جمهورية العراق

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة القادسية

كلية العلوم التربوية والنفسية

بحث حول

احترام الذات لدى طلبة كلية التربية

(بحث مقدم الى مجلس كلية التربية /قسم العلوم التربوية والنفسية جامعة القادسية وهو جزء من متطلبات نيل درجة البكالوريوس في العلوم التربوية والنفسية)

مقدم من قبل الطالبة

غفران نعمة عذاب

بأشراف الدكتور

بأشراف الاستاذ محمد جاسم جفات

1439هـ

2018م

الفصل الاول

مشكلة البحث

اهمية البحث

اهداف البحث

حدود البحث

تحديد المصطلحات

اهمية البحث :

ان من نعم الله على الانسان ان يهبه المقدرة على معرفه نفسه وذاته والقدرة على وضعها في الموضوع اللائق بها اذ ان جهل الانسان نفسه وعدم معرفته بقدراته تجعله يقيم ذاته تقيماً خاطئاً فاما ان يعطيها اكثر من ما تستحق فيثقل كاهلها ، وانما ان يقلل من ذاته فيسقط من نفسه .

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

ورغم ذلك فانه لا يفكر عادتاً ان له ذوات متعددة فهو عندما يتكلم عن ذاته فانه عادة ما يتكلم عن شخصية كما يدركها هو .

(عادل عز الدين الاشول ، 1988،ص113)

وعلى هذا الاساس يتمثل احترام الذات اهمية كبيرة لدى كافة المربين و اولياء الامور على ان اعتبار ان العمل على جهل الطلاب يرون انفسهم بصورة ايجابيه يسهم في استنهاض قدراتهم واستعدادهم في كافة الميادين . (weiten lioyd,1997 P79) ولقد اضحى امراً جلياً ان احترام الذات المرتفع يقود الى المزيد من الكفاءة والفعالية فالتعامل مع الكثير من ضغوط الحياة كما ان احترام الذات يعطي فرصة كبيرة للارتقاء بالذات .

وان ادراك الفرد لذاته من اساسيات نجاح علاقات الفرد الاجتماعية سواء كانت مع الفرد نفسه او اصدقائه او اسرته او جيرانه وبالتالي الانسجام والتكيف والتأقلم مع طبيعه المجتمع الذي يعيش فيه .

وان الذات الانسانية تتشكل منذ الطفولة وعبر مراحل النمو المختلفة وفي ضوء محددات معينة فيكتسب الفرد من خلالها وبصورة تدريجية فكورته عن نفسه واثناء مرور الافراد بمراحل النمو المختلفة فان احترامهم لذواتهم يتغير تبعاً للكيفية التي يستجيب لها الاشخاص المهمين لهم في في حياتهم لحاجتهم وتبعاً لدرجات النجاح التي يحققونها في اجتياز كل مراحل النمو (ريزونز ،1993،ص54)

واحترام الذات حاجة اساسية لدى الفرد سواء ذكر او انثا فهي بمثابة القوة الدافعة له نحو تأكيد ذاته وتحقيق امكانياته .

ويعتبر مفتاح الشخصية السوية ويعتبر طريق الوصول الى النجاح في الكثر من المجالات مثل المجالات الاجتماعية والتوافق الشخصي والمهني والمجال الابداعي (الجرادي ،77 2006)

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

ويعد الذات من المفاهيم الاساسية في دراسة الشخصية والتوافق ويتصل احترام الذات اتصالاً وثيقاً بمفهوم الذات فهو جانب منه لان احكام القيمة متظمنة فيما يتعلمه الفرد منذ طفولته من الاخرين كما ان الطفل عند ولادته لا يكون واعياً بشكل كافي كمخلوق متميز ومنفصل عن مكونات البيئة من حوله ويكون ما يدركه عندئذ هو الشعور بالراحة فيخرج للعالم وهو في حالة عجز واتكال ويظل على هذا الحال لفترة اذ ما قورنت بفترة حياته كلها تكون اطول من مثيلاتها لدى اي كائن اخر ومن المنطقي ان نفترض ان الطفل يجهل فل بداية وجوده او انعدام قدرته او طريقة الى النضج يزداد وعية بالاعتماد وعجزه بالنسبة للاخرين وان ادارك الذات يصل الى درجة من الوضوح حينما يصل الطفل الى سن الثالثة في الاغلب او يتاخر ادراكه لذاته قبل هذا السنه لاسباب عديدة منها ضعف ادراك الطفل وافتقارة الى الخبرات التي تمكنه من تميز الذات عن بيئته فضلاً عن عجزه اللغوي (احمد ابراهيم ،1987،ص120)

