتك ؟ | | | |
| 60 | هل تشعر بأن أسرتك تعاملك على أنك طفلاً صغيراً ؟ | | | |

| م | العبارة | تنطبق نعم | متردد أحياناً | لا تنطبق لا |
|----|---|--------------|------------------|----------------|
| | المحور الرابع : | | | |
| 61 | هل تحرص على المشاركة الإيجابية الاجتماعية مع الآخرين ؟ | | | |
| 62 | هل تستمتع بمعرفة الآخرين والجلوس معهم ؟ | | | |
| 63 | هل تشعر بالمسؤولية تجاه تنمية المجتمع مثل كل مواطن ؟ | | | |
| 64 | هل تتمنى أن تقضي معظم وقت فراغك مع الآخرين ؟ | | | |
| 65 | هل تحترم رأي زملائك وتعمل به إذا كان رأياً صائباً ؟ | | | |
| 66 | هل تشعر بتقدير الآخرين لأعمالك وإنجازاتهم ؟ | | | |
| 67 | هل تعتذر لزميلك إذا تأخرت عن الموعد المحدد ؟ | | | |
| 68 | هل تشعر بالولاء والانتماء لأصدقائك ؟ | | | |
| 69 | هل تشعر بالسعادة لأشياء قد يفرح بها الآخرون كثيراً ؟ | | | |
| 70 | هل تربطك علاقات طيبة مع الزملاء وتحرص على إرضائهم ؟ | | | |
| 71 | هل يسعدك المشاركة في الحفلات والمناسبات الاجتماعية ؟ | | | |
| 72 | هل تحرص على حقوق الآخرين بقدر حرصك على حقوقك ؟ | | | |
| 73 | هل تحاول الوفاء بوعدك مع الآخرين لأن وعد الحر دين عليه ؟ | | | |
| 74 | هل تجد متعة كبيرة في تبادل الزيارات مع الأصدقاء والجيران ؟ | | | |
| 75 | هل تفكر كثيراً قبل أن تقدم على عمل قد يضر بمصالح الآخرين (أو ترفضه) ؟ | | | |
| 76 | هل تفتقد الثقة والاحترام المتبادل مع الآخرين ؟ | | | |
| 77 | هل يصعب عليك الدخول في منافسات مع الآخرين حتى لو كانوا في مثل سنك ؟ | | | |
| 78 | هل تخجل من مواجهة الكثير من الناس (أو ترتبك أثناء الحديث أمامهم) ؟ | | | |
| 79 | هل تتخلى عن إبداء النصح لزميلك خوفاً من أن يزعج منك ؟ | | | |
| 80 | هل تشعر بعدم قدرتك على مساعدة الآخرين ولو في بعض الأمور؟ | | | |

المحلقة رقم (4)

مقياس التوافق النفسي في صورته النهائية

الأسم : العمر :

المستوى الدراسي : العنوان :

تاريخ تطبيق المقياس :

تعليمات

أخي العزيز

هل تود أن تعرف شيئاً أكثر عن شخصيتك ؟

إليك بعض المواقف التي تقابلك في حياتك العامة . نرجو التعرف علي كل موقف بدقة

وتحديد درجة انطباق كل منها علي حالتك :

* تنطبق تماماً . * تنطبق أحياناً . * لا تنطبق .

حاول أن تحدد الإجابة التي تتفق مع طريقتك المعتادة في التصرف والشعور الصادر منك تجاه كل موقف . فإذا أجبت بأمانة ودقة علي جميع المواقف فسيكون من الممكن أن تعرف نفسك معرفة جيدة . أجب بوضع علامة (√) تحت الاختيار المناسب ، ليست هناك إجابة خاطئة أو إجابة صحيحة وإنما هذه العبارات تمثل فكرتك عن نفسك . أجب عن كل الأسئلة ، ولا تترك منها شيئاً . لا تضع أكثر من إشارة واحدة .

