تقدير الذات وعلاقته بالاكتئاب عند تلاميذ المتوسط والثانوي

Investigation the relation between self-esteem and the depression of middle and secondary school children

أ/ ليندة درقاوي

أ/ كريمة محيوز

ملخص:

اعتمدنا في هذه الدراسة على المنهج الوصفي للتعرف على إمكانية وجود علاقة ارتباطيه بين كل من تقدير الذات و الاكتئاب عند (489) تلميذ وتلميذة يدرسون بالمتوسط والثانوي وبعد الاستعانة برزمة المقاييس الإحصائية التي تمثلت في معامل الارتباط بيرسون و المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري، واختبارT للفروق بين المتوسطات خلصت الدراسة إلى مجموعة من النتائج، حيث توصلت الدراسة إلى أن هناك علاقة بين تقدير الذات والاكتئاب وهي علاقة سالبة مما يعني انه كلما ارتفع مستوى تقدير الذات كلما انخفض مستوى الاكتئاب وكلما انخفض مستوى تقدير الذات ارتفع مستوى الاكتئاب. كما توصلنا إلى انه توجد فروق بين الذكور والإناث في مستوى الاكتئاب لصالح الإناث كما توصلنا إلى انه لا توجد فروق بين الذكور والإناث في تقدير الذات

الكلمات المفتاحية: تقدير الذات، الاكتئاب، تلاميذ المتوسط، تلاميذ الثانوي.

Abstract:

The present study can be classified as a descriptive survey. The purpose of data collection is to investigate the relation between self-esteem and the depression of 489 middle and secondary schoolchildren .The results of the study confirmed the researcher's hypotheses; the outcome of this research has shown that there is a negative relation between the level of self-esteem and depression .The study revealed also that there are differences between boys and girls in terms of depression in favor the girls; and there are not differences between boys and girls concerning the level of self-esteem.

Keywords: Self-esteem depression, middle schoolchildren, and secondary schoolchildren.

مقدمة

كثيرا ما نتحدث عن خاصيتين نفسيتين لدى الإنسان وهما الاكتئاب وتقدير الذات ولا نلبث نتحدث عن إحداهما حتى نجد أنفسنا بصدد التحدث عن الأخرى. فكلما ناقشنا موضوع الاكتئاب عند شخص معين تطرقنا دون أن نشعر إلى نوع التقدير الذي يحمله لنفسه وإذا ما ناقشنا تقدير الذات عند آخر وجدنا أنفسنا إما نتحدث عن فترات الاكتئاب التي قد يمر بها إذا كان تقديره منخفضا أو عن السعادة أو الانفراج الذي قد يغمره إذا كان صاحب تقدير مرتفع لذاته. هذا ما دفعنا نحاول من خلال هذه الدراسة التعرف عن العلاقة بين هاتين الخاصيتين النفسيتين المهمتين في حياة جميع أفراد بني البشر.

إن مفهوم الذات يعبر عن ظاهرة مركبة تكشف الموقف الذي يتخذه الإنسان من ذاته ، و هو موقف له جوانبه المعرفية و الوجدانية و الأخلاقية ، فإذا كان الجانب المعرفي يتضمن تعرف الفرد على الخصائص المميزة لذاته وقدراته على وصفها ، فان الجانب الوجداني

يتضمن الاتجاه الذي يتبناه إزاء هذه الخصائص والصفات سواء بالقبول والرضا أو بالرفض والاستهانة ، أما الجانب الأخلاقي يرتبط بالأحكام التي يصدرها الفرد على نفسه ويقيم بها ذاته في ضوء معايير خاصة أهمها الشعور بالكفاءة والجدارة .(إيمان فوزي 2003)

حيث تساهم في بروز نوع معين من التقدير عوامل عدة أهمها العائلة والمدرسة فيتكون تقدير الذات الايجابي عند الطفل من خلال تكوين علاقة ايجابية من طرفهم معه إضافة إلى إعطائه قيمة ايجابية .(Jiménez T et al2004)

ونوع التعلق والحب غير المشروط أين الأولياء يبينون كل حنانهم وحبهم هي أهم بداية لتكوين نظرة ايجابية عن أنفسهم.(Duclos 2004)

كما ولجماعة الرفاق تأثير في تكوين تقدير الذات الايجابي وذلك من خلال تحسيس بعضهم البعض بالمحبة والثقة المتبادلة .(Deborrah E F et al 1997)

ولما يحس الطفل بمحبة الغير يترجمها على أن له قيمة في هذا العالم وهو ما يعطيه قوة وثقة ليواجه كل المصاعب لان الإنسان يحكم على قيمته الخاصة به من خلال ما يراه الآخرون عنه ويفكرون فيه ومن خلال تعليقاتهم وتشجيعهم ...الخ (Duclos G 2004)

أما التربية السلبية فلها دور في تكوين تقدير الذات السلبي لدى الأفراد وذلك عندما لا يرى الأولياء الجانب الجيد للأشياء ويلاحظون إلا الجوانب السلبية لأولادهم إضافة إلى استعمال الكلمات الجارحة والانتقادات اللاذعة المتكررة والملاحظات الفضة كلها ضربات قوية وجارحة للفرد (Gregory J et al1998)

