تقدير الذات عند المراهقات المصابات بإعاقة سمعية متوسطة

الباحثة: بلقاضي ناهد
جامعة الجزائر 2 أبو القاسم سعد اللّه
كلية العلوم الاجتماعية – قسم الارطفونيا

مقدمة:

إن مفهوم تقدير الذات يمثل ظاهرة سلوكية يفترض أنها ظاهرة قابلة للقياس وبالتالي فإنه يمكن معالجتها وتناولها بطريقة علمية وقد أصبح مصطلح " تقدير الذات" منذ أواخر الستينات وأوائل السبعينات أكثر جوانب الذات انتشارا وتداولا بين الكتاب والباحثين ويعتبر أحد المحددات الرئيسية للسلوك الإنساني إذ يحدد قدرة الفرد على مواجهة الضغوط ومطالب الحياة، فهو تقييم الفرد لنفسه والذي يتم تشكيله خلال تفاعله بالآخرين ومن أجل أن يحافظ الفرد على استقراره يسعى دائما إلى تحقيق توازنه النفسي سواء كان يتمتع بصحة جيدة أم معانيا من اضطراب معين كالإعاقة السمعية مثلا، إذ تعتبر حاسة السمع من أهم الحواس التي يعتمد عليها الإنسان في تفاعلاته أثناء مواقف الحياة اليومية المختلفة لكونها المستقبل للخبرات والمثيرات الخارجية ففقدان هذه الحاسة يعتبر حاجز بينه وبين تواصله مع الآخرين فهي تحرمه من إدراك ما يجري حوله فإصابة الإنسان بالصمم لا يتوقف أثرها عند مجرد عجزه عن استخدام حاسة السمع بل إن النتائج المترتبة عن ذلك لا تكاد تحصى فهي تؤثر تأثيرا بالغا على النمو سواء من الناحية اللغوية أو النفسية أو الاجتماعية، وهذا ما يفرض عليه العزلة والانطواء والابتعاد عن التفاعلات اليومية مما يزعزع ثقته بنفسه وبتوافقه مع الآخرين.

الإشكالية

إن تقدير الذات هو تقييم الفرد لنفسه والذي يتحدد بمقتضاه مسار حياته فهو سبب نجاحنا أو فشلنا فكلما كان تقدير الذات إيجابيا كان محفز لنا في تحقيق مبتغانا والوصول إلى قمة النجاح أما إذا كان التقدير سلبيا كان سببا في فشلنا وهروبنا من مواجهة الغير فإحساسنا أننا غير مؤهلين وغير قادرين يجعلنا نحتقر أنفسنا، مما يفقدنا الثقة بالنفس ونجد العديد من الدراسات التي حاولت الربط بين تقدير الذات وبعض المتغيرات النفسية.

إذ نجد دراسة **روزنبرغ (1965)** التي طبقت على 5024 مراهق أمريكي التي بينت وجود علاقة بين تقدير الذات والعديد من المتغيرات النفسية والاجتماعية كالقلق ودرجة تقبل الفرد لميول والديه .

كما أن هناك دراسات تناولت الفرق في تقدير الذات بين المراهقين والمراهقات ويشير إلى أن تقدير الذات عند المراهقات أقل منه عند المراهقين، ويؤكد منذر الضامن أن الإناث يعطين قيمة كبيرة للمظهر والجاذبية الجسمية أكثر من الذكور . **(منذر الضامن، 2005: 92)**

فالناحية الجسمية والمظهر الخارجي له تأثير بالغ في تقدير الذات فهذا الأخير يشمل جميع الجوانب النفسية والشكلية إذ تعد الناحية الجسمية والمظهر من المصادر الحيوية المؤثرة في رؤية الفرد لنفسه فصورة الجسم لها تأثير بالغ في تفاعل الفرد بمجتمعه فهو يحاول إظهار شخصيته في أحسن صورة له، فالمراهق يجعل جسده المرآة التي يرغب كل واحد النظر إليها فهو يركز على لباسه وأناقته ليكون محطة أنظار الجميع ولفت انتباه الطرف الآخر وهذا ما تؤكده عدة دراسات .

