



The role of the school in promoting self-esteem in adolescent girls as a means of preventing self-harm: A field study of a sample of fourth-year secondary school repeaters



Received: 05/03/2025; Accepted: 12/04/2026

بسيكر مريم^{1*}، سناني عبد الناصر²

1 جامعة باجي مختار-عنابة (الجزائر)، meriem.bsiker@univ-annaba.dz
2 مخبر تحليل العمل والدراسات الأروغونومية، جامعة باجي مختار-عنابة (الجزائر)، psychologie78@gmail.com

الكلمات المفتاحية:

المراهقة؛
تقدير الذات؛
إيذاء الذات؛
المدرسة؛

دور المدرسة في تعزيز تقدير الذات لدى الفتاة المراهقة كوسيلة للوقاية من سلوك إيذاء الذات - دراسة ميدانية لعينة من تلميذات المعيدات للسنة الرابعة متوسط

ملخص

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على دور المدرسة في تعزيز تقدير الذات لدى الفتاة المراهقة المعيدة للسنة الرابعة من التعليم المتوسط كوسيلة للوقاية من سلوك إيذاء الذات، وكذلك التعرف على العلاقة بين تقدير الذات وسلوك إيذاء الذات لدى الفتيات المراهقات المعيدات للسنة الرابعة متوسط. وقد أجريت الدراسة على عينة تتكون من (21) تلميذة معيدة للسنة الرابعة من التعليم المتوسط. تم اتباع المنهج الوصفي من خلال توزيع مقياس تقدير الذات لكوبر سميث واستبيان إيذاء الذات، بالإضافة إلى استبيان دور المدرسة لتعزيز تقدير الذات لدى المراهقات للوقاية من إيذاء الذات. ومن أجل تحليل نتائج الدراسة، تم استعمال برنامج SPSS22 وفي النهاية توصلت النتائج إلى ما يلي:

- 1- توجد علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية بين تقدير الذات وسلوك إيذاء الذات لدى الفتيات المراهقات المعيدات للسنة الرابعة متوسط.
- 2- درجة مساهمة المدرسة في تعزيز تقدير الذات لدى المراهقات المعيدات للسنة الرابعة متوسط للوقاية من إيذاء الذات هي درجة عالية.

Abstract

This study aimed to investigate the role of the school in enhancing self-esteem among adolescent girls who are repeating their fourth year of middle school as a means of preventing self-harming behavior. It also aimed to explore the relationship between self-esteem and self-harming behavior among these girls. The study was conducted on a sample of (21) female students repeating their fourth year of middle school. The descriptive approach was adopted by administering the Coopersmith Self-Esteem Inventory, a self-harm questionnaire, and a school role questionnaire to enhance self-esteem for the prevention of self-harm. The data were analyzed using SPSS22 software. The results revealed the following:

- 1-There is a statistically significant negative correlation between self-esteem and self-harming behavior among adolescent girls repeating their fourth year of middle school.
- 2-The school's contribution to enhancing self-esteem among these girls as a means of preventing self-harming behavior is high.

Keywords:

Adolescence;
Self esteem ;
Self-harm ;

* Corresponding author, e-mail: meriem.bsiker@univ-annaba.dz

Doi:

I - مقدمة

يعتبر تقدير الذات أحد الدعائم الأساسية التي تؤثر في بناء شخصية الفرد وتنمية قدراته، إذ يؤثر بشكل مباشر على نظرته إلى نفسه ومدى إدراكه لقيمتها. فهو يعد عاملاً أساسياً في تحقيق النجاح على الصعيدين الشخصي والمهني، وأيضاً الأكاديمي.

ففي المجال الأكاديمي، يساعد تقدير الذات العالي التلميذ، على تعزيز الدافعية للتعلم لديه والمشاركة الفاعلة في النشاطات التربوية، فهو يمنحه الثقة الكافية لاستكشاف إمكاناته وقدراته والعمل على تطويرها، ما يساعده على التكيف مع بيئته المدرسية وتحقيق أداء دراسي متميز، وكذلك على تجاوز العقبات التي قد تعترضه.

في المقابل، فإن الرسوب المدرسي يعتبر من أكثر المواقف المؤلمة التي قد تؤثر على التلاميذ، لاسيما التلميذات، وخصوصاً اللواتي هن في مرحلة المراهقة، هذه المرحلة العمرية التي تتميز بالحساسية الشديدة والحاجة الماسة إلى الشعور بالقبول والتقدير، عندما تتعرض فيها التلميذة للرسوب، قد تشعر بالحرج والخجل في المدرسة، مما يعزز إحساسها بعدم الكفاءة والدونية، هذه المشاعر قد تتفاقم بفعل بيئة مدرسية تتعامل مع الرسوب على أنه فشل مطلق، وتتسم بالانتقاد الحاد أو المقارنة السلبية للتلميذة الراسبة مع أقرانها، فتجد نفسها عرضة للوصم الاجتماعي، سواء من زميلاتهن أو من بعض معلميهن أو حتى من طرف الأسرة، مما يؤدي بها إلى الرغبة في العزلة والانطواء والشعور بالعجز، والإحساس بالاكتئاب وبالسوء اتجاه النفس، كل تلك المشاعر قد تؤدي إلى تدني تقديرها لذاتها بشكل كبير.

إن تدني تقدير الذات لدى المراهقات قد يدفعن أحياناً إلى تبني سلوكيات سلبية مثل الانسحاب الاجتماعي والانطواء على النفس أو التمرد، وإيذاء الذات، ويعد هذا الأخير - إيذاء الذات - أكثر خطورة لأنه يعد من الأنماط المدمرة للذات، والذي قد يتجلى في الإيذاء الجسدي، كجرح نفسها، أو الإيذاء النفسي والوجداني أو الفكري ويتمثل في إهمال صحتها النفسية والغرق في مشاعر الحزن والإحباط كنوع من التعبير عن ألمها الداخلي الذي تعجز عن التعبير عنه بالكلمات كعقاب لذاتها على هذا الإخفاق الدراسي للتخفيف من الإحساس بالذنب الذي يزعجها، فيكون إيذاء نفسها تنقيساً لها يشعرها بعض الراحة.

من ناحية أخرى، فإن توفير بيئة مدرسية تعزز ثقافة التقدير والتشجيع بدلاً من العقاب يساعد الفتاة المراهقة على فهم أن الرسوب ليس نهاية الطريق، بل هو فرصة للتعلم والنمو، هذا النوع من الدعم يمكن أن يخلق لديها إحساساً بالأمان والانتماء، مما يمنعها من اللجوء إلى سلوكيات إيذاء الذات كوسيلة للتعامل مع مشاعرها.

ومن ثم تبدو أهمية دراسة سلوك إيذاء الذات لدى الفتاة المراهقة، ولما كان لتقدير الذات دوراً ملموساً في ظهور هذا السلوك وغيره من السلوكيات، فإنه تتجسد أهمية توضيح طبيعة هذه العلاقة ودور المدرسة في تعزيزه أو التخفيف منه لدى الفتيات المراهقات من خلال إنشاء بيئة تعليمية داعمة وتنفيذ برامج إرشاد وتوجيه نفسي، وبذلك تستطيع المدرسة أن تدعم بناء تقدير الذات لدى الفتيات.

1- الإشكالية:

تعتبر المراهقة مرحلة انتقالية حاسمة في حياة الفرد، تشهد تحولات مستمرة ومتسارعة على المستويات البيولوجية والنفسية والاجتماعية، الأمر الذي يجعل منها فترة مليئة بالانعطافات التي تؤثر بشكل كبير على تكوين مفهوم الذات وتقديرها. في هذه المرحلة، يشكل بناء هوية شخصية مستقلة وإيجابية من أهم المهام النمائية للمراهق، فهي تعد - الهوية - بمثابة خارطة الطريق التي توجهه في حياته المستقبلية، وتساعده على اتخاذ القرارات، وبناء علاقات صحية، وتحقيق أهدافه.