مشكلة البحث

ان الاهتمام بالجوانب النفسية بالعملية التعليمية اثبت تأثيره الايجابي واصبح يشكل جزءاً مهما عند وضع المناهج التعليمية وحيث ان احترام الذات يلعب دوراً رئيسياً ومؤثر في رفع مستوى

اداء الفرد وانتاجيته في مختلف المجالات والانشطة حيث يسهم احترام الذات في تحديد السلوك لدى الافراد كما ان يحدد درجة دافعيتهم وكمية الجهد المبذول ودرجة المثابرة التي يبدونها عند تكليفهم لانجاز مهمة معينة (Bailey . 1999,P343) ومن خلال تواجد الباحثة وملاحضتها للطلبة في كلية التربية وكيفية التعامل معهم واضهار احترامهم لذاتهم من خلال الثقة بالنفس وهنا يتطلب من الطالب ان يكون مستقراً نفسياً وواثق من نفسه من خلال فهمة الايجابي لذاته وتقديرة لنشاط قوته واستثماره وتحسينها للوصول الى افضل مستوى وبهذا تعتقد الباحثة ان هناك نقصاً واضحاً لفهم الطالب لذاته وتقديرة لها مما يؤثر ذلك سلباً على ذاته ومدى رضاه نفسه وعن غيره لذا توجب الامر بالاهتمام بموضوع احترام الذات والسعي لتطوير مفهوم الذات الايجابي في جميع جوانب مفهوم الذات ولما كانت فئة الشباب بوصفها قادة المستقبل لذا فأن احترام الذات عند الطلبة هو مثابة اتجاه من الانسان نحو ذاته لان نموها نتاج تفاعل الفرد مع البيئة المحيطة به بوجه عام ومع مع يتفاعل معه بشكل خاص وعندما يشعر الطالب بقيمته واهميته الدور الذي يقوم به سواء في البيت او المجتمع وان يلقى احترام او استحسان الغير بما يقوم به من عمل فهل يشبع الفرد في حاجته لاحترام الذات كذلك للاسرة دور كبير في انماء احترم الذات عند الابناء فلاسره هي المنبع الاول والاساس في ايصال الطفل الى تقدير سلبي او ايجابي فكثير من الاسر تستخدم اسلوب تربوي غير داعم لتطوير ذات ايجابي لدى الافراد فاحترام الذات يرتبط بمراحل النمو لدى الفرد وكذلك بالمستقبل الذي يطمح اليه (شكشك،2007،ص11) وان من خلال فهم الفرد لذاته يتمكن من ان تكون له بصيرة افضل لافكاره وافعال ويكون اكثر ادراك لاسباب سلوكه واكثر قدره على حل مشكلاته كما ان مفهوم الذات يؤدي الى الشعور بتقديرها لا يتسم بالثبات وبناء على ذلك قد ينشاء نوعان لاحترام نتيجة لهذا التفاعل واحترام الذات المرتفع واحترام الذات المنخفض وتختلف تبعاً لتلك السلوكيات التي قد تنشاء عنه يتكون مفهوم الذات من فكرة الانسان عن نفسه بعلاقته مع البيئة كما يتولى بدورة تحديد السلوك الذي يمارسة الفرد ومستواه وينظر الفرد الى الذات الظاهرية على انها حقيقية بالنسبة له فهي التي تحدد طريقة استجابته للمواقف المختلفة التي يتعامل معها بحيث نجد غالباً ما لا يستجيب للبيئة الموضوعية وانما لكيفية ادراكها بها (رضوان محمد القذافي ، 1993،ص200)

أهداف البحث

يهدف البحث الحالي إلى :

1- التعرف مستوى احترام الذات لدى طلبة كلية التربية .

