International Journal for Scientific Research (IJSR)
المجلة الدولية للبحوث العلمية
IJSR
Vol. (5), No. (6) June 2026 الإصدار (5)، العدد (6)

ترجمة وتقنين استبيان مفهوم الذات (QSC-18) على عينة من الشباب في المجتمع السعودي

رناد مازن البخاري
باحثة، علم النفس الإرشادي، كلية الآداب والعلوم الإنسانية، جامعة الملك عبدالعزيز، المملكة العربية السعودية
renadmalbukhari@gmail.com

أميرة عبدالرحمن الزين
أستاذ علم النفس الإكلينيكي، كلية الآداب والعلوم الإنسانية، جامعة الملك عبدالعزيز، المملكة العربية السعودية

المستخلص

هدفت الدراسة الحالية إلى ترجمة وتقنين استبيان مفهوم الذات من إعداد (Dolejš et al., 2022) لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي. وتم استخدام المنهج الوصفي التحليلي. وجُمِعَت البيانات طوعيًا من المشاركين، وذلك عبر توزيع استبانة الأسئلة الديموغرافية (إعداد الباحثة)، ومن خلال ترجمة وتقنين الباحثة للأداة التالية على البيئة السعودية: استبيان مفهوم الذات 18- (Dolejš et al., 2022) ترجمة: (البخاري وآخران، 2026). واشتملت عينة الدراسة على (200) من الشباب في المجتمع السعودي ذكورًا وإناثًا خلال العام 1446-1447هـ. أظهرت النتائج تمتع استبيان مفهوم الذات بنسخته العربية بخصائص سيكومترية جيدة، وصلاحية تطبيقه على شباب المجتمع السعودي. وأوصت الباحثة بضرورة توفير العدد الكافي من المرشدين النفسيين؛ لضمان بيئة داعمة قادرة على رصد ومعالجة المعيقات النفسية للشباب الناشئين عبر قياس مفهوم الذات، إلى جانب تقديم برامج إرشادية لتنمية وضوح مفهوم الذات، وضرورة توفير مناخ تعليمي محفز يعزز مستويات مفهوم الذات الصحي بأبعاده لدى عينة الدراسة.

الكلمات المفتاحية: ترجمة، تقنين، مفهوم الذات، الشباب، المملكة العربية السعودية.

Translation and Validation of the Questionnaire of Self-Concept (QSC-18) on a sample of Young Adults in Saudi Society

Renad Mazin Albukhari
Researcher, Counselling Psychology, Faculty of Arts & Humanities, King Abdulaziz University, Saudi Arabia
renadmalbukhari@gmail.com

Amira Abdulrahman Elzain
Professor of Clinical Psychology, Faculty of Arts & Humanities, King Abdulaziz University, Saudi Arabia

Abstract

This study aimed to Translate and Validate the Questionnaire of Self-Concept by (Dolejš et al., 2022) on young adults in Saudi Society. The study adopts a descriptive-analytical methodology. The sample consisted of (200) of young adults (male-female) in Saudi Society during the year 2024-2025. The study used the following tools after obtaining the voluntary consent from the participants, which are as follows: Questionnaires of Demographic Questions (by researcher),

Questionnaires of Self-Concept-18 (Dolejš et al., 2022) Translation to Arabic: (Albukhari et al., 2026). The results demonstrated that the Arabic version of the Questionnaires of Self-Concept-18 possesses good psychometric properties, including its suitability for application among young adults in Saudi Society. Based on the findings of the present study the researcher highlights the necessity of developing programs focused on self-concept clarity, while fostering a stimulating environment that promotes positive self-concept among young adults in Saudi Society.

Keywords: Translation, Validation, Self-concept, Young Adults, Kingdom of Saudi Arabia.

المقدمة

يركز علم النفس الإيجابي على كشف مكامن القوى الإنسانية وتنميتها، ويكتسب هذا التوجه أهمية خاصة لدى الشباب الناشئين الذين يواجهون تحديات مضاعفة في ظل التسارع التكنولوجي الذي يميز العصر الحديث، وما يترتب عليه من تقليص العمر الافتراضي للمعلومات، والمهارات المهنية والشخصية؛ الأمر الذي يفرض عليهم التعلم المستمر، واكتساب مهارات جديدة، للحفاظ على قدرتهم التنافسية في ظل العولمة (منتصر وإدريس، 2021).

وحسب دراسة إبراهيم (2015) إن إحدى الحاجات الغريزية للشباب تتجلى في الطمأنينة الوجدانية باعتبارها شرطًا معرفيًا وانفعاليًا؛ يمنح الفرد القدرة على صياغة أهدافه الحياتية بوضوح، مما يمهد الطريق لبلوغ غاية تحقيق الذات؛ وتوفير البيئة النفسية الخصبة لبلورة الأهداف، وتحويل الطاقات الكامنة إلى واقعٍ ملموس.

ويبرز "مفهوم الذات" كعامل نفسي جوهري يقوم على إعادة بناء الخبرة بوعي، وينعكس على التطبيقات الأكاديمية أو المهنية من خلال جعل المتعلم مركزًا نشطًا في بناء المعنى، فكفاءة العملية التعليمية تُعزى إلى التفاعل بين الخصائص الفردية للشباب (كمفهوم الذات، والنضج الانفعالي، والفروق الفردية) وبين العوامل السياقية والمؤسسية (كاستراتيجيات الأساتذة /الرؤساء، المناخ التحفيزي، والموقع الجغرافي)؛ لضمان بيئة تدعم اتساق هوية المتعلم مع أفعاله، وتطلعاته المستقبلية. (Zajda, 2021)

ويمثل مفهوم الذات تصورًا ذهنيًا يتشكل من سلسلة العمليات الإدراكية التي يستخدمها الفرد لفهم كيانه. ولا تتوقف جودة هذا المفهوم على محتوى الأفكار الذاتية فحسب، بل تعتمد بشكل جوهري على آلية التفكير ومعالجتها. وهذا المفهوم يتجذر في ثراء التجارب الشخصية، والذكريات المتراكمة عبر السنين؛ إذ لا تكمن الأهمية في تخزين تلك الذكريات فقط، بل في كيفية تنظيمها وتحليلها، مما يمنح الفرد القدرة على تشييد هويته الخاصة استنادًا إلى نسيج تاريخه الشخصي (Andreas, 2002).

ويوفر مفهوم الذات إطارًا لتصور الطريقة التي ينظم بها الشخص المعتقدات عن نفسه، وهذه المعتقدات موضوعية، ولا تستند بالضرورة إلى الواقع (Lamar et al., 2019)؛ ولكنها بدلًا من ذلك تمثل انعكاسات لتصورات الأفراد لأنفسهم، وترتبط هذه التصورات بالتجارب السابقة والتوقعات حول الأهداف المستقبلية، ويحدث تعلم مفهوم الذات بثلاثة طرق: (أ) الأحداث المثيرة أو المدمرة، (ب) علاقات المساعدة المختصة، (ج) التجارب اليومية. ويمكن لهذه التجارب تشكيل وإعادة تنظيم المفهوم الذاتي بشكل مستقل ومشترك.

وحسب Rogers (1951)؛ فإن "الذات" هي الوحدة الأساسية لدراسة سلوك الفرد. وقد اعتبر الذات عنصرًا أساسيًا في الكائن البشري، فهي المحرك النفسي الفسيولوجي الذي يعمل على توجيه العمليات السلوكية والإدراكية نحو تحقيق الأهداف المقصودة على نحو يتسق مع الغايات المرجوة. وتطوير مفهوم الذات يمكِّن الفرد من بلوغ المستويات التي يطمح إليها في حياته المهنية والشخصية، ويعزز قدرته على مراقبة وتوجيه عملياته النفسية، والتحكم في أنماط الشعور والتفكير بما يحقق الفاعلية الذاتية. (Rogers, 1951 كما ورد في Mishra & Khatun, 2015).

وقد نالت دراسة مفهوم الذات أهمية في الميدان النفسي المعاصر، مثل دراسة (الدرادكة وحياصات، 2024؛ Gashlan, 2025؛ Randraputri & Syahid, 2025). إذ شَكَّل التحليل النفسي الفرويدي الأساس المفاهيمي الذي انطلقت منه الدراسات الحديثة لفهم بنية الذات وديناميكياتها في الشخصية الإنسانية؛ حيث حل مصطلح "الذات" تدريجيًا محل مصطلح "الأنا" الفرويدي في الدراسات النفسية اللاحقة (Allport, 1943, 1958؛ Baumeister & Finkel, 2010).

مشكلة الدراسة وتساؤلها

يواجه الشباب تحديات متزايدة في تحقيق التوازن بين المتطلبات الأكاديمية والمهنية من جهة، وما يعكس القيم الإنسانية الأصيلة من جهة أخرى، فضلًا عن الضغوط اليومية المتنوعة إزاء هذه التحديات. لذلك، تبرز الحاجة لدى الشباب إلى امتلاك نظام (معرفي –سلوكي -انفعالي) مرن؛ يُمكّنهم من التوافق مع متطلبات الحياة المعاصرة، ومجابهة الضغوط اليومية بكفاءة، وذلك بدوره يُدعِّم من قدرتهم على التوافق النفسي، وينعكس إيجابًا على نموهم الشخصي وإسهامهم الفاعل في المجتمع (منتصر وإدريس، 2021).

وقد أشار Light (2018) إلى أن غموض الإحساس بالذات قد يضعف من قدرة الفرد على تنظيم ذاته ويعيق سعيه نحو تحقيق الأهداف؛ فالأشخاص الذين يفتقرون إلى وضوح مفهوم ذاتهم، فإنهم غالبًا يجدون صعوبة في توجيه سلوكهم بطريقة منسجمة مع قيمهم وأهدافهم الشخصية.

وتتمثل إحدى الخصائص الجوهرية لمفهوم الذات في قابليته للتشكيل على المستوى النظري والعملي؛ وعليه، يمكن تطبيق تدخلات تعليمية تهدف إلى تعزيز مستويات أكثر فاعلية من مفهوم الذات. وهناك عدة طرق مختلفة يمكن من خلالها التأكد من استقرار مفهوم الذات النسبي وقياسه. وهي من الأمور المهمة المُحَدِّدَة لثبات مستوى أو درجة مفهوم الذات، والثبات الارتباطي أو المعياري (Trautwein & Möller, 2016).

وحسب اطلاع الباحثة على المكتبة الرقمية لاحظت ندرة في الدراسات العربية والسعودية على وجه الخصوص التي اهتمت بتقنين أداة رصينة لها خصائص سيكومترية قوية لقياس مفهوم الذات بأبعاده المتعددة؛ فمثلًا دراسة (عوده وآخران، 2023؛ مصطفاوي والأسود، 2021؛ والمهايره وآخرون، 2022) قد تناولت مفهوم الذات ضمن نماذج وصفية، ولكنها لم تركز على فحص صحة بنائه فيما يتعلق بجوانبه المتعددة للبنية المعرفية للذات؛ وبعضها قد تناولته بصورة أحادية؛ لذلك، ما يميز الدراسة الحالية هي أنها هدفت إلى ترجمة وتقنين أداة نفسية حديثة تقيس مفهوم الذات بأبعاده السداسية: (التكيف الاجتماعي، العمل والدراسة، الثقة بالجسد، مقاومة القلق، الشعبية في المجتمع، تحقيق الذات والإحساس بالمعنى)، وهو ما يتفق مع طبيعة مفهوم الذات الهرمية في ضوء النظرية الروجرية (كما ورد في Madhumathy, 2018)؛ حيث إن مفهوم الذات ديناميكيًا؛ يتغير ويتطور تبعًا للخبرات الحياتية، والنضج النفسي، والتغيرات الاجتماعية والبيئية، والصورة التي يحملها الشخص عن ذاته في مرحلة الطفولة تختلف عن تلك التي يحملها في المراهقة أو الرشد المبكر، أو مرحلة الشباب، أو منتصف العمر أو الشيخوخة؛ نظرًا لتبدل الأدوار، والتطلعات، والمعايير الذاتية. لذلك، فإن الدراسة الحالية تسعى إلى ترجمة وتقنين مفهوم الذات (QSC-18) على عينة من الشباب في المجتمع السعودي كونهم يمثلون العماد الذي تُبنى عليه حضارة وتقدم المجتمع، وذلك في محاولة توفير معايير يمكن الاسترشاد بها في تحديد كل بعد من أبعاد مفهوم الذات؛ فالشباب الناشئين يواجهون العديد من التحديات؛ بما في ذلك البيئات الاجتماعية، والتعليمية والمهنية المختلفة، ويمكن أن تؤثر هذه التغييرات سلبًا على أدائهم، وتطور أعراض القلق لديهم (Malik & Perveen, 2023). وعليه، يُنظَر إلى مفهوم الذات بوصفه عاملًا رئيسيًا في زيادة الوعي بنقاط ضعف المرء ويساعد على اكتساب القدرة على تحسينها (رأي الباحثة).

وفي ضوء ذلك، تتحدد مشكلة الدراسة في التساؤل التالي:

- ما مؤشرات الخصائص السيكومترية لاستبيان مفهوم الذات بأبعاده لدى الشباب في المجتمع السعودي؟

هدف الدراسة

- تسعى الدراسة الحالية إلى التحقق من الخصائص السيكومترية لاستبيان مفهوم الذات بأبعاده (التكيف الاجتماعي، العمل والدراسة، الثقة بالجسد، مقاومة القلق، الشعبية في المجتمع، تحقيق الذات والإحساس بالمعنى) لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي.

أهمية الدراسة

الأهمية النظرية:

- أهمية الشريحة التي تناولتها الدراسة الحالية، وهم فئة الشباب الناشئين؛ كونهم يمثلون القوى الكامنة للمجتمع السعودي.

- إثراء المكتبة الرقمية بدراسة وصفية تناولت مفهوم الذات بأبعاده لدى الشباب الناشئ في المجتمع السعودي.

الأهمية التطبيقية:

- إثراء المكتبة العربية بأداة معربة ومقننة على بيئة الشباب في المجتمع السعودي، تقيس مفهوم الذات بأبعاده. وذلك؛ لتمتعها بخصائص سيكومترية جيدة، ولسهولة تطبيقها.
- قد تسهم نتائج الدراسة في تطبيق دراسات مستقبلية قائمة على تصميم برامج إرشادية؛ لتنمية وضوح مفهوم الذات، وذلك بدوره يمثل أحد أهم مرتكزات سلامة المجتمع وتطوره على المستوى الإنساني.

مصطلحات الدراسة

مفهوم الذات Self-Concept:

يُعرَّف مفهوم الذات وفقًا لقاموس جمعية علم النفس الأمريكية (APA, 2018) بأنه: وصف الفرد لنفسه وتقييمه لها، ويشمل ذلك الخصائص النفسية، والجسدية، والسمات، والمهارات، والأدوار، وما إلى ذلك. تسهم مفاهيم الذات في تشكيل شعور الفرد بهويته عبر الزمن. ويعتمد التمثيل الواعي لمفهوم الذات جزئيًا على المخططات الذهنية اللاواعية لبنية الذات. ورغم أن مفاهيم الذات تكون عادةً متاحةً بدرجةٍ ما للوعي، إلا أنه قد يتم كبح ظهورها في الوعي، مع استمرار تأثيرها في الأحكام، والحالة المزاجية، والأنماط السلوكية. ويُطلَق عليه أيضًا: تقييم الذات؛ التصنيف الذاتي؛ المفهوم الذاتي؛ self-appraisal؛ self-assessment؛ self-evaluation؛ American Psychological Association [APA],) 2018). self-rating.

وتُعرّف ريحان (2023) مفهوم الذات بأنه: "نظام فكري كامل يكوّنه الفرد عن ذاته، والآخرين، والبيئة المحيطة. يشتمل على خصائص جسدية، نفسية، عقلية، انفعالية، أكاديمية، ومهارات اجتماعية. ويُعتبر من أهم وسائل فهم الشخصية، وتفسير السلوك، ويمكن من خلاله توقع السلوك الإنساني" (ص. 76-77).

التعريف الإجرائي لمفهوم الذات:

تبنت الباحثة تعريف Rogers لمفهوم الذات، باعتباره بنية معرفية–وجدانية منظمة تتكوّن من إدراك الفرد لذاته (الصورة الذهنية للذات)، والصورة التي يطمح أن يكون عليها (الذات المثالية)، والقيمة التي يضفيها على نفسه (احترام الذات). وتُقاس جودة هذا المفهوم بدرجة التوافق أو عدم التوافق بين الصورة الذهنية للذات والذات المثالية؛ إذ يرتبط ارتفاع مستوى التوافق بصحة نفسية أفضل، في حين يرتبط ارتفاع عدم التوافق بظهور الاضطراب النفسي. ووفقًا لمنظور Rogers؛ فإن خفض فجوة عدم التوافق — من خلال توفير القبول الإيجابي غير المشروط — يتيح للفرد تقبّل الجوانب المرفوضة من ذاته، وإعادة صياغة ذاته المثالية بصورة أكثر واقعية؛ مما يسهم في التعافي، وتحقيق الرفاه النفسي (Rogers، كما ورد في Jannah & Kusuma, 2025). ويقاس إجرائيًا بالدرجة الكلية التي يحصل عليها المفحوص في المقياس المستخدم في الدراسة الحالية: النسخة العربية المترجمة والمقننة على البيئة السعودية من قِبَلْ الباحثة لاستبيان مفهوم الذات-18، من إعداد (Dolejš et al., 2022)، ترجمة (البخاري وآخران، 2026).