شكراً لتعاونكم

| م | العبارة | تنطبق نعم | متردد أحياناً | لا تنطبق لا |
|----|---|--------------|------------------|----------------|
| | المحور الأول : | | | |
| 1 | هل لديك ثقة في نفسك بدرجة كافية ؟ | | | |
| 2 | هل أنت متفائل بصفة عامة ؟ | | | |
| 3 | هل لديك رغبة في الحديث عن نفسك وعن انجازاتك أمام الآخرين؟ | | | |
| 4 | هل أنت قادر على مواجهة مشكلاتك بقوة وشجاعة ؟ | | | |
| 5 | هل تشعر أنك شخص له فائدة ونفع في الحياة ؟ | | | |
| 6 | هل تتطلع لمستقبل مشرق ؟ | | | |
| 7 | هل تشعر بالراحة النفسية والرضا في حياتك ؟ | | | |
| 8 | هل أنت سعيد وبشوش في حياتك ؟ | | | |
| 9 | هل تشعر أنك شخص محظوظ في الدنيا ؟ | | | |
| 10 | هل تشعر بالانتران الانفعالي والهدوء أمام الناس ؟ | | | |
| 11 | هل تحب الآخرين وتتعاون معهم ؟ | | | |
| 12 | هل أنت قريب من الله بالعبادة والذكر دائماً ؟ | | | |
| 13 | هل أنت ناجح ومتوافق مع الحياة ؟ | | | |
| 14 | هل تشعر بالأمن والطمأنينة النفسية وأنت في حالة طيبة ؟ | | | |
| 15 | هل تشعر باستياء وضيق من الدنيا عموماً ؟ | | | |
| 16 | هل تشعر بالقلق من وقت لآخر ؟ | | | |
| 17 | هل تعتبر نفسك عصبي المزاج إلى حد ما ؟ | | | |
| 18 | هل تميل إلى أن تتجنب المواقف المؤلمة بالهرب منها ؟ | | | |
| 19 | هل تشعر بنوبات صراع أو غثيان من وقت لآخر ؟ | | | |

| م | العبارة | تنطبق نعم | متردد أحياناً | لا تنطبق لا |
|----|---|--------------|------------------|----------------|
| | المحور الثاني : | | | |
| 20 | هل حياتك مملوءة بالنشاط والحيوية معظم الوقت ؟ | | | |
| 21 | هل لديك قدرات ومواهب متميزة ؟ | | | |
| 22 | هل تتمتع بصحة جيدة وتشعر بأنك قوي البنية ؟ | | | |
| 23 | هل أنت راض عن مظهرك الخارجي (طول القامة، حجم الجسم) ؟ | | | |
| 24 | هل تساعدك صحتك على مزاولة الأعمال بنجاح ؟ | | | |
| 25 | هل تهتم بصحتك جيداً وتتجنب الإصابة بالمرض ؟ | | | |
| 26 | هل تعطي نفسك قدر من الراحة للمحافظة على صحتك ؟ | | | |
| 27 | هل تعطي نفسك قدرًا كافيًا من النوم (أو تمارس رياضة) للمحافظة على صحتك ؟ | | | |
| 28 | هل تعاني من بعض العادات مثل (قضم الأظافر أو الغمز بالعين) ؟ | | | |
| 29 | هل تشعر بصداع أو ألم في رأسك من وقت لآخر ؟ | | | |
| 30 | هل تشعر أحياناً بحالات برودة أو سخونة ؟ | | | |
| 31 | هل تعاني من مشاكل و اضطرابات الأكل (سوء هضم - فقدان شهية - شره عصبي) ؟ | | | |
| 32 | هل يدق قلبك بسرعة عند قيامك بأي عمل ؟ | | | |
| 33 | هل تشعر بالإجهاد وضعف الهممة من وقت لآخر ؟ | | | |
| 34 | هل تتصبب عرقاً (أو ترتعش يداك) عندما تقوم بعمل ؟ | | | |
| 35 | هل تشعر أحياناً أنك قلق وأعصابك غير موزونة ؟ | | | |
| 36 | هل يعوقك وجع ظهرك أو يداك عن مزاولة العمل ؟ | | | |
| 37 | هل تشعر أحياناً بصعوبة في النطق والكلام ؟ | | | |
| 38 | هل تعاني من إمساك (أو إسهال) كثيراً ؟ | | | |

