



جامعة القدس المفتوحة

عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي

الأمن النفسي وعلاقته بتقدير الذات لدى عينة من المراهقين في محافظة القدس

**Psychological security and its relationship to self-esteem among a
sample of adolescents in Jerusalem governorate**

اعداد:

ليالي وليد اسماعيل شويكي

قدمت هذه الرسالة استكمالاً لمتطلبات درجة الماجستير في الإرشاد النفسي

والتربوي/ جامعة القدس المفتوحة (فلسطين)

نيسان 2025



جامعة القدس المفتوحة

عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي

الأمن النفسي وعلاقته بتقدير الذات لدى عينة من المراهقين في محافظة القدس

Psychological security and its relationship to self-esteem among a sample of adolescents in Jerusalem governorate.

إعداد: ليالي وليد اسماعيل شويكي

بإشراف أ. د: حمدي أبو جراد

قدمت هذه الرسالة استكمالاً لمتطلبات درجة الماجستير في الإرشاد النفسي

والتربوي/ جامعة القدس المفتوحة (فلسطين)

نيسان 2025

الأمن النفسي وعلاقته بتقدير الذات لدى عينة من المراهقين في محافظة القدس

Psychological security and its relationship to self-esteem among a sample of adolescents in Jerusalem governorate

إعداد:

ليالي وليد اسماعيل شويكي

بإشراف:

أ. د. حمدي يونس أبو جراد

نوقشت هذه الرسالة وأجيزت في 24 / 5 / 2025م

أعضاء لجنة المناقشة

أ. د. حمدي يونس أبو جراد

جامعة القدس المفتوحة

مشرفاً ورئيساً.....

أ. د. يحيى محمود النجار

جامعة الأقصى

عضواً.....

أ. د. معتصم محمد عزيز مصلح

جامعة القدس المفتوحة

عضواً.....

التفويض

أنا الموقع أدناه ليالي وليد اسماعيل شويكي أفوض / جامعة القدس المفتوحة بتزويد نسخ من رسالتي للمكتبات، أو المؤسسات أو الهيئات أو الأشخاص، عند طلبهم بحسب التعليمات النافذة في الجامعة.

وأقر بأنني قد التزمت بقوانين جامعة القدس المفتوحة وأنظمتها وتعليماتها وقراراتها السارية المعمول بها والمتعلقة بإعداد رسائل الماجستير عندما قمت شخصياً بإعداد رسالتي الموسومة بـ: "الأمن النفسي وعلاقته بتقدير الذات لدى عينة من المراهقين في محافظة القدس"، وذلك بما ينسجم مع الأمانة العلمية المتعارف عليها في كتابة الرسائل العلمية.

الاسم: ليالي وليد شويكي

الرقم الجامعي: 0330012220034

التوقيع: ليالي شويكي

التاريخ: 2025/5/24م

الإهداء

إلى

أصدق آيات العطاء، وأنبل الناس

أبي وأمي الغاليين

عسى أن يكون هذا العمل، صدقة جارية عني وعنهما.

إلى

من كان السندُ في رحلتي العلمية، ولم يدخر جهداً في دعمي

زوجي الغالي

إلى

إخوتي وأخواتي الأعزاء

إلى

إلى بركات حياتي، والابتسامات التي تغدقُ عليَّ الأمل:

أولادي: عمر وأمير وبناتي: أيام وآية وياسمين وإلى ابنتي الرابعة زوجة إبني آية

وإلى أحفادي الصغار.

إلى

كل من ساعدني في إتمام دراستي، وإلى جميع محبي العلم والمعرفة أهدي ثمرة جهدي هذا.

الباحثة

ليالي وليد اسماعيل شويكي

شكر وتقدير

أحمدُ الله حمداً طيباً، وأشكره سبحانه، وهو القائل: ﴿وَإِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِنْ شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ ۖ﴾ (إبراهيم، 7).

وأتقدمُ بجزيل الشكر والتقدير إلى مشرفي الفاضل:

أ. د حمدي أبو جراد

الذي أشرف على هذه الرسالة، وأفادني في نصحه وتوجيهاته؛ فله مني جزيل الشكر والاحترام.
والشكر موصول إلى أعضاء لجنة المناقشة، الذين أثروا الرسالة بملاحظاتهم القيّمة، والشكر أيضاً إلى جامعة القدس المفتوحة وعمادة الدراسات العليا والبحث العلمي، وإلى الأساتذة الأفاضل الذين أفدّوا من علمهم ومناهجهم، فلکم مني جميعاً، جزيل الشكر ودمتم ذخراً للوطن.
وأتقدم بالشكر إلى كلّ من ساعد على إتمام هذه الرسالة وقدم لي العون ومدد لي يد المساعدة وزودني بالمعلومات اللازمة.

الباحثة

ليالي وليد اسماعيل شويكي

قائمة المحتويات

ج	التفويض	
د	الإهداء	
هـ	شكر وتقدير	
و	قائمة المحتويات	
ط	قائمة الجداول	
ك	قائمة الملاحق	
ل	الملخص	
ن	Abstract	
1	الفصل الأول: خلفية الدراسة ومشكلتها	
2	1.1 المقدمة:	
5	2.1 مشكلة الدراسة وأسئلتها:	
6	أسئلة الدراسة:	
6	3.1 فرضيات الدراسة:	
7	4.1 أهداف الدراسة:	
8	5.1 أهمية الدراسة:	
8	6.1 حدود البحث:	
9	7.1 التعريفات الاصطلاحية والإجرائية لمتغيرات الدراسة:	
11	الفصل الثاني: الإطار النظري والدراسات السابقة	
11	2.1 الإطار النظري	
11	2.2 الأمن النفسي	
11	2.3 تقدير الذات	
11	2.4 الدراسات السابقة ذات الصلة	
11	2.5 الدراسات المتعلقة بالأمن النفسي	

11	2.6 الدراسات المتعلقة بتقدير الذات
12	1.2 الأمن النفسي
24	1.2.2 تقدير الذات:
24	2.2.2 مفهوم تقدير الذات:
26	3.2.2 خصائص تقدير الذات:
28	4.2.2 تقدير الذات وعلاقته ببعض المصطلحات:
30	5.2.2 مستويات تقدير الذات:
31	7.2.2 نظريات تقدير الذات:
34	الدراسات السابقة
48	التعليق على الدراسات التي تناولت الأمن النفسي:
49	التعليق على الدراسات التي تناولت تقدير الذات:
52	الفصل الثالث
52	الطريقة والإجراءات
52	1.3 منهجية الدراسة
52	3.3 مجتمع الدراسة
53	4.3 عينة الدراسة:
54	3.5 أدوات الدراسة وخصائصها
64	5.3 إجراءات الدراسة
65	6.3 المعالجة الإحصائية للبيانات:
67	الفصل الرابع
67	عرض نتائج الدراسة
67	1.4 النتائج المتعلقة بأسئلة الدراسة
67	1.1.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الأول
72	2.1.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني
80	4.2 نتائج فرضيات الدراسة:

85.....	الفصل الخامس
85.....	تفسير النتائج ومناقشتها
85.....	1.5 مناقشة نتائج أسئلة الدراسة
94.....	2.5 التوصيات والمقترحات:
96.....	المراجع العربية والأجنبية
102.....	قائمة الملاحق

قائمة الجداول

جدول (1.3) توزيع أفراد العينة حسب خصائصهم الديمغرافية.....	53
جدول (2.3): نتائج معامل الارتباط بيرسون للعلاقة بين الدرجة الكلية لمقياس الأمن النفسي وفقرات المقياس.....	56
جدول (3.3): نتائج معامل كرونباخ ألفا (Cronbach Alpha) لأبعاد مقياس الأمن النفسي والدرجة الكلية.....	57
جدول (1.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية الكلية لأبعاد الأمن النفسي لدى عينة من المراهقين في محافظة القدس.....	68
جدول (2.4) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والدرجات لفقرات الطمأنينة النفسية مرتبة تنازلياً.....	69
جدول (3.4) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والدرجات لفقرات الحب والقبول مرتبة تنازلياً.....	70
جدول (4.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والدرجات لفقرات التوافق الشخصي والاجتماعي مرتبة تنازلياً.....	71
جدول (5.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات تقدير الذات لدى عينة من المراهقين في محافظة القدس.....	72
جدول (6.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للفقرات المجال المتعلق بتقدير الذات مرتبة حسب الأهمية.....	73
جدول (8.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للفقرات المجال المتعلق بتقدير الذات الاجتماعي مرتبة حسب الأهمية.....	76
جدول (9.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للفقرات المجال المتعلق بتقدير الذات الأسري مرتبة حسب الأهمية.....	77
جدول (10.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للفقرات المجال المتعلق بتقدير الذات الرفاعي مرتبة حسب الأهمية.....	79
جدول (11.4): نتائج اختبار "ت" للفروق في مستوى الأمن النفسي لدى عينة من المراهقين في محافظة القدس تعزى لمتغير الجنس.....	80

جدول (12.4): نتائج اختبار "ت" للفروق في مستوى الأمن النفسي لدى عينة من المراهقين في محافظة القدس تعزى لمتغير المستوى التعليمي..... 81

جدول (13.4): نتائج اختبار "ت" للفروق في مستوى تقدير الذات لدى عينة من المراهقين في محافظة القدس تعزى لمتغير الجنس..... 82

جدول (14.4): نتائج اختبار "ت" للفروق في مستوى تقدير الذات لدى عينة من المراهقين في محافظة القدس تعزى لمتغير المستوى التعليمي..... 83

قائمة الملاحق

الرقم	عنوان الملحق	الصفحة
أ	قائمة المحكمين للمقياس	104
ب	أدوات الدراسة قبل التحكيم	105
ت	أدوات الدراسة بعد التحكيم (الصدق الظاهري)	110
ث	كتاب تسهيل مهمة	116

الأمن النفسي وعلاقته بتقدير الذات لدى عينة من المراهقين في محافظة القدس

إعداد:

ليالي وليد شويكي

بإشراف:

الأستاذ الدكتور حمدي أبو جراد

الملخص

هدفت الدراسة إلى تعرف الأمن النفسي وعلاقته بتقدير الذات لدى عينة من المراهقين في محافظة القدس. وبلغ عدد أفراد عينة الدراسة (205) طالباً وطالبة من الصفين التاسع والعاشر من مدارس تلك المحافظة، يشكلون ما نسبته (2.5%) من مجتمع الدراسة، وجرى استخدام المنهج الوصفي الارتباطي، كما استخدمت الباحثة مقياس الأمن النفسي الذي أعده مرعي (2023) ويتكون من (43) فقرة وموزعة على ثلاثة أبعاد، ومقياس تقدير الذات الذي أعده النعيمات (2015) الذي يتكون من 55 فقرة موزعة على خمسة أبعاد، وقد جرى التحقق من صدقهما وثباتهما.

توصلت الدراسة إلى أنّ الدرجة الكلية لمقياس الأمن النفسي قد بلغت (3.40) وبدرجة متوسطة، كذلك حصلت جميع أبعاد هذا المقياس على درجة متوسطة، وجاء البعد الثاني (الحب والقبول) أولاً وبمتوسط حسابي بلغ (3.45)، وحصل البعد الثالث وهو التوافق الشخصي والاجتماعي على ثاني متوسط حسابي وبلغ (3.44)، بينما جاء البعد الأول ثالثاً، وهو الطمأنينة النفسية بمتوسط حسابي بلغ (3.30)، كما أظهرت النتائج أن هناك تفاوتاً في مستوى تقدير الذات في المجالات المختلفة، إذ حصل تقدير الذات الأكاديمي على درجة متوسطة بمتوسط حسابي (3.51)، وحصل تقدير الذات الشخصي على درجة متوسطة بمتوسط حسابي (3.00)،

وحصل تقدير الذات الاجتماعي على درجة متوسطة بمتوسط حسابي (3.46)، بينما حصل تقدير الذات الأسري على درجة كبيرة بمتوسط حسابي (3.95)، وحصل تقدير الذات الرفاعي على درجة كبيرة بمتوسط حسابي (3.87). كما أشارت النتائج إلى وجود علاقة بين أبعاد مقياس الأمن النفسي وأبعاد مقياس تقدير الذات والدرجة الكلية للمقياس كانت موجبة ودالة إحصائياً، وأشارت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق تعزى لمتغير الجنس، على مقياس الأمن النفسي وتقدير الذات، فيما تبين وجود فروق تبعا للمستوى التعليمي للطلبة على مقياس الأمن النفسي ومقياس تقدير الذات لصالح طلبة الصف التاسع،

وأوصت الدراسة بضرورة وضع برامج إرشادية نفسية العلاجية داخل المدرسة لفئة المراهقين لتعزيز الأمن النفسي ورفع مستوى تقدير الذات لديهم، وتوظيف التكنولوجيا بعمل برامج إرشادية وقائية وربط الطلبة مع المجتمع الخارجي وذلك بتوفير مرشدين متخصصين في مجال الإرشاد النفسي.

الكلمات المفتاحية: الأمن النفسي، تقدير الذات، المراهقون، محافظة القدس

Psychological security and its relationship to self-esteem among a sample of adolescents in
Jerusalem governorate.

Prepared by:

Layali Walid Shweiki

Supervised by:

Prof. Hamdy Abu Jarad

Abstract

The study aimed to identify psychological security and its relationship to self-esteem among a sample of adolescents in the Jerusalem Governorate. The sample consisted of 205 male and female students from the ninth and tenth grades in schools in Jerusalem, representing 2.5% of the study population. A descriptive correlational method was used, and scales for psychological security and self-esteem were developed and validated for their reliability and validity.

The study found that the overall score for the psychological security scale was 3.40, indicating a moderate level. All dimensions of this scale also received moderate scores, with the second dimension (love and acceptance) ranking first with a mean score of 3.45. The third dimension, which is personal and social adjustment, received the second highest mean score of 3.44, while the first dimension, psychological reassurance, ranked third with a mean score of 3.30.

The results showed variability in self-esteem levels across different domains. Academic self-esteem received a moderate score with a mean of 3.51, while personal self-esteem had a moderate score with a mean of 3.00. Social self-esteem also received a moderate score with a mean of 3.46, while family self-esteem scored high with a mean of 3.95, and peer self-esteem had a high score of 3.87.

The results indicated a statistically significant positive relationship between the dimensions of the psychological security scale and the dimensions of the self-esteem scale as well as the overall score of the scale. The study results showed no differences attributed to gender regarding the psychological security and self-esteem scales, while differences were found based on the educational level of students on both scales in favor of ninth-grade students.

The study recommended the implementation of psychological counseling programs in schools for adolescents to enhance their psychological security and improve their self-esteem. It also

suggested utilizing technology to create preventive counseling programs and connecting students with the outside community by providing specialized counselors in the field of psychological guidance.

Keywords: Psychological security, self-esteem, adolescents, Jerusalem Governorate.

الفصل الأول

خلفية الدراسة ومشكلتها

1.1 مقدمة

2.1 مشكلة الدراسة وأسئلتها

3.1 فرضيات الدراسة

4.1 أهداف الدراسة

5.1 أهمية الدراسة

6.1 حدود الدراسة ومحدداتها

7.1 التعريفات الاصطلاحية والإجرائية

الفصل الأول

خلفية الدراسة ومشكلتها

1.1 المقدمة

تَمَثِّل المُرَاقَبة مرحلة تكوينية حاسمة؛ لأنها تشهد تحديات فريدة ناجمة عن النضج في الجوانب العضوية، والنفسية، والذهنية، والاجتماعية الواضحة، فضلاً عن التغيرات التي تَطْرَأ على تطوير الشخصية، وتكوين الهوية، والرغبة في الاستقلالية، والميل إلى الاعتماد على النفس، وتحقيق الذات؛ تَمْهِيداً لاكْتِمَال النضج، والانتقال إلى مرحلة الرشد.

ويواجه المراهقون كثيراً من الأحداث الضاغطة، والخبرات المتنوعة، والتجارب النفسية والانفعالية، والاجتماعية، والدراسية خلال مرحلة النمو، التي تتسم بالتعقيد الشديد ويرافقها تحديات جمة؛ ما قد تسبب لهم حالة من القلق، والتوتر، وضغوط الأقران، والشعور بالذنب، والإهمال، والكسل، والخوف من الفشل، وانخفاض في مستوى الأمن.

يعتبر الأمن شعوراً قديماً قدم الإنسان، فقد أوجده الله فيه، لحماية نفسه. ومفهوم الأمن مفهوم ذاتي يعتمد على حماية الإنسان لنفسه من المخاطر البيئية والبشرية، ويتطور المجتمعات البشرية ازدادت الحاجة إلى الأمن، وظهرت ضرورات حتمية لمواجهة المخاطر الجديدة والمتنوعة، وأصبح الأمن يشكل ركن من أركان الوجود الإنساني والاجتماعي، وهذا الأمر دفع الإنسان إلى العيش في جماعات وتنظيمات اجتماعية (الزكي، 2003).

وقد بين القرآن الكريم أهمية الأمر في قوله تعالى "فَلْيَعْبُدُوا رَبَّ هَذَا الْبَيْتِ الَّذِي أَطْعَمَهُمْ مِنْ جُوعٍ وَأَمَّنَّهُمْ مِنْ خَوْفٍ" (قريش، 4).

وتبين أنّ توافق الفرد في مراحل نموه المختلفة، يتوقفُ على مدى شعوره بالأمن والطمأنينة في طفولته، فإذا تربى الفرد في جو آمن ودافئ، فإنه سينمو بشكل سوي، ويصبح قادراً على تحقيق ما يريد. فالأمن النفسي من الحاجات المهمة لبناء الشخصية فجذوره تمتد إلى الطفولة وتستمر عبر المراحل العمرية المختلفة.

فالشخص الأمن نفسياً يشعر بأنّ حاجاته مشبعة، وأنّ المقومات الأساسية لحياته غير معرضه للخطر، ويكون في حالة توازن أو توافق أمني، ويصبح قادراً على تطوير حياته والارتقاء بها (أحمد، 2017).

يعدُّ ماسلو (Maslow, 1970) من أكثر الباحثين اهتماماً بالأمن النفسي وإشباع الحاجات، إذ وضع ماسلو الحاجة إلى الأمن ضمن المرتبة الثانية في هرمه الشهير للحاجات، وهي تلي الحاجات الفسيولوجية الأساسية، ويتضح من محاولته تلك أنّ وجهة نظره في تفسير الأمن النفسي تمتد لتشمل جميع مناحي حياة الفرد، سواء أكان في علاقته بالذات أم بالبيئة المحيطة به.

ويؤكد زهران (2003) نظرة ماسلو، إذ يرى أنّ الحاجة إلى الأمن تتضمن حاجة الفرد إلى الشعور وذلك أنّ بيئته بيئة صديقة مشبعة للحاجات، وبأنّ الآخرين يُحبونه ويحترمونه ويتقبلونه داخل الجماعة، وكذلك حل المشكلات النفسية والاجتماعية وعلاج أي مرض.

كما يُشير الأمن النفسي إلى مشاعر الأمان والانتماء، فضلاً عن الشعور بالسيطرة على البيئة الاجتماعية والثقة في التحرر من الخوف، وباعتباره أحد أهم الاحتياجات النفسية، فهو أساس الرفاهية الفردية والصحة العقلية (Mann & Gillom, 2004; Zotova & Karapetyan, 2018).

ويرى الزكي أنّ الفرد يشعر بالأمن النفسي عندما يكون قادراً على إبقاء علاقات مشبعة ومتزنة مع الناس ذوي الأهمية الانفعالية في حياته (أفراد أسرته وأصدقائه وزملاء الدراسة والعمل والمعلمين).

والأمن النفسي له تأثير مباشر في الصحة النفسية العامة؛ فالأفراد الذين يتمتعون بأمن نفسي عالٍ، يكونون أقل عرضة للإصابة بالاكتئاب والقلق، واضطرابات النفس الأخرى، بالإضافة إلى ذلك يعزز الأمن النفسي قدرة الفرد على التكيف مع التغيرات والضغوط الحياتية (حسن، 2021).

ويتميز الأفراد الذين يتمتعون بمستوى مرتفع من الأمن النفسي بكفاءة اجتماعية وسلوكية أفضل من الأفراد غير الأمنين وأنهم أكثر تجاوباً وأقل انتقاداً من نظرائهم بالمقارنة مع الأفراد غير الأمنين (Granto & Maysseless, 2001)

ويشعر الأفراد الذين يعانون من ضعف الأمن النفسي بالرفض والعزلة، كما ينظرون إلى العالم الخارجي والأشخاص الآخرين على أنهم يشكلون تهديداً وغير جديرين بالثقة، ولا يمكن السيطرة عليهم (Cong & An, 2004). وقد تدفعهم هذه التصورات والمشاعر السلبية إلى تكوين نظرة قاتمة للمستقبل والحياة، وقد تؤدي إلى نتائج غير تكيفية وانخفاض في مستوى تقدير الذات.

ويشير تقدير الذات، إلى موقف فردي إيجابي أو سلبي تجاه الفرد نفسه (Wang et al., 2010). ويذكر Schutte (et al, 2010) أن تقدير الذات هو نتاج عملية عاطفية لفهم وتنظيم المكون العاطفي، ما قد يسهم بشكل إيجابي في تقييم الذات. ويمكن تقدير الذات المرتفع الأفراد من تقييم أنفسهم بشكل إيجابي، والتسامح مع عيوبهم وعيوب الآخرين، والسعي إلى التغيير الشخصي، والاستجابة بمرونة للأحداث، والشعور بمزيد من السيطرة على حياتهم، وتعزيز معناها (Chen, 2022).

ويعتبر تقدير الذات مفهوم متعدد العوامل وديناميكي، ويعتمد إلى حد كبير على الخبرات التي عاشها الفرد (Kunnen et al., 2019). وقد تمت دراسة تطوره على نطاق واسع، إذ جرى تحديده على أنه زيادة أثناء الطفولة، ثم استقراره بين سن 11 و15 عاماً، ثم استمراره في النمو حتى سن الشيخوخة؛ إذ ينخفض (Orth et al.,)

(2018). تشير الأدلة العلمية إلى أنّ تقدير الذات عامل ذو أهمية كبيرة في التكيف النفسي والاجتماعي، كونه مؤشراً لاضطرابات وأمراض عقلية مختلفة (Van Truijl et al., 2020; Zhou et al., 2020)، ويثبت أنه مرتبط بجوانب مختلفة مثل التكيف الاجتماعي (Xin, et al., 2019). والعوامل الأكاديمية (Yang, et al., 2019).

2.1 مشكلة الدراسة واسئلتها

يعيش المواطن المقدسي بيئة مختلطة، مع المستوطنين الصهاينة بسبب الاستيطان والاستيلاء على البيوت العربية، ولذلك يسكن العربي واليهودي بمساكن مجاورة، أدى ذلك إلى الحد من حرية الحركة والتنقل واللعب بالأحياء العربية مع الأقران، ويتعرض الأطفال والمراهقون للخطر جراء استفزازات المستوطنين، ومنهم عدد كبير تعرض للاعتقال والتتكيل به، والحبس المنزلي، ويضطر المواطن المقدسي يومياً لعبور الحواجز التي فرضها الاحتلال، ومنها تنقل الأطفال والمراهقين إلى مدارسهم مما يعرضهم للخطر ويهدد الأمن النفسي لهم ولعائلاتهم.

ومن خلال عمل الباحثة في مجال الإرشاد الوالدي بمنطقة شرقي القدس وتقديمها للخدمة الإرشادية للمراهقين، ومن خلال الحديث إليهم اتضح للباحثة أنّ مدى أهمية الأمن النفسي لمثل هذه الفئة إذ تعد مرحلة المراهقة من أهم مراحل حياة الإنسان، فهي بداية لميلاد جديد للفرد، ينتقل خلالها من مرحلة الطفولة إلى الرشد، وتصبح هذه مرحلة تغيرات فسيولوجية ونفسية وعقلية وانفعالية (السبتي، 2004).

فضلاً عن أن الأمن النفسي يؤثر على الصحة البدنية والعقلية، فالأفراد الذين يتمتعون بأمن نفسي مرتفع يتمتعون بمستوى عالٍ من الثقة والحرية، في حين أنّ الأفراد الذين يتمتعون بأمن نفسي أقل هم أكثر عرضة للقلق أو الخوف، وحتى الاكتئاب (Sharma & Agarwala, 2015). ارتبط الأمن النفسي بالعديد من المتغيرات

فقد ارتبط بجودة الحياة النفسية (السيد، 2024)، وبالإيمان للوطن (حجازي، 2024)، وبالضغوط النفسية (سرور، 2024)، وبقدير الذات (رمضان، 2023؛ محمد، 2021؛ أحمد، 2018).

وبناء عليه تتلخص مشكلة الدراسة في الإجابة عن الأسئلة الآتية:

3.1 أسئلة الدراسة

تحاول الدراسة الإجابة عن الأسئلة الآتية:

السؤال الأول: ما مستوى الأمن النفسي لدى عينة من المراهقين في محافظة القدس؟

السؤال الثاني: ما مستوى تقدير الذات لدى عينة من المراهقين في محافظة القدس؟

السؤال الثالث: هل توجد علاقة دالة إحصائية بين الأمن النفسي وتقدير الذات لدى عينة من المراهقين في منطقة القدس؟

السؤال الرابع: هل توجد فروق دالة إحصائية في الأمن النفسي لدى عينة من المراهقين في منطقة القدس تعزى لمتغيري (الجنس، والمستوى التعليمي)؟

السؤال الخامس: هل توجد فروق دالة إحصائية في تقدير الذات لدى عينة من المراهقين في منطقة القدس تعزى لمتغيري (الجنس، والمستوى التعليمي)؟

4.1 فرضيات الدراسة:

الفرضية الأولى: لا توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha < 0.05$) في مستوى الأمن النفسي لدى عينة من المراهقين في محافظة القدس تعزى لمتغير الجنس.

الفرضية الثانية: لا توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha < 0.05$) في مستوى الأمن النفسي لدى عينة من المراهقين في محافظة القدس تعزى لمتغير المستوى التعليمي.

الفرضية الثالثة: لا توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha < 0.05$) في مستوى تقدير الذات لدى عينة من المراهقين في محافظة القدس تعزى لمتغير الجنس.

الفرضية الرابعة: لا توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha < 0.05$) في مستوى تقدير الذات لدى عينة من المراهقين في محافظة القدس تعزى لمتغير المستوى التعليمي.

5.1 أهداف الدراسة:

تسعى الدراسة الحالية إلى تحقيق الأهداف الآتية:

- 1- تعرّف مستوى الأمن النفسي لدى عينة من المراهقين في محافظة القدس.
- 2- تعرّف مستوى تقدير الذات لدى عينة من المراهقين في محافظة القدس.
- 3- تعرّف العلاقة بين الأمن النفسي وتقدير الذات لدى عينة من المراهقين في محافظة القدس.
- 4- تعرّف دلالة الفروق في الأوساط الحسابية للأمن النفسي لدى عينة من المراهقين في محافظة القدس التي تعزى لمتغيري (الجنس-المستوى التعليمي).
- 5- تعرّف دلالة الفروق في الأوساط الحسابية لتقدير الذات لدى عينة من المراهقين في محافظة القدس التي تعزى لمتغيري (الجنس-المستوى التعليمي).

6.1 أهمية الدراسة:

تتبع أهمية هذه الدراسة من الناحيتين النظرية والتطبيقية على النحو الآتي:

1.5.1 الأهمية النظرية

تكمن أهمية الدراسة من الناحية النظرية في أنها تسلط الضوء على شريحة مهمة داخل المجتمع المقدسي وهي فئة المراهقين؛ إذ أنّ تلك الفئة هم الأمل بالمستقبل، ويتوقع منهم بناء المجتمع والتغيير للأفضل في ظل التطور العلمي والتكنولوجي الحديث، ولذلك فإنّ استقرارهم النفسي وشعورهم بالأمان له أهمية كبيرة بتطورهم ونمائهم. ومن ثمّ، تقديرهم لذواتهم. فهذه الدراسة تعمل على تحديد بعض العوامل النفسية المرتبطة بالأمن النفسي ما سيسهم بفهم أعمق لأثر هذه العوامل والحد منها، كما سيدفع الباحثين لربط الأمن النفسي بمتغيرات أخرى، ومن ثمّ تسهم هذه الدراسة في إثراء الأدبيات الأكاديمية المتعلقة بعلم الإرشاد النفسي والتربوي من خلال فهم متغيرات الدراسة واكتشاف العلاقة بين الأمن النفسي وتقدير الذات، حيث تعتبر الدراسة بالإضافة إلى أنّها أول دراسة محلية- حسب اطلاع الباحثة- تتناول متغيري الأمن النفسي وتقدير الذات في دراسة واحدة.