الفتيات المراهقات، وخاصة اللواتي يعانين من صعوبات تعليمية ويكررن السنة الدراسية، يكن أكثر عرضة للضغوط النفسية والاجتماعية التي تؤثر على تقدير الذات. فتقدير الذات هو أحد أهم العوامل النفسية الأساسية التي تؤثر على الصحة النفسية العامة، إذ يرتبط بمدى تقدير الفرد لنفسه وإحساسه بالكفاءة وقيمه الذاتية. ووفقاً لروزنبرغ (Rosenberg)، يعزز تقدير الذات الإيجابي القدرة على التكيف مع التحديات، بينما يؤدي تدنيه إلى مشاعر الفشل والإحباط التي قد تدفع إلى سلوكيات ضارة مثل إيذاء الذات.

على الصعيد النفسي، تمثل مشكلات تقدير الذات لدى الفتيات المراهقات أحد الدوافع الرئيسية وراء إيذاء الذات،

الذي يمكن أن يظهر بشكل جسدي أو نفسي. ويفسر فرويد (Freud) هذه السلوكيات العدوانية تجاه الذات كنتيجة للطاقة العدوانية المكبوتة التي تبحث عن منفذ للتنفيس عنها، بينما يشير إبشتاين (Epstein) إلى أن التجارب السلبية، مثل النقد المستمر أو الفشل الدراسي، تؤدي إلى تطوير مفهوم ذاتي سلبي، مما يعزز من المشاعر السلبية ويدفع المراهق إلى استخدام إيذاء الذات كوسيلة لتخفيف التوتر العاطفي أو استعادة شعور السيطرة.

ويعرف إيذاء الذات بأنه إصابة جسدية متعمدة يلحقها الفرد بنفسه دون نية للانتحار، ويشمل ذلك الجروح والحروق وضرب النفس (Simeon & Favazza, 2001)، ينظر إليه كوسيلة للتعبير عن الألم النفسي أو المشاعر السلبية، وتشير بعض الدراسات أن سلوك إيذاء الذات ينتشر بشكل خاص بين الفتيات المراهقات، فوفقا لدراسة أجراها Hawton et al. (2012) أفادت نحو 13% من الفتيات المراهقات بأنهن قد انخرطن في هذا السلوك في مرحلة ما من حياتهن.

كما تظهر الأبحاث أن انخفاض تقدير الذات يمكن أن يؤدي إلى مجموعة من السلوكيات السلبية، بما في ذلك سلوك إيذاء الذات، فالفتيات اللواتي يعانين من تدني تقدير الذات يكن أكثر عرضة لتطوير سلوكيات إيذاء الذات كوسيلة للتعامل مع مشاعر القلق والاكتئاب. لذا، فإن فهم العلاقة بين تقدير الذات وسلوك الفتيات المراهقات يعد أمرا بالغ الأهمية لأجل تطوير استراتيجيات فعالة للوقاية من هذه السلوكيات.

وفي نفس السياق توصلت نتيجة دراسة (لحمري، بوعايد، العيسوف، 2021) التي هدفت إلى البحث عن العلاقة الارتباطية بين تقدير الذات والسلوك العدواني لدى عينة من التلاميذ المعيّدين لشهادة البكالوريا بإحدى ثانويات ولاية تلمسان عددهم (40) تلميذا، إلى وجود علاقة دالة إحصائية بين تقدير الذات والسلوك العدواني لدى التلاميذ المعيّنين لشهادة البكالوريا.

كذلك أجرت مجلي (2013) دراسة، كما وردت في (لحمري، بوعايد، العيسوف، 2021)، هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين تقدير الذات والسلوك العدواني لدى تلاميذ التعليم الأساسي بمدينة صعدة. ركزت الدراسة على تحديد مدى ارتباط أنواع تقدير الذات بالسلوك العدواني وأيهما يعد أكثر قدرة على التنبؤ به. اشتملت عينة الدراسة على 240 تلميذا وتلميذة، واعتمدت المنهج الوصفي، حيث استخدمت مقياس تقدير الذات ومقياس السلوك العدواني. وبعد إجراء التحليلات الإحصائية، أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.01) بين مستويات تقدير الذات (العائلي، المدرسي، والرفاعي) والسلوك العدواني، مع الإشارة إلى أن تقدير الذات العائلي والمدرسي كانا الأكثر تأثيراً في التنبؤ بالسلوك العدواني.

وأیضا دراسة بشاير الرشدي (2016) إلى الكشف عن العلاقة بين المهارات الاجتماعية وكل من مظاهر الاكتئاب وتقدير الذات والرضا عن الحياة، واستعانت هذه الدراسة بعينة من المراهقين المقيدین للدراسة في إحدى المدارس الثانوية السعودية، واستخدم معد الدراسة مقياس المهارات الاجتماعية وقائمة بيك للاكتئاب ومقياس تقدير الذات، وقد توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين المهارات الاجتماعية وتقدير الذات، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير النوع.

كما هدفت دراسة سعاد رحمانی، (2017) إلى الكشف عن العلاقة بين الذكاء الوجداني وتقدير الذات وبعض المتغيرات الأخرى، وتكونت عينة الدراسة من (150) مراهقا ومراهقة بالمرحلة الإعدادية، واستخدم معد الدراسة اختبار حالة الذكاء الوجداني واختبار تقدير الذات، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الذكاء الوجداني وتقدير الذات، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير النوع.

أما دراسة أفنان عبد الله محمد بايزید، (2018) إلى الكشف عن العلاقة بين أساليب المعاملة الوالدية وتقدير الذات لدى مراهقات المرحلة المتوسطة بمدينة جدة، وتكونت العينة من (150) مراهقة، واستخدمت معدة الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي ومقياس اتجاهات التنشئة الأسرية للجورانة (2005)، وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة بين أساليب المعاملة الوالدية وتقدير الذات.

هذا ویأتي دور المدرسة باعتبارها بيئة تعليمية وتربوية كعامل أساسي يمكن أن يساهم في تعزيز تقدير الذات لدى الفتيات المراهقات، فالمدرسة ليست فقط مكانا لتلقي المعرفة الأكاديمية فحسب، بل هي أيضا منصة لبناء شخصية التلاميذ وتزويدهم بالمهارات الاجتماعية والنفسية اللازمة لمواجهة الضغوطات التي تمر بهم، وذلك من خلال توفير بيئة داعمة ومشجعة تساهم في تقليل مخاطر سلوك إيذاء الذات وتعزيز رفاهيتهن النفسية بشكل عام.

وهكذا، وبالنظر إلى استفحال ظاهرة إيذاء الذات بين التلاميذ بشكل عام، وبين التلميذات المراهقات المعيدات للسنة الدراسية بشكل خاص، تبرز الحاجة الملحة إلى البحث في هذه الظاهرة، مع التركيز على دور تقدير الذات كعامل رئيسي قد يساهم في ظهورها ودور المدرسة في تعزيزه وتقديم المساعدة لمن يعانون منها -إيذاء الذات- عبر اعتماد أساليب موضوعية وعلمية. ومن هنا، جاءت هذه الدراسة لتسلط الضوء على العلاقة بين تقدير الذات وسلوك إيذاء الذات، ودور المدرسة في تعزيز تقدير الذات لدى الفتاة المراهقة كوسيلة للوقاية من سلوك إيذاء الذات من خلال طرح الإشكالية التالية:

ما هو دور المدرسة في تعزيز تقدير الذات لدى الفتاة المراهقة كوسيلة للوقاية من سلوك إيذاء الذات؟

ويتفرع عن هذا إشكالية الأسئلة الفرعية التالية:

- 1 - هل توجد علاقة بين تقدير الذات وسلوك إيذاء الذات لدى الفتيات المراهقات المعيدات للسنة الرابعة متوسط ؟
- 2 - ما درجة مساهمة المدرسة لتعزيز تقدير الذات لدى الفتيات المراهقات المعيدات للسنة الرابعة متوسط للوقاية من إيذاء الذات؟

2- فرضيات الدراسة:

- 1- توجد علاقة بين تقدير الذات وسلوك إيذاء الذات لدى الفتيات المراهقات المعيدات للسنة الرابعة متوسط.
- 2- درجة مساهمة المدرسة لتعزيز تقدير الذات لدى الفتيات المراهقات المعيدات للسنة الرابعة متوسط للوقاية من إيذاء الذات متوسطة.