| م | العبارة | تنطبق نعم | متردد أحياناً | لا تنطبق لا |
|----|--|--------------|------------------|----------------|
| | المحور الثالث: | | | |
| 39 | هل تشعر أنك متعاوناً مع أسرتك؟ | | | |
| 40 | هل تشعر بالسعادة في حياتك وأنت مع أسرتك؟ | | | |
| 41 | هل أنت محبوب من أفراد أسرتك؟ | | | |
| 42 | هل تشعر بأن لك دور فعال وهام في أسرتك؟ | | | |
| 43 | هل تحترم أسرتك رأيك وممكن أن تأخذ به؟ | | | |
| 44 | هل تفضل أن تقضي معظم وقتك مع أسرتك؟ | | | |
| 45 | هل تأخذ حقك من الحب والعطف والحنان والأمن من أسرتك؟ | | | |
| 46 | هل التفاهم هو أسلوب التعامل بين أسرتك؟ | | | |
| 47 | هل تحرص على مشاركة أسرتك أفرانها وأحزانها؟ | | | |
| 48 | هل تشعر أن علاقاتك مع أفراد أسرتك وثيقة وصادقة؟ | | | |
| 49 | هل تفخر أمام الآخرين أنك تنتمي لهذه الأسرة؟ | | | |
| 50 | هل أنت راضي عن ظروف الأسرة الاقتصادية (والثقافية)؟ | | | |
| 51 | هل تشجعك أسرتك على إظهار ما لديك من قدرات ومواهب؟ | | | |
| 52 | هل أفراد أسرتك تقف بجوارك وتخاف عليك عندما تتعرض لمشكلة؟ | | | |
| 53 | هل تشجعك أسرتك على تبادل الزيارات مع الأصدقاء والجيران؟ | | | |
| 54 | هل تتمنى أحياناً أن تكون لك أسرة غير أسرتك؟ | | | |
| 55 | هل تعاني من كثير من المشاكل داخل أسرتك؟ | | | |
| 56 | هل تشعر بالقلق أو الخوف وأنت داخل أسرتك؟ | | | |
| 57 | هل تشعر بأن أسرتك تعاملك على انك طفلاً صغيراً؟ | | | |

| م | العبارة | تنطبق نعم | متردد أحياناً | لا تنطبق |
|----|---|--------------|------------------|----------|
| 58 | المحور الرابع : هل تستمتع بمعرفة الآخرين والجلوس معهم ؟ | | | |
| 59 | هل تشعر بالمسؤولية تجاه تنمية المجتمع مثل كل مواطن ؟ | | | |
| 60 | هل تتمنى أن تقضي معظم وقت فراغك مع الآخرين ؟ | | | |
| 61 | هل تحترم رأي زملائك وتعمل به إذا كان رأياً صائباً ؟ | | | |
| 62 | هل تشعر بتقدير الآخرين لأعمالك وإنجازاتك ؟ | | | |
| 63 | هل تعتذر لزميلك إذا تأخرت عن الموعد المحدد ؟ | | | |
| 64 | هل تشعر بالولاء والانتماء لأصدقائك ؟ | | | |
| 65 | هل تشعر بالسعادة لأشياء قد يفرح بها الآخرون كثيراً ؟ | | | |
| 66 | هل تربطك علاقات طيبة مع الزملاء وتحرص على إرضائهم ؟ | | | |
| 67 | هل يسعدك المشاركة في الحفلات والمناسبات الاجتماعية ؟ | | | |
| 68 | هل تحرص على حقوق الآخرين بقدر حرصك على حقوقك ؟ | | | |
| 69 | هل تحاول الوفاء بوعدهك مع الآخرين لأن وعد الحر دين عليه ؟ | | | |
| 70 | هل تجد متعة كبيرة في تبادل الزيارات مع الأصدقاء والجيران ؟ | | | |
| 71 | هل تفكر كثيراً قبل أن تقدم على عمل قد يضر بمصالح الآخرين (أو ترفضه) ؟ | | | |
| 72 | هل تفقد الثقة والاحترام المتبادل مع الآخرين ؟ | | | |
| 73 | هل يصعب عليك الدخول في منافسات مع الآخرين حتى لو كانوا في مثل سنك ؟ | | | |
| 74 | هل تخجل من مواجهة الكثير من الناس (أو ترتبك أثناء الحديث أمامهم) ؟ | | | |
| 75 | هل تتخلى عن إساءة النصيح لزميلك خوفاً من أن يزعجك منك ؟ | | | |
| 76 | هل تشعر بعدم قدرتك على مساعدة الآخرين ولو في بعض الأمور؟ | | | |

المحلّق رقم (5)

مقياس تقدير الذات في صورته الأولى

الأسم : العمر :

المستوى الدراسي : العنوان :

تاريخ تطبيق المقياس :

تعليمات

يعرض عليك فيما يلي مجموعة من العبارات التي توضح الكيفية التي ترى بها نفسك ، ويوجد إمام كل عبارة خمس اختيارات هي : لا تنطبق إطلاقاً ، لا تنطبق كثيراً ، تنطبق إلى حد ما ، تنطبق إلى درجة كبيرة ، تنطبق تماماً .