الأهمية التطبيقية

تكمن أهمية الدراسة الحالية في أنها قد تساهم في تطوير سياسات وبرامج دعم نفسي من خلال تقديم نتائج الدراسة لصناع القرار والممارسين في مجال الصحة النفسية لتطوير سياسات وبرامج دعم تستند إلى أدلة علمية، موجهة لتحسين الأمن النفسي ورفع مستوى تقدير الذات لدى فئة المراهقين.

7.1 حدود الدراسة ومحدداتها

تتمثل حدود الدراسة الحالية بالآتي:

الحدود الموضوعية: الأمن النفسي وعلاقته بتقدير الذات.

الحدود البشرية: طبقت الدراسة على عينة من المراهقين في محافظة القدس من الصف التاسع والعاشر.

الحدود المكانية: مدرسة الأقصى بالعيزرية (ذكور، إناث) ومدرسة النظامية ببيت حنينا (إناث) ومدرسة الحياة بكفر عقب (إناث)، ومدرسة سلوان (ذكور، إناث).

الحدود الزمانية: الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي 2024-2025.

الحدود المفاهيمية: اقتصرَت الدّراسة على الحدود المفاهيمية والمصطلحات الواردة في الدّراسة.

الحدود الإجرائية: تم استخدام المقاييس التالية: مقياس الأمن النفسي، ومقياس تقدير الذات.

لذا تقتصر نتائج الدراسة الحالية على ما تتمتع به تلك المقاييس من صدق وثبات، وعلى مدى تمثيل عينة الدراسة لمجتمعها.

8.1 التعريفات الاصطلاحية والإجرائية لمتغيرات الدراسة:

8.1.1 الأمن النفسي:

يعرف الأمن بأنه: " هو ما يدركه الفرد من أنّ الوسط لا ينطوي على مصدر تهديد أو خطر مادي، أمّا الوسط المادي فيقصد به ألا يكون في وسط الفرد ما يلحق به أذى، من اقترابه منه أو تعامله معه وأن الإحساس بالطمأنينة يؤدي إلى أن يكون الفرد جريئاً أو نشطاً" (عثمان، 1998، 250).

وتعرفه الباحثة أنّه شعور المراهق بالطمأنينة والسلام، من خلال شعوره بالتقبل لذاته والحب من الآخرين، والقناعة بإشباع الحاجات العضوية والنفسية المختلفة، مع قلة شعوره بالقلق والخوف من الخطر والاضطراب،

وتحقيق التوافق مع الذات والبيئة المحيطة والمجتمع. ويقاس في الدراسة الحالية بالدرجة التي يحصل عليها المراهق على المقياس المستخدم في الدراسة.

8.1.2 تقدير الذات:

اتجاهات الفرد نحو نفسه؛ إذ تكون هذه الاتجاهات إما سالبة أو موجبة، إذا كانت بالإيجاب، سيشعر الفرد بالرضا عن ذاته، أما إذا كانت بالسلب، فإنه يشعر برفض ذاته (يونسى، 2012).

وتعرف الباحثة تقدير الذات، أنه توقعات الفرد نحو نفسه فرداً أو إنساناً، ولذاته الشخصي والأكاديمي والاجتماعي والعائلي والرفاعي، وتقييمه لها إيجاباً، أو سلباً. ويقاس في الدراسة الحالية بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص على مقياس تقدير الذات المستخدم في الدراسة.

8.1.3 المراهقون:

تعرف الباحثة المراهقين إجرائياً، أنهم أفراد عينة الدراسة الذين يمتلكون خصائص مرحلة المراهقة ممن تتراوح أعمارهم من (14-15) سنة.

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات السابقة

2.1 الإطار النظري

2.2 الأمن النفسي

2.3 تقدير الذات

2.4 الدراسات السابقة ذات الصلة

2.5 الدراسات المتعلقة بالأمن النفسي

2.6 الدراسات المتعلقة بتقدير الذات

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات السابقة

1.2 الأمن النفسي

مقدمة

ظهرت الحاجة إلى أمن الإنسان منذ فجر الزمن، ولكن ربما أصبحت أقوى وأكثر إلحاحاً الآن من ذي قبل؛ لأنَّ السرعة المتزايدة للحياة الحديثة وتعقيداتها ومتاعبها المطردة زيادة، بالإضافة إلى الخوف من المستقبل غير المأمون، ذلك كله يحدث حالة اضطراب انفعالي روحي شديد.

وللأمن النفسي أهمية في تنمية سمة الإبداع للأفراد، فلا بد من توفير الجو الآمن للفرد، إذ يُقال، إنَّ الأفراد يحتاجون إلى شرطين، إذا أرادوا أن يقوموا بعمل مبدع هما: الأمن النفسي والحرية النفسية.

2.1.1 مفهوم الأمن النفسي

يعرف الأمن النفسي بأنه: " هو ما يدركه الفرد من أنَّ الوسط لا ينطوي على مصدر تهديد أو خطر مادي، أمَّا الوسط المادي فيقصد به ألا يكون في وسط الفرد ما يلحق به أذى، من اقترابه منه أو تعامله معه وأن الإحساس بالطمأنينة يؤدي إلى أن يكون الفرد متجراً أو نشطاً" (عثمان، 1998، 250).

ويعتبر ماسلو الأمن النفسي: بأنه أحد الحاجات الأساسية للإنسان، ويعرف الحاجة إلى الأمن بأنها: الحاجة إلى الطمأنينة والاستقرار والاعتمادية والحماية والتحرر من الخوف والقلق والاضطراب، والحاجة إلى التنظيم والترتيب والقانون والمعرفة، والشعور بالسلام والاستقلال ونقص الخطر والتهديد، وتجنب الألم والإعاقة والاستثارة، والحاجة إلى القوة والحاجة إلى الحماية من الضوائق المالية والتأمين ضد التعطل، والعجز،

والشيخوخة، والمرضى. ويعني الأمن النفسي كمفهوم عام حالة مجتمع تسوده الطمأنينة والتوافق والتوازن (محمد، 2010).

ويعني كذلك الثبات والاستقرار النفسي، ويتحقق هذا بأمر منها: اليقين بالحق وانتفاء الظن والشك من النفس، وأن تكون آمنة لا يستفزها خوف ولا حزن، وأن تنتهي بآمالها ورغباتها إلى ربها (السيد، 2022).

أمّا حافظ (2020، 9) فعرفت الأمن النفسي بأنه: "شعور مركب يحمل في طياته معاني الشعور بالسعادة والرضا عن الحياة، والسلامة والاطمئنان، والشعور بقدر كبير من الدفء والمودة، يجعل الفرد في حالة من الهدوء والاستقرار، ووجود قدر من الثبات الانفعالي والتقبل الذاتي واحترام الذات لدى الفرد، وتوقع الفرد حدوث الأحسن في الحياة مع إمكانية تحقيق رغباته في المستقبل، وعدم وجود اضطرابات نفسية أو صراعات أو أي خطر يهدد أمنه واستقراره".

وتعرفه الباحثة بأنه: شعور المراهق بالطمأنينة والسلام من خلال شعوره بالتقبل لذاته، والحب من الآخرين، والقناعة بإشباع الحاجات العضوية والنفسية المختلفة، مع قلة شعوره بالقلق والخوف من الخطر والاضطراب، وتحقيق التوافق مع الذات والبيئة المحيطة والمجتمع، ويقاس في الدراسة الحالية بالدرجة التي يحصل عليها المراهق على المقياس المستخدم في الدراسة.

2.1.2 مكونات الأمن النفسي:

حدد أحمد (2012) مكونات الأمن النفسي كالاتي:

1. الأمن الاجتماعي: يتضمن شعور الفرد باتساع حاجته الاجتماعية في محيطه الاجتماعي؛ إذ يشعر الفرد أنّ له ذاتاً، وأن لهذه الذات دوراً في محيطها، وتفتقد حين تغيب، وأنّ الفرد يدرك أنّ لها دوراً اجتماعياً مؤثراً يدفعه الشعور بالحاجة إلى الانتماء للتمسك بتقاليد الجماعة ومعاييرها.

2. الأمن الجسمي: إذ يشير إلى مدى إشباع الفرد لحاجاته البدنية والجسمية، فالمجتمع الذي يوفر لأفراده حاجاتهم الأساسية، يضمن مستوى من الأمن يتناسب مع مقدار ما وفره أفرادها، إلا في أوقات الأزمات، ويضطرب شعور الفرد بالانتماء لمجتمع يوفر الحد الأدنى من الحاجات الأساسية، إلا أنّ المجتمع عندما لا يستطيع توفير الحاجات الأساسية لأفراده قد لا يؤدي ذلك إلى الاضطراب في شعور الأمن عند أفرادها، عندما يتساوى الجميع في تحمل هذه الظروف الطارئة مما يجعل الأفراد يتجاوزون هذه المحنة، ولعل ما حدث في غزة في أثناء الحرب مثلاً حياً، إذ يستوي الجميع في تحمل هذه الظروف.

3. الأمن الفكري والعقائدي: وهو أن يأمن الفرد على فكره، وعقيدته من أن يُفَهَرَ على ما يخالف اعتقاده، أي أنّ حرية التدين تحكم كل مقومات المجتمع المسلم، وهي أن كل دين غير دين الإسلام مكفول لأتباعه حرية ممارسة عقائدهم، شريطة ألا يناصروا أحداً على المسلمين في عقيدتهم.

3.1.2 العوامل التي تؤثر في تكوين الأمن النفسي:

يرتبط الأمن النفسي بالحالة العضوية للفرد وعلاقاته الاجتماعية، ومدى إشباعه لدوافعه الأولية وحاجاته الثانوية، ومن ثم، فهو حاله من التوافق الذاتي، والتكيف الاجتماعي الثابت نسبياً، وقد يتأثر بحالة الفرد العضوية وبالعوامل الاجتماعية والاقتصادية، والثقافية المحيطة، وأيضاً التنشئة الاجتماعية وبشأن الأطفال في الأسرة، والأنشطة والتدريبات المدرسية، وحالة الفرد الصحية الجسمية والنفسية، والمهارات التي يمتلكها، والخبرات والمواقف التي يمر بها الفرد أو يتعرض لها، والخدمات التي تقدم للفرد (بو عبد الله، 2020).

ولا شك في أن تكوين الشعور الإيجابي بالأمن النفسي والاطمئنان الانفعالي، يحتاج إلى العناية بالفرد منذ الطفولة المبكرة. والأمن النفسي هو أحد جوانب الصحة النفسية السليمة للفرد، وهو أحد الحاجات الأساسية التي يجب على الفرد أن يشبعها حتى يشعر بالطمأنينة والاستقرار والراحة النفسية (السيد، 2022).

ومن الجدير بالذكر، أن الأمن النفسي يتأثر بعملية التنشئة الاجتماعية؛ إذ أن الدور الجنسي المتوسط به المرء تحدده الهرمونات، والتنشئة النفسية والاجتماعية، كما أن خصائص النمو الجسمي والعقلي والنفسي تختلف من مرحلة عمرية إلى أخرى، وتختلف استجابات الأفراد لمواقف الخطر باختلاف خبراتهم السابقة، ومستوياتهم التعليمية والتربوية، كما أن اشباع المرء لحاجته البيولوجية يعتبر المدخل الأساسي للأمن النفسي منذ طفولته، لذلك يقول ماسلو إن الخبرة والتربية تحددان الاخطار الظاهر في الأمن النفسي بعملية التنشئة الاجتماعية(بوعبد الله، 2020).

كما إن حاجة الإنسان إلى الأمن النفسي تأتي بعد حاجته الفطرية الأولية التي تعينه على البقاء، فإذا ما أشبع المرء تلك الحاجات الأساسية البيولوجية، يتجه سلوكه نحو تحقيق الحاجة إلى الأمن النفسي، التي من خلالها يسعى الفرد لتحقيق حاجته إلى الحب والانتماء، ثم لحاجته إلى الحب والتقدير، فالحاجة الأسمى هي تحقيق الذات، والحاجة للأمن هي أول الدوافع النفسية الاجتماعية التي تحرك السلوك الإنساني، وتوجهه نحو غاياته وإذا ما أخفق المرء في تحقيق حاجته للأمن، فإن ذلك يؤدي لعجزه عن التحرك والتوجه نحو تحقيق ذاته، والفشل في تحقيق الذات يؤدي إلى اليأس .

وترى الباحثة أن الأسرة هي المسؤولة الأولى عن تحقيق الأمن النفسي لأبنائها، فالصراعات التي يقع فيها الإنسان يمكن حلها إذا كان الطفل قد حصلت تربيته أو تنشئته في أسرة يتوافر فيها الأمن والثقة والحب

والاحترام والتسامح والدفء العاطفي، وهي كلها خصائص تضمن إمكانية تنشئة الطفل في مناخ أسري صحي وسليم .

وهذا ما أكدته دراسة حفيظة (2024)؛ إذ أنّ المحللين النفسيين وجدوا أن الأطفال ذوي الأسر الدافئة والمحبة أكثر إحساسا بالأمن في أول سنين مراحل حياتهم، وأعلى تقديرا لذاتهم، وأكثر ارتباطا عاطفيا وحبا للآخرين، وأنهم أيضا أكثر استجابة لآلام الآخرين وأحزانهم، وهو ما اتضح خاصة في مرحلة ما قبل المدرسة، وكذلك في مرحلة المراهقة، وعلى ذلك فإنّ الدفء العاطفي يربي في الطفل التعلق الآمن تجاه الآباء وأنه أول احتياجاتهم.

إنّ أول ما يتعلمه الفرد إنما يتضمن صلته بأمه، وأن سائر أعضاء الاسرة والأصدقاء سرعان ما يدخلون في نطاق هذه الصورة، فالاستجابات الانفعالية الإيجابية التي يتعلمها إزاء أمه قد تتعرض للتعميم وتؤثر في الاتصالات الاجتماعية بينه وبين الآخرين. وبناءً على ذلك، فإنّ الفرد الذي عاش الأمن والطمأنينة في بيئته الأسرية يشعر بالأمن والطمأنينة مع الأصدقاء والرفاق، أي أنه امتداد للأمن والطمأنينة التي يشعر بها الفرد في المراحل السابقة من عمره.

وتؤكد الباحثة في دراستها، أنّ الأم هي أول وأفضل من يربي أطفالها، وهي أول وسيط للتنشئة الأسرية والاجتماعية للطفل، فهي أول من يتلقاه بالعناية والرعاية والاهتمام، وهي التي تبدأ في تنبيه العواطف والرموز التي تعطي الطفل الطبيعة الإنسانية، كما تمكنه من أن يصبح عضوا مشاركا بصورة ايجابية في المجتمع.

بينما إدراك الطفل لعدم حب الوالدين له، أو عدم احترامهما له، أو تحكمهم فيه، فإنه يولد لديه نماذج معرفية سلبية عن ذاته ومستقبله وعن الآخرين، فيكون تصوره عن ذاته أنه (غير محبوب – ليست له قيمة –

لا يستحق الرعاية - غير جدير بالثقة) كما يتوجس من الآخرين ويشعر بالتهديد والقلق منهم، ويدرك أنهم لا يحبونه، ولا يمكنه الوثوق فيهم، وتمتد هذه النظرة إلى المستقبل فيشعر بفقدان الأمل والتشاؤم (حفيظة، 2024).

وقد يتعثر الإنسان في إحساسه بالأمن لعدة أسباب تعمل كلها، أو بصورة منفردة منها إخفاق الفرد في إشباع حاجاته، والعجز عن تحقيق الذات، وعدم الثقة بالنفس، والشعور بعدم تقدير المجتمع، والقلق والمخاوف الاجتماعية والضغط النفسي، وتوقع الفشل، وتهديد الذات، وعدم الاستمتاع بالحياة، وأساليب التنشئة الاجتماعية الخاطئة بالإضافة إلى الأساليب غير التربوية في التدريس، والتعامل غير المناسب في الأسرة أو المدرسة أو المجتمع.

والإنسان يحقق إشباع احتياجاته للأمن النفسي عن طريق وجوده في مجتمع آمن يحكمه النظام، ومن خلال القيم الروحية والدينية التي يؤمن بها فإذا جرى تأمين حياة الإنسان وحاجته للأمن فإنها تزيد من دافعية الفرد والتأثير في سلوكه مفسحة الطريق أمام الحاجات الأخرى غير الملموسة، وتأتي في مقدمتها الحب والانتماء.

وفي هذه الدراسة، تخصص الباحثة العوامل الأخرى التي يختص بها المجتمع الفلسطيني عامة والمقدس خاصة، والتي تهدد شعوره بالأمن النفسي، والتي تتأثر بالوضع السياسي والأمني العام لمنطقة القدس، وأهمها الاحتلال وممارساته ضد سكان هذه المنطقة الجغرافية المقدسة، فحسب إحصائيات وكالة الأنباء والمعلومات الفلسطينية -وفا-، أصدرت تقريرها السنوي حول انتهاكات الاحتلال في عام 2023، بأن 51 مقدسيا بينهم 20 طفلا استشهدوا، كما أرتقى 7 شهداء في القدس من محافظات أخرى.

وبالنسبة للاعتقالات في عام 2023، تم توثيق نحو 3081 حالة اعتقال لمواطنين في كافة مناطق محافظة القدس، بينهم 318 طفلا و135 سيدة، كما أصدرت محاكم الاحتلال العنصرية 330 حكما بالسجن الفعلي

بحق أسرى مقدسيين، بينها 153 حكماً بالاعتقال دون تهم، إضافة إلى فرض غرامات مالية باهظة تزيد من معاناة أسرهم، فضلاً عن رصد قرارات بالحبس المنزلي أصدرتها سلطات الاحتلال بحق مواطنين مقدسيين منهم أطفال بجيل المراهقة.

وبشأن المشاريع الاستيطانية وعمليات الهدم والتجريف، بلغ عدد عمليات الهدم في محافظة القدس بعام 2023، 316 عملية منها 79 عملية هدم ذاتي قسري، إضافة إلى 40 عملية تجريف، بالإضافة إلى 263 قراراً آخر بالهدم، كما صادقت سلطات الاحتلال على 29 مشروعاً استيطانياً بالمحافظة. وقد يواجه المراهق المقدسي إحدى تلك الانتهاكات بمحيطه البيئي، ونتيجة ذلك قد يدرك المراهق الخوف والشعور بعدم الأمن.

4.1.2 نظريات الأمن النفسي:

1. نظرية التحليل النفسي

أكد فرويد، أن الشخصية تتكون من ثلاثة مكونات أساسية هي (الهُو_ الأنا_ الأنا العليا) ؛ إذ قامت النظرية على أساس غريزي، إذ أن (الأنا) تواجه دائماً النزاعات الغريزية (الهُو) التي تحاول التعبير عن نفسها، ويترتب على ذلك صراع داخلي في أعماق اللاشعور، ونتيجة لخشية (الأنا) من أن تظهر النزاعات الغريزية (الهُو) فإن الشخصية تعيش في قلق دائم، وذلك من خلال مسببات عدم إصدار الأوامر والنواهي التي يأخذ شكلاً مرضياً، وتستحوذ على الفرد أفكار ملحه لاتهام الذات وعدم الشعور بالأمن والطمأنينة، ونتيجة لقلق الضمير الذي يصبح شيئاً لا يطاق (السيد، 2022)

وافترض فرويد أن الإنسان تحركه الرغبة في اللذة وتجنب الألم، أي الشعور بالأمن والطمأنينة، وقد يحصل ذلك خلال اللجوء إلى الحيل الدفاعية والافراط يؤثر سلباً في تفاعل الفرد مع الحياة، ويدل على الضغط النسبي (للأنا). ومع ذلك فإن عدم الشعور بالأمن نتيجة الحرمان والكبت في الطفولة (محمد، 2010).

وأكد فرويد أهمية دور الأم في السنوات الأولى، وفي إحساس الطفل بالأمن النفسي في مراحل عمره الأولى، وتأثيره في سمات شخصيته واتجاهاته مستقبلاً. كما أكد بعد علاقة الطفل بأمه في مرحلة مبكرة.

كما أكد فرويد أيضاً أهمية المرحلة الفمية والشرجية في تشكيل سمات الشخصية للفرد، وأن للأم دوراً مهماً في هذه المرحلة، فإذا أحاطت الأم طفلها بجو آمن وكانت محبة، عطوفة وحنونة كان لذلك الأثر البالغ على شخصية الفرد مستقبلاً (دربالي، 2020).

2. النظرية السلوكية

يركز السلوكيون في وصف الشخصية على الحتمية البيئية الميكانيكية ويقللون من تأثير العوامل التكوينية والبيولوجية.

وترى النظرية السلوكية، أن العلم ما هو إلا عملية اكتساب عادات عند الأفراد، وتتكون بالتدريج عن طريق تكوين الارتباطات الشرطية بين المثيرات والاستجابات، تشبع حاجات معينه لديهم، الأمر الذي جعلها تخفف من حدة المثيرات التي تسبب هذه الاستجابات، وتخفف من التوتر عند الفرد، ما يضعف الارتباط بين المثيرات والاستجابات.

في حين يؤكد (واطسون) أن القلق والخوف يعدان من مهددات الأمن والطمأنينة، ويرتبطان بالمعززات والاشتراطات التي واجهها الفرد في تاريخه التعليمي (السيد، 2022).

ويشير ميللر إلى أن عدم الشعور بالأمن هو استجابة لا توافقية متعلمة لصراعات تنمو في مراحل مبكرة، وتعمم لمواقف مشابهة مستقبلاً.

ويعتقد السلوكيون أن الشعور بالأمن النفسي يتحقق من خلال اكتشاف الفرد عادات مناسبة تساعد على التعامل مع الآخرين ومواجهة المواقف والتوافق مع البيئة (الجابري، 2019).

3 نظرية أريكسون:

يرى أريكسون أن الفرد وهو في مرحلة الطفولة ينمو على مراحل، وكل مرحلة يمر فيها الفرد بأزمة، وليس المقصود بها كارثة تلحق بالفرد وتهدهد بل نقطة تحول، أي أنها مصدر لنشوء قوة الفرد وتكامله، كما أنها مصدر لسوء توافقه، ولكل أزمة نفسية اجتماعية بعدها الإيجابي والسلبي، فهو يرى أن كل مرحلة من مراحل النمو، تبنى على حل الصراعات النفسية الاجتماعية السابقة وتكاملها.

وأول المراحل التي يشير إليها أريكسون، الثقة الأساسية، مقابل عدم الثقة، وهي المرحلة الأولى من مراحل النمو الثمانية وتشغل العام الأول من عمر الفرد، ويتكون خلال هذا العام لدى الفرد، إما الإحساس بالثقة أو الإحساس بعدم الثقة، ويعتقد أن تكوين الثقة هو أساس الشخصية السوية؛ لأنه بناء على تكوين الثقة يستطيع الفرد أن يصنع ثقته في العالم المحيط به، وأن يدرك المحيطين له كأفراد عطوفين ودودين مناحين للحب والرعاية. ومن ثم، يشعر بالأمن والطمأنينة، وأن إحساس الفرد بالثقة يعتمد على الأم بداية، فالأم هي التي تقدم الرعاية والحب والقبول والدفء والمودة لطفلها، وهذه الرعاية تمدّه بالأمن والطمأنينة، وتجعله يشعر بهما في العالم من حوله وينتقل هذا الإحساس إلى باقي الأفراد من حوله كالأب والأخوة والمعلم والأصحاب والأقارب وغيرهم (ناجح، 2010).

4. نظرية أبراهام ماسلو:

يرى ماسلو أن الحاجة للأمن تيسر للفرد الشعور بأنه يعيش ويحيا في بيئة متحررة من الخطر، ويمكن أن ينتفع بكثير من معطياتها، ويتخلص من بعض ما يساوره من شك وريبة، وتتضمن حاجات الأمن الحاجة إلى النظام والحاجة إلى معرفة جيدة تمكنه من التوقع بما ستصير إليه الأمور، واشباع مثل هذه الحاجات يبدد مخاوف الفرد، ويشعره بأنه يعيش في بيئة تتسم بالأمان، وهذا ما يدفعه إلى التوجه للبحث عن إشباع الحاجة التالية في سلم الحاجات الإنسانية (ال دراوشة، 2021).

يؤكد ماسلو أنه يمكن تصنيف الحاجات في مستويات مرتبة ترتيبا رأسيا على شكل هرم متدرج؛ إذ تشكل الحاجات الفسيولوجية قاعدة الهرم؛ لأنها ضرورة بيولوجية لازمة لاستمرار الكائن الحي باقيا على قيد الحياة، ويلبي ذلك حاجات الأمن النفسي، ويرى ماسلو أن عدم اشباع حاجات الأمن النفسي يؤثر في محاولة إشباع حاجات الحب والانتماء وتقدير الذات إلى أن تصل إلى قمة الهرم، حيث الحاجة إلى تحقيق الذات، ويؤكد ماسلو إلى أن الحاجة إلى الأمن لا تظهر عند الفرد إلا بعد إشباع الحاجات الفسيولوجية ولو جزئيا (محمد، 2010).

المنظور الإسلامي للأمن النفسي:

يولي الإسلام عناية بالغة بتحقيق الأمن النفسي للفرد، باعتباره من مقومات السعادة الإنسانية، وأحد أسس الاستقرار الداخلي الذي يمكن الإنسان من التفاعل المتوازن مع ذاته ومجتمعه. وقد أكد القرآن الكريم والسنة النبوية أهمية الطمأنينة والثقة بالله، والايان بالقدر، كعوامل جوهرية لتحقيق الراحة النفسية، قال تعالى:

"الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ" (الرعد:28)، وهي آية تبرز العلاقة المباشرة

بين الإيمان وراحة القلب. كما أن اليقين بحكمة الله في الأقدار، والصبر على الابتلاءات، يسهم في بناء موقف

نفسي قوي يمكن الفرد من التكيف مع الضغوط وتجاوز الأزمات دون اضطراب.

وقد أشار النبي محمد عليه أفضل الصلاة والسلام إلى أهمية الشعور بالأمان والرضا في الحديث الشريف:

"من أصبح آمناً في سربه، معافى في جسده، عنده قوت يومه، فكأنما حيزت له الدنيا" (رواه الترمذي).

يدل هذا الحديث، أن الأمن النفسي والجسدي، والرضا بالرزق، تشكل عناصر جوهرية في سعادة الإنسان

واستقراره النفسي.

ومن منظور إسلامي فإن الأمن النفسي لا يتحقق فقط بغياب الخوف والقلق، بل أيضاً بالشعور بالسكينة

والرضا والاتصال الروحي بالله عز وجل (العودات، 2016).

5. الحاجة إلى الأمن النفسي:

تبدو الحاجة إلى الأمن النفسي في النواحي الجسمية والعقلية، فالطفل يأوي إلى والدته يريد أن يتغذى،

ويؤمن البرد والحر وغير ذلك، والحاجة إلى الأمن العقلي تبدو في خوف الطفل من كل غريب، ورغبته في

تفحصه ومعرفته إذا أمكن، حتى يتيسر له بناء على ذلك أن يطمئن إليه، أو أن يبتعد عنه نهائياً، فالرغبة في

الأمن أكيدة ولا يتقدم الفرد بسهولة في ميدان ما إلا إذا اطمأن إليه، وشعر بالأمن نتيجة لتفهم المواقف (أبريعم،

2011).

يعد الشعور بالأمن النفسي من المطالب الأساسية لجميع الأشخاص في كل فئات المجتمع باختلاف خصائصهم وأعمارهم؛ إذ لا يمكن فهم حاجات الفرد بمعزل عن شعوره بالأمن النفسي، فالكثير من هذه المطالب الأخرى تأخذ أهميتها وتبرز عند تحقيق المطلب الأساسي للأشخاص والمتمثل في الأمن النفسي (السميري، 2010).

وإذا كان الأمر هكذا بالنسبة لكل مرحلة من مراحل النمو الإنساني، فإن الوضع يختلف بعض الشيء بالنسبة لمرحلة المراهقة بصفة خاصة، وذلك نتيجة لكل المتغيرات والتطورات النمائية الهائلة، وكذلك التعقيدات المختلفة التي قد ترتبط بهذه المرحلة الحساسة والحرجة سواء من الناحية الفسيولوجية أو الاجتماعية أو الانفعالية (أبرييم، 2011).