حدود البحث

يتحدد البحث بطلبة الصف الثالث كلية التربية جامعة القادسية الدراسة الصباحية للعام الدراسي 2017 – 2018 . وبالتخصص الانساني

تحديد المصطلحات

اولاً : مصطلحات الذات

1. الذات : وعرفها عبد السلام ان تكوين معرفي منظم ومتعلم للمدركات الشعورية والتصورات والتقويمات الخاصة بالذات يبلوره الفرد ويعتبره تعريفاً نفسياً لذاته (حامد عبد السلام زهران، 1989 ، ص83)

2. الذات وعرفها الفقي ، بانها تقدير الفرد لقيمته واهميته مما يشكل دافعاً لتوليد مشاعر الفخر والانجاز واحترام النفس وتجنب الخبرات التي تسبب شعوراً بالنقص (ابراهيم الفقي ، 2000،ص 33)

3. الذات يعرفها قطاني : مجموعة من الشعور والعمليات التأملية التي يستدل عنها بواسطه سلوك ملحوظ او ظاهرة او الوسيلة المثالية لفهم السلوك يمكن التعرف من خلال الاطار الداخلي لفرد نفسه . (يوسف قطامي عبد الرحمن عدس ، 2002، 377)

4. الذات وعرفتها امل انها مفهوم مركب ينطوي على مكونات عديدة نفسية ومعرفية ووجداني واجتماعية واخلاقية تعمل متناغمة متكاملة فيما بينها (امل الاحمد ،2004،ص33)

5. الذات وعرفها نبيل عبارة عن معلومات عن صفات الذات بينما تقدير الذات تقسم لهذا الصفات وان مفهوم الذات يضمن فهم موضوعي او معرفي للذات (نبيل محمد الفحل ، 2004 ،ص51)

ثانياً : مصطلحات احترام الذات

1. احترام الذات وعرفها محمد السيد هو التقييم الذي يقوم به الفرد ويحتفظ به عادة بالنسبة لذاته وهو يعبر عن اتجاه الاستحسان او الرفض ويوضح ان احترام الذات العالي يدل على كفاءة الفرد وقيمته واحترامه اما احترام الذات المنخفض فيدل على رفضه الذات وعدم الاقتناع (محمد السيد عبد الرحمن ،1998،ص398)

2. احترام الذات وعرفها محمد عاطف بانها تقييم الشخص لنفسه في حدود طريقة ادراكه لاراء الاخرين فيه (محمد عاطف غيث ،2006 ،ص375)

3. احترام الذات ويعرفها كوبر سمث : بانه احترام يضعه الفرد لنفسه بنفسه ويعمل على الحفاظ عليه ويتضمن هذا التقيم اتجاهات الفرد الايجابية والسلبية نحو ذاته وهو مجموعة الاتجاهات والمعتقدات التي يستدعيها الفرد عندما يواجه العالم المحيط به وذلك وذلك فيما يتعلق بتوقعات الفشل والنجاح والقبول وقوة الشخصية

4. (عايدة ديب عبدالله محمد ،2010،ص76)

الفصل الثاني

الاطار النظري

الدراسات السابقة

أولاً :- الإطار النظري

1-- نظرية زيلر:

إن نظرية "زيلر " Zille في تقدير الذات نالت شهرة أقل من نظريتي روزنبرج وكوبر سميث ، وحظيت بدرجة أقل منها ، من حيث الذيوع والانتشار ، لكنها في الوقت نفسه تعد أكثر تحديداً

وأشد خصوصية ، أي أن زيلر يعتبر تقدير الذات ما هو إلا البناء الاجتماعي للذات . وينظر 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 تقدير الذات بأنه تقدير يقوم به الفرد لذاته . ويلعب دور المتغير الوسيط أو أنه يشغل المنطقة المتوسطة بين الذات والعالم الواقعي ، وعلى ذلك ، فعندما تحدث تغييرات في بيئة الشخص الاجتماعية ، فإن تقدير الذات هو العامل الذي يحدد نوعية المتغيرات التي ستحدث في تقييم الفرد لذاته تبعا لذلك.