المطلوب منك :

محاولة تحديد الاختيار بدقة - بوضع علامة ($\sqrt{\quad}$) أمام الاختيار المحدد ، وليس هناك إجابة خاطئة وأخرى صحيحة . والإجابة سوف تكون سرية وتعينك على فهم بعض جوانب شخصيتك .

ونشكرك على حسن تعاونك

| | | | | | | |
|-------|-------|-------|----|----|--|---|
| تنطبق | تنطبق | تنطبق | لا | لا | | م |
|-------|-------|-------|----|----|--|---|

| العبارة | تنطبق إطلاقاً | تنطبق كثيراً | إلى حد ما | إلى درجة كبيرة | تماماً |
|---------|---------------|--------------|-----------|----------------|--------|
| 1 | | | | | |
| 2 | | | | | |
| 3 | | | | | |
| 4 | | | | | |
| 5 | | | | | |
| 6 | | | | | |
| 7 | | | | | |
| 8 | | | | | |
| 9 | | | | | |
| 10 | | | | | |
| 11 | | | | | |
| 12 | | | | | |
| 13 | | | | | |
| 14 | | | | | |
| 15 | | | | | |
| 16 | | | | | |
| م | لا | لا | تنطبق | تنطبق | تنطبق |

| العبارة | تنطبق إطلاقاً | تنطبق كثيراً | إلى حد ما | إلى درجة كبيرة | تماماً |
|---------|---------------|--------------|-----------|----------------|---|
| 17 | | | | | أحاول باستمرار أن أسيطر علي المواقف المختلفة . |
| 18 | | | | | أتصف بأنني سعيد . |
| 19 | | | | | ينظر الآخريين إلي باحترام . |
| 20 | | | | | أتمتع بوجودي في مقدمة مجموعة كبيرة من المشاهدين . |
| 21 | | | | | حينما أقابل شخصاً غريباً فغالباً ما أعتقد أنه أفضل مني . |
| 22 | | | | | أتمتع باللقاءات الاجتماعية لأنها تجمعني بالآخرين . |
| 23 | | | | | من الصعب علي أن أبدأ محادثة الغرباء . |
| 24 | | | | | من الطبيعي أن يلتفت الآخريين لي عند اتخاذ القرارات . |
| 25 | | | | | أصر علي مواجهة الآخرين بجراه . |
| 26 | | | | | أشعر بالأمان و الاطمئنان في المواقف الاجتماعية . |
| 27 | | | | | أحب أن أمارس تأثيري علي الآخرين . |
| 28 | | | | | يبدو أنني غير قادر أن أدع الآخرين يهتمون بي أو يعاملونني بلطف . |
| 29 | | | | | أفضل ألا أكون مسؤولاً عن الآخرين إلي درجة كبيرة . |
| 30 | | | | | أشعر بالراحة حينما يقترب مني شخص ذو نفوذ أو سلطة . |
| 31 | | | | | أصف نفسي بأنني متردد وغير قادر علي اتخاذ القرارات . |
| 32 | | | | | ليس لدي أي شكوك حول مقدرتي أو كفاءتي الاجتماعية . |

المحلق رقم (6)

مقياس تقدير الذات في صورته النهائية

الأسم : العمر :

المستوى الدراسي : العنوان :

تاريخ تطبيق المقياس :

تعليمات

يعرض عليك فيما يلي مجموعة من العبارات التي توضح الكيفية التي ترى بها نفسك ، ويوجد إمام كل عبارة خمس اختيارات هي : لا تنطبق إطلاقاً ، لا تنطبق كثيراً ، تنطبق إلى حد ما ، تنطبق إلى درجة كبيرة ، تنطبق تماماً .