إن كل مرحلة من مراحل النمو الإنساني لها خصائصها، فمرحلة المراهقة لها خصائصها الخاصة، وذلك نتيجة لكل التغيرات والتطورات النمائية الهائلة، وكذلك بعض التعقيدات المختلفة التي قد ترتبط بهذه المرحلة الحساسة والحرجة، سواء من الناحية الاجتماعية أو الانفعالية أو الفسيولوجية، فمرحلة المراهقة مرحلة حرجة، فهي فترة انتقالية مؤقتة يعترها الكثير من التغيرات السريعة، ولهذه التغيرات تأثير في الاستقرار النفسي للمراهق، فيفقد الأمن والطمأنينة؛ إذ يتساءل عما يعترى جسده من تغيرات، وما يطرأ على مشاعره وانفعالاته من تبدل واضح، وما يواجهها من مواقف اجتماعية جديدة عليه، ونتيجة ذلك قد يدرك المراهق الخوف والشعور بعدم الأمن.

كما أنّ تحقيق وجود المراهق في هذه المرحلة يكون في إحساسه بالأمن النفسي، وبالانتماء للآخرين وانتماء الآخرين له وحبه للآخرين، وحب الآخرين له، وأن يكون موضع تقدير الآخرين. وهكذا يبدو أن معنى تحقيق الوجود في هذه المرحلة يختلف عن معناه في حالة الطفل، أي أن معنى الوجود في مرحلة النضج، هو وجود

الإنسان في تحقيقه لتلك الصفات التي تميزه عن غيره من المخلوقات، وتصل به إلى المستوى الأعلى والأمثل، وهو مستوى تحقيق الإنسانية (حفيظة، 2024).

وترى الباحثة أنَّ الحاجة إلى الأمن النفسي من الحاجات الكامنة في الطفولة، ولهذا يحتاج المراهق الشعور بالأمن من قبل أفراد أسرته حتى يتغلب على كثير من صعوبات هذه المرحلة، والتي تبدو في صورة بحث المراهق عن الأمن الجسدي والصحة الجسمية، وبحثه عن الشعور الداخلي بالأمن، والحاجة إلى تجنب الخطر، ومصادر الألم، والحاجة إلى الحياة الأسرية المتقبلة له والأمنة.

2.1 تقدير الذات:

2.2 مفهوم تقدير الذات:

تحتل الذات مكان القلب من الشخصية الإنسانية والمحور الأساسي لها، وقد اتخذت منها معظم الدراسات النفسية التي دارت حول هذه الشخصية الإنسانية محوراً لها. ويعتبر مفهوم تقدير الذات من أهم المفاهيم المتعلقة بشخصية الإنسان، ومن أكثر الأبعاد أهمية وتأثيراً في سلوكه. عرفه المجلس الوطني الأمريكي بأنه: شعور الفرد بالقدرة على التعامل مع التحديات، والشعور بأنه يستحق السعادة (المقترن، 2019).

أما حامد (2020) فعرفت تقدير الذات (self-esteem) بأنه: إحساس الشخص بقيمة ذاته وتقديره لها، فهو صفة شخصية تتألف من مجموعة اعتقاداتٍ عن النفس؛ مثل تقييم الإنسان، ونظرته لمظهره، وعواطفه، وسلوكياته، وتؤدي دوراً أساسياً في تحفيز الإنسان ونجاحه في مختلف مراحل حياته.

أما قهار (2020) فتعرف تقدير الذات على أنه اتجاهات الفرد نحو نفسه، بحيث تكون هذه الاتجاهات إما سالبة أو موجبة وتشير القهار أن الاتجاهات الإيجابية تجعل الفرد يشعر بالرضا عن ذاته، في حين أن الاتجاهات السلبية تجعل الفرد يشعر بالرفض لذاته.

يقدم العالم المعرفي خوان يانغ رأيه حول كيفية احترام الذات وعرفه بأنه حكم أو تقييم ذاتي لعملنا أو صلاحنا ومدى شعورنا بأننا نقوم بأدائنا في مجالات حياتنا، التي نصنفها على أنها مهمة (Yang,XU,Chen,Shi, 2016).

وتعرفه الباحثة بأنه توقعات الفرد نحو نفسه فرداً أو إنساناً ولذاته الشخصي والأكاديمي والاجتماعي والعائلي والرفاعي، وتقييمه لها ايجاباً، أو سلباً. ويقاس في الدراسة الحالية بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص على مقياس تقدير الذات المستخدم في الدراسة.

أبعاد تقدير الذات:

تطرق عدد كبير من الباحثين إلى تحديد أبعاد تقدير الذات؛ إذ قسمه كوربن إلى ثلاثة أبعاد تتمثل ب: الكفاءة المهنية، قيمة الذات الجسمية، والكفاءة الاجتماعية، بينما حدد هارتر ثمانية أبعاد أخرى تتمثل في الكفاءة الدراسية، القبول الاجتماعي، إدارة السلوك، الصداقة الحميمة، القدرة الرياضية، المظهر الجسمي، الجاذبية الرومنسية والكفاءة، بينما قسمت بيرك تقدير الذات إلى ستة أبعاد تتمثل بالبعد الاجتماعي الأكاديمي الرياضي، العلاقات مع الأقران والوالدين، القراءة والحساب والمظهر الجسمي (قهار، 2020).

بينما صنفت السيد (2022) تقدير الذات إلى عدة أبعاد منها تقدير الذات المادي ويشمل المظهر والقدرات البدنية وتقدير أداء الذات، ويشمل الأداء في العمل والأداء في المهام بالإضافة إلى تقدير الذات الاجتماعي ويشمل العلاقة بأفراد الاسرة والعلاقة بالأشخاص المهمين في حياتنا.

تقدير الذات الشخصي، تقدير الذات الأكاديمي، تقدير الذات الأسري، تقدير الذات الرفاعي، بالإضافة لتقدير الذات الاجتماعي.

المكونات الأساسية لتقدير الذات:

قسم قهار (2020) مكونات تقدير الذات كما يأتي:

1. قبول الذات غير المشروط: أي معرفة الفرد لصفاته الإيجابية والسلبية وتقبلها.
 2. الإحساس بالقدرة والفعالية: أي قدرته على أداء مهماته وواجباته.
 3. الإحساس بالهدف: يسعى الفرد إلى تحقيق الهدف الذي حدده في حياته.
 4. الإصرار اللغوي: الشعور بالقدرة على التعبير عن ذاته.
 5. خبرة الاتقان والانجاز: الإحساس بالرضا والسرور عما تعمل.
 6. الإحساس بالمسؤولية والمحاسبة: معرفة إلى أية درجة الفرد مسؤول عن مواقعه وإنجازاته.
 7. الإحساس بالأمان والطمأنينة والراحة والهدوء في محيط الفرد.
 8. الإحساس بالسلامة: يعيش الفرد حياته وفق قيمته ويتصرف حسب ما يعتقد أنه سليم.
- واعتمدت (السيد، 2022) مكونات تقدير الذات بالكفاءات الذاتية. والثقة بالنفس وإيمان المرء وبقدرته على التكيف والتعامل مع التحديات الأساسية في الحياة.

3.2.2 خصائص تقدير الذات:

حددت مجدوب (2022) خصائص تقدير الذات ب:

أ- تقييم الفرد لذاته القائم على صورة الذات التي يرسمها لنفسه.

ب- تقدير الذات بتباين تبعاً للموقف والوقت.

ت- اكتساب تعزيز تقدير الذات لمرور الوقت

4.2.2 العوامل المحددة لتقدير الذات:

أوضحت الدراسات والأبحاث في مجال علم النفس وجود عدد من العوامل المحددة لتقدير الذات المرتفع أو المنخفض لدى الفرد وبحسب دراسة حافظ (2020) فقد صنفت تلك العوامل كالآتي:

أولاً: عوامل شخصية (متعلقة بالفرد):

تتحدد العوامل الشخصية المحددة لدرجة تقدير الذات لدى الفرد بمدى صحته النفسية، كخلوه من المشكلات والاضطرابات الانفعالية، فكلما تمتع الفرد بصحة نفسية جيدة، كلما ساعد ذلك في تشكيل تقدير ذاتي مرتفع، بينما ينخفض تقديره لذاته، إذا كان الشخص يعاني من عدم الاستقرار النفسي والمشاعر السلبية كالقلق والإحباط؛ إذ تتأثر فكرته وإدراكه لذاته سلباً بذلك.

ثانياً: عوامل أسرية:

تتمثل العوامل المحددة لتقدير الذات المتعلقة بالأسرة في الخبرات الأسرية وتفاعل الفرد داخل الأسرة وطبيعة علاقاته المتبادلة مع أفراد أسرته، وتتحدد العوامل الأسرية المصاحبة لنمو تقدير الذات إيجابياً للأبناء في عدد من الأمور كأساليب المعاملة الوالدية المدركة لديهم، والتشجيع والمشاركة الوالدية المتوازنة، ومدى تقبل الوالدين لأبنائهم وكيفية التعبير عن هذا التقبل، مما يشعرهم بالاحترام والتقدير الإيجابي من والديه، في حين تؤدي اللامبالاة والتوقعات الوالدية القاسية وغير الواقعية لشعور الأبناء بالفشل وانعدام الثقة، وضعف الثقة بالذات ما ينعكس سلباً على تقدير الذات لديهم.

ثالثاً: عوامل بيئية:

تتمثل العوامل البيئية المحددة لمستوى تقدير الذات للفرد في المحيطين به كالأقران، وزملاء العمل، والأقارب؛ إذ تتأثر نظرتهم وتقديره لذاته بطبيعة علاقاته وتفاعلاته مع من حوله، وكيفية نظرتهم وتقييمهم له ومدى شعوره باحترامهم وتقبلهم غير المشروط له، ما يرفع تقديره لذاته ويزيد من احساسه بالقيمة، بينما إدراك الفرد لعدم اهتمام وحب وتقدير الآخرين وتجاهلهم له يفقده الشعور بالقبول الاجتماعي، ويدعم لديه الإحساس بالرفض وعدم القيمة، ما يولد عنده تقدير ذات سلبي.

5.2.2 تقدير الذات وعلاقته ببعض المصطلحات:

تقدير الذات وعلاقته بمفهوم الذات:

قدم Cooper Smith (كومبر سميث) تعريفاً للتفرقة بين مفهوم الذات وتقدير الذات متمثلاً في أن " مفهوم الذات يشمل مفهوم الشخص وأراءه عن نفسه، بينما تقدير الذات يتضمن التقييم الذي يصنعه وما يتمسك به من عادات مألوفة لديه مع اعتبار ذاته. ولهذا فإن تقدير الذات يعبر عن اتجاه القبول أو الرفض، فهو بمثابة الخبرة الذاتية التي يقوم بنقلها للآخرين عن طريق الاتصال اللفظي: لذا يميز (هاماشيك) بين ثلاثة مصطلحات في مجال التفرقة بين المصطلحات المتقاربة للذات: فتمثل الذات لديه الجزء الواعي من النفس على المستوى الشعوري، في حين يعتبر مفهوم الذات البناء المعرفي المتضمن للأفكار والاتجاهات والناشئ من خبرات الفرد وما يعيه من نفسه، أما تقدير الذات فيمثل الجزء الانفعالي منها (قهار، 2022).

تأسيساً على ما سبق، نستنتج أن تقدير الذات يتمثل في الحكم الذي يصدره الفرد نحو نفسه، فهو ذلك

التقييم الشامل الذي يضعه الفرد حول قيمته الشخصية. أما مفهوم الذات فمرتبط بالجانب الوصفي للفرد.

6.2.2 تقدير الذات وعلاقته بالنرجسية:

أجريت دراسة حديثة أجراها (Brummelman et al, 2022) تفحص المؤشرات الفسيولوجية المبكرة لتقدير الذات العالي والنرجسية، وتناولت الدراسة الفرق بين النرجسية وتقدير الذات، ووضحت أن النرجسية وتقدير الذات العالي يشتركان في خصائص معينة، مثل التصورات الذاتية الإيجابية. فليس من المستغرب أن يفترض الكثير من الناس أن النرجسيين يتمتعون بتقدير عال لذاتهم، ومع ذلك هذا ليس صحيحا. فالنرجسية واحترام الذات متميزان. في حين أن احترام الذات يشير إلى التقييم الذاتي للشخص ولقيمه، فإن النرجسية تشير إلى مشاعر التمرکز حول الذات وأهمية الذات، والتفوق، والعظمة، والاستحقاق. بينما يقول الشخص الذي يتمتع بتقدير عال لذاته، "أنا جيد". يفكر النرجسي، ويقول "أنا مميز" أو "أنا الأفضل".

أما الدراسة التي أجراها بروميلمان وزملاؤه (Brummelman et al, 2022) فتدعم النتائج ؛ إذ أن الرأي القائل بأن الأطفال النرجسيين أكثر هشاشة وعرضة لمخاوف التقييم الاجتماعي، في حين أن الأطفال ذوي احترام الذات العالي أكثر أمانا، وقدرة على الشعور بالراحة في سياقات التقييم الاجتماعي. وهذا يعني أن النرجسيين أكثر عرضة من أولئك الذين يتمتعون بتقدير كبير للذات، للإثارة والقلق في مواقف التقييم الاجتماعي. ولديهم مخاوف أقوى من الرفض أو السخرية أو الإذلال. وتخفيض قيمتها إذا كانت أقل من معايير المقيم.

يعاني الأفراد ذوو احترام الذات العالي من قلق الأداء أيضا، ويتوقعون النقد المحتمل، إلى جانب الثناء، في المواقف التقييمية. في الوقت نفسه، يشعرون بالقبول والتقدير والحب بغض النظر عن أدائهم الاجتماعي. هذا يسمح لهم بالشعور بالأمان، بصرف النظر عن السبب (زاده، 2022).

يؤكد (دوكلو) أن هذه النرجسية العادية تهدف إلى التوازن ما بين حب الذات وحب الآخرين، وهذا ما يجعله مصطلحا يقارب تقدير الذات، لذا يذهب (مونبوركات) إلى القول، إن التقدير الذي أنشأته عن نفسي

يرتبط بكل من تاريخي وتقدير الآخرين. لهذا يحذر (دوكلو) من الخلط الذي يقع بين ذوي الإفراط في تقدير الذات والنرجسية المرضية، وأولئك الذين لديهم إفراط في تقدير الذات والمتمركزين حول أنفسهم، فلا يمكن - حسب (دوكلو) - جعل النرجسية المرضية كمرادف لتقدير الذات (قهار، 2022).

7.2.2 مستويات تقدير الذات:

إنّ تقييم الذات هو المعيار الذي يحكم به الإنسان على ذاته، أو هو المعيار الذي يضعه له الآخرون، والذي يؤدي إما للشعور بالرضا، أو العكس نتيجة الحكم الذي يصدره فيكون على درجة نجاح الفرد أو عدم نجاحه في الوصول إلى ذلك، وهو يخضع لمستويين:

التقدير المرتفع للذات:

إنّ الأفراد الذين يتميزون بتقدير مرتفع للذات يتقبلون أحاسيس الآخرين له بصفة إيجابية ويتميز بالمبادرة الفردية، كما يرغب في الالتحاق بمختلف النشاطات ويميل إلى المشاركة في المناقشات الجماعية ويظهر استقلالية كبيرة، كذلك فهم يتمتعون بالتحدي ولا يضطربون عند الشدائد، ويستلزم لتقدير الذات الشعور بالكفاءة والقيمة الشخصية، الشعور بالثقة، واحترام الذات وحاجة الفرد لتقييم ذاته تعتبر متأصلة ونابعة من رغبته فيها (قهار، 2020).

تقدير الذات المنخفض:

يعني تقدير الذات المنخفض بحسب ألياندر (2004) الافتقار إلى قيمة الذات، والسيطرة على الذات الداخلية ومشاعر السخط، ويرى (قارة، 2003) أن الأفراد ذوو التقدير المنخفض للذات قد يفتقرون على الثقة في قدراتهم على النجاح، ولذلك فهم يحاولون تجنب المواقف الصعبة (قهار، 2020).

وترى الباحثة، أنّ الفرد ذو التقدير الذاتي المنخفض يفضل الابتعاد عن النشاطات الاجتماعية، ولا يتقصد مناصب المسؤولية، ويظهر أحياناً الميل إلى الخضوع، كما أنه يتصف بالخجل والحساسية المفرطة وقلة الثقة بالنفس والميل إلى العزلة والوحدة.

8.2.2 نظريات تقدير الذات:

1. نظرية روزنبرج Rosenberg:

اعتبر "روزنبرج" أن تقدير الذات، مفهوم يعكس اتجاه الفرد نحو نفسه، وطرح فكرة أن الفرد يكون اتجاهها نحو كل الموضوعات التي يتعامل معها ويخبرها، وما الذات إلا أحد هذه الموضوعات، ويكون الفرد اتجاهها نحو كل الموضوعات التي يتعامل معها ويخبرها. وما الذات إلا أحد هذه الموضوعات، ويكون الفرد نحوها اتجاهها 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 لنفسه"

ويقسم "روزنبرج" تقدير الذات إلى:

1. تقدير الذات المرتفع ويعني بها أن الفرد يعتقد نفسه ذات قيمة وأهمية.

2. تقدير الذات المنخفض يعني عدم رضا الفرد عن نفسه، أو رفض الذات، أو احتقارها (ناجح، 2010).

2. نظرية كوبر سميث Coopersmith :

يعدّ تقدير الذات عند كوبر سميث، هو الحكم الذي يصدره الفرد نحو نفسه، متضمنا الاتجاهات الإيجابية أو

السلبية نحو ذاته، التي يراها انها تصفه على نحو دقيق، ويقسم تعبير الفرد عن ذاته الى قسمين:

- التعبير الذاتي: وهو إدراك الفرد لذاته ووصفه لها.

- التعبير السلوكي: ويشير إلى الأساليب السلوكية التي توضح تقدير الفرد لذاته والتي تكون متاحة للملاحظة

الخارجية، ونجده يميز بين نوعين من تقدير الذات الدفاعي وهما:

- تقدير الذات الحقيقي: عند الأفراد الذين يشعرون بأنهم غير ذي قيمة.

- تقدير الذات الدفاعي: يوجد لدى الأفراد الذين يشعرون أنهم غير ذي قدرة، ولكنهم لا يستطيعون الاعتراف

بمثل هذا الشعور أو التعامل على أساسه، مع أنفسهم ومع الآخرين (إسماعيل، 2019).

ويصف كوبر سميث الأفراد الذين لهم ثقة في مداركهم وأحكامهم، ويعتقدون أن باستطاعتهم بذل الجهد

بقدر معقول، وتؤدي اتجاهاتهم المقبولة نحو أنفسهم إلى قبول آرائهم والثقة والاعتزاز بردود أفعالهم واستنتاجهم،

وهذا يسمح باتباع أحكامهم عندما يختلف آراؤهم عن آراء الآخرين، كما يسمح باحترام الأفكار الجديدة، فالثقة

بالنفس وما يصاحبها شعور بالرفعة تدعم فكرة الشخص في أنه مقبول ومحبوب، كما تدفعه إلى الشجاعة مع

التعبير عن أفكاره، وإلى الاستقلال الاجتماعي والابتكار. ولا يجد هؤلاء صعوبة في تكوين صداقات كما يعبرون

عن آرائهم كذلك يمكنهم مواجهة الفشل في الحب أو في العمل، دون أن يشعر بالحزن أو الانهيار لمدة طويلة (مجدوب، 2022).

تقدير الذات من منظور إسلامي:

ينظر الإسلام إلى تقدير الذات، نظرة متوازنة تحقق للإنسان احترامه لذاته دون الوقوع في الغرور أو احتقار النفس، فالإنسان في التصور الإسلامي مكرم، قال تعالى " ولقد كرّمنا بني آدم " (الاسراء:70) .

وهذا التكريم الإلهي يمنح الفرد شعورا عميقا بقيمته وكرامته، ما يدعم بناء تقدير ذات صحي، كما يؤكد الإسلام أهمية معرفة الفرد لقدراته واستثماره لها في الخير، ويحثه على الثقة بنفسه متوكلا على الله؛ إذ قال رسول الله ﷺ: لَا تَحْقِرَنَّ مِنَ الْمَعْرُوفِ شَيْئًا، وَلَوْ أَنْ تَلْقَى أَخَاكَ بِوَجْهِ طَلِيقٍ رواه مسلم.

وهذا الحديث يبرز أهمية النظرة الإيجابية للذات وللآخرين، ويحث المسلم على الإحساس بقيمته وأثره مهما كان العمل صغيرا، ما يعزز تقدير الذات بصورة متوازنة، بعيدة عن الغرور أو التحقير، ويعلم الإسلام أفرادَه أن الإنسان مكرم من الله، وأن إدراكه لقيمته هو بداية الطريق لتحقيق الخير لنفسه ولمجتمعه.

وترى الباحثة أن النظرية الإنسانية لما سلو من أكثر النظريات التي تتلاءم مع مبادئ الدراسة الحالية، لكونها تربط بين متغيرات الدراسة، فإشباع حاجات الأمن النفسي يؤثر في محاولات الفرد لإشباع حاجته للحب والاهتمام وتقدير الذات إلى أن يصل إلى قمة الهرم حيث الحاجة إلى تحقيق الذات.

الدراسات السابقة

جرى عرض الدراسات التي لها علاقة بمتغيرات دراستها، وسوف تقدم الباحثة من الحديث إلى القديم، كما ستبدأ بالدراسات التي تناولت موضوع الأمن النفسي ومن ثم تقدير الذات.

الدراسات التي تناولت الأمن النفسي:

قام (Zhuravlova et al,2025) بدراسة هدفت الدراسة إلى تعرف الأمن النفسي لمعلمي التعليم العالي، بلغت عينة الدراسة (59) في أثناء تنقلهم بين بيئات التعلم التقليدية (الفصلية، التقليدية) والتعلم عن بُعد (عبر الإنترنت). وباستخدام نهج متعدد الأساليب يجمع بين التقنيات الترابطية وتحليل المجال الدلالي والتقييمات الإحصائية، جرى بفحص التصورات العاطفية للمعلمين وتقييمات السلامة الذاتية عبر وسائل التعلم. كشفت النتائج عن اختلافات كبيرة في كيفية ارتباط المعلمين بالتعلم عن بُعد مقابل التعلم التقليدي؛ إذ أثار الأول في المقام الأول ارتباطات عاطفية سلبية تتعلق بتكنولوجيا المعلومات والاتصالات، بينما أثار الثاني ارتباطات إيجابية تركز على التواصل. كما جرى الكشف عن علاقة معقدة بين التصور العاطفي والأمن النفسي، التي تختلف باختلاف الوقت المستغرق في التدريس عبر الإنترنت. وتشير النتائج إلى أن الأمان النفسي في بيئات التعلم الرقمية، يتشكل من خلال تفاعلات معقدة بين التفاعل التكنولوجي، وفرص التواصل بين الأشخاص، والاختلافات الفردية بين المعلمين.

أما دراسة ((Fangyuan Jiang, 2024) فقد هدفت إلى استكشاف التأثير المباشر للذكاء العاطفي في معنى الحياة من منظور علم النفس الإيجابي، والتحقق مما إذا كان الشعور بالأمان وتقدير الذات، يمكن أن يحسن معنى الحياة استنادًا إلى نظرية هرم ماسلو للاحتياجات. شملت الدراسة (599) طالبًا جامعيًا، جرى اختيارهم عشوائيًا من أربع جامعات، تقع في ووهان، مقاطعة هوبي، الصين. استخدمت الدراسة نموذج المعادلات

الهيكلية لتوضيح تأثيرات الوساطة والتوسط المتسلسل للشعور بالأمان وتقدير الذات على العلاقة بين الذكاء العاطفي ومعنى الحياة. ومن الجدير بالذكر، أن النتائج أظهرت تأثيرًا وساطيًا قويًا للشعور بالأمان. وقدمت هذه النتائج منظورًا جديدًا ونموذجًا نظريًا لعلم النفس الإيجابي لتحسين معنى الحياة بين الطلاب الجامعيين.

أما دراسة (Piti, & sanduleac, 2024) فهدفت الدراسة إلى تعرف السلامة النفسية للمراهقين، مُركزة على حماية صحتهم النفسية. تمثلت عينة الدراسة (110) من المراهقين، وقد استخدمت الدراسة، مقاييس مُتنوعة لقياس القلق والسلامة النفسية، مُظهرةً ارتباطات سلبية كبيرة. وتلعب عوامل مثل علاقات الأقران والمُعلّمين وبيئة الفصل الدراسي أدوارًا حاسمة في تعزيز السلامة النفسية للمراهقين. وأبرزت النتائج أن تعزيز الشعور بالأمان النفسي في بيئة ما يُمكن أن يُعزز القدرة على التكيف والمرونة في السياقات الجديدة والصعبة، مثل الانتقال من الريف إلى المدينة، وبشكل عام، يُعدّ الأمن النفسي عامل حماية يدعم الرفاهية والقدرة على التكيف خلال التحولات الحياتية المهمة.

وهدف دراسة (Sancar, 2024) إلى تعرف تحديد الدور الوسيط للسلامة النفسية والرضا عن الحياة في تأثير الدعم التنظيمي على الثقة التنظيمية من وجهة نظر العاملين في مجال الرعاية الصحية. وجرى تفضيل التصميم المقطعي بما يتماشى مع غرض الدراسة. وأجريت الدراسة على جميع العاملين في مجال الرعاية الصحية في أنقرة، وبلغت عينة الدراسة (450) فردًا، خلصت الدراسة إلى أنّ الدعم التنظيمي يؤثر بشكل مباشر وغير مباشر في الثقة التنظيمية بطريقة كبيرة وأن الثقة التنظيمية سترتفع مع نمو الدعم التنظيمي. عند إدخال المتغيرات الوسيطة للسلامة النفسية والرضا عن الحياة في النموذج معًا، فإن تأثير الدعم التنظيمي في الثقة التنظيمية، ليس ذا دلالة إحصائية. لذا، يُعدّ الأمان النفسي والرضا عن الحياة متغيرين وسيطين بالكامل. تشير

هذه النتائج إلى أنه مع ارتفاع مستوى الدعم التنظيمي، يمكن زيادة مستوى الثقة التنظيمية بشكل غير مباشر من خلال وساطة الأمان النفسي والرضا عن الحياة.

دراسة (Pan, & Wang, 2024) هدفت الدراسة إلى تعرف تأثير الدعم الاجتماعي في الأمان النفسي للمراهقين ودور التنظيم العاطفي وتجربة الإصابة بفيروس كوفيد-19. تكونت عينة الدراسة من (615) من المراهقين الصينيين المختارين عشوائيًا. تظهر نتائج نمذجة المعادلة الهيكلية أن: الدعم الاجتماعي تنبأ بشكل إيجابي بالأمان النفسي؛ الدعم الاجتماعي تنبأ بشكل إيجابي بإعادة التقييم المعرفي، وتنبأت إعادة التقييم المعرفي بشكل إيجابي بالأمان النفسي. في الوقت نفسه، لعبت إعادة التقييم المعرفي دورًا وسيطًا في العلاقة بين الدعم الاجتماعي والأمان النفسي؛ الدعم الاجتماعي تنبأ بشكل سلبي بالقمع التعبيري، وتنبأ القمع التعبيري بشكل سلبي بالأمان النفسي. في غضون ذلك، لعب قمع التعبير دورًا وسيطًا في العلاقة بين الدعم الاجتماعي والأمان النفسي؛ تحسّن تجربة الإصابة بكوفيد-19 العلاقة بين قمع التعبير والأمان النفسي بشكل إيجابي. تُوفّر هذه الدراسة مرجعًا نظريًا وخبريًا لحل المشكلات النفسية لدى المراهقين في حالات الأزمات.

أما دراسة (Moussa, 2024) فهدفت إلى تعرف مستوى الإرشاد الأكاديمي وعلاقته بالأمان النفسي والمسؤولية الاجتماعية لدى عينة من طلاب جامعة تبوك، التي بلغت (304) طالبًا، واستخدم البحث الحالي المنهج الوصفي التحليلي. وتوصلت النتائج إلى أن المتوسط العام للإرشاد الأكاديمي لدى طلاب جامعة تبوك بلغ (3.26)، ما يدل على متوسط الأداء العام، وأن المتوسط العام للمسؤولية الاجتماعية بلغ (3.26)، كما بلغ المتوسط العام للأمان النفسي (3.56)، ما يدل أيضًا على متوسط الأداء. متوسط السنة.

هدفت دراسة حفيظة (2024) إلى الكشف عن علاقة أساليب المعاملة الوالدية كما يديرها الأبناء والأمن النفسي لدى تلاميذ مرحلة الثانوي بمدينة تامنغست، وباستخدام المنهج الوصفي الارتباطي واختيار عينة عشوائية

قوامها 40 تلميذ وتلميذة، وأظهرت النتائج أنه توجد علاقة ارتباطية ضعيفة بين أساليب المعاملة الوالدية كما يدركها الأبناء والأمن النفسي، مستوى الأمن النفسي متوسط لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في إدراك الجنسين لأساليب المعاملة الوالدية لعينة الدراسة.