مرحلة الشباب الناشئ Young Adulthood:

عرّف شحاتة (2016) مرحلة الشباب الناشئ بأنها: مرحلة تعكس التحولات الاجتماعية، والاقتصادية، والثقافية، في المجتمع، وتتحدد ملامحها تبعًا للسياق الاجتماعي الثقافي المحيط؛ فقد تتجلى في صور إيجابية، داعمة للنمو النفسي، والاجتماعي، أو في أنماط سلبية، تعكس صعوبات في التوافق النفسي. ونظرًا لتسارع التغيرات في العصر الراهن، يواجه الشباب الناشئ تحديات، ترتبط بتعدد الأطر القيمية، والإدراكية، وتباينها؛ مما قد يفضي إلى نشوء صراعات نفسية داخلية. وعليه؛ فإن أهمية هذه المرحلة، تتجلى في كونها محطة إعداد محورية، لتولي الأدوار الاجتماعية في المراحل اللاحقة من حياة الفرد.

وتُعرِّف Park et al. (2006) مرحلة الشباب الناشئ بأنها: فترة انتقالية، تمتد بين أواخر المراهقة وبدايات الرشد، يتخذ فيها الأفراد مسارات متعددة نحو تحمّل أدوار الراشدين، ومسؤولياتهم. وقد تشمل هذه المسارات: الالتحاق بالتعليم الجامعي، أو الانخراط في الخدمة العسكرية، أو الزواج، أو الدخول في الأدوار الوالدية. وتتميّز هذه المرحلة بتنوع الخيارات الحياتية، وما

يرتبط بها من قيود بنيوية، وتوقعات الأدوار؛ الأمر الذي ينعكس في أنماط السلوك، والعافية النفسية، والجسدية. ومن ثم تُعد هذه الفترة إطارًا نمائيًا مهمًا لدراسة تأثير الانتقال إلى تحمل مسؤوليات الرشد على التوافق النفسي والاجتماعي.

التعريف الإجرائي لمرحلة الشباب الناشئ:

تبنت الباحثة تعريف لجنة تحسين عافية الشباب الناشئ وسلامتهم ورفاههم [CIHSWBYA, 2015] (Committee on Improving the Health, Safety, & Well-Being of Young Adults, 2015)، وهو كالتالي: تمثل مرحلة الشباب الناشئ الفئة العمرية التي تتراوح تقريبًا بين 18- 26 عامًا، وهي مرحلة انتقالية يُتَوقع خلالها أن يصبح الشباب مستقلين ماليًا، ويقبلوا على تكوين الحياة الزوجية، ويصبحوا آباءً أو أمهات، ويتولّوا أدوارًا مسؤولة، بوصفهم أعضاءً منتجين، وفاعلين في المجتمع. ويترتب على ذلك حدوث تغيرات جوهرية في نمط الحياة، والأولويات، والمسؤوليات العاطفية، والمالية. وتعد هذه المرحلة نقطة تحول أساسية في حياة الشباب؛ فهي تتطلب مستوى متقدمًا من النضج النفسي، والاستعداد لتحمل المسؤوليات الجديدة. ومن منظور نمائي، تتميز مرحلة الشباب الناشئ بعمليات نضج بيولوجي، ونفسي، طبيعية، وقابلة للتنبؤ، غير أن الأدوار الاجتماعية المحددة، والمهام المتوقعة من الفئات العمرية المختلفة ضمن هذه المرحلة، تتشكل تبعًا لخصائص المجتمع المعني، وسياقه التاريخي، في فترة زمنية معينة.

والدراسة الحالية تناولت فئة الشباب الناشئ من النوعين، الذين تتراوح أعمارهم من 19-26 عامًا. حيث يُتوقع من هذه الفئة - في إطار المجتمع السعودي -الاضطلاع بأدوار فاعلة تنسجم مع الرؤية الطموحة للقيادة في تمكين الشباب وتعزيز مشاركتهم، بوصفهم ركيزة أساسية في بناء مستقبل المملكة (الموارد البشرية والتنمية الاجتماعية، 2024).

محددات الدراسة

- **الحدود الموضوعية:** مفهوم الذات بأبعاده لدى عينة من الشباب الناشئ.
- **الحدود البشرية:** تم تطبيق الدراسة على عينة من الشباب الناشئ (المرحلة الباكرة من الرشد) في المجتمع السعودي.
- **الحدود المكانية:** تقتصر الدراسة الحالية على المملكة العربية السعودية.
- **الحدود الزمانية:** تم تطبيق الدراسة خلال العام 1446-1447ه/2024-2025م.
- **حدود الأدوات:** اقتصرت الدراسة على استخدام استبانة الأسئلة الديموغرافية من إعداد الباحثة، واستخدام الأداة التالية بعد ترجمتها وتقنينها على البيئة السعودية من قبل الباحثة، وهي: استبيان مفهوم الذات-18 إعداد (Dolejš et al., 2022) ترجمة (البخاري وآخران، 2026).

الإطار النظري لمفهوم الذات:

يُعْرَف مفهوم الذات بأنه الصورة الذهنية التي يُكوّنها الفرد عن نفسه، والتي تشتمل على أبعاد هرمية تضم السمات الجسدية، والنفسية، والاجتماعية (Shavelson et al., 1976). وتُعد الذات بناءً ديناميكيًّا يتطور ويتحول باستمرار نتيجة تفاعل خبرات الفرد الذاتية مع التقييمات التي يتلقاها من البيئة الاجتماعية المحيطة (Rogers, 1951). ومن الناحية الوظيفية، يمثل تقدير الذات "Self-Esteem" البُعد التقويمي الوجداني لهذا المفهوم؛ أي درجة قبول الفرد لنفسه أو رفضها (Rosenberg, 1965)، بينما تمثل الهوية "Identity" البُعد الوجودي الذي يمنح الفرد شعورًا بالتفرد والاستمرارية عبر الزمن (Erikson, 1968).

وتناولت دراسة (Spytska, 2023) مفهوم الذات بوصفه ديناميكية محركة للتطور والوعي الإنساني، حيث حددت في هذا السياق الركائز التالية:

- **أولًا: طبيعة مفهوم الذات وتطوره:**

يعد مفهوم الذات ديناميكيًا لا يتوقف عن التغير؛ فهو يتطور باستمرار عبر مراحل الحياة المختلفة، مستخلصًا من كل مرحلة خبراتها الجوهرية. هذه العملية التراكمية تجعل من الذات حصيلة غنية للتجارب الحياتية، والنمو الشخصي.

- **ثانيًا: التكوين المعرفي والانفعالي:**

يمثل مفهوم الذات بناءً معرفيًا، وانفعاليًا، معقدًا، يتشكل من:

1) التمثيل الداخلي: الصور الذهنية الناتجة عن إدراك الفرد لنفسه.

2) الذاكرة الانتقائية: التي تعمل على اختزان التجارب الأكثر تأثيرًا وعمقًا.

- **ثالثًا: التفاعل مع البيئة وتحقيق الاتزان:**

يساهم الفرد بنشاط في تعديل بيئته، عبر سلوكياته التي تنمي قدراته على مواجهة التحديات، بما يتيح له رسم مسار حياته بوعي، ومسؤولية. وهنا تبرز أهمية "الحياة النشطة" كشرط للتطور؛ حيث يعمل المكونان المعرفي، والسلوكي، معًا لتخطيط استراتيجيات تحقق كلًا من:

1) النمو المستمر.

2) الاتزان النفسي والاجتماعي.

3) التحرر من الأنماط الدفاعية المعيقة، عبر القبول غير المشروط للذات.

- **رابعًا: الذات المستقبلية والنجاح الأكاديمي:**

يلعب تصور "الذات المستقبلية" دورًا محوريًا في السياق التعليمي، ويتضح ذلك من خلال:

1) الثقة بالإمكانات؛ لتعزيز قدرة الطالب على تحقيق النجاح الأكاديمي.

2) تفعيل الصور الذاتية الإيجابية؛ لدعم التوافق النفسي، وإعادة بناء دافعية التعلم.

3) المرونة والوعي؛ لتكوين مفهوم ذات متوازن، قادر على مواجهة الصعوبات بمرونة.

وخلاصة ما سبق كما تراها الباحثة تكمن في أن جودة الحياة تتحقق حينما يمتلك الفرد تصورًا إيجابيًا عن ذاته، ومضمونًا حياتيًا إبداعيًا، يضمن له استمرارية النمو والارتقاء.

تبرز أهمية التركيز على آليات تنظيم الذات كوسيلة لتوضيح الفروق بين مفهوم الذات وتقدير الذات، فرغم ارتباط هذين المتغيرين نفسيًا؛ إلا أن لكل منهما آثارًا مميزة في مجال السلوك الموجه نحو الهدف؛ إذ أن انخفاض تقدير الذات يرتبط غالبًا بانخفاض الثقة في القدرة على النجاح، في حين أن انخفاض وضوح مفهوم الذات يرتبط بعدم الثبات في اتخاذ القرارات وضعف الاتساق الذاتي في متابعة الأهداف. والتأمل في الآليات التي تربط وضوح مفهوم الذات بالنتائج الإيجابية يمكن أن يسهم في تعميق الفهم النظري لوضوح مفهوم الذات على نحو أشمل وأكثر تكاملًا؛ فقد يعزز وضوح مفهوم الذات من العافية النفسية من خلال إسهامه في التأثير على تنظيم الانفعال الناجح، وذلك بدوره يساهم في تسهيل السعي لتحقيق الأهداف (Light, 2018).

وفي ضوء ما سبق عرضه حول مفهوم الذات، يمكن إيجاز أهم خصائص مفهوم الذات فيما يلي (مبارك وآخران، 2020):

- مفهوم الذات ليس شيئًا موروثًا لدى الإنسان؛ وإنما يتشكل خلال التفاعل مع البيئة التي يعيش فيها وعبر مراحل النمو المختلفة.
- يتأثر مفهوم الذات بعمليات: النضج، والتعلم، والتنشئة الاجتماعية.
- يتميز مفهوم الذات بأنه: مرن غير جامد، ويعتبر عملية نفسية أكثر من كونه سمة شخصية.
- مفهوم الذات يتميز بالثبات النسبي، كما أنه قابل للتعديل والتغيير حسب ظروف الفرد ومتغيرات البيئة المحيطة.
- مفهوم الذات لا يكون دائمًا في حيز الوعي، ولكنه يكون دائمًا متاحًا للتجلي في الوعي.

- تتحقق العافية النفسية عندما يتفق مفهوم الذات المثالي مع مفهوم الذات المُدرَك.
- يحدث عدم التوافق النفسي عندما يتواجد فرقًا كبيرًا بين مفهوم الذات المُدرَك ومفهوم الذات المثالي.

تطور مفهوم الذات عبر مراحل الحياة:

يتناول هذا الجزء تتبعًا نمائيًا لتطور مفهوم الذات عبر دورة الحياة، مع التركيز على المزاوجة بين النماذج النظرية والنماذج المرحلية المتكاملة. ويهدف هذا العرض إلى بناء رؤية شاملة تعتمد على تركيب نتائج الدراسات السابقة والأطر النظرية ذات الصلة.

أولًا: النموذج النظري لمفهوم الذات:

تستعرض الباحثة نموذج نظري تكاملي يفسر تطور مفهوم الذات عبر مراحل الحياة من الطفولة المبكرة حتى الشيخوخة معتمدة على التكامل بين نظرية النمو النفسي -الاجتماعي (Erikson, 1950/1980, 1968)، ونموذج حالات الهوية (Marcia,1966)، ونظرية تناقض الذات (Higgins, 1987)، ونموذج الهوية السردية (McAdams, 2001). حيث يقترح النموذج التكاملي للنظريات أن مفهوم الذات يتطور من بنية وصفية خارجية إلى بنية متعددة الأبعاد، ثم إلى نظام هوياتي متكامل ذي طبيعة سردية ديناميكية. وسيتم تناولها في أقسام كالتالي: مفهوم الذات كبنية نمائية، النمو النفسي -الاجتماعي، حالات الهوية، تناقض الذات، والهوية السردية.

1. مفهوم الذات كبنية نمائية:

يوصف مفهوم الذات باعتباره بناءً معرفيًا-انفعاليًا منظمًا للخصائص الشخصية، يتطور عبر التفاعل الاجتماعي ويزداد تعقيدًا مع النضج المعرفي؛ فمفهوم الذات في الطفولة المبكرة يكون قائمًا على أوصاف سلوكية ملموسة وقابلة للملاحظة، ثم يتحول تدريجيًا خلال مرحلة الطفولة الوسطى ومرحلة المراهقة إلى تمثيلات أكثر تجريدًا وتكاملًا، وصولًا إلى بناء ذاتي منظم ومتناسق نسبيًا في مرحلة الرشد. (Harter, 2012)

2. النمو النفسي -الاجتماعي:

يفترض Erikson (1950/1980, 1968) أن كل مرحلة نمائية تنطوي على أزمة نفس -اجتماعية تسهم في إعادة تنظيم الهوية. وتمثل المراهقة نقطة التحول المركزية التي تتبلور فيها أزمة الهوية مقابل تشتت الدور.

3. حالات الهوية:

قدم Marcia (1966) توسيعًا تجريبيًا لنظرية Erikson عبر بُعدي الاستكشاف والالتزام، محددًا أربع حالات للهوية: (الإنجاز، التعليق، الانغلاق، التشتت). وقد أظهرت نتائج التحليلات البعدية التي أجراها (Kroger et al., 2010) استمرار تغير حالات الهوية حتى الرشد.

4. تناقض الذات:

يرى Higgins (1987) أن التباين بين الذات الفعلية والمثالية والواجبة تمثل آلية تفسيرية مركزية للتوتر الانفعالي خلال مرحلة المراهقة وبدايات الرشد.

5. الهوية السردية:

يفترض McAdams (2001) أن مرحلة الرشد تتميز بتكامل الهوية في شكل سردي يمنح الاستمرارية والمعنى عبر الزمن؛ حيث يعيد الشخص تنظيم خبراته الماضية وتصوراته الحاضرة وتطلعاته المستقبلية في قصة حياة متماسكة. في هذا الإطار، لا تُفهم الهوية بوصفها بُنية ثابتة، بل كبناء سردي يتشكل ويُعاد تشكيله عبر التفاعل مع الخبرات والسياقات الاجتماعية. ويرتبط ذلك بمفهوم الذات كمتغير ديناميكي في مرحلة الرشد؛ إذ تُعدّ الذات منظومة معرفية–انفعالية قابلة للتطور وإعادة التنظيم. فالهوية السردية تمثل الآلية التي من خلالها تُدمج عناصر الذات المختلفة (الأدوار، القيم، الأهداف، الذكريات الجوهرية) في بنية موحدة نسبيًا، لكنها تظل قابلة للتعديل. وبذلك يصبح الرشد مرحلة يتجلى فيها التوازن بين الاستمرارية (الحفاظ على شعور ثابت بالذات عبر الزمن) والتغير (القدرة على إعادة تفسير الخبرات

وصياغة المعنى). وعند الانتقال إلى مرحلة الشيخوخة تزداد أهمية هذا البعد السردي (McAdams & McLean, 2013)؛ إذ يميل الفرد إلى مراجعة حياته، وإعادة تأويل خبراته، ضمن إطار قصصي أكثر شمولًا. فإذا نجح الفرد في دمج خبراته المتنوعة ضمن رواية متماسكة، تحقق لديه الشعور بالرضا والاتساق الداخلي؛ أما إذا تعذر ذلك، فقد يبرز الإحساس بالتفكك أو الندم. وبهذا المعنى، تمتد ديناميكية مفهوم الذات من الرشد إلى الشيخوخة؛ فالهوية السردية لا تتوقف عند تحقيق التماسك في منتصف العمر، بل تُعاد صياغتها في ضوء التغيرات المرتبطة بالتقدم في السن (التقاعد، فقدان الأدوار، التحولات الصحية والاجتماعية)، وتصبح القدرة على إعادة تأطير الماضي وإيجاد معنى شامل للحياة، مؤشرًا مركزيًا للعافية النفسية في الشيخوخة.

ثانيًا: النموذج المرحلي المتكامل لمفهوم الذات:

اعتمدت الباحثة على مراحل نمو الإنسان عبر دورة الحياة، وفقًا لنظرية إريكسون للنمو النفسي -الاجتماعي في تقسيم الفئات العمرية (Erikson, 1950/1980)، ولكنها دمجت مرحلة الميلاد مع أولى مراحل الطفولة؛ وذلك لما يتناسب مع السياق الذي تستعرضه فيما يخص تطور مفهوم الذات لدى الفرد.