المطلوب منك :

محاولة تحديد الاختيار بدقة - بوضع علامة (√) أمام الاختيار المحدد ، وليس هناك إجابة خاطئة وأخرى صحيحة . والإجابة سوف تكون سرية وتعينك على فهم بعض جوانب شخصيتك .

ونشكرك على حسن تعاونك

| م | العبر | لا تنطبق إطلاقاً | لا تنطبق كثيراً | تنطبق إلى حد ما | تنطبق إلى درجة كبيرة | تنطبق تماماً |
|----|--|------------------|-----------------|-----------------|----------------------|--------------|
| 1 | من غير المحتمل أن أتحدث مع غيري من الناس حتى يبدأ هو في التحدث معي . | | | | | |
| 2 | أُتصف بأنني غير بارع في المواقف الاجتماعية | | | | | |
| 3 | من الصعب علي أن ادفع عن وجهة نظري حينما أواجه بآراء الآخرين . | | | | | |
| 4 | أنا ذو شخصية قوية . | | | | | |
| 5 | عندما أعمل مع مجموعة فإنني أرغب في أن أتحمّل مسؤولية بعض الأشياء . | | | | | |
| 6 | أنا واثق من نفسي . | | | | | |
| 7 | عادة ما أتوقع نجاحي في الأعمال التي أقوم بها . | | | | | |
| 8 | أشعر بأنني واثق من مظهري . | | | | | |
| 9 | أنا أحب الاختلاط بالآخرين . | | | | | |
| 10 | أشعر بالراحة كلما تقربت من شخص له سلطة أو نفوذ علي . | | | | | |
| 11 | أتمتع بوجودي مع الآخرين وأعمل باستمرار علي تجنب المواجهات الاجتماعية معهم . | | | | | |
| 12 | حينما أكون في وسط مجموعة و أريد أن أقول شيئاً ما يصبح تفكيري مشوشاً . | | | | | |
| 13 | حينما أكون في مجموعة فأنتي عادةً أعمل ما يريد الآخرين ولا أقدم أنا أي اقتراحات . | | | | | |
| 14 | حينما أختلف مع الآخرين فإن رأبي عادة هو الذي يأخذ به . | | | | | |
| 15 | أشعر بأنني واثق بسلوكي الاجتماعي . | | | | | |
| 16 | أشعر بالثقة في قدرتي علي أن اقترب من أي شخص أقابله وأن أتعامل معه . | | | | | |

| م | العبارة | لا تنطبق إطلاقاً | لا تنطبق كثيراً | تنطبق إلى حد ما | تنطبق إلى درجة كبيرة | تنطبق تماماً |
|----|---|------------------|-----------------|-----------------|----------------------|--------------|
| 17 | أحاول باستمرار أن أسيطر علي المواقف المختلفة . | | | | | |
| 18 | أتصف بأنني سعيد . | | | | | |
| 19 | أتمتع بوجودي في مقدمة مجموعة كبيرة من المشاهدين . | | | | | |
| 20 | حينما أقابل شخصاً غريباً فغالباً ما أعتقد أنه أفضل مني . | | | | | |
| 21 | أتمتع باللقاءات الاجتماعية لأنها تجمعني بالآخرين . | | | | | |
| 22 | من الصعب علي أن أبدأ محادثة الغرباء | | | | | |
| 23 | من الطبيعي أن يلتفت الآخرين لي عند اتخاذ القرارات | | | | | |
| 24 | أصر علي مواجهة الآخرين بجراه . | | | | | |
| 25 | أشعر بالأمان و الاطمئنان في المواقف الاجتماعية . | | | | | |
| 26 | أحب أن أمارس تأثيري علي الآخرين . | | | | | |
| 27 | يبدو أنني غير قادر أن أدع الآخرين يهتمون بي أو يعاملونني بلطف . | | | | | |
| 28 | أفضل ألا أكون مسؤولاً عن الآخرين إلي درجة كبيرة . | | | | | |
| 29 | أشعر بالراحة حينما يقترب مني شخص ذو نفوذ أو سلطة . | | | | | |
| 30 | أصف نفسي بأنني متردد وغير قادر علي اتخاذ القرارات . | | | | | |
| 31 | ليس لدي أي شكوك حول مقدرتي أو كفاءتي الاجتماعية . | | | | | |

المحلقة رقم (7)