تهدف دراسة زفور (2023) إلى الكشف عن العلاقة بين الحاجات الإرشادية والأمن النفسي، لدى طلبة السنة الأولى من التعليم الجامعي، والتحقق من الفروق الموجودة في الحاجات الإرشادية والأمن النفسي، لدى طلبة السنة الأولى تبعاً لمتغير الجنس. وللوصول إلى تحقيق نتائج الدراسة، استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي، وتكونت عينة الدراسة من (200) طالب وطالبة من جامعة جيلالي بونعامة الجزائرية، جرى اختيارهم بطريقة عشوائية، وُجمعت البيانات عن طريق تطبيق مقياس الحاجات الإرشادية، ومقياس الأمن النفسي على عينة الدراسة، وقد أظهرت وجود علاقة ارتباطية بين الحاجات الإرشادية والأمن النفسي لدى طلبة السنة الأولى من التعليم الجامعي.

فيما تناولت دراسة معوال (2023) علاقة الاضطرابات النفس جسمية بالشعور بالأمن النفسي لدى عينة من طلبة الجامعة، إذ أن الشعور بالأمن النفسي تهيئ للإصابة بهذه الأعراض المرضية، واشتملت عينة البحث على (60) من طلاب كلية التربية جامعة مصراتة بليبيا وقد أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث فيما يتعلق بالشعور بالأمن النفسي، وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث فيما يتعلق بالاضطرابات النفس جسمية حيث كانت قيمة (ت) دالة عند مستوى (0.05)، كما توجد علاقة ارتباطية سالبة بين الشعور بالأمن النفسي كما يدركه الطلاب وبين الأعراض النفس جسمية.

أما دراسة لعيس (2022) فتهدف إلى تعرف ماهية الأمن النفسي وأهميته في تعزيز الصحة النفسية لدى طلبة الجامعة، وتجنب شعورهم بالخوف والصراع والتعصب والعنف والانحرافات السلوكية، كما يتعلق الأمر هنا بالوقوف على دور الجامعة في إحداث تغييرات جوهرية في طبيعة الخدمات المقدمة للطلاب لتخفيف

عبء التحديات التي تحيط بهم، من خلال توفير برامج رعاية الصحة النفسية وتوفير ظروف الشعور بالأمن النفسي. وتأسياً على ما سبق، فقد قُدمت مقترحات حول تفعيل دور الجامعة في ضوء المداخل النظرية المختلفة للإرشاد النفسي الأكاديمي. وفي هذه الورقة البحثية اتبع الباحث المنهج الوصفي التحليلي بأسلوب الدراسة المكتبية (الببليوغرافية) من خلال حصر وتحليل ما احتوى عليه التراث النظري والدراسات السابقة حول الموضوع. وقد أظهرت نتائج الدراسة أن للجامعة دوراً أساسياً في تنمية الأمن النفسي لدى الطلاب؛ إذ أن هناك حاجة ماسة لخدمات الإرشاد الأكاديمي في البيئة الجامعية. في ضوء هذه النتائج.

وأجرى (Tatiana et al, 2022) دراسة هدفت إلى تعرف مستوى الأمن النفسي لدى لطلبة تكونت عينة الدراسة من (351) طالباً تتراوح أعمارهم بين 19 و21 عاماً، أظهرت الطالبات اللواتي خضعن للتحليل مستويات أعلى من الأمان النفسي، وبخاصة في تبادل أفكارهن الشخصية في قاعات الندوات الإلكترونية. وُجد نفس التوجه في مستويات المشاركة والأداء الأكاديمي. وأشارت النتائج إلى أن الأمان النفسي يُنبئ بالأداء الأكاديمي بشكل إيجابي. وعلى عكس الدراسات السابقة، لا يُنظر إلى أمان الطلاب كجانب من جوانب أمن البيانات الشخصية فحسب، بل كجانب نفسي أيضاً. وقد خلصت الدراسة إلى أن تأثير الأمان النفسي على مشاركة الطلاب وأدائهم الأكاديمي واضح بشكل خاص في بيئة التعليم الإلكتروني.

أما دراسة (Xin et al, 2022) فهدفت إلى قياس مستوى الأمن النفسي لطلاب الكليات الصينية وتغيراته بمرور الوقت له قيمة كبيرة للفحص، وأجرى تحليل تلوي عبر الزمن باستخدام أوراق تقيس مستوى الأمن النفسي لطلاب الجامعات الصينية باستخدام استبيان الأمن بين عامي 2006 و2019. تمثلت عينة الدراسة في (28,352) طالباً جامعياً صينياً. وكشفت النتائج عن وجود ارتباط سلبي كبير بين درجات الأمن النفسي وعوامله المختلفة والسنة الدراسية. كما ارتبطت درجات الأمن النفسي وعوامله ارتباطاً وثيقاً بخمسة مؤشرات

اجتماعية هي: الوضع الاقتصادي) مستوى استهلاك السكان (والترابط الاجتماعي) معدل الطلاق، ومستوى التحضر)، والتهديد العام (معدل الالتحاق بالجامعات، ومعدل الجريمة)، ما يشير إلى أن التغير الاجتماعي قد يكون مسؤولاً عن انخفاض مستوى الأمن النفسي لدى طلاب الجامعات الصينيين. كما أشارت النتائج إلى أن مستوى الأمن النفسي لدى طلاب الجامعات الصينيين يتغير عبر الزمن، وهو ما ارتبط بتغيرات اجتماعية كلية في مجالات متنوعة. بالإضافة إلى ذلك، وبالاستناد إلى المؤشرات الاجتماعية الكلية المقابلة، يُقترح إطار نظري ثلاثي الأبعاد لتفسير الأمن النفسي لطلاب الجامعات كمجموعة.

هدفت دراسة التلاحمة (2021) إلى تعرف على العلاقة بين الأمن النفسي والدافعية نحو الإنجاز لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة الخليل، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي؛ إذ أجريت الدراسة على عينة مكونة من (160) طالباً وطالبة، من طلبة المرحلة الثانوية في مديرية التربية والتعليم وسط الخليل للعام الدراسي (2019/2020م). جرى اختيارهم بطريقة العينة العشوائية البسيطة. وتوصلت الدراسة إلى أن مستوى الأمن النفسي لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة الخليل كان بدرجة متوسطة؛ إذ بلغ المتوسط الحسابي (3.30) ونسبة مئوية بلغت (66.0%). وأن مستوى دافعية الإنجاز لديهم كان مرتفعاً؛ إذ بلغ المتوسط الحسابي للدرجة الكلية لدافعية الإنجاز (3.97) بنسبة مئوية بلغت (79.4%). وأظهرت النتائج وجود علاقة طردية موجبة دالة إحصائياً بين الأمن النفسي ودافعية الإنجاز؛ إذ بلغ معامل الارتباط للعلاقة بين الأمن النفسي ودافعية الإنجاز.

وسعت دراسة الدراوشة (2021) إلى التعرف إلى مستوى الأمن النفسي والاغتراب النفسي لدى عينة من المراهقات اليتيمات في محافظة العقبة، والعلاقة بينها، وأجريت الدراسة على عينة تكونت من (173) مراهقة يتيمة مُسجّلة في جمعية أبناء العقبة لرعاية وتأهيل الأيتام، ممن تتراوح أعمارهنّ من (12-18) سنة، ولتحقيق

أهداف الدراسة، وجرى تطوير مقياسان لأغراض هذه الدراسة تمتعا بدلالات صدق وثبات مناسبين، هما: مقياس الأمن النفسي، ومقياس الاغتراب النفسي، وتحليل البيانات، استخدم الباحثان الأساليب الآتية: المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل ألفا كرونباخ ومعامل ارتباط بيرسون، وأشارت النتائج إلى أنّ مستوى الأمن النفسي جاء متوسطاً، بينما مستوى الاغتراب النفسي قد جاء بمستوى مرتفع، وقد أسفرت النتائج إلى وجود علاقة دالة إحصائياً وعكسية بين مستوى الأمن النفسي ومستوى الاغتراب النفسي لدى المراهقات اليتيمات.

هدفت دراسة أبو عرة (2017) إلى معرفة مستوى كل من الشعور بالأمن النفسي ودافعية التعلم لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة وأثر بعض المتغيرات الديموغرافية (جنس الطالب، مكان السكن، عدد الساعات المجتازة، دخل الأسرة الشهري) في الأمن النفسي ودافعية التعلم، وكذلك معرفة العلاقة بين الأمن النفسي ودافعية التعلم. إذ تكونت عينة الدراسة من (350) طالباً وطالبة خلال العام الدراسي 2016/2017، واختيروا بطريقة المعاينة العشوائية الطبقية، وقد شكلت العينة ما نسبته (5.2%) من المجتمع الأصلي. وأظهرت نتائج الدراسة أن الدرجة الكلية للأمن النفسي ودافعية التعلم لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة جاءت بدرجة كبيرة. واستخدم الباحث مقياس الشعور بالأمن النفسي ومقياس دافعية التعلم. وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة خطية موجبة ودالة إحصائياً بين درجتي الأمن النفسي ودافعية التعلم لدى الطلبة حيث بلغت قيمة معامل الارتباط بيرسون بينهما (489).

وهدف دراسة امعقل (2017) إلى التعرف على العلاقة بين الذكاء الوجداني والأمن النفسي لدى عينة من طلاب الجامعة بليبيا. عرضت الدراسة إطاراً مفاهيمياً، تضمن أهم المصطلحات، الذكاء الوجداني، الأمن النفسي. وجاءت العينة من (139) طالب وطالبة من كليات جامعة الزيتونة كلية الآداب، والحقوق، والعلوم،

والاقتصاد. وتمثلت الأدوات مقياس الذكاء، مقياس الأمن النفسي. واختتمت الدراسة بالنتائج، توجد علاقة إحصائية دالة بين الذكاء الوجداني والأمن النفسي لدى عينة من الطلبة، توجد علاقة ذات دلالة إحصائية موجبة بين الذكاء الوجداني، الدرجة الكلية والأبعاد والأمن النفسي.

كما هدفت دراسة الزعبي (2015) إلى معرفة العلاقة بين الأمن النفسي وفاعلية الأنا لدى عينة من طلبة جامعة دمشق، وبيان ما إذا كانت هناك فروق دالة جوهرياً في متوسطات درجات الأمن النفسي وفاعلية الأنا بين الذكور والإناث، قد تكونت عينة الدراسة من (372) طالباً وطالبة، منهم (196) طالباً و(176) طالبة، أهم النتائج التي أسفرت عنها الدراسة، وجود مستويات متوسطة في كل من الأمن النفسي وفاعلية الأنا لدى الطلبة. كما وجدت علاقة إيجابية دالة عند مستوى (0.01) بين الأمن النفسي وفاعلية الأنا ($r = 0.651$). بالإضافة إلى ذلك وجدت فروق دالة جوهرياً بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث في الأمن النفسي وفاعلية الأنا.

تناولت دراسة محمد (2010) الكشف عن العلاقة بين الأمن النفسي والتعصب الديني والرياضي لدى الشباب الجامعي من الجنسين، والاستفادة من نتائج هذه الدراسة في وضع برامج إرشادية علاجية تهدف إلى دعم البناء النفسي لدى الشباب الجامعي في مواجهة هذه الاتجاهات التعصبية. وتكونت عينة الدراسة من (400) من طلاب الجامعات اناث وذكور وقد أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الأمن النفسي والاتجاهات التعصبية الدينية والرياضية لدى الشباب الجامعي من الجنسين، وتوجد علاقة ارتباطية سالبة بين تقدير الذات والاتجاهات التعصبية الدينية والرياضية لدى الشباب الجامعي من الجنسين كما يمكن التنبؤ بالأمن النفسي من خلال الاتجاهات التعصبية والدينية والرياضية لدى الشباب الجامعي من الجنسين.

2- الدراسات التي تناولت تقدير الذات:

أكدت دراسة (Muris, otgar,2023) أن ارتفاع تقدير الذات يرتبط بصحة نفسية أفضل ، وأظهرت أن برنامج التعاطف الذاتي (Self-compassion) والتدخلات النفسية مثل العلاج المعرفي السلوكي فعالة في تحسين تقدير الذات.

هدفت دراسة المسمار (2023) إلى معرفة العلاقة بين تقدير الذات والتحصيل الأكاديمي لدى عينة من طالبات قسم علم النفس في جامعة حائل، واعتمدت الباحثة المنهج الوصفي، واستخدمت الباحثة الأدوات الآتية لتحقيق هدف الدراسة: استمارة البيانات الديموغرافية للمستجيبين (الجنس، العمر، المعدل) ومقياس تقدير الذات المكون من ٣٥ فقرة. وتم تطبيق الدراسة على (69) طالبة من طالبات قسم علم النفس في جامعة حائل، جرى اختيارهن بالطريقة العشوائية وتوصلت الدراسة إلى النتائج الآتية: وجود مستوى متوسط من تقدير الذات لدى طالبات قسم علم النفس في جامعة حائل. أنه لا يوجد ارتباط ذو دلالة إحصائية بين تقدير الذات والتحصيل الدراسي لدى طالبات قسم علم النفس في جامعة حائل. وأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة تقدير الذات بسبب اختلاف عمر الطالبة.

وتناولت دراسة المغربي (2023) اضطراب القلق الاجتماعي وعلاقته بتقدير الذات وصورة الجسم لدى عينة من المراهقات، وذلك باستخدام المنهج الوصفي بشقيه الارتباطي والمقارن على عينة قوامها (250) طالبة من طالبات المدارس (الإعدادية- الثانوية) والجامعة بمحافظة بورسعيد، وتراوح أعمارهن بين 15-19 عام، وجرى تقسيمهن إلى مجموعتين (المجموعة الأولى 15: 17 عام) المراهقة المتوسطة، (المجموعة الثانية 18: 19 عام) المراهقة المتأخرة، وذلك باستخدام مقياس القلق الاجتماعي، ومقياس تقدير الذات واستمارة بيانات عامة لقياس المستوى الاجتماعي من إعداد الباحثة، ومقياس صورة الجسم إعداد زينب محمود شقير 2002،

وتوصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المراهقات الأصغر سناً والأكبر سناً في جميع أبعاد القلق الاجتماعي والدرجة الكلية له وعدم وجود فروق بين المستويات الاقتصادية الاجتماعية الثلاثة في أبعاد تقدير الذات والدرجة الكلية له. وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المراهقات الأصغر سناً والأكبر سناً في صورة الجسم ووجود علاقة ارتباطية سالبة وذات دلالة إحصائية عند (01.0) بين الخوف باعتباره أحد أبعاد القلق الاجتماعي، وجميع أبعاد تقدير الذات والدرجة الكلية له، وجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية عند (01.0) بين التجنب باعتباره أحد أبعاد القلق الاجتماعي، وجميع أبعاد تقدير الذات والدرجة الكلية له، وجود علاقة ارتباطية سالبة و ذات دلالة إحصائية عند (01.0) بين الأعراض الفسيولوجية باعتباره أحد أبعاد القلق الاجتماعي وجميع أبعاد تقدير الذات والدرجة الكلية له، وجود علاقة ارتباطية سالبة وذات دلالة إحصائية عند (01.0) بين الدرجة الكلية للقلق الاجتماعي وجميع أبعاد تقدير الذات والدرجة الكلية له. وجود علاقة ارتباطية موجبة وذات دلالة إحصائية عند (01.0) بين جميع أبعاد القلق الاجتماعي والدرجة الكلية له وصورة الجسم لدى الفتيات المراهقات.

هدفت دراسة الحسن وبن علة (2022) إلى اكتشاف مدى وجود علاقة بين تقدير الذات والمرونة النفسية لدى الطلبة الجامعيين، والكشف عما إذا كان هناك فروق في مستوى تقدير الذات والمرونة النفسية تعزى للمتغيرات التالية: (الجنس، التخصص، والمستوى الدراسي) تم اعتماد المنهج الوصفي كونه الأنسب لطبيعة الموضوع، معتمدين في ذلك على مقياس كوبرسميث لتقدير الذات، ومقياس المرونة النفسية. من إعداد يحيى عمر شعبان شقورة (2012)، وجرى تطبيق هاتين الأداتين على عينة من طلبة قسم العلوم الاجتماعية جامعة ابن خلدون -تيارت- بلغ عددهم (119) طالبا وخلصت نتائج الدراسة إلى أنه توجد علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائياً بين تقدير الذات والمرونة النفسية لدى الطلبة الجامعيين، وتوجد علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائياً بين تقدير

الذات والمرونة النفسية في بعدها الانفعالي لدى الطلبة الجامعيين، توجد علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائياً بين تقدير الذات والمرونة النفسية في بعدها العقلي لدى الطلبة الجامعيين، وتوجد علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائياً بين تقدير الذات والمرونة النفسية فب بعدها الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير الجنس، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير التخصص، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير المستوى الدراسي، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المرونة النفسية لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير الجنس.

هدفت دراسة بوكليوة وبولخير (2022) إلى الكشف عن العلاقة بين الدافعية للتعلم وتقدير الذات لدى طلبة السنة الأولى بجامعة جيجل، وتعرف الفروق بينهم في هذين المتغيرين حسب متغيري الجنس والتخصص، وذلك باستخدام المنهج الوصفي الارتباطي. واعتمدت الدراسة على عينة حجمها (107) طالبا وطالبة من طلبة السنة الأولى علوم اجتماعية وعلوم إنسانية بجامعة جيجل للسنة الجامعية 2022/2021. وقد جرى استخدام أداتين في الدراسة هما: مقياس الدافعية للتعلم "ليوسف قطامي"، ومقياس "تقدير الذات" لكوبر سميث. وقد توصلت الدراسة إلى أنه توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين تقدير الذات والدافعية للتعلم لدى طلبة الجامعة عند مستوى الدلالة (0,01) ولا توجد فروق دالة إحصائياً بين طلبة الجامعة في الدافعية للتعلم تعزى لمتغير الجنس، ولا توجد فروق دالة إحصائياً بين طلبة الجامعة في الدافعية للتعلم تعزى لمتغير التخصص الدراسي، لا توجد فروق دالة إحصائياً بين طلبة الجامعة في تقدير الذات تعزى لمتغير الجنس، لا توجد فروق دالة إحصائياً بين طلبة الجامعة في تقدير الذات تعزى لمتغير التخصص الدراسي .

هدفت دراسة مجدوب(2022) إلى الكشف عن تقدير الذات وعلاقته بقلق المستقبل والتحصيل الأكاديمي لدى طلبة جامعة دنقلا، بإضافة إلى تأثير متغير النوع، تكونت عينة الدراسة من (277) طالبا وطالبة، جرى اختيارها عن طريق العينة العشوائية الطبقية، المنهج المستخدم في هذه الدراسة هو المنهج الوصفي، لتحقيق هذا الهدف استخدم الباحث مقياس تقدير الذات وقلق المستقبل، وقد توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين تقدير الذات والتحصيل الأكاديمي، كما لم تجد الدراسة علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين تقدير الذات وقلق المستقبل، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات، وقلق المستقبل تعزى لمتغير النوع .

هدفت دراسة إسماعيل (2019) إلى معرفة تقدير الذات، وعلاقته بالمستوى الاجتماعي الاقتصادي والتحصيل الدراسي في مادة الرياضيات، لدى طلاب الصف الثالث بالمرحلة الثانوية. واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي، ويشتمل مجتمع الدراسة على طلاب مدارس محلية القطينة و بلغ عدد العينة (97) طالبا و طالبة (42 طالبا و 55 طالبة). توصلت الدراسة إلى النتائج الآتية: تتسم تقدير الذات لدى طلاب الشهادة الثانوية بمجتمع الدراسة الحالية بالارتفاع، وعدم وجود علاقة ارتباطية بين تقدير الذات والمستوى الاجتماعي الاقتصادي، لدى طلاب الصف الثالث للمرحلة الثانوية بمجتمع الدراسة، ووجود علاقة ارتباطية بين تقدير الذات والتحصيل الدراسي في مادة الرياضيات لدى طلاب الصف الثالث للمرحلة الثانوية بمجتمع الدراسة الحالي؛ إذ كانت معامل الارتباط.(00.25) ولا توجد علاقة ارتباطية بين التحصيل الدراسي في مادة الرياضيات والمستوى الاجتماعي الاقتصادي لدى طلاب الصف الثالث بالمرحلة الثانوية بمجتمع الدراسة الحالية، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين تقدير الذات تعزى للمستوى الاجتماعي الاقتصادي (منخفض / مرتفع)

وقد كانت قيمة (ت) المحسوبة (00.56) غير دالة عند دلالة (0.05) ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات تقدير الذات ومستوى التحصيل في مادة الرياضيات.

وتناولت دراسة آيت (2018) البحث في العلاقة المفترضة بين أساليب المعاملة الوالدية كما يدركها الابن المراهق ودرجة تقديره لذاته، استخدمت الباحثة المنهج الوصفي وأدوات جمع المعلومات الخاصة بمتغيرات الدراسة، والمتمثلة في اختبار (أمو) لإدراك المعاملة الوالدية، مقياس تقدير الذات من إعداد الباحثة، ولقياس العلاقة استعملت معامل ارتباط (بيرسون)، وعليه تم الوصول إلى أن هناك علاقة ارتباطية موجبة وقوية بين الدفء العاطفي وتقدير الذات بالنسبة للوالدين اتجاه المراهق ، وهناك علاقة ارتباطية سالبة متوسطة فيما يخص الضبط الوالدي وتقدير الذات ، وانطلاقاً من هذه النتائج ظهر وجود علاقة بين أساليب الوالدية كما يدركها المراهق في بعدها الدفء العاطفي والضبط الوالدي وتقديره لذاته.

تناولت دراسة (Henriksen et al, 2017) العلاقة بين تقدير الذات في مرحلة المراهقة والأعراض النفسية مثل القلق ومشاكل الانتباه. وقد أظهرت تلك الدراسة أن انخفاض تقدير الذات لدى المراهقين مرتبطاً بزيادة الأعراض النفسية مثل القلق ومشاكل الانتباه، مما يشير إلى أن تقدير الذات يمثل عاملاً وقائياً ضد هذه المشكلات.

كما هدفت دراسة رضوان (2017) إلى معرفة العلاقة بين أساليب الهوية وكلا من تقدير الذات والتحصيل الأكاديمي والمتغيرات الديموغرافية لدى المراهقين، من أبناء المطلقين، والتحقق مما إذا كانت هناك فروق في أساليب الهوية بين المراهقين من أبناء المطلقين وغير المطلقين، والكشف عن طبيعة الفروق في أساليب الهوية لدى أبناء المطلقين، وفقاً لمتغير النوع (ذكور، إناث) والإقامة (مع الأم، مع الأب) والعلاقة بين الوالدين بعد الانفصال (وئام، عدا)، وتكونت عينة البحث من (160) من المراهقين من طلبة الصفين الأول والثاني الثانوي (80) من أبناء المطلقين و (80) من أبناء غير المطلقين تتراوح أعمارهم من (15 - 17) عاماً، وكشفت

النتائج عن وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين أساليب الهوية المعلوماتي والالتزام (علاقة موجبة) والتجنبي (علاقة سالبة) وكلا من تقدير الذات والتحصيل الأكاديمي، وعدم وجود علاقة بينها وبين الأسلوب المعياري، كما أظهرت النتائج، عدم وجود علاقة ارتباطية بين أساليب الهوية ومتغير النوع والإقامة (مع الأم) والعلاقة (وئام)، ووجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين أسلوب الهوية المعياري والإقامة (مع الأب)، ووجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين أسلوب الهوية المعلوماتي والالتزام والعلاقة (عداء) وعلاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين الأسلوب التجنبي والعلاقة (عداء). كما كشفت النتائج، عن وجود فروق في أساليب الهوية بين أبناء المطلقين وغير المطلقين، وعدم وجود فروق في أساليب الهوية بين الذكور والإناث من أبناء المطلقين، ووجود فروق تبعاً لمتغير الإقامة والعلاقة بين الوالدين بعد الانفصال، فضلاً عن إمكانية التنبؤ بأسلوب الهوية المعلوماتي والالتزام من خلال تقدير الذات والتحصيل الأكاديمي (تنبؤ إيجابي)، والتنبؤ بأسلوب الهوية التجنبي من خلال تقدير الذات (تنبؤ سلبي)، كما ساهم متغير الإقامة (مع الأب) في التنبؤ بأسلوب الهوية المعياري (تنبؤ سلبي).

وهدفت دراسة رجب (2016) إلى تعرف على العلاقة بين الشراء القهري وتقدير الذات لدى عينة من طلاب الجامعة، وتعرف الفروق بين الذكور والإناث من طلاب الجامعة في الشراء القهري. أجريت الدراسة على 300 طالب وطالبة من طلاب الجامعة بواقع (150) طالبا و(150) طالبة، وقد بينت نتائج الدراسة أنه توجد علاقة ارتباطية سالبة بين الشراء القهري وتقدير الذات، كما توجد فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث من طلاب الجامعة في الشراء القهري في اتجاه الإناث.

وهدفت دراسة شعبان (2010) إلى تعرف الخجل وعلاقته بتقدير الذات، كما هدفت إلى تعرف مستوى تلك المتغيرات، ومدى علاقة الخجل بتقدير الذات وطبقت الدراسة على عينة قوامها (81) عينة وقد استخدم الباحث

مقياس الخجل ومقياس تقدير الذات وهما من إعداد الباحث وقد توصلت النتائج إلى أن العلاقة ضعيفة جدا تكاد تصل إلى العدم بين الخجل، ومستوى الطموح وعدم وجود فروق، ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات.

ومن خلال استعراض الدراسات العربية والأجنبية المقترحة كدراسات سابقة للدراسة، فإنه يمكن استخلاص التعقيب على هذه الدراسات كالآتي:

التعليق على الدراسات التي تناولت الأمن النفسي:

أ- من حيث الموضوع:

اتفقت الدراسة الحالية من حيث تناولها لمفهوم الأمن النفسي، مع دراسة كل من: دراسة حفيظة (2024) ودراسة زفور (2023)، ودراسة معوال (2023)، ودراسة لعيس (2022)، ودراسة التلاحمة (2021)، الدراوشة (2021) ودراسة بو عبد الله (2020)، ودراسة أبو عرة (2017)، ودراسة امعيقل (2017)، ودراسة الزعبي (2015) في حين اختلفت معها في المتغير التابع للأمن النفسي فمثلا دراسة حفيظة هدفت إلى دراسة الأمن النفسي وعلاقته بأساليب الوالدية، بينما ربطت دراسة زفور الأمن النفسي بالحاجات الارشادية، وربطت دراسة معوال الأمن النفسي بمتغير آخر وهو الاضطرابات النفس جسمانية، أما دراسة التلاحمة فقد ربطت الأمن النفسي بالدافعية نحو الإنجاز، ودراسة الدراوشة قارنت بين الأمن النفسي والاغتراب النفسي.

ب-من حيث عينة الدراسة:

تنوعت عينات الدراسة، واختلفت من حيث الحجم فدراسة سالم ناجح سليمان محمد، قوامها (400) من طلاب الجامعة ذكور واناث. أما دراسة حفيظة قوامها (40) من تلاميذ المرحلة الثانوية، ودراسة الدراوشة قوامها (173) مراهقة من اليتيمات. ودراسة أبو عرة قوامها (350) طالباً وطالبة. ودراسة امعقل قوامها (139) طالبا وطالبة من كليات جامعة الزيتونة كلية الآداب.

التعليق على الدراسات التي تناولت تقدير الذات:

هدفت معظم الدراسات إلى معرفة علاقة تقدير الذات وبعض المتغيرات الأخرى.

أ- من حيث الموضوع:

دراسة المسمار (2023) هدفت إلى تعرف التحصيل الأكاديمي وعلاقته بتقدير الذات كما هدفت إلى تعرف مستوى تلك المتغيرات، ودراسة المغربي(2023) هدفت هذه الدراسة إلى تعرف العلاقة بين تقدير الذات واضطراب القلق الاجتماعي، أما دراسة بوكليوة (2022): فهذه هدفت إلى تعرف كشف العلاقة بين تقدير الذات والدافعية للتعلم، ودراسة مجدوب (2022)، هدفت إلى تعرف علاقة تقدير الذات بقلق المستقبل والتحصيل الأكاديمي، أما دراسة إسماعيل (2009) فهذه هدفت إلى معرفة تقدير الذات وعلاقته بالمستوى الاجتماعي والاقتصادي والتحصيل الدراسي في الرياضيات لدى طلاب

الصف الثالث ثانوي بالمرحلة الثانوية.