1. **الطفولة المبكرة (0-6) سنوات:**

تتسم الذات بخصائص وصفية سطحية، ويعتمد بناؤها على التعلّق والتنظيم الانفعالي المبكر. والآلية المركزية لهذه المرحلة هي: التغذية الراجعة الانفعالية والاجتماعية. (Ainsworth et al., 1978; Bowlby, 1969/1982; Harter, 2012).

2. **الطفولة المتوسطة (7-11) سنة:**

يظهر في الطفولة المتوسطة التمايز البنيوي لمفهوم الذات إلى مجالات متعددة (أكاديمي، اجتماعي، بدني)، وتزداد أهمية المقارنة الاجتماعية في تقييم الفرد لقدراته وخصائصه، والآلية المركزية لهذه المرحلة هي: التقييم الاجتماعي المتبادل. (Festinger, 1954; Harter, 1985, 2012).

3. **المراهقة (12-18) سنة:**

تمثل المراهقة ذروة إعادة تنظيم الذات؛ حيث تتمايز تمثلات الذات، وتتسع الفجوة بين الذوات الممكنة. والآليات المركزية لهذه المرحلة هي: الاستكشاف، الالتزام، ومعالجة تناقض الذات. (Marcia, 1966; Higgins, 1987).

4. **الرشد المبكر (19-39) سنة:**

تتبلور الهوية عبر دمج الأدوار الاجتماعية، ويتحول التنظيم من بُعد معياري إلى سردي. والآلية المركزية لهذه المرحلة هي: بناء قصة حياة متماسكة. (McAdams, 2001).

5. **منتصف العمر (40-64) سنة:**

خلال مرحلة منتصف العمر يُعاد تنظيم مفهوم الذات حول الإنتاجية والجيلية "Generativity" بوصفها اهتمامًا بتوجيه ودعم الجيل اللاحق، بما يتضمن الإنتاجية، والإبداع، والمساهمة الاجتماعية (Erikson, 1950/1980, 1982)؛ حيث يتحول التركيز من تحقيق الذات الفردي إلى الإسهام الإنتاجي في رعاية الجيل اللاحق والمجتمع، وترك أثر يتجاوز ذاته، وذلك بما يعكس إعادة تقييم الإنجاز والاتساق الذاتي. ويفهم هذا التحول كبنية دافعية وسردية، تعكس التزامًا طويل المدى برفاه الأجيال القادمة (McAdams & de St. Aubin, 1992).

6. **الشيخوخة (65+) سنة:**

تتجه بنية مفهوم الذات خلال مرحلة الشيخوخة نحو تكامل الأنا أو الشعور باليأس، وفق مراجعة السرد الحياتي وإعادة تفسير الخبرات. (Erikson, 1982; McAdams & McLean, 2013; Westerhof et al., 2017).

بناءً على ما سبق، تفسر الباحثة ديناميكية مفهوم الذات بوصفه دالة زمنية متعددة المستويات وفقًا للنموذج البنيوي التالي: (مفهوم الذات = تنظيم انفعالي مبكر+ تمايز معرفي+ مقارنة اجتماعية+ استكشاف /التزام+ بناء سردي+ إعادة تقييم

وجودي)، ويختلف الوزن النسبي لكل متغير حسب المرحلة العمرية.

وخلاصة ما تم عرضه في قسم تطور مفهوم الذات عبر مراحل الحياة، والمتمثلة في كلًّا من: النموذج النظري لمفهوم الذات، والنموذج المرحلي المتكامل لمفهوم الذات. يمكننا الفهم من النموذج الديناميكي البنيوي أن مفهوم الذات يمثل دالة زمنية متعددة المحددات، تتغير أوزانها النسبية عبر مراحل النمو؛ فمفهوم الذات في لحظة زمنية معينة يمكن فهمه بوصفه محصلة تفاعل بين الخبرة الاجتماعية المبكرة، والنضج المعرفي، وآليات المقارنة الاجتماعية، وعمليات الاستكشاف والالتزام الهويّاتي، وبناء السرد الذاتي، إضافةً إلى تأثير الأحداث الانتقالية الكبرى في الحياة. ففي الطفولة المبكرة يهيمن التفاعل الاجتماعي والتنظيم الانفعالي المرتبط بعلاقات التعلّق كما أوضح (Bowlby, 1969/1982)؛ حيث تتشكل تمثلات ذاتية أولية تعتمد على التغذية الراجعة من مقدمي الرعاية. ومع الانتقال إلى الطفولة المتوسطة يزداد الوزن النسبي لعمليات المقارنة الاجتماعية التي وصفها (Festinger, 1954)؛ مما يؤدي إلى تمايز مفهوم الذات إلى مجالات متعددة. وفي المراهقة يصبح الاستكشاف والالتزام محور إعادة التنظيم البنيوي للهوية وفق تصور (Marcia, 1966). وتتسع الفجوة بين تمثلات الذات المختلفة كما بين (Higgins, 1987)، وهو ما يجعل البنية الذاتية أكثر تعقيدًا وحساسية للسياق الاجتماعي. أما في الرشد، فيتحول التنظيم من بُعد معياري إلى بُعد سردي؛ حيث تتكامل الخبرات في قصة حياة متماسكة تمنح الشعور بالاستمرارية والمعنى وفق منظور (McAdams, 2001). وفي الشيخوخة يتقدم هدف التكامل الوجودي وإعادة تفسير الخبرة الحياتية ليصبح المكوّن الأكثر تأثيرًا في بنية الذات، بما يتسق مع الطرح المرحلي لدى (Erikson, 1950/1980). وبذلك؛ فإن النموذج يفترض أن تطور مفهوم الذات ليس انتقالًا خطيًا، بل عملية إعادة تنظيم بنيوية متكررة عبر الحياة، حيث تنتقل الذات من تمثيل وصفي خارجي إلى نظام هوياتي متكامل ذي طبيعة سردية، تعاد صياغته مع كل تحول حياتي رئيسي، وتتميز بكونها عملية مستمرة، تتغير فيها مركزية كل آلية، تبعًا لمتطلبات المرحلة النمائية، والسياق الاجتماعي المرتبط بها.

أبعاد مفهوم الذات:

يكوّن الأفراد مفاهيمًا ذاتية عن أنفسهم تتوافق مع جوانب مختلفة من حياتهم. وبناءً عليه، اعتمدت الدراسة الحالية على تصنيف معدي استبيان مفهوم الذات (Dolejš et al., 2022)، لأبعاد مفهوم الذات، والتي تشمل: التكيف الاجتماعي، العمل والدراسة، الثقة في الجسد، مقاومة القلق، الشعبية في المجتمع، والإحساس بالمعنى وتحقيق الذات. وتتناولها الباحثة بالتفسير في ضوء الدراسات السابقة، على النحو التالي:

1. **التكيف الاجتماعي:**

إن التكيف الاجتماعي هو عملية دينامية مستمرة (أم كلثوم محمد، 2018)، تتناول السلوك والبيئة (الطبيعية والاجتماعية) بالتغيير والتعديل؛ حتى يحدث توازن بين الفرد وبيئته، ويتضمن نوعًا من إشباع حاجات الفرد وتحقيق متطلبات البيئة. وحسب مراد وآخرون (2018)؛ فإن طبيعة الحياة التي يعيشها الفرد بما تنطوي عليه من الظروف الحياتية (مثل: المستوى الاقتصادي، والاجتماعي، والجانب الأسري) جميعها عوامل تؤثر في مفهوم الذات بشكل إيجابي أو سلبي، مما ينعكس بدوره على التكيف الاجتماعي. فإدراك الفرد لذاته وتكيفه مع مجتمعه؛ يجعل منه شخصًا سعيدًا قادرًا على مواجهة الظروف التي يمر بها.

2. **العمل والدراسة:**

هو نظام من التصورات والتقييمات الذاتية التي يشكلها الفرد حول كفاءته وقدراته في السياقين التعليمي والمهني. ويتميز هذا البعد بكونه مستقلًا عن الجوانب الأخرى للمفاهيم الذاتية؛ حيث يمثل القوة الدافعة التي تشكل تطلعات الفرد المهنية، وتحدد مساراته الأكاديمية، وتعزز من مستويات تحصيله وانضباطه المؤسسي. وتكمن قيمته الجوهرية في آثاره المنعكسة إيجابًا على تحقيق إنجازات مستقبلية تتجاوز ما يمكن أن تفسره سجلات الأداء أو التحصيل الأكاديمي المسبق (Seaton et al., 2013). فإذا كان التلاميذ دقيقين في الحكم على قدراتهم الخاصة؛ فإن مفهوم الذات الأكاديمي لديهم سيعكس تمامًا جهودهم وإنجازاتهم (Hansen & Henderson, 2019).

3. **الثقة في الجسد:**

هو حالة من الاستقرار النفسي الناتجة عن امتلاك هوية ذاتية واضحة ومستقلة، حيث يستمد الفرد قيمته من معايير داخلية، وخصائص شخصية ثابتة نسبيًا، بدلًا من الارتهان للمظاهر الخارجية؛ وهذا النضج في تعريف الذات يعمل

كحصن يقلل من الميل للمقارنات الاجتماعية القائمة على الشكل، ويحد من التأثر بالصور المثالية المتطرفة التي تروج لها وسائل الإعلام أو المعايير الجمالية المتغيرة، مما يمنح الفرد حصانة نفسية تمنعه من تبني تصورات سلبية عن جسده، وتضمن له تقديرًا ذاتيًا مرتفعًا ومستدامًا نسبيًا (Vartanian et al., 2025).

4. مقاومة القلق:

يتمحور حول قدرة الشباب الناشئين على استعادة توازنهم النفسي والمحافظة على مستوى أدائهم في مواجهة الضغوط. ويتجلى في مهارة إدارة التوتر الناتج عن المواقف التقييمية (مثل: قلق الاختبار)، ومعالجة التغذية الراجعة بمرونة -سواء كانت نقدًا أو ثناء -دون التأثر سلبيًا بالتصورات الذاتية حول القدرة على تلبية التوقعات (Hamed et al., 2025). واستنادًا على ذلك، ترى الباحثة أهمية بُعد "مقاومة القلق" كحالة من الثبات الانفعالي التي تنبع من مفهوم ذات إيجابي؛ حيث يدرك الفرد قدراته بوضوح، مما يُمَكِّنُهُ من معالجة الضغوط والتغذية الراجعة الخارجية، باعتبارها أدوات للنمو، لا تهديدات لتقديره الشخصي.

5. الشعبية في المجتمع:

هو إدراك الفرد لمكانته وقبوله الاجتماعي، وقدرته على الاندماج الصحي في محيطه (كالبيئة الجامعية)، ويقوم هذا البُعد على الثقة بالكفاءة الاجتماعية والذكاء الانفعالي؛ إذ يتجلى في قدرة الفرد على إدارة مشاعره، وضبط انفعالاته؛ وبناء علاقات إيجابية مثمرة مع الآخرين، بما يسهم في وقايته من المشكلات النفسية، والانفعالية، والاجتماعية، ويعزز من توافقه الشخصي، ونجاحه الذاتي (البلوي، 2025).

6. الإحساس بالمعنى وتحقيق الذات:

يتم إشباع تحقيق الذات لدى الفرد من خلال إعطاء معنى لحياته؛ إذ إن السلوك في أساسه هو محاولة موجهة نحو هدف إشباع الحاجات التي يختبرها الفرد في مجاله كما يدركه. وجميع الحاجات تخدم النزعة الأساسية للإنسان لحفظ ذاته وتدعيمها. واستجابات الفرد ليست تمثيلًا للواقع بل تعكس إدراك الفرد لهذا الواقع؛ أي إن الفرد يسعى إلى تحقيق ذاته ضمن الواقع الذي يدركه، فيختار ما يعطيه إحساسًا بالمعنى ويحقق النمو وتحسين الذات من بين البدائل الممكنة (الفضلي، 2023).

النظريات المفسرة لمفهوم الذات:

نظرية التحليل النفسي الفرويدي:

يرى Freud أن العقل ينقسم إلى جانب شعوري ولا شعوري. الشعوري؛ هو الذي يدركه الفرد ويسمى "الأنا"، أما اللاشعوري؛ يتضمن النزعات الغريزية الكامنة التي تسعى إلى التعبير والوصول إلى حيز الشعور. وتُعد "الأنا" بنية شعورية نسبيًا؛ لاحتوائها على جزء لاشعوري مسؤول عن الكبت، يعمل كرقيب يمنع بعض الرغبات والدوافع من الظهور. وتُعد الصورة البدائية الأولى للعقل هي "الهو"؛ الذي يمثل الطاقة الغريزية الأولية الدافعة للسلوك. وتنشأ "الأنا" من "الهو" نتيجة احتكاكها بالعالم الخارجي، وتتعلم التوفيق بين مطالب "الهو" ومقتضيات الواقع، فتعمل على ضبط الدوافع، وكبت ما يتعارض مع القيم الاجتماعية. ويخضع "الهو" لمبدأ اللذة؛ ويسعى إلى الإشباع الفوري دون اعتبار للواقع أو للضوابط الأخلاقية، وبذلك تمثل "الأنا" عنصر الاتزان والحكمة؛ فهي التي تتولى إدارة الصراع النفسي بين مكونات العقل. وهي ليست مستقلة؛ إذ إنها تستمد قوتها من "الهو"، وتوجّهها نحو السلوك المقبول اجتماعيًا. ويُضاف إلى التقسيم عنصر "الأنا العليا" اللاشعورية؛ تتكون نتيجة احتكاك "الأنا" بالعالم الخارجي وتفاعلها مع القيم الاجتماعية. وتنشأ من أثر علاقة الأبوين بالفرد في مرحلة طفولته خلال سنوات نشأته الأولى، وتمثل بداخله سلطة أخلاقية تحل محلهما، وتطالب من "الأنا" الالتزام بالمثاليات وتطبيق القوانين. وتعمل عبر "الأنا" وليس بمعزلٍ عنها. ومع تبلور "الأنا العليا"، يتخذ دور "الأنا" مَنْحَى أكثر تعقيدًا؛ إذ يتعين عليها مراعاة متطلبات الواقع الخارجي وضغوط "الأنا العليا" (Freud، كما ورد في جلال، 2018).

وانطلاقًا من هذا التصور البنيوي للعقل؛ يمكن القول إن التحليل النفسي الفرويدي لم يتناول مفهوم الذات بصورة مباشرة، بل ركز على مفهوم "الأنا" التي تُعرَف في إطار النظرية الفرويدية الكلاسيكية بوصفها البنية النفسية ذات الفاعلية المحدودة نسبيًا؛ لتوسطها ديناميًا بين مصدرين رئيسين للقوة النفسية؛ وهما منظومة الدوافع الغريزية الكامنة "الهو" و"الأنا العليا" التي تمثل

البنية المعيارية الداخلية المتشكلة من دمج القيم الأخلاقية والمعايير الاجتماعية السائدة، وبهذا يمكن النظر إلى "الأنا" بوصفها تصورًا مبكرًا لمفهوم الذات في علم النفس؛ إذ جسدت عنصرًا هشًّا يسعى إلى التوفيق بين المطالب المتناقضة في كثيرٍ من الأحيان لكلٍّ من "الهو" و"الأنا العليا" في ظل القيود التي يفرضها الواقع الخارجي. وقد توقع Allport أن علم النفس سيكرس اهتمامًا بحثيًا متزايدا لدراسة "الأنا"، بالرغم من أن مصطلح "الذات" حل تدريجيًا محل مصطلح "الأنا" الفرويدي في الدراسات النفسية اللاحقة، إلا أن توقعه كان راجحًا؛ فقد شَكَّل التحليل النفسي الفرويدي الأساس المفاهيمي الذي انطلقت منه الدراسات الحديثة لفهم بنية الذات وديناميكياتها في الشخصية الإنسانية. (Allport, 1943, 1958؛ Baumeister & Finkel, 2010).

النظرية الروجرية للشخصية:

إن التركيز الرئيسي للنظرية الروجرية للشخصية هو "مفهوم الذات" (Madhumathy, 2018)، وهو يمثل مجموعة منظمة ومتسقة من التصورات والمعتقدات حول الذات. أما "الذات" هي المصطلح الذي يعبر عن حقيقة الكينونة الفردية للشخص وماهيته، بوصفه شخصًا مميزًا يمتلك هوية ووعيًا خاصًا، وتمثل حصيلة الشخصية الداخلية. وهناك عاملان يؤثران على مفهوم الذات، هما: تجارب الطفولة، والتقييم من قبل الآخرين. ويتضمن مفهوم الذات ثلاث مكونات: 1) القيمة الذاتية: تمثل التقييم العام الذي يكونه الفرد عن نفسه. وتتطور مشاعر القيمة الذاتية تدريجيًا منذ مرحلة الطفولة المبكرة، ويعزى ذلك إلى طبيعة التفاعلات التي يخوضها المرء في طفولته مع والديه أو مقدمي الرعاية الأساسيين في تلك المرحلة. 2) الصورة الذاتية: الكيفية التي يرى بها الفرد ذاته، وتتضمن إدراك الفرد لخصائصه الجسدية، والنفسية والاجتماعية. 3) الذات المثالية: وتشير إلى النموذج الذي يتطلع الفرد إلى أن يكون عليه، بمعنى التمثيل الداخلي لما يرغب أن يحققه من صفات وقدرات وإنجازات؛ وتعكس الأهداف، والطموحات، والمعايير الشخصية التي يسعى الفرد لبلوغها.