الدراسات السابقة

1.دراسة (Josephetal ,1992)

هدفت الدراسة الى تعرف الفروق بين الذكور والاناث في متغير احترام الذات لعينة مكونة من (43) رجلاً و(47) مراءة واستخدم الباحثون مقياس احترام الذات لروزم برج ومقياس القدرات الاجتماعية والرياضية والابداعية والاكاديمية واشارت نتائج الدراسة الى وجود فروق ذات دلالة على مقياس القدرات لصالح عينة الرجال الذي ادى الى ارتفاع احترام الذات لديهم بمعنى ان ادراك الرجال لقدراتهم الاجتماعية والابداعية والرياضية والاكاديمية ادى الى ارتفاع احترامهم لذواتهم (Josephetal ,1992,p391-402)

الفصل الثالث

اجراءات البحث

مجتمع البحث

عينة البحث

اداة البحث

الوسائل الاحصائية

اجراءات البحث :

يضم هذا الفصل اجراءات البحث الحالي من حيث تحديد مجتمعه ، واختيار عينته وتحديد اداتيه واجراءات القياس ، والوسائل الاحصائية المستخدمة فيه سواء في اجراءته او في تحليل بياناته

اولاً مجتمع البحث :

يتكون مجتمع البحث الحالي من طلبة كلية التربية جامعة القادسية للعام الدراسي (2017-2018) للدراسة الصباحية ولكافة المراحل ولكلا الجنسين . قد بلغ حجم

المجتمع (4378) طالباً وطالبة موزعين على (تسع اقسام) (5) علمية و (4) انسانية

ثانياً : عينة البحث

من الخطوات المهمة في البحوث التربوية النفسية هي اختيار افراد العينة التي ينبغي ان تكون ممثلة للمجتمع الاصلي على النحو الصحيح (عودة ، ملكاوي ،1992،ص225) وقد اختيرت عينة البحث الحالي بلطريقة العشوائية البسيطة حيث بلغ حجم العينة (100) طالب وطالبة موزعين على الاقسام الانسانية وللمرحلة الثالثة ولكلا الجنسين ، من طلاب قسم علم النفس و قسم التاريخ في كلية التربية ، بواقع (50) طالب وطالبة لكل قسم ، موزعين على وفق النوع بواقع (25) طالب وطالبة لكل من الذكور والاناث في كل قسم .

وكما مبينه في الجدول رقم (1)

القسم	المرحلة	ذكور	اناث	المجموع
العلوم التربوية النفسية	الثالثة	25	25	50
التاريخ	الثالثة	25	25	50

ثالثاً : اداة البحث :

بما ان البحث الحالي يرمي الى معرفة احترام الذات لدى طلبة كلية التربية فقد تبنت الباحثة مقياس احترام الذات (للحجري ،2011)

وصف المقياس :

يتالف مقياس احترام الذات لدى طلبة كلية التربية من (20) فقرة اما بدائله هي (تنطبق علي تماماً ، تنطبق علي احياناً ، لا تنطبق علي ، لا تنطبق علي تماماً) ملحق رقم (1)

رابعاً : الصدق :

يعرف ثورندايك وهاجين (thorndike and Hagen) (1977) الصدق بانه تقدير لمعرفة ما اذا كان الاختبار يقيس ما نريد ان نقيسة به ام لا (thorndike and Hagen) (1977) P:56-57)

فيما يرى الكناني وجابر (1995) ان الاختبار الصادق هو الذي يحقق الهدف الذي وضع من اجله (الكناني وجابر ،1995 ،ص172) وقد اعتمدت الباحثة الصدق الظاهري

خامساً : الصدق الظاهري لمقياس احترام الذات :

يقصد بالصدق الظاهري مدى صدق المقياس المعتمد كاداة بحث بالتمثل مدى وضوح الفقرات وملائمتها لكل مجال تنتمي اليه كذلك وضوح التعليمات وموضوعيتها للمستجيبين عن طريق توزيعه على مجموعة من الخبراء والمختصين والاخذ بآرائهم (الغريب ، 1985، ص679)

لذا تم التحقق من الصدق الظاهري لمقياس احترام الذات لدى طلبة كلية التربية وذلك عن طريق عرضة على مجموعة من المحكمين والخبراء في اختصاص التربية وعلم النفس والبالغ عددهم (10) ملحق رقم (2) ، لتقدير مدى ملائمة فقرات المقياس لقياس احترام الذات لدى عينة البحث الحالي وقد حصل المقياس 100% من الخبراء مما يؤكد صدق المقياس وملائمته لقياس الظاهرة قيد البحث

سادساً الثبات :