3- أهداف الدراسة: يهدف البحث الحالي إلى:

- 1- التعرف على دور المدرسة في تعزيز تقدير الذات لدى الفتاة المراهقة كوسيلة للوقاية من سلوك إيذاء الذات.
- 2- الكشف عن العلاقة بين تقدير الذات وسلوك إيذاء الذات لدى الفتيات المراهقات.
- 3- التعرف على الاستراتيجيات التي يمكن للمدارس تبنيها لتعزيز تقدير الذات لدى المراهقات للوقاية من إيذاء الذات.

4- مصطلحات الدراسة:

4-1- تقدير الذات:

عرفه كوبر سميث Coppersmith (2002) بأنه تقييم يضعه الفرد لنفسه وبنفسه ويعمل على الحفاظ عليه ويتضمن تقدير الذات نظرة واتجاهات الفرد الإيجابية أو السلبية نحو ذاته (الصمادي، السعود، 2018: 253).

ويقصد بتقدير الذات حسب تقييم الفرد لذاته يتعلق بأهميتها وقيمتها. ويشير التقدير الإيجابي للذات إلى مدى تقبل الفرد لذاته وإعجابه بها وإدراكه لنفسه على أنه شخص ذو قيمة جدير باحترام الآخرين، بينما يشير التقدير السلبي للذات إلى عدم تقبل الفرد لنفسه وخيبة أمله فيها وتقليله من شأنها وشعوره بالنقص والعجز (الدسوقي، 2007: 19).

إجرائيا: الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب على مقياس تقدير الذات.

4-2- المراقبة:

تعرف المراقبة بأنها مرحلة فاصلة تقع بين مرحلة الطفولة ومرحلة النضج "الرشد"، ورغم قصر هذه المرحلة نسبياً إلا أنها تتميز بأنها مرحلة حساسة لما لها من أثر كبير في تحديد الاتجاه الاجتماعي العام للفرد (العراقي، 2016: 5).

وأوضح الصقر (2016: 79) مفهوم المراقبة أنها مرحلة ينتقل فيها الفرد من الطفولة إلى الرشد، ويحدث تلك المرحلة جملة من التغيرات في نمو الفرد الجسمي والعقلي والنفسي الشامل.

3-4- إيذاء الذات:

تعريف (Selekman,2002) هو سلوك يستهدف إيذاء النفس للتخلص من مشاعر الألم العاطفي والنفسي التي يعاني منها الفرد وينتشر في مرحلة المراهقة ويظهر لدى الإناث أكثر من الذكور.

تعريف فاضل (2004) هو مصطلح شامل يضم أساليب عدة تستهدف إلحاق الضرر بصحة وحياة الإنسان وقد ينتج منه إصابة كبيرة بالجسم بهدف الموت وهو ما شابه العملية الانتحارية (مغامس، 2020: 249-250).

إجرائيا: الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب على استبيان إيذاء الذات.

الإطار النظري:

أولا: تقدير الذات:

1- أسباب التقدير السلبي للذات

إن تدني تقدير الذات لدى الأفراد والمراهقين والأطفال يعني أنه يتولد لديهم إحساس بأنه لا قيمة لهم فهم ينظرون إلى أنفسهم نظرة سلبية يسودها التشاؤم والإحباط وعدم القدرة، وكثيرا ما يصفون أنفسهم بصفات سلبية مثل، "سيء" و"عاجز" (العزة، 2007: 143).

من بين الأسباب التي تؤدي إلى تقدير سلبي للذات، فهي عديدة أهمها:

أ- **الحماية المفرطة:** يمارس بعض الآباء رقابة كاملة على أفعال طفلهم وتصرفاته ولا يتركون له مجالا للاعتماد على نفسه، ويكون أثر ذلك بالغ الأهمية على تقدير الذات، حيث يتولد لدى الطفل شعور بعدم القدرة على التصرف بدون والديه. ويمتد هذا الشعور بالعجز إلى مرحلة الرشد.

يرى العزة (2007: 143) أن الأطفال الذين يتلقون رعاية مفرطة من الأبوين لا يتعلمون التكيف مع أنفسهم ومع الآخرين، ولا يستطيعون ممارسة الاستقلالية، وبالتالي يخافون من الوقوع في الخطأ، ويشعرون بعدم القدرة على الدفاع عن أنفسهم. وهذا يؤدي إلى عدم الثقة بالنفس وبالتالي انخفاض تقديرهم لأنفسهم.

فممارس بعض الآباء للرقابة الكاملة على أفعال طفلهم وتصرفاته هم بذلك لا يتركون له مجالا للاعتماد على نفسه، ويكون أثر ذلك بالغ الأهمية على تقدير الذات، حيث يتولد لدى الطفل شعور بعدم القدرة على التصرف بدون والديه. ويمتد هذا الشعور بالعجز إلى مرحلة الرشد.

ب - **العقاب:** يؤكد العزة (2007: 144) أن نمط التربية البيئية القائم على العقاب يؤدي إلى تدني تقدير الذات عند الطفل حيث يتولد لديه شعور بأنه لا يستحق الاحترام من قبل الآخرين وبالتالي لا يحترم نفسه.

وبالتالي فإن العقاب البدني والضرب خاصة الذي يمارسه الآباء على الأبناء يشكل خطرا على تقدير الذات حيث يفقد الطفل الإحساس بالأمن ويجعله يشعر في مرحلة الرشد بقلّة القيمة. هذا ما أظهره مريض في جلسة نفسية، كان قد تعرض للضرب من طرف أبيه في طفولته حيث قال: " كنت أحس أنني أستحق العقوبة لأنني طفل سيء وفاشل.

ج- **الملاحظات القاسية:** يرى أندريه ولبورد أن الملاحظات القاسية التي يوجهها الآباء إلى الأبناء بسبب أخطائهم أو لعدم قدرتهم على تحقيق توقعات الكبار من شأنها أن تؤثر سلبا على تقدير الأطفال لذواتهم في مرحلة الرشد إضافة إلى حساسية مفرطة عند تعرضهم لملاحظات الغير. وتؤكد دوكلو أن الملاحظات الجارحة والانتقادات السلبية المتكررة التي يوجهها الآباء للطفل، تجعل هذا الأخير يشعر بقلّة القيمة مقارنة بالآخرين . كذلك يرى العزة (2007: 145) أن انتقاد المعلم لسلوك الطالب يقلل من تقبل الرفاق له وبالتالي تقبله لنفسه.

د - **المعتقدات الخاطئة:** يرى شالفين (1995) أن التقدير السلبي للذات يستمد جذوره من تجارب الفشل التي عاشها الشخص، خاصة في المراحل الأولى من عمره، حيث كان مفتقدا للقوة الجسدية والمعرفية والمادية فتكونت لديه في تلك المرحلة اعتقادات خاطئة تبقى راسخة في ذهنه ، ومصاحبة له طول حياته، حتى وإن تغيرت ظروف الشخص بتقدم سنه. إلا أن الاعتقادات والجمال الفاقدة لقيمة الذات تبقى ملازمة له مثل "لا تصلح لشيء" " لن تنجح أبدا" "لا يمكنك

تحديد ما هو الأنسب لك" (يوشدوب 2009: 75).

كما ينصح أندريه ولبورد الأولياء الأخذ بعين الاعتبار شكوك وشكاوي أولادهم عندما يتعلق الأمر بالأحكام الموجهة للذات وذلك بفتح الحوار معهم والاستماع إليهم، وهذا سيجعل الأطفال يستخدمون في رشدهم ما يسمى بـ "المساندة الاجتماعية" للتعبير عن صعوبتهم مع المقربين إليهم وذلك للحصول مقابل ذلك على المعلومات والانفعالات الايجابية التي تمكنهم من تعزيز تقديرهم لذاتهم. إن نصائح الكبار وإرشاداتهم النابعة من تجاربهم تساعد الأطفال على تصغير همومهم ومخاوفهم، وتجدر الإشارة إلى أنه إذا افترق الحوار في مرحلة الطفولة فلا جدوى من حدوثه في مرحلة المراهقة حيث تضعف إمكانية الطفل للإفصاح عن همومه لوالديه بالرغم من مواجهته لمشاكل عديدة، ويضيف هارون (2003: 79) أنه ينبغي على المعلمين تجنب العبارات السلبية مثل "أنت لا تفهم" أو "أنت كثير الحركة" والتركيز على إجابيات الطلبة ونقاط قوتهم والبحث عن هذه الإجابيات سواء كانت في المجال الأكاديمي أو في أي مجال آخر ومساعدة الطلبة على معرفتها والتركيز عليها.