وتلخص الباحثة ما سبق ذكره أعلاه، بأن التفاعلات التي يخوضها المرء في طفولته مع مقدمي الرعاية الأساسيين تشكل الإطار الأول الذي يبني من خلاله مفهومه عن ذاته. وتتأثر الصورة الذاتية بدرجة كبيرة بصورة الجسد ومدى تقبلها على المستوى النفسي. كذلك، من مكونات مفهوم الذات "الذات المثالية"، وتمثل مرجعًا داخليًا يوجه السلوك نحو السلوكيات المرغوبة. وعليه؛ فإنه يمكننا القول بأن مفهوم الذات يعد مكونًا أساسيًا في بناء الهوية الشخصية، لأهمية الدور الذي يحتله في تحفيز النمو الشخصي، والتوازن الانفعالي، وتحقيق الذات. ويعد وضوح مفهوم الذات مؤشرًا على تمتع الفرد بمستوى جيد من العافية النفسية.

نظرية التناقض الذاتي "Self-discrepancy" (Higgins, 1987):

إن نظرية التناقض الذاتي تفسّر العلاقة بين التباين لتمثّلات حالات الذات وقابلية التعرّض للاضطرابات الانفعالية الناتجة عن هذا التباين. ويتكوّن تمثيل كل حالة من بُعدين رئيسين، كالتالي:

1. مجال الذات؛ ويشمل الذات الفعلية (Actual Self)، والذات المثالية (Ideal Self)، والذات الواجبة (Ought Self).
2. منظور الذات؛ ويكون إما من منظور الفرد نفسه (Own Standpoint)، أو من منظور طرف آخر يحتل مكانة خاصة لدى الفرد. (Significant Other Standpoint)

إن أنواع تباين الذات تمثّل وضعًا نفسيًا سلبيًا مميزًا يرتبط بنوع محدد من عدم الارتياح النفسي. وتتكون النتائج الانفعالية لأنواع التباين، كالتالي:

1. تباين الذات الفعلية عن المثالية:

إن التباين بين الذات الفعلية من منظور الذات والذات المثالية يدل على غياب أو عدم تحقق نتائج إيجابية مرغوبة، سواء كانت هذه التطلعات نابعة من آمال الفرد ورغباته الشخصية، أو الطرف الآخر المهم له. ويرتبط بانفعالات مرتبطة بالانكسار أو الخيبة النفسية (Dejection-related emotions)، مثل: خيبة الأمل، وعدم الرضا، والحزن.

2. تباين الذات الفعلية عن الواجبة:

إن التباين بين الذات الفعلية من منظور الذات والذات الواجبة يعكس إدراك الفرد لعدم التوافق مع ما ينبغي عليه القيام به

من واجبات ومسؤوليات والتزامات، سواء كما يحددها هو لنفسه، أو كما يتصورها من منظور الطرف الآخر المهم له. ويشير إلى حضور أو توقّع نتائج سلبية غير مرغوبة، ويرتبط بانفعالات مرتبطة بالاستثارة والقلق (Agitation-related emotions)، مثل: الخوف، والشعور بالتهديد، والإجهاد.

وكلما زادت الفجوة بين جوانب الذات: الفعلية، المثالية، والواجبة. زادت حدة الاضطرابات الانفعالية والنفسية. والفروق الفردية في حجم تباينات الذات، وسهولة استدعائها معرفيًا، تسهم في تفسير الاختلاف بين الأفراد في نوعية وشدة مشاعر عدم الارتياح النفسي التي يُحتمل أن يختبروها.

ومن خلاصة ما سبق، ترى الباحثة أن مفهوم الذات لدى الشباب الناشئ يرتبط بدرجة الاتساق بين إدراك الفرد لذاته الفعلية وبين الصور الذاتية التي يحملها عمّا يطمح أن يكون عليه أو عمّا يُتوقَّع منه أن يكونه. وتشير نظرية التناقض الذاتي إلى أن اتساع الفجوة بين الذات الفعلية والذات المثالية أو الواجبة ينعكس سلبًا على مفهوم الذات؛ إذ يقود التناقض مع الذات المثالية إلى مشاعر الإحباط وعدم الرضا، بينما يقود التناقض مع الذات الواجبة إلى القلق والتوتر النفسي. وعليه؛ فإن انخفاض مستوى التناقض الذاتي لدى الفرد يسهم في تعزيز وضوح مفهوم الذات الذي يعكس الشعور بالتوافق النفسي.

نظرية الذات المرآتية "Looking-Glass Self" (Cooley, 1922):

قدم Cooley نظرية مفهوم الذات بوصفها قائمة على منظور التفاعلية الرمزية التي ترتكز على ثلاثة أمور رئيسية، هي: أن الأفراد يستجيبون للبيئة المحيطة استنادًا إلى تفسيرهم لعناصرها وما تحمله من معانٍ بالنسبة لهم كأفراد؛ وأن هذه المعاني هي نتاج التفاعل الاجتماعي؛ وأن المعاني التي يتلقّاها الفرد قابلة للتغيّر تبعًا لتقبّل الفرد لها أثناء عملية التفاعل الاجتماعي. وانطلاقًا من منظور التفاعلية الرمزية، طرح Cooley نظرية الذات المرآتية (Looking-Glass Self)؛ إذ يرى أن صورة الفرد عن ذاته ما هي إلا انعكاس لتصورات الآخرين عنه. فالمرآة قادرة على عكس القيم والتقييمات التي يضفيها الآخرون على الفرد. ويعرّف الذات بأنها «أنا» بمعنى: (أنا، لي، ذاتي)، للدلالة على أن الذات تتضمن عناصر انفعالية تكون أقوى من العناصر غير الذاتية، وأن الذات لا يمكن فهمها إلا من خلال الشعور الذاتي. وتتشكّل الذات المرآتية من خلال التفاعل الرمزي الذي يحدث بين الفرد والمجموعات الأولية المتنوعة، مثل الأسرة. وتمتاز هذه المجموعة بعلاقة مستمرة وجهًا لوجه، وبقدر عالٍ من الاستقرار النسبي، وبمستوى مرتفع من القرب والتماسك بين أعضائها، مما يؤدي إلى تكامل العلاقة بين الأعضاء والمجموعات. كما أن العلاقات المباشرة داخل المجموعة تتيح لكل فردٍ منها تغذية راجعة حول الكيفية التي ينظر بها الآخرون إليه. وبذلك يتكوّن مفهوم الذات من خلال عملية تعلّم القيم، والاتجاهات، والأدوار، والهويات، أثناء التفاعل الاجتماعي.

ومما سبق، ترى الباحثة أن هذا التصور ينطبق على الشباب الناشئين؛ إذ يتكوّن مفهوم ذاتهم الأكاديمي والاجتماعي من خلال تفاعلاتهم اليومية مع الزملاء، وأعضاء هيئة التدريس، أو رؤسائهم في العمل، أو الأسرة. فالتغذية الراجعة، كالمدح، أو النقد، أو التقييم، تؤثر في إدراكهم لقدراتهم وقيمتهم الذاتية، وتُسهم في تشكيل ثقتهم بأنفسهم، وطموحاتهم المستقبلية. كما أن تغيّر السياقات وتعدد الجماعات المرجعية يسهمان في جعل مفهوم الذات لدى الأفراد ديناميكيًا، ويتطور تبعًا للتفاعلات الاجتماعية، ومعانيهم المتبناة تجاهها.

مفهوم الذات في ضوء النظرية البنائية:

تناولت النظرية البنائية "الذات" باعتبارها نظامًا من "الأبنية الشخصية"؛ يبتكره الفرد ليفسر به واقعه، حيث يتشكل هذا المفهوم من خلال التالي (أبو عيطة، 2015):

1. **الذات كمعماري للتجربة:**

يفترض المنظور البنائي أن الفرد ليس مجرد متلقٍ للمعلومات؛ بل هو المؤلف والمصمم لرؤيته عن نفسه. مفهوم الذات هنا يُبنى من خلال تفاعل الشخص مع خبراته اليومية؛ فالفرد يختار كيف يفسر أحداث حياته، ومن هذه التفسيرات ينسخ خيوط هويته.

2. **الذات القائمة على الأضداد (الثنائيات):**

يتشكل مفهوم الذات من خلال "أبنية" تعتمد على التناقضات، (مثل: كُفْء مقابل غير كُفْء، قيادي مقابل تابع). يدرك الفرد ذاته من خلال تحديد موقعه بين هذه الأقطاب؛ مما يساعده على محاولة التنبؤ بسلوكه، وتطوير استراتيجيات للتعامل مع أحداث المستقبل.

3. **الذات المرنة والتطور المستمر:**

مفهوم الذات ليس ساكنًا، بل هو نظام ديناميكي يتطور باستمرار؛ ليعزز الاستقرار النفسي. وتبرز قوة "الذات" في قدرتها على تحويل المواقف الصعبة إلى "خبرات تعلُّم" تُدمَج ضمن الهوية الشخصية؛ مما يجعل الشخص أكثر مرونة في مواجهة تقلُّبات الحياة.

4. **التوازن بين التمايز والتكامل:**

يتشكل مفهوم الذات الناضج عبر مسارين، هما:

1. التمايز: قدرة الفرد على رؤية جوانب متعددة ومتميزة من شخصيته.
2. التكامل: قدرة الفرد على ربط هذه الجوانب؛ لتكوين صورة موحدة ومتسقة.

وتجدر الإشارة إلى أن المرونة تكمن في التوازن؛ فبينما يمنحنا التمايز عمقًا، فإن الإفراط فيه قد يؤدي إلى تشتت الهوية، وصعوبة اتخاذ القرارات.

مما سبق، ترى الباحثة أن "الذات" من المنظور البنائي تمثل بناء معرفي مرن، يصوغه الفرد لنفسه، ويخضع للتعديل مع كل تجربة؛ بهدف تحقيق الاتساق بين كينونته وسلوكه.

أهمية مفهوم الذات لدى الشباب:

يمتلك الأفراد الراشدين مفهومًا ذاتيًا عن أنفسهم بوصفهم أفرادًا قادرين على توجيه ذواتهم، ومؤهلين لاتخاذ قراراتهم الحياتية، ومسؤولون عنها. ومع ترسخ المفهوم الذاتي، تنشأ لديهم حاجة نفسية إلى أن يُنظر إليهم بهذه الصورة؛ فيميلون إلى مقاومة أو استنكار المواقف التي تتحدى هذا التصور عن الذات. وأنشطة الحياة اليومية تتحدى مفهوم القدرة على التوجيه الذاتي لدى الشباب، وتولد صراعًا نفسيًا، يدفعهم تلقائيًا إلى تجنب الموقف أو الانسحاب منه، سواءً كان ذلك نتيجة تلقيهم ملاحظات تشير إلى ضعف أدائهم، أو بسبب إخفاقهم في أحد الجوانب. لذا؛ فإن من أبرز التحديات التي يواجهها الأفراد يتمثل في إدراك هذه المشكلة، والسعي إلى تهيئة تجارب تَعلُّم تراعي مفهومهم لذواتهم وتنسجم معه، بدلًا من أن تتعارض معه. ويسهم ذلك بدوره في تعزيز جاهزيتهم للتعلم؛ إذ يصبح التعلم أكثر فاعلية حين يكون مرتبطًا بالواقع، ومتسقًا مع التطور التدريجي للمهارات الفردية (Berfield, 2019).

والتحصيل الأكاديمي أو المهني له تأثير قوي على مفهوم الطلبة لذاتهم (Möller et al., 2020). والمفهوم الذاتي الأكاديمي المهني الإيجابي له تأثير كبير على تعلم الشباب وتطورهم (Yang et al., 2025)، لارتباطه بدرجة دافعيتهم نحو التعلم، واستجابتهم للتحديات، ومدى ثقتهم بقدرتهم على تحقيق النجاح. ويمكن النظر إليه بوصفه امتدادًا لمفهوم الذات العام، يتجلى في المجال الأكاديمي/المهني، ويعكس تصور الأفراد عن قدراتهم الأكاديمية/المهنية ضمن إطار إدراكهم لذواتهم كأفراد مستقلين وقادرين على التوجيه الذاتي.

وترى الباحثة أنه كلما كان مفهوم الذات إيجابيًا، وشاملًا لتقبل الذات، وصورة الجسم، فإنه ينعكس على تعزيز الثقة بالنفس لدى الفرد؛ فالثقة بالنفس تنبثق بشكل أساسي من مفهوم الذات المتشكل لدى الفرد. ووفقًا لدراسة (Hijrianti & Taqiyah, 2024)؛ تمثل الثقة بالنفس حجر الزاوية في نجاح الشباب، وهي نتاج مباشر لتقبل الذات والرضا عن المظهر "صورة الجسم"؛ فبينما يمهد القبول الذاتي الطريق لتعزيز الثقة، يؤدي غيابه إلى عرقلة الاندماج الاجتماعي، مما يضعف من قدرة الفرد على بلورة أحلامه، وتحقيق تطلعاته.

كما يُعد إدراك صورة الجسد عاملًا مؤثرًا بشكل كبير في الرفاه النفسي للشباب، حيث تبرز أهمية دمج تدخلات تعليمية موجهة تستجيب لاحتياجاتهم مع التركيز على دعم الوعي الصحي والإيجابي لصورة الجسم بوصفه عاملاً مركزيًا في تعزيز التوافق النفسي؛ فترسيخ المواقف الإيجابية تجاه صورة الجسم يسهم في بناء تقدير ذاتي متوازن، ويحد من الآثار السلبية المرتبطة بالتصورات المشوهة للمظهر الجسدي (Wang et al., 2025). لذلك، تبرز أهمية التركيز على النشاط البدني في مساعدة الشباب على تحقيق مفهوم ذاتي إيجابي؛ كونه يساهم في تعزيز العافية النفسية من خلال تحسين التصورات الجسدية. (Fernández-Bustos et al., 2019)

الدراسات السابقة

فيما يلي عرض للدراسات السابقة، وقد صُنِّفت وفقًا لمتغير مفهوم الذات وعلاقته بمتغيرات أخرى، وقد تم ترتيبها وفقًا للتسلسل الزمني من الأقدم إلى الأحدث. وتجدر الإشارة إلى أنه على الرغم من تزايد الاهتمام البحثي بمفهوم الذات؛ إلا أن معظم الدراسات السابقة -حسب اطلاع الباحثة على قواعد المكتبة الرقمية -قد تناولت هذا المتغير دون التركيز على أبعاده ضمن نموذج وصفي شامل، خاصةً في البيئة العربية، وبالتحديد في السياق السعودي. كما أن الدراسات العربية التي تناولت هذا المتغير لا تزال محدودة؛ مما يشير إلى وجود فجوة بحثية تستدعي المزيد من الدراسة والتحليل.