هو اعطاء المقياس للنتائج نفسها تقريب في كل مرة يطبق فيه المقياس على المجموعة نفسها من الافراد (ابو لبده :1982، ص261)

وعرفة اخر اتساق فقرات المقياس وعدم تناقضه مع نفسه فيما يزودنا به من نتائج عن سلوك الفرد او المعنى الاكثر شيوعاً يؤثر التجانس بين فقراته وان الهدف في حساب الثبات هو تقدير اخطاء القياس واقتراح طرق التقليل منها (كاظم ،2011،ص58)

سابعاً : الوسائل الاحصائية

لغرض استخراج نتائج البحث استخدمت الباحثه الوسائل الاحصائية التالية :

1- الاختيار التائي (T.test العينة واحدة) لختيار الفروق بين المتوسط الحسابي لدرجات العينة على مقياس البحث والمتوسط الفرقي لها

2- الاختيار التائي (T.test) لعينتين مستقلتين

الفصل الرابع

عرض نتائج البحث ومناقشتها

الاستنتاجات

التوصيات

المقترحات

المصادر

الملاحق

ملحق رقم (1)

ملحق رقم(2)

ملحق رقم 3

يتضمن هذا الفصل عرض النتائج التي اسفر عنها البحث ، ومن ثم مناقشتها في ضوء الدراسات السابقة والاطار النظري على النحو التالي :

اولاً : عرض النتائج

الهدف الاول :

الكشف عن مستوى احترام الذات لدى طلبة كلية التربية لاجل تحقيق هذا الهدف طبقت الباحثة مقياس احترام الذات على افراد عينة البحث البالغة (100) طالب وطالبة وتمت معالجة البيانات الواردة في البحث احصائياً باستخدام برنامج الحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) اذ تم ادخال البيانات الى الحاسبة ومن ثم حساب متوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات افراد العينة على المقياس المستعمل كاداة للبحث ، وتبين ان المتوسط المتحقق يبلغ (63.3900) درجة بانحراف معياري قدرة (1.8159) درجة ، وعند مقارنة المتوسط المتحقق مع المتوسط النظري للمقياس البالغ (60) درجة باستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة اظهرت النتائج ان هناك فروقاً دالة احصائياً ولصالح المتوسط المتحقق اذا كانت

القيمة التائية المحسوبة تساوي (7.035) وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (1.69) عند مستوى دلالة (0.05) درجة حرية (99) و الجدول (2) يوضح ذلك .

جدول (2)

نتائج الاختبار التائي T-TEST لعينة واحدة لقياس احترام الذات لدى طلبة كلية التربية

المتغير	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية tالجدولية عند مستوى دلالة (0.05)
احترام الذات	100	63.3900	7,8159	60	4.337	1.69

الهدف الثاني :

تعرف الفروق ذات الدلالة الاحصائية في مستوى احترام الذات لدى طلبة كلية التربية على وفق الجنس (ذكور – اناث)

لتحقيق هذا الهدف ولايجاد الفروق تمت معالجة البيانات احصائياً باستعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين فاظهرت نتائج المعالجة الاحصائية وجود فرق دال احصائياً بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الاناث في احترام الذات او لصالح الذكور اذا كانت القيمة التائية الحسوبة تساوي (1,69) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (98) والجدول (3) يوضح ذلك

جدول رقم (3)

نتائج الاختبار التائي T-TEST لعينتين مستقلتين لاختبار الفروق بين دالة الذكور ودالة الاناث في احترام الذات لدى طلبة كلية التربية

المتغير	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية tالجدولية عند مستوى دلالة (0.05)
الذكور	50	65.0200	7,124	2.122	1.69

الاناث	**50**	**61.7600**	**8.200**		

الاستنتاجات

اظهرت النتائج المعالجة الاحصائية وجود فرق دال احصائياً بين متوسط درجات الذكور وبين متوسط درجات الاناث في احترام الذات ولصالح الذكور اذ كانت القيمة التائية المحسوبة تساوي 2.122 وهي اقل من القيمة التائية الجدولية البالغة (1.69) عند متوسط دلالة (0.05) ودرجة حرية (98)

التوصيات

1. تشجيع المدارس في تنمية احترام الذات لدى الطلبة وخاصة في المراحل الاولى من التعليم . وذلك من خلال المقررات الدراسية المختلفة
2. اقرار دراسة تتناول احترام الذات لدى اطفال ما قبل الابتدائية .
3. كشف وابراز العوامل المؤثرة في احترام الذات والاستفادة منها نظرياً علمياً
4. تقديم التعزيز والتشجيع والدعم النفسي والاجتماعي بما يرفع احترام الذات لدى الطلبة .
5. القيام بدراسة للكشف عن العلاقة بين احترام الذات والتحصيل الدراسي .