كدراسة **(موسن 1963)** التي ترى أن الفرد في مرحلة المراهقة يحاول أن يقارن نفسه بأقرانه ويعطي لذلك أهمية كبيرة كما انه يتأثر كثيرا بالانطباعات والتعليقات التي تصدر من رفقائه خاصة من الجنس الآخر وأن الإناث في مرحلة المراهقة أكثر اهتماما بصورة اجسامهمن فالنظرة إلى الجسم تكون كلية في مرحلة

الطفولة لكن في مرحلة المراهقة تبدأ النظرة إلى أجزاء الجسم ومقارنتها مع بعضها. **(قحطان احمد الظاهري، 2004: 26)** إن الفرد بحاجة دائمة إلى تقدير الآخرين له وهذه الحاجة الملحة تزداد عبر مراحل حياته وخاصة في مرحلة المراهقة التي تعتبر أكثر المراحل العمرية حساسية خاصة إذا تصاحبت باضطراب ما فهنا يحاول المراهق وبشتى الطرق جلب اهتمام الآخرين له وتقييمه إيجابيا من أجل تغطية هذا النقص وإشعاره بالانتماء، ولكن قد يصاب هذا المراهق بعدة اضطرابات فهذه الاضطرابات تحد من تفاعله واندماجه مع الأسرة والمجتمع والإعاقة السمعية هي إحدى الاضطرابات العضوية التي تعمل على كبح تواصل المراهق مع المحيط.

ويذكر **شاكر قنديل 1995** أن مشكلات الأصم تتضاعف في مرحلة المراهقة حيث يشك في ذاته كما تكون منافسته مع أقرانه العاديين غير متكافئة كما انه لا يحسن التعبير عن ذاته وتكون قدرته على التواصل قليلة وبالتالي فرص الحياة ضئيلة أمامه وتزداد صعوباته الأكاديمية مما ينعكس على شخصيته في جوانب الحياة المختلفة . **(احمد محمد الزعبي 2003 :144)**

وفي دراسة آجراها **مايكل باست 1960** على أطفال معاقين سمعيا تتراوح أعمارهم مابين(9-10 سنوات) إذ وجد أن حوالي عشرة بالمائة منهم اقل دمجا من الناحية الاجتماعية مقارنة مع العاديين وأشارت **مينو 1980** إلى أن المعاقين سمعيا كثيرا ما يتجاهلون مشاعر الآخرين ويسيئون فهم تصرفاتهم ويظهرون درجة عالية من التمركز حول الذات، وعدم الثبات بالإضافة أنهم أميل للانطواء واقل حبا للسيطرة.**(رشاد علي عبد العزيز موسى 2009:501)** .

فالـمعاق سمعيا يفتقر إلى التواصل الاجتماعي بشكل فعال فهو يهاجم الغير ويكون أكثر عدوانية إذ يضعف شعوره بالأمن والاستقرار، وكل هذا بسبب بعده وانعزاله عنهم خوفا من مواجهتهم، ومن أجل التعرف على تقدير الذات عند المراهقات المصابات بإعاقة سمعية متوسطة حاولنا الإجابة على التساؤل التالي:

ماهو تقدير الذات عند المراهقات المصابات بإعاقة سمعية متوسطة؟

1- التساؤلات:

أ- هل هناك اختلاف في تقدير الذات بين المراهقات المصابات بإعاقة سمعية والمراهقات السليمات من نفس الإعاقة؟

2- الفرضيات:

أ- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات بين المراهقات المصابات بإعاقة سمعية متوسطة والمراهقات السليمات من نفس الإعاقة.