ب- من حيث العينة:

تنوعت عينات الدراسة واختلفت من حيث الحجم فدراسة المسمار شملت (69) طالبة من طالبات قسم علم النفس، ودراسة المغربي شملت (250) من طالبات اعدادي وثانوي بمحافظة بور سعيد، ودراسة بوكليوة (107) طالب وطالبة من طلاب سنة أولى تخصص علوم اجتماعية وإنسانية، ودراسة مجدوب (277) طالب وطالبة، ودراسة رجب (300) طالب وطالبة، ودراسة إسماعيل (11) طالبة و(42) طالبا.

3. من حيث الأدوات:

اعتمدت الدراسات السابقة على عدة مقاييس حسب متغيرات الدراسة فمنهم من استخدم مقياس الأمن النفسي، مقياس تقدير الذات، مقياس الخجل، مقياس المستوى الاقتصادي والاجتماعي، مقياس الدافعية للتعلم، مقياس القلق من المستقبل، ومقياس المرونة النفسية، مقياس القلق الاجتماعي ومقياس الذكاء الوجداني، بينما استخدمت الباحثة مقاييس فقط وهم مقياس الأمن النفسي ومقياس تقدير الذات.

الفصل الثالث

الطريقة والإجراءات

- 3.1 منهجية الدراسة
- 3.2 مجتمع الدراسة وعينتها
- 3.3 أدوات الدراسة وخصائصها
- 3.4 متغيرات الدراسة
- 3.5 إجراءات تنفيذ الدراسة
- 3.6 المعالجات الإحصائية

الفصل الثالث

الطريقة والإجراءات

يتناول هذا الفصل الأساليب والإجراءات التي اتبعت لتنفيذ الدراسة. وشملت هذه الإجراءات تحديد منهجية البحث المستخدمة، وتوضيح مجتمع الدراسة والعينة المختارة، مع وصف دقيق للخطوات العملية المتعلقة ببناء أدوات الدراسة وتحديد خصائصها. كما جرى التطرق إلى شرح متغيرات الدراسة الرئيسية، بالإضافة إلى أنواع الاختبارات الإحصائية المستخدمة لتحليل البيانات، التي تسهم في الإجابة عن تساؤلات الدراسة وتحقيق أهدافها.

1.3 منهجية الدراسة

اعتمدت هذه الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي؛ لمناسبته لتحقيق أهداف الدراسة، إذ يعتمد هذا المنهج على جمع البيانات حول المتغيرات التي يتناولها، ومن ثم تحديد إذا كانت هناك علاقة بينهما، وتقصي طبيعة تلك العلاقة ووصف العلاقة بين المتغيرات وصفاً كمياً باستخدام مقاييس كمية (عوده وملكوي، 1992)،

3.3 مجتمع الدراسة

تكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة الصفين التاسع والعاشر من المرحلة الثانوية، والذين يدرسون في مدارس مدينة القدس، والذين يبلغ عددهم (7,997) طالباً وطالبة، يدرسون في جميع مدارس القدس الحكومية والتابعة لوزارة المعارف والمدارس الخاصة، وذلك وفق بيانات الجهاز المركزي للإحصاء الفلسطيني للعام الدراسي (2022/2023).

4.3 عينة الدراسة:

أولاً- العينة الاستطلاعية (Pilot Study): اختيرت عينة استطلاعية مكونة من (30) من طلبة الصفين التاسع والعاشر من المرحلة الثانوية، والذين يدرسون في مدارس مدينة القدس، وذلك بغرض التأكد من صلاحية أدوات الدراسة واستخدامها لحساب الصدق والثبات

ثانياً- عينة الدراسة (Sample Study):

بلغ عدد أفراد عينة الدراسة (205) طالباً وطالبة من الصفين التاسع والعاشر من مدارس مدينة القدس، يشكلون ما نسبته (2.5%) من مجتمع الدراسة، والذين أجابوا على فقرات أداة الدراسة بطريقة صحيحة، وقد جرى اختيارهم بالطريقة المتيسرة في مدينة القدس، وهي: مدرسة الأقصى بالعيزرية (ذكور، إناث) ومدرسة النظامية ببيت حنينا (إناث) ومدرسة الحياة بكفر عقب (إناث)، ومدرسة سلوان (ذكور، إناث).

وقد بلغ عدد الطالبات (148) طالبة يشكلن ما نسبته (72.2%)، وبلغ عدد الطلاب (57) طالباً يشكلون ما نسبته (27.8%)، وبلغ عدد أفراد العينة من الصف التاسع (122) طالباً يشكلون ما نسبته (59.5%)، وبلغ عدد طلبة الصف العاشر من عينة الدراسة (83) طالباً وطالبة ويشكلون ما نسبته (40.5%). وفيما يأتي توضيح لتوزيع أفراد العينة حسب خصائصهم كما هو موضح في الجدول رقم (1.3) الآتي:

جدول (1.3) توزيع أفراد العينة حسب خصائصهم الديمغرافية

المتغير	الفئة	العدد	النسبة
الجنس	ذكر	57	27.8%
	أنثى	148	72.2%
الصف	التاسع	122	59.5%
	العاشر	83	40.5%
المجموع		205	100%

3.5 أدوات الدراسة وخصائصها

بهدف تحقيق أهداف الدراسة، اعتمدت مقاييس: الأمن النفسي، وتقدير الذات لجمع البيانات

أولاً: مقياس الأمن النفسي

من أجل تحقيق الغاية المرجوة من الدراسة الحالية، وبعد الاطلاع على الأدب التربوي والدراسات السابقة وعلى مقاييس الأمن النفسي المستخدمة استخدمت الباحثة مقياس مرعي (2023) ويتكون المقياس من (43) فقرة. موزعة على ثلاثة أبعاد:

البعد الأول: الطمأنينة النفسية:

يشير هذا البعد إلى شعور المراهق بالسلامة وللاطمئنان والاستقرار النفسي وندرة الشعور بالقلق والخوف من الخطر والاضطراب، ويتكون هذا البعد من (15) فقرة وهي (2، 4، 6، 11، 17، 20، 23، 26، 29، 33، 36، 39، 42، 43).

البعد الثاني: الحب والقبول

يشير هذا البعد إلى شعور المراهق بالتقبل الذاتي، وأن الآخرين سواء الأسرة أو الزملاء يتقبلونه ويحبونه، وينظرون إليه ويعاملونه بدفء ومودة، ويتكون هذا البعد من (13) عبارة وهي (1، 5، 8، 10، 13، 15، 19، 22، 31، 34، 38، 40، 41).

البعد الثالث: التوافق الشخصي والاجتماعي:

يشير هذا البعد إلى شعور المراهق بالسعادة مع الذات والآخرين، وإشباع معظم الحاجات والدوافع والقدرة على مواجهة متطلبات الحياة، والالتزام بأخلاقيات المجتمع، مع مسايرة المعايير الاجتماعية، ويتكون هذا البعد من (15) فقرة وهي (3، 7، 9، 12، 16، 18، 21، 24، 25، 27، 28، 30، 32، 35، 37).

صدق مقياس الأمن النفسي:

جرى التحقق من صدق المقياس في الدراسة الحالية من خلال مؤشرات عدة:

أ-الصدق الظاهري Face validity

للتَّحَقُّق من الصِّدْق الظَّاهري لمقياس الأمن النفسي عرض المقياس بصورته الأولى على مجموعة من المتخصصين ممّن يحملون درجة الدكتوراه في الإرشاد النفسي والتّربوي، وعلم النّفس، والقياس والتّقويم، وقد بلغ عددهم (9) محكّمين كما هو موضّح في ملحق (أ)؛ إذ طلب منهم الحكم على مدى وضوح صياغة الفقرات وسلامتها، ومدى مناسبة الفقرات للبعد الذي وضعت فيه، ومدى كفاية وشمولية فقرات المقياس لقياس السّمة المراد قياسها (الأمن النفسي)، ومدى انسجام الفقرات مع السّياق النّقّافي للمجتمع الفلسطيني، وقد اعتمد معيار الاتّفاق (80%) كحد أدنى لقبول الفقرة، ولم يكن هناك ملاحظات جوهرية، ثمّ بقي عدد فقرات المقياس (43) فقرة.

ب- صدق الاتساق الداخلي

حُسب معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) لاستخراج قيم معاملات ارتباط الفقرات والدرجة الكلية، كما هو مبين في الجداول (3.2).

جدول (2.3): نتائج معامل الارتباط بيرسون للعلاقة بين الدرجة الكلية لمقياس الأمن النفسي وفقرات المقياس

الرقم	الفقرات	قيمة (ر)	الدلالة الإحصائية
1	أشعر بالأمن في حياتي بصفة عامة	0.58	0.000
2	ينتابني احساس بالخوف من وقت لآخر	0.60	0.000
3	حياتي العائلية غير سعيدة	0.61	0.000
4	اشعر بالراحة النفسية والرضا	0.63	0.000
5	اشعر بالضغط النفسي المستمرة بسبب الأعباء الدراسية	0.54	0.000
6	أعاني من الإحباط والفشل في حياتي	0.72	0.000
7	أشعر بالنقص بالمقارنة بأصدقائي	0.66	0.000
8	ممارسة الشعائر الدينية تجعلني أشعر بالأمن والاستقرار النفسي	0.29	0.000
9	أشعر بمعنوياتي مرتفعة	0.58	0.000
10	ينتابني شعور بالأرق كثيرا	0.59	0.000
11	أفتقر للشعور بالراحة والهدوء	0.59	0.000
12	أشعر بالقلق والخوف من المستقبل لأنه غير واضح بالنسبة لي بدون سبب	0.68	0.000
13	أتقن القيام بالأنشطة المدرسية الكبيرة مقارنة بزملائي	0.62	0.000
14	أفتخر بنفسني عندما أنجز واجباتي المدرسية	0.64	0.000
15	أسرتي تتحدث معي باستمرار	0.65	0.000
16	أتعامل مع زملائي بمحبة وود	0.67	0.000
17	ألوم نفسي من وقت لآخر	0.58	0.000
18	تتابعني والدتي يوميا وتتحدث معي	0.76	0.000
19	لا يهتم والدي لنجاحي أو رسوبي	0.70	0.000
20	ينتقدني أحد والدي (أو كلاهما) كثيرا	0.33	0.000
21	أنا غير واثق بقدرتي على حماية نفسي	0.62	0.000
22	ليس لي فائدة في الحياة	670.	0.000
23	أجيد التعبير عن آرائي بشجاعة	0.63	0.000
24	أفتقر للشعور بالراحة والهدوء	0.72	0.000
25	أحاول أن أكون ودودا مع زملائي	0.58	0.000
26	وجودي وسط أصدقائي يشعرنني بالطمأنينة والسلام الداخلي	0.76	0.000
27	أتقبل ذاتي وأسعى دائما لتطويرها باستمرار	0.70	0.000
28	أشارك زملائي في المناسبات الاجتماعية المختلفة	0.33	0.000

29	أستطيع التعامل مع الضغوطات ومواجهتها	0.66	0.000
30	أقبل نقد أصدقائي لي	0.29	0.000
31	أعامل مع الآخرين معاملة حسنة	0.58	0.000
32	تتال آرائي ووجهات نظري تقدير واحترام الزملاء	510.	0.000
33	أواجه صعوبة في الحياة مع أسرتي	0.59	0.000
34	أنا شخص ناجح في دراستي	0.68	0.000
35	لدي القدرة على اتخاذ القرارات وتحمل نتائجها	0.54	0.000
36	لدي الرضا الكامل عن شخصيتي بما فيها من عيوب ومميزات	710.	0.000
37	لدي القدرة على مواجهة مشاكل ومحاولة حلها	560.	0.000
38	أفضل العزلة والابتعاد عن الآخرين	320.	0.000
39	لدي أصدقاء مقربون أحبهم ويبادلوني نفس الشعور	0.58	0.000
40	أفضل الغياب عن المدرسة كلما أمكن ذلك	550.	0.000
41	أعيش حياة من الترقب والحذر من الآخرين	530.	0.000
42	يصعب عليّ تقبل نقد اسرتي لتصرفاتي	620.	0.000
43	أعاني من التوتر الزائد من الدراسة	0.29	0.000

يتضح من الجدول (3.2) أن جميع قيم معاملات الارتباط بين الفقرة والدرجة الكلية كانت دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05)، ما يشير إلى اتساق داخلي بين الفقرات، وأنها جميعاً تشترك في قياس الأمن النفسي.

ثبات مقياس الأمن النفسي:

للتحقق من ثبات مقياس الأمن النفسي، استخدمت طريقة ثبات التجانس الداخلي من خلال حساب معامل ألفا كرونباخ Cronbach Alpha، ويبين جدول (3.3) قيمة معامل الثبات لكل بعد من أبعاد المقياس، والدرجة الكلية.

جدول (3.3): نتائج معامل كرونباخ ألفا (Cronbach Alpha) لأبعاد مقياس الأمن النفسي والدرجة الكلية

المجالات	عدد الحالات	عدد الفقرات	قيمة ألفا
الطمأنينة النفسية	205	14	0.83

0.87	13	205	الحب والقبول
0.81	16	205	التوافق النفسي والاجتماعي
0.90	43	205	الدرجة الكلية لمقياس الأمن النفسي

يلاحظ من خلال الجدول (3.3) أن جميع قيم ثبات الاتساق الداخلي لأبعاد مقياس الأمن النفسي والدرجة الكلية جاءت مرتفعة؛ ما يدل على دقة المقياس في قياس السمة المقاسة.

تصحيح مقياس الأمن النفسي

تكوّن المقياس بصورته النهائية من (43) فقرة، يجاب عن كل فقرة وفق سلّم إجابات خماسي (أوافق بشدة = 5، وأوافق = 4، ومحايد = 3، ولا أوافق = 2، ولا أوافق بشدة = 1)، وذلك حسب انطباق محتوى الفقرة على المراهق. ويتم عكس الدرجات لسلّم الإجابات، عندما تكون الفقرة سالبة. وبذلك فإن الدرجة الكلية التي يمكن أن يحصل عليها المفحوص على المقياس تتراوح بين (43 - 215) درجة. ولتصنيف مستوى الأمن النفسي بدلالاتها الكلية إلى ثلاثة مستويات (عالٍ، متوسط، منخفض) فقد تم اعتماد معادلة المدى:

$$(\text{الحد الأعلى للمقياس} - \text{الحد الأدنى للمقياس}) / 3 = 1.33$$

وبناءً على ذلك، فإن مستويات الإجابة عن المقياس تكون على النحو الآتي: مستوى منخفض من الأمن النفسي (2.33) فأقل، مستوى متوسط من الأمن النفسي (2.34 - 3.67)، مستوى مرتفع من الأمن النفسي (3.68) فما فوق.

ثانياً: مقياس تقدير الذات:

اعتمدت الدراسة مقياس تقدير الذات متعدد الأبعاد الذي أعده النعيمات (2015)، الذي يتكون من (55) فقرة موزعة على (5) أبعاد:

البعد الأول: تقدير الذات الأكاديمي: ويقوم هذا البعد بقياس تقدير الذات الأكاديمي والعقلي المناسب للفرد، إذ يجيب عن توقعات الأفراد وقدراتهم واتجاهاتهم وقيمهم المرتبطة بالجوانب المدرسية والأكاديمية ويتكون من (14) فقرة.

البعد الثاني: تقدير الذات العائلي: يقيس هذا البعد تقدير الذات ضمن إطار العائلة أو البيت، ويقيس توقعات الشخص نحو نفسه ضمن العائلة، من حيث قدراته واهتماماته وقيمه وتفاعل هذه مع أفراد العائلة ويتكون من (13) فقرة.

البعد الثالث: تقدير الذات الاجتماعي: يسعى هذا البعد لقياس تقدير الذات، ما بين مجموعات من الأفراد وأقرانهم ضمن إطار المجتمع، ومعرفة توقعات الفرد، حول اتجاهاته وقيمته واهتماماته وتفاعله مع أقرانه خارج نطاق العائلة وضمن مجتمعه، ويتكون من (10) فقرة.

البعد الرابع: تقدير الذات الشخصي: يقوم هذا البعد بقياس مدى ردود أفعال الأفراد، تجاه أنفسهم، ومدى شعور الفرد بقيمة نفسه وأهميتها ويتكون من (11) فقرات.

البعد الخامس: تقدير الذات الرفاعي: يهتم هذا البعد بقياس تقدير الفرد لذاته، من خلال سلوك رفاقه وأصدقائه تجاهه ويتكون من (7) فقرات.

صدق مقياس تقدير الذات:

جرى التحقق من صدق المقياس في الدراسة الحالية من خلال مؤشرات عدة هي:

أ-الصدق الظاهري Face validity

للتَّحَقُّق من الصِّدْق الظَّاهري لمقياس تقدير الذات عرض المقياس بصورته الأولى على مجموعة من المتخصصين ممَّن يحملون درجة الدكتوراه في الإرشاد النفسي والتربوي، وعلم النفس، والقياس والتَّقويم، وقد بلغ عددهم (9) محكِّمين كما هو موضَّح في ملحق (أ)، إذ طلب منهم الحكم على مدى وضوح صياغة الفقرات وسلامتها، ومدى مناسبة الفقرات للبعد الذي وضعت فيه، ومدى كفاية وشمولية فقرات المقياس لقياس السَّمة المراد قياسها (تقدير الذات)، ومدى انسجام الفقرات مع السَّياق الثقافي للمجتمع الفلسطيني، وقد اعتمد معيار الاتِّفاق (80%) كحد أدنى لقبول الفقرة، ولم يكن هناك ملاحظات جوهرية وبالتالي بقي عدد فقرات المقياس (55) فقرة.

ب- صدق الاتساق الداخلي

حُسب معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) لاستخراج قيم معاملات ارتباط الفقرات والدرجة

الكلية، كما هو مبين في الجداول (3.4).

جدول (3.4): نتائج معامل الارتباط بيرسون للعلاقة بين الدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات وفقرات المقياس

الرقم	الفقرات	قيمة (ر)	الدلالة الإحصائية
1	أنقن القيام بالأنشطة المدرسية الكبيرة مقارنة بزملائي	530.	0.001
2	أفتخر بنفسني عندما أنجز واجباتي المدرسية	360.	00.0
3	أعتقد أنني أؤدي واجباتي المدرسية بالشكل الذي أتمناه	0.42	0.000
4	ينتابني شعور جيد عندما أؤدي واجباتي المدرسية في الوقت المحدد؟	330.	000.
5	أشعر بالمتعة أثناء التعلم	230.	00.00
6	أتخلى عن أداء واجباتي المدرسية الصعبة	830.	0.000
7	يفهمني معظم اساتذتي	0.39	0.000
8	أنسى ما أتعلمه بسرعة	0.47	0.000
9	أشعر أن المعلمين يتوقعون مني الكثير	630.	0.000
10	تعتبر الدراسة أكثر صعوبة بالنسبة لي مما هي لدى الطلبة الآخرين	0.40	0.000
11	أشعر أنني مهما بذلت من جهد فإنني لا أحصل على العلامات التي أستحقها	0.37	0.000
12	أتصرف بشكل جيد في المدرسة	440.	000.0
13	أنا واثق من قدراتي	0.54	0.000
14	أشعر بصعوبة باتخاذ القرار	0.52	0.00
15	أشعر أحيانا برغبة في ترك المدرسة	0.47	0.000
16	أشعر بصعوبة في تقييم نفسي عندما أقوم بعمل جيد	0.46	0.000
17	أنا عصبي المزاج عادة	0.32	0.000
18	أشعر أنني سعيد كالآخرين	0.62	0.000
19	أشعر بصعوبة الأشياء دون أن أعلم السبب معظم الأحيان	0.41	0.000
20	أنا راض عن وزني	0.35	0.000
21	أشعر انه ليس لدي طاقة كافية للقيام بواجباتي	0.46	0.000
22	سأغير أشياء كثيرة في حياتي ان استطعت	530.	000.0
23	أصاب بالإحباط بسهولة	0.55	0.000
24	أحب الطريقة التي ينظر بها الآخرون إليّ	0.49	0.000
25	أشعر بالخجل من نفسي.	0.51	0.000
26	لدي زملاء أثق بهم	0.47	0.000
27	أشعر بمشكلة عندما أتحدث مع الآخرين	0.60	0.000

الرقم	الفقرات	قيمة (ر)	الدلالة الإحصائية
28	أشعر أن أفكارك تعجب الآخرين	0.43	0.000
29	أشعر بالارتياح عندما أتواجد بين مجموعات من الناس	0.48	0.000
30	يحترم الآخرون وجهة نظري	0.52	0.000
31	أجد صعوبة في التعرف على الآخرين	0.47	0.000
32	أنا معروف لدى الأشخاص ممن هم في عمري	0.47	0.000
33	أشعر بصعوبة في التعبير عن عواطفِي ورغباتي	0.60	0.000
34	أشعر بالقلق لما يعتقد الآخرون عني	0.47	0.000
35	لدي القليل من الأصدقاء	0.50	0.000
36	أشعر بعدم الراحة عندما أكون بالمنزل	0.35	0.000
37	يعتقد والداي بأنني فاشل	0.63	0.000
38	أشعر ان والدي يتقهمان مشاعري بشكل جيد؟	0.67	0.000
39	أتفق في الآراء مع افراد أسرتي	0.62	0.000
40	علاقتي جيدة مع والدي	0.60	0.000
41	علاقتي بأمي جيدة	0.54	0.000
42	أثق بأفراد أسرتي	0.52	0.000
43	يستمتع والدي لأخباري ومشاكلي الخاصة	0.59	0.000
44	يتوقع والداي من الكثير	0.47	0.000
45	أشعر بأنني مرغوب في الأسرة	0.69	0.000
46	والداي فخوران بي	0.66	0.000
47	أتمنى لو أنني ولدت في اسرة أخرى	0.61	0.000
48	يعتقد والداي أنني سأكون ناجحا في المستقبل	0.59	0.000
49	أشعر بأنني محبوبا من أصدقائي	0.60	0.000
50	يعتقد بعض أصدقائي أنني مرح	0.55	0.000
51	أتمنى لو أنني شخص مختلف، حتى يكون لدي أصدقاء كثيرون	0.59	0.000
52	أنا جيد في تكوين صداقات	0.60	0.000
53	أتجنب الاحتكاك بأصدقائي لأنني مختلف عنهم	0.52	0.000
54	أحب اللعب مع الأصدقاء	0.42	0.000
55	أشعر أن لدي مهارات في كسب الأصدقاء	0.58	0.000

يتضح من الجدول (3.4) أن جميع قيم معاملات الارتباط بين الفقرة والدرجة الكلية كانت دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05)، ما يشير إلى اتساق داخلي بين الفقرات وأنها جميعاً تشترك في قياس تقدير الذات.

ثبات مقياس تقدير الذات

للتحقق من ثبات مقياس تقدير الذات، استخدمت طريقة ثبات التجانس الداخلي من خلال حساب معامل ألفا كرونباخ Cronbach Alpha، ويبين جدول (3.5) قيمة معامل الثبات لكل بعد من أبعاد المقياس، والدرجة الكلية.

جدول (5.3): نتائج معامل كرونباخ ألفا (Cronbach Alpha) لثبات مقياس تقدير الذاتي

المجالات	عدد الحالات	عدد الفقرات	قيمة ألفا
تقدير الذات الأكاديمي	191	14	0.67
تقدير الذات الشخصي	191	11	0.77
تقدير الذات الاجتماعي	191	10	0.79
تقدير الذات العائلي	191	13	0.90
تقدير الذات الرفاعي	191	7	0.85
الدرجة الكلية لتقدير الذات	191	55	0.92

يلاحظ من خلال الجدول (3.3) أن جميع قيم ثبات الاتساق الداخلي لأبعاد مقياس الأمن النفسي والدرجة الكلية جاءت مرتفعة؛ مما يدل على دقة المقياس في قياس السمة المقاسة.

تصحيح مقياس تقدير الذات

تكوّن المقياس بصورته النهائية من (55) فقرة، ويُجاب عن كل فقرة وفق سلم إجابات خماسي (أوافق بشدة = 5، أوافق = 4، ومحايد = 3، لا أوافق = 2، لا أوافق بشدة = 1)، وذلك حسب انطباق محتوى الفقرة على المراهق. ويجري عكس الدرجات لسلم الإجابات عندما تكون الفقرة سالبة؛ وبذلك فإن الدرجة الكلية التي يمكن

أن يحصل عليها المفحوص على المقياس تتراوح بين (55- 275) درجة. ولتصنيف مستوى الأمن النفسي بدلالاتها الكلية إلى ثلاثة مستويات (عالٍ، متوسط، منخفض) فقد تم اعتماد معادلة المدى:

$$(\text{الحد الأعلى للمقياس} - \text{الحد الأدنى للمقياس}) / 3 = 1.33.$$

وبناءً على ذلك، فإن مستويات الإجابة عن المقياس تكون على النحو الآتي: مستوى منخفض من تقدير الذات (2.33) فأقل، مستوى متوسط من تقدير الذات (2.34 - 3.67)، مستوى مرتفع من تقدير الذات (3.68) فما فوق.

5.3 إجراءات الدراسة

تم إجراء الدراسة وفق المراحل الآتية:

1. مرحلة جمع البيانات الثانوية: تم جمع البيانات الثانوية من العديد من المصادر الثانوية كالكتب والمقالات والتقارير والرسائل الجامعية وغيرها، وذلك من أجل وضع الإطار النظري لهذه الدراسة، والاستعانة بها في بناء أدواتها وتوظيفها في الوصول إلى نتائج الدراسة لاحقاً.
2. مرحلة جمع البيانات الأولية: بعد أن حصل الانتهاء من تصميم الاستبانة ومراجعتها والتأكد من صدقها وثباتها، قامت الباحثة بتوزيعها على أفراد عينة الدراسة، وذلك من أجل الوصول إلى حجم معلومات كافية للإجابة عن أسئلة الدراسة والوصول إلى الأهداف المحددة.
3. بعد الانتهاء من الفترة اللازمة لتعبئة الاستبانة، تم جمعها ومن ثم مراجعتها للتأكد من مدى صلاحيتها للتحليل، واستبعاد ما لم تصلح منها.

4. مرحلة إدخال البيانات: قامت الباحثة بإدخال البيانات التي تم جمعها من خلال الاستبانة إلى جهاز الحاسوب باستخدام الحزمة الإحصائية للدراسات الاجتماعية (SPSS)، ومن ثم تصنيف البيانات من أجل تجهيزها لعملية التحليل.
5. مرحلة معالجة البيانات: جرى تحليل البيانات باستخدام الأساليب الإحصائية التي تجيب عن أسئلة الدراسة واختبار الفرضيات.
6. مناقشة النتائج التي أسفر عنها التحليل في ضوء الأدب النظري والدراسات السابقة، والخروج بمجموعة من التوصيات والمقترحات البحثية.

6.3 المعالجة الإحصائية للبيانات:

- من أجل معالجة البيانات وبعد جمعها، قامت الباحثة باستخدام برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS, 28)، وذلك باستخدام المعالجات الإحصائية الآتية:
1. معادلة كرونباخ الفا (Cronbachs Alpha)، من أجل التحقق ثبات الاتساق الداخلي لفقرات كل أداة من أدوات الدراسة.
 2. اختبار بيرسون (Pearson Correlation)، لمعرفة العلاقات بين الفقرات ومجالاتها والدرجة الكلية للمقياس.
 3. حساب الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية
 4. حساب الاحصائي (t) لعينتين مستقلتين

الفصل الرابع

عرض نتائج الدراسة

1.4 النتائج المتعلقة بأسئلة الدراسة

1.1.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الأول

2.1.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني

3.1.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث

4.1.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع

الفصل الرابع

عرض نتائج الدراسة

تناول هذا الفصل عرضاً للنتائج التي توصلت إليها الدراسة في ضوء أسئلتها التي جرى طرحها، وقد نظمت وفقاً لمنهجية محددة في العرض؛ إذ عُرضت في ضوء أسئلتها، ويتمثل ذلك في عرض نص السؤال، ثم الإشارة إلى نوع المعالجات الإحصائية المستخدمة، ثم جدول البيانات، ووضعها تحت عناوين مناسبة، يلي ذلك تعليقات على أبرز النتائج المستخلصة، وهكذا تعرض النتائج المرتبطة بكل سؤال على حدة.