المصادر و المراجع:

المراجع العربية

1- ابراهيم الفقي :33 200 (قدرة التحكم في الذات) المركز الكندي للبرمجة اللغوية ،والعصبية) القاهرة

2- إبراهيم على إبراهيم، مايسه أحمد النيال (1994): صورة الجسم وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية "دراسة سيكومترية مقارنة لدى عينة من طالبات جامعة قطر"، دراسة نفسية، مج4، ع1، ص ص 1-40.

3- جابر عبد الحميد ، علاء الدين كفافي (1989) : معجم علم النفس والطب النفسي "الجزء الثاني " ، القاهرة : دار النهضة العربية .

4- حسين عبد العزيز الدريني، محمد أحمد سلامة (1983) : قياس تقدير الذات.

5- حسين على فايد (1999): صورة الجسم والقلق الاجتماعي وفقدان الشهية لدى الإناث المراهقات، المجلة المصرية للدراسات النفسية، (23)، المجلد التاسع، ص ص180 – 223.

6- رمضان محمد القذافي : 1993(الشخصية ، نظريات ، اساليب قياسها) دار الكتب الوطنية ، بنغازي ،ليبيا ، ب ط

7- زينب محمود شقير (1995): مفهوم الذات ومظاهر الصحة النفسية لدى المكتئبين من طلاب جامعة طنطا، مجلة علم النفس ، الهيئة المصرية العامة للكتاب، العدد 33، ص ص34 – 51.

8- سلوى عبد الباقي (1992): الاكتئاب بين تلاميذ المدارس، دراسات نفسية، جمعية الأخصائيين النفسيين المصرية، جـ 3، يوليو، ص ص 437 – 479.

9- صافيناز شلبي (1999): دارسة لبعض مظاهر الصحة النفسية لدى عينة من ذوى اضطرابات الأكل من طلاب الجامعة، مؤتمر الإرشاد النفسي السادس، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، ص ص 761- 820.

10- عادل عز الدين الاشول (113 1988) علم النفس من الجنين الى الشيخوخة) مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة ، ب ط ،1999

11- عادل كمال خضر (2000): إسقاط صورة الجسم في اختبارات الرسم الإسقاطي، مجلة علم النفس، الهيئة المصرية العامة للكتاب، العدد 56، ص ص 28 – 57.

12- عبد الستار إبراهيم (1998): الاكتئاب، اضطراب العصر الحديث، فهمه، وأساليب علاجه، عالم المعرفة، العدد 239، المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب، الكويت.

13- علاء الدين كفافي، مايسة أحمد النيال (1996): صورة الجسم وبعض متغيرات الشخصية لدى عينة من المراهقات، مجلة علم النفس، الهيئة المصرية العامة للكتاب، العدد 39، ص ص6 – 43.

14- غريب عبد الفتاح غريب (2000) : مقياس بيك الثاني للاكتئاب، مكتبة الأنجلو المصرية.

15- فرج عبد القادر طه ، شاكر عطيه قنديل ، حسين عبد القادر محمد ، مصطفي كامل عبد الفتاح (2005) : موسوعة علم النفس والتحليل النفسي، دار الوفاق للطباعةوالنشر بأسيوط .

16- كمال دسوقي (1988) : ذخيرة علوم النفس، المجلد الأول، القاهرة، الدار الدولية للنشر والتوزيع، ص191.

17- مجدي محمد الدسوقي (2006): اضطراب صورة الجسم، الأسباب، التشخيص، الوقاية والعلاج، الأنجلو المصرية.

18- محمد الشبراوي أنور (2001): علاقة صورة الجسم ببعض متغيرات الشخصية لدى المراهقين، مجلة كلية التربية، جامعة الزقازيق، العدد 38، ص ص 127- 153.