3- **تحديد المفاهيم والمصطلحات** :

أ- تقدير الذات:

يعرفه **كوبر سميث** بأنه:الحكم الشخصي للفرد على قيمته الذاتية، والتي يتم التعبير عنها من خلال اتجاهات الفرد نحو نفسه، وأن الصورة الصادقة التي يكونها الفرد عن نفسه تعتمد بالدرجة الأولى على تقديره لذاته. **(فيوليت فؤاد إبراهيم وآخرون، 1998: 192)**

ب- الإعاقة السمعية:

الإعاقة السمعية تعني انحراف في السمع يحد من القدرة على التواصل السمعي – اللفضي كما أن شدة الإعاقة إنما هي نتاج لشدة الضعف السمعي وتفاعله مع عوامل أخرى مثل العمر عند فقدان السمع ونوع الاضطراب. **(جمال الخطيب، 1996: 15)**

ج- **المراهقة:**

حيث يعرفها "**حامد زهران "1977م**:"مرحلة انتقالية من الطفولة إلى الرشد والنضج وتمتد من 13إلى21م وتبدأ هذه المرحلة بالبلوغ الجنسي وتنتهي بالوصول إلى النضج في مظاهر النمو المختلفة." **(راوية أحمد هلال أحمد شاتا، 2006 :26).**

الدراسة الاستطلاعية:

تعتبر الدراسة الاستطلاعية مرحلة أولية تسبق التطبيق الفعلي للأدوات المعتمدة في الدراسة وهي تهدف إلى جمع عدد أكبر من المعلومات حول موضوع الدراسة ألا وهو تقدير الذات عند المراهقات المصابات بإعاقة سمعية متوسطة.

تعريف الدراسة الاستطلاعية:

يعرفها **(مروان عبد المجيد إبراهيم 2000)** الدراسة الاستطلاعية هي تلك الدراسة التي تهدف إلى استطلاع الظروف التي يمكن وضعها وإخضاعها للبحث العلمي. **(مروان عبد المجيد إبراهيم، 2000: 39)**

طريقة إجراء الدراسة الاستطلاعية:

بعد تحديد مجتمع البحث قمنا باختيار عينة أولية بعيدة عن عينة الدراسة والمتكونة من أربع حالات إذ قمنا بتقديم مقياس تقدير الذات وذلك من أجل تحقيق الأهداف المنشودة والمذكورة سابقا وقد كان هذا في الفترة الممتدة بين (07 إلى 14 سبتمبر 2014) بحيث قمنا بتقديم أداة الدراسة بطريقة قصدية مختارين بذلك جنس الحالات الأربع وكذا نوع إعاقتهن بالإضافة إلى المرحلة العمرية التي يمرون بها وقد طلبنا من الحالات تسجيل ملاحظاتهن المتعلقة بفهم التعليمة ووضوحها ومدى فهم العبارات، وكذا الإجابة على عبارات المقياس بوضع علامة (X) في الخانة التي يرونها مناسبة.

وبعد نهاية الدراسة الاستطلاعية بالنسبة لمقياس تقدير الذات والتي لم نواجه فيها أي إشكال خاصة بعد حصولنا على المقياس في طبعته الجديدة الخاصة بالمرحلة الدراسية.

1-منهج الدراسة :

يعتبر المنهج المستخدم في أي دراسة علمية، من الأساسيات التي يعتمد عليها الباحث في بحثه عن الحقيقة بمراحل متعددة، يجمع المعلومات ويستزيد من

الخبرات للوصول إلى حل المشكلة التي يريد دراستها، وللإجابة على الأسئلة والاستفسارات التي يثيرها موضوع البحث.

وكما يضيف (**فؤاد البهي السيد 1975**) أن اختيار المنهج المستخدم للدراسة يعتبر أمرا تحدده طبيعة مشكلة الدراسة التي نريد دراستها، ويقصد بمنهج البحث الطريقة التي يتبعها الباحث في دراسة ظاهرة ما وتفسيرها ووصفها والتحكم فيها والتنبؤ بها، كما يتضمن المنهج ما يستخدمه الباحث من أدوات مختلفة للوصول إلى ذلك الهدف. **(فؤاد البهي السيد، 1975: 123)**

والغرض الأساسي من هذه الدراسة هو وصف واقع معين ألا وهو تقدير الذات عند المراهقات المعاقات سمعيا، ومما لا شك فيه أن اختيار المنهج المناسب للبحث مرتبط بطبيعة الموضوع الذي يتناوله الباحث، وكون دراستنا ذات طابع نفسي اجتماعي تبين أنه من المناسب استخدام المنهج الوصفي **(الدراسة المقارنة)** ذلك أن الدراسات الوصفية تستهدف تقرير خصائص ظاهرة معينة أو موقف معين بالاعتماد على جمع الحقائق وتفسيرها وتحليلها واستخلاص دلالتها.