2- نظريات تقدير الذات:

أ- نظرية روزينبورغ: يرى روزينبورغ أن تقدير الذات يُمثل الاتجاه الذي يحمله الشخص تجاه نفسه، وهو مفهوم يتضمن ارتباط الشخص بذاته كموضوع يتفاعل معه كما يتفاعل مع موضوعات أخرى في بيئته.

ب- نظرية كوبر سميث: يشير كوبر سميث إلى أن تقدير الذات هو مفهوم متعدد الجوانب ولا يقتصر على بعد واحد يتعلق بموضوع محدد. بل يعتبره ظاهرة أكثر تعقيداً تشمل عملية تقييم الذات بشكل شامل.

ج- نظرية إيشتاين: قدم إيشتاين تفسيراً لتقدير الذات بناء على صياغة الشخص لهويته الذاتية، والتي تنشأ بشكل غير مقصود من خلال خبراته المختلفة. يشير إيشتاين إلى أن احترام الذات يتأثر بشكل كبير بالخبرات المرتبطة بالإنجازات.

د- نظرية زيلر: يعرف زيلر تقدير الذات على أنه بناء اجتماعي للذات، مؤكداً أن تقييم الفرد لذاته يحدث غالباً ضمن إطار اجتماعي مرجعي. ويصف تقدير الذات كعملية يقوم فيها الفرد بتقييم نفسه بناء على المعايير الاجتماعية والشخصية المحيطة به. (الزبني، المري، 2023: 32-33).

ثانياً: إيذاء الذات:

1- مظاهر إيذاء الذات:

1-1 إيذاء الذات المتعمد:

إيذاء النفس المتعمد، الذي ينجم عن إصابة مباشرة وتلف في الأنسجة الجسمية، يمثل مصدر قلق متزايد في العقود الأخيرة. تتراوح شدة هذه الأفعال بين الطفيفة والمتوسطة، وقد تكون في بعض الحالات شديدة. تشمل مظاهر هذا السلوك أفعالاً مثل الانتحار، محاولات الانتحار، قطع الجلد، الحرق، الضرب، أو إحداث جروح في الجسم (صالح، 2005: 387).

من أبرز أساليب إيذاء الذات المتعمد هو الانتحار (Suicide)، والذي عرّفه دوركايم بأنه كل حالات الموت التي تنتج بصورة مباشرة أو غير مباشرة عن فعل إيجابي أو سلبي يقوم به الفرد بنفسه، مع إدراكه التام بأن هذا الفعل سيؤدي إلى النتيجة النهائية، وهي الموت (فاضل، 2004: 27 - 28).

2-1 إيذاء الذات غير المتعمد:

يُعد إيذاء النفس غير المباشر نوعاً من الأذى الذي يلحقه الفرد بنفسه دون وعي أو قصد واضح، ويتجلى في سلوكيات تهدد الصحة أو تعرض الجسم للخطر. من أبرز أساليب إيذاء النفس غير المتعمد:

1-3 الاستعمال المفرط للكحول والعقاقير: مما يؤدي إلى الإدمان ومضاعفات صحية خطيرة.

1-4 الإقدام على مهام خطيرة على الجسد: مثل الوشم (Tattoo)، وهو سلوك شائع بين المجرمين ونزلاء السجون.

1-5- إهمال صحة الجسم: كالتغاضي عن العناية الطبية أو التغذية السليمة.

1-6- حوادث العمل والسيارات: التي تحدث نتيجة الإهمال أو السلوكيات المحفوفة بالمخاطر.

1-7- اضطرابات الأكل: مثل فقدان الشهية العصبي أو الشره المرضي، والتي تؤثر سلبًا على الصحة الجسدية والنفسية. (مغامس، 2020: 252).

2- نظريات إيذاء الذات:

1-2- النظرية التحليلية: أشار "خطاب" (1999) إلى أن "سيجموند فرويد" الذي يعد أحد مؤسسي هذه النظرية، يرى أن الإنسان يحمل نوعين متناقضين من الغرائز: غريزة الحياة، التي تهدف إلى الحفاظ على البقاء، وغريزة الموت، التي تسعى إلى تدمير الذات وتظهر من خلال سلوك عدواني موجه إما نحو الذات أو الآخرين.

يعتقد "فرويد" أن العدوانية تُعد جزءًا من طبيعة الكائن الحي، وأن هذه الدوافع العدوانية تحتاج إلى التعبير عن نفسها. وكلما طال كبت هذه الدوافع لدى الإنسان، زادت احتمالية انفجارها بشكل مفاجئ. كما توجد في البيئة بعض العوامل والأحداث التي تُعرف بـ "إشارات التنبيه"، والتي قد تحفز ظهور هذه الدوافع العدوانية، مما يفسر فقدان الإنسان لأعصابه لأسباب بسيطة بعد تعرضه لضغط كبير طوال اليوم.

بحسب "فرويد"، فإن سلوك الفرد العدواني تجاه نفسه أو الآخرين يُعد استجابة طبيعية لطاقة العدوان الكامنة في داخله، التي تستمر في الضغط حتى يتم إشباعها. هذه الطاقة لا تهدأ إلا إذا تفجرت في شكل اعتداء على الآخرين، سواء بالضرب أو الإيذاء أو حتى القتل، أو على الذات من خلال التحقير أو الإهانة، أو الإيذاء الجسدي، وقد تصل إلى الانتحار (موسى، العايش، 2010: 47).

2-2- نظرية الإحباط - عدوان: افترض "دولارد" وزملاؤه أن ظهور السلوك العدواني يرتبط بشكل دائم بوجود الإحباط، كما أن الإحباط بدوره يؤدي إلى بعض أشكال العنف (موسى، العايش، 2010: 57-60). وقد دعم هذا التوجه كل من "سلاطينية" و "حميدي"، حيث أكدوا وجود ارتباط وثيق بين الإحباط كمثير والعدوان كاستجابة. تتجسد هذه العلاقة في أن فشل الفرد في تحقيق ما يرغب به يؤدي إلى شعوره بالإحباط، مما يولد طاقة تدفعه للاعتداء على العائق الذي يعتقد أنه السبب في حرمانه من تحقيق أهدافه. إضافة إلى ذلك، فإن محاولة الفرد أو حتى رغبته في القيام بسلوك عدواني وهو في حالة إحباط، قد تشكل مصدر إحباط إضافي له، مما يزيد من ميله نحو التصرف بعدوانية.

وفي حال منع الفرد من توجيه سلوكه العدواني نحو "مصدر الإحباط"، فقد يعيد توجيه عدوانه نحو نفسه، إذ يعتبر ذاته مسؤولة عن هذا الإحباط (سلاطينية، حميدي، 2008: 39-42).

2-3- نظرية التعلم الاجتماعي: ترتبط هذه النظرية بـ "ألبرت باندورا"، أحد أبرز مؤيدي نظرية التعلم الاجتماعي في تفسير ظاهرة العدوان. بخلاف نظرية التحليل النفسي ونظرية الإحباط، ترى هذه النظرية أن السلوك العدواني سلوك مكتسب، حيث يتصرف الأفراد بعدوانية لأنهم تعلموا هذا السلوك، وليس بسبب امتلاكهم غرائز محددة أو نتيجة للإحباط (آل رشود، 2006: 58).

يشير باندورا إلى أن معظم السلوك العدواني يتم تعلمه من خلال الملاحظة والتقليد. ويوضح أن هناك ثلاثة مصادر رئيسية يتعلم الطفل منها هذا السلوك عبر الملاحظة، وهي: التأثير الأسري، تأثير الأقران، وتأثير النماذج الرمزية مثل التلفزيون (حسين، 2008: 124).