- هدفت دراسة Barry et al. (2019) لفحص العلاقة بين مفهوم الذات المهنية والضغوط، وشملت العينة (154) من طلبة التمريض في إيران. واعتمدت على المنهج الوصفي الارتباطي، واستخدمت مقياس مفهوم الذات المهنية، والضغوط المُدركة. وأظهرت النتائج أن مستوى مفهوم الذات المهنية ارتبط سلبًا بمستوى الضغوط، أي أنه كلما ارتفع مفهوم الذات المهنية كلما يقل مستوى الضغوط.
- هدفت دراسة مصطفاوي والأسود (2021) إلى التعرف على مستوى جودة الحياة ومفهوم الذات، وقياس العلاقة بين جودة الحياة ومفهوم الذات، وإيجاد الفروق في مستوى مفهوم الذات لدى الطلبة ذوي مستوى جودة حياة مرتفع تبعًا لمتغيري النوع والمستوى التعليمي، وقد بلغ عدد العينة (120) طالبًا وطالبة من جامعة الوادي بالجزائر، واعتمدت على المنهج الوصفي الارتباطي، واستخدمت مقياسي: جودة الحياة، ومفهوم الذات. أظهرت نتائجها وجود مستوى مرتفع في كلٍّ من جودة الحياة ومفهوم الذات، ووجود علاقة ارتباطية موجبة بين مستوى جودة الحياة ومستوى مفهوم الذات، وعدم وجود فروق في مستوى مفهوم الذات لدى طلبة الجامعة ذوي مستوى جودة حياة مرتفع باختلاف نوعهم (ذكور، إناث)، ومستواهم التعليمي.
- هدفت دراسة المهايره وآخرون (2022) إلى الكشف عن مستويات مفهوم الذات والسعادة والعلاقة بينهما، وإيجاد الفروق في مستويات كلًّا من مفهوم الذات والسعادة باختلاف النوع (ذكر -أنثى)، والكلية (إنسانية – علمية – صحية). تكونت العينة من (500) طالبًا وطالبة من الشباب الجامعي في الجامعة الأردنية، واستخدمت المنهج الوصفي والارتباطي، وقد طبقت مقياسي: مفهوم الذات، والسعادة. وأظهرت النتائج أن مستوى مفهوم الذات والسعادة قد جاء مرتفعًا، ووجود علاقة طردية بين مفهوم الذات والسعادة، ووجود فروق دالة إحصائيًّا في مستويات كُلًّا من مفهوم الذات والسعادة تُعزَى للنوع لصالح الذكور، أيضًا أظهرت وجود فروق دالة إحصائيًّا في مستويات كُلًّا من مفهوم الذات والسعادة بين جميع مستويات متغير الكلية؛ حيث كان أعلى مستوى لصالح الكليات العلمية، ثم يليه الكليات الصحية، وأخيرًا الكليات الإنسانية.
- هدفت دراسة García-Martínez et al. (2022) إلى فحص العلاقة بين المرونة والذكاء الانفعالي ومفهوم الذات والتحصيل الأكاديمي. بلغ حجم العينة (1020) من طلبة الجامعة بمختلف التخصصات في جنوب إسبانيا. واعتمدت على المنهج الوصفي الارتباطي، واستخدمت المقاييس التالية: المرونة، الذكاء الانفعالي، مفهوم الذات، درجة المعدل الأكاديمي. أظهرت النتائج توسط مفهوم الذات العلاقة بين المرونة النفسية والتحصيل الأكاديمي. ومفهوم الذات له علاقة إيجابية مباشرة بالتحصيل الأكاديمي، وتوجد علاقة موجبة دالة إحصائيًا بين مفهوم الذات وكلًّا من المرونة والذكاء الانفعالي، وتدل النتائج على أن الطلبة الذين يتمتعون بمستويات مرتفعة من الذكاء الانفعالي أو المرونة، ويملكون أيضًا مستويات عالية من مفهوم الذات، يُظهرون مستوى تحصيل أكاديمي مرتفع، وتؤكد نتائجها على أهمية تبني المعتقدات والسلوكيات الإيجابية لتحقيق مستوى أفضل من التحصيل الأكاديمي.
- هدفت دراسة Hong et al. (2022) إلى فحص الدور الوسيط المحتمل للمعنى في الحياة والدور الوسيط المعدل للقدرة على تنظيم الانفعال في العلاقة بين وضوح مفهوم الذات وأعراض الاكتئاب. وتكونت العينة من (488) من طلبة التمريض في جنوب شرق الصين. واعتمدت على المنهج الوصفي. واستخدمت المقاييس التالية: وضوح مفهوم الذات، الإحساس بالحياة، الاكتئاب، وتنظيم الانفعال. وأظهرت النتائج وجود علاقة سلبية بين وضوح مفهوم الذات والاكتئاب لدى العينة، ومعنى الحياة كان له تأثير وسيط جزئي على العلاقة بين وضوح مفهوم الذات والاكتئاب. والقدرة على تنظيم الانفعال وسيط معدل للتأثير المباشر لوضوح مفهوم الذات على الاكتئاب.
- هدفت دراسة عوده وآخران (2023) إلى التعرف على واقع التلوث النفسي ومدى أثره على مفهوم الذات، وتكونت العينة

من (314) من طلبة جامعة فيلادلفيا الأردنية من كلا النوعين ذكورًا وإناثًا من مختلف الكليات العلمية والإنسانية، واستخدمت المنهج الوصفي التحليلي، واستخدمت مقياسي: التلوث النفسي، ومفهوم الذات. أظهرت نتائجها وجود مستوى منخفض من التلوث النفسي لدى العينة، ومستوى مرتفع من مفهوم الذات لديهم، كما أشارت النتائج إلى وجود أثر معنوي لبعد واحد فقط من أبعاد التلوث النفسي (عدم الإحساس بالقيمة) على مفهوم الذات لدى العينة.

- هدفت دراسة Dehghan and Ebadikhah (2023) إلى الكشف عن الفروق بين المعرفة التكاملية بالذات والعطف الذاتي وتنظيم الانفعال بناءً على مستويات وضوح مفهوم الذات. اشتملت العينة على (162) من المجتمع الإيراني، الذين تقع درجاتهم ضمن حدود المستويات الثلاثة لوضوح مفهوم الذات لديهم (متدني، متوسط، مرتفع)، وهي عينة غير إكلينيكية، واعتمدت على المنهج الوصفي التحليلي، ذو تصميم أحادي العامل. واستخدمت المقاييس التالية: وضوح مفهوم الذات، المعرفة التكاملية بالذات، والعطف الذاتي، واستبيان تنظيم الانفعال. وأظهرت النتائج أن المجموعة ذات وضوح مفهوم الذات المرتفع قد سجلت مستويات مرتفعة دالة إحصائياً من المعرفة التكاملية بالذات والعطف الذاتي مقارنةً بالمجموعتين الأخرى. وأن وضوح مفهوم الذات المرتفع يعزز من المعرفة التكاملية بالذات والعطف الذاتي، ويقلل من استراتيجية تنظيم الانفعال (القمع التعبيري).
- هدفت دراسة الدرادكة وحياصات (2024) إلى الكشف عن مستوى مفهوم الذات، وإيجاد الفروق في مستوى مفهوم الذات تعزى لمتغيري النوع (ذكر -أنثى)، والتخصص (علمي -إنساني). تكونت العينة من (375) طالبًا وطالبة من جامعة البلقاء التطبيقية في الأردن، واعتمدت على المنهج الوصفي التحليلي، واستخدمت مقياس مفهوم الذات. أظهرت النتائج أن مستوى مفهوم الذات لدى العينة قد جاء بدرجة متوسطة، كما تبين وجود فروق في مستوى مفهوم الذات لديهم تعزى لمتغير النوع لصالح الذكور، ووجود فروق في مستوى مفهوم الذات تعزى لمتغير التخصص لصالح طلبة التخصصات الإنسانية.
- هدفت دراسة Gashlan (2025) إلى فحص مستويات مفهوم الذات الأكاديمي والنجاح الأكاديمي، والكشف عن العلاقة بينهما، وإيجاد الفروق في مفهوم الذات والنجاح الأكاديمي تبعًا للنوع (ذكر -أنثى). بلغت العينة (336) من طلبة جامعة الملك فيصل في الأحساء بالمملكة العربية السعودية من مختلف التخصصات، واعتمدت على المنهج الوصفي والاستدلالي. واستخدمت مقياسي: مفهوم الذات الأكاديمي، والنجاح الأكاديمي. أظهرت النتائج وجود مستوى إيجابي من مفهوم الذات، ومستوى مرتفع من النجاح الأكاديمي، ووجود ارتباطات إيجابية قوية بين مفهوم الذات الأكاديمي والعديد من مجالات النجاح الأكاديمي المتصور، وكان من أهمها مجالي: (البيئة التعليمية ومساهمة الآخرين)، و(تأثير الخصائص الفردية للطلبة). ووجود فروق في مفهوم الذات والنجاح الأكاديمي تبعًا للنوع لصالح الذكور.
- هدفت دراسة Randraputri and Syahid (2025) إلى الكشف عن القدرة التأثيرية لأسلوب التربية السامة والتنظيم الانفعالي على مفهوم الذات. بلغ عدد العينة (201) من الطلبة الجامعيين المقيمين في منطقة جابوديتابك في إندونيسيا. واعتمدت على المنهج الوصفي والاستدلالي. واستخدمت استبيان مفهوم الذات الشخصي، ومقياسي: أسلوب التربية السامة، وصعوبات تنظيم الانفعال. أظهرت النتائج وجود تأثيرٍ دالٍّ إحصائيًّا لكلٍّ من أسلوب التربية السامة والتنظيم الانفعالي بأبعادهما في مفهوم الذات لدى العينة.

التعقيب على الدراسات السابقة

- من حيث الهدف: تنوعت الدراسات السابقة في أهدافها، ولكنها تشابهت مع الدراسة الحالية في تناولها لمتغير مفهوم الذات، وتميزت الدراسة الحالية في تناولها مفهوم الذات بأبعاده؛ والتعرف على خصائصه السيكومترية لدى الشباب في المجتمع السعودي في ضوء استبيان مفهوم الذات، من إعداد (Dolejš et al., 2022)، ترجمة: (الباحثة وآخران، 2026).
- من حيث العينة: اتفقت جميع الدراسات السابقة مع الدراسة الحالية في اختيارهم للعينة من الذكور والإناث، بينما اختلفت معها في أن عينة الدراسة الحالية اختصت بفئة الشباب في المجتمع السعودي تحديدًا، ومن الفئة العمرية (19-26) سنة.
- من حيث المنهج: اتفقت الدراسة الحالية مع معظم الدراسات السابقة في استخدامها المنهج الوصفي.

- من حيث الأدوات: اتفقت الدراسة الحالية مع معظم الدراسات السابقة في استخدامها الاستبانات كأداة لجمع المعلومات.
- مدى الاستفادة من الدراسات السابقة: استفادت الدراسة الحالية من الدراسات السابقة في تكوين الخلفية النظرية لموضوع الدراسة، وتحديد مشكلة الدراسة، وأهميتها، واختيار المنهج الملائم، كما اتفقت الدراسة مع معظمها في اختيار العينة، وذلك يعزز من اختيار العينة لطبيعة المتغير المدروس، وعليه، جاءت الدراسة الحالية بهدف ترجمة وتقنين استبيان مفهوم الذات بأبعاده لدى عينة من شباب المجتمع السعودي.

منهجية الدراسة الحالية

منهج الدراسة:

اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي؛ لملاءمته طبيعة السؤال ذو النزعة التحليلية، ولتحقيق هدف الدراسة؛ فالمنهج الوصفي يساهم في تلخيص وتحليل البيانات المعقدة، وتقديمها بشكل موجز وواضح، مما يعزز جودة التواصل البحثي، ويدعم اتخاذ القرارات؛ فهو يمثل حجر الزاوية الذي تُبنى عليه التقنيات الإحصائية المتقدمة، كما يعد مصدرًا لإلهام الباحثين، وتوجيه مسارات التحليل (Alabi & Bukola, 2016).

مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من الشباب في المملكة العربية السعودية بمختلف مناطقها الإدارية، وقد بلغ عدد الشباب الجامعي الإجمالي من النوعين (ذكور، إناث) ومن جميع التخصصات والمستويات الدراسية لمرحلة البكالوريوس (1 مليون) فردًا، حسب إحصاءات الجامعات والطلاب، وتقرير الأداء الأول، وإحصائية الطلبة المقيدين لعام 2024، من مجلس شؤون الجامعات [CUA] (CUA, December, 2024.; 2025). وقد حُدِّد العام 1446-1447ه كإطار زمني.

عينة الدراسة الأساسية:

تم تطبيق الأدوات المحددة في الدراسة الحالية على العينة بعد ترجمة الأداة وتكييفها الثقافي على البيئة السعودية، باستخدام أسلوب العينة العشوائية الطوعية؛ لضمان التمثيل المتكافئ حسب متغير النوع (ذكر، أنثى)، وتكونت من (200) من شباب المجتمع السعودي ذكورًا وإناثًا خلال عام 2024-2025. وقد تم نشر رابط الاستبانة الإلكترونية عبر منصات التواصل الاجتماعي، وتم الحصول على الموافقة الطوعية من المشاركين قبل البدء في تعبئة الاستبيان. والهدف من جمع العينة هو التحقق من الخصائص السيكومترية (الصدق والثبات) للنسخة السعودية من الأدوات المستخدمة التي ترجمتها الباحثة. وقد تراوحت أعمار المشاركين من (19-26) عامًا، بمتوسط حسابي (21.47 عامًا)، وانحراف معياري (2.20 عامًا)، والجدول (1) يوضح الخصائص الديموغرافية للعينة.

جدول (1) البيانات الديموغرافية لعينة الدراسة (ن=200)

المتغير	الفئة	العدد	النسبة
النوع	ذكور	41	%20.5
	إناث	159	%79.5

يتضح من الجدول (1) أن النسبة الأكبر من إجمالي العينة بلغت 79.5% وقد كُنَّ من الإناث، بينما بلغت نسبة الذكور 20.5%.

أدوات الدراسة:

بناءً على منهج الدراسة الحالية، وتساؤلها، وهدفها، قامت الباحثة باختيار وتطبيق أدوات الدراسة على عينتي الدراسة (الأولية، والأساسية) وفق معايير وضوابط أخلاقية؛ حيث تم الحصول على الموافقة الطوعية من المشاركين مع التأكيد على حقهم الاختياري بالمشاركة، وحقهم الكامل في الانسحاب دون قيود، إضافةً إلى الالتزام بسرية البيانات وإخفاء هويتهم. وتتكون أدوات الدراسة من: استبانة الأسئلة الديموغرافية (إعداد الباحثة)، وترجمة وتقنين الباحثة للأداة التالية على البيئة السعودية: استبيان مفهوم الذات-18 من إعداد (Dolejš et al., 2022)، ترجمة: (البخاري وآخران، 2026) (الملحق).

استبانة الأسئلة الديموغرافية، (إعداد الباحثة):

تحتوي على أسئلة عن النوع، والعمر.

استبيان مفهوم الذات-18، إعداد (Dolejš et al., 2022)، ترجمة (الباحثة وآخران، 2026): " Questionnaire of Self-Concept-18":

يُعَرَّف استبيان مفهوم الذات بأنه: أداة تقييم سيكومترية مصممة لقياس الطريقة التي ينظر بها الفرد إلى نفسه ويدرك بها قدراته وصفاته في مجالات حياتية مختلفة. وهو أداة متعددة الأبعاد؛ فلا يقيس "مفهوم الذات" كتكوين أحادي، بل يحلله إلى ستة أبعاد أساسية (اجتماعية، مهنية، جسدية، نفسية، وجودية) ليعطي صورة تفصيلية عن نقاط القوة والضعف في إدراك الفرد لذاته. وقد صُمم الاستبيان ليناسب المراهقين والبالغين، ويُستخدَم في سياقات متنوعة تشمل علم النفس الإكلينيكي، والمجالات التربوية، والبحوث النفسية. ويعتمد الاستبيان على تقرير الفرد عن نفسه "Self-report"؛ حيث يقوم المستجيب بتقييم عبارات معينة بناءً على مدى انطباقها عليه، مما يعكس "الذات المُدرَكة" كما يراها الشخص من الداخل، وليس بالضرورة كما يراه الآخرون. ويتوفر منه نسختان؛ النسخة الكاملة المكونة من 36 عبارة [QSC-36] التي توفر تحليلًا معمقًا، والنسخة المختصرة المكونة من 18عبارة [QSC-18] التي تُستخدَم للمسح السريع. (ملاحظة: الدراسة الحالية تناولت النسخة المختصرة، وذلك لتناسبها مع الفئة المستهدفة، وهم عينة غير إكلينيكية والمتمثلة في طلبة الجامعة في المجتمع السعودي). إن الغرض من استبيان مفهوم الذات هو مساعدة المتخصصين في فهم كيف تؤثر صورة الذات على سلوك الفرد، وتوافقه الاجتماعي، وعافيته النفسية، وقدرته على الإنجاز في العمل أو الدراسة. حيث يوفر استبيان مفهوم الذات معلومات تؤثر بشكل كبير على مفهوم الذات وتشكله، وتتناول النواحي التالية: (التكيف الاجتماعي -العمل والدراسة -الثقة في الجسد -مقاومة القلق -الشعبية في المجتمع- الإحساس بالمعنى وتحقيق الذات) وهي تمثل ستة أبعاد فرعية لمفهوم الذات. تعمل هذه الأداة على تحديد الأفراد الذين لديهم تدني في مفهوم الذات، وتحديد النواحي التي يعانون فيها من نقص الفاعلية مقارنةً بالآخرين. ويتكون الاستبيان في نسخته القصيرة من (18) عبارة اختبار تقريرية، ويستجيب الفرد لها بأربع بدائل تصحيح على طريقة ليكرت، والتي تتدرج على النحو التالي: (4 أعترض بشدة، 3 أعترض، 2 أتفق، 1 أتفق بشدة). وتوجد عبارات إيجابية تُصَحّح عكسيًا، وهي الفقرات التالية: 2، 6، 7، 8، 9، 12، 14، 18. وتشير الدرجة الكلية المرتفعة إلى مفهوم ذات إيجابي واحترام ذاتي مرتفع، بينما تشير الدرجة الكلية المنخفضة إلى صعوبات في فهم الذات أو مفهوم ذات سلبي في عدة مجالات. ويمثل تعريف كل بُعد كالتالي: التكيف الاجتماعي: يقيس هذا البعد السلوك الاجتماعي للفرد، ومدى قبوله أو إنكاره للسلوكيات الإشكالية في علاقته بالبيئة الاجتماعية العامة. وتتعلق بنود هذا البعد بالتواصل الفردي، والصعوبات في العلاقات الاجتماعية، والعلاقات الأسرية. وفقراته هي: (1، 7، 13). العمل والدراسة: يركز هذا البعد على تقييم الفرد لذاته في البيئة المهنية أو الأكاديمية. ويشمل استقصاء الرضا عن الأداء الشخصي، والثقة في العمل أو المؤسسة التعليمية، والرضا عن الدور داخل الفريق أو المجموعة الدراسية. وفقراته هي: (2، 8، 14). الثقة في الجسد: يتناول هذا البعد المشاعر المتعلقة بالجاذبية أو خصائص جسدية محددة يراها الفرد سلبية. وتُعتَبر الثقة بالجسم وصورة الجسد جزءًا لا يتجزأ من مفهوم الذات الكلي، وتؤثر بقوة على مكوناته الأخرى. وفقراته هي: (3، 9، 15). مقاومة القلق: يعكس هذا البُعد مشاعر القلق والانزعاج "dysphoria"، وتهدف بنوده إلى رصد مستويات القلق العامة، والحزن، والمخاوف، ولكنه ليس تقييمًا إكلينيكيًا لأعراض اضطرابات القلق المحددة. وفقراته هي: (4، 10، 16). الشعبية في المجتمع: يركز هذا البعد على نطاق ضيق من الأداء الاجتماعي؛ حيث يقيس إدراك الفرد لمدى شعبيته أو تعرضه للعزلة الاجتماعية أو النبذ من قِبَل المجموعة الاجتماعية. وفقراته هي: (5، 11، 17). الإحساس بالمعنى وتحقيق الذات: يوفر هذا البُعد معلومات حول شعور الفرد بجدوى حياته وقدرته على تحقيق ذاته. ويعكس مدى تفاؤل المستجيبين بالمستقبل ومعناه، وشعورهم بالسيطرة الكافية على العالم من حولهم. وفقراته هي: (6، 12، 18).