1.4 النتائج المتعلقة بأسئلة الدراسة

1.1.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الأول

ما مستوى الأمن النفسي لدى عينة من المراهقين في محافظة القدس؟

للإجابة عن هذا السؤال، ومعرفة مستوى الأمن النفسي لدى عينة من المراهقين في محافظة القدس، جرى حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات مقياس الأمن النفسي، وذلك كما هو موضح في الجداول الآتية بحسب أبعاد الأمن النفسي:

جدول (1.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية الكلية لأبعاد الأمن النفسي لدى عينة من المراهقين في محافظة القدس .

البعد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجة
الطمأنينة النفسية	3.30	1.04	متوسطة
الحب والقبول	3.45	1.06	متوسطة
التوافق الشخصي والاجتماعي	3.44	1.14	متوسطة
الدرجة الكلية	3.40	1.08	متوسطة

يتضح من هذه البيانات أن الدرجة الكلية لمقياس الأمن النفسي قد بلغت (3.40) وبدرجة متوسطة، كذلك حصلت جميع أبعاد هذا المقياس على درجة متوسطة، وجاء البعد الثاني وهو الحب والقبول أولاً وبمتوسط حسابي بلغ (3.45)، وحصل البعد الثالث وهو التوافق الشخصي والاجتماعي على ثاني متوسط حسابي وبلغ (3.44)، بينما جاء البعد الأول ثالثاً، وهو الطمأنينة النفسية وبمتوسط حسابي بلغ (3.30).

وفيما يلي تفصيل لهذه الأبعاد:

أولاً: الطمأنينة النفسية:

لمعرفة مستوى كل فقرة من فقرات بعد الطمأنينة النفسية، تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والدرجات لهذه الفقرات، وذلك كما هو موضح في الجدول (2.4) الآتي:

جدول (2.4) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والدرجات لفقرات الطمأنينة النفسية مرتبة تنازلياً

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجة
8	ممارسة الشعائر الدينية تجعلني أشعر بالأمن والاستقرار النفسي	4.38	1.03	عالية
14	أعاني من التوتر الزائد من الدراسة	4.19	0.82	عالية
5	أشعر بالضغوط النفسية المستمرة بسبب الأعباء الدراسية	3.90	1.01	عالية
1	أشعر بالأمن في حياتي بصفة عامة	3.81	0.96	عالية
4	أشعر بالراحة النفسية والرضا	3.67	0.94	متوسطة
13	طفولتي كانت سعيدة	3.57	0.99	متوسطة
9	أشعر بمعنوياتي مرتفعة	3.51	1.02	متوسطة
12	أشعر بالقلق والخوف من المستقبل لأنه غير واضح بالنسبة لي بدون سبب	3.25	1.25	متوسطة
2	ينتابني إحساس بالخوف من وقت لآخر	3.03	1.10	متوسطة
10	ينتابني شعور بالأرق كثيرا	3.02	1.11	متوسطة
11	أفتقر للشعور بالراحة والهدوء	3.01	1.12	متوسطة
6	أعاني من الإحباط والفشل في حياتي	2.56	1.11	متوسطة
7	أشعر بالنقص بالمقارنة بأصدقائي	2.20	1.14	منخفضة
3	حياتي العائلية غير سعيدة	2.16	1.00	منخفضة
	الدرجة الكلية للطمأنينة النفسية	3.30	1.04	متوسطة

يتضح من الجدول (2.4) أن مستوى الطمأنينة النفسية من وجهة نظر عينة من المراهقين في مدينة القدس قد

حصلت على درجة متوسطة بلغت (3.30)، وقد حصلت الفقرة رقم (8) وهي (ممارسة الشعائر الدينية تجعلني

أشعر بالأمن والاستقرار النفسي) قد حصلت على أعلى متوسط حسابي وبلغ (4.38)، بينما حصلت الفقرة رقم

(3) وهي (حياتي العائلية غير سعيدة)، وبمتوسط حسابي بلغ (2.16).

ثانياً: الحب والقبول:

لمعرفة مستوى كل فقرة من فقرات بعد الحب والقبول، جرى حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والدرجات لهذه الفقرات، وذلك كما هو موضح في الجدول (3.4) الآتي:

جدول (3.4) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والدرجات لفقرات الحب والقبول مرتبة تنازلياً

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجة
16	أتعامل مع زملائي بمحبة وود	4.23	0.74	عالية
25	أحاول أن أكون ودوداً مع زملائي	4.22	0.93	عالية
24	أفكر للشعور بالراحة والهدوء	4.12	0.88	عالية
21	أنا غير واثق بقدرتي على حماية نفسي	3.95	1.10	عالية
27	أقبل ذاتي وأسعى دائماً لتطويرها باستمرار	3.47	1.03	متوسطة
15	أسرتي تتحدث معي باستمرار	3.35	0.93	متوسطة
23	أجيد التعبير عن آرائي بشجاعة	3.32	1.24	متوسطة
19	لا يهتم والدي لنجاحي أو رسوبي	3.20	1.20	متوسطة
20	ينتقذني أحد والدي (أو كلاهما) كثيراً	3.16	1.12	متوسطة
17	ألوم نفسي من وقت لآخر	2.99	1.10	متوسطة
22	ليس لي فائدة في الحياة	2.86	1.09	متوسطة
18	تتابعني والدي يومياً وتتحدث معي	2.84	1.06	متوسطة
26	وجودي وسط أصدقائي يشعرني بالطمأنينة والسلام الداخلي	2.76	1.37	متوسطة
	الدرجة الكلية للحب والقبول	3.45	1.06	متوسطة

يتبين من الجدول (3.4) أن مستوى الحب والقبول لدى عينة من المراهقين في مدينة القدس قد حصل على

درجة متوسطة وبلغت (3.45)، كذلك جاءت الفقرة رقم (16) وهي (أتعامل مع زملائي بمحبة وود) بالمرتبة

الأولى وحصلت على متوسط حسابي بلغ (4.23)، بينما حصلت الفقرة رقم (26) وهي (وجودي وسط أصدقائي

يشعرني بالطمأنينة والسلام الداخلي) على أقل متوسط حسابي وبلغ (2.76).

ثالثاً: التوافق الشخصي والاجتماعي:

لمعرفة مستوى كل فقرة من فقرات بعد التوافق الشخصي والاجتماعي، جرى حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والدرجات لهذه الفقرات، وذلك كما هو موضح في الجدول (4.4):

جدول (4.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والدرجات لفقرات التوافق الشخصي والاجتماعي مرتبة تنازلياً

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجة
34	أنا شخص ناجح في دراستي	4.33	1.12	عالية
38	أفضل العزلة والابتعاد عن الآخرين	3.98	1.24	عالية
40	أفضل الغياب عن المدرسة كلما أمكن ذلك	3.82	0.85	عالية
42	يصعب عليّ تقبل نقد اسرتي لتصرفاتي	3.74	1.15	عالية
30	أقبل نقد أصدقائي لي	3.69	1.02	عالية
36	لدي الرضا الكامل عن شخصيتي بما فيها من عيوب ومميزات	3.69	1.17	عالية
32	تنال آرائي ووجهات نظري تقدير واحترام الزملاء	3.66	1.21	متوسطة
29	أستطيع التعامل مع الضغوطات ومواجهتها	3.60	1.17	متوسطة
31	أتعامل مع الآخرين معاملة حسنة	3.53	1.04	متوسطة
33	أواجه صعوبة في الحياة مع أسرتي	3.50	1.22	متوسطة
41	أعيش حياة من الترقب والحذر من الآخرين	3.50	1.07	متوسطة
28	أشارك زملائي في المناسبات الاجتماعية المختلفة	3.15	1.12	متوسطة
35	لدي القدرة على اتخاذ القرارات وتحمل نتائجها	3.10	1.20	متوسطة
43	أعاني من التوتر الزائد من الدراسة	2.83	1.09	متوسطة
39	لدي أصدقاء مقربون أحبهم ويبادلوني نفس الشعور	2.70	1.08	متوسطة
37	لدي القدرة على مواجهة مشاكلتي ومحاولة حلها	2.21	1.05	منخفضة
	الدرجة الكلية للحب والقبول	3.44	1.11	متوسطة

يتضح من الجدول (4.4) أن مستوى التوافق الشخصي والاجتماعي حصل على درجة متوسطة وبلغت

(3.44)، كذلك حصلت الفقرة رقم (34) وهي (أنا شخص ناجح في دراستي) على أعلى متوسط حسابي وبلغ

(4.33)، بينما حصلت الفقرة رقم (37) وهي (لدى القدرة على مواجهة مشاكل ومحاولة حلها) على أقل متوسط حسابي وبلغ (2.21).

2.1.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني

ما مستوى تقدير الذات لدى عينة من المراهقين في محافظة القدس؟

للإجابة عن هذا السؤال ومعرفة مستوى تقدير الذات لدى عينة من المراهقين في محافظة القدس جرى حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ل فقرات مقياس تقدير الذات، والجدول (5.4) يبين ذلك

جدول (5.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات تقدير الذات لدى عينة من المراهقين في محافظة القدس.

المجال	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجة
تقدير الذات الأكاديمي	3.51	0.46	متوسطة
تقدير الذات الشخصي	3.00	0.62	متوسطة
تقدير الذات الاجتماعي	3.46	0.67	متوسطة
تقدير الذات الأسري	3.95	0.73	كبيرة
تقدير الذات الرفاقي	3.87	0.79	كبيرة
الدرجة الكلية لتقدير الذات	3.55	0.50	متوسطة

يتضح من الجدول (5.4) أن هناك تفاوت في مستوى تقدير الذات في المجالات المختلفة، إذ يظهر أن تقدير الذات الأسري (3.95) وتقدير الذات الرفاقي (3.87) يحققان أعلى مستويات من تقدير الذات، ما يشير إلى أن الأفراد يشعرون بقيمة كبيرة، في علاقاتهم الأسرية والاجتماعية مع الأصدقاء. يعكس هذا وجود دعم اجتماعي قوي من الأسرة والأصدقاء، مما يساهم في تعزيز الثقة بالنفس.

أما تقدير الذات الاجتماعي (3.46) وتقدير الذات الشخصي (3.00)، فهما يظهران درجات أقل في التقدير، ما قد يدل على وجود بعض التحديات أو القلق في الجوانب الاجتماعية والشخصية. قد يشير ذلك إلى الحاجة لتحسين

العلاقة مع الذات والتفاعل الاجتماعي. وفيما يلي تقدير الذات على كل بعد من الأبعاد

تقدير الذات الأكاديمي

جدول (6.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للفقرات المجال المتعلق بتقدير الذات مرتبة حسب الأهمية.

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجة
16	يبتابني شعور جيد عندما أؤدي واجباتي المدرسية في الوقت المحدد؟	4.17	0.76	كبيرة
14	أفتخر بنفسي عندما أنجز واجباتي المدرسية	4.14	0.80	كبيرة
25	أنا واثق من قدراتي	4.12	0.89	كبيرة
24	أتصرف بشكل جيد في المدرسة	4.01	0.85	كبيرة
21	أشعر أن المعلمين يتوقعون مني الكثير	3.86	1.00	كبيرة
13	أتقن القيام بالأنشطة المدرسية الكبيرة مقارنة بزملائي	3.52	1.03	متوسطة
26	أشعر أحياناً برغبة في ترك المدرسة	3.40	1.41	متوسطة
15	أعتقد أنني أؤدي واجباتي المدرسية بالشكل الذي أتمناه	3.27	1.04	متوسطة
22	تعتبر الدراسة أكثر صعوبة بالنسبة لي مما هي لدى الطلبة الآخرين	3.23	1.10	متوسطة
23	أشعر أنني مهما بذلت من جهد فإنني لا أحصل على العلامات التي أستحقها	3.22	1.23	متوسطة
18	أتخلى عن أداء واجباتي المدرسية الصعبة	3.21	1.14	متوسطة
19	يفهمني معظم اساتذتي	3.17	1.20	متوسطة
17	أشعر بالمتعة أثناء التعلم	2.94	1.09	متوسطة
20	أنسى ما أتعلمه بسرعة	2.92	1.19	متوسطة

يشير الجدول (6.4) إلى أن معظم الفقرات المتعلقة بتقدير الذات الأكاديمي تشير إلى درجات إيجابية، إذ يلاحظ

أن الفقرات التي تتعلق بالشعور بالإنجاز والثقة بالنفس في المدرسة تحقق درجات عالية. على سبيل المثال،

الفقرة 16 (يبتابني شعور جيد عندما أؤدي واجباتي المدرسية في الوقت المحدد) والفقرة 14 (أفتخر بنفسي عندما

أنجز واجباتي المدرسية) تحققان متوسطاً حسابياً مرتفعاً (4.17 و 4.14)، مما يشير إلى شعور قوي بالإنجاز

والفخر في الأداء المدرسي. كما أن الفقرات المتعلقة بالثقة في القدرات الشخصية، مثل الفقرة 25 (أنا واثق من قدراتي)، تحقق أيضًا درجة عالية (4.12).

في المقابل، هناك بعض الفقرات التي تظهر درجات متوسطة تشير إلى وجود بعض الصعوبات أو التحديات، مثل الفقرة 15 (أعتقد أنني أؤدي واجباتي المدرسية بالشكل الذي أتمناه) والفقرة 22 (تعتبر الدراسة أكثر صعوبة بالنسبة لي مما هي لدى الطلبة الآخرين)، حيث تظهر درجات متوسطة (3.27 و 3.23)، ما قد يعكس إحساسًا بعدم الرضا الكامل عن الأداء الدراسي أو الشعور بصعوبة الدراسة مقارنة بزملائهم.

الفقرات التي تظهر درجات أقل، مثل الفقرة 17 (أشعر بالمتعة أثناء التعلم) والفقرة 20 (أنسى ما أتعلمه بسرعة)، تبين بعض التحديات في الاستمتاع بالتعلم أو الاحتفاظ بالمعلومات، إذ تكون درجات هذه الفقرات أقل (2.94 و 2.92)، مما يشير إلى أنه قد يكون هناك حاجة لدعم أكبر في مجالات التحفيز والانتباه.

تقدير الذات الشخصي

جدول (7.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للفقرات المجال المتعلق بتقدير الذات الشخصي مرتبة حسب الأهمية.

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجة
37	أشعر بالخجل من نفسي	3.94	1.11	كبيرة
30	أشعر أنني سعيد كالآخرين	3.57	0.96	متوسطة
36	أحب الطريقة التي ينظر بها الآخرون إلي	3.53	1.10	متوسطة
32	أنا راض عن وزني	3.52	1.23	متوسطة
35	أصاب بالإحباط بسهولة	3.05	1.24	متوسطة
28	أشعر بصعوبة في تقييم نفسي عندما أقوم بعمل جيد	2.99	1.15	متوسطة
33	أشعر أنه ليس لدي طاقة كافية للقيام بواجباتي	2.69	1.18	متوسطة
27	أشعر بصعوبة باتخاذ القرار	2.67	1.10	متوسطة

31	أشعر بصعوبة الأشياء دون ان أعلم السبب معظم الأحيان	2.61	1.07	متوسطة
29	أنا عصبي المزاج عادة	2.55	1.19	متوسطة
34	سأغير أشياء كثيرة في حياتي ان استطعت	1.85	0.96	منخفضة

يتبين من الجدول (7.4) أن معظم الفقرات التي تتعلق بالتقدير الذاتي الشخصي والعاطفي تتراوح درجاتها

بين المتوسطة والكبيرة، مع وجود بعض التحديات في مجالات معينة. فقد حصلت **الفقرة 37** (أشعر بالخلل من نفسي) على أعلى درجة (3.94)، مما يشير إلى أن الأفراد قد يعانون من بعض الخلل أو قلة الثقة بالنفس في بعض المواقف الاجتماعية. وحصلت **الفقرة 30** (أشعر أنني سعيد كالآخرين) والفقرة **36** (أحب الطريقة التي ينظر بها الآخرون إلي) على مستوى متوسط (3.57 و 3.53)، ما يعكس شعورًا متوسطًا بالراحة والقبول الاجتماعي. أما الفقرات التي تتعلق بمشاعر سلبية مثل **الفقرة 35** (أصاب بالإحباط بسهولة) والفقرة **33** (أشعر انه ليس لدي طاقة كافية للقيام بواجباتي)، فقد أظهرت درجات متوسطة (3.05 و 2.69)، مما يشير إلى وجود بعض القلق والإحباط الذي قد يؤثر على التقدير الذاتي.

الفقرات التي تبين الصعوبات الشخصية مثل **الفقرة 27** (أشعر بصعوبة باتخاذ القرار) والفقرة **31** (أشعر بصعوبة الأشياء دون ان أعلم السبب معظم الأحيان) تُظهر أيضًا درجات متوسطة (2.67 و 2.61)، مما يدل على أن الأفراد قد يواجهون صعوبة في اتخاذ القرارات وفهم مشاعرهم في بعض الأحيان.

وأخيرًا، **الفقرة 34** (سأغير أشياء كثيرة في حياتي إن استطعت) حققت أدنى درجة (1.85)، مما يشير إلى أن الأفراد ربما لا يشعرون بحاجة كبيرة لتغيير حياتهم، وقد يكونون راضين نسبيًا عن جوانب معينة من حياتهم.

تقدير الذات الاجتماعي

جدول (8.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للفقرات المجال المتعلق بتقدير الذات الاجتماعي مرتبة حسب الأهمية.

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجة
44	أنا معروف لدى الأشخاص ممن هم في عمري	3.95	0.84	كبيرة
38	لدي زملاء أثق بهم	3.80	1.21	كبيرة
40	أشعر أن أفكاري تعجب الآخرين	3.65	0.87	متوسطة
42	يحترم الآخرون وجهة نظري	3.54	0.96	متوسطة
39	أشعر بمشكلة عندما أتحدث مع الآخرين	3.47	1.19	متوسطة
47	لدي القليل من الأصدقاء	3.45	1.26	متوسطة
43	أجد صعوبة في التعرف على الآخرين	3.39	1.11	متوسطة
41	أشعر بالارتياح عندما أتواجد بين مجموعات من الناس	3.34	1.13	متوسطة
46	أشعر بالقلق لما يعتقد الآخرون عني	3.20	1.33	متوسطة
45	أشعر بصعوبة في التعبير عن عواطفِي ورغباتي	2.85	1.24	متوسطة

يبين الجدول (8.4) أن التقدير الذاتي في مجالات العلاقات الاجتماعية يتراوح بين كبير ومتوسط، مع

بعض التحديات المرتبطة بالتفاعل مع الآخرين. وقد حصلت الفقرة 44 (أنا معروف لدى الأشخاص ممن هم في عمري) على أعلى درجة (3.95)، مما يشير إلى أن الأفراد يشعرون بأنهم معروفون ولهم حضور اجتماعي بين أقرانهم. وحصلت الفقرة 38 (لدي زملاء أثق بهم) أيضًا درجة كبيرة (3.80)، ما يعكس وجود علاقات قائمة على الثقة مع الأصدقاء أو الزملاء.

أما الفقرات التي تتعلق بالتفاعل الاجتماعي ووجهات النظر، مثل الفقرة 40 (أشعر أن أفكاري تعجب الآخرين) والفقرة 42 (يحترم الآخرون وجهة نظري)، فقد حققت درجات متوسطة (3.65 و3.54)، ما يدل على أن الأفراد يشعرون بقبول معتدل لأفكارهم وآرائهم من الآخرين.

تتضح بعض الصعوبات في التفاعل الاجتماعي في فقرات مثل **الفقرة 39** (أشعر بمشكلة عندما أتحدث مع الآخرين) و**الفقرة 47** (لدي القليل من الأصدقاء)، حيث حصلت كل منهما على درجة متوسطة (3.47 و 3.45)، ما يشير إلى وجود بعض التحديات في بناء علاقات اجتماعية واسعة أو الشعور بالراحة عند التفاعل مع الآخرين.

الدرجات المتوسطة في الفقرات مثل **الفقرة 43** (أجد صعوبة في التعرف على الآخرين) و**الفقرة 41** (أشعر بالارتياح عندما أتواجد بين مجموعات من الناس) (3.39 و 3.34) تشير إلى وجود صعوبة في التفاعل في بعض الحالات، إضافة إلى **الفقرة 46** (أشعر بالقلق لما يعتقد الآخرون عني) و**الفقرة 45** (أشعر بصعوبة في التعبير عن عواطف و رغباتي)، التي تدل على بعض القلق الاجتماعي وصعوبة التعبير عن الذات (3.20 و 2.85).

تقدير الذات الأسري

جدول (9.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للفقرات المجال المتعلق بتقدير الذات الأسري مرتبة حسب الأهمية.

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجة
53	علاقتي بأمي جيدة	4.37	0.85	كبيرة
60	يعتقد والداي أنني سأكون ناجحاً في المستقبل	4.28	0.87	كبيرة
52	علاقتي جيدة مع والدي	4.16	1.00	كبيرة
56	يتوقع والداي من الكثير	4.14	0.94	كبيرة
59	أتمنى لو أنني ولدت في أسرة أخرى	4.12	1.17	كبيرة
54	أثق بأفراد أسرتي	4.09	1.00	كبيرة
49	يعتقد والداي أنني فاشل	4.08	1.05	كبيرة
57	أشعر بأنني مرغوب في الأسرة	3.99	1.04	كبيرة

58	والداي فخوران بي	3.95	1.10	كبيرة
48	أشعر بعدم الراحة عندما أكون بالمنزل	3.88	1.25	كبيرة
55	يستمتع والدي لأخباري ومشاكلي الخاصة	3.61	1.28	متوسطة
50	أشعر ان والدي يتفهمان مشاعري بشكل جيد؟	3.47	1.11	متوسطة
51	أنتق في الآراء مع افراد أسرتي	3.38	1.14	متوسطة

يتضح من الجدول (9.4) أن العلاقات الأسرية بشكل عام تتمتع بتقدير كبير، مع وجود بعض التحديات في بعض الجوانب وقد حصلت الفقرة 53 (علاقتي بأمي جيدة) على أعلى درجة (4.37)، ما يدل على أن العلاقة مع الأم تُعتبر قوية جدًا. كما أن الفقرة 60 (يعتقد والداي أنني سأكون ناجحًا في المستقبل) والفقرة 52 (علاقتي جيدة مع والدي) حققنا أيضًا درجات كبيرة (4.28 و 4.16)، ما يشير إلى دعم وثقة كبيرين من الوالدين.

الفقرة 56 (يتوقع والداي من الكثير) والفقرة 59 (أتمنى لو أنني ولدت في أسرة أخرى) سجلتا درجات كبيرة أيضًا (4.14 و 4.12)، مما يعكس وجود توقعات عالية من الوالدين، وفي الوقت نفسه، شعورًا من الشخص برغبة في ربما لو كانت الظروف الأسرية مختلفة.

الفقرة 54 (أثق بأفراد أسرتي) والفقرة 49 (يعتقد والداي أنني فاشل) سجلتا درجات كبيرة أيضًا (4.09 و 4.08)، ما يعكس ثقة قوية في الأسرة رغم التحديات التي قد تواجه الأفراد.

الفقرة 48 (أشعر بعدم الراحة عندما أكون بالمنزل) حصلت على درجة متوسطة (3.88)، ما يشير إلى وجود بعض الانزعاج في البيئة المنزلية، ربما بسبب الضغوط الأسرية أو تباين في التوقعات.

أما الفقرات المتعلقة بالتواصل والمشاعر مثل **الفقرة 55** (يستمتع والدي لأخباري ومشاكلي الخاصة) والفقرة 50 (أشعر أن والدي يتفهمان مشاعري بشكل جيد) والفقرة 51 (أنتق في الآراء مع أفراد أسرتي)، فقد أظهرت

درجات متوسطة (3.61 و 3.47 و 3.38)، مما قد يدل على وجود حاجة لتحسين التواصل والتفاهم بين أفراد الأسرة.

تقدير الذات الرفاعي

جدول (10.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للفقرات المجال المتعلق بتقدير الذات الرفاعي مرتبة حسب الأهمية.

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجة
66	أحب اللعب مع الأصدقاء	4.08	0.92	كبيرة
62	يعتقد بعض أصدقائي أنني مرح	4.04	1.18	كبيرة
61	أشعر بأنني محبوباً من أصدقائي	3.95	0.96	كبيرة
65	أتجنب الاحتكاك بأصدقائي لأنني مختلف عنهم	3.90	1.08	كبيرة
63	أتمنى لو أنني شخص مختلف، حتى يكون لدي أصدقاء كثيرون	3.79	1.27	كبيرة
67	أشعر أن لدي مهارات في كسب الأصدقاء	3.70	1.09	كبيرة
64	أنا جيد في تكوين صداقات	3.66	1.10	متوسطة

يتبين من الجدول (10.4) أن التقدير الذاتي في مجال العلاقات الرفاقية إيجابي بشكل عام، وقد حصلت الفقرة 66 (أحب اللعب مع الأصدقاء) سجلت أعلى درجة (4.08)، مما يدل على أن الأفراد يتمتعون بتفاعلات إيجابية مع أصدقائهم ويستمتعون بالأنشطة المشتركة.

الفقرة 62 (يعتقد بعض أصدقائي أنني مرح) والفقرة 61 (أشعر بأنني محبوباً من أصدقائي) أيضاً حققت درجات كبيرة (4.04 و 3.95)، ما يشير إلى أن الأفراد يشعرون بالتقدير والمحبة من أصدقائهم، ويعتقدون أن لديهم سمعة إيجابية بينهم.

الفقرة 65 (أتجنب الاحتكاك بأصدقائي لأنني مختلف عنهم) سجلت درجة كبيرة (3.90)، مما قد يشير إلى أن بعض الأفراد قد يشعرون أحياناً بالاختلاف، ولكنه لا يؤثر بشكل كبير على علاقاتهم.

الفقرة 63 (أتمنى لو أنني شخص مختلف، حتى يكون لدي أصدقاء كثيرون) حققت درجة كبيرة (3.79)، مما يعكس وجود رغبة في أن يكون لديهم دائرة أصدقاء أوسع أو يكونوا أكثر تقبلاً من قبل الآخرين.

الفقرة 67 (أشعر أن لدي مهارات في كسب الأصدقاء) سجلت درجة كبيرة (3.70)، ما يدل على ثقة في مهاراتهم الاجتماعية في تكوين صداقات.

الفقرة 64 (أنا جيد في تكوين صداقات) حققت درجة متوسطة (3.66)، مما يشير إلى أن هناك بعض الشكوك أو التحديات في تكوين صداقات جديدة، رغم وجود شعور عام بالقدرة على ذلك.

4.2 نتائج فرضيات الدراسة:

الفرضية الأولى: لا توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha < 0.05$) في مستوى الأمن النفسي لدى عينة من المراهقين في محافظة القدس تعزى لمتغير الجنس. تم حساب الاحصائي (t) لعينتين مستقلتين والجدول (11.4) يبين ذلك.

جدول (11.4): نتائج اختبار "ت" للفروق في مستوى الأمن النفسي لدى عينة من المراهقين في محافظة القدس تعزى لمتغير الجنس

الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية	قيمة المحسوبة	ت الدلالة الإحصائية
ذكر	57	3.50	0.67	203	1.670	0.097
أنثى	148	3.33	0.64			

تشير المعطيات الواردة في الجدول السابق، إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha < 0.05$) في مستوى الأمن النفسي لدى عينة من المراهقين في محافظة القدس، تعزى لمتغير الجنس، إذ كانت الدلالة الإحصائية أكبر من 0.05، وهي غير دالة إحصائية.

الفرضية الثانية: لا توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha < 0.05$) في مستوى الأمن النفسي لدى عينة من المراهقين في محافظة القدس تعزى لمتغير المستوى التعليمي.

جدول (12.4): نتائج اختبار "ت" للفروق في مستوى الأمن النفسي لدى عينة من المراهقين في محافظة القدس تعزى لمتغير المستوى التعليمي

المستوى التعليمي	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية	قيمة المحسوبة	ت الدلالة الإحصائية
التاسع	122	3.52	0.63	203	3.580	0.000
العاشر	83	3.18	0.62			

تشير المعطيات الواردة في الجدول السابق إلى وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha < 0.05$) في مستوى الأمن النفسي لدى عينة من المراهقين في محافظة القدس تعزى لمتغير المستوى التعليمي، إذ كانت الدلالة الإحصائية أقل من 0.05، وهي دالة إحصائية.

فقد كانت الفروق لصالح طلبة الصف التاسع، والذين كان مستوى الأمن النفسي لديهم أعلى شيء بمتوسط حسابي (3.52)، مقابل (3.18) لطلبة الصف العاشر.