وتضيف النظرية أن الفرد يكتسب أنماط العنف من المصادر الإعلامية التي يتعرض لها، خاصة التلفاز، الذي يقدم توجهات متعددة عبر الشخصيات البطولية في المسلسلات، والأحداث السياسية التي تعرض نماذج متنوعة، بالإضافة إلى الأفلام الكرتونية (الرواشدة، 2011: 1657).

2-4- النظرية المعرفية: تركز هذه النظرية على دراسة الخبرة الذاتية للفرد من حيث إدراكه لنفسه وللأحداث التي يمر بها. وتهتم بالسياق النفسي والاجتماعي للشخص العدواني، بالإضافة إلى الظروف والمتغيرات التي تدفعه لاستخدام العنف والعدوان كوسيلة للتعبير عن ذاته وتحقيقها، عبر مواجهة العوائق التي تحول دون تحقيق أهدافه. ومن أبرز هذه العوائق الشعور بالفوارق الطبقيّة الحادة، التي تُعد دافعًا رئيسيًا للسلوك العدواني (بوعون، 2017، ص 97).

كما يركز مؤيدو هذه النظرية على كيفية تحليل الفرد للمعلومات ومعالجتها. فغالبًا ما ينشأ السلوك العدواني نتيجة لتفسيرات خاطئة لأقوال أو أفعال الآخرين، وهي تفسيرات قد تكون بعيدة تمامًا عن الواقع (الرواشدة، 2011، ص 1657). فإذا اعتقد الفرد أن مجتمعه يحرمه من حقوقه المختلفة، فإنه يصبح مستعدًا للدفاع عنها باستخدام السلوكيات العنيفة (سلاطينية، حميدي، 2008: 67).

II- الطريقة والأدوات :

1- منهج الدراسة: تم إتباع المنهج الوصفي لملاءمته لطبيعة موضوع الدراسة، فهو يعتمد على جمع البيانات، وتبويبها، وتحليلها والربط بين مدلولاتها والوصول إلى الاستنتاجات التي تسهم في فهم الواقع وتصوره، وذلك من أجل معرفة دور المدرسة في تعزيز تقدير الذات لدى الفتاة المراهقة كوسيلة للوقاية من سلوك إيذاء الذات.

2- حدود الدراسة: تم إجراء الدراسة في الحدود المكانية والزمنية التالية:

1-2- الحدود المكانية: تم إنجاز الدراسة ببعض المتوسطات ببلدية عنابة.

2-2- الحدود الزمنية: تم إنجاز الدراسة خلال شهر جانفي 2025.

3- مجتمع وعينة الدراسة: إن مجتمع البحث يمثل الفئة الاجتماعية التي نريد إقامة الدراسة التطبيقية عليها، وفي هذه الدراسة مجتمع دراستنا هم تلميذات ببعض المؤسسات التربوية بولاية عنابة، وتمثلت عينة الدراسة في (21) تلميذة معيدة للسنة رابعة متوسط.

4- الأدوات المستعملة في البحث:

لتحقيق أهداف الدراسة والإجابة عن تساؤلاتها، اعتمدنا على مقياس تقدير الذات لكوبر سميث واستبيان إيذاء الذات، واستبيان دور المدرسية لتعزيز تقدير الذات لدى المراهقات للوقاية من إيذاء الذات، تم إعداد الاستبيانين بناء على مراجعة شاملة للأدبيات التربوية والدراسات السابقة ذات الصلة بالموضوع، إضافة إلى الاطلاع على نماذج مقاييس واستبيانات مستخدمة في أبحاث سابقة للاستفادة من خبراتها في بناء الاستبيان، وفيما يلي شرح وتقديم وصف لهذه الأدوات:

1-4 مقياس تقدير الذات: هو مقياس أمريكي قام الباحث كوبر سميث بتصميمه بهدف قياس توجهات الذات في الجوانب الاجتماعية، العائلية، والشخصية، يتكون من 25 عبارة، منها 8 عبارات موجبة أما البقية (14 عبارة) سالبة كالتالي:

العبارات الموجبة: تتمثل في العبارات 1-4-5-8-9-14-19-20.

العبارات السالبة: تتمثل في العبارات 2-3-6-7-10-11-12-13-15-16-17-18-21-22-23-24-25.

1-4-1 طريقة التصحيح: يقابل هذه عبارات المقياس بدليلين (تنطبق/لا تنطبق)، يختار فيهما أفراد العينة العبارة التي تصف شعوره بوضع علامة (x) أمام البديل (تنطبق) فتعطي له درجتان والعبارة التي لا تصف شعوره فإنه يختار البديل (لا تنطبق) وتعطي له درجة واحدة.

ويكون تقييم الإجابة حسب التسلسل التالي:

25 ← 37.5 ذوي التقدير المتدني.

37.5 ← 45 ذوي التقدير المتوسط.

45 ← ذوي التقدير العالي.

2-4 استبيان إيذاء الذات: استخدمنا الاستبيان كأداة لجمع المعلومات لأنه يتوافق مع المنهج الوصفي. ويعرف

الاستبيان بأنه سلسلة من الأسئلة أو المواقف التي تتناول موضوعات نفسية أو اجتماعية أو تربوية، أو تتعلق بالبيانات الشخصية (الدوغان، أبو عوف، 2009، ص48).

4-2-1- طريقة التصحيح:

أ- **مفتاح تصحيح الاستبيان:** وقد تضمن الاستبيان (20) عبارة، وتم توزيع درجات الإجابة على المقياس وفق هذا التدرج: 1= معارض بشدة، 2= معارض، 3= محايد، 4= موافق، 5= موافق بشدة.

وتم بناء مفتاح التصحيح لتحديد مستويات الاستجابات كما يلي:

مستوى منخفض جدا (1- 1.75)، مستوى منخفض (1.80- 2.59)، مستوى متوسط (2.60- 3.39)، مستوى عالي (3.40- 4.19)، مستوى عالي جدا (4.20- 4.99).

4-2-2- الخصائص السيكومترية لاستبيان تقدير الذات:

أ- **الصدق:** يقصد بصدق الاختبار مدى صلاحية الاختبار لقياس ما وضع لقياسه (مقدم عبد الحفيظ، 2011: 146)، وللتأكد من صدق الأداة، تم حسابه باستخدام طريقتين:

1- **صدق المحكمين:** للتحقق من مدى صلاحية الاستبيان، تم عرضه في صورته الأولية على خمسة من أساتذة علم النفس وعلوم التربية. الهدف كان تقييم وضوح البنود ومدى ارتباطها بالمجالات المراد قياسها. بناء على ملاحظاتهم، تم تعديل بعض البنود وصياغتها بشكل أوضح لجعل الأداة جاهزة للتجريب على العينة الاستطلاعية.

2- **صدق الاتساق الداخلي:** تم استخدام معامل بيرسون لحساب الارتباط بين كل بند والأداة ككل. أظهرت النتائج معاملات ارتباط مرتفعة تراوحت بين 0.74 و 0.91، مما يؤكد صلاحية الأداة للاستخدام في الدراسة.

ب- **الثبات:** للتحقق من ثبات الأداة، تم استخدام طريقتين:

1- **معامل ألفا كرونباخ:** وهو أحد أهم المقاييس المستخدمة لتقييم الاتساق الداخلي للاستبيان، وقد وجدنا أن معامل ألفا كرونباخ يساوي 0.90 وهي قيمة دالة، مما يؤكد أن الاستبيان ثابت.

2- **التجزئة النصفية:** تم تقسيم فقرات الاستبيان إلى قسمين، حيث اشتمل القسم الأول على الفقرات ذات الأرقام الفردية، بينما ضم القسم الثاني الفقرات ذات الأرقام الزوجية، وقد تم حساب معامل الارتباط بين درجات النصفين باستخدام معادلة بيرسون، وبلغت قيمة معامل الارتباط 0.92، وهي قيمة مرتفعة ودالة، مما يشير إلى درجة عالية من ثبات الاستبيان.

4-3- **استبيان دور المدرسية لتعزيز تقدير الذات لدى المراهقات للوقاية من إيذاء الذات:** لقد استعملنا الاستبيان كأداة لجمع المعلومات، وقد شمل على خمسون (50) عبارة موزعة على خمسة (5) أبعاد:

البعد الأول: دور الأساتذة في تعزيز تقدير الذات وقد شمل على 10 عبارات.