الخصائص السكومترية لاستبيان مفهوم الذات-18:

تحقق Dolejš et al. (2022) بأن النسخة المكونة من ثمانية عشر بندًا تحتفظ بهيكلها العاملي، ويمثل نموذج العامل الثنائي ملاءمة مرتفعة للبيانات، يتراوح مجموع البنود من (29. إلى 85.)، وتحتفظ المقاييس الستة الفرعية بصدقها وثباتها، ويظل ثبات أوميغا للمقياس الكلي للنموذج القصير حوالي (95.) وهو ثبات مرتفع، ويتراوح ثبات أوميغا للأبعاد الفرعية من (60. إلى 88.) وهو مؤشر ثبات جيد. وفيما يتعلق بصدق البناء، فقد كشفت نتائج التحليل العاملي التوكيدي عن مؤشرات جودة مطابقة تدعم الهيكل العاملي للاستبيان والمكون من ستة أبعاد فرعية؛ مما يؤكد الصدق العاملي للأداة وكفاءتها في قياس مفهوم الذات

لدى الراشدين في السياقات البحثية.

إجراءات الترجمة والتقنين لاستبيان مفهوم الذات-18:

قامت الباحثة بترجمة استبيان مفهوم الذات-18 قبل تطبيقه على عينة الدراسة الأساسية، وقبل التحقق من خصائصه السيكومترية، وقد تم ترجمته إلى اللغة العربية، وتقنينه على فئة الشباب، وطبقت التحكيم اللغوي، والتكييف الثقافي، بما يتناسب مع بيئة المجتمع السعودي.

اتبعت الباحثة منهجية Beaton et al. (2000) في إجراءات الترجمة للأدوات المستخدمة، وهي: الترجمة المبدئية، التوليف بين النسختين، الترجمة العكسية، تحكيم الخبراء، والاختبار القبلي. وتتميز هذه المنهجية بأنها لا تعتمد على الترجمة الحرفية التي يمكن أن تفشل في نقل المفاهيم المعقدة، بل تركز على التكيف الثقافي للأدوات من ثقافتها الأصلية إلى الثقافة السعودية، لضمان أن الأداة المترجمة تنقل المفهوم بدقة وليست مقتصرة على نقل الكلمات وحدها، مما يجعل نتائج الدراسة التي تستخدم هذه المقاييس رصينة وقابلة للمقارنة عالميًا.

وقد تم اختبار النسخة التجريبية "قبل النهائية" على عينة صغيرة أولية من الفئة المستهدفة للدراسة الحالية، وهم الشباب في المجتمع السعودي (ن= 30)، وتم الحصول على ملاحظاتهم حول مدى وضوح العبارات وصياغتها لكل بند من بنود الأدوات، وذلك للتأكد من أن البنود مفهومة ولا تحمل تأويلات خاطئة قبل اعتمادها بشكل نهائي، والتأكد من فهمهم لبدائل الاستجابة لكل أداة، وفي ضوء ذلك؛ تم اعتماد النسخة التجريبية بعد إجراء تعديل بسيط في إحدى العبارات، ومن ثم بعدها تم الاعتماد على النسخة العربية السعودية النهائية من الأداة المستخدمة في الدراسة الحالية، كما تم مراجعة النسخة المترجمة مرة أخرى، والموافقة عليها من قبل لجنة من المحكمين من أساتذة مختصين في علم النفس، وذلك للحكم على مدى وضوح العبارات، وسلامتها اللغوية، وانتمائها للمجال المراد قياسه. وقد نال المقياس في صورته النهائية موافقة لجنة المحكمين بنسبة اتفاق تجاوزت 80%، مما يشير إلى توفر صدق المحتوى.

نتائج الدراسة ومناقشتها

ما مؤشرات الخصائص السيكومترية لاستبيان مفهوم الذات بأبعاده لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي؟

للإجابة على هذا السؤال؛ قامت الباحثة بترجمة وتقنين استبيان مفهوم الذات-18، وتكييفه الثقافي على البيئة السعودية، ثم تحققت من خصائصه السيكومترية من خلال تطبيقه على عينة بلغ عددها (200) من الشباب في المجتمع السعودي، خصائصها موضحة في الجدول (1)، وذلك بحساب صدق الأداة على النحو التالي: صدق الاتساق الداخلي، الصدق العاملي، وثبات الأداة.

صدق الاتساق الداخلي لاستبيان مفهوم الذات-18:

تم التحقق من الاتساق الداخلي لاستبيان مفهوم الذات-18 بطريقة الاتساق الداخلي، عن طريق حساب معاملات ارتباط بيرسون بين كل فقرة، والدرجة الكلية للاستبيان، كما هي موضحة في الجدول (2)، كذلك حساب معاملات الارتباط بين كل فقرة، والبعد الذي تنتمي له والجدول (3) يوضح ذلك، بالإضافة إلى حساب معاملات الارتباط بين درجة كل بعد، والدرجة الكلية للاستبيان كما هي موضحة في الجدول (4).

جدول (2) معاملات ارتباط بيرسون بين كل فقرة والدرجة الكلية لاستبيان مفهوم الذات-18 (ن= 200)

الفقرة	ر	الفقرة	ر	الفقرة	ر	الفقرة	ر	الفقرة	ر	الفقرة	ر
1	.55**	2	.53**	3	.65**	4	.59**	5	.67**	6	.55**
7	.54**	8	.51**	9	.55**	10	.48**	11	.56**	12	.52**
13	.51**	14	.53**	15	.47**	16	.57**	17	.63**	18	.62**
**جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى 01.											

تشير النتائج في جدول (2) إلى أن الدرجة الكلية لاستبيان مفهوم الذات-18 ارتبطت ارتباطًا دالًّا بدرجة كل فقرة من فقرات الاستبيان؛ حيث كانت قيم معاملات الارتباط دالة إحصائيًا عند مستوى الدلالة (.01).

جدول (3) معاملات ارتباط بيرسون بين كل فقرة والبعد الذي تنتمي له لاستبيان مفهوم الذات-18 (ن= 200)

البعد 1 التكيف الاجتماعي (3 فقرات)		البعد 2 العمل والدراسة (3 فقرات)		البعد 3 الثقة في الجسد (3 فقرات)		البعد 4 مقاومة القلق (3 فقرات)		البعد 5 الشعبية في المجتمع (3 فقرات)		البعد 6 الإحساس بالمعنى وتحقيق الذات (3 فقرات)	
الفقرة	ر	الفقرة	ر	الفقرة	ر	الفقرة	ر	الفقرة	ر	الفقرة	ر
1	.71**	2	.85**	3	.71**	4	.81**	5	.85**	6	.75**
7	.65**	8	.74**	9	.75**	10	.74**	11	.80**	12	.77**
13	.76**	14	.82**	15	.79**	16	.85**	17	.81**	18	.79**
**جميع معاملات الارتباط دالة إحصائيا عند مستوى 01.											

يتضح من جدول (3) أن كل فقرة من فقرات استبيان مفهوم الذات-18 ارتبطت ارتباطًا دالًّا بدرجة البعد الخاص بالفقرة، وكانت جميع معاملات الارتباط دالة إحصائيًّا عند مستوى الدلالة (01.).

جدول (4) معاملات ارتباط بيرسون بين درجة كل بعد والدرجة الكلية لاستبيان مفهوم الذات-18 (ن= 200)

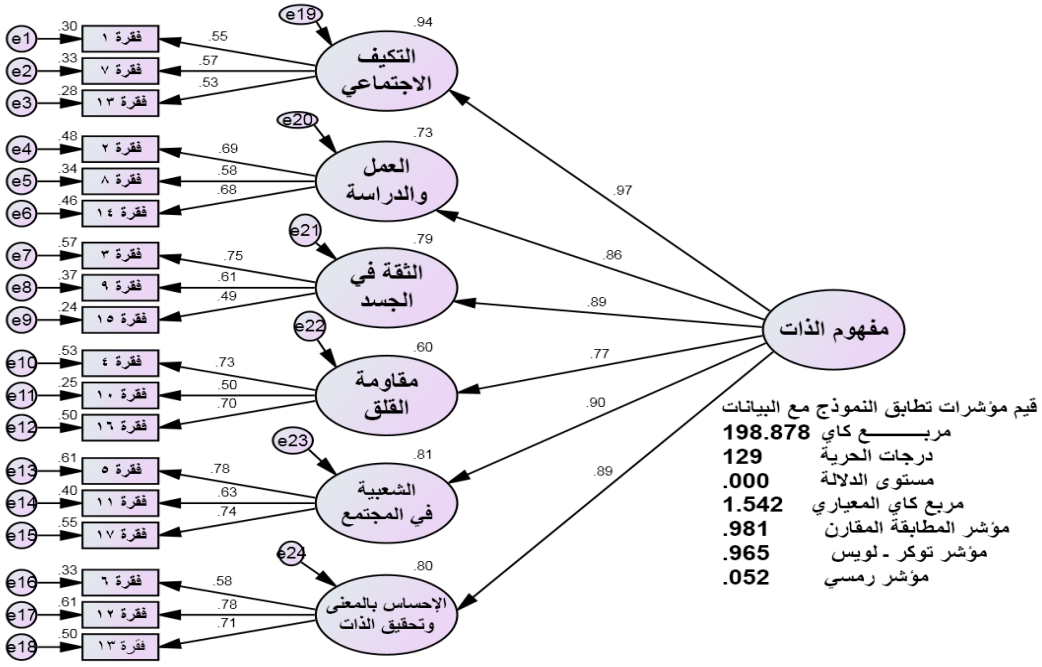
المتغير	البعد 1 التكيف الاجتماعي	البعد 2 العمل والدراسة	البعد 3 الثقة في الجسد	البعد 4 مقاومة القلق	البعد 5 الشعبية في المجتمع	البعد 6 الإحساس بالمعنى وتحقيق الذات
(الدرجة الكلية) لمفهوم الذات	.76**	.65**	.73**	.68**	.75**	.73**
**جميع معاملات الارتباط دالة إحصائيا عند مستوى 0.01						

يمكن ملاحظة أن كل بعد من أبعاد استبيان مفهوم الذات -18من جدول (4) قد ارتبط ارتباطًا دالًّا بالدرجة الكلية على الاستبيان لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي؛ حيث كانت جميع معاملات الارتباط دالة إحصائيًا عند مستوى الدلالة (01.). ويتبين لنا مما سبق عرضه، وفقًا للنتائج الموضحة في كلًّا من الجداول التالية: (2)، (3)، و(4)، أن الدرجة الكلية لاستبيان مفهوم الذات-18قد ارتبطت ارتباطًا دالًّا بدرجة كل فقرة من فقرات الاستبيان، ودرجة كل فقرة ترتبط ارتباطًا دالًّا بدرجة البعد الذي تنتمي إليه، وكذلك ترتبط درجة كل بعد من أبعاد استبيان مفهوم الذات-18ارتباطًا دالًّا بالدرجة الكلية له؛ وذلك يشير إلى صدق استبيان مفهوم الذات-18عن طريق الاتساق الداخلي، ويدل على التجانس الداخلي للاستبيان، وأنه صالح للاستخدام في الدراسات المستقبلية.

الصدق العاملي لاستبيان مفهوم الذات-18:

تم التحقق من الصدق العاملي لاستبيان مفهوم الذات-18لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي، باستخدام التحليل العاملي التوكيدي، للتأكد من البناء العاملي الذي استخرجه معدوا الاستبيان، ولمعرفة تطابق العوامل المستخرجة (ستة عوامل)، مع النموذج المقترح للصدق العاملي التوكيدي، ويوضح ذلك شكل (1)، والجدولين (5)، و(6).

International Journal for Scientific Research (IJSR)
المجلة الدولية للبحوث العلمية
IJSR
Vol. (5), No. (6) June 2026 الإصدار (5)، العدد (6)



شكل (1): نموذج التحليل العاملي التوكيدي (ستة عوامل) لاستبيان مفهوم الذات-18(ن= 200)

يتضح لنا من الشكل (1) أن كل عامل من العوامل الكامنة لاستبيان مفهوم الذات-18لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي، قد تشبعت عليه الفقرات الخاصة به، كما أن مؤشرات حسن المطابقة تقع في المدى المقبول لها، ويمكن توضيح معاملات الانحدار المعيارية واللامعيارية لنموذج استبيان مفهوم الذات-18ودلالتها الإحصائية في جدول (5)؛ بينما يوضح جدول (6) مؤشرات حسن المطابقة لنموذج الاستبيان.

جدول (5) معاملات الانحدار المعيارية واللامعيارية ودلالتها الإحصائية لتشبعات الفقرات على العوامل الكامنة لاستبيان مفهوم الذات-18(ن= 200)

العامل	<---	الفقرة	معاملات الانحدار المعيارية	معاملات الانحدار اللامعيارية	الخطأ المعياري	النسبة الحرجة	مستوى الدلالة
التكيف الاجتماعي	<---	1	.55	1.00	-	-	-
	<---	7	.57	1.09	.21	5.11	.001
	<---	13	.53	1.03	.19	5.26	.001
العمل والدراسة	<---	2	.69	1.00	-	-	-
	<---	8	.58	.66	.10	6.29	.001
	<---	14	.68	.95	.12	7.46	.001
الثقة في الجسد	<---	3	.75	1.00	-	-	-
	<---	9	.61	.82	.12	6.40	.001
	<---	15	.49	.83	.14	5.58	.001
مقاومة القلق	<---	4	.73	1.00	-	-	-
	<---	10	.50	.72	.12	5.54	.001
	<---	16	.70	1.18	.16	7.30	.001
الشعبية في المجتمع	<---	5	.78	1.00	-	-	-
	<---	11	.63	.85	.10	8.08	.001
	<---	17	.74	.91	.10	9.07	.001
الإحساس بالمعنى وتحقيق الذات	<---	6	.58	1.00	-	-	-
	<---	12	.78	1.18	.19	6.14	.001
	<---	18	.71	1.22	.19	6.29	.001

جدول (6) مؤشرات حسن المطابقة لنموذج استبيان مفهوم الذات-18(ن= 200)		
مؤشرات حسن المطابقة	**القيمة والتفسير**	**المدى المثالي للمؤشرات**
x^2 مستوى دلالةx^2	198.87 (دالة) P= .001	أن تكون قيمة x^2 غير دالة، وأحيانًا تكون دالة؛ يرجع ذلك إلى حجم العينة.
درجة الحرية DF	129	-
النسبة بين x^2 إلى درجة حريتها (df/x^2)	1.54 (جيد)	صفر إلى أقل من 5
مؤشر المطابقة المقارن (CFI)	.98 (جيد)	من 90. إلى 1
مؤشر جذر متوسط مربع خطأ الاقتراب (RMSEA)	.05 (جيد)	من صفر إلى أقل من 08.
مؤشر المطابقة التزايدي (IFI)	.97 (جيد)	من 90. إلى 1
مؤشر تاكر -لويس (TLI)	.96 (جيد)	من 90. إلى 1
مؤشر جودة المطابقة (GFI)	.94 (مقبول)	من 90. إلى 1

يتبين من خلال الجدولين (5) و(6)، أن نتائج التحليل العاملي التوكيدي من الدرجة الثانية، تشير إلى أن الاستبيان يتمتع بنموذج قياسي جيد، وهذا ما أكدته مؤشرات حسن المطابقة التي كانت في مداها المثالي؛ حيث بلغت النسبة بينx^2 إلى درجة حريتها (1.54)، وكانت قيمة مؤشر المطابقة المقارن (.98)، وبلغت قيمة مؤشر جذر متوسط مربع خطأ الاقتراب (.05)؛ بينما كانت قيمة مؤشر المطابقة التزايدي (.97)، كما بلغت قيمة مؤشر تاكر -لويس (.96)، وقيمة مؤشر جودة المطابقة (.94)، كما تشبعت كل فقرة من فقرات الاستبيان على العامل العام الخاص بها، وكانت جميع التشبعات دالة إحصائيًا؛ وذلك يجعلنا نطمئن إلى مدى صلاحية وملاءمة النموذج الحالي في قياس مفهوم الذات لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي، ومن ثم يمكن استخدامه في الدراسات المستقبلية.