المراجع الأجنبية:

19- **Ackard ,D . , Croll , J . , Kearney – Cooke , A. (2002)**: Dieting Frequency Among College Females: Association with Disordered Eating, Body Image, and Related Psychological Problems, Journal of Psychosom Res, 52, (3): 129 – 36.

20- **Agliata, D., Tantleff – Dunn, S. (2004)**: The Impact of Media Exposure on Males Body Image, Journal of Social and Clinical Psychology, V. 23, Issue 1, P. 7- 22.

21- **Albertson, N. (2003)**: Internalization of Western Culture's thin-Ideal: Review on Internalization and Individuals with Eating disorders Diss, from:
http://eric.ed.gov

22- Allgood - Merten B., Lewinsohm PM, Hopsh. (1990): Sex differences and Adolescent Depression, Journal of Abmorm Psychol, 99 (1): 55 – 63.

23- Arnold, M. (2006): Validating a Model of Risk Factors Associated with Eating Disorder Risk in Adolescents, Diss, Ohiolink ETD.

24- Asci, F., Gokment, H., Tiryaki, G. and Asci, A. (1997): Self-Concept and Body Image of Turkish High School Male Athletes and Nonathletes, Adolescence, V. 32, N. 128, P. 959 – 68.

25- Ata, R., Ludden, A., Lally, M. (2007): The Effects of Gender and Family, Friends and Media Influences on Eating Behaviors and Body Image During Adolescence, Journal of Youth and Adolescence, V. 36, N. 8, P. 1024 – 1037.

26- Baird, J., Mcintyre, R. and Theim, K., (2007): Effects of Dieting History Saliency on Self-Esteem and Perceived Body Image in College women Appetite, V. 49, Issue 1, P. 276.

27- Baron, P., Joly, E. (1988): Sex Difference in the Expression of Depression in Adolescents, Sex Roles, V. 18, N.

ملحق رقم (1)

جامعة القادسية

كلية التربية

قسم العلوم التربوية والنفسية

الاستاذ الفاضل..... المحترم

الاستاذة الفاضلة..... المحترمة

تحية طيبة

يطيب لي ان تكون احد محكمي هذا الاختبار لثقتي بخبرتكم واحترامي لآرائكم علماً ان الباحثة تروم اجراء بحثها الموسوم بـ (احترام الذات لدى طلبة كلية التربية) لتحقيق ما يسعى لتحقيقه هذا الدراسة لذا تبنت الباحثة مقياس (الحجري ،2011)

لذا ترجوا الباحثة التفضل بأبداء آرائكم السديدة حول مدى صلاحية الاداء لقياس ما وضعت لأجله

تأمل الباحثة مساعدتكم واسهامكم القيم في الحكم على صلاحية فقرات المقياس في كونها تقيس ما ترونه مناسباً للفقرات مع اضافة او تعديل اي منها ، على ان تكون البدائل هي (تنطبق علي تماماً ، تنطبق علي ، احياناً ، لا تنطبق علي ، لا تنطبق علي تماماً)

وتقبلوا فائق الشكر والتقدير

الباحثة

غفران نعمة عذاب

.1	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل
.2	اعتمد على نفسي في حل مشكلاتي الشخصية			
.3	يصعب علي التعبير عن افكاري			
.4	اتوقع اني شخصاً ذكي			
.5	اعجز عن تحقيق طموحاتي المستقبلية			
.6	اتوقع النجاح فيما اقوم به من اعمال			
.7	اشعر انني مهما بذلت من الجهد فأني لا احصل على الدرجات التي استحقها			
.8	اسعى الى اكتشاف الاشياء المجهولة			
.9	استخدامي لقدراتي العقلية ليس بالمستوى المطلوب			
10	اعتبر نفسي واسع الاطلاع بالمقارنة مع غير من الناس			
11	اتصرف بالموافق الحرجة بحكمة			
12	اعجز عن فهم الافكار التي تعبر عن العلاقات بين الاشياء المتعددة			
13	اشعر بنشاط في معظم الوقت			
14	اشعر ان حركاتي غير متزنة			
15	ارى ان صلابة جسمي توحي بشخصية قوية			
16	اشعر بالإرهاق عند بذل اي جهد عضلي			
17	اتمنى لو كنت شخصاً افضل مما انا علية			