البعد الثاني: دور جماعة الأقران في المدرسة في تعزيز تقدير الذات وقد شمل على 10 عبارات.

البعد الثالث: دور الطاقم الإداري في تعزيز تقدير الذات وقد شمل على 10 عبارات.

البعد الرابع: دور الإرشاد النفسي والتربوي دور الإرشاد النفسي والتربوي وقد شمل على 10 عبارات.

البعد الخامس: دور المناهج المدرسية في تعزيز تقدير الذات وقد شمل على 10 عبارات.

قد وزعت درجات الإجابة على المقياس على النحو التالي: 1= معارض بشدة، 2= معارض، 3= محايد، 4= موافق، 5= موافق بشدة.

***مفتاح تصحيح الاستبيان:** وقد تم بناء مفتاح تصحيح الاستبيان وهو كالتالي:

مستوى منخفض جدا (1-1.75)، مستوى منخفض (1.80-2.59)، مستوى متوسط (2.60-3.39)، مستوى عالي (3.40-4.19)، مستوى عالي جدا (4.99-3.20).

4-3-1- الخصائص السيكومترية لاستبيان تقدير الذات:

أ- **الصدق:** للتحقق من صدق الاستبيان، تم عرضه بصورته الأولية على مجموعة من أساتذة علم النفس وعلوم التربية والبالغ عددهم (06) أساتذة، وذلك للتحقق من وضوح البنود وارتباطها بالمجالات المراد قياسها، حيث جرى تعديل وصياغة بعض الفقرات وتوضيحها لتصبح الأداة جاهزة للقياس.

وبعد حساب صدق الاستبيان بطريقة صدق المحكمين وجدنا النتيجة تساوي 0.96%.

ب- **ثبات الاستبيان:** يقصد بثبات الاختبار مدى الدقة أو الاتساق أو استقرار نتائجها فيما لو طبق على عينة من الأفراد في مناسبتين مختلفتين (مقدم عبد الحفيظ، 2011: 152).

وقد تم حساب ثبات الاستبيان عن طريق ألفا كرونباخ وكانت نتيجة الثبات بهذه الطريقة تساوي 0.89.

5- **الأساليب الإحصائية:** قمنا باستخدام برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS19 لاستخراج المعادلات التالية: المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، ألفا كرونباخ، معامل بيرسون.

III- النتائج ومناقشتها :

1- عرض وتحليل نتائج الدراسة:

1-1- عرض نتائج الفرضية الأولى:

والتي تنص على أنه: توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين تقدير الذات وسلوك إيذاء الذات لدى الفتيات المراهقات المعيدات للسنة الرابعة متوسط.

الجدول (01): معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس تقدير الذات واستبيان سلوك إيذاء الذات

المقاييس	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة
إيذاء الذات النفسي	-0.390	0.01
إيذاء الذات الجسدي	-0.582	0.01
مقياس تقدير الذات	-3.980	0.01

توضح نتائج الجدول أعلاه إلى أنه توجد علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.01 بين استبيان سلوك إيذاء الذات وبعديه (البعد النفسي، والبعد الجسدي) ومقياس تقدير الذات، ويفسر الباحثان هذه النتيجة بأنها منطقية، حيث أنه كلما ارتفع تقدير الذات لدى الفتيات المراهقات المعيدات للسنة الرابعة متوسط كلما انخفض سلوك إيذاء الذات لديهن.

1-2- عرض نتائج الفرضية الثانية:

والتي تنص على: ما درجة مساهمة المدرسية لتعزيز تقدير الذات لدى الفتيات المراهقات المعيدات للسنة الرابعة متوسط للوقاية من إيذاء الذات.

الجدول رقم (02): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والتقديرية لأبعاد استبيان الاستراتيجيات المدرسية لتعزيز تقدير الذات لدى المراهقات المعيدات للسنة الرابعة متوسط للوقاية من إيذاء الذات

الأبعاد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب	الدرجة
دور الأساتذة في القسم	4.02	1.01	الأولى	عالية
دور جماعة الأقران	3.98	0.89	الثانية	عالية
دور الطاقم الإداري	3.48	0.92	الخامسة	عالية
دور الإرشاد النفسي والتربوي	3.53	0.98	الثالثة	عالية
دور المناهج المدرسية	3.50	1.04	الرابعة	عالية
المجموع	3.87	0.97		عالية

يتضح من خلال نتائج الجدول رقم (2) أن درجة مساهمة المدرسة لتعزيز تقدير الذات لدى المراهقات المعيدات للسنة الرابعة متوسط للوقاية من إيذاء الذات بأبعاد الخمسة هي درجة عالية بمتوسط حسابي يقدر بـ 3.49 وانحراف معياري يساوي 1.04.

وفيما يخص ترتيب أبعاد الاستبيان، فتشير النتائج إلى أن البعد الثاني المتمثل في دور الأساتذة في القسم في تعزيز تقدير الذات تصدر المرتبة الأولى بمتوسط حسابي بلغ 4.02 وانحراف معياري قدره 1.01، أما المرتبة الثانية فكانت من نصيب البعد الثالث الذي يتجسد في دور جماعة الأقران في تعزيز تقدير الذات الذي تحصل على متوسط حسابي بلغ 3.98 وانحراف معياري مقداره 0.89، وفيما يخص بعد دور الإرشاد النفسي والتربوي في تعزيز تقدير الذات فقد جاء في المرتبة الثالثة بمتوسط حسابي 3.53 وانحراف معياري 0.98، أما المرتبة الرابعة فقد كانت من نصيب البعد الخامس المتمثل في دور المناهج المدرسية حيث قدر المتوسط الحسابي له بـ 3.50 وانحرافه المعياري 1.04، يليه أخيرا في المرتبة الخامسة البعد الثالث دور الطاقم الإداري في تعزيز تقدير الذات حيث تحصل على متوسط حسابي يقدر بـ 3.48 وانحراف معياري يساوي 0.98.

2- مناقشة نتائج الدراسة:

2-1 مناقشة نتائج الفرضية الأولى:

والتي تنص على توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين تقدير الذات وسلوك إيذاء الذات لدى الفتيات المراهقات المعيدات للسنة الرابعة متوسط.

وقد أثبتت المعالجة الإحصائية لنتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائية بين تقدير الذات وسلوك إيذاء الذات لدى الفتيات المراهقات المعيدات للسنة الرابعة متوسط، بمعنى أنه كلما ارتفع مستوى تقدير الذات لدى الفتيات المراهقات، انخفض احتمال ممارستهن لسلوكيات إيذاء الذات، فالفتيات اللواتي يتمتعن بتقدير ذات مرتفع يكن أكثر قدرة على مواجهة التحديات الاجتماعية والنفسية، ويظهرن سلوكيات إيجابية مثل الثقة بالنفس والقدرة على اتخاذ القرارات والعكس صحيح، فكلما انخفض تقدير الذات، زادت احتمالية تورطهن في هذه السلوكيات. ويعزى ذلك إلى مجموعة من العوامل النفسية والاجتماعية التي تواجهها الفتيات خلال هذه المرحلة الحساسة من النمو.

فالضغوطات النفسية تؤثر بشكل كبير على الفتيات المعيدات للسنة الدراسية اللاتي يعانين من تدني تقدير الذات، خاصة عندما يتعرضن إلى التنمر أو السخرية والاحتقار من قبل أقرانهن المتفوقين دراسيا. هذه الممارسات تؤدي إلى تعزيز

الشعور بالفشل والرفض الاجتماعي، مما يزيد من المشاعر السلبية وعدم الرضا عن الذات. وفي هذا السياق قدم إيشتاين في نظريته تفسيراً لتقدير الذات بناءً على صياغة الشخص لهويته الذاتية، والتي تنشأ بشكل غير مقصود من خلال خبراته المختلفة.

بما في ذلك الإنجازات والإخفاقات التي يمر بها. وبدلاً من التعامل الصحي مع هذه المشاعر السلبية، قد تلجأ بعض الفتيات إلى سلوكيات إيذاء الذات كوسيلة للتفيس عن الألم العاطفي والتخفيف من الإحباط الذي يسيطر عليهن.