لقد أصبح مفهوم تقدير الذات أكثر جوانب مفهوم الذات انتشارا بين الكتاب والباحثين ودرست علاقته بمتغيرات أخرى منها الاكتئاب، ومع تزايد المشكلات الانفعالية والاجتماعية التي يتعرض لها المراهقون في المرحلة الثانوية تزايد الاهتمام بدراسة الاكتئاب كخبرة من الخبرات الإنسانية الشائعة حيث يمر كل فرد في مرحلة ما من مراحل حياته بخبرة سيئة أو

يعاني من مرض أو بعض المؤثرات التي تشير إلى هذا الاضطراب كالحزن والكآبة والضيق والتشاؤم واليأس...الخ (عبد المنعم توفيق 1998)

فالأحداث اليومية للأفراد بعضها يجلب السرور والبعض الأخر يدعوا إلى الحزن والكآبة ولما تكون استجابة الفرد سلبية، فانه لايتفاعل مع هذه الأمور بصفة مؤقتة ولا ينصرف إلى الاستمرار في الحياة بصفة عادية فيركز ويستمر فرط تأثيره واهتمامه بتلك الأحداث وإدراكها كتهديد لمصيره الشخصي وقدراته على التحكم مما يغير من مزاجه وطباعه اليومية.

وهو ما قد يؤدي إلى تأثير سلبي في تقدير الأفراد لذواتهم وتدنيه نتيجة ما يتعرضون له وخاصة في مرحلة المراهقة وفي هذا الصدد يرى كارل روجرز انه إذا اخفق المراهق في تقدير ذاته بصورة ايجابية في المدرسة الثانوية واخفق في الحصول على تقدير ايجابي من قبل الأشخاص المهمين في حياته (الآباء .المدرسين .الزملاء) فسوف تنمو لديه شخصية مضطربة ويكون مفاهيم سلبية عن ذاته ويعاني من الاكتئاب والقلق وقد يمارس سلوكيات اجتماعية منحرفة كتعاطي المخدرات والخمور.(عبد الستار إبراهيم 1998)

فلقد أشارت نتائج عدد من الدراسات السابقة إلى ارتباط الاكتئاب سلبا بتقدير الذات المرتفع لدى الأفراد.(عبد الرحمان بن سليمان 2013)

نذكر منها الدراسة التي قام بها احمد صالح 1989 التي هدفت إلى معرفة تقدير الذات وعلاقته بالاكتئاب لدى عينة مكونة من 272 طالب وطالبة من الأول ثانوي في مدينة الإسكندرية وقد أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطيه سالبة دالة جوهريا بين تقدير الذات والاكتئاب لدى الجنسين كما انه توجد فروق جوهرية بين الذكور والإناث في كل من مستويات الاكتئاب وتقدير الذات.(احمد محمد صالح 1989)

كذلك دراسة قام بها جرين (Green1981p3890) لتبين مدى شيوع الاكتئاب وشدته ودراسة بعض المتغيرات المرتبطة به في مرحلة المراهقة المبكرة وقد تكونت عينة الدراسة من 630 من طلاب صفوف السادس الابتدائي والأول والثاني إعدادي وأظهرت نتائج الدراسة علاقة واضحة

بين الاكتئاب وتقدير الذات حيث ارتبط الانخفاض في تقدير الذات بالمستويات المرتفعة في الاكتئاب .(غريب عبد الفتاح 1992)

لهذا جاءت الدراسة الحالية لمعرفة العلاقة بين تقدير الذات والاكتئاب وذلك من خلال طرح التساؤلات التالية:

_هل توجد علاقة ارتباطية بين تقدير الذات والاكتئاب.

_هل توجد فروق بين الذكور الإناث في مستوى تقدير الذات.

_هل توجد فروق بين الذكور والإناث في مستوى الاكتئاب.

فرضيات الدراسة :

_توجد علاقة ارتباطية بين تقدير الذات و الاكتئاب.

_توجد فروق بين الذكور والإناث في مستوى تقدير الذات.

_توجد فروق بين الذكور والإناث في مستوى الاكتئاب.

1_ الإطار النظري والمفاهيم الأساسية للدراسة:

1 _1_ تعريف تقدير الذات:

تعددت التعاريف المحددة لمفهوم تقدير الذات، حيث عرفه "Rosenberg" (1979) على أنه التقييم الذي يقوم به الفرد ويحتفظ به عادة بالنسبة لذاته ويعبر عن اتجاه الاستحسان أو الرفض، ويوضح أن تقدير الذات العالي يدل على أن الفرد ذو كفاءة أو ذو قيمة يحترم ذاته، أما التقدير المنخفض للذات فيشير إلى رفض الذات وعدم الاقتناع بها. **(السيد محمد، 1998: 100)**