الفرضية الثالثة: لا توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha < 0.05$) في مستوى تقدير الذات لدى عينة من المراهقين في محافظة القدس تعزى لمتغير الجنس.

جدول (13.4): نتائج اختبار "ت" للفروق في مستوى تقدير الذات لدى عينة من المراهقين في محافظة القدس تعزى لمتغير الجنس.

المجال	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية	قيمة المحسوبة	ت الدلالة الإحصائية
تقدير الأكاديمي	الذات ذكر	57	3.50	0.43	203	-0.262	0.794
	أنثى	148	3.52	0.48			
تقدير الشخصي	الذات ذكر	57	3.11	0.54	203	1.570	0.118
	أنثى	148	2.95	0.64			
تقدير الاجتماعي	الذات ذكر	57	3.58	0.50	203	1.878	0.062
	أنثى	148	3.41	0.72			
تقدير الذات الأسري	ذكر	57	4.01	0.61	203	0.874	0.384
	أنثى	148	3.92	0.78			
تقدير الذات الرفاعي	ذكر	57	3.92	0.65	203	0.550	0.583
	أنثى	148	3.86	0.85			
الدرجة الكلية لتقدير الذات	ذكر	57	3.61	0.39	203	1.235	0.219
	أنثى	148	3.53	0.53			

تشير المعطيات الواردة في الجدول (13.4) إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة

($\alpha < 0.05$) في مستوى تقدير الذات لدى عينة من المراهقين في محافظة القدس تعزى لمتغير الجنس في جميع

المجالات والدرجة الكلية، حيث كانت الدلالة الإحصائية أكبر من 0.05، وهي غير دالة إحصائية.

الفرضية الرابعة: لا توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha < 0.05$) في مستوى تقدير الذات لدى عينة

من المراهقين في محافظة القدس تعزى لمتغير المستوى التعليمي.

جدول (14.4): نتائج اختبار "ت" للفروق في مستوى تقدير الذات لدى عينة من المراهقين في محافظة القدس تعزى لمتغير المستوى التعليمي.

المجال	المستوى التعليمي	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية	قيمة المحسوبة	ت الدلالة الإحصائية
تقدير الذات	تاسع	122	3.53	0.48	203	0.585	0.559
	عاشر	83	3.49	0.46			
تقدير الذات الشخصي	تاسع	122	3.09	0.61	203	2.582	0.011
	عاشر	83	2.85	0.58			
تقدير الذات الاجتماعي	تاسع	122	3.51	0.69	203	0.853	0.395
	عاشر	83	3.42	0.66			
تقدير الذات الأسري	تاسع	122	4.05	0.70	203	2.317	0.022
	عاشر	83	3.79	0.77			
تقدير الذات الرفاعي	تاسع	122	3.93	0.82	203	0.819	0.414
	عاشر	83	3.83	0.74			
الدرجة الكلية لتقدير الذات	تاسع	122	3.62	0.51	203	1.995	0.048
	عاشر	83	3.46	0.48			

تشير المعطيات الواردة في الجدول (14.4) إلى وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha < 0.05$)

في مستوى تقدير الذات لدى عينة من المراهقين في محافظة القدس تعزى لمتغير المستوى التعليمي، فقد كانت الفروق في الدرجة الكلية لتقدير الذات لصالح طلبة الصف التاسع بمتوسط حسابي (3.62)، مقابل (3.46) لدى طلبة الصف العاشر. وكانت الفروق في مجال تقدير الذات الشخصي، ولصالح طلبة الصف التاسع، بمتوسط حسابي (3.09)، مقابل (2.85) لدى طلبة الصف العاشر. وكذلك وجدت هناك فروق في مجال تقدير الذات الأسري، ولصالح طلبة الصف التاسع بمتوسط حسابي (4.05)، مقابل (3.79) لطلبة الصف العاشر.

الفرضية الخامسة: لا توجد علاقة دالة إحصائية بين الأمن النفسي وتقدير الذات، لدى عينة من المراهقين في منطقة القدس. للتحقق من صحة هذه الفرضية تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين أبعاد الأمن النفسي وأبعاد تقدير الذات، كما يأتي:

جدول (15.4): معاملات الارتباط بين أبعاد الأمن النفسي وأبعاد تقدير الذات والدرجة الكلية لدى أفراد عينة الدراسة

تقدير الذات الأكاديمي	تقدير الذات العائلي	تقدير الذات الاجتماعي	تقدير الذات الشخصي	تقدير الذات الرفاعي	الدرجة الكلية لتقدير الذات
الطمأنينة النفسية	0.39	0.60	0.62	0.73	0.45
الحب والقبول	0.53	0.65	0.77	0.69	0.57
التوافق الشخصي والاجتماعي	0.77	0.74	0.73	0.79	0.75
الدرجة الكلية للأمن النفسي	0.74	0.72	0.77	0.78	0.79
0.84					

يلاحظ من خلال الجدول (15.4) أن جميع معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس الأمن النفسي وأبعاد

مقياس تقدير الذات والدرجة الكلية للمقياس كانت موجبة ودالة إحصائياً. أي أنه كلما زاد الأمن النفسي ازداد

معه تقدير الذات والعكس صحيح أي كلما انخفض الأمن النفسي انخفض معه تقدير الذات.

الفصل الخامس

تفسير النتائج ومناقشتها

تضمّن هذا الفصل مناقشة النتائج التي توصلت إليها الدراسة، من خلال أسئلتها، ومن خلال التحليل الإحصائي، وذلك بمقارنتها بالنتائج التي توصلت إليها الدراسات السابقة الواردة، إضافة إلى تفسير أبرز النتائج التي خلصت إليها الدراسة، وصولاً إلى التوصيات التي يمكن طرحها في ضوء هذه النتائج، وقد نظّمت وفقاً لمنهجية محدّدة في العرض كما يأتي:

1.5 مناقشة نتائج أسئلة الدراسة

1.1.5 تفسير نتائج السؤال الأول ومناقشتها

ما مستوى الأمن النفسي لدى عينة من المراهقين في محافظة القدس؟

أظهرت النتائج المتعلقة بالسؤال الأول، أن الدرجة الكلية لمقياس الأمن النفسي قد بلغت (3.40) وبدرجة متوسطة، كذلك حصلت جميع أبعاد هذا المقياس على درجة متوسطة، وجاء البعد الثاني، وهو الحب والقبول أولاً، وبمتوسط حسابي بلغ (3.45)، وحصل البعد الثالث وهو التوافق الشخصي والاجتماعي على ثاني متوسط حسابي وبلغ (3.44)، بينما جاء البعد الأول ثالثاً، وهو الطمأنينة النفسية وبمتوسط حسابي بلغ (3.30).

وتشير تلك النتيجة، إلى أنّ الشعور بالأمن النفسي لدى أفراد عينة الدراسة، كان ضمن الحدود الطبيعية، وقد يكون سبب ذلك، هو أن المجتمع المقدسي مجتمع محافظ ومتدين، وتحرص الأسر على ممارسة الشعائر الدينية لقرب الأماكن الدينية المقدسة من الأحياء العربية بالقدس، ومسؤولية الأفراد تجاه الرباط بالمسجد الأقصى والالتزام بزيارته والصلاة فيه، والذي يساعد بالشعور بالطمأنينة النفسية، وتغذية الجوانب الروحانية.

كما ترى الباحثة من خلال عملها بمجال الإرشاد الوالدي، أنّ الأسرة المقدسية تتمتع بمستوى كافٍ من الوعي والقدرة على تلبية احتياجات أبنائها من الحب والقبول. ويُظهر هذا الوعي اهتمام الأسر بتعزيز الروابط العاطفية والاجتماعية بين أفرادها، ما يسهم في بناء بيئة أسرية صحية تدعم النمو النفسي والاجتماعي للأطفال. بالإضافة إلى ذلك، تعمل العديد من المؤسسات والمراكز في البيئة المقدسية العربية على توعية الأهل حول أهمية دورهم الوالدي، ما يزيد من إدراكهم لاحتياجات أبنائهم ويعزز من مهاراتهم في التربية.

على الجانب الآخر، تقدم دولة الاحتلال أيضًا مجموعة من القوانين واللوائح الصارمة التي تهدف إلى الحد من العنف الأسري، ما يعكس التزامًا بتوفير الحماية للأسر والأطفال. هذه القوانين تسهم في خلق بيئة أكثر أمانًا للأطفال، إذ تتاح للأسر الفرصة لمعالجة القضايا الأسرية بشكل أكثر فاعلية. من خلال هذه الجهود، يمكن تعزيز الإيجابية في العلاقات الأسرية، ما يساعد في تلبية احتياجات الأطفال العاطفية والنفسية بشكل أفضل، ويعزز ذلك أيضًا من قدرتهم على التفاعل الاجتماعي والتكيف مع التحديات المحيطة بهم.

وانتقلت هذه النتيجة مع دراسة (حفيظة، 2024)، التي أظهرت مستوى متوسط للأمن النفسي، لدى طلبة المرحلة الثانوية، كما انتقلت هذه الدراسة مع دراسة (التلاحمة، 2021)، التي أظهرت نتائجها، أن مستوى الأمن النفسي لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة الخليل كان بدرجة متوسطة أيضًا، وكذلك دراسة (الدراوشة، 2021) التي أظهرت أن الأمن النفسي، كان متوسطا لدى الفتيات اليتيمات المراهقات.

2.1.5 تفسير نتائج السؤال الثاني ومناقشتها

ما مستوى تقدير الذات لدى عينة من المراهقين في محافظة القدس؟

أظهرت نتائج الدراسة المتعلقة بالسؤال الثاني، أنّ هناك تفاوتاً في مستوى تقدير الذات في المجالات المختلفة، إذ تبين أنّ تقدير الذات الأكاديمي، حصل على درجة متوسطة بمتوسط حسابي (3.51)، وحصل تقدير الذات الشخصي، على درجة متوسطة بمتوسط حسابي (3.00)، وحصل تقدير الذات الاجتماعي، على درجة متوسطة بمتوسط حسابي (3.46)، بينما حصل تقدير الذات الأسري على درجة كبيرة بمتوسط حسابي (3.95) وحصل تقدير الذات الرفاعي، على درجة كبيرة بمتوسط حسابي (3.87)، وبذلك يحقق تقدير الذات الأسري والرفاعي أعلى المستويات من تقدير الذات، ما يشير إلى أنّ الأفراد يشعرون بقيمة كبيرة في علاقاتهم الأسرية والاجتماعية ومع الأصدقاء. ويعكس هذا وجود دعم اجتماعي قوي من الأسرة؛ بسبب وجود روابط أسرية قوية وارتباط الأفراد بالعائلة الممتدة والحمولة بالمجتمع المقدسي، والتي تستمد منها الدعم والقوة مما يساهم في تعزيز الثقة بالنفس. تعد العلاقة بالأقران من أهم العلاقات في مرحلة المراهقة، إذ يشعر المراهقون بأنهم جزء من جماعة تشبههم في الأفكار والاهتمامات. وهذه العلاقات تلعب دوراً حيوياً في تكوين هويتهم، فيستمدون منها شعور الانتماء والقبول. عندما يكون لدى المراهقين أصدقاء يشاركونهم نفس القيم والسلوكيات، فإنّ ذلك يعزز من ثقتهم بأنفسهم ويقلل من مشاعر العزلة. كما أنّ هذه الديناميكيات الاجتماعية تمكّنهم من التعبير عن أنفسهم بحرية، ما يساهم في تعزيز صحتهم النفسية والعاطفية.

علاوة على ذلك، تساهم العلاقات بالأقران في زيادة شعور المراهقين بالأمان. فعندما يكون لديهم مجموعة من الأصدقاء الذين يدعمونهم ويشاركونهم تجاربهم، يشعرون بأنّهم ليسوا وحدهم في مواجهة تحديات الحياة. هذا

الشعور بالأمان بين الأقران، يمكن أن يقلل من مستويات القلق، ويعزز من قدرتهم على التعامل مع الضغوط الاجتماعية المختلفة. وبالتالي، تلعب هذه العلاقات دورًا مركزيًا في تعزيز الرفاهية النفسية للمراهقين، ما يجعلها عنصرًا أساسيًا في تطويرهم الاجتماعي والنفسي.

بينما هناك مستوى أقل من تقدير الذات الاجتماعي والشخصي، ما يدل على وجود بعض التحديات أو القلق في الجوانب الاجتماعية والشخصية، ويرجع ذلك حسب رأي الباحثة إلى التغيرات النفسية والجسمية التي تحدث بمرحلة المراهقة، وتجعل الفرد غير مستقر نفسيًا، وحاجة الفرد بهذه المرحلة إلى إثبات الذات والاستقلالية واكتشاف هويته، كل ذلك يزيد من مشاعر القلق الذي تؤثر في تقديره لذاته الشخصي والاجتماعي.

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة (المغربي، 2023)، التي أظهرت علاقة ارتباطية سالبة بين تقدير الذات والقلق الاجتماعي، وبين تقدير الذات الشخصي وصورة الجسم لدى المراهقات. واتفقت الدراسة مع دراسة (بوكليوة، بولخير، 2022)، والتي أظهرت وجود علاقة ارتباطية موجبة بين تقدير الذات والدافعية للتعليم.

أما دراسة (آيت، 2018) فقد أظهرت علاقة قوية بين دور الأسرة الإيجابي وتقدير المراهق لذاته. واتفقت نتائج هذه الدراسة مع دراسة (إسماعيل، 2019)، حيث أظهرت أن هناك تقدير الذات مرتفع لدى طلاب المرحلة الثانوية، وأكدت على وجود علاقة ارتباطية موجبة بين تقدير الذات والتحصيل الدراسي.

ثانياً - مناقشة النتائج المتعلقة بفرضيات الدراسة:

مناقشة الفرضية الأولى: لا توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha < 0.05$) في مستوى الأمن النفسي لدى عينة من المراهقين في محافظة القدس تعزى لمتغير الجنس.

أظهرت نتائج هذه الفرضية إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha < 0.05$) في مستوى الأمن النفسي لدى عينة من المراهقين في محافظة القدس، تعزى لمتغير الجنس، إذ كانت الدلالة الإحصائية (0.097) وهي أكبر من 0.05، وهي غير دالة إحصائية، أي أن الشعور بالأمن النفسي لا يختلف لدى مراهقي محافظة القدس باختلاف جنسهم وبالعودة للمتوسطات الحسابية يتضح بأن الفروق بسيطة جداً.

وقد تكون تلك النتيجة بسبب ثقافة المجتمع المقدسي الذي يساوي بين الذكور والإناث بالحقوق والحرية في العلاقات والاختيارات، ويعكس تطور المجتمع المقدسي الذي بدأ يتحرر من العادات والتقاليد القديمة التي تفرق بين الذكر والأنثى، وتفرض القيود على حرية الإناث، ما رفع من شعورهم بالأمن النفسي.

واختلفت تلك النتائج مع دراسة (أبو عرة، 2017) ودراسة (الزعبي، 2015) اللتين بينتا أن هناك فروقاً في متوسطات الشعور بالأمن النفسي تبعاً لمتغير الجنس لصالح الذكور.

وانفقت تلك النتائج مع دراسة (معوال، 2023) التي أكدت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الشعور بالأمن النفسي.

مناقشة الفرضية الثانية: لا توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha < 0.05$) في مستوى الأمن النفسي لدى عينة من المراهقين في محافظة القدس، تعزى لمتغير المستوى التعليمي.

تشير النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha < 0.05$) في مستوى الأمن النفسي لدى عينة من المراهقين في محافظة القدس تعزى لمتغير المستوى التعليمي، إذ كانت الدلالة الإحصائية أقل من 0.05، وهي دالة إحصائية.

فقد كانت الفروق لصالح طلبة الصف التاسع، الذين كان مستوى الأمن النفسي لديهم أعلى شيء بمتوسط حسابي (3.52)، مقابل (3.18) لطلبة الصف العاشر.

وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى انتقال المراهق لمرحلة تعليمية أعلى، فبعد إنهاء المرحلة الأساسية (الصف التاسع)، تبدأ المرحلة الثانوية، التي يبدأ المراهق فيها تحديد اتجاهه الأكاديمي والتعليمي، ويجد حيرة باختيار التوجه التعليمي المناسب (أكاديمي علمي أو أدبي، أو صناعي، تجاري)، إذ يواجه ضغوط بين ميوله وقدراته من جهة وبين رغبة الأهل وطموحاتهم من جهة أخرى.

أما فيما يتعلق بدور الوالدين التربوي، فتري الباحثة أن الوالدين يصبح أسلوبهم أكثر حزمًا مع أبنائهم كلما كبروا في العمر، وبخاصة في مرحلة المراهقة، إذ أن اتباع النمط الحازم معهم يمكن الوالدين من السيطرة على تصرفات أبنائهم، وإبقائها في الحدود المسموح لهم بالتصرف فيها، وبما أن مرحلة المراهقة هي مرحلة يسعى بها المراهق إلى الاستقلالية عن سلطة والديه واتخاذ قراراته بنفسه، لذلك يزداد الصراع بين الأهل والمراهق كلما تقدم بالعمر، وينعكس ذلك على شعوره بالأمن النفسي.

مناقشة الفرضية الثالثة: لا توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha < 0.05$) في مستوى تقدير الذات لدى عينة من المراهقين في محافظة القدس تعزى لمتغير الجنس.

تشير النتائج المتعلقة بتلك الفرضية إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha < 0.05$) في مستوى تقدير الذات لدى عينة من المراهقين في محافظة القدس تعزى لمتغير الجنس في جميع المجالات والدرجة الكلية، حيث كانت الدلالة الإحصائية (0.219) وهي أكبر من 0.05، وهي غير دالة إحصائياً.

وتعزو الباحثة تلك النتيجة إلى ارتباط تقدير الذات بالعديد من العوامل أبرزها العوامل الاجتماعية والثقافية، إذ تقوم عملية التنشئة الاجتماعية بدور كبير في تشكيل تقدير الذات، وفي هذا المجال يمكن القول، إنَّ المجتمع المقدسي يتميز بالانفتاح، وعدم التمييز بن الذكور والإناث في جوانب التربية والضبط الاجتماعي، والميل إلى تشجيع أفرادهم - من الجنسين على حدّ سواء - على تقييم ذاتهم بشكل إيجابي، والثقة بأنفسهم، وتنمية مهاراتهم الشخصية، وعلاقاتهم الاجتماعية، وتحمل المسؤولية. ولا شك أنَّ فئة الشباب المراهقين، تتميز بالعديد من الخصائص الإيجابية المشتركة مثل احترام النفس، والدافعية للتعلم، وتحقيق الذات، والطموح، والقدرة على مواجهة تحديات الحياة. وتجدر الإشارة إلى أن تأثير الأوضاع الحالية السائدة في القدس على المراهقين تشمل الذكور والإناث على حد سواء، فهم يعيشون تجارب مجتمعية واجتماعية ومعيشية متشابهة. لذ فإنَّ الحالة النفسية التي يعيشها المراهقون من أفراد عينة الدراسة الحالية متشابهة، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة (السيد، 2022)، (العقل، 2009) واختلفت مع نتيجة دراسة (شعبان، 2010).

مناقشة الفرضية الرابعة: لا توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha < 0.05$) في مستوى تقدير الذات لدى عينة من المراهقين في محافظة القدس تعزى لمتغير المستوى التعليمي.

تشير النتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة إلى وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha < 0.05$) في مستوى تقدير الذات لدى عينة من المراهقين في محافظة القدس تعزى لمتغير المستوى التعليمي، فقد كانت الفروق في الدرجة الكلية لتقدير الذات لصالح طلبة الصف التاسع بمتوسط حسابي (3.62)، مقابل (3.46) لدى طلبة الصف العاشر. وكانت الفروق في مجال تقدير الذات الشخصي، ولصالح طلبة الصف التاسع، بمتوسط حسابي (3.09)، مقابل (2.85)، لدى طلبة الصف العاشر. وكذلك وجدت هناك فروق في مجال تقدير الذات الأسري، ولصالح طلبة الصف التاسع بمتوسط حسابي (4.05)، مقابل (3.79) لطلبة الصف العاشر.

وترى الباحثة، أنّ نتائج الشعور بالأمن النفسي جاءت لصالح الصف التاسع. لذا، فإنّ من الطبيعي أن تكون نتائج تقدير الذات لصالح الصف التاسع أيضًا وهو ما تؤكدته الفرضية الخامسة والدراسات السابقة التي أكدت أن العلاقة طردية بين الأمن النفسي وتقدير الذات.

مناقشة الفرضية الخامسة: لا توجد علاقة دالة إحصائية بين الأمن النفسي وتقدير الذات لدى عينة من المراهقين في منطقة القدس.

أشارت النتائج المتعلقة بالفرضية الخامسة إلى أنّ جميع معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس الأمن النفسي وأبعاد مقياس تقدير الذات والدرجة الكلية للمقياس كانت موجبة ودالة إحصائية. أي أنّه كلما زاد الأمن النفسي، ازداد معه تقدير الذات والعكس صحيح أي كلما انخفض الأمن النفسي انخفض معه تقدير الذات.

وتعزو الباحثة تلك النتيجة، إلى أنّ الحالة النفسية التي يعيشها المراهقين في محافظة القدس، تنعكس على تقديرهم لذاتهم، فكلما شعروا بالأمان والاستقرار النفسي كلما ارتفعت ثقتهم بأنفسهم وبأدائهم لأدوارهم على جميع

أبعاد تقدير الذات، وتتفق هذه الدراسة مع ما جاء به ماسلو في ضرورة توفير الأمن النفسي للمراهقين لتحقيق تقديرهم لذاتهم.

وتختلف تلك النتيجة مع دراسة (السيد، 2022) ودراسة (إسماعيل، 2009) والتي أظهرتا عدم وجود علاقة ارتباطية بين الشعور بالأمن النفسي وتقدير الذات.

التوصيات والمقترحات:

في ضوء النتائج التي توصلت إليها هذه الدراسة، توصي الباحثة بالآتي:

أولاً- التوصيات:

1 - وضع برامج إرشادية نفسية العلاجية داخل المدرسة لفئة المراهقين؛ لتعزيز الأمن النفسي ورفع مستوى تقدير الذات لديهم.

2-توظيف التكنولوجيا بعمل برامج إرشادية تنموية، وربط الطلبة مع المجتمع الخارجي وذلك بتوفير مرشدين متخصصين في مجال الارشاد النفسي.

3-عمل فعاليات مستمرة للطلبة سواء وجاهياً أو إلكترونياً عبر التقنيات للتفريغ عن الضغوط التي يواجهونها أثناء فترة الدراسة وتعليمهم أساليب نفسية مثل الاسترخاء.

4-تفعيل دور الطلبة داخل المدرسة، ودعم التعاون بين مختلف المراحل التعليمية التي تسهم بتقوية العلاقات وتقوية الشخصية، ورفع الكفاءة الاجتماعية مما يسهم في رفع مستوى الأمن النفسي وتقدير الذات.

5-فتح مراكز متخصصة بتقديم الارشاد الوالدي لفئة الطفولة والمراهقة لتعزيز دور الأسرة بتوفير الأمن النفسي والدعم لأبنائهم لرفع مستوى تقديرهم لذاتهم.

ثانياً- المقترحات:

1-إجراء المزيد من البحوث في العلاقات السببية تتناول متغيرات الدراسة الحالية مع فئات عمرية أخرى.

2-إجراء دراسات شبه تجريبية تعتمد عدة نظريات إرشادية نفسية تخصص بمتغيرات الدراسة، سواء ببرامج وقائية أو علاجية لزيادة تقدير الذات والأمن النفسي بين الطلبة.

المصادر والمراجع العربية والأجنبية

المصادر:

- القرآن الكريم، سورة قريش، سورة الرعد الآية 28.
- الحديث النبوي: رواه الترمذي، وقال: حديث حسن.

المراجع العربية:

1. أبو عرة، عاطف (2017). الشعور بالأمن النفسي وعلاقته بدافعية التعلم لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة. رسالة ماجستير في الارشاد النفسي والتربوي، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة القدس المفتوحة، فلسطين.
2. أحمد، سامية عبد السميع (2012). الشعور بالأمن النفسي وعلاقته بالتنمر المدرسي لدى عينة من تلاميذ المرحلة الإعدادية: دراسة ارتباطية مقارنة. حوليات آداب عين شمس، 40(3)، 267-295.
3. إسماعيل، هويدة إبراهيم (2019). الأمن النفسي وعلاقته بالتماسك الرياضي والاعترا ب النفسى لدى لاعبي أندية بغداد بكرة اليد. مجلة علوم الرياضة، 11(38)، 54-63.
4. إسماعيل، رشيدة (2019)، تقدير الذات وعلاقته بالمستوى الاجتماعي الاقتصادي والتحصيل الدراسي في مادة الرياضيات لدى طلبة المرحلة الثانوية. دراسة ميدانية بمحلية القطنية. رسالة ماجستير غير مشورة، جامعة ام درمان، السودان.
5. امعقل، طرفة (2017). الذكاء الوجداني وعلاقته بالأمن النفسي لدى عينة من طلاب الجامعة بليبيا، المجلة العلمية لكلية التربية للطفولة المبكرة، 3(3)، 35-43.

6. آيت مولود، يسمينه (2018). أساليب المعاملة الوالدية وعلاقتها بتقدير الذات لدى الأبناء المراهقين - دراسة ميدانية في ظل الرتبة الميلادية للمراهق، مجلة العلوم النفسية والتربوية، 4(4)، 250-256.
7. بو عبد الله، سولاف (2020). الأمن النفسي وعلاقته بتقدير الذات لدى طلبة الجامعة. دراسة ميدانية بجامعة المسيلة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة المسيلة، الجزائر -.
8. بوكليوة، الهام (2022). تقدير الذات وعلاقته بالدافعية للتعلم لدى عينة من طلبة سنة أولى تخصص علوم اجتماعية وإنسانية بجامعة جيجل، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة محمد الصديق بن يحيى، الجزائر.
9. التلاحمة، اسمهان (2021). الأمن النفسي وعلاقته بالدافعية نحو الإنجاز لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة الخليل - فلسطين - في ظل جائحة الكورونا. مجلة دراسات نفسية وتربوية، 14(2)، 782-799.
10. حافظ، داليا (2020). فاعلية برنامج معرفي - سلوكي لتحسين الشعور بالأمن النفسي وتقدير الذات لدى المراهقين المدركين للرفض الوالدي، المجلة المصرية لعلم النفس الاكلينيكي والإرشادي، 8(2)، 239-284.
11. حامد، محمد (2020). تقدير الذات والأمن النفسي كمتنبئات بالرفاهية النفسية لدى موظفين القطاعين الحكومي والخاص. مجلة كلية التربية جامعة المنيا، 35(4)، 1-30.
12. حجازي، جولتان (2024). غزة: حياة على حافة الانهيار، مقال على وكالة معا، <https://www.maannnews.net/articles/2130448.html>
13. حسن، محمود (2015)، العلاقة بين الأمن النفسي والقيم الدينية لدى طلبة جامعة اليرموك. رسالة ماجستير غير منشورة، أربد، جامعة اليرموك، الأردن

14. الحسن، محمد، بن علة، خالد (2022). تقدير الذات وعلاقته بالمرونة النفسية لدى الطالب الجامعي. مذكرة لنيل شهادة الليسانس في علم النفس ، جامعة تيارت، الجزائر.
15. حفيظة، حوجو. (2024). أساليب المعاملة الوالدية كما يدركها الأبناء وعلاقتها بالأمن النفسي لدى تلاميذ مرحلة الثانوي بمدينة تامنغست، مجلة آفاق العلمية، 16(1)، 179-197.
16. الجابري، أسماء عبد العال (2019). الصداقة وعلاقتها بمستويات الأمن النفسي لدى عينة من المراهقين. مجلة البحث العلمي في التربية، 20 (الجزء الثامن) 525-535.
17. الدراوشة، رنين (2021). الأمن النفسي وعلاقته بالاغتراب النفسي لدى عينة من الفتيات المراهقات اليتيمات في جمعية أبناء العقبة لرعاية الأيتام، مجلة التربية، جامعة الأزهر، 40(190)، 422-446.
18. دربالي، حنان (2020). العلاقة بين الأمن النفسي وكل من الصلابة النفسية وكسر الحواجز النفسية لدى طلبة الجامعة.
19. رجب، سارة السيد (2016). الأمن النفسي وعلاقته بتقدير الذات لدى عينة من طلاب الجامعة. مجلة البحوث النفسية والتربوية، 1(1)، 150-175.
20. رمضان، أحمد (2021). الأمن النفسي وعلاقته بالانتماء لدى تلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي.
21. رضوان، هالة ممدوح (2017). فاعلية برنامج تدريبي قائم على التفكير الإيجابي في تحسين مفهوم الذات لدى المراهقين المكفوفين. مجلة كلية التربية، جامعة كفر الشيخ 17 (4) 613-634.
22. زادة، مجد (2022). النرجسية وتقدير الذات لدى الأطفال في ضوء التقييمات الاجتماعية. مجلة العلوم النفسية والتربوية، 15(2).
23. الزكي، عبد الله السيد (2003) " الاحتياجات الارشادية النفسية وعلاقتها بالأمن النفسي لدى عينة من طلاب الجامعة ". مجلة دراسات تربوية ونفسية، جامعة الزقازيق، كلية التربية 47، 11-60.