وإعادة السنة الدراسية تضيق أيضاً مستوى إضافياً من الضغط النفسي، حيث تشعر التلميذة بأنها أقل قيمة مقارنة بزميلاتها، وتواجه نظرة دونية من محيطها المدرسي والأسري. هذا الشعور بالتمييز والفشل الدراسي يعزز الميل إلى تجنب التفاعل مع الآخرين خوفاً من النقد أو السخرية، مما يزيد من حدة العزلة النفسية ويدفعها إلى استخدام إيذاء الذات كوسيلة للهروب أو التعبير عن المعاناة الداخلية التي لا تجد لها متنفساً لها.

وقد أشار سيغموند فرويد في نظريته التحليلية إلى وجود بعض العوامل والأحداث في البيئة تسمى "إشارات التنبيه"، التي يمكن أن تحفز ظهور الدوافع العدوانية تجاه الذات. وفقاً لفرويد، تعتبر هذه الدوافع استجابة طبيعية للطاقة العدوانية المكبوتة داخل الفرد، والتي تستمر في الضغط عليه حتى يتم إشباعها. لا تنقضي هذه الطاقة إلا إذا تفجرت في شكل اعتداء على الذات، سواء من خلال التحقير أو الإهانة النفسية، أو الإيذاء الجسدي، وقد تتفاقم لتصل إلى الانتحار في حالات معينة.

2-2- مناقشة نتائج الفرضية الثانية:

ما درجة مساهمة المدرسية لتعزيز تقدير الذات لدى الفتيات المراهقات المعيدات للسنة الرابعة متوسط للوقاية من إيذاء الذات.

أظهرت نتائج المعالجة الإحصائية للفرضية المتعلقة بمساهمة المدرسية في تعزيز تقدير الذات لدى المراهقات المعيدات للسنة الرابعة متوسط هي درجة عالية الأمر الذي يبين أن هذه الاستراتيجيات تؤدي دوراً كبيراً في الوقاية من سلوكيات إيذاء الذات، فهذه النتيجة تعكس مستوى عالٍ من التأثير الإيجابي للمدرسة في هذا السياق. هذا يدل على أن الممارسات المدرسية التي تهدف إلى تعزيز تقدير الذات لها أثر فعال في تخفيف المشاعر السلبية التي قد تدفع الفتيات إلى إيذاء أنفسهن.

وعلى صعيد ترتيب الأبعاد المختلفة، تبين أن دور الأساتذة في القسم احتل المرتبة الأولى مما يشير إلى الدور المحوري الذي يلعبه المعلم في تشكيل تقدير الذات، حيث إن تفاعله الإيجابي مع التلميذات يمكن أن يؤثر بشكل مباشر على إحساسهن بالقدرة والكفاءة.

فعندما يتبنى المعلمون أساليب تدريس قائمة على التشجيع، ويقدمون تغذية راجعة بناءة، ويظهرون احتراماً وتقديراً للتلميذات، فإن ذلك يعزز ثقتهن بأنفسهن. فتوفير بيئة آمنة خالية من النقد اللاذع، تتحسن قدرة التلميذة على التعبير عن نفسها والتفاعل مع محتوى التعلم بشكل إيجابي، مما يقلل من الشعور بالفشل وتحد من مشاعر الإحباط الذي قد يدفع إلى سلوكيات إيذاء الذات.

في المرتبة الثانية، جاء دور جماعة الأقران، إذ تؤكد هذه النتيجة أن العلاقات الاجتماعية تؤثر بشكل كبير على تقدير الذات وهو ما أكدته زيلر في نظريته، أن تقييم الفرد لذاته يحدث غالباً ضمن إطار اجتماعي مرجعي. ويصف تقدير الذات كعملية يقوم فيها الفرد بتقييم نفسه بناءً على المعايير الاجتماعية والشخصية المحيطة به.

وتلعب جماعة الأقران دوراً داعماً أو مثبطاً. فعندما تحظى الطالبة بقبول واحترام من زميلاتها، يزداد شعورها بالانتماء والتقدير، مما يعزز ثققتها بنفسها، فالعلاقات الإيجابية تقلل من مخاطر التئمر والسخرية، وتوفر شبكة دعم نفسي تساهم في تخفيف التوترات والمشاعر السلبية.

وبالتالي، يصبح من الضروري تطبيق برامج تهدف إلى تنمية روح التعاون وروح الزمالة في المدارس بين التلميذات وتقليل التئمر، الذي يعد أحد العوامل المسببة لتدني تقدير الذات. تساهم بشكل كبير في تحسين ديناميات التفاعل

الاجتماعي بينهم.

أما دور الإرشاد النفسي والتربوي، الذي حل في المرتبة الثالثة فيؤكد على الحاجة إلى توفير مرشدين نفسيين مؤهلين لتقديم دعم نفسي متخصص ومستمر للتلاميذ. فالإرشاد النفسي داخل المدرسة يعد أداة حيوية في تعزيز تقدير الذات. فهو يوفر بيئة آمنة للتلميذات لمناقشة مخاوفهن الشخصية، والتعامل مع التحديات النفسية من خلال استراتيجيات تزيد من ثقتهن في أنفسهن الأمر الذي ينعكس إيجاباً على تقديره لذواتهن. فالدعم الذي يقدمه المرشد النفسي يساعد التلميذات على تطوير فهم أفضل لأنفسهن واكتساب مهارات تحسن من قدرتهن على مواجهة الضغوط، مما يمكنهن من التعامل بشكل إيجابي مع الإحباط بدلاً من اللجوء إلى إيذاء الذات كوسيلة للتنفيس.

وقد جاء في المرتبة الرابعة البعد الخامس المتمثل في **المناهج الدراسية**، ما يعكس أهمية تضمين المناهج لأنشطة ومضامين تعزز الصحة النفسية وتقدير الذات لدى التلميذات. فتكييف المناهج لتشمل موضوعات تهتم بتنمية الجوانب الشخصية والاجتماعية، مثل مهارات حل المشكلات وإدارة الضغوط النفسية، يمكن أن يساهم في تقليل المشاعر السلبية لدى المراهقات وتعزيز شعورهن بالكفاءة والإنجاز. كما أن تصميم المناهج بشكل يتماشى مع احتياجات التلميذات النفسية والاجتماعية يساعد في خلق بيئة تعليمية داعمة ويشجع التلميذات على التفاعل الإيجابي مع العملية التعليمية، مما ينعكس إيجابياً على تقدير الذات وسلوكياتهن بشكل عام، فالبرامج المدرسية التي تركز على تعزيز تقدير الذات يمكن أن تكون فعالة في تقليل سلوكيات إيذاء الذات.

وأخيراً، جاء دور **الطاقم الإداري** في المرتبة الخامسة، مما يسلط الضوء على ضرورة تحسين دور الإدارة المدرسية في خلق بيئة آمنة وداعمة للتلميذات. إذ تلعب الإدارة المدرسية دوراً تنظيمياً مؤثراً في تعزيز تقدير الذات، حيث تساهم السياسات التي تركز على العدالة، وتكافؤ الفرص، وبيئة مدرسية آمنة في تعزيز شعور التلميذات بالاحترام والانتماء. عندما تكون الإدارة متجاوبة مع احتياجات التلميذات النفسية وتوفر آليات دعم واضحة، فإن ذلك يعزز شعورهن بالثقة في النظام المدرسي وفي قدرتهن الشخصية. ويمكن للإدارة تعزيز ذلك من خلال وضع سياسات مدرسية واضحة لمكافحة جميع أشكال التنمر وغيره من المشكلات التربوية وتفعيل آليات استقبال الشكاوى المتعلقة بالضغوط النفسية التي قد تواجهها التلميذات.