كما يعرفه "ممدوحة سلامة" بأنه تقويم الفرد العام لذاته فيما يتعلق بأهميتها وقيمتها، ويشير التقدير الايجابي للذات إلى مدى قبول الفرد لذاته وإعجابه بها على ما هي عليه، وإدراكه لذاته على أنه شخص ذو قيمة، جدير باحترام وتقدير الآخرين، أما التقدير السلبي للذات فيشير إلى عدم قبول الفرد لنفسه وتقليله من شأنها، وشعوره بالنقص عند مقارنته لنفسه بالآخرين، وغالبا ما يرى الفرد نفسه في هذه الحالة على أنه ليس له قيمة أو أهمية. **(حسين علي فايد، 2002: 57)**

في حين يعرفه "Cooper smith" (1967) بأنه الحكم الذي يصدره الفرد على ذاته متضمنا الخصائص التي يرى بأنها تصفه على نحو دقيق، وقد ميز بين نوعين من تقدير الذات:

- **أولهما:** هو تقدير الذات الحقيقي ويوجد لدى الأفراد الذين يشعرون بالفعل بقيمتهم الذاتية.
- **أما الثاني**: فهو تقدير الذات الدافعي ويميز الأفراد الذين يشعرون بأنهم ليس لديهم عن أنفسهم قيمة، ولكنهم لا يستطيعون الاعتراف بهذا الشعور والتعامل على أساسه مع أنفسهم ومع الآخرين. **(فوزي شاهين، 2003: 345)**

وهو تقييم الفرد لذاته وأماله المستقبلية ووضعه بين الآخرين وتقدير الذات يعتمد على علاقات الفرد مع غيره وصدقه مع نفسه ونقده لها وموقفه من نجاحه وفشله. **(فرج عبد القادر طه، 1989: 138)**

ويعتبره "سيد خير الله" في تعريفه أنه تقييم الشخص لنفسه ككل من حيث مظهره وخلفيته وأصوله، وكذلك قدراته ووسائله وشعوره، حيث يبلغ كل ذروته حتى يصبح القوة الموجهة للسلوك.

أما "Zeller" فيرى بأن تقدير الذات هو مجموع المدركات التي يملكها الفرد عن قيمته الذاتية، هذه المدركات تكون مرتبطة ومتأثرة بمدركات وردود أفعال الأشخاص الآخرين الذين لهم مكانة معينة لدى الفرد.

أي تقييم الفرد لذاته انطلاقا من تقييم الآخرين له وقدراته، فيضع صورة لنفسه من خلال الصفات التي ينسبها الآخرون له، يعني ذلك أن مصدر التقييم راجع للمجتمع ويتطور تقدير الذات عن طريق عملية المقارنة الاجتماعية تخص السلوك ومهارات الذات ومهارات الآخرين. **(سيد خير الله، 1981: 47)**

ويعرفه "فهد القشعان" بأنه نظرة الفرد لنفسه مقارنة مع الآخرين ودرجة الثقة بقدراته الذاتية والاجتماعية لإنجاز مهماته الحياتية باقتدار. **(فهد القشعان، 2000: 204)**

فهي القيمة التي يكونها الفرد عن ذاته التي يعتقد أن الآخرين يحملونها عن نتيجة القيام بعمل يتصف بالكفاءة والجدارة والصدارة والتعاون والثقة والنفع. **(عبد العال محمد، 2006: 08)**

ويوضح "Eysenck" et "Wolson" (1976) مفهوم الذات بتفسيره أن الأشخاص الذين يحصلون على درجات مرتفعة في تقدير الذات لديهم قدر كبير في ذواتهم وقدراتهم، ويعتقدون في أنفسهم الجدارة والفائدة وأنهم محبوبون من قبل الأفراد الآخرين، بينما الأشخاص الذين يحصلون على درجات منخفضة في تقدير الذات لديهم فكرة متدنية عن ذواتهم ويعتقدون أنهم فاشلون وغير جذابين. **(خيرى حافظ، 1990: 86)**

أما إجرائياً فهو الاتجاه والنظرة والحكم الذي يصدره الفرد عن نفسه وقيمتها، فإما أن يكون حكماً إيجابياً يعبر عن تقدير الذات المرتفع ذو القيمة والأهمية، فيتعقد من خلالها أنه ناجح وكفؤ وهام وراضي عن نفسه، وإما أن يكون حكماً سلبياً يعبر عن تقدير الذات المنخفض ذو القيمة والأهمية المتدنية، فيعتقد من خلالها أنه فاشل وغير كفئ وحقير وغير راضٍ عن نفسه، تظهر عليه من خلال الأساليب التعبيرية المختلفة "السلوكات والأقوال"، وتقدير الذات في هذا البحث يحدد بمجموع الدرجات التي يتحصل عليها المفحوص من خلال إجابته على مقياس تقدير الذات لروزنبورغ .

1_2_تعريف الاكتئاب:

يعتبر الاكتئاب مصطلح يستخدم لوصف خليط من الحالات المرضية أو غير المرضية في الإنسان، والتي يتغلب عليها طابع الحزن، ولقد قام بالاهتمام به العديد من العلماء والباحثين منهم:

Zimmerman" et al": الذي عرفه على أنه اضطراب نفسي يتميز بالحزن الشديد والإحباط وفتور الهمة، وعدم الاستمتاع بأي شيء، والشعور بالتعب والإرهاق عند القيام بأي عمل، وضعف القدرة على التركيز، وعدم القدرة على اتخاذ أي قرارات، والشعور بالذنب والإحساس بالتفاهة وعدم القيمة، وعدم القدرة على النوم أو تقطعه، وفقدان الشهية لتناول الطعام أو تناول الطعام أكثر من المعتاد، وفقدان الوزن، وفي أحيان أخرى زيادة الوزن والقلق بشأن الصحة البدنية. **(محمد الدسوقي، 2001: 232)**

ويعرف "Beack" الاكتئاب بأنه حالة تتضمن تغيرا محددا في المزاج، مثل الشعور بالحزن والوحدة واللامبالاة، مفهوم سالب عن الذات مصاحب بتوبيخ للذات وتحقيرها ولومها، رغبات في عقاب الذات مع الرغبة في الهروب والاختفاء والموت، تغيرات في النشاط كما تبدوا في صعوبة النوم وفقدان الشهية للطعام وتغيرات في مستوى النشاط، وخصوصا النقص فيه. **(عبد القادر جودة، 2006: 101)**

كما يعرفه "كمال دسوقي" على أنه اتجاه انفعالي باثولوجي ينطوي على شعور بعدم الكفاية وفقدان الأمل، ويصحبه عموما انخفاض في النشاط الجسمي والنفسي، والتكدر والاغتمام. وفي الفرد السوي يمثل حالة جزع تتميز بمشاعر عدم الكفاية وخفض النشاط، والتشاؤم من المستقبل، أما في الحالات المرضية فهي حالة بالغة الشدة من عدم الاستجابة للتنبيهات مع الحط من قدر النفس وعدم الكفاية وفقدان الأمل. **(حسين صالح صالح، 2004: 09)**

ويرى "Stor" أن الاكتئاب عبارة عن حالة انفعالية تتجسد في تأخر الاستجابة لدى الفرد، والحزن الشديد والميول التشاؤمية التي قد تدفعه إلى التفكير في الانتحار، ويعتبر الاكتئاب زملة من الأعراض المترابطة والمتزامنة في آن واحد.

فيما يعتبر "زهران" أن الاكتئاب ناتج عن ظروف أليمة تتسبب حالة من الحزن الشديد، وقد لا يتمكن المكتئب من معرفة السبب الأساسي لحالته أو الأعراض التي يعاني منها. **(اليحوفي، 2003: 123)**

في حين يعرفه "Colese" بأنه خبرة وجدانية ذاتية أعراضها الحزن والتشاؤم وفقدان الاهتمام واللامبالاة والشعور بالفشل وعدم الرضا والرغبة في إيذاء الذات والتردد وعدم البث في الأمور، والإرهاق وفقدان الشهية، ومشاعر الذنب واحتقار الذات وبطء الاستجابة وعدم القدرة على بذل أي جهد. **(السيد عثمان، 1993: 08)**

أما إجرائياً فهي حالة انفعالية تنجم عن أفكار سلبية سوداوية يشعر الفرد من خلالها بالحزن، والضيق، والإحباط، والتشاؤم، وفقدان الأمل، واللامبالاة، وعدم الاستمتاع بأي شيء من طعم الحياة، والرغبة في إيذاء الذات، مما يؤدي إلى ظهور أعراض جسدية كالتعب، وعدم القدرة على بذل أي جهد، وعدم القدرة على النوم وضعف القدرة على التركيز، وفقدان الشهية للأكل، والإنهاك النفسي، وآلام الجهاز المعوي، وتراجع الشهوة الجنسية. والاكتئاب في هذا البحث هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها المفحوص على قائمة "بيك" للاكتئاب في صورته العربية المكيفة المختصرة لـ "غريب عبد الفتاح".

2_ الدراسة الميدانية:

2_1_منهج الدراسة الأساسية:

وقد اعتمد في هذه الدراسة على المنهج الوصفي وهو المنهج الأكثر استخداما في الدراسات النفسية والاجتماعية والتربوية.

2_2_ميدان الدراسة:

أجريت الدراسة في العديد من الإكماليات والثانويات.

2_3_العينة:

لقد اعتمدنا في بحثنا على عينة تطوعية من التلاميذ المتمدرسين في المرحلة الإكمالية والثانوية و عددهم **489** تلميذا.

2_4_أدوات الدراسة:

أما أدوات الدراسة التي استخدمناها لجمع البيانات فتمثلت في:

2_4_1_ مقياس تقدير الذات لـ Rosenberg:

2_4_1_ 1_وصف المقياس:

صُمّم هذا المقياس من طرف "Rosenberg" سنة (1979) والذي كان هدفه قياس تقدير الذات على سلم "جوتمان"، حيث يتكّون من 10 بنود وله بعد واحد صمم أصلاً سنة (1962) لقياس تقدير الذات لدى طلبة الثانويات والمدارس العليا، ومنذ تطويره وهو يستعمل على مجموعات أخرى من الراشدين من مختلف المرضى. والإجابات الخاصة بهذا المقياس هي: لا أوافق، لا أوافق بشدة، أوافق، أوافق بشدة. (**مقدم عبد الحفيظ، 2003**)

وتحدد نسبة تقدير الذات في النقاط التالية:

جدول رقم (01): مستويات تقدير الذات

الفئة	الدرجة	مستوى تقدير الذات
1	16 – 10	تقدير الذات منخفض
2	33 – 17	تقدير الذات متوسط
3	40 – 34	تقدير الذات مرتفع

(**Lebort. A, 1999**)

2_4_1_ 2_ الخصائص السيكومترية للمقياس:

تم تحديد معامل ثبات هذا المقياس بطريقة تطبيق الاختبار و إعادة التطبيق حيث قدر معامل الارتباط ب 0,92 و هي قيمة تدل على انه يتميز بالثبات.

أما الصدق فتم تقديره بطريقة الصدق التنبؤي من خلال تطبيقه مع عدة مقاييس منها تقدير الذات لكوبر سميث ، الاكتئاب ، القلق ، و بالتالي فهو يتميز بالصدق. **(مقدم عبد الحفيظ. 2003)**

أما في بحثنا الحالي ولتحديد الخصائص السيكومترية للمقياس في البيئة المحلية على عينة متكونة من 60 فرداً تم على النحو الآتي: اعتمدنا في حسابنا صدق المقياس على طريقة المقارنة الطرفية باستخدام اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسط درجات الأفراد الذين تحصّلوا على أعلى الدرجات ومتوسط درجات الأفراد الذين تحصّلوا على أدنى الدرجات على مقياس "روزنبورغ" لتقدير الذات، وجاءت النتائج كما هي موضحة في الجدول الموالي:

جدول رقم (02): تحديد الصدق بطريقة المقارنة الطرفية لمقياس تقدير الذات

الفئات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري S	قيمة اختبار t	الدلالة الإحصائية
الفئة العليا	16	36.75	1.96	3.86	دالة عند α: 0.01
الفئة الدنيا	16	25.62	3.24		

يتضح لنا من الجدول رقم (02) أن الفرق بين متوسط الفئة العليا ($\overline{X_1}$: 36.75) ومتوسط الفئة الدنيا ($\overline{X_1}$: 25.62) هو فرق حقيقي إذ قُدّرت قيمة T بـ 3.86 وعند مقارنتها بالقيمة المجدولة (2.75) نجدها دالة إحصائياً عند α: 0.05، ومنه فالاختبار قادر على التمييز بين نتائج الفئة العليا والدنيا لنتائج المقياس، ومنه فهو يتميز بالصدق.

أما لتعيين الثبات تم اعتماد طريقة التباين بتطبيق معادلةα لكرونباخ (Crompch)، والتي قدرت بـ 0.79 مما يدل على وجود اتساق داخلي ومنه فالمقياس يتميز بالثبات.

2_4_2_ مقياس Beck للاكتئاب:

2_4_2_ 1_ وصف المقياس:

صُمم هذا المقياس من طرف "بيك" كأداة للتقرير الذاتي، ويزود المعالج بتقدير سريع وصادق لمستوى عمق الاكتئاب لدى المفحوص.

تكونت الصورة الأصلية للمقياس من 21 بنداً، تحتوي على سلسلة من العبارات المنظمة ذات العلاقة الوثيقة بأعراض الاكتئاب، وقد قام الباحث "غريب عبد الفتاح غريب" باختصار المقياس حيث أصبحت تتكون الصورة المختصرة للمقياس من 13 بنداً يقيس: الحزن – التشاؤم – الشعور بالفشل – عدم الرضا – الشعور بالذنب – عدم حب الذات –إيذاء الذات – الانسحاب الاجتماعي – التردد – تغير تصور الذات – صعوبة النوم – التعب – وفقدان الشهية، وتتكون كل مجموعة من أربع عبارات تم ترتيبها من الدرجة (0) إلى الدرجة (3) بحيث تعكس درجة الاكتئاب. (**غريب عبد الفتاح غريب، 1990**)

وتتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين (0-39)، وتقوم طريقة التصحيح على جمع الدرجات التي يحصل عليها المفحوص، حيث أن الأسلوب المتبّع لتقدير وجود الاكتئاب وشدّته هو أسلوب الدرجات الفاصلة، فتشير الدرجة المنخفضة جدّا إلى عدم وجود الاكتئاب بينما تشير الدرجة المرتفعة للمقياس إلى وجود اكتئاب شديد، ويمكن توضيح ذلك في الجدول الموالي:

جدول رقم (03): مستويات الاكتئاب باستخدام مقياس بيك

مدى الدرجات	مدلول الدرجات
(0 – 4)	عدم وجود الاكتئاب
(5 – 7)	اكتئاب معتدل (غير حاد)
(8 – 15)	اكتئاب متوسط
16 فما فوق	اكتئاب شديد

(J. Cottraux et al, 1998)

2_4_2_ 2_ الخصائص السيكومترية للمقياس:

حاول الباحث "غريب عبد الفتاح غريب" تحديد معامل ثبات المقياس بطريقتين وهما: طريقة التجزئة النصفية وطريقة إعادة التطبيق.

باستخدام طريقة التجزئة النصفية تم تجزئة المقياس إلى جزئين، الأول يتضمن الفئات الفردية والثاني يتضمن الفئات الزوجية، ووصل معامل الارتباط بين الجزئين إلى 0.77، وباستخدام معادلة سبيرمان براون وصل معامل الارتباط إلى 0.87 وهو ارتباط دال.

وباستخدام طريقة إعادة التطبيق وصل معامل الثبات إلى 0.77 وهو معامل دال مما يعني أنه يتميز بالثبات.

أما الصدق فقد تم تحديده بطريقة الصدق التلازمي حيث وصل معامل الارتباط إلى 0.60 وهو معامل دال مما يعني أنه صادق. **(غريب عبد الفتاح غريب، 1990)**

أما في بحثنا الحالي تم تحديد الخصائص السيكومترية للمقياس في البيئة المحلية على عينة متكونة من 60 فردا على النحو الآتي:

اعتمدنا في حسابنا الصدق على طريقة المقارنة الطرفية باستخدام اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسط درجات الأفراد الذين تحصلوا على أعلى الدرجات ومتوسط درجات الأفراد الذين تحصلوا على أدنى الدرجات على مقياس "بيك" للاكتئاب، وتمثلت النتائج كما هي موضحة في الجدول الموالي:

جدول رقم (04): دلالة الفرق بين متوسط درجات الفئة العليا ومتوسط درجات الفئة الدنيا فيما يخص الاكتئاب

الفئات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري S	قيمة اختبار T	الدلالة الإحصائية
الفئة العليا	16	15.68	4.14	11.71	دالة عند α: 0.05
الفئة الدنيا	16	2.56	1.31		

يتضح لنا من الجدول رقم (04) أن الفرق بين متوسط الفئة العليا ($\overline{X_1}$: 15.68) ومتوسط الفئة الدنيا ($\overline{X}$: 2.56) حقيقي إذ قدّرت قيمة t بـ 11.71 وعند مقارنتها بالقيمة المجدولة (2.75) نجدها دالة إحصائياً عند α: 0.05، ومنه فالاختبار قادر على التمييز بين نتائج الفئة العليا والدنيا لنتائج المقياس، ومنه فهو يتميّز بالصدق.

أما الثبات فقد تم تعيينه بطريقة التباين بتطبيق معادلة α لكرونباخ Crompch، والتي قدرت بـ 0.82 مما يدل على وجود اتساق داخلي، ومنه فالمقياس يتميز بالثبات.

3_الأساليب الإحصائية المستعملة:

بعد جمع المعطيات وفرزها وتفريغها في جداول قصد معالجتها إحصائيا باستعمال برنامج الرزنامة الإحصائية للعلوم الاجتماعية **spss**، حيث يتضمن هذا البرنامج العديد من الإجراءات الإحصائية التابعة التي تتيح للباحث تحليل العلاقة بين متغيرين أو أكثر، وقد مكن لنا من تحليل بيانات الدراسة بالتقنيات الإحصائية التالية: معامل ارتباط بيرسون، المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، واختبار **t** للفروق بين المتوسطات.

4_ عرض النتائج وتفسيرها:

4_1_ عرض نتائج الفرضية الأولى:

وتنص هذه الفرضية بوجود علاقة ارتباطية بين مستوى تقدير الذات والاكتئاب .

الجدول رقم (05): قيمة معامل الارتباط بيرسون بين مستوى تقدير الذات و الاكتئاب لدى المتمدرسين في المتوسط و الثانوي.

الارتباط بين:	العينة	قيمة الدلالة المحسوبة	قيمة معامل الارتباط	الدلالة الإحصائية
مستوى تقدير الذات والاكتئاب	**489**	**0.000**	-0.56	دالة إحصائية عند 0.01

يلاحظ من الجدول رقم (05) انه توجد علاقة ارتباطية سالبة لأن قيمة معامل الارتباط بيرسون بين مستوى **تقدير الذات** والاكتئاب لدى تلاميذ المتوسط والثانوي جاءت تساوي**0.56** - . وهي دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة **0.01**.

أي انه كلما ارتفع مستوى تقدير ذات التلاميذ كلما انخفض الاكتئاب لديهم والعكس صحيح كلما انخفض مستوى تقدير ذات التلاميذ كلما ارتفع الاكتئاب لديهم.

وعليه فالفرضية الأولى قد تحققت.

4_2_ عرض نتائج الفرضية الثانية:

تنص هذه الفرضية على انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات بين الذكور الإناث

الجدول رقم(05): نتائج اختبارت لعينتين مستقلتين (الذكور الإناث) في مستوى تقدير الذات

الجنس		حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	f	t	مستوى الدلالة
مستوى تقدير الذات	ذكور	197	31.36	4.19	3.26	0.39	0.01
	إناث	292	31.18	5.36			

يتضح من خلال هذا الجدول أن نتائج اختبار ت قدرت ب .0.39 وهي غير دالة عند مستوى الدلالة 0.01 أي انه لا توجد هناك فروق بين الجنسين فيما يخص مستوى تقدير الذات حيث بلغ متوسط الإناث 31.18 بينما بلغ متوسط الذكور31.36 وبالتالي لم تحقق الفرضية الثانية.

4_3_ عرض نتائج الفرضية الثالثة:

تنص هذه الفرضية على انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاكتئاب بين الذكور الإناث

الجدول رقم(06): نتائج اختبارت لعينتين مستقلتين (الذكور الإناث) في الاكتئاب

الجنس		حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	f	مستوى الدلالة	t
الاكتئاب	ذكور	197	7.21	5.28	11.38	0.001	-3.32
	إناث	292	8.99	6.13			

يتضح من خلال هذا الجدول أن نتائج اختبار ت قدرت ب .3.32-وهي دالة عند مستوى الدلالة 0.01 أي هناك فروق بين الجنسين فيما يخص الاكتئاب لصالح الإناث حيث بلغ متوسط الاناث8.99 بينما بلغ متوسط الذكور 7.21وبالتالي تحققت الفرضية الثالثة.

وهو ما توصلت إليه بعض الدراسات منها دراسة احمد محمد الزغبي تحت عنوان العلاقة بين الاكتئاب وتقدير الذات لدى عينة من 390 طالب وطالبة بالمرحلة الثانوية باستخدام مقياس بيك لقياس الاكتئاب ومقياس تقدير الذات من إعداده.

أهم النتائج التي أسفر عنها البحث وجود علاقة سالبة دالة عند 0.01 بين متوسط درجات الاكتئاب ومتوسط درجات تقدير الذات. كما وجدت فروق دالة جوهريا بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث في الاكتئاب وتقدير الذات حيث تبين أن الإناث أكثر اكتئابا من الذكور واقل تقديرا لذواتهن والعكس صحيح. (محمد الزعبي 2005)

وكذلك فقد درس مدحت عبد اللطيف 1989 العلاقة بين الاكتئاب وتقدير الذات لدى عينة من أطفال الصفين الخامس والسادس الابتدائيين من تلاميذ الإسكندرية قوامها 200 تلميذا من الذكور والإناث وقد أسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الاكتئاب وتقدير الذات مما يعني أن الأطفال الذين يرتفع لديهم مستوى الاكتئاب ينخفض عندهم مستوى تقديرهم لذواتهم.

كما كشفت النتائج أيضا أن الإناث أكثر معاناة من الاكتئاب بالمقارنة مع الذكور كما أنهن اقل تقديرا لذواتهن. (مدحت عبد اللطيف 1989)

خاتمة:

كان الغرض من هذه الدراسة التي اعتمدت على المنهج الوصفي وباستعمال مقياس مستوى تقدير الذات لروزنبرغ ومقياس بيك للاكتئاب، هو التعرف على إمكانية وجود علاقة ارتباطية بين مستوى تقدير الذات والاكتئاب عند تلاميذ المتوسط والثانوي، حيث خلصت الدراسة إلى مجموعة من النتائج جاءت حسب ما توقعناه في الفرضيات وقد تحققت على مستوى العينة المدروسة، حيث توصلت الدراسة إلى أن هناك علاقة بين مستوى تقدير الذات والاكتئاب وهي علاقة سالبة مما يعني انه كلما ارتفع مستوى تقدير الذات انخفض مستوى الاكتئاب وكلما انخفض مستوى تقدير الذات ارتفع مستوى الاكتئاب.

كما توصلنا إلى انه لا توجد فروق بين الذكور والإناث في مستوى تقدير الذات وبالتالي فالفرضية الثانية لم تتحقق وتوصلت نتائج البحث أيضا إلى انه توجد فروق في الاكتئاب بين الذكور والإناث وبالتالي فالفرضية الثالثة تحققت.

المراجع:

1. – إيمان فوزي شاهين (2003). تقدير الجسم وعلاقته بتقدير الذات لدى عينة من الشباب الجامعي مجلة كلية التربية وعلم النفس العدد السابع والعشرون مكتبة زهراء الشرق..
2. – احمد محمد صالح (1989) .تقدير الذات وعلاقته بالاكتئاب لدى عينة من المراهقين الكتاب السنوي في علم النفس الجمعية المصرية للدراسات النفسية القاهرة الانجلو المصرية المجلد 6 ص 104-127.
3. – احمد محمد الزغبي (2005) العلاقة بين الاكتئاب وتقدير الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية من الجنسين مجلة العلوم التربوية العدد الثامن ص57-207.
4. **حسين صالح صالح عواطف** (2004): المرونة الزواجية وعلاقتهما بالحاجات الانفعالية الاجتماعية والاكتئاب لدى المتزوجين من الجنسين، مجلة كلية التربية، العدد 56، ص 03-40.
5. **حسين علي فايد** (2001): العدوان والاكتئاب، الإسكندرية: مؤسسة حورس الدولية للنشر والتوزيع، الطبعة الأولى.
6. **خيري حافظ أحمد وآخرون** (1990): آثر العلاج النفسي الجماعي في ازدياد تأكيد الذات وتقديرها وانخفاض الشعور بالذنب وانعدام الطمأنينة الانفعالية لدى جماعة عصابية، مجلة علم النفس، العدد 03، السنة الرابعة عشر، ص 84-95.
7. **السيد عبد الرحمن محمد (1998):** دراسات في الصحة النفسية، التوافق الزواجي، فعالية الذات، الاضطرابات النفسية، مصر: دار المعارف.
8. **السيد عثمان فاروق** (1993): أنماط القلق وعلاقته بالتخصص الدراسي والجنس والبيئة لدى طلاب الجامعة أثناء أزمة الخليج، مجلة علم النفس، السنة السابعة، العدد 25، ص 38-53.
9. **سيد خير الله** (1981): مفهوم الذات، الأسس النظرية والتطبيقية، بيروت: دار النهضة العربية للطباعة والنشر.

10. عبد القادر جودة أمال (2006): الوحدة النفسية وعلاقتها بالاكتئاب لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة الأقصى، مجلة كلية التربية وعلم النفس، العدد الثلاثون، مكتبة زهراء الشرق، ص87 -118.

11. عبد المجيد عبد العال محمد (2006): بعض متغيرات الذات والعوامل الخمسة الكبرى في الشخصية لدى مضطربي الهوية من طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية بالمنصورة، العدد 61، ص 03-67.

12. – عبد الرحمان بن سليمان النملة(2013) تقدير الذات وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى طلاب جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية الدارسين باستخدام الانترنت دراسات العلوم التربوية المجلد 40 ملحق 04 ص 1318-1333.

13. – عبد المنعم توفيق(1998) المكونات العاملية للاكتئاب لدى عينة من تلاميذ المرحلة الإعدادية بدولة البحرين المؤتمر الدولي الرابع لمركز الإرشاد النفسي القاهرة جامعة عين شمس المجلد (01) ص19-30.

14. – عبد الستار إبراهيم (1998) الاكتئاب اضطراب العصر الحديث فهمه وأساليب علاجه عالم المعرفة الكويت المجلس الوطني للثقافة والفنون والأدوات.

15. – غريب عبد الفتاح غريب (1992) مفهوم الذات في مرحلة المراهقة وعلاقته بالاكتئاب دراسة مقارنة بين مصر والإمارات العربية المتحدة كتاب بحوث المؤتمر الثامن لعلم النفس في مصر الانجلو المصرية.

16. غريب عبد الفتاح غريب (1990): مقياس الاكتئاب، القاهرة: مكتبة النهضة المصرية، الطبعة الثانية.

17. فرج عبد القادر طه (1989): أصول علم النفس الحديث، القاهرة: دار المعارف، الطبعة الأولى.

18. فوزي شاهين إيمان وآخرون (2003): تقدير الجسم وعلاقته بتقدير الذات لدى عينة من الشباب الجامعي، مجلة كلية التربية وعلم النفس العدد 27، الجزء الثاني.

19. فهد القشعان حمود (2000): تأثير العقم على تقدير الذات والتوافق الزواجي في الأسرة الكويتية، دراسة ميدانية مقارنة، مجلة كلية التربية بالمنصورة، العدد الثاني والأربعون، ص183-220.

20. اليحوفي نجوى (2003): الاكتئاب وعلاقته ببعض المتغيرات الاجتماعية الديمغرافية لدى طلاب الجامعة اللبنانيين، المجلة التربوية، العدد 69، ص 120 – 155.

21. مقدم عبد الحفيظ (2003): الإحصاء والقياس النفسي والتربوي، الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية ، الطبعة الثانية.

22. محمد الدسوقي مجدي (2001): التفاؤل والتشاؤم من حيث علاقتهما ببعض المتغيرات النفسية لدى عينة من طالبات الجامعة، مجلة كلية التربية وعلم النفس، العدد25، ص 109-168.

23 . Cottraux. J et al (1998) : Protocoles et échelles d'évaluation en psychiatrie et en psychologie, édition Masson, Paris.

24. Deborrah. E et al (1997) : predicting self esteem wellBeing and Distress in colors of Gay men : the importance of cultural stigma personal visibility, community networks and positive identity, Journal of personality, volume 65, number 3.

25. Duclos. G (2004) : l'estime de soi un passeport pour la vie, éditions de l'hôpital saint-justine.

26. Gregory. J et al (1998) : The Self esteem motive in social influence : Agreement with valued Mayorties and Disagrement whith derogated mimorities, journal of personality and social psychology volume 75, number 04.

27. Jiménez. T-I et al (2007) : Le rôle de la communication familiale et de l'estime de soi dans la délinquance adolescente, revue

internationale psychologie sociale, tome 20, n°2, pug presses universitaires de Grenoble.

28. **Lebort. A** (1999) : estime et mésestime de soi, édition Odile Jacob – Paris.