صدق الاتساق الداخلي لمقياس قوة الأنا

جدول (1:4) معاملات ارتباط الرتب (سبيرمان) بين فقرات المقياس والدرجة الكلية للمقياس قبل وبعد الحذف

| الفقرة | معامل الارتباط قبل الحذف | معامل الارتباط بعد الحذف | الفقرة | معامل الارتباط قبل الحذف | معامل الارتباط بعد الحذف | الفقرة | معامل الارتباط قبل الحذف | معامل الارتباط بعد الحذف |
|--------|--------------------------|--------------------------|--------|--------------------------|--------------------------|--------|--------------------------|--------------------------|
| 1 | . 32* | . 33** | 23 | . 20 | 23 | 45 | . 48** | . 48** |
| 2 | . 39** | . 35** | 24 | . 12 | 24 | 46 | . 32* | . 24 |
| 3 | . 56** | . 60** | 25 | . 06 | 25 | 47 | . 12 | |
| 4 | . 26* | . 29* | 26 | . 49** | 26 | 48 | . 036 | . 48** |
| 5 | . 64** | . 70** | 27 | . 26* | 27 | 49 | . 08 | . 29* |
| 6 | . 33** | . 30* | 28 | . 11 | 28 | 50 | . 18 | . 19 |
| 7 | -. 08 | | 29 | . 17 | 29 | 51 | . 16 | . 25 |
| 8 | . 42** | . 43** | 30 | . 54** | 30 | 52 | . 34** | . 37** |
| 9 | -. 22 | | 31 | . 29* | 31 | 53 | . 51** | . 55** |
| 10 | . 10 | | 32 | . 47** | 32 | 54 | . 43** | . 48** |
| 11 | . 32* | . 30* | 33 | . 28* | 33 | 55 | . 44** | . 44** |
| 12 | . 18 | . 30* | 34 | -. 08 | 34 | 56 | . 17 | . 17 |
| 13 | . 23 | . 30* | 35 | -. 09 | 35 | 57 | . 05 | |
| 14 | . 49** | . 60** | 36 | . 17 | 36 | 58 | . 23 | . 32* |
| 15 | . 43** | . 41** | 37 | . 25* | 37 | 59 | . 31* | . 27* |
| 16 | . 25 | . 37** | 38 | . 33** | 38 | 60 | . 26* | . 36** |
| 17 | . 15 | . 21 | 39 | . 47** | 39 | 61 | . 34** | . 40** |
| 18 | . 04 | | 40 | . 05 | 40 | 62 | . 45** | . 51** |
| 19 | . 01 | | 41 | . 51** | 41 | 63 | . 24 | . 51* |
| 20 | . 29* | . 24 | 42 | . 33** | 42 | 64 | . 076 | |
| 21 | -. 01 | | 43 | . 44** | 43 | | | |
| 22 | . 41** | . 39** | 44 | . 19 | 44 | | | |

* دالة عند 0.05

** دالة عند 0.01

المحلقة رقم (8)

صدق الاتساق الداخلي لمقياس التوافق النفسي

جدول (2:4) معاملات الارتباط بين فقرات البعد الأول (التوافق الشخصي) والدرجة الكلية للبعد قبل وبعد الحذف

| الفقرة | معامل الارتباط قبل الحذف | معامل الارتباط بعد الحذف | الفقرة | معامل الارتباط قبل الحذف | معامل الارتباط بعد الحذف |
|--------|--------------------------|--------------------------|--------|--------------------------|--------------------------|
| 1 | .40** | .44** | 11 | .42** | .40** |
| 2 | .27* | .50** | 12 | .50** | .30* |
| 3 | .30* | .40** | 13 | .42** | .32* |
| 4 | .22 | .50** | 14 | .50** | .26* |
| 5 | .48** | .16 | 15 | .16 | .50** |
| 6 | .52** | .30* | 16 | .30* | .51** |
| 7 | .50** | .33** | 17 | .33** | .54** |
| 8 | .21 | .40** | 18 | .40** | .17 |
| 9 | .36** | .30* | 19 | .30* | .40** |
| 10 | .46** | .50** | 20 | .41** | .50** |

* دالة عند 0.05

** دالة عند 0.01

جدول (3:4) معاملات الارتباط بين فقرات البعد الثاني (التوافق الصحي) والدرجة الكلية للبعد قبل وبعد