- عينة الدراسة :

وهي تعتبر بمثابة ممثل مجتمع الدراسة الكلي، حيث يعرف بأنه مجتمع الدراسة الذي تجمع منها البيانات الميدانية، وهي تعتبر جزء من الكل بمعنى تؤخذ مجموعة من أفراد المجتمع على أن تكون ممثلة للمجتمع لتجرى عليها الدراسة **(عمار بوحوش، 1999)**

يتمثل مجتمع الدراسة الحالية في المراهقات المصابات بإعاقة سمعية متوسطة.

تتكون عينة الدراسة من ستة وثلاثين (36) مراهقة مصابة بإعاقة سمعية وستة وثلاثين مراهقة سليمة من نفس الإعاقة، كما أن لديهن قاسم مشترك هو أن كل أفراد العينة متمدرسة في الطور النهائي .

2-مكان وزمان إجراء البحث:

تم إجراء البحث في الجزائر العاصمة وبالأخص في الثنويات التالية" الثعالبية وعبان رمضان بالإضافة إلى ثانوية عمر راسم" وذلك في الفترة الممتدة ما بين: أكتوبر 2014 إلى غاية ماي 2015.

- **توزيع عينة الدراسة حسب المراكز المتواجدة بها:**

الحالات المركز	المصابات بإعاقة سمعية	السليمات من نفس الإعاقة
عبان رمضان (بالديار الخمس)	18 حالة	18 حالة
الثعالبية (بحسين داي)	10 حالة	10 حالة
عمر راسم (أول ماي)	08 حالة	08 حالة

جدول رقم (1) : يمثل توزيع العينة حسب المراكز المتواجدة فيها

وقع اختيارنا في هذا البحث على هاته الثانويات كونها تضم أقساما خاصة لطلبة مصابين بإعاقة سمعية من درجات مختلفة وقد اخترنا في هذه الدراسة الطلبة المصابين بإعاقة سمعية متوسطة.

4- أدوات الدراسة :

إن تحديد الأدوات التي يستخدمها الباحث في جمع البيانات المتعلقة بموضوع دراسته، أو بنائها بطريقة علمية صحيحة في غاية الأهمية، كونه يزيد من صحة النتائج.

وفي الدراسة الحالية تمثلت أدوات الدراسة في:

المقابلة العيادية نصف الموجهة.

مقياس تقدير الذات لـ **كوبر سميث** للراشدين.

4-2 مقياس كوبر سميث لتقدير الذات للراشدين:

4-2-1 التعريف بالمقياس :هو مقياس أمريكي صمم من طرف الباحث **كوبر سميث** عام 1967 م، ولقد تمثل الهدف الأساسي لبناء هذا المقياس في قياس الاتجاه التقييمي نحو الذات في المجالات الاجتماعية، الأكاديمية، العائلية، والشخصية والمهنية (**C .Smith, 1984 : p 10**).

مقاييس تقدير الذات التي وضعها **كوبر سميث** عدلت وغيرت عناوينها، حيث كانت العناوين القديمة كما يلي :

- مقياس خاص بالصورة (أ) أو الصورة الطويلة
- مقياس خاص بالصورة (ب) أو الصورة القصيرة تشمل 25 عبارة
- مقياس خاص بالصورة (ج)

أما الصورة الجديدة فهي :

- مقياس خاص بالصورة الخاصة بالمدرسة، يستعمل مع التلاميذ ويتضمن 58 عبارة منها 50 عبارة لقياس مستوى تقدير الذات و08 عبارات لقياس الكذب.
- مقياس خاص بالصورة الصغيرة الخاصة بالمدرسة، يطبق على الأطفال والمراهقين المتمدرسين، والذين يتراوح سنهم من 08 سنوات فما فوق، ويشمل على 25 عبارةولا يشمل على مقياس للكذب.
- مقياس الصورة الخاصة بالكبار، ويحتوي على 25 عبارة، وتستعمل مع الأفراد الذين يبلغ أعمارهم من 16 سنة فما فوق **(عبد الحميد عبد الحفيظ.ل ، 1985 : ص 15).**

ومنه فالمقياس الخاص بالصورة الخاصة بالمدرسة هو المستعمل في دراستنا الحالية، مع تعديل الذات المهنية بالذات الأكاديمية.

ويشمل مقياس تقدير الذات لكوبر سميث على ثلاث مستويات:

جدول يوضح توزيع مستويات تقدير الذات

مستويات تقدير الذات	الدرجات
تقدير ذات منخفض	أقل من 29
تقدير ذات متوسط	35-30
تقدير ذات مرت ع	4-36

كما يضم خمس مقاييس فرعية تشمل على بنود المقياس

- **الجدول رقم (7) توزيع المقاييس الفرعية لبنود المقياس**

مقاييس فرعية	بنود المقياس	الدرجات الخام
ذات عامة	-12-10-7-4-3-1 -24-19-18-15-13 -34-31-30-27-25 -47-43-39-38-35 57-56-55-51-48	26
ذات اجتماعية	-28-21-14-8-5 52-49-40	08
المنزل والأسرة	-20-16-11-9-6 44-29-22	08
ذات أكاديمية/مهنية	-37-33-23-17-2 54-46-42	08
الكذب	-45-41-36-32-26 58-53-50	08

ويكون حساب درجة تقدير الذات من خلال جمع درجات المقاييس الفرعية: ذات عامة، ذات اجتماعية، المنزل والأسرة، والذات الأكاديمية/ المهنية، ولا تدخل بنود الكذب في المجموع.

تطبيق المقياس:

يمكن تطبيق مقياس تقدير الذات فرديا أو جماعيا، وعند التطبيق على الباحث أن يتجنب كل تعليق، كما أنه لابد أن يتجنب استعمال كلمة تقدير الذات وعدم ابرازها على ورقة المقياس حتى يمنع استجابات التحيز، كما يجب عدم تشجيع المبحوثين على التساؤل عندما تبدأ الاجابة، وإذا استلزم الأمر توضح معاني الكلمات ويجب أن يتم ذلك بحذر شديد.

مدة التطبيق غير محددة، غير أنه وجد أن زمن الاجابة لا يتعدى 10 إلى 18 دقائق.

يحتوي المقياس على تعليمة يوضح فيها الباحث للمبحوث كيفية الاجابة على عباراته، اذ يجب أن تكون تعليمة الباحث كالتالي:

"في الصفحات الآتية، تجد مجموعة جمل تعبر عن مشاعر، آراء وردود أفعال، اقرأ كل جملة بتمعن.

اذا ما تبين لك أن جملة تعبر عن طريقتك العادية في التفكير أو السلوك، ضع علامة (X) في خانة العمود الأول المعنون "يشبهني".

أما اذا كانت الجملة لا تعبر عن طريقتك العادية في التفكير أو السلوك، فضع علامة (X) في خانة العمود الثاني المعنون "لا يشبهني".

لا توجد اجابات صحيحة وأخرى خاطئة وإنما الصحيحة هي التي يعبر بها المبحوث عن شعوره الحقيقي.

عرض ومناقشة النتائج:

جدول يبين نتائج مقياس تقدير الذات بالنسبة للمراهقات المصابات بإعاقة سمعية متوسطة:

نوع تقدير الذات	منخفض	متوسط	مرتفع
عدد الحالات	**27**	**08|**	**01**
النسبة المئوية	**% 75**	**% 22.22**	**%02.77**

حسب الجدول فإن نتائج تطبيق مقياس تقدير الذات على عينة الدراسة، تظهر أن أغلبية المراهقات المصابات بإعاقة سمعية متوسطة لديهن تقدير ذات منخفض وعددهن 27 حالة ما يعادل نسبة 75% ، أما عن الحالات التي سجل لديهن تقدير ذات متوسط فهن 08 حالات بنسبة 22.22%، ونلاحظ تسجيل حالة واحدة لتقدير الذات المرتفع أي ما يساوي 02.77 %

جدول يبين نتائج مقياس تقدير الذات بالنسبة للمراهقات السليمات من نفس الإعاقة:

نوع تقدير الذات	منخفض	متوسط	مرتفع
عدد الحالات	**06**	**21|**	**09**
النسبة المئوية	**%16.66**	**% 58.33**	**%25.00**

حسب الجدول فإن نتائج تطبيق مقياس تقدير الذات على عينة الدراسة، تظهر أن أغلبية المراهقات السليمات من الإعاقة السمعية المتوسطة لديهن تقدير ذات متوسط وعددهن 21 حالة ما يعادل نسبة 58.33%، أما عن الحالات التي

سجل لديهن تقدير ذات مرتفع فهن 09 حالات بنسبة 25.00%، ونلاحظ تسجيل 06 حالات لتقدير الذات المنخفض أي ما يعادل 16.66 %.

بنود المقياس / الدرجات	تقدير ذات عام	تقدير ذات اجتماعي	تقدير ذات عائلي	تقدير ذات مهني
المجموع	489	132	105	186
النسبة المئوية	% 53.62	%14.47	% 11.51	% 20.39

جدول يبين التكرارات والنسب المئوية لكل بند من بنود تقدير الذات بالنسبة للمراهقات المصابات بإعاقة سمعية متوسطة.

بنود المقياس / الدرجات	تقدير ذات عام	تقدير ذات اجتماعي	تقدير ذات عائلي	تقدير ذات مهني
المجموع	550	201	260	284
النسبة المئوية	%42.47	%15.52	% 20.07	%21.93

جدول يبين التكرارات والنسب المئوية لكل بند من بنود تقدير الذات بالنسبة للمراهقات السليمات من نفس الإعاقة السمعية.

مناقشة النتائج:

من خلال النتائج المتحصل عليها بتطبيق مقياس تقدير الذات في صيغته المدرسية تبين أن معظم المراهقات المصابات بإعاقة سمعية لديهم تقدير منخفض للذات وهذا ما بينته النسبة المرتفعة والمقدرة ب: 75% وهذا ما ترجمته بنود المقياس فقد تحصلت المراهقات المصابات بإعاقة سمعية على نسبة 53.61 % بالنسبة للتقدير العام وهي نسبة مرتفعة والتي تعبر عن نظرة المفحوص إلى نفسه وكذا محاولته لتغيير نفسه وهذا ما يعني أنه غير راض عن نفسه، كما قد تحصل أفراد العينة على نسبة 11.51 % في المجال الاجتماعي وهذا ما يعني أن أفراد

العينة غير متوافقة مع المحيطين بهم وهذا بسبب فقدانهم لأهم وسيلة للاتصال وهي اللغة، إذ يحس المراهق نفسه منعزلا ومهمشا في مرحلة هو في أهم الحاجة فيها إلى الرعاية والاهتمام لتحقيق الراحة والأمن النفسي وهي أهم نقطة يجب علينا أن ننطلق منها من أجل تفعيل دور هذا المراهق المعاق سمعيا الذي يعيش صمتا رهيبا في عالم مليء بالحركة، أما بالنسبة للجانب الخاص بالأسرة والمنزل فقد تحصل أفراد العينة على نسبة: 14.47% وهذا راجع إلى اهتمام أفراد الأسرة بمتطلبات هذا المراهق وتواصلهم معه وتلبيتهم لحاجاته لكي لا يحس بعجزه، أما في المجال الأكاديمي فهو الجو الذي يتنفس فيه هذا المراهق وهذا ما عبرت عنه نتائج المقياس فقد بلغت النسبة 20.39 % وهذا لاندماج أفراد العينة في وسط من نفس الإعاقة وهذا ما يجعلهم ينسجمون في محيطهم المدرسي ما يشعرهم بالراحة والأمان. أما بالنسبة للعينة السليمة من نفس الإعاقة فقد تميزت بتقدير ذات متوسط بنسبة تعادل 58.33 % وهي نسبة مرتفعة تعبر عن التقدير الحسن والمقبول للمراهقات من حيث نظرتهن لأنفسهن وصحة أجسامهن.

الخاتمة:

من خلال النتائج المتحصل عليها من خلال هذا البحث وذلك بتطبيق مقياس تقدير الذات توصلنا إلى أن هناك اختلاف في تقدير الذات بين المراهقات المصابات بإعاقة سمعية متوسطة والمراهقات السليمات من نفس الإعاقة كما أن تقدير الذات عند المراهقات المصابات بإعاقة سمعية منخفض مقارنة بالمراهقات السليمات من نفس الإعاقة وهذه النتائج جاءت لتؤكد النتائج السابقة كدراسة **(بولين 1990)** التي هدفت إلى التحقق من الفرض القائل أن تقدير الذات عند الأصم أقل من أقرانه العاديين سمعيا وقد أجريت الدراسة على عينة مكونة من (28أصم) و(25من العاديين) من تتراوح أعمارهم بين 19و24سنة، وقد أبانت النتائج أن تقدير الذات عند الأصم أقل من منه عند العادي.

قائمة المراجع:

1- أحمد محمد الزعبي(بدون تاريخ): الإرشاد النفسي، دار زهران، الأردن.

2- السيد فؤاد البهي: علم النفس الإجتماعي، دار الفكر العربي، القاهرة.

3- جمال الخطيب(2005): مقدمة في الإعاقة السمعية، الطبعة الثانية، دار الفكر، القاهرة.

4- راوية هلال أحمد شتا(2006): حاجات المراهقين، مركز الإسكندرية للكتاب، الإسكندرية.

5- رشاد علي موسى(2002): علم النفس الإعاقة، مكتبة الأنجلو مصرية، القاهرة.

6- عبد الحميد عبد الحافظ ليلى(1984): مقياس تقدير الذات للكبار والصغار، دار النهضة العربية، مصر.

7- عمار بوحوش(1999): مناهج البحث العلمي وإعداد البحوث في الجزائر، ديوان المطبوعات الجامعية.

8- فيوليت فؤاد إبراهيم وآخرون(2002): دراسات في سيكولوجية النمو الطفولة والمراهقة، الطبعة الأولى، مكتبة زهراء الشرق، القاهرة.

9- قحطان أحمد الظاهر(2004): مفهوم الذات بين النظرية والتطبيق، دار وائل، عمان.

10-مروان عبد المجيد إبراهيم(2002): أسس البحث العلمي لإعداد الرسائل الجامعية، الطبعة الأولى، مؤسسة الوراق، عمان.

11- منذر الضامن(2005): علم النفس الطفولة والمراهقة، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع، الكويت.

الـمـلاحـــــــــق:

مقياس تقدير الذات لكوبر سميث للراشدين

ترجمة مخبر علم النفس الاحصائي

تحت اشراف ن.خالد

اللقب .....

الاسم.....

السن ..... الجنس ..... تاريخ اجراء الاختبار .....

المهنة ..... مستوى التعليم .....

التعليمات

اقرأ التعليمات بتمعن قبل الاجابة

في الصفحات الآتية، تجد مجموعة جمل تعبر عن مشاعر آراء وردود أفعال، اقرأ كل جملة بتمعن.

اذا ما تبين لك أن جملة تعبر عن طريقتك العادية في التفكير أو السلوك، ضع علامة (X) في خانة العمود الأول المعنون " يشبهني ".

أما اذا كانت الجملة لا تعبر عن طريقتك العادية في التفكير أو السلوك، فضع علامة (X) في خانة العمود الثاني المعنون " لا يشبهني " .

	يشبهني	لا يشبهني
1- عموما لا أشغل بالي	☐	☐
2- أعاني الكثير عندما يجب علي أخذ الكلمة أمام مجموعة من الناس	☐	☐
3- أشياء كثيرة في نفسي أغيرها لو استطعت	☐	☐
4- أتوصل لأخذ قرارات بدون صعوبة كبيرة	☐	☐
5- يمرح الناس كثيرا بصحبتي	☐	☐
6- غالبا ما تضايقني أسرتي	☐	☐
7- أستغرق وقتا طويلا للتعود على شيء جديد	☐	☐
8- يقدرني كثيرا أقراني (من نفس سني)	☐	☐
9- عادة ما تولي أسرتي اهتماما لما أشعر به	☐	☐
10- أتنازل بسهولة للآخرين	☐	☐
11- تتوقع مني أسرتي أكثر مما أستطيع	☐	☐
12- من الصعب أن أكون أنا	☐	☐
13- كل شيء مبهم ومختلط في حياتي	☐	☐
14- عامة لدي تأثر على الآخرين	☐	☐
16- غالبا ما أرغب في تغيير حياتي	☐	☐
17- غالبا ما أشعر بعدم الارتياح في عملي	☐	☐
18- يبدو مظهري أقل جمالا من أغلبية الناس	☐	☐
19- عندما يكون لدي شيء عموما لقوله أقوله	☐	☐
20- تفهمني أسرتي جيدا	☐	☐
21- أغلبية الناس محبوبون أحسن مني	☐	☐

22- عامة ما أشعر كأن أسرتي تضايقني .....

23- غالبا ما أفقد عزيمتي في عندما أكون بصدد القيام بعمل ما.....

24- غالبا ما أفكر بأني أود لو أكون شخصا آخر .....

25- غالبا ما لا يثق بي الآخرون .....

26- لا أقلق اطلاقا .....

27- أثق بنفسي ثقة كافية .....

28- أعجب الآخرين بسهولة .....

29- غالبا ما أقضي أوقاتا ممتعة مع أسرتي .....

30- أقضي وقتا طويلا في أحلام اليقظة .....

31- أود لو كنت أصغر سنا .....

32- أفعل دائما ما يجب فعله .....

33- أنا فخورة بنشاطي المهني .....

34- أنتظر دائما أن يقال لي ما يجب أن أفعل .....

35- غالبا ما أندم على ما فعلت .....

36- لست سعيدا أبدا .....

37- أقوم دايما بعملي على أحسن ما أستطيع .....

38- عامة ، ما أدبر أموري بمفردي .....

39- أنا مسرور الى حد ما بحياتي.....

40- أفضل أن يكون أصدقاء أصغر مني سنا .....

41- أحب كل من أعرف .....

42- في العمل ، أحب أن يقصدني الناس لطلب أي شيء مني.....

43- أفهم نفسي بنفسي جيدا .....

44- لا أحد يهتم بي كثيرا .....

45- لا أحد يلومني أبدا .....

46- في عملي ، لست ناجحا بالقدر الذي أريده.....

47- أنا قادر على اتخاذ قرار والتمسك به .....

48 أ- حقيقة لا يعجبني أن أكون رجلا (للرجال) .....

48 ب- حقيقة لا تعجبني أن أكون امرأة (للنساء) .....

49- لست مرتاحا في علاقاتي مع الأشخاص الآخرين .....

50- لا يخيفني أحد .....

51- غالبا ما أخجل من نفسي .....

52- غالبا ما يشاجرني الآخرون .....

53- أقول دائما الحقيقة .....

54- في عملي يشعرني المسؤولون بأن نتائجي غير كافية ..

56- لدي احساس أنني ضيعت حياتي .....

57- أفقد معنوياتي بسهولة عندما ينتقدني الآخرون .....

58- أعرف دائما ما يجب قوله للآخرين.....

النهاية

G	So	F	P	T	M