ثبات استبيان مفهوم الذات-18:

للتحقق من ثبات استبيان مفهوم الذات-18؛ تم استخدام معامل ألفا كرونباخ، وماكدونالد أوميقا، ومعامل ثبات التجزئة النصفية، لحساب ثبات استبيان مفهوم الذات-18 وأبعاده، لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي، وقد تم تصحيح معامل ثبات التجزئة النصفية باستخدام معادلتي سبيرمان -براون، وجتمان، والجدول (7) يوضح قيم معاملات الثبات للاستبيان وأبعاده.

جدول (7) معاملات الثبات لاستبيان مفهوم الذات-18 وأبعاده باستخدام ألفا كرونباخ وماكدونالد أوميقا والتجزئة النصفية (ن= 200)

المتغير	**عدد الفقرات**	**معامل ألفا كرونباخ**	**ماكدونالد أوميقا**	**معامل ثبات التجزئة النصفية**		
				معامل الارتباط بين النصفين	**بعد التصحيح بمعادلة سبيرمان -براون**	**بعد التصحيح بمعادلة جتمان**
التكيف الاجتماعي	3	.50	.50	.37	.56	.52
العمل والدراسة	3	.73	.72	.56	.74	.67
الثقة في الجسد	3	.62	.60	.42	.62	.58
مقاومة القلق	3	.71	.70	.57	.74	.70
الشعبية في المجتمع	3	.76	.75	.58	.75	.66
الإحساس بالمعنى وتحقيق الذات	3	.66	.66	.51	.69	.62
مفهوم الذات الكلي	18	.87	.86	.77	.87	.87

يوضح الجدول (7) ثبات الدرجة الكلية لاستبيان مفهوم الذات-18 وكل بعد من أبعاده؛ سواء بطريقة معامل ألفا كرونباخ، أو ماكدونالد أوميقا، أو بطريقة التجزئة النصفية للاستبيان؛ مع تصحيح معامل الارتباط بين نصفي الاستبيان وأبعاده، باستخدام معادلتي سبيرمان-براون، وجتمان؛ حيث تراوحت قيم معامل ألفا كرونباخ للأبعاد ما بين (.50 إلى .76)؛ أما معامل ألفا كرونباخ للدرجة الكلية للاستبيان فقد بلغ (.87)، بينما معامل ماكدونالد أوميقا للأبعاد تراوحت ما بين (.50 إلى .75)؛ أما معامل ماكدونالد أوميقا للدرجة الكلية للاستبيان فقد بلغ (.86)؛ بينما تراوحت قيم معامل التجزئة النصفية باستخدام معادلة سبيرمان-براون للأبعاد ما بين (.56 إلى .75)، وبلغ معامل ثبات الدرجة الكلية للاستبيان باستخدام معادلة سبيرمان-براون (.87)؛ في حين تراوحت معاملات جتمان للأبعاد ما بين (.52 إلى .70)، وبلغ معامل ثبات الدرجة الكلية للاستبيان باستخدام معادلة جتمان (.87). ومن خلال الجدول السابق نلاحظ أن قيم معاملات الثبات متقاربة؛ سواء باستخدام طريقة معامل ألفا كرونباخ، أو ماكدونالد أوميقا، أو بطريقة التجزئة النصفية لسبيرمان-براون وجتمان، وهي قيم مقبولة. وتوضح النتائج السابقة

أن استبيان مفهوم الذات-18 بأبعاده لدى عينة من الشباب في المجتمع السعودي، يتمتع بمعاملات ثبات مقبولة؛ وذلك يدل على صلاحية استخدامه في الدراسات المستقبلية.

التوصيات

- رفد وحدات الإرشاد النفسي بالكوادر المتخصصة في قياس مفهوم الذات لدى الشباب؛ لمساعدتهم على مواجهة التحديات السيكولوجية والاجتماعية، والحد من آثارها السلبية على المُخرجات الأدائية.
- إعداد برامج إرشادية لتنمية وضوح مفهوم الذات لدى الشباب في المجتمع السعودي.

المقترحات البحثية

- إجراء دراسات مستقبلية قائمة على المنهج المختلط (الكمي والنوعي)، لقياس مفهوم الذات لدى الراشدين.
- تقنين استبيان مفهوم الذات على فئات مخصصة، مثل: الموهوبين، مقدمي الرعاية، الموظفين.

المراجع

المراجع العربية:

- إبراهيم، مروة محمد حسن. (2015). الأمن النفسي وعلاقته بحب الحياة لدى عينة من طلاب كلية التربية. المجلة المصرية للدراسات النفسية، 25(88)، 353-389. http://search.mandumah.com/Record/1012949
- البلوي، سجى أشرف ابراهيم. (2025). الذكاء الانفعالي وعلاقته بالكفاءة الذاتية الاجتماعية لدى طلبة المرحلة الأساسية العليا في مديرية الزرقاء الأولى بالأردن. المجلة التربوية الأردنية، 10 (1). 204-228. 10.46515/jaes.v10i1.1396
- جلال، محمد فؤاد. (2018). مبادئ التحليل النفسي. مؤسسة هنداوي سي آي سي.
- الدرادكة، خليل إبراهيم، وحياصات، هاني حمدي. (2024). مستوى مفهوم الذات لدى طلبة جامعة البلقاء التطبيقية. مجلة دراسات: العلوم الإنسانية والاجتماعية، 51(1)، 177-186.
- ريحان، آية محمد علي. (2023). الاغتراب النفسي وعلاقته بمفهوم الذات لدى الذات لدى طلاب الجامعة. مجلة كلية الآداب، (26)، 67-107.
- شحاتة، فوزي محمد الهادي. (2016). مشكلات الشباب... أزمة هوية ثقافية. مجلة كلية الخدمة الاجتماعية للدراسات والبحوث الاجتماعية، 3 (3)، 95-134. https://doi.org/10.21608/jfss.2016.58757
- عوده، عدنان، دره، عمر، وعريض، محمود. (2023). التلوث النفسي لدى الطلبة وأثره على مفهوم الذات. مجلة ريحان للنشر العلمي، (40)، 450-483.
- أبو عيطة، سهام درويش. (2015). نظريات الإرشاد والنمو المهني. دار الفكر ناشرون وموزعون.
- الفضلي، هدى ملوح عسكر. (2023). تحقيق الذات لدى الشباب الجامعي العربي: دراسة عبر ثقافية مقارنة بين عينة كويتية وأخرى مصرية. مجلة كلية الآداب جامعة القاهرة، 83(1)،1-40. https://journals.ekb.eg/article_210856.html
- مبارك، خلف أحمد، محمود، وفاء محمد، وعبدالرحيم، نسمة صفوت. (2020). مفهوم الذات وعلاقته ببعض المتغيرات الديموغرافية لدى عينة من المراهقين المعاقين بصريًا. مجلة شباب الباحثين في العلوم التربوية لكلية التربية جامعة سوهاج، 4(4)، 123-157. https://doi.org/10.21608/jyse.2020.74730

- مجلس شؤون الجامعات، الأمانة العامة. (2024). إحصائية الطلبة المقيدين حسب الجنس والتخصص للعام الجامعي 2024، إحصائيات عامة عن الطلبة، مركز دراسات وخدمات التعليم العالي. تاريخ التحديث (06 July 2025)، استرجع في تاريخ (26 Oct 2025). https://www.cua.gov.sa
- مجلس شؤون الجامعات، الأمانة العامة. (2025). إحصاءات الطلاب حسب المناطق الجغرافية، إحصاءات الجامعات والطلاب. استرجع في تاريخ (26 Oct 2025). https://www.cua.gov.sa
- مراد، عوده سليمان، محاسنة، عمر موسى، والطورة، هارون محمد. (2018). مفهوم الذات وعلاقته بالتكيف الاجتماعي لدى عينة من طلبة المرحلة الأساسية العليا في مدارس تربية لواء الشوبك. مجلة دراسات العلوم التربوية، 45 (4)، 75- 85. https://archives.ju.edu.jo/index.php/edu/article/view/11659
- محمد، أم كلثوم أحمد. (2018). مفهوم الذات والتكيف الاجتماعي للطالبات المعوقات بصريا: دراسة ميدانية بمعهد الأمل بمدينة حائل. مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية، (38)،3-16. https://search.emarefa.net/detail/BIM-839406
- محمد، عوضيه محمد سلمان، ويوسف، صديق محمد أحمد (2014). الصحة النفسية وعلاقتها بمفهوم الذات لدى طلاب كليتي الآداب والقانون بجامعة النيلين [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة النيلين، الخرطوم. https://search.mandumah.com/Record/831416
- مصطفاوي، امباركة، والأسود، الزهرة. (2021). جودة الحياة وعلاقتها بمفهوم الذات لدى طلبة جامعة الوادي. مجلة العلوم الإنسانية لجامعة أم البواقي، 8(1)، 850-868.
- منتصر، شادية عبدالعزيز مهتدي، وإدريس، صفاء عبدالستار فرج. (2021). فعالية برنامج تدريبي لتنمية الإحساس بالتماسك لدى طالبات الدراسات العليا. مجلة كلية التربية في العلوم النفسية، 1 (45)، 403-474. https://doi.org/10.21608/jfeps.2021.180061
- المهايره، عبدالله، المكانين، هشام، العجلوني، اسيل، والزبن، ممدوح. (2022). درجة استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقتها بمفهوم الذات والسعادة لدى الشباب الجامعي. مجلة دراسات العلوم الإنسانية والاجتماعية، 49(3)، 414-436.
- الموارد البشرية والتنمية الاجتماعية. (2024). من خلال استراتيجية التنمية الشبابية. وزارة الموارد البشرية والتنمية الاجتماعية تعزز من دور الشباب في المجتمع السعودي (18-ديسمبر-2024). https://www.hrsd.gov.sa/l/5572388

المراجع الأجنبية:

- Alabi, O., & Bukola, T. (2023). Introduction to Descriptive statistics. In Recent advances in biostatistics. IntechOpen. https://doi.org/10.5772/intechopen.1002475
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation. Lawrence Erlbaum.
- Allport, G. W. (1943). The ego in contemporary psychology. Psychological Review, 50(5), 451–478. https://doi.org/10.1037/h0055375
- Allport, G. W. (1958). The Ego in Contemporary Psychology. In C. L. Stacey & M. DeMartino (Eds.), Understanding human motivation (pp. 140–158). Howard Allen Publishers. https://doi.org/10.1037/11305-013
- American Psychological Association. (2018). Self-Concept, APA Dictionary of Psychology. https://dictionary.apa.org/self-concept

- Andreas, S. (2002). Transforming Your Self: Becoming who you want to be. Real People Press.
- Baumeister, R. F., & Finkel, E. J. (Eds.). (2010). Advanced social psychology: The state of the science. Oxford University Press.
- Barry, A., Parvan, K., Tabrizi, F. J., Sarbakhsh, P., & Safa, B. (2019). Is Professional Self-concept Associated With Stress Among Nursing Students in Clinical Setting: A Descriptive Correlational Research. Crescent Journal of Medical & Biological Sciences, 6(2), 191–195.
- Beaton, D. E., Bombardier, C., Guillemin, F. & Ferraz, M. B. (2000). Guidelines for the process of cross-cultural adaptation of self report measures. Spine, 25(24), 3186-3191. Retrieved from https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/11124735/
- Berfield, K. (2019). How Does the Adult Surgeon Learn? Thoracic Surgery Clinics, 29(3), 233–238. https://doi.org/10.1016/j.thorsurg.2019.04.001
- Bowlby, J. (1982). Attachment and loss: Vol. 1. Attachment (2nd ed.). Basic Books. (Original work published 1969).
- Committee on Improving the Health, Safety, and Well-Being of Young Adults. (2015). Investing in the health and well-being of young adults. In R. J. Bonnie, C. Stroud, & H. Breiner (Eds.). National Academies Press. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK284791/
- Cooley, C. H. (1922). Human Nature and the Social Order. Scribner. (Original work published 1902).
- Dehghan, M., & Ebadikhah, F. (2023). Difference between Integrative Self-Knowledge, Self-Compassion and Emotion Regulation in the individuals with Covid-19 based on the levels of Self-Concept Clarity. Clinical Psychology and Personality, 21 (1), 131-142. https://doi.org/10.22070/cpap.2023.16749.1281
- Dolejš, M., Dostál, D., Oberiegnerů, R., Orel, M., & Kňažek, G. (2021). The Questionnaire of Self-Concept (QSC) Manual. English translation (2022). IGA_FF_2021_008 – Psychology Research in Pedagogical and Clinical Psychology VI and subsidized by Palacký University Olomouc.
- Erikson, E. H. (1968). Identity: Youth and crisis. W. W. Norton & Company.
- Erikson, E. H. (1980). Childhood and society (2nd ed). W. W. Norton & Company. (Original work published 1950).
- Erikson, E. H. (1982). The life cycle completed. W. W. Norton & Company.
- Fernández-Bustos, J. G., Infantes-Paniagua, Á., Cuevas, R., & Contreras, O. R. (2019). Effect of Physical Activity on Self-Concept: Theoretical Model on the Mediation of Body Image and Physical Self-Concept in Adolescents. Frontiers in psychology, 10, 1537. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01537
- Festinger, L. (1954). A Theory of Social Comparison Processes. Human Relations, 7(2), 117-140. https://doi.org/10.1177/001872675400700202

- García-Martínez, I., Augusto-Landa, J. M., Quijano-López, R., & León, S. P. (2022). Self-Concept as a Mediator of the Relation between University Students' Resilience and Academic Achievement. Frontiers in psychology, 12. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.747168
- Gashlan, B. M. M. (2025). Exploring the relationship between academic self-concept and academic success in king Faisal university students. International Journal of Innovative Research & Scientific Studies, 8(8), 65–76. https://doi.org/10.53894/ijirss.v8i8.10545
- Hamed, A. E. M., Hamza, M. F., Eltawab, N. A. A., Othman, A. A., Barakat, A. M., & Atta, M. H. R. (2025). Exploring the mediation role of hardiness in the relationship between feedback sensitivity and test anxiety among nursing students: a multi-site inquiry. BMC Nursing, 24(1), 1–12.
  https://doi.org/10.1186/s12912-025-02946-9
- Hansen, K., & Henderson, M. (2019). Does academic self-concept drive academic achievement?. Oxford Review of Education, 45 (5), 657–672.
  https://doi.org/10.1080/03054985.2019.1594748
- Harter, S. (1985). Manual for the self-perception profile for children. University of Denver.
- Harter, S. (2012). The construction of the self: Developmental and sociocultural foundations (2nd ed.). Guilford Press.
- Higgins, E. T. (1987). Self-discrepancy: A theory relating self and affect. Psychological Review, 94(3), 319–340.
  https://doi.org/10.1037/0033-295X.94.3.319
- Hijrianti, U. R., & Taqiyah, I. (2024). A Self-acceptance and Body Image on Student Self-confidence. KnE Social Sciences, 110–123.
  https://doi.org/10.18502/kss.v9i5.15169
- Hong, Y., Zhang, X., Wu, W., Chen, J., Lin, Y., Zhao, J., & Xiao, H. (2022). Relationships among nursing students' self-concept clarity, meaning in life, emotion regulation ability and depression: Testing a moderated mediation model. Frontiers in Psychology, 13. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1003587
- Jannah, R., & Kusuma, A. W. (2025). An analysis of Mental Well-Being in we'll prescribe you a cat through Carl Rogers' Self-Concept [Bachelor's thesis, Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim University - Malang]. Etheses UIN Malang. https://etheses.uin-malang.ac.id/82050/
- Kroger, J., Martinussen, M., & Marcia, J. E. (2010). Identity status change during adolescence and young adulthood: a meta-analysis. Journal of adolescence, 33(5), 683–698. https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2009.11.002
- Lamar, M. R., Clemens, E., & Dunbar, A. S. (2019). Promoting Doctoral Student Researcher Development through Positive Research Training Environments Using Self-Concept Theory. Professional Counselor, 9(4), 298–309.

