



التنشئة الاجتماعية و نمو الذات

تعريف مفهوم الذات:

يشير مفهوم الذات الى إدراك الفرد لذاته في أبعادها الجسدية و الانفعالية و العقلية و الاجتماعية و يتضمن فكرتنا عن أنفسنا و عن جوانب خبرتنا المتعددة كما يتضمن تقديرنا جوانب القوة و القصور في شخصيتنا.

و يعرف همامشك مفهوم الذات بأنه مجموعة من الاعتقادات حول أنفسنا و خصائصنا الفريدة و سلوكنا فيما يتصل بجوانب الذات الجسدية و الاجتماعية و الانفعالية و العقلية و يرى أن هذه الاعتقادات تتضمن بعدا تقييميا سلبيًا او ايجابيا و يحدد هذا البعد التقييمي أهم جوانب مفهوم الذات و هو تقدير الذات.

و يشير مفهوم الذات إلى فكرة المرء عن ذاته بجوانبها الجسدية و العقلية و الانفعالية و الاجتماعية و القيمة.

و تتضمن الفكرة عن الذات ثلاثة أبعاد هي:

- معرفة الذات
- التوقعات من الذات
- تقييم الذات



ومن التعريفات السابقة يمكن القول بأن التعريفات اتفقت في النقاط التالية :

- 1 - أن مفهوم الذات تكوين معرفي يكونه الفرد عن ذاته من خلال مدركاته الشعورية وتصوراتهِ وخبراته .
- 2 - أن مفهوم الذات يتضمن وجهة نظر الشخص نحو نفسه سواء كان سالباً أو موجباً .
- 3 - أن مفهوم الذات متعلم من خلال خبراته .
- 4 - أن مفهوم الذات يشتمل على عدة جوانب جسمية ونفسية واجتماعية .
- 5 - أن مفهوم الذات ثابت إلى حد كبير إلا أنه يمكن تعديله .
- 6 - أن مفهوم الذات يمكن قياسه من خلال خبرة الفرد بالواقع .

جوانب الذات الخمس الأساسية:

- الذات الجسدية
- الذات كعملية
- الذات الاجتماعية
- مفهوم الذات
- الذات المثالية

أشكال مفهوم الذات:

- مفهوم الذات الاجتماعي
- مفهوم الذات الأكاديمي
- مفهوم الذات المدرك
- مفهوم الذات المثالي
- مفهوم الذات المؤقت

أن أشكال مفهوم الذات ترتبط فيما بينها ارتباطا قويا و أنها تؤثر و تتأثر بعضها ببعض.

سمات تحقيق الذات:

تتغير الذات نتيجة للنضج والتعلم، حدد روجرز و آخرون سمات رئيسية للفرد الذي يحقق ذاته وهي:

- الشخص الذي يحقق ذاته له إدراك مناسب للذات و يتعامل مع الحقيقة بسهولة و يتقبلها.
- لهذا الشخص رغبة في أن يكون جزءا من عملية التغيير وأنه غير مهتم أو معني بالدفاع عن الأمر الراهن.
- لهذا الشخص وجهة نظر ايجابية نحو نفسه و ثقة متزايدة بقدراته و له طموحات واقعية.
- بسبب انفتاحه على الخبرات يتكون لديه مستوى عال من التكامل الشخصي ويخضع تجاربه الجديدة للتقويم الموضوعي.
- لدى هذا الشخص شعور قوي بالتعاطف مع الآخرين لأنه قادر على الانطلاