الاسهام النسبي للكمالية في تقدير الذات لدي عينة من المتزوجين

إعداد

مارجريت مجدي فايق

باحثة دكتوراة بقسم علم النفس

كلية الآداب، جامعة المنيا

meladmaro96@gmail.com

المستخلص:

الأسهام النسبي للكمالية في تقدير الذات لدى عينة من المتزوجين استهدفت الدراسة الحالية التعرف على طبيعة العلاقة بين الكمالية وتقدير الذات لدى عينة من المتزوجين تكونت عينة الدراسة الأساسية من (٢٠٠) زوج وزوجة، بمتوسط عمري (٤٠) سنة وانحراف معياري (٧,٩) عام. وقد استخدمت الباحثة مجموعة من الأدوات وهي: مقياس الكمالية متعدد الأبعاد (ترجمة الباحثة)، ومقياس تقدير الذات. (Rosenberg,965).

وقد توصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ايجابية دالة بين تقدير الذات والكمالية لدى عينة الدراسة، وايضاً اختلاف مستويات الكمالية تبعاً لمستويات تقدير الذات لدى عينة الدراسة.

الكلمات المفتاحية: الكمالية – تقدير الذات.

تمهيد:

أي فرد منا لديه دافع اساسي لتحقيق ذاته، وذلك عن طريق تفاعله مع واقعه الشخصي والأسرى والاجتماعي، والتقدير الإيجابي للذات هو حاجة أساسية تتضمن السعي نحو الحب والاحترام والقبول من الاخرين، وايضا يؤثر كفاءة الفرد في اتخاذ القرارات، ويسهم ايضا في تحديد قدرة الفرد على استثمار طاقاته لمواجهة ضغوط الحياة، وبالتالي يصبح أقل عرضة للقلق، وأقل معاناة من الضغوط النفسية. (علا يوسف: ٢٠١٥، ١٧)

يبدأ تقدير الذات منذ الطفولة، حيث يكون الوالدين والأخوة وكل من يحيط بالطفل دور مهم، أذ أن شعور الطفل بالاهتمام والرعاية والحب والحنان يعطيه شعور بقيمته وأهميته، وبعد تقدير الذات مؤشر ذاتي لدرجة قرب أو بعد الفرد عن الآخرين، وهو يدفع الفرد للتعلق المرضى أو لإقامة علاقات اجتماعية صحية. (David, et al :202,86)

أن الكمالية تمثل دفاعا قويا يؤدى إلى الإنجاز المتميز والأداء المتقن، مما يجعل الفرد في حالة دائمة من الإصرار والمثابرة، وهذه الحالة تنعكس على تقدير الذات لدى الفرد، وعادة ما يتم دراسة الحالات المرضية التي تتصل بالكمالية العصابية وانخفاض تقدير الذات، وذلك يمكن أن يؤدي الي إصابة الفرد بالوسواس القهري.(فضل عبد الصمد: ٢٠٠٣، ٣٠١)

يرى (Antony ,998) أنه في الوقت الحالي يتم وصف الكمالية على أنها متغير من متغيرات الشخصية، وهو متعدد الأبعاد ذات خصائص توافقية (صحيحة) وخصائص لا توافقية (مرضية)، وبذلك يكون الكمالين هم الأفراد الذين يعتقدون أنهم يستطيعون بل ويجب أن يحققوا الاداء الكامل ، وهم لا يدركون أي شيء أقل من الاداء الكامل علي أنه غير مرضي وغير مشبع لهم، ويميلون إلى الاهتمام الانتقائي بالأدلة التي تشير إلى معاييرهم الخاصة التي يتم الوفاء بها ،وبناء علي ما سبق يميل الكماليون إلى أنهم غير راضين عن أدائهم، لانهم يضعون مطالب لا يقدرون على تحقيقها. (بركات حمزة:٢٠٠٨، ٦٤)

عرض (ألبرت اليس) الكمالية على أنها الاعتقاد المقبول لاحتياج الفرد للحصول على تقدير الذات والذكاء في العلاقات، وذلك هو الطريقة الصحيحة لحل كل المشاكل الأساسية بغض النظر عن الاستجابة للضغوط الحياتية اليومية. وقد قال (الفرد آدلر) أن محاولة الفرد لإنجاز معيار معين وطموح الوصول للكمال بطريقة مناسبة ولائقة، هي من أهم الأشياء التي تساعد الفرد على النمو والتطور، والحصول على كل الاحتياجات وبالأخص تقديره لذاته وثقته في نفسه. (Cardi ,etal,204,529)

مشكلة الدراسة:

تتلخص مشكلة الدراسة الحالية في محاولة التعرف على العلاقة بين الكمالية وتقدير الذات لدى عينة من المتزوجين، وهل تختلف مستويات كل متغير تبعا لاختلاف أخر، وعند وجود هذا الاختلاف يكون في اتجاه من (الزوج أو الزوجة) وانطلاقاً من مما سبق تتلخص بعض التساؤلات وهي:

١) هل توجد علاقة ايجابية بين الكمالية وتقدير الذات لدى عيدة البحث؟
٢) هل تختلف مستويات الكمالية بها لاختلاف تقدير الذات أم لا؟

التعريفات الإجرائية للدراسة:

١) الكمالية: – Perfectionism

الكمالية هي "وضع الفرد معايير مرتفعة للذات، والسعي المستمر لتحقيق هذه المعايير، اذ كانت هذه المعايير تتناسب مع إمكانات وقدرات الفرد تظهر الكمالية التكيفية (صحية ايجابية)، إما إذا كانت هذه المعاير لا تتناسب مع قدرات وإمكانات الفرد تظهر الكمالية العصابية (السلبية – اللاتكيفية) (أميمة عبد العزيز: ٢٠١٦، ٦٧) يتم حساب درجات الأفراد من خلال مقياس الكمالية من إعداد الباحثة

تقدير الذات: Self-esteem

تقدير الذات هو" تقييم ووصف أتجاه الشخص نحو نفسه وتوقع تقييم الاخرين له" (محمد خضر: ١٩٩٩ ،١٤١)

تقدير الذات هو" نظرة الفرد واتجاهه نحو ذاته ومدى تقديره لها من الجانب الأسرى والمهني والعلمي" (منال الصمادي، لبني مسعود: ٢٠١٨ ،٢٥٢)

يتم حساب درجات الأفراد من خلال مقياس تقدير الذات لروزنبرج الإطار النظري والدراسات السابقة:

١) الكمالية كما هي في بحث النشر (١) (النظري+ دراسات سابقة)

٢) تقدير الذات:

سوف تلقي الباحثة الضوء على بعض ما يخص الذات ومفهومها بشكل مختصر.

اولا:الكمالية:

يعد (Hamachek ,978) صاحب البداية الحقيقية في النظر للكمالية على أنها مفهوم ثنائي البعد، حيث أن البعد الأول يتمثل في الكمالية السوية وفيها يشعر الفرد بالرضا عن أدائه ومستوى أنجازه، وما حققه من أهداف، كما يضع لنفسه أهداف واقعية، يمكن أن يقوم بتحقيقها، أما البعد الثاني فيتمثل في الكمالية غير السوية، وفيها يشعر الفرد بعدم الرضا عن أدائه وانجازاته، وعادة ما يميل الفرد إلى تبنى أهداف غير واقعية ومعايير عالية في الاداء والتقييم، وذلك يجعل الفرد مدفوعا بالخوف من الفشل.

(Hamachek: 978,28)

والمتتبع للدراسات النفسية حول مفهوم الكمالية –في حدود علم الباحثة– يلاحظ تباين واضح حول مفهومها وتعدد أبعادها، حيث بدأت النظرة للكمالية كمكون ضروري ومهم لمستوى الطموح والدافع للإنجاز والتفوق والأتقان.

(Stoeber and Otto, 206)

وقد أهتم بعض الباحثون بتحديد سمات أصحاب الكمالية السوية، حيث أنهم يضعون مستويات شخصية مرتفعة للأداء وعند الوصول اليها يشعرون بالإنجاز والنجاح،

ولكن عندما لا تتحقق بالصورة الكاملة يقبلون ذلك ويشعرون بالرضا نتيجة ما بذلوه من مجهود وما حققوه من انجاز (Gotwals et al, 2003, 9)

ويري كل من (عبدالصمد ٢٠٠٣؛ الغنيمي ٢٠٠٧) أن الكمالية تمثل دافعا قويا الي الانجاز المتميز والأداء المتقن، ما يجعل الفرد في حالة دائمة من الاصرار والمثابرة، وذلك في حالة الكمالية السوية، ويعكس الوضع عند ظهور الكمالية غير السوية اللاتكيفية. (فضل عبدالصمد ٢٠٠٣ ، ٣٦٣ ؛ وابراهيم الغنيمي: ٢٠٠٧، ١٣٨)

ويرى (Hill, etal: 2004) أن الكمالية ثمانية ابعاد تندرج تحت عاملين رئيسين وهما: –

(١) العامل الاول: –عامل الكمالية الحريصة على الانجاز، أي السوية وهي تدفع الفرد للإنجاز، وهذا البعد يمثل البعد الأدائي، ويندرج تحته اربعة ابعاد فرعية وهي:

ا–السعي للتفوق: ويشير إلى سعي الفرد الدؤوب للتفوق من خلال تبني أهداف عليا ومعايير مرتفعة.

ب–الرغبة في التنظيم: ويشير إلى سعي الفرد لترتيب وتنظيم بيئه العمل، والعمل في ضوء لوائح وقوانين محددة وواضحة.

ج–معايير عالية لتقييم الاخرين: ويشير إلى سعي الفرد لمطالبة الآخرين بالالتزام بالعمل والتقييم في ضوء معايير عالية.

د–التخطيط: وهو يشير إلى ميل الفرد للتخطيط قبل الشروع في تنفيذ الأهداف، وحرص الفرد على اتخاذ القرارات بعد الدراسة والتخطيط.

٢) العامل الثاني: وهو عامل كمالية التقويم الذاتي المستمر، وهو يمثل البعد المعرفى للكمالية، ويندرج تحته اربعة ابعاد فرعية وهي: –

أ) الاهتمام بالأخطاء: وهو يشير الي قلق الفرد واهتمامه الزائد والخوف من الأخطاء، وبالتالي يماطل الفرد في التنفيذ، وتذكر اخطاء الماضي.

ب) الحاجة للاستحسان: وهو يشير الى سعي الفرد للحصول على أعجاب واستحسان الأخرين، وتتمثل خطورة هذا البعد في ارتباطه بالعامل العصابي بدرجة مرتفعة، وبالتالي يصبح الفرد سريع الأحباط.

ج) الاستغراق في الأعمال الماضية: ويشير هذا البعد إلى اجترار الفرد لما أنجزه من أعمال، وعدم القدرة على انجاز ما هو جديد، والمراجعات المتعددة.

د) إدراك الضغط الوالدي: وهو يشير الى إدراك الفرد للنقد الوالدي المرتفع ومعايير الأباء وتوقعاتهم العالية. (Hill, et al:2004, 87)

وتعرف (سامية صابر: ٢٠١٠) الكمالية على أنها خاصية شخصية، تجعل الفرد يهتم بتحقيق الكمال والتمام في كل مظاهر الحياة، وهي أما كمالية مرتفعة غير سوية عصابية، وإما كمالية منخفضة سوية، وكمالية معتدلة سوية في الوسط بين النوعين.(سامية صابر: ٢٠١٠، ٢٠٣)

وتعرف (منال جاب الله،٢٠٠٣) الكمالية على أنها نموذج التوقعات الأدائية الذاتية، وتوقعات الاخرين تحكمها معايير غير واقعية، ومحددات صارمة لاستحقاقية الذات من خلال الأداء. (منال جاب الله: ٢٠١١، ٣٧٩)

وقد توصل كل من (Stoeber and Otto, 206) الي أن الكمالية طاقة يمكن أن تستخدم أم إيجابيا أو سلبيا، فاذا كانت الكمالية نابعة من الداخل قادت إلى الانجاز الشخصي والمستويات العالية من الانجاز، أما أذ كانت هذه الطلبات مدفوعة بالشك في الذات ونقص اليقين، فأنها من الممكن أن تكون مدمرة، وايضا وجود ارتباط دال قوي بين الكمالية السوية والخصائص الإيجابية الشخصية، كالتوافق والثقة بالنفس وتقدير الذات والرضا عن الحياة ودافعية الانجاز. (Stoeber and Otto: 206, 296).

وتري (عفاف عبد الفادي ،٢٠١٩) أن سعي الفرد إلى الكمالية شيء جيد، وذلك عندما يتبني الفرد مستويات عالية تتناسب مع إمكاناته وقدراته مع الواقع الذي يتواجد به، وبذلك تزود الكمالية الفرد بالقوة الدافعة والأداء المنجز لتحقيق أهدافه، ولكن عندما يتبني

الفرد الكمالي مستويات عالية لا تتناسب مع قدراته وواقعه فلا يستطيع تحقيق ما يأمله، وبذلك لا يرضي عن حياته ويفقد دافعيته للإنجاز. (عفاف عبد الفادي: ٢٠١٩، ٢٧٤)

من خلال العرض السابق لتعريفات الكمالية يمكن القول بأن الكمالية بمثابة أداء مرتفع يتبعه الأفراد بناء على رغبتهم، لتحقيق أعلى مستويات الأداء والقدرة على الانجاز، وعليه تعد الكمالية سوية، ولكنها قد تتحول إلى كمالية عصابية تعبر عن رغبة لا سوية قهرية لا ترضي بأقل من الأداء الكامل، وذلك عجز للفرد وحدود وصعبة عليه أن يتجاوزها لتحقيق اهدافه.

النماذج النظرية المفسرة للكمالية:

يوجد اختلاف بين وجهات نظر علماء النفس التي تفسر مفهوم الكمالية، حيث أشار فرويد (frued) إلى أن الانا الأعلى تسعي دائما للكمال وليس إلى المتعة الواقعة، والي مساهمة العوامل البيئية المحيطة بالفرد في نمو الكمالية من خلال دور الوالدين في نمو الانا الأعلى عند الفرد، أما هورني (Horney) أطلقت عليها الحاجة إلى الكمال والأمان المطلق، وأن الذات المثالية امتداداً طبيعيا للذات الواقعية عند الفرد السوي، إما عند الفرد العصابي فتمثل الذات المثالية مهربا من الذات الواقعية. لكن أدلر (Adler) فقد ارجع الكمالية العصابية بانها استجابة لمشاعر النقص، وقد عبر ماسلو (Maslow) عن الكمالية بمفهوم الحاجة إلى تحقيق الذات الذي وضعه على رأس هرم الحاجات في نظريته وركز على النظرة الإيجابية، وأشار إلى أن التحقق الذاتي يشتمل بالضرورة على السعي لكمال المواهب وقدرات الفرد، لكن روجرز (Rogers) ركز على التوقعات الوالدية، وأن الأفراد ذوي المستويات العالية من الكمالية يتعرضون لمشاكل التوافق إذ كانت كماليتهم مستندة على الأحساس بقيمة الذات المشروطة، و قد ركز بأندورا (Bandara) على دور التقليد في تطور الكمالية من خلال التنمية الوالدية، أما ألبرت اليس (Ellis) فيرى أن لدى الفرد معتقدات غير عقلانية تؤدي الي نمو الكمالية غير

السورية، وأخيرا بيك (Beck) قال أن الكمالية نسق معرفى مضطرب يتصف بالتفكير المضطرب الحاد والتعميم الزائد .

ويرى (Hewitt & fleett, 99) أن الكمالية سمة شخصية تدفع الفرد إلى وضع المعايير العالية للذات والأخرين والاعتقاد بوجود متطلبات غير واقعية معروضة من البيئة الاجتماعية المحيطة بالفرد، وقد حدد كل منهما أن هناك ثلاثة أبعاد الكمالية وهي: الكمالية الموجهة ذاتيا. والكمالية المكتسبة اجتماعيا. والكمالية الموجهة نحو الاخرين.

وتشتمل الكمالية التكيفية على وضع أهداف ومعايير فردية عالية والسعي إلى المكافآت والجوائز المرتبطة بالأداء مع الحفاظ على القناعة والرضا، أما الكمالية غير التكيفية فهي تشمل على وضع أهداف ومعايير فردية صلبة وصعبة المنال، مع وجود عدم القدرة على التمتع بالأداء الذاتي مع وجود توتر وعدم ثقة فيما يخص الإمكانات الذاتية. (Hewitt and fleett: 99,464).

وترى الباحثة أنه لا يجب الاعتماد على نظرية واحدة فقط في تفسير مفهوم الكمالية، حيث ان كل النظريات مكملة لبعضها البعض.

دراسات وبحوث تناولت مفهوم الكمالية:

في دراسة (Ashby and Bruner, 2005) لمعرفة العلاقة بين الكمالية والسلوكيات الوسواسية القهرية، تكونت العينة من (١٤١) من طلاب الجامعة وطبق عليهم مقياس الكمالية متعدد الأبعاد ومقياس السلوك الوسواسي القهري، وأظهرت النتائج أنه يوجد ارتباط بين الكمالية العصابية وسلوك الشك، وايضاً انخفضت درجات أداء الأفراد غير الكماليين على مقياس الشك وبطء الاداء مقارنة بالإفراد ذوي الكمالية العصابية. (Ashby and Bruner: 2005,38)

وكان هدف دراسة (أبراهيم عبد الفتاح ،٢٠٠٧) هو التعرف على الكمالية وعلاقتها بتقدير الذات والدافع للإنجاز، وقد تكونت العينة من (١٥٦) طالب وطالبة من طلاب الجامعة المتفوقين أكاديميا، وقد تم تطبيق مقياس النزعة الكمالية، ومقياس تقدير الذات، ومقياس الدافعية للإنجاز، وأوضحت النتائج وجود فروق دالة إحصائيا بين درجات

الطلاب المتفوقين والطلاب غير المتفوقين كل من الكمالية التكيفية وتقدير الذات والدافع للإنجاز، وجاءت الفروق في اتجاه الطلاب المتفوقين. (إبراهيم عبد الفتاح: ٢٠٠٧، ٢٤١)

اختبرت دراسة (Diprima & Ashby, 20)العلاقات الأسرية الكمالية لدى طلاب المدرسة الإعدادية. تكونت عينة الدراسة من (٢٥٣) طالب وتم تطبيق مقياس الكمالية متعدد الأبعاد ومقياس تقييم البيئة الأسرية، وقد اكدت النتائج على أن الكمالية التكيفية ترتبط بعدد من المتغيرات الأسرية الإيجابية، وايضا الأسرة الأكثر تماسكا وزيادة التوازن بين الروابط العاطفية والمرونة في العلاقات، وزيادة تكوين سمات الاستقلال النفسي الصحيح لدى طلاب الأسر ذوي الكمالية الصحية. (Diprima &Ashby :20, 824)

كان هدف دراسة (Park and Jeong, 205) معرفة العلاقة بين جودة الحياة النفسية والرضا عن الحياة وتقدير الذات لدى الكماليين المتوافقين وغير الكماليين والكماليين غير المتوافقين. وقد تكونت عينة الدراسة من (٢٠٠) طالب جامعي، وتم تطبيق مقياس جودة الحياة النفسية ومقياس الرضا عن الحياة ومقياس تقدير الذات والقائمة النزعة للكمال. وقد أوضحت النتائج وجود علاقة ايجابية دالة احصائيا بين متغيرات الدراسة لدى الأفراد ذوي الكمالية التوافقية مقارنة بالأفراد ذوي الكمالية غير التوافقية. (Park and Jeong: 205,70)

في دراسة (عفاف عبد الفادي ،٢٠١٩) الكشف عن التأثير المباشر للكمالية على دافعية الإنجاز والرضا عن الحياة، لدى عينة من طلاب الجامعة، وتكونت العينة من (٥٦٠) طالب وطالبة بجامعة الفيوم تتراوح أعمارهم من (١٩– ٢٢) سنة ، وتم تطبيق مقياس الكمالية ومقياس دافعية الانجاز ومقياس الرضا عن الحياة ، وقد أوضحت الناتج عن وجود علاقة ارتباطية عكسية بين الكمالية والدافعية للإنجاز والرضا عن الحياة، وأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تبعا للنوع الاجتماعي أو التخصص الدراسي. (عفاف عبد الفادي: ٢٠١٩ ،٧٢٦)

وفي بحث (Stoeber, etal , 2020) لدراسة دور الشفقة على الذات كوسيط في العلاقة بين الكمالية وجودة الحياة، تكونت العينة من (٣٠٩) من طلاب المدارس، وتم تطبيق المقياس المختصر للكمالية، ومقياس الشفقة علي الذات ، ومقياس جودة الحياة .وقد أوضحت النتائج أن الشفقة على الذات ترتبط سلبيا بالكمالية الموجهة للأخرين وايضاً بالكمالية المفروضة من المجتمع، بينما ترتبط الشفقة على الذات ايجابيا مع الكمالية الموجهة الذات ، وأن الشفقة على الذات تتنبأ بجودة الحياة و ليس العكس. (Stoeber, et al:2020,0)

مفهوم الذات:

كان تأثير كل من كارل روجرز وأبراهام ماسلو كبيرا في نشر استخدام مفهوم الذات، وطبقا لروجرز فان الجميع يسعون الي ما يسمي " الذات المثالية"، وقد وضع فرضية ملخصها أن الناس الأصحاء نفسيا يبتعدون ايجابيا عن الأدوار التي شكلتها لهم توقعات الأخرين، وبدلا منها يبحثون عن تصديق ذاتي. وعلى الجانب الأخر يمتلك الناس العصبيون مفاهيم ذاتية لا تتناسب مع خبراتهم، وبالتالي يقوم الأفراد بتحريف خبراتهم الذاتية لحماية أنفسهم أو لكسب التعاطف من قبل الآخرين. (مصلح العنزى: ٢٠١٩، ٤٣٢)

يؤكد معظم الباحثون على أن كل الأدوار الاجتماعية المحددة لكل نوع وايضاً توقعات الأباء، هي كلها تسهم في تطور مفهوم الذات ثم يبدأ مفهوم الذات في التغير تدريجيا، إلى إن يصل الفرد إلى مرحلة المراهقة يكون مفهوم الذات على شكل حرف u، أي أنه يقل مفهوم الذات العام في بداية سن المراهقة، ثم يبدأ في الارتفاع والزيادة حتى نهاية سن المراهقة.

وعلى الرغم من الأراء المتضاربة الباحثين بخصوص تحديد توقيت ظهور وتطور مفهوم الذات، الا أنه يتفق الباحثون على أهمية مفهوم الذات لدى الفرد، لأنه يؤثر على تصرفاته وعلى النواتج الشعورية والمرضية للفرد، بما في ذلك الإنجازات الأكاديمية،

ومستويات السعادة، والقلق، وتقدير الذات، والتوافق النفسي، والرضا عن الحياة. (David, et al 202,90)

العوامل الهامة في تكوين مفهوم الذات:

1) تحديد الدور:

يعتبر تصور الفرد لذاته من خلال الأدوار الاجتماعية التي يقوم بها، من العوامل الهامة حيث أنه يعبر عن ذاته بشكل مباشر وغير مباشر.

2) المركز:

يؤثر مركز الطبقة الاجتماعية على تقبل الذات والشعور بقيمتها.

3) المعايير الاجتماعية:

يتضمن مفهوم الفرد لذاته حكما للقيمة، الفرد عندما يصف ذاته بصفة معينة، فان ذلك يكون طبقا لمعيار معين يشتقه الفرد من المعايير الاجتماعية.

4) التفاعل الاجتماعي:

أن التفاعل الاجتماعي الصحيح والعلاقات الاجتماعية الناجحة تعزز الفكرة الصحيحة عن الذات، ومن ناحية أخرى ان مفهوم الذات الموجب يعزز نجاح التفاعل الاجتماعي ويزيد من نجاح العلاقات الاجتماعية.

5) الجماعات الاجتماعية:

لا يتفاعل الجنس البشري كأفراد منفردين فقط، وأنما كأعضاء في جماعات ايضا، وفي الحياة الجماعية يجب أن تكون الإدراكات الذاتية تطهر كل موقف اجتماعي.

وقد أوضح كارل روجرز خصائص الذات وهي:

* نمو الذات من التفاعل بين الأنسان والبيئة.

* يمكن الذات أن تستوعب قيم الأخرين وتدركها.

* أن الأنسان يسلك سلوكا يساير فيه ذاته.

* فالعلاج الناجح تظهر تغيرات علي الفرد، فتصبح الذات أكثر واقعية.

* أن الذات قابلة للتعديل نتيجة النضج والتعلم. (جرجس حنا: ٢٠١١، ٧٣-٧٤)

مفهوم تقدير الذات:

قد تعددت وتنوعت تعريفات مفهوم تقدير الذات من أواخر خمسينات القرن الماضي، فهو مفهوم قديم حديث تقريبا، ويعد من أكثر المفاهيم انتشارا بين الباحثين، وكان هو المحور الرئيسي في دراسات الشخصية والدراسات النفسية الاجتماعية.

يعرف (عبد الفتاح، ٢٠٠٩) تقدير الذات على أنه "نظرة الفرد واتجاهه نحو ذاته، ومدى تقدير هذه الذات من الجوانب المختلفة، كالدور والمركز الأسرى والأكاديمي والمهني، كذلك قيمة الأدوار التي يمارسها الفرد في مجال علاقته بالواقع " (مصطفى عبد الفتاح :٢٠٠٩، ٢٣٩)

يعرف (Lawrence , 988) تقدير الذات علي أنه " التقييم الذي يضعه الفرد لذاته بناء على التباعد أو التطابق بين صورة الذات والذات المثالية " وعليه فان تقدير الذات يتكون من خلال العلاقة الجدلية بيت الذات المثالية وصورة الذات الواقعية ، وهذه العلاقة التي تمنح الذات القدرة علي تقييم إما في الاتجاه الإيجابي أو السلبي. (السيد الشربيني: ٢٠١٢، ٨٠)

ويعرف (Khazei , etal , 204) تقدير الذات على أنه " تقييم ملائم يعطيه الفرد لذاته" أي هو حكم تقييمي عن الذات، وهذا يتطلب وجود معرفة شاملة وواسعة عن الذات، وأن المعيار الذي يتم تقييم الذات على أساسه هو الذات المثالية، ويقصد بها أنها ذلك النموذج الداخلي الذي يحدد الفرد يجب أن يكون عليه، وما يجب أن يكون قادرا على الشعور به وفعله سلوكيا. (Khazei, etal:204,232)

عرف (العنزى ،٢٠١٩) تقدير الذات على أنه " مجموعة من المشاعر والخبرات التي يكونها الفرد عن ذاته، وهو يبني على ما يعتقده الفرد وما يشعر به إزاء صورته عن نفسه، أي انه مجموعة من الاتجاهات والخبرات التي بناها الفرد من خلال تفاعله مع الأشخاص المحيطين به" وهذه لها أثر كبير على صورته الانفعالية والسلوكية. (مصلح العنزى :٢٠١٩، ٤٣٥)

النظريات المفسرة لتقدير الذات:

تعددت وجهات النظر التي حاولت تفسير تقدير الذات، واختلفت باختلاف المدارس النفسية التي ينتمون إليها، ومن أهم هذه النظريات ما يأتي:

اولا: وجهة نظر علم النفس الاجتماعي:

من رواد هذه المدرك هو "روزنبرج Rosenberg " حيث انه أهتم بدور الأسرة في تطور صورة الذات لدى الطفل والمراهق، ولتوضيح العلاقة بين تقدير الذات (الذي بتكون في إطار الاسرة) وأساليب السلوك الاجتماعي التي يتبناها الفرد فيما بعد وأستخدم منهج يعتمد على مفهوم الاتجاه باعتباره أداة محورية تربط بين السابق واللاحق من الأحداث والسلوك. (أسماء طالب: ٢٠١١، ٢١)

وقد أهتم "روزنبرج" في البداية بدراسة التقييم النفسي للمراهقين وذواتهم، ثم أوسع دائرة الاهتمام بعد ذلك لتشمل تطور صورة الذات الإيجابية، وتغييرات تقدير الذات خلال المراحل العمرية للفرد، ويرى أن مفهوم تقدير الذات يعكس اتجاه الفرد نحو نفسه، وذلك من خلال تفاعلات الفرد اليومية، وان أتجاه الفرد نحو ذاته يختلف من اتجاهاته نحو الموضوعات الاخرى. (علا بوسف ٢٠١٥، ٢٣)

ثانياً: المدرسة السلوكية:

تشير هذه النظرية إلى أن تقدير الذات يتطور ويشكل من خلال أساليب وآليات التعلم المختلفة، والمتمثلة في التعزيز بأشكاله المختلفة، وقد قام (كوبر سميت

Coopersmith) بدراسة تقدير الذات عند أطفال ما قبل المدرسة، ويرى أن تقدير الذات يتضمن كل من عمليات تقييم الذات وردود الأفعال والاستجابات الدفاعية، وأن تقدير الذات هو مفهوم متعدد الجوانب (جرجس حنا: ٢٠١١، ٨٥)

ثالثاً : النظرية التجريبية المعرفية:

أعتمد (ابشيان Epstein) في تفسيره لتقدير الذات على مبادئ وأفكار النظرية المعرفية، وهي متمثلة في: الخبرة والتنظيم والتمثيل والتطور، حيث يرى أن الأفراد ينظمون المعلومات والخبرات التي يكونها الفرد عن نفسه وعن الأخرين وعن البيئة، وذلك يسمي بالنظريات الشخصية للواقع.

ومن الافتراضات التي اعتمد عليها: أن عقل الفرد يميل إلى أخذ المعلومات وعمل ترابطات بين الأحداث، ثم يتم تنظيم هذه الترابطات داخل أنظمة تكاملية مختلفة تتكون من مكونات أكبر، وفائدة هذه النظريات أنها تعمل على زيادة النمو الشخصي والتفاعل مع الاخرين والحفاظ على تقدير الذات المناسب. (مروة عبد المحسن:٢٠٢٠، ٢٦٤)

رابعاً: نظرية الذات:

قامت هذه النظرية على النقض الذي قدمه " كارل روجرز" لنظرية المثير والاستجابة، حيث أن نظرية الشرطية تقول أن كل ما لدى الفرد من العادات النفسية تنشأ من روابط خاصة بين المثيرات من ناحية والاستجابات من ناحية **أخرى**، لكن "روجرز" أكد على الادراك الكلى للمجال ، وأن ما يحدد السلوك هو المجال الذي يدركه الفرد وليس كما هو في الواقع. (جرجس حنا: ٢٠١١ ،٨٦)

خامساً: نظرية زيلر:

نالت أعمال "زيلر Zelar" شهرة أقل مما سبقها، حيث يرى أن تقدير الذات ما هو الا البناء الاجتماعي للذات وهي تقدير يقوم به الفرد لذاته، وأن تقدير الذات يلعب

دور المتغير الوسيط أو أنه يشغل المنطقة المتوسطة من الذات والعالم الواقعي، فعندما تحدث تغيرات في بيئة الشخص الاجتماعي، فإن تقدير الذات هو العامل الذي يحدد نوعية التغيرات التي ستحدث في تقييم الفرد لذاته تبعا لذلك. (اسماء طالب: ٢٠١١ ،١٣)

العوامل المؤثرة في تقدير الذات:

1) العوامل الذاتية وهي تتمثل في:

صورة الجسد – مستوى ذكاء الفرد – مستوى طموح الفرد – معدل نضج الفرد.

2) العوامل الاجتماعية وهي تتمثل في:

الأسرة – المدرسة – جماعة الأقران – الدور والمكانة الاجتماعية للفرد. (علا يوسف: ٢٠١٥: ٢٤)

تقدير الذات وعلاقته بنمو الشخصية:

ان تقدير الفرد لذاته غير منفصل عن نمو شخصيته، كما أن نمو شخصية الفرد لا يمكن النظر اليه دون النظر إلى مفهوم تقدير الذات لدية، وذلك يظهر الجوانب التالية:

النمو الجسمي، والنمو والانفعالي، والنمو المعرفي، وايضا التكيف.(برهان حمدان: ٢٠١٨، ٣٣)

يحتوي مفهوم تقدير الذات على عمليتين، أحدهما أدراكية والأخرى وجدانية، وأن تقدير الذات ينمو ويتطور من خلال العملية الإدراكية التي تتمثل في تقييم الفرد لنفسه، وكذلك في العملية الوجدانية العقلية التي تتمثل في أحساسه بأهميته، وذلك من خلال عدة جوانب وهي: المواهب الطبيعية الموروثة، والفضائل الأخلاقية، والنجاحات في الحياة، والشعور بالأهلية، واستحقاق الحب، والشعور بالخصوصية، والشعور بالأهمية والاحترام. (السيد ابو هاشم: ٢٠١٠، ٣١٩)

خصائص الأفراد ذوي تقدير الذات المرتفع:

يتصف الفرد الذي يتمتع بتقدير ذاتي مرتفع بانه يشعر بالأهمية، ويعرف قدراته ومواهبه، ويتمتع بقدرة عالية على تحمل الأحباط، ويمتلك مهارات جيدة للتواصل، ويهتم بمظهره، ويكون قادر على تنظيم انفعلاته، ويستطيع أن يتخذ القرارات في حياته، ويتحمل مسؤولية الفشل، ولا يرجعه إلى الظروف الخارجية أو للآخرين، وأن الشخص ذو تقدير الذات المرتفع لديه الرغبة المستمرة في اكتساب خبرات جديدة، ويعرف نقاط القوة والضعف إليه. (علا يوسف: ٢٠١٥،٢٣)

خصائص الافراد ذوي تقدير النت المنخفض:

يتصف الفرد ذو تقدير الذات المنخفض بعدم الرغبة في المشاركة في الأنشطة المختلفة وخاصة الجديد منها، والميل إلى العزلة والانسحاب، ولوم نفسه كثيرا، ولديه عدم الثقة في النفس، ولديه شعور بالدونية والضعف، ويميل إلى أن يكون مستمعا أكثر من أن يشارك في التواصل، وان تحدث يكون الحديث سلبي، ولا يريد أن يتحمل مسؤولية أخطائه التي قام بها. (برهان حمدان :٢٠١٨، ٣٧)

هناك نوعين رئيسين من تقدير الذات المنخفض هما:

الأول /هو تقدير الذات الكلاسيكي، وهذا يصيب صاحبه بحالة مزمنة من الأحساس السلبي والشعور بالدونية وعدم القيام وعدم الأمان، مما يسبب قلق دائم واكتئاب، وحساسية شديدة، وهذا يؤدي إلى العزلة والانسحاب.

الثاني / تقدير الذات المنخفض الدفاعي الوقائي، ويصيب صاحبه بسلوك دفاعي مثل التفاخر أو التحقير من الآخرين أو العدوانية والعنف أو الانتقام من الاخرين، وهذا يكون وظيفة دفاعية لا شعورية لحماية الذات عن طريق خفض التوتر. (جرجس حنا: ٢٠١١، ٨٨)

دراسات وبحوث تناولت تقدير الذات:

وفي دراسة (Crocker, et al, 2006) السعي وراء تقدير الذات واستخدام استحقاق الذات وتنظيم الذات، تكونت العينة من (٣٥٠) طالب جامعي، وتم تطبق مقياس تقدير الذات ومقياس تنظيم الذات، ومقياس الاستحقاق والأهمية الذاتية. وقد أوضحت النتائج أن تقدير الذات يرتفع عندما يحدث الطالب النجاح في الأهداف الأكاديمية، ويرتفع أيضا بارتفاع متغير تنظيم الذات والأهمية الذاتية، وذلك يرجع إلى أن الأفراد يسعون دائماً لتطوير أنفسهم وتحقيق أهدافهم. (Crocker, et al: 2006,769)

وفي دراسة (جرجس حنا،٢٠١١) لفحص العلاقة بين تقدير الذات والسعادة لدى المراهقين، تكونت العينة من (٥٣٦) طالب في مرحلة المراهقة، ويتم تطبيق قائمة أكسفورد للسعادة، واستبيان تقدير الذات لكوبر سميث ومقياس روتر لوجهه الضبط وقد أوضحت النتائج وجود ارتباط دال إحصائيا بين وجهة الضبط وتقدير الذات والسعادة، وايضا وجود فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث في تقدير الذات لصالح الذكور. (جرجس حنا :٢٠١١، ١٧٢)

وفي دراسة (David,etal,202) لمعرفة دور الكمالية في تقرير الذات اليومي والتعلق والتأثير السلبي، تكونت العينة من (١٦٣) فرد، وقد أكمل المشاركون تدريب لمدة ٧ أيام، وتم تطيق أستبيان التعلق، ومقياس تقدير الذات، ومقياس الكمالية العصابية، وقد أوضحت النتائج ارتباط السعي وراء الكمال بتدني مستوى تقدير الذات وزيادة مخاوف التعلق، وأوضحت النتائج أن الأفراد الكماليون ذوي تقدير الذات المنخفض يتجنبون التعلق، وتزيد لديهم مخاوف القرب من الأخرين كنتيجة مباشرة لتدني مستوى تقدير الذات لديهم. (David ,et al: 202,94)

في دراسة (Khazei, etal , 204) لمقارنة الكفاءة الذاتية وتقدير الذات والقلق الاجتماعي والخجل والعدوانية والتوكيدية بين طلاب المدارس الثانوية، تكونت العينة من

(٣١١) طالب من مدينة طهران ، وقد وجدت النتائج ارتفاع تقدير الذات يتبع ارتفاع في الشعور بالكفاءة الذاتية والتوكيدية، وأيضا يقلل من القلق الاجتماعي ،والعدوانية والخجل. (Khazei, etal :204,235)

وفي دراسة (السيد الشبراوي، وأيمن منير، ٢٠١٦) لفحص العلاقة بين تقدير الذات وكل من أساليب التفكير والتفاؤل لدى طلاب الجامعة في الأزهر، تكونت العينة من (٧٧٦) طالب، تتراوح أعمارهم من ٢٠إلى٢٣ سنة، وتم تطبيق مقياس تقدير الذات، ومقياس أساليب التفكير، ومقياس التفاؤل، وقد أوضحت النتائج وجود علاقة موجبة دالة بين تقدير الذات وبعض أساليب التفكير، وايضاً وجود علاقة دالة موجبة بين تقدير الذات والتفاؤل. (السيد الشبراوي؛ وأيمن منير :٢٠١٦، ٣٧٢)

في دراسة (محمد الصافي، ٢٠١٩) للتحقق من الدور الوسيط لتقدير الذات في العلاقة بين الابتزاز العاطفي وأعراض اضطراب الشخصية النرجسية لدى عينة من الأزواج، تكونت العينة من (٣٣٧) فرد متزوج، (١٦٧ زوج–١٧٠ زوجة)، وتراوحت الأعمار بين ٢٤ إلى ٦١ سنة، وقد تم تطبيق مقياس تقدير الذات، ومقياس الابتزاز العاطفي ، ومقياس أعراض اضطراب الشخصية النرجسية ،وقد أوضحت النتائج وجود فروق دالة إحصائيا بين الذكور والاناث في تقدير الذات لصالح الذكور ،وعدم وجود علاقة دالة بين تقدير الذات والابتزاز العاطفي . (محمد الصافي :٢٠١٩، ٧٢)

وفي دراسة (Mariana, et al, 2020) للتعرف على العلاقة بين تقدير الذات والرضا لدى الزوجين، تكونت العينة من (٦٠) زوج و زوجة، تراوحت أعمارهم من (٢٥ إلى ٤٠) سنة ، و مدة الزواج من (١–١٥) سنة، وقد تم تطبيق مقياس تقدير الذات، ومقياس التكيف الزواجي ،وقد أوضحت النتائج أن هناك فروق في مقياس تقدير الذات تبعاً لمدة الزواج ،حيث ارتفع تقدير الذات أول ثلاث سنوات من الزواج ، ثم أنخفض بعد

ذلك، ثم عاد تقدير الذات إلى الارتفاع عند ١٢ سنة من الزواج، وأيضاً وجد أن هناك ارتباط ايجابي دال بين التكيف الزواجي وتقدير الذات. (Mariana ,et al: 202 ,452)

خصائص عينة الدراسة:

1- من حيث الجنس

		التكرار	النسبة
الجنس	ذكور	00	50.0
	اناث	00	50.0
	Total	200	00.0

2- من حيث العمر

		التكرار	النسبة
العمر .فئات	من 25 إلى 30	23	.5
	من 3 إلى 35	39	9.5
	من 36 إلى 40	46	23.0
	من 4 إلى 45	4	20.5
	من 46 إلى 50	26	3.0
	من 5 فما فوق	25	2.5
	Total	200	00.0

3- من حيث مستوى التعليم

		التكرار	النسبة
التعليم	عالى	42	7.0
	فوق متوسط	5	7.5
	متوسط	43	2.5
	Total	200	00.0

4- من حيث الوظيفة

		التكرار	النسبة
الوظيفة	مدرس	0	50.5
	اعمال حرة	95	47.5
	بالمعاش	4	2.0
	Total	200	00.0

5- من حيث عدد الاطفال

		التكرار	النسبة
الاطفال	.00	54	27.0
	2.00	94	47.0
	3.00	4	20.5
	4.00		5.5
	Total	200	00.0

6- من حيث مستوى الدخل

		التكرار	النسبة
الدخل	من 3000 إلى 5000	4	7.0
	من 5000 إلى 7000	77	38.5
	من 7000 إلى 0000	85	42.5
	اكثر من 0000	24	2.0
	Total	200	00.0

أدوات الدراسة:

مقياس الكمالية

صدق وثبات المقياس فى الدراسة الحالية

اولا : الصدق

1- الصدق العاملي

تم التحقق من صدق البناء العاملي Factorial Construct validity للمقياس من خلال عينة الدراسة الاستطلاعية والتي بلغ عددها (50) زوجا وزوجه وذلك باستخدام التحليل العاملي الاستكشافي Exploratory Factor Analysis بطريقة المكونات الأساسية Principal Components Method لاستخلاص العوامل والتدوير المتعامد للعوامل المستخلصة بطريقة الفاريماكس Varimax، وقبل البدء في تحليل البيانات تم التحقق من مدى قابلية البيانات للتحليل العاملي من خلال بعض المؤشرات منها اختبار كايزر-ماير-أولكن لكفاية المعاينة – Kaiser Meyer-Olkin Measure of sampling Adequacy وبلغت قيمته (0.84) وهي قيمة أكبر من (0،5) لذا يعد

حجم العينة مناسب، وتم حساب اختبار Bartlett's Test of sphericity للتأكد من أن مصفوفة الارتباط هي ليست مصفوفة الوحدة وبلغت قيمته (2308.642) بدرجة حرية (56) وهي دالة إحصائيا عند مستوى (٠,٠٠) ، وسيتم الابقاء على المفردات ذات التشبعات > (٠,٣٠) طبقا لمحك جيلفورد، والإبقاء على المفردات التي تشبعت على عاملين في العامل الأعلى تشبعا، وحذف البنود التي لم تستوف محك الاستبقاء، ويوضح الجدول التالي العوامل المستخلصة بعد التدوير وبعد حذف العبارات التى لم تتشبع على اى من العوامل والتى تشبعت على اكثر من عامل والتى كان تشبعها أقل من(0.30) وهى عبارة واحده فقط وبالتالي أصبح العدد الكلي لفقرات المقياس بعد التدوير (37) عبارة.

جدول (1) البناء العاملى لمقياس الكمالية بعد التدوير المتعامد بطريقة الفايرميكس

العامل الاول		العامل الثاني		العامل الثالث	
الفقرة	التشبع	الفقرة	التشبع	الفقرة	التشبع
3	0.423		-0.676	2	-0.439
7	0.467	4	0.507	9	0.367
8	0.497	5	0.650	0	-0.357
	0.400	6	0.487	3	0.388
4	0.437	2	0.549	2	0.530
5	0.724	24	0.305	22	0.708
6	0.55	26	0.33	25	0.382
7	0.63	27	0.393		

8	0.62	28	0.403		
9	0.604	30	0.485		
23	0.492	3	0.606		
26	0.535	32	0.576		
27	0.69	33	0.637		
28	0.605	34	0.584		
29	0.60	35	0.664		
الجزر الكامن	9.7		2.27		.90
التباين المفسر	28.7		6.86		5.76
التباين الكلى	4.6				

يتبين من الجدول السابق انه تم استخلاص ثلاثة عوامل اساسية للمقياس فسرت ما مقداره (4،6 %) من التباين الكلي للمقياس؛ حيث استوعب العامل الأول (5) فقرة فسرت ما مقداره (28.7 %) من التباين الكلي، واستوعب العامل الثاني (5) فقره فسرت ما مقداره (6.86%) من التباين الكلي، واستوعب العامل الثالث (7) فقرات فسرت ما مقداره (5.76 %) من التباين الكلي.

2- ثبات المقياس

للتحقق من ثبات المقياس فى الدراسة الحالية تم إستخدام طريقة التناسق الداخلى بمعادلة ألفا كرونباخ وطريقة التجزئه النصفية بمعادلة سبير مان براون وجتمان وذلك على نفس عينة الصدق ويوضح الجدول التالي قيم معاملات الثبات ودلالتها الاحصائية.

جدول (2) قيم معامل ثبات الفا والتجزئه النصفية بمعادلة سبير مان براون وجتمان

	معامل ثبات الفا	معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية لسبيرمان	معامل جوتمان للتجزئة النصفية
البعد الاول	0.883	0.88	0.880
البعد الثاني	0.836	0.826	0.803
البعد الثالث	8370.	4770.	0. 735
المقياس ككل	0.903	0.874	0.86

يتبين من الجدول السابق أن قيم معاملات الثبات باستخدام معادلة ألفا كرونباخ تراوحت ما بين (0.78) و (0.90) وهى مؤشرات دالة وتشير إلى معامل ثبات جيد ومرضى للمقياس كما كانت أيضا قيم معاملات التجزئة النصفية سواء بطريقة سبيرمان أو جتمان دالة عند مستوى (0.0)

ثبات مقياس تقدير الذات

للتحقق من ثبات المقياس فى الدراسة الحالية تم إستخدام طريقة التناسق الداخلى بمعادلة ألفا كرونباخ وطريقة التجزئه النصفية بمعادلة سبير مان براون وجتمان وذلك على نفس عينة الصدق ويوضح الجدول التالي قيم معاملات الثبات ودلالتها الاحصائية

جدول (3) قيم معامل ثبات الفا والتجزئه النصفية بمعادلة سبيرمان براون وجتمان لمقياس تقدير الذات

	الفا	معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية لسبيرمان	معامل جوتمان للتجزئة النصفية
تقدير الذات	0.742	0.632	0.594

يتبين من الجدول السابق أن قيم معاملات الثبات باستخدام معادلة ألفا كرونباخ بلغت (0.74) وهى قيمه دالة وتشير إلى معامل ثبات جيد ومرضى للمقياس كما كانت أيضا قيم معاملات التجزئة النصفية سواء بطريقة سبيرمان أو جتمان دالة عند مستوى (0.0)

ثبات وصدق المقياس فى الدراسة الحالية

صدق التحليل العاملي

تم التحقق من صدق البناء العاملي للمقياس من خلال عينة الدراسة الاستطلاعية وذلك باستخدام التحليل العاملي الاستكشافي بطريقة المكونات الأساسية لاستخلاص العوامل والتدوير المتعامد للعوامل المستخلصة بطريقة الفاريماكس ، وقبل البدء في تحليل البيانات تم التحقق من مدى قابلية البيانات للتحليل العاملي من خلال بعض المؤشرات منها

اختبار كايزر–ماير–أولكن لكفاية المعاينة (KMO) وبلغت قيمته (.782) وهي قيمة أكبر من (0،5) لذا يعد حجم العينة مناسب، وتم حساب اختبار Bartlett's Test of sphericity للتأكد من أن مصفوفة الارتباط هي ليست مصفوفة الوحدة وبلغت قيمته (293.263) بدرجة حرية (23) وهي دالة إحصائيا عند مستوى (٠،٠٠) ، وسيتم الابقاء على المفردات ذات التشبعات > (٠،٣٠) طبقا لمحك جيلفورد، والإبقاء على المفردات التي تشبعت على عاملين في العامل الأعلى تشبعا، وحذف البنود التي لم تستوف محك الاستبقاء، ويوضح الجدول التالي العوامل المستخلصة بعد التدوير وبعد حذف العبارات التى لم تتشبع على اى من العوامل والتى تشبعت على اكثر من عامل والتى كان تشبعها أقل من(0.30) ويوضح الجدول التالي قيم التشبعات على العوامل المستخلصة بعد التدوير المتعامد بطريقة الفايرميكس.

جدول (4) قيم التشبعات على العوامل المستخلصة بعد التدوير المتعامد بطريقة الفايرميكس.

العامل الاول		العامل الثاني	
الفقره	التشبع	الفقرة	التشبع
	0.68	9	0.442
2	0.59		0.544
3	0.705	3	0.574
4	0.789	4	0.620
5	0.546	5	0.760
6	0.428	7	0.620
7	0.602	9	0.555
8	0.647	20	0.625
0	0.587	22	0.64
2	0.572		
6	0.468		
8	0.487		
2	0.582		

الجذر الكامن	5.82		3.28
التباين المفسر	26.45		4.94
التباين الكلى	48.05		

يتبين من الجدول السابق انه تم استخلاص عاملين للمقياس فسرا ما مقداره (48،05 %) من التباين الكلي ؛ حيث استوعب العامل الأول (3) فقره فسرت ما مقداره (26.45 %) من التباين الكلي، واستوعب العامل الثاني(9) فقرات فسرت ما مقداره (4.94%) من التباين الكلي.

ثبات مقياس تقدير الذات

للتحقق من ثبات المقياس فى الدراسة الحالية تم إستخدام طريقة التناسق الداخلى بمعادلة ألفا كرونباخ وطريقة التجزئه النصفية بمعادلة سبير مان براون وجتمان وذلك على نفس عينة الصدق ويوضح الجدول التالي قيم معاملات الثبات ودلالتها الاحصائية

جدول (5) قيم معامل ثبات الفا والتجزئه النصفية بمعادلة سبيرمان براون وجتمان لمقياس تقدير الذات

	قيم معامل الفا كرونباخ	معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية لسبيرمان	معامل جوتمان للتجزئة النصفية
البعد الاول	0.860	0.770	0.756
البعد الثاني	0.757	0.672	0.657
المقياس ككل	0.848	0.605	0.60

يتبين من الجدول السابق أن قيم معاملات الثبات باستخدام معادلة ألفا كرونباخ تراوحت ما بين (0.75) إلى (0.860) وهى قيم دالة وتشير إلى معامل ثبات جيد ومرضى للمقياس كما كانت أيضا قيم معاملات التجزئة النصفية سواء بطريقة سبيرمان أو جتمان دالة عند مستوى (0.0).

فروض الدراسة:

١) توجد علاقة إيجابية دالة بين تقدير الذات والكمالية لدي عينة من المتزوجين.

٢)تختلف مستويات الكمالية تبعا لتقدير الذات لدى عينة من المتزوجين.

استقرت هذه الدراسة عن نتائج عدة اتفقت في بعض النقاط مع فروض نتائج في الدراسات السابقة، ومنها:

نتائج الفرض الأول وتفسيرها:

ينص الفرض الأول على أن لا توجد علاقة إيجابية دالة بين تقدير الذات والكمالية لدى عينة من المتزوجين، وقد تحقق الفرض الاول، واتفقت هذه النتيجة مع دراسات (Robert, et al, 2000), (Parkland, Jeong, 205)(Karats and Tagay, 202)

أشارت نتائج دراسة (Robert ,etal, 2000) لدراسة الكمالية والمشكلات في العلاقات بين الأفراد، الي ان هناك علاقة دالة بين الكمالية الموجهة للذات وتأكيد الذات والتوافق وتقدير الذات ،وارتباط الكمالية الموجهة للآخرين ببعض الخصائص الشخصية مثل السيطرة والتردد وضعف التوافق العام . (Robert, etal: 2000,99)

وهدفت الدراسة (Karats and Tagay, 202) الى التعرف على طبيعة العلاقة بين تقدير الذات ووجهة الضبط وأبعاد الكمالية، وقد أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة بين تقدير الذات والكمالية السوية، وان الطلاب ذوي الكمالية العصابية لديهم نقص في تقدير الذات وذلك يؤثر بالسلب على جودة الحياة لديهم. (Karats and Tagay: 202,35)

ينص هذا الفرض على " توجد علاقة إيجابية ودالة إحصائيا بين الكمالية وتقدير الذات لدى عينة الدراسة"

للتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب معامل إرتباط بيرسون ودلالته الاحصائية للعلاقة بين الكمالية وتقدير الذات ويوضح الجدول التالي نتيجة هذا الاجراء.

جدول (6) معامل إرتباط بيرسون ودلالته الاحصائية للعلاقة بين الكمالية وتقدير الذات لدى عينة الدراسة

	البعد الاول للكمالية	البعد الثاني للكمالية	البعد الثالث للكمالية	الدرجة الكلية للكمالية
تقدير الذات	.690**	.72**	.288**	.76**

يتبين من الجدول السابق وجود علاقة إيجابية ودالة إحصائيا عند مستوى دلالة أقل من (0.05) بين الكمالية وتقدير الذات لدى عينة الدراسة.

عرض نتائج الفرض الثاني وتفسيرها:

ينص هذا الفرض على "تختلف مستويات الكمالية تبعا تقدير الذات لدى عينة الدراسة" للتحقق من صحة هذا الفرض تم تقسيم العينة على مقياس تقدير الذات إلى ثلاث مستويات المرتفعين والمنخفضين والمتوسطين وحساب تحليل التباين الاحادي للتعرف على الفروق في الكمالية وفقا للمستويات المختلفة لتقدير الذات وتوضح الجداول التالي نتيجة هذا الاجراء.

جدول (7) المتوسطات والانحرافات المعيارية للمستويات الثلاثة لتقدير الذات على الكمالية

VAR0000		البعد الاول للكمالية	البعد الثاني للكمالية	البعد الثالث للكمالية	الدرجة الكلية.
منخفضين	المتوسط	40.2069	40.057	24.034	04.362
	الانحراف المعياري	9.38225	7.80783	4.05527	7.7975
متوسطين	المتوسط	52.22	49.5758	25.3333	27.0303

	الانحراف المعياري	0.507	0.02659	3.57428	2.27538
مرتفعين	المتوسط	60.0698	59.449	26.9070	46.486
	الانحراف المعياري	3.62790	4.676	2.58027	8.005

جدول (8) نتائج تحليل التباين الاحادي للفروق في الكمالية وفقا لتقدير الذات

		مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ب)	الدلالة
البعد.الاول.للكمالية	بين المجموعات	0340.022	2	570.0	62.5	0.000
	داخل المجموعات	6396.853	97	83.233		
	الكلي	26736.875	99			
البعد.الثاني.الكمالية	بين المجموعات	9364.524	2	4682.262	64.759	0.000
	داخل المجموعات	4243.63	97	72.303		
	الكلي	23608.55	99			
البعد.الثالث.الكمالية	بين المجموعات	94.48	2	97.074	7.745	0.00
	داخل المجموعات	2469.007	97	2.533		
	الكلي	2663.55	99			

مج.كمالية	بين المجموعات	4480.04	2	22405.052	67.885	0.000
	داخل المجموعات	6508.77	97	330.045		
	الكلي	09828.875	99			

يتبين من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائيا عند مستوى (0.0) في الكمالية وفقا لمستويات تقدير الذات وللتعرف على طبيعة وإتجاه هذا الفروق بين المجموعات تم حساب إختبار (LSD) للفروق البعدية ويوضح الجدول التالي هذا الاجراء.

جدول (9) نتائج إختبار (LSD) للفروق بين المجموعات

			متوسط الفرق	الخطأ المعياري	الدلالة
البعد.الاول.للكمالية		2.00	-.9432-*	.50857	0.000
		3.00	-9.86287-*	.83594	0.000
	2	.00	.9432*	.50857	0.000
		3.00	-7.94856-*	.66625	0.000
	3	.00	9.86287*	.83594	0.000
		2.00	7.94856*	.66625	0.000
البعد.الثاني.الكمالية		2.00	-9.52403-*	.40603	0.000

		3.00	-9.3904-*	.76	0.000
	2	.00	9.52403*	.40603	0.000
		3.00	-9.8660-*	.55299	0.000
	3	.00	9.3904*	.76	0.000
		2.00	9.8660*	.55299	0.000
البعد.الثالث.الكمالية		2.00	-.22989-*	0.58539	0.037
		3.00	-2.80353-*	0.7243	0.000
	2	.00	.22989*	0.58539	0.037
		3.00	-.57364-*	0.64658	0.06
	3	.00	2.80353*	0.7243	0.000
		2.00	.57364*	0.64658	0.06
مج.كمالية		2.00	-22.66823-*	3.00403	0.000
		3.00	-42.05654-*	3.65594	0.000
	2	.00	22.66823*	3.00403	0.000
		3.00	-9.38830-*	3.3802	0.000
	3	.00	42.05654*	3.65594	0.000
		2.00	9.38830*	3.3802	0.000

****-منخفضين 2- متوسطين 3- مرتفعين**

ينص الفرض الثاني على أنه "تختلف مستويات الكماليات تبعاً لتقدير الذات لدى عينة من المتزوجين " وقد تحقق الفرض الثاني، واتفقت هذه النتيجة مع دراسات: (ابراهيم عبد الفتاح، ٢٠٠٧)، (Allison, et al, 200)، (Rica, etal,996)، (Bernadette, et al, 202)

حيث كان هدف دراسة (ابراهيم عبد الفتاح، ٢٠٠٧) هو التعرف على الكمالية وعلاقتها من تقدير الذات والدافع للإنجاز، وقد أوضحت النتائج وجود فروق دالة إحصائيا بين الطلاب المتفوقين وغير المتفوقين في الكمالية وتقدير الذات، وجاءت الفروق في اتجاه الطلاب المتفوقين وذوي تقدير الذات المرتفع. (ابراهيم عبد الفتاح: ٢٠٠٧، ٢٤١)

المصادر والمراجع:

1) أبراهيم عبد الفتاح الغنيمي (٢٠٠٧) :النزعة التكيفية واللا تكيفية إلى الكمال وعلاقتها بتقدير الذات والدافع للانجاز لدى عينة من الطلاب المتفوقين ،مجلة كلية التربية، جامعة بنها ، م(١٦)،ع (٣٢) ،ص ٢٠٣ – ٢٤٨.

2) أسماء طالب قشوع (٢٠١١) : تقدير الذات الأكاديمي وعلاقته بأساليب المعاملة الوالدية لدى طلبة المرحلة الاعدادية ،رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم التربوية والنفسية، جامعة عمان العربية.

3) أميمة عبد العزيز محمد(٢٠١٦): كمالية الوالدين وعلاقتها بكمالية الأبناء ،مجلة الارشاد النفسي ،ع(٤٧) – جزء (١) ،أغسطس ،جامعة عين شمس ،ص٦٠-١٢١.

4) بركات حمزة (٢٠٠٨): موضوعات متخصصة في علم النفس، قسم علم النفس، كلية الآداب، جامعة المنيا، ص٦١-٧٥.

5) برهان حمدان أسمر (٢٠١٨) :تقدير صورة الجسد وعلاقتها بالمخاوف الأجتماعية وتقدير الذات لدى عينة من طلبة جامعة فلسطين ، رسالة ماجستير غير منشورة ،جامعة القدس فلسطين.

6) جرجس حنا شاكر(٢٠١١): وجهة الضبط وتقدير الذات كمؤشرات الشعور بالسعادة ،رسالة ماجستير غير منشور، قسم علم النفس كلية الآداب ،جامعة المنيا.

7) حسن مصطفى عبد المعطي؛ راوية محمود حسين دسوقي (١٩٩٣): التوافق الزواجي وعلاقته بتقدير الذات والقلق والاكتئاب، مجلة علم النفس، ع (٢٨)، السنة (٧)، القاهرة: الهيئة المصرية العامة للكتاب ص ١-٣٣.

8) سامية صابر (٢٠١٠) : الكمالية العصابية (غير السوية) وعلاقتها باضطرابات الأكل ، مجلة كلية التربية جامعة بنها،(٧٠)، ص ٢٠١ - ٢٠٩.

9) سيجموند فرويد (٢٠٠٠) : الموجز في التحليل النفسي، تقديم محمد عثمان نجاتي ترجمة : سامر محمود عبد السلام القفاش ،مراجعة مصطفى زيواره، القاهرة : مكتبة الأسرة والهيئة العامة للكتاب .

10) السيد الشبراوى أحمد؛ وأيمن منير حسن (٢٠١٦) : العلاقة بين تقدير الذات وكل من أساليب التفكير والتفاؤل لدى طلبة جامع الأزهر، مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر،ع (١٧١)،ج (١)،ديسمبر، ص٣٢٣-٣٨٢.

11) السيد كامل الشربينى (٢٠١٢) : أستراتيجيات المواجهة وتقدير الذات والأنفعال الإيجابي والانفعال السلبي كمنبئات الكمالية التكيفية،دراسات تربوية ونفسية ،مجلة كلية التربية ،جامعة الزقاريق،ع (٧٧)،مج(٢٧)، اكتوبر، ص٥٧-١٠٤.

12) السيد محمد أبو هاشم (٢٠١٠): النموذج البنائي للعلاقات بين السعادة النفسية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية بين طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية ، جامعة بنها ،م(٢٠)،ع (٨١) ،ص ٢٩٦ - ٣٥٠ .

13) شادية عبد الخالق (٢٠٠٥): أستخدام نظرية الأختيار و فنيات العلاج بالواقع في خفض اضطراب الكمالية، المجلة المصرية للدراسات النفسية، القاهرة مكتبة الأنجلو المصرية،مج(١٥)،ع (٤٦) ص ٢١٥-٢٦٦.

14) عفاف عبد الفادى (٢٠١٩): النمذجة البنائية للعلاقات السببية بين الكمالية ودافعية الانجاز والرضا عن الحياة لدى طلاب الجامعة، مجلة دراسات عربية، مج (١٨)، ع (٤)، اكتوبر، ص٦٥٩-٧٤٠.

15) علا يوسف أحمد نصار (٢٠١٥): التشوهات المعرفية وعلاقتها بتقدير الذات لدى عينة من طلبة الجيل الأسفل، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم التربوية والنفسية، جامعة عمان العربية.

16) فضل عبد الصمد (٢٠٠٣): مستوى الميول الكمالية العصابية والأداء الفني لدى عينة من طلاب الجامعة، مجلة البحث في التربية وعلم النفس، كلية التربية، جامعة المنيا، مج (١٧)، ع (١)، ص ٢٩٧-٣٦٣.

17) محمد الصافي عبد الكريم (٢٠١٩) : تقدير الذات كمتغير وسيط في العلاقة بين الابتزاز العاطفى وأعراض أضطراب الشخصية النرجسية لدى عينة من الأزواج، مجلة الأرشاد النفسي،ع(٦٠)،ج (١) ديسمبر ،ص ١-٨٤.

18) محمد خضر عبد المختار(١٩٩٩): تقدير الذات لدى عينة من طلاب الجامعة والخريجين ،مجلة الآداب والعلوم الأساسية، جامعة المنيا،ع (٣٤) ، ص ١٣٣-١٨٦.

19) مروة عبد المحسن محمد محمد(٢٠٢٠): الفروق في تقدير الذات في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية لدى طفل ما قبل المدرسة، كلية التربية جامعة حلوان ،مج(٢٦)، مارس،ص ٢٥١-٢٨٩.

20) مصطفي عبد الفتاح (٢٠٠٩): موسوعة علم النفس والتحليل النفسي، القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية.

21) مصلح بن عبيد العنزي (٢٠١٩): قلق المستقبل وعلاقته بتقدير الذات لدى الأحداث الجانحين ،المجلة العالمية لكلية التربية جامعة أسيوط، مج (٣٠) ،ع (١٢) ،ديسمبر ،ص ٤٢٠-٤٦٣.

22) منال جاب الله (٢٠١١) :أساليب أتخاذ القرار وعلاقتها بالكمالية وتحمل الضغوط لدى عينة من الراشدين، المجلة المصرية للدراسات العربية ، (٢١) ٧٢، ص ٣٧١- ٤٦١.

23) منال عثمان الصمادي، لبني عبد الرحمن السعود (٢٠١٨): تقدير الذات وعلاقته بالمسؤولية الاجتماعية لدى عينة من طالبات كلية الأميرة عالية الجامعية، مجلة التربية جامعة عين شمس مج (٤)، ع (٢٢)، ص ٢٤٧- ٢٩٠.

24) Abraham, C.; Gregory N.; wdf, L. and Pemberton, R. (2002): self-esteem stigma and Community participation amongst People with Learning difficulties living in Community, Journal of community and applied social psychology, 2, P. 430 443.
25) Allison P. Seder Lund, Lawrence R. Burns and William Rogers (2020): Multidimensional models of perfectionism and procrastination: seeking determinants of both, International Journal of Public Health, (7), P. 5099-53.
26) Bernadette kin; Robert urban; Beata Bothe Mark D. Griffith; Zsolt Demetris's and Gyongyi Kokonyei (202): maladaptive rumination mediates the relationship between self-esteem perfectionism and work addiction: Large-scale survey study, international Journal of environmental research and public Health, (7), P. 7332-7349.
27) Cardi, v, Di Matteo, R., Gilbert, p. and Treasures J. (204): Rankper Caption. and self-evaluation in eating disorders, International Journal of Eattin Disorders, (47), p,343-552.
28) Chan, D. (2009): Dimensionality and typology of perfectionism the use of the forst Multidimensional perfectionism scale with Chinese Gifted students in Hong Kong. Journal of Sater Social psychology, (53), P.74- 87.
29) Cracker, D.; Brook, J. and Niya, Z. (2006): The pursuit of self-esteem contingencies of self-worth and self-regulation, Journal of personality, (74), P.749-77.
30) David M., Dunkley Jody - Lunn Berg and David c. Zuroff (202). The role of perfectionism in daily self-esteem, attachment, and negative affect, Journal of personality, June, (88), p. 85-96
3) Gotwals, J.; Dunn, G. and wayment, H. (2003): An examination of perfectionism and self-esteem in intercollegiate athletes. Journal of sport Behavior, (26), (), P. 7-22.
32) Hamachek, D. (978): psychodynamic of normal and neurotic perfectionism, Journal of Human Behaviors (5), (), p. 27-33.
33) Hewitt, p. and Fleet, G. (99); Multidimensional perfectionism scale. Reliability, validity and psychometric properties in psychiatric samples, Journal of Consuling and clinical psychology, Vol. (3), p.464-487.

34) Hill, R. Hue Isman, T.; fur, R.; Killer, J. Vicente, B. and Kennedy, C. (2004): A new measure of perfectionism: the perfectionism inventory, Journal of Personality Assessment, (82), (), p. 80-9.
35) Karata's; Z. and Tagay, O. (202): self-esteem, Locus of control and the multidimensional perfectionism as the predictors, of subjective well-being International Education studies, 5 (6), p. 3-37.
36) Khazei F., sharia, M, Haidari, L. and Jalili, M. (204): Comparison of self-efficacy, self-esteem, social anxiety, shyness and aggression among high school students with different levels of assertiveness. Journal of Kashan university of medical sciences, 8 (3), P.229 – 238.
37) Mariana F. Calin Mihaela L. sandu and Anca S. Mill (202): identifying the relationship between self-esteem and satisfaction in couple, Journal of marriage and family, vol. (23), sept., p.436-455.
38) Nandini's. Mundia (2020): self-esteem, self-consciousness and social anxiety. among college, The International Journal of Indian psychology, vol. (8), N. (4.), oct_ Dec, p. 670 -678.
39) Park, H-and Jeong, D. (205): psychological well-being, Life satisfaction, and self-esteem among perfectionists and non-perfectionists, personality and individual Differences,72 ,p,65-7.
40) Rice, k. G, Ashby, J.S. and pressers, k.J. (996): perfectionism, relationships with parents and self-esteem, Journal of Individual psychology, 55, (3), P-246-258.
4) Robert, H.w; Mark; z-C. and shelly, T (2000): perfectionism and interpersonal Problems, Journal of personality Assessment, (7) p. 8-03.
42) Stoeber, J. and Otto, K. (206): positive conceptions of perfectionism: Approaches, evidence, challenges', personality and social psychology Review (0), P. 295-39.

Summary

The relative contribution of perfection to self-esteem among a sample of married couples

The current study aimed to identify the nature of the relationship between perfectionism and self-esteem as a sample of married couples.

The main study sample consisted of 200 husbands and wives, with an average age of 40 years old and standard deviation of 7.9 years.

The researcher used a set of tools, namely:

- The multidimensional perfectionism scale (translated by the researcher).

- Self-esteem scale (Rosenberg 965).

The results of the study found that there is a positive correlation between self-esteem and perfectionism in the study sample, and also there are different levels of perfectionism according to the levels of self-esteem of the study sample.

Keywords: perfectionism - self-esteem.