18	اتقلب بسرعة بين حالة الارتياح والمرح الى حالة الضيق والكأبة			
19	اشعر ان سلوكي متزن من كل المواقف			
20	انا راضٍ عن قابليتي الجسمية			
21	اشعر بثبات قراراتي في الظروف الصعبة			

ملحق رقم (2)

اسماء الخبراء والمختصين الذين تم عرض المقياس عليهم من حيث ملائمة العينة

	الاسم	اللقب العلمي	اللقب العلمي	التخصص	**مكان العمل**
.1	هادي كطفان	استاذ مساعد	استاذ مساعد	طرائق تدريس فيزياء	**كلية التربية**
.2	هشام مهدي كريم	م.د	استاذ	علم نفس تربوي	**كلية التربية**

	الكعبي				
.3	احسان حميد عبد	أ.م.د	استاذ مساعد	طرائق تدرس علوم حياة	**كلية التربية**
.4	علي رحيم محمد	استاذ مساعد	استاذ مساعد	طرائق تدريس علوم حياة	**كلية التربية**
.5	يحيى خليفة حسن	ا.م	مدرس	طرائق تدريس لغة عربية	**كلية التربية**
.6	مازن ثامر شنيف	مدرس	استاذ مساعد	طرائق تدريس علوم حياة	**كلية التربية**
.7	حليم العنكوشي	م.د	استاذ مساعد	طرائق تدريس علوم حياة	**كلية التربية**
.8	ارتقاء يحيى حافظ	ا.م.د	مدرس	علم نفس تربوي	**كلية التربية**
.9	نبال عباس المهجة	ا.	استاذ مساعد	طرائق تدريس علوم حياة	**كلية التربية**
.10	اسماء عزيز عبد الكريم	ا.م	مدرس	لغة عربية	**كلية التربية**

ملحق رقم (3)

جا عة القادسية

كلية التربية

قسم العلوم التربوية والنفسية

عزيزي الطالب .....

عزيزتي الطالبة .....

تحية طيبة

بين يديك مجموعة من الفقرات التي تهدف الباحثة من خلال اجابتك عنها التعرف الى مدى احترامك لذاتك ، ونظراً لما نعهده فيك من دقة وموضوعية وصراحة في التعبير عن رأيك و افكارك ، تأمل الباحثة منك الاجابة عن هذه الفقرات و ذلك من خلال وضع علامة (√) اما واحدة من البدائل الخمسة ، علماً انه لا توجد اجابة صحيحة او خاطئة ولا حاجة الى ذكر الاسم

مثال يوضح كيفية الاجابة

	الفقرات	تنطبق علي تماماً	تنطبق علي	احياناً	لا تنطبق علي	لا تنطبق علي تماماً
	اعتمد على نفسي في حل مشكلاتي الشخصية	√				

الجنس ذكر انثى

الباحثة

غفران نعمة عذاب

	الفقرات	تنطبق علي تماماً	تنطبق علي	احياناً	لا تنطبق علي	لا تنطبق علي تماماً
	اعتمد على نفسي في حل مشكلاتي الشخصية					
	يصعب علي التعبير عن افكاري					
	اتوقع اني شخصاً ذكي					
	اعجز عن تحقيق طموحاتي المستقبلية					
	اتوقع النجاح فيما اقوم به من اعمال					
	اشعر انني مهما بذلت من الجهد فأني لا احصل على الدرجات التي استحقها					
	اسعى الى اكتشاف الاشياء المجهولة					
	استخدامي لقدراتي العقلية ليس بالمستوى المطلوب					
	اعتبر نفسي واسع الاطلاع بالمقارنة مع غير من الناس					
	اتصرف بالموافق الحرجة بحكمة					
	اعجز عن فهم الافكار التي تعبر عن العلاقات بين الاشياء المتعددة					
	اشعر بنشاط في معظم الوقت					
	اشعر ان حركاتي غير متزنة					
	ارى ان صلابة جسمي توحي بشخصية قوية					
	اشعر بالإرهاق عند بذل اي جهد عضلي					

	اتمنى لو كنت شخصاً افضل مما انا علية					
	اتقلب بسرعة بين حالة الارتياح والمرح الى حالة الضيق والكأبة					
	اشعر ان سلوكي متزن من كل المواقف					
	انا راضً عن قابليتي الجسمية					
	اشعر بثبات قراراتي في الظروف الصعبة					