- Light, A. E. (2018). Self-concept clarity, self-regulation, and psychological well-being. In Lodi-Smith, J., & DeMarree, K. (Eds), Self-concept clarity: Perspectives on assessment, research, and applications (pp. 177-193). Cham: Springer International Publishin. https://doi.org/10.1007/978-3-319-71547-6_10
- Madhumathy, S. (2018). Positive communication and positive action: Introduction to Carl Rogers, key concepts and Rogerian theory of personality. International Journal of Research in Social Sciences, 8 (9), 984-995. http://www.ijmra.us
- Malik, S., & Perveen, A. (2023). Mindfulness and anxiety among university students: Moderating role of cognitive emotion regulation. Curr Psychol 42, 5621–5628. https://doi.org/10.1007/s12144-021-01906-1
- Marcia, J. E. (1966). Development and validation of ego-identity status. Journal of personality and social psychology, 3(5), 551–558. https://doi.org/10.1037/h0023281
- McAdams, D. P. (2001). The Psychology of Life Stories. Review of General Psychology, 5(2), 100-122. https://doi.org/10.1037/1089-2680.5.2.100
- McAdams, D. P., & de St. Aubin, E. (1992). A theory of generativity and its assessment through self-report, behavioral acts, and narrative themes in autobiography. Journal of Personality and Social Psychology, 62(6), 1003–1015. https://doi.org/10.1037/0022-3514.62.6.1003
- McAdams, D. P., & McLean, K. C. (2013). Narrative Identity. Current Directions in Psychological Science, 22(3), 233-238. https://doi.org/10.1177/0963721413475622
- Mishra, B., & Khatun, J. A. (2015). Study on the self-concept of MA Class students in view of Carl Roger's theory of self. International Journal of Informative & Futuristic Research (IJIFR), 2(6), 1709-1717.
- Möller, J., Zitzmann, S., Helm, F., Machts, N., & Wolff, F. (2020). A Meta-Analysis of Relations between Achievement and Self-Concept. Review of Educational Research, 90(3), 376-419. https://doi.org/10.3102/0034654320919354
- Park, M. J., Mulye, T. P., Adams, S. H., Brindis, C. D., & Irwin Jr, C. E. (2006). The health status of young adults in the United States. Journal of adolescent health, 39(3), 305-317. https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2006.04.017
- Randraputri, R. R. R. Y., & Syahid, A. (2025). The Influence of Poisonous Parenting Style and Emotional Regulation on Self-Concept of The University Students. In D. Natalia, M. Veronica, & D. Susanto (Eds.), Proceedings of the 3rd International Conference on Christian and Inter-Religious Studies (ICC-IRS 2024), Advances in Social Science, Education and Humanities Research, 932, pp. 567-578. Atlantis Press. https://doi.org/10.2991/978-2-38476-424-2_62
- Rogers, C. R. (1951). Client-centered therapy; its current practice, implications, and theory. Houghton Mifflin.
- Rosenberg, M. (1965). Society and the adolescent self-image. Princeton University Press.

- Seaton, M., Parker, P., Marsh, H. W., Craven, R. G., & Yeung, A. S. (2013). The reciprocal relations between self-concept, motivation and achievement: juxtaposing academic self-concept and achievement goal orientations for mathematics success. Educational Psychology, 34 (1), 49–72. https://doi.org/10.1080/01443410.2013.825232
- Shavelson, R. J., Hubner, J. J., & Stanton, G. C. (1976). Self-concept: Validation of construct interpretations. Review of educational research. 46(3), 407-441. https://doi.org/10.3102/00346543046003407
- Spytska, L. (2023, April 19-20). Features of the Self-concept of the Elderly. In Scientific Collection [InterConf]. Proceedings of the 7th International Scientific and Practical Conference "Current Issues and Prospects for The Development of Scientific Research", Orléans, France (correspondence participation). 32(151), pp. 252-257. InterConf Scientific Publishing Center. https://doi.org/10.51582/interconf.19-20.04.2023
- Trautwein, U., & Möller, J. (2016). Self-concept: Determinants and consequences of academic self-concept in school contexts. In A. A. Lipnevich, F. Preckel, & R. D. Roberts (Eds.), Psychosocial skills and school systems in the 21st century: Theory, research, and practice (pp. 187–214). Springer International Publishing/Springer Nature. https://doi.org/10.1007/978-3-319-28606-8_8
- Vartanian, L. R., Pinkus, R. T., & Fardouly, J. (2025). Self-concept clarity and appearance comparisons in everyday life. Body Image, 52.
- Wang, Xiangyu., Wang, T., Fu, L., Yun, F., Qu, F., & Wang, F. (2025). Body image perception, well-being and creativity in Chinese university students: The necessity for a novel course of medical aesthetics. PloS One, 20(8), e0330260. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0330260
- Westerhof, G. J., Bohlmeijer, E. T., & McAdams, D. P. (2017). The relation of ego integrity and despair to personality traits and mental health. The Journals of Gerontology Series B, 72(3), 400-407. https://doi.org/10.1093/geronb/gbv062
- Yang, Q., Jiang, Q., Fang, Y., Zhou, Y., Luo, T., Chen, Y., & Deng, S. (2025). A Study on the Latent Profile Analysis of Academic Self-Concept and Influencing Factors among Nursing Students: A Multicenter Cross-Sectional Study. Teaching & Learning in Nursing, 20(4), e1065–e1072.
- Zajda, J. (2021). Constructivist Learning Theory and Creating Effective Learning Environments. In Globalisation and Education Reforms. Globalisation, Comparative Education and Policy Research, 25(pp. 35-50). Springer, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-030-71575-5_3

ملاحق

ملحق (1):

النسخة العربية لاستبيان مفهوم الذات-18، إعداد: (Dolejš et al., 2022)، ترجمة: (البخاري وآخران، 2026)

Questionnaire of self-concept-18 (QSC-18)

(Dolejš, M., Dostál, D., Obereignerů, R., Orel, M., Kňažek, G., 2021; Translation to English: Dolejš, M., Kňažek, G., Dostál, D., Obereignerů, R., Orel, M., 2022; Translation to Arabic: Albukhari, R., Elzain, A., & Dolejš, M. (2026))

يتضمن هذا الاستبيان 18 عبارات تقريرية حول ما تشعر به، ومنظورك لذاتك والآخرين، وما تفكر به عن بعض جوانب حياتك. فضلًا خذ وقتك عند قراءة كل عبارة، وكن صادقًا؛ فاستجاباتك ستبقى مؤتمنة. وهذا ليس اختبارًا – لا توجد إجابات صحيحة أو خاطئة. في حال شعور المستجيب على الاستبيان بالتطابق مع إحدى العبارات الواردة، يُرجى اختيار "أتفق بشدة" (تتطابق العبارة بنسبة 90% أو أكثر على المستجيب)، أو اختيار "أتفق" (تتطابق العبارة عادةً على المستجيب). وفي حال عدم تطابق أحد العبارات مع شخصية المستجيب؛ يُرجى اختيار "أعترض بشدة" (لا تنطبق بنسبة 90% أو أكثر)، أو اختيار "أعترض" (تنطبق أحيانًا على المستجيب). يُرجى الاطلاع جيدًا على كافة عبارات الاستبيان، واختيار إجابة واحدة حتى إذا كان ذلك صعبًا؛ فكل عبارة تحتمل إجابة واحدة فقط. وعند الانتهاء، الرجاء التأكد من أنك أجبت على كافة العبارات. فضلًا قم باستشارة المشرف على الاستبيان إذا واجهت صعوبة في فهم أي عبارة.

	أعترض بشدة	أعترض	أتفق	أتفق بشدة
1. ينزعج الآخرون في المنزل من الطريقة التي أتصرف بها.	☐	☐	☐	☐
2. أنا ناجح في العمل/ الدراسة.	☐	☐	☐	☐
3. يزعجني مظهري.	☐	☐	☐	☐
4. أنا منزعج عادةً.	☐	☐	☐	☐
5. أشعر بالاستبعاد من المجموعات.	☐	☐	☐	☐
6. أعرف أين يجب أن تسير حياتي.	☐	☐	☐	☐
7. لا توجد لدي معاناة في التعايش مع الناس.	☐	☐	☐	☐
8. أتمكن من أداء واجباتي المهنية/ الدراسية.	☐	☐	☐	☐
9. أبدو بمظهر جسدي جيد.	☐	☐	☐	☐
10. أَتَوَتَّر.	☐	☐	☐	☐
11. أنا لست شخصًا مفضلًا.	☐	☐	☐	☐
12. ذات مرة سأترك أثرًا بعدي.	☐	☐	☐	☐
13. أتعرض غالبًا للوقوع في المتاعب.	☐	☐	☐	☐
14. أتصف بأنني موظف/ طالب جيد.	☐	☐	☐	☐
15. أود أن يكون لدي جسد مختلف.	☐	☐	☐	☐
16. أنا غالبًا منزعج، لكني لا أعلم السبب.	☐	☐	☐	☐
17. أكون عادةً آخر المدعوين.	☐	☐	☐	☐
18. أجد معنى لحياتي.	☐	☐	☐	☐

اختيار الإجابات في الاستبيان:

ضع علامة التقاطع داخل المربع على الإجابة المرغوبة: ☒

إذا وضعت علامة على خانتي اختيار بالخطأ، ضع دائرة حول خانة الاختيار المرغوبة: ☒

إذا وضعت علامة على خانتي اختيار بالخطأ وقررت العودة لاختيارك السابق، ضع دائرة وخط حول خانة الاختيار المرغوبة: ☒

البيانات الأولية:

الاسم واللقب:	شهر الميلاد:
المهنة:	سنة الميلاد:
العمر:	تاريخ إجراء الاستبيان:
النوع:	

تقييم الاستبيان:

	مجموع الدرجة	دلالتها
التكيف الاجتماعي		
العمل والدراسة		
الثقة في الجسد		
مقاومة القلق		
الشعبية في المجتمع		
الإحساس بالمعنى وتحقيق الذات		
الدرجة الكلية		
التعليقات:		

إقرار المشاركة في الاستبيان: اختيار "موافق" يشير إلى أنك توافق على المشاركة في تعبئة الاستبيان، وسوف يتم التعامل مع إجاباتك بخصوصية، ولن تُستَخدم سوى لأغراض البحث العلمي. كما أن مشاركتك في هذه الدراسة طوعية، ويمكنك إنهاء مشاركتك في أي وقت.

(موافق/ غير موافق)

شكرًا لك على إكمال الاستبيان

قبل تسليم الاستبيان، فضلًا قم بمراجعته مجددًا للتأكد من أنك أجبت على جميع العبارات.

مراجع توثيق الاستبيان بنسخته العربية

Dolejš, M., Dostál, D., Oberiegnerů, R., Orel, M., & Kňažek, G. (2021). The Questionnaire of Self-Concept (QSC) Manual. English translation (2022). IGA_FF_2021_008 – Psychology Research in Pedagogical and Clinical Psychology VI and subsidized by Palacký University Olomouc, The Czech Republic.

Dolejš, Martin., Dostál, Daniel., Obereigneru, Radko., Orel, Miroslav., & Kňažek, Gabriel. (2022). Questionnaire of Self-Concept-18 (QSC-18). IGA_FF_2021_008 – Psychology Research in Pedagogical and Clinical Psychology VI and subsidized by Palacký University Olomouc, The Czech Republic.

Dolejš, Martin., Dostál, Daniel., Obereigneru, Radko., Orel, Miroslav., & Kňažek, Gabriel. (2022). Questionnaire of Self-Concept-18 (QSC-18). Arabic Translation (2026): Albukhari, Renad., Elzain, Amira., & Dolejš, Martin.

مفتاح حساب الدرجات لاستبيان مفهوم الذات -18:

Questionnaire of self-concept-18 (QSC-18) Scoring Key

(Dolejš, M., Dostál, D., Obereignerů, R., Orel, M., Kňažek, G. (2021); Translation to English: Dolejš, M., Kňažek, G., Dostál, D., Obereignerů, R., Orel, M. 2022; Translation to Arabic: Albukhari, R., Elzain, A., & Dolejš, M. (2026))

تقييم الأداة:

الدرجة الكلية:

الدرجة الكلية هي المؤشر الأكثر موثوقية نفسيًا في استبيان (QSC-18). تشير درجات مفهوم الذات الكلي العالية إلى مفهوم الذات الإيجابي واحترام الذات العالي. من ناحية أخرى، تشير درجات مفهوم الذات الكلية المنخفضة إلى صعوبات أو مفهوم ذات سلبي في العديد من المجالات. يتطلب التحليل التفصيلي تقييم المقاييس الفرعية للفرد، والتي قد تحدد مجالات محددة من النظرة الذاتية السلبية. أيضًا لمعرفة المزيد من التفاصيل القيّمة وبشكل أوسع عن تفسير نتائج المستجيبين؛ يمكن العودة إلى الفصل الثامن من دليل استخدام استبيان مفهوم الذات "The Questionnaire of Self-Concept (QSC) Manual"، إعداد (Dolejš et al., 2022).

دلالة الدرجات لمفهوم الذات:

تمثل الدرجة الكلية (T 60 ≤) أعلى من المتوسط لديهم نظرة إيجابية لأنفسهم. وتشير الدرجة المتوسطة (T 59–40) إلى فرد متكامل جيدًا له مفهوم ذاتي متناسق. بينما الأفراد الذين حصلوا على درجة كلية منخفضة (T 39 ≤) لديهم شكوك ذاتية بالغة الخطورة.

دلالة درجات الأبعاد الفرعية لاستبيان مفهوم الذات-18:

يحتوي الاستبيان على ستة أبعاد فرعية منفصلة، وهي: التكيف الاجتماعي، العمل والدراسة، الثقة في الجسد، مقاومة القلق، الشعبية في المجتمع، والإحساس بالمعنى وتحقيق الذات.

- **التكيف الاجتماعي:** الدرجة أعلى من المتوسط تمثل (T 60 <)، والدرجة المتوسطة تمثل (T 60–40)، والدرجة المنخفضة تمثل (T 40 >).
- **العمل والدراسة:** الدرجة أعلى من المتوسط تمثل (T 60 <)، والدرجة المتوسطة تمثل (T 60–40)، والدرجة المنخفضة تمثل (T 40 >).
- **الثقة في الجسد:** الدرجة أعلى من المتوسط تمثل (T 60 <)، والدرجة المتوسطة تمثل (T 60–40)، والدرجة المنخفضة تمثل (T 40 >).
- **مقاومة القلق:** الدرجة أعلى من المتوسط تمثل (T 60 <)، والدرجة المتوسطة تمثل (T 60–40)، والدرجة المنخفضة تمثل (T 40 >).
- **الشعبية في المجتمع:** الدرجة أعلى من المتوسط تمثل (T 60 <)، والدرجة المتوسطة تمثل (T 60–40)، والدرجة المنخفضة تمثل (T 40 >).
- **الإحساس بالمعنى وتحقيق الذات:** الدرجة أعلى من المتوسط تمثل (T 60 <)، والدرجة المتوسطة تمثل (T 60–40)، والدرجة المنخفضة تمثل (T 40 >).

مفتاح حساب الدرجات: ولحساب الدرجات يتم الرجوع إلى مفتاح الدرجات (انظر جدول 1).

الجدول (1): مفتاح حساب الدرجات لاستبيان مفهوم الذات-18

	أعترض بشدة	أعترض	أتفق	أتفق بشدة
1. التكيف الاجتماعي	4	3	2	1
2. العمل والدراسة	1	2	3	4
3. الثقة في الجسد	4	3	2	1
4. مقاومة القلق	4	3	2	1
5. الشعبية في المجتمع	4	3	2	1
6. الإحساس بالمعنى وتحقيق الذات	1	2	3	4
7. التكيف الاجتماعي	1	2	3	4
8. العمل والدراسة	1	2	3	4
9. الثقة في الجسد	1	2	3	4
10. مقاومة القلق	4	3	2	1
11. الشعبية في المجتمع	4	3	2	1
12. الإحساس بالمعنى وتحقيق الذات	1	2	3	4
13. التكيف الاجتماعي	4	3	2	1
14. العمل والدراسة	1	2	3	4
15. الثقة في الجسد	4	3	2	1
16. مقاومة القلق	4	3	2	1
17. الشعبية في المجتمع	4	3	2	1
18. الإحساس بالمعنى وتحقيق الذات	1	2	3	4

مفتاح حساب الدرجات لاستبيان مفهوم الذات-18:

مراجع توثيق الاستبيان بنسخته العربية

Dolejš, M., Dostál, D., Oberiegnerů, R., Orel, M., & Kňažek, G. (2021). The Questionnaire of Self-Concept (QSC) Manual. English translation (2022). IGA_FF_2021_008 – Psychology Research in Pedagogical and Clinical Psychology VI and subsidized by Palacký University Olomouc, The Czech Republic.

Dolejš, Martin., Dostál, Daniel., Obereigneru, Radko., Orel, Miroslav., & Kňažek, Gabriel. (2022). Questionnaire of Self-Concept-18 (QSC-18). IGA_FF_2021_008 – Psychology Research in Pedagogical and Clinical Psychology VI and subsidized by Palacký University Olomouc, The Czech Republic.

Dolejš, Martin., Dostál, Daniel., Obereigneru, Radko., Orel, Miroslav., & Kňažek, Gabriel. (2022). Questionnaire of Self-Concept-18 (QSC-18). Arabic Translation (2026): Albukhari, Renad., Elzain, Amira., & Dolejš, Martin.