الحذف

| الفقرة | معامل الارتباط قبل الحذف | معامل الارتباط بعد الحذف | الفقرة | معامل الارتباط قبل الحذف | معامل الارتباط بعد الحذف |
|--------|--------------------------|--------------------------|--------|--------------------------|--------------------------|
| 21 | .24 | .51** | 31 | .51** | .29* |
| 22 | .40** | .45** | 32 | .45** | .39** |
| 23 | .57** | .38** | 33 | .38** | .58** |
| 24 | .26* | .50** | 34 | .50** | .28* |
| 25 | .46** | .36** | 35 | .36** | .46** |
| 26 | .27* | .24 | 36 | .23 | .31* |
| 27 | .46** | .41** | 37 | .39** | .47** |
| 28 | .51** | .23 | 38 | .23 | .50** |
| 29 | .50** | .58** | 39 | .55** | .50** |
| 30 | .44** | .19 | 40 | .19 | .44** |

* دالة عند 0.05

** دالة عند 0.01

جدول (4:4) معاملات الارتباط بين فقرات البعد الثالث (التوافق الأسري) والدرجة الكلية للبعد قبل وبعد الحذف

| الفقرة | معامل الارتباط قبل الحذف | معامل الارتباط بعد الحذف | الفقرة | معامل الارتباط قبل الحذف | معامل الارتباط بعد الحذف |
|--------|--------------------------|--------------------------|--------|--------------------------|--------------------------|
| 41 | .68** | .45** | 51 | .46** | .43** |
| 42 | .37** | .69** | 52 | .47** | .48** |
| 43 | .57** | .33** | 53 | .52** | .53** |
| 44 | .58** | .56** | 54 | .33** | .33* |
| 45 | .55** | .58** | 55 | .38** | .41** |
| 46 | .47** | .49** | 56 | .15 | |
| 47 | .57** | .58** | 57 | .32* | .36** |
| 48 | .38** | .39** | 58 | .30* | .31* |
| 49 | .17 | .17 | 59 | .50** | .50** |
| 50 | .51** | .50** | 60 | .39** | .39** |

* دالة عند 0.05

** دالة عند 0.01

جدول (5:4) معاملات الارتباط بين فقرات البعد الرابع (التوافق الاجتماعي) والدرجة الكلية للبعد قبل وبعد الحذف

| الفقرة | معامل الارتباط قبل الحذف | معامل الارتباط بعد الحذف | الفقرة | معامل الارتباط قبل الحذف | معامل الارتباط بعد الحذف |
|--------|--------------------------|--------------------------|--------|--------------------------|--------------------------|
| 61 | .18 | | 71 | .52** | .52** |
| 62 | .50** | .50** | 72 | .45** | .48** |
| 63 | .53** | .53** | 73 | .26* | .28* |
| 64 | .52** | .51** | 74 | .48** | .47** |
| 65 | .33** | .32* | 75 | .31* | .29* |
| 66 | .57** | .57** | 76 | .18 | .19 |
| 67 | .19 | .17 | 77 | .20 | .24 |
| 68 | .51** | .51** | 78 | .48** | .50** |

| | | | | | |
|-------|-------|----|-------|-------|----|
| .31* | .30* | 79 | .35** | .34** | 69 |
| .33** | .35** | 80 | .54** | .52** | 70 |

* دالة عند 0.05

** دالة عند 0.01

المحلقة رقم (9)

صدق الاتساق الداخلي لمقياس تقدير الذات

جدول (8:4) يوضح معاملات ارتباط الرتب (سبيرمان) بين فقرات المقياس والدرجة الكلية للمقياس قبل وبعد