IV - الخاتمة:

ختاماً، تؤكد هذه الدراسة أن تقدير الذات يمثل عنصراً حاسماً في الوقاية من سلوكيات إيذاء الذات لدى المراهقات المعيدات للسنة الرابعة متوسط، حيث أن انخفاض تقدير الذات يعزز احتمالية اللجوء إلى هذه السلوكيات كنتيجة للضغوط النفسية والاجتماعية التي يتعرضن لها. في المقابل، أثبتت النتائج أن الاستراتيجيات المدرسية التي تركز على دعم الطالبات نفسياً واجتماعياً وتربوياً في المدرسة تلعب دوراً فعالاً في تعزيز تقدير الذات وتقوية القدرة على التكيف الإيجابي مع المشكلات التي تواجه التلميذات نظير إعادتهن السنة الدراسية. ويبرز دور الأستاذ في تشجيع الثقة بالنفس داخل الصف، وتأثير الأقران في توفير بيئة مشجعة، وأهمية الإرشاد النفسي في تقديم الدعم اللازم، إلى جانب التعاون بين الأسرة والمدرسة. من هنا، يصبح بناء بيئة مدرسية شاملة وداعمة ضرورة ملحة لخلق مناخ تعليمي يمكن التلميذات من تطوير شخصيات متوازنة والابتعاد عن أساليب التعبير التي تؤدي إلى إيذاء الذات. توصي الدراسة بضرورة تكامل الجهود التربوية لتعزيز تقدير الذات، بما يعزز الصحة النفسية ويحد من مخاطر إيذاء الذات بين الفتيات في هذه المرحلة الحساسة.

توصيات الدراسة:

وفيما يلي توصيات ومقترحات مستخلصة من الدراسة لتعزيز تقدير الذات والوقاية من سلوكيات إيذاء الذات لدى المراهقات المعيدات للسنة الرابعة متوسط:

1- تفعيل دور الإرشاد النفسي والتربوي من خلال تعزيز خدمات الإرشاد النفسي داخل المؤسسات التعليمية لتوفير الدعم النفسي المنتظم للتلاميذ، وتقديم جلسات فردية وجماعية تعالج مشكلات التكيف والتقدير الذاتي.

2- تدريب الأساتذة على مهارات الدعم النفسي والتعليمي من خلال تنظيم ورشات عمل تهدف إلى تأهيل الأساتذة لتبني

استراتيجيات تعليمية قائمة على التشجيع، التعاطف، والاحترام لتعزيز الثقة بالنفس لدى التلاميذ.

3- تعزيز التعاون بين الأسرة والمدرسة: إذ لابد من إنشاء قنوات تواصل فعالة بين أولياء الأمور والمدرسة لمتابعة الحالة النفسية للتلاميذ والعمل على حل مشكلاتهم بشكل مشترك، مما يساهم في تعزيز الدعم الأسري.

4- تشجيع التفاعل الإيجابي بين الأقران وذلك بتنظيم الأنشطة اللاصفية التي تركز على التعاون والعمل الجماعي لتعزيز العلاقات الإيجابية بين التلاميذ وتقليل فرص التنمر أو السخرية التي تؤثر سلباً على تقدير الذات.

5- توسيع نطاق الدراسات والبحوث العلمية حول العوامل النفسية والاجتماعية المرتبطة بتقدير الذات وسلوكيات إيذاء الذات، وتقييم فعالية البرامج الوقائية المطبقة في المدارس.

6- تنظيم حملات توعوية حول مخاطر إيذاء الذات من خلال القيام ببرامج توعوية تستهدف التلاميذ وأولياء الأمور والأساتذة حول مخاطر إيذاء الذات وأهمية تعزيز الصحة النفسية.

المراجع

- آل رشود، سعد بن محمد بن سعد (2006). درجة السلوك العدواني لدى طلاب المرحلة الثانوية -دراسة تجريبية- رسالة دكتوراه. جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية. الرياض.
- بايزيد، أفنان عبد الله (2018)، أساليب المعاملة الوالدية وعلاقتها بتقدير الذات لدى مراهقات صعوبات التعلم بمدينة جدة، رسالة ماجستير. جامعة الملك عبد العزيز. جدة.
- 1- بوشدوب، شهرزاد. (2009). **المساندة الاجتماعية وأثرها على بعض العوامل الشخصية واستراتيجيات التعامل مع الضغط**. رسالة دكتوراه -جامعة الجزائر. الجزائر.
- 2- بوعون، فوزية. (2017). **فاعلية برنامج علاجي ديني في تخفيض درجة السلوك العدواني -دراسة ميدانية بمركز رعاية الأحداث-**. رسالة دكتوراه غير منشورة: جامعة باتنة (1): الجزائر.
- 3- الصقر، تيسير محمد. (2016). واقع استخدام مواقع التواصل الاجتماعي من وجهة نظر الطلبة المراهقين وأثرها في سلوكهم من وجهة نظر أولياء الأمور. **مجلة مؤتم للبحوث والدراسات**. 31(3)، 77-122.
- 4- حسين، طه. (2008). **استراتيجيات تعديل السلوك للعاديين وذوي الاحتياجات الخاصة**. مصر: دار الجامع الجديدة للنشر.
- 5- الدسوقي، مجدي محمد. (2007). **دراسات في الصحة النفسية. المجلد الأول: مكتبة الانجلو المصرية**
- 6- الراشدة، علاء زهير عبد الجواد. (2008). اتجاهات الطلبة نحو ظاهرة العنف المدرسي-دراسة ميدانية تحليلية في علم الاجتماع التربوي-. **سلسلة العلوم الإنسانية الاجتماعية**. مج 27. عدد 2.
- 7- رحمانى، سعاد. (2017). **الذكاء الوجداني وعلاقته بتقدير الذات. مجلة الحكمة للدراسات النفسية**. 3(9)، 222 - 238.
- 8- الرشيدى، بشاير. (2016). **المهارات الاجتماعية وتقدير الذات لدى تلاميذ صعوبات التعلم بدولة الكويت**. رسالة ماجستير قسم علم النفس. كلية الدراسات العليا. جامعة الخليج العربي.
- 9- سلاطية، بلقاسم وحميدي، سامية. (2008). **العنف والفقر في المجتمع الجزائري**. مصر: دار الفجر.
- 10- صالح، قاسم حسين. (1987). **الإنسان من هو**. بغداد: منشورات دار الحكمة.
- 11- الصمادي، منال عثمان والسعود، لبنى عبد الرحمن. (2018). تقدير الذات وعلاقته بالمسؤولية الاجتماعية لدى عينة من طالبات كلية الأميرة عالية الجامعية. **مجلة كلية التربية**. العدد (42). الجزء (2).

- 12- الدوغان، عبد الله بن أحمد و أبو عوف، طلعت محمد. (2009)، **القياس والتقويم النفسي والأسري**. مركز التنمية الأسرية.
- 13- العزة، سعيد حسن. (2007). **صعوبات التعلم**. الأردن: دار الثقافة للنشر والتوزيع.
- 14- فاضل، فراس عباس. (2004). **تدمير الذات لدى مرتكبي الحوادث المرورية**. رسالة ماجستير. كلية الآداب. جامعة بغداد.
- 15- العراقي، فاطمة. (2016). **المراهقة مشكلات وحلول**. مصر. وكالة الصحافة العربية (ناشرون).
- 16- لحمري، أمينة وبوعايد، نادية، والعيسوف، سناء. (2022). تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدواني لدى عينة من التلاميذ المعبدن لشهادة البكالوريا. **مجلة الاضطرابات النمائية العصبية والتعلم**. مجلد 1، عدد 2.
- 17- مغامس، منتظر عبد الله. (2020). إيذاء الذات وعلاقته بأساليب المعاملة الوالدية لدى طلبة المرحلة المتوسطة. **مجلة أبحاث البصرة للعلوم الإنسانية**. العدد 2. المجلد 4.
- 18- مقدم، عبد الحفيظ. (2011). **الاحصاء والقياس النفسي والتربوي**. ديوان المطبوعات الجامعية.
- 19- موسى، رشاد عبد الحميد والعائش وزين، زينب محمد. (2010). **سيكولوجية العنف ضد الأطفال**. القاهرة: عالم الكتب.
- 20- هارون، رمزي فتحي (2003). **الإدارة الصفية** دار. الأردن: وائل للطباعة والنشر.
- 21-Simeon (Daphne), Favazza (Armando R.).(2001)- Self-Injurious Behaviors: Phenomenology and Assessment, dans Simeon (D.), Hollander (E.), *Self-Injurious Behaviors: Assessment and Treatment*, Washington, DC, **American Psychiatric Publishing**, p. 1-28