24. الزعبي، أحمد محمد (2015). الأمن النفسي وعلاقته بفاعلية الأنا لدى طلبة جامعة دمشق. مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس، 13(4)، 11-41.
25. زفور، مراد (2023). دراسة عن الحاجات الارشادية وعلاقتها بالأمن النفسي لدى طلاب جامعة جبلاي الجزائرية. مجلة طلبة الدراسات العلمية الاكاديمية، 6(1)، 1509-1527.
26. زهران، حامد عبد السلام، (2003). الصحة النفسية: أسسها، مفاهيمها، مجالاتها.
27. سالم، ناجح، سليمان، محمد (2010). الأمن النفسي وتقدير الذات في علاقتهما ببعض الاتجاهات التعصبية لدى الشباب الجامعي. جامعه الزقازيق، كلية الآداب، مصر.
28. السميري، نجاح (2010). المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالأمن النفسي لدى أهالي البيوت المدمرة خلال العدوان الإسرائيلي على محافظة غزة، مجلة نجاح للأبحاث والعلوم الإنسانية العدد 2.
29. السيد، حسناء (2022). الأمن النفسي وعلاقته بتقدير الذات، جامعة سبها، ليبيا.
30. السيد، نسرین إبراهيم (2024) دراسة تناولت الأمن النفسي وعلاقته بجودة الحياة النفسية لدى طلبة جامعة جدة. مجلة جامعة الملك عبد العزيز: العلوم التربوية والنفسية، 3(4) 441-468.
31. سرور، صفاء يوسف (2024). الأمن النفسي وعلاقته بالضغوط النفسية لدى عينة من النازحين اللبنانيين في القرى الجنوبية أثناء حرب طوفان الأقصى 2023-2024. مجلة أوراق ثقافية، 441، 32-468.
32. شعبان، محمد أحمد (2017). الأمن النفسي وعلاقته بمعنى الحياة لدى المراهقين المكفوفين. مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس، العدد 85، الجزء الثاني ص 459-507.
33. عثمان، سامية محمد (1998). دراسة العلاقة بين الأمن النفسي وبعض المتغيرات النفسية لدى طلبة الجامعة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة عين شمس، كلية التربية.

34. العودات، محمود (2016). أثر الايمان والعبادات في تحقيق الأمن النفسي لدى الفرد المسلم، مجلة دراسات في الشريعة والفقه والقانون، 43 (2)، 55-78.
35. عودة، أحمد، وملكاوي، س، (1992) أساليب البحث العلمي: تطبيقات في التربية والعلوم النفسية. دار الفكر.
36. مجذوب، قمر (2022). تقدير الذات وعلاقته بقلق المستقبل والتحصيل الأكاديمي لدى عينة من طلبة جامعة دنقلا، مجلة دراسات في علم الارطوفوبيا وعلم النفس العصبي، 7(1)، 37-52.
37. محمد، فاطمة عبد الحميد (2010). الأمن النفسي وعلاقته ببعض سمات الشخصية لدى طلاب الجامعة. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة المنصورة، كلية التربية.
38. المسمار، نهى بركة (2023). تقدير الذات وعلاقته بالتحصيل الأكاديمي لدى عينة من طالبات قسم علم النفس في جامعة حائل. مجلة البحث العلمي في التربية، 24(4) 39-61.
39. معوال، أحمد (2023). الأمن النفسي وعلاقته بالاضطرابات النفس جسمية لدى عينة من طلاب جامعة مصراته بليبيا. المجلة الليبية للعلوم التعليم، 9، 461-476.
40. المغربي، يارا (2023). اضطراب القلق الاجتماعي وعلاقته بتقدير الذات لدى عينة من طلبة الاعدادي والثانوي بمحافظة بور سعيد، مجلة كلية الآداب، جامعة بورسعيد، 26(26)، 108-171.
41. المقترن، يوسف (2009). دراسة جودة الحياة وعلاقتها بالضغوط النفسية واستراتيجيات مقاومتها لدى طلبة جامعة السلطان قابوس. وقائع ندوة علم النفس وجودة الحياة، جامعة السلطان قابوس، مسقط، 1.
42. يونس، كريمة (2012). الاغتراب النفسي وعلاقته بالتكيف الأكاديمي لدى طلاب الجامعة، مذكرة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة مولود، الجزائر.

43. Cerfus, D., & Kozlova, V. (2023). Resilience, styles of self-regulation of behavior as a personal resource in ensuring psychological security. In E3S Web of Conferences (Vol. 389, p. 08026). EDP Sciences.
44. Chen M. (2022). The relationship between self-esteem, hope, and meaning in life for university freshmen. *Journal of Campus life & Mental Health*, 5, 368–371. <https://doi.org/10.19521/j.cnki.1673-1662.2022.05.008>
45. Kunnen E. S., De Ruiter N. M., Jeronimus B. F., Van der Gaag M. A. (2019). *Psychosocial development in adolescence: Insights from the dynamic systems approach*. Routledge.
46. Moussa, Y. M. E. S. (2024). The level of academic guidance and its relationship to social responsibility and psychological security among a sample of students at the University of Tabuk. *Journal of Special Education & Rehabilitation* (2314-8608), 17.
47. Ortega F. B., Ruiz J. R., Castillo M. J., Sjöström M. (2008). Physical fitness in childhood and adolescence: A powerful marker of health. *International Journal of Obesity*, 32(1), 1–11. <https://doi.org/10.1038/sj.ijo.0803774>
48. Pan, C., & Wang, D. (2024). Experience of psychological problems in crisis events: how does social support affect teenagers' psychological security through emotion during the COVID-19 pandemic? *Asia Pacific Journal of Education*, 1-16.
49. PITI, I., & SANDULEAC, S. (2024). Psychological security of teens in vocational school. <http://dir.upsc.md:8080/xmlui/bitstream/handle/123456789/6522/Conf-UPSC-25-04-2024-p179-189.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
50. Sancar, T. (2024). The Mediating Role of Psychological Security and Life Satisfaction in the Effect of Organizational Support on Organizational Trust: A Study on Healthcare Workers. *Verimlilik Dergisi*, 58(4), 691-702.
51. Schutte N. S., Malouff J. M., Simunek M., McKenley J., Hollander S. (2002). Characteristic emotional intelligence and emotional well-being. *Cognition & Emotion*, 16(6), 769–785. <https://doi.org/10.1080/02699930143000482>.
52. Sharma, S., & Agarwala, S. (2015). Self-esteem and collective self-esteem among adolescents: An interventional approach. *Psychological thought*, 8(1), 105-113.

53. Tatiana, B., Kobicheva, A., Tokareva, E., & Mokhorov, D. (2022). The relationship between students' psychological security level, academic engagement and performance variables in the digital educational environment. *Education and information technologies*, 27(7), 9385-9399.
54. Van Tuijl L. A., Bennik E. C., Penninx B. W., Spinhoven P., de Jong P. J. (2020). Predictive value of implicit and explicit self-esteem for the recurrence of depression and anxiety disorders: A 3-year follow-up study. *Journal of Abnormal Psychology*, 129(8), 788–798. <https://doi.org/10.1037/abn0000634>
55. Wang M. C., Cai B. G., Wu Y., Dai X. Y. (2010). The factor structure of Chinese Rosenberg' self-esteem scale affected by item statement method. *Psychological Exploration*, 3, 63–68. <https://doi.org/10.3969/j.issn.1003-5184.2010.03.013>
56. Xin Y., Li Q., Liu C. (2019). Adolescent self-esteem and social adaptation: Chain mediation of peer trust and perceived social support. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 47(4), 1–9. <https://doi.org/10.2224/sbp.7870>
57. Xin, S., Sheng, L., Liang, X., Liu, Y., & Chen, K. (2022). Psychological security in Chinese college students during 2006–2019: The influence of social change on the declining trend. *Journal of Affective Disorders*, 318, 70-79.
58. Yang Q., Tian L., Huebner E. S., Zhu X. (2019). Relations among academic achievement, self-esteem, and subjective well-being in school among elementary school students: A longitudinal mediation model. *School Psychology*, 34(3), 328–340. <https://doi.org/10.1037/spq0000292>
59. Zhang, H., & Zhao, H. (2023). Changes in Chinese adolescent college students' psychological security during 2004–2020: A cross-temporal meta-analysis. *Journal of Adolescence*, 95(4), 631-646.
60. Zhou J., Li X., Tian L., Huebner E. S. (2020). Longitudinal association between low self-esteem and depression in early adolescents: The role of rejection sensitivity and loneliness. *Psychology and Psychotherapy*, 93(1), 54–71. <https://doi.org/10.1111/papt.12207>
61. Zhuravlova, L. P., Pomytkina, L. V., Lytvynchuk, A. I., & Mozharovska, T. V. (2025, March). Psychological security in the digital classroom. In *CTE Workshop Proceedings* (Vol. 12, pp. 442-455).
62. Zeigler-Hill, v. (Ed). (2013) *Self-Esteem*. Psychology Press.

قائمة الملاحق

ملحق (1) قائمة المحكمين للمقياس

الرقم	الاسم	الرتبة	التخصص	الجامعة
1.	أ. دكتور محمد شاهين	أستاذ	إرشاد نفسي وتربوي	جامعة القدس المفتوحة
2.	أ. دكتور معتصم مصلح	أستاذ	مناهج وطرق التدريس	جامعة القدس المفتوحة
3.	د. كمال سلامة	أستاذ	إرشاد نفسي وتربوي	جامعة القدس المفتوحة
4.	د. يوسف عواد	أستاذ	إرشاد نفسي وتربوي	جامعة القدس المفتوحة
5.	د. محمد العوري	أستاذ ومحاضر	علم نفس	جامعة القدس المفتوحة
6.	د. معزوز علاونة	أستاذ ومحاضر	القياس والتقويم	جامعة القدس المفتوحة
7.	د. رمضان أبو صفية	أستاذ محاضر	خدمة اجتماعية	جامعة القدس المفتوحة
8.	د. إياد اشتية	أستاذ	إرشاد نفسي وتربوي	جامعة القدس المفتوحة
9.	د. إنشراح نبهان	أستاذ مساعد	علم الاجتماع	جامعة القدس المفتوحة

ملحق (2): أدوات الدراسة قبل التحكيم

مقياس الأمن النفسي

	العبارة	أوافق بشدة	أوافق	أوافق	محايد	لا أوافق	لا أوافق بشدة
البعد الأول: الطمأنينة النفسية							
1	أشعر بالأمن في حياتي بصفة عامة						
2	أشعر بالخوف أو القلق من وقت لآخر						
3	أشعر بمعنوياتي مرتفعة						
4	أشعر بالراحة النفسية والرضا						
5	أشعر بالضغط النفسي المستمرة بسبب الأعباء الدراسية						
6	أعاني من الإحباط والفشل في حياتي						
7	أشعر بالنقص بالمقارنة بأصدقائي						
8	ممارسة الشعائر الدينية تجعلني أشعر بالأمن والاستقرار النفسي						
9	حياتي العائلية غير سعيدة						
10	ينتابني شعور بالأرق كثيرا						
11	أفقر للشعور بالراحة والهدوء						
12	أشعر بالقلق والخوف من المستقبل لأنه غير واضح بالنسبة لي بدون سبب						
13	طفولتي كانت سعيدة						
14	أعاني من التوتر الزائد من الدراسة						
البعد الثاني: الحب والقبول							
15	اسرتي تتحدث معي باستمرار						
16	اتعامل مع زملائي بمحبة وود						
17	ألوم نفسي وأحتقرها من وقت لآخر						
18	تتابعني والدي يوميا وتتحدث معي						
19	لا يهتم والدي لنجاحي أو رسوبي						
20	ينتقدني احد والدي (كليهما) كثيرا						
21	أنا غير واثق بقدرتي على حماية نفسي						

22	ليس لي فائدة في الحياة				
23	أجيد التعبير عن آرائي بشجاعة				
24	أفقر للشعور بالراحة والهدوء				
25	أحاول أن أكون ودودا مع زملائي				
26	وجودي وسط أصدقائي يشعرني بالطمأنينة والسلام الداخلي				
27	أقبل ذاتي وأسعى دائما لتطويرها باستمرار				
البعد الثالث: التوافق الشخصي والاجتماعي					
28	أشارك زملائي في المناسبات الاجتماعية المختلفة				
29	أستطيع التعامل مع الضغوطات ومواجهتها				
30	أقبل نقد أصدقائي لي				
31	أتعامل مع الآخرين معاملة حسنة				
32	تنال آرائي ووجهات نظري تقدير واحترام الزملاء				
33	أواجه صعوبة في الحياة مع أسرتي				
34	أنا شخص ناجح في دراستي				
35	لدي القدرة على اتخاذ القرارات وتحمل نتائجها				
36	لدي الرضا الكامل عن شخصيتي بما فيها من عيوب ومميزات				
37	لدي القدرة على مواجهة مشاكلي ومحاولة حلها				
38	أفضل العزلة والابتعاد عن الآخرين				
39	لدي أصدقاء مقربون أحبهم ويبادلوني نفس الشعور				
40	أفضل الغياب عن المدرسة كلما أمكن ذلك				
41	أعيش حياة من الترقب والحذر من الآخرين				
42	يصعب عليّ تقبل نقد اسرتي لتصرفاتي				
43	أعاني من التوتر الزائد من الدراسة				

مقياس تقدير الذات

	العبارة	أوافق بشدة	أوافق	لا أوافق	لا أوافق بشدة
البعد الاول: تقدير الذات الأكاديمي					
1	هل تتقن القيام بالأنشطة المدرسية الكبيرة مقارنة بزملائك؟				
2.	هل تتفخر بنفسك عندما تنجز واجباتك المدرسية؟				
3	هل تعتقد أنك تؤدي واجباتك المدرسية بالشكل الذي تتمناه؟				
4	هل يتألبك شعور جيد عندما تؤدي واجباتك المدرسية في الوقت المحدد؟				
5	هل تشعر بالمتعة أثناء التعلم؟				
6	هل تتخلى عن أداء واجباتك المدرسية الصعبة؟				
7	هل أنت راض عن أدائك في المدرسة؟				
8	هل يفهمك معظم اساتذتك؟				
10.	هل تنسى ما تعلمته بسرعة؟				
11.	هل تشعر أن المعلمين يتوقعون منك الكثير؟				
12.	هل الدراسة أكثر صعوبة بالنسبة لك أكثر مما هي لدى الطلبة الآخرون				
13.	هل تشعر أنك مهما بذلت من جهد فإنك لا تحصل على العلامات التي تستحقها؟				
14.	هل تتصرف بشكل جيد في المدرسة؟				
15.	هل أنت واثق من قدراتك؟				
16.	هل تشعر أحيانا برغبة في ترك المدرسة؟				
البعد الثاني: تقدير الذات الشخصي					
1.	هل تشعر بصعوبة باتخاذ القرار؟				
2.	هل تشعر بصعوبة تقييم نفسك عندما تقوم بعمل جيد؟				
3.	هل تشعر أنه ليس لديك طاقة كافية للقيام بواجباتك؟				

4	هل تشعر أنك سعيد كالآخرين؟			
5	هل تشعر بصعوبة الأشياء دون ان تعلم السبب معظم الأحيان؟			
6	هل تشعر بالخجل من نفسك؟			
7	هل انت عصبي المزاج عادة؟			
8	هل ستغير أشياء كثيرة في حياتك ان استطعت؟			
9	هل تصاب بالإحباط بسهولة؟			
10	هل تحب الطريقة التي ينظر بها الآخرون إليك؟			
11	هل أنت راض عن وزنك؟			
البعد الثالث: تقدير الذات الاجتماعي				
1.	هل لديك زملاء تثق بهم؟			
2.	هل تشعر بمشكلة عندما تتحدث مع الآخرين؟			
3.	هل تشعر أن أفكارك تعجب الآخرين؟			
4.	هل تشعر أنك موضع ثقة زملائك؟			
5.	هل تشعر بالارتياح عندما تتواجد بين مجموعات من الناس؟			
6.	هل يحترم الآخرون وجهة نظرك؟			
7.	هل تجد صعوبة في التعرف على الآخرين؟			
8.	هل انت معروف لدى الأشخاص ممن هم في عمرك؟			
9.	هل تشعر بصعوبة في التعبير عن عواطفك ورغباتك؟			
10.	هل يحبك معظم الناس الذين تعرفهم؟			
11.	هل تقضي معظم اوقاتك منعزلا لوحده؟			
12.	هل تشعر بالقلق لما يعتقد الآخرون عنك؟			
13.	هل لديك القليل من الأصدقاء؟			
البعد الرابع: تقدير الذات الاسري				
1.	هل تشعر بعدم الراحة عندما تكون بالمنزل؟			
2.	هل يعتقد والداك بأنك فاشل؟			
3.	هل تشعر ان والديك يتفهمان مشاعرك بشكل جيد؟			

4..	هل تتفق في الآراء مع افراد أسرتك؟			
5.	هل علاقتك جيدة مع والدك؟			
6	هل علاقتك بأمك جيدة؟			
7	هل تتفق بأفراد أسرتك؟			
8	هل يستمتع والدك لأخبارك ومشاكلك الخاصة؟			
9	هل يتوقع والداك من الكثير؟			
10	هل تشعر بأنك مرغوب في الأسرة؟			
11	هل والداك فخوران بك؟			
12	هل تتمنى لو أنك ولدت في اسرة أخرى؟			
13	هل يعتقد والداك أنك ستكون ناجحا في المستقبل؟			
البعد الخامس: تقدير الذات الرفاعي				
1.	هل تشعر بأنك محبوبا من أصدقائك؟			
2.	هل يعتقد بعض أصدقائك أنك مرح؟			
3.	هل تتمنى لو أنك شخص مختلف، حتى يكون لديك أصدقاء كثيرون؟			
4.	هل أنت جيد في تكوين صداقات؟			
5.	هل تتجنب الاحتكاك بأصدقائك لأنك مختلف عنهم؟			
6.	هل تحب اللعب مع الأصدقاء؟			
7	هل تشعر أن لديك مهارات في كسب الأصدقاء؟			

ملحق (3) أدوات الدراسة بعد التحكيم (الصدق الظاهري)

مقياس الأمن النفسي نهائي

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته، وبعد

عزيزي الطالب/ عزيزتي الطالبة

إن بين أيديكم استبانة لدراسة بعنوان " الأمن النفسي وعلاقته بتقدير الذات لدى عينة من المراهقين في

محافظة القدس"

وهي دراسة مكملية للحصول على درجة الماجستير في الارشاد النفسي والتربوي.

أرجو منكم التفضل بتعبئة الاستبانة التي أعدت لهذا الغرض، آملا الموضوعية في الإجابة، علما أن

الإجابات ستعامل بسرية تامة، ولن تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي.

شاكرة حسن تعاونكم

الباحثة: ليالي وليد شويكي

إشراف: أ.د. حمدي أبو جراد

1.الجنس: ذكر انثى

2.الصف: تاسع عاشر

مقياس الأمن النفسي

	العبارة	أوافق بشدة	أوافق	محايد	لا أوافق	لا أوافق بشدة
البعد الأول الطمأنينة النفسية						
1	أشعر بالأمن في حياتي بصفة عامة					
2	ينتابني احساس بالخوف من وقت لآخر					
3	حياتي العائلية غير سعيدة					
4	أشعر بالراحة النفسية والرضا					
5	أشعر بالضغط النفسي المستمرة بسبب الأعباء الدراسية					
6	أعاني من الإحباط والفشل في حياتي					
7	أشعر بالنقص بالمقارنة بأصدقائي					
8	ممارسة الشعائر الدينية تجعلني أشعر بالأمن والاستقرار النفسي					
9	أشعر بمعنوياتي مرتفعة					
10	ينتابني شعور بالأرق كثيرا					
11	أفتقر للشعور بالراحة والهدوء					
12	أشعر بالقلق والخوف من المستقبل لأنه غير واضح بالنسبة لي بدون سبب					
13	طفولتي كانت سعيدة					
14	أعاني من التوتر الزائد من الدراسة					
البعد الثاني: الحب والقبول						
15	أسرتي تتحدث معي باستمرار					
16	أتعامل مع زملائي بمحبة وود					
17	ألوم نفسي من وقت لآخر					
18	تتابعني والدتي يوميا وتتحدث معي					
19	لا يهتم والدي لنجاحي أو رسوبي					
20	ينتقدني أحد والدي (أو كلاهما) كثيرا					
21	أنا غير واثق بقدرتي على حماية نفسي					
22	ليس لي فائدة في الحياة					
23	أحيد التعبير عن آرائي بشجاعة					
24	أفتقر للشعور بالراحة والهدوء					

25	أحاول أن أكون ودودا مع زملائي				
26	وجودي وسط أصدقائي يشعرني بالطمأنينة والسلام الداخلي				
27	أقبل ذاتي وأسعى دائما لتطويرها باستمرار				
البعد الثالث: التوافق الشخصي والاجتماعي					
28	أشارك زملائي في المناسبات الاجتماعية المختلفة				
29	أستطيع التعامل مع الضغوطات ومواجهتها				
30	أقبل نقد أصدقائي لي				
31	أتعامل مع الآخرين معاملة حسنة				
32	تتال آرائي ووجهات نظري تقدير واحترام الزملاء				
33	أواجه صعوبة في الحياة مع أسرتي				
34	أنا شخص ناجح في دراستي				
35	لدي القدرة على اتخاذ القرارات وتحمل نتائجها				
36	لدي الرضا الكامل عن شخصيتي بما فيها من عيوب ومميزات				
37	لدي القدرة على مواجهة مشاكل ومحاولة حلها				
38	أفضل العزلة والابتعاد عن الآخرين				
39	لدي أصدقاء مقربون أحبهم ويبادلوني نفس الشعور				
40	أفضل الغياب عن المدرسة كلما أمكن ذلك				
41	أعيش حياة من الترقب والحذر من الآخرين				
42	يصعب عليّ تقبل نقد اسرتي لتصرفاتي				
43	أعاني من التوتر الزائد من الدراسة				

مقياس تقدير الذات نهائي

العبارة	أوافق بشدة	أوافق	أوافق بشدة	لا أوافق بشدة
البعد الاول: تقدير الذات الأكاديمي				
1				أتقن القيام بالأنشطة المدرسية الكبيرة مقارنة بزملائي
2				أفتخر بنفسي عندما أنجز واجباتي المدرسية
3				أعتقد أنني أؤدي واجباتي المدرسية بالشكل الذي أتمناه
4				ينتابني شعور جيد عندما أؤدي واجباتي المدرسية في الوقت المحدد؟
5				أشعر بالمتعة أثناء التعلم
6				أتخلى عن أداء واجباتي المدرسية الصعبة
7				يفهمني معظم اساتذتي
8				أنسى ما أتعلمه بسرعة
9				أشعر أن المعلمين يتوقعون مني الكثير
10				تعتبر الدراسة أكثر صعوبة بالنسبة لي مما هي لدى الطلبة الآخرين
11				أشعر أنني مهما بذلت من جهد فإنني لا أحصل على العلامات التي أستحقها
12				أتصرف بشكل جيد في المدرسة
13				أنا واثق من قدراتي
14				أشعر أحيانا برغبة في ترك المدرسة
البعد الثاني: تقدير الذات الشخصي				
1.				أشعر بصعوبة باتخاذ القرار
2.				أشعر بصعوبة في تقييم نفسي عندما أقوم بعمل جيد
3.				أنا عصبي المزاج عادة
4				أشعر أنني سعيد كالأخرين
5				أشعر بصعوبة الأشياء دون أن أعلم السبب معظم الأحيان
6				أنا راض عن وزني
7				أشعر انه ليس لدي طاقة كافية للقيام بواجباتي
8				سأغير أشياء كثيرة في حياتي ان استطعت

9	أصاب بالإحباط بسهولة			
10	أحب الطريقة التي ينظر بها الآخرون إلي			
11	أشعر بالخجل من نفسي			
البعد الثالث: تقدير الذات الاجتماعي				
1	لدي زملاء أثق بهم			
2	أشعر بمشكلة عندما أتحدث مع الآخرين			
3	أشعر أن أفكاري تعجب الآخرين			
4	أشعر بالارتياح عندما أتواجد بين مجموعات من الناس			
5	يحترم الآخرون وجهة نظري			
6	أجد صعوبة في التعرف على الآخرين			
7	أنا معروف لدى الأشخاص ممن هم في عمري			
8	أشعر بصعوبة في التعبير عن عواطف و رغباتي			
9	أقضي معظم أوقاتي منعزلاً لوحدي			
10	أشعر بالقلق لما يعتقد الآخرون عني			
11	لدي القليل من الأصدقاء			
البعد الرابع: تقدير الذات الاسري				
1	أشعر بعدم الراحة عندما أكون بالمنزل			
2	يعتقد والداي بأنني فاشل			
3	أشعر ان والدي يتفهمن مشاعري بشكل جيد؟			
4	أنتق في الآراء مع افراد أسرتي			
5	علاقتي جيدة مع والدي			
6	علاقتي بأمي جيدة			
7	أثق بأفراد أسرتي			
8	يستمتع والدي لأخباري ومشاكلي الخاصة			
9	يتوقع والداي من الكثير			
10	أشعر بأنني مرغوب في الأسرة			
11	والداي فخوران بي			
12	أتمنى لو أنني ولدت في اسرة أخرى			
13	يعتقد والداي أنني سأكون ناجحاً في المستقبل			
البعد الخامس: تقدير الذات الرفاقي				
1.	أشعر بأنني محبوباً من أصدقائي			

				يعتقد بعض أصدقائي أنني مرح	2.
				أتمنى لو أنني شخص مختلف، حتى يكون لدي أصدقاء كثيرون	3.
				أنا جيد في تكوين صداقات	4.
				أتجنب الاحتكاك بأصدقائي لأنني مختلف عنهم	5.
				أحب اللعب مع الأصدقاء	6.
				أشعر أن لدي مهارات في كسب الأصدقاء	7.

ملحق (4) تسهيل مهمة

Al-Quds Open University Academic Affairs Deanship of Graduate Studies and Scientific Research Ramallah - P.O. Box 1804 - Postcode: P6058238 Tel: 02/2976240 - 02/2956073 Fax: 02/2963738 Email - Graduate Studies: fgs@qou.edu Email - Scientific Research: sprgs@qou.edu		جامعة القدس المفتوحة الشؤون الأكاديمية عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي رام الله - ص.ب 1804 - الرمز البريدي: P6058238 هاتف: 02/2976240 - 02/2956073 فاكس: 02/2963738 بريد إلكتروني - الدراسات العليا: fgs@qou.edu بريد إلكتروني - البحث العلمي: sprgs@qou.edu
---	---	---

الرقم: ع د ب / 25/120

التاريخ: 2025/01/15

حضرة د. محمد مطر المحترم

مدير مركز البحث والتطوير التربوي/ وزارة التربية والتعليم

تحية طيبة وبعد،،،

تسهيل مهمة

تهديكم عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي في جامعة القدس المفتوحة أطيب التحيات، وبالإشارة إلى الموضوع أعلاه تقوم الطالب/ة (ليالي وليد اسماعيل شويكي)، بإعداد رسالة ماجستير في تخصص "الإرشاد النفسي والتربوي" بعنوان: (الأمن النفسي وعلاقته بتقدير الذات لدى عينة من مراهقين محافظة القدس). وعليه، يرجى توجيهاتكم لتسهيل مهمة الطالب/ة في الحصول على المعلومات اللازمة لتوزيع أداة الدراسة على المدارس الحكومية التابعة لمديرية تربية القدس، وذلك استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير، شاكرين لكم جهودكم بما يخدم مجتمعنا الفلسطيني.

وتفضلوا بقبول فائق الاحترام والتقدير،

أ. د. محمد شاهين
عميد الدراسات العليا والبحث العلمي



نسخة:

.. ..