الحذف

| الفقرة | معامل الارتباط قبل الحذف | معامل الارتباط بعد الحذف | الفقرة | معامل الارتباط قبل الحذف | معامل الارتباط بعد الحذف |
|--------|--------------------------|--------------------------|--------|--------------------------|--------------------------|
| 1 | .45** | .47** | 17 | .46** | .46** |
| 2 | .43** | .46** | 18 | .30* | .29* |
| 3 | .63** | .64** | 19 | -.14 | |
| 4 | .33** | .32* | 20 | .39** | .39** |
| 5 | .48** | .48** | 21 | .42** | .43** |
| 6 | .53** | .51** | 22 | .16 | .17 |
| 7 | .36** | .36** | 23 | .61** | .61** |
| 8 | .54** | .54** | 24 | .37** | .37** |
| 9 | .35** | .36** | 25 | .42** | .42** |
| 10 | .68** | .69** | 26 | .33** | .32* |
| 11 | .55** | .55** | 27 | .25 | .25 |
| 12 | .46** | .48** | 28 | .40** | .41** |
| 13 | .43** | .43** | 29 | .47** | .48** |
| 14 | .38** | .38** | 30 | .58** | .59** |
| 15 | .62** | .62** | 31 | .46** | .47** |
| 16 | .46** | .47** | 32 | .50** | .50** |

* دالة عند 0.05

** دالة عند 0.01

BENGAZI UNIVERSIT

Postgraduate studies

THE FACULTY OF ARTS

EDUCATION & Psychology DEPT

COUNSELING & Psychotherapy GROUP

**ego strength relationship in psychological adjustment
and self esteem and some demographic variables
among the wounded revolution the 17th of February**

**A thesis submitted in partial fulfillment of the requirements for the degree of
Master of Arts in Education & Psychology**

Prepared by student :

Alnajh Naseer Ahmed Aboean

SUPERVISED BY:

.dr. Abdalla Amhamed Areef

Faculty of Arts – Benghazi University

Date of the Discussion

7.6.2015

Abstract

The major objectives of the present study were to determine the levels of Ego - strength , psychological adjustment , and self - esteem , as well as the relationship of ego - strength to psychological adjustment and self - esteem for the injured of the 17th of February revolution in Libya according to some demographic variables (lei age group and level of education)

The study utilized the descriptive method , and the main sample consisted of " 100 " injured warriors sampled from the relevant population in the city of Benghazi and its surrounding . All of these individuals were registered in the veterans Bureau , and their selection was by means of simple random sampling .

The research tools implemented included ego - strength , prepared by kafafi (1982) , psychological adjustment scal (shogare , 2003) and Helmreich et al . , self - esteem scale that war translated in to Arahie by Mohammed (1991) . A pilot study war carried out to investigate the psychometric properties of these instruments (n = 60) . I tem - validity , split half method and Alpha were all computed and showed that reliability coefficients were high enough and consistent for all measures .

The statistical programme used for data analysis wan the SPSS (1993) . the main statistical indices performed were : single - sample t - test , non - correlated (2- group) t - test , pear sons r , one - way anova , and LSD for post - hoc comparisons .

The results of the main study showed that the differences between the sample means and the hypothetical means , for all measures ol : ego - strength , psycho . adjustment , and self - esteem were all statistically significant and favoring the sample means (Alpha = 0.01) .

There were significant correlations between ego - strength and psycho . adjustment ($r = 0.29$, $\text{Alpha} = 0.01$) . the correlation between ego - strength and self - esteem was statistically significant ($r = 0.28$, $\text{Alpha} = 0.01$) . and likewise the correlation between psycho . adjustment and self - esteem ($r = 0.27$, $\text{Alpha} = 0.01$) .

As for the differences related to age groups in ego - strength there was a significant difference ($\text{Alpha} = 0.01$) favouring the older age group (31 - 45) against the younger age group (18 - 30) . However , there was no significant differences between the age - groups relating either to psycho . adjustment , or to self - esteem .

As for the differences related to "educational level" (elementary , seconalry and university levels) a one - way anova pinpointed to significant differences . hence , LSD was excuted and it showed that :

There was no significant differences relating to ego - strength between the elementary level subsample and the counterpart secondary subsample .

Thin same result was alre found for psycho . adjustment and self - esteem , for there two levels of education .

However, the differences in ego - strength between the elementary level subsample and the university level subsample were statistically significant ($\text{Alpha} = 0.05$) . Also, there was a significant diffence in ego - strength between secondary level subsample and university level subsample ($\text{Alpha} = 0.05$) . Both differences were favoring university level .

As for the comparisons relating to the other two variables - psycho . adjustment and self - esteem - these were statistically significant differences ($\text{Alpha} = 0.05$) favoring the university level subsample against both of the elementary and the secondary levels subsample.

The result were interpreted and discussed within the context of the theoretical framework , previous relevant studies and the research main aims . several recommendations and suggestions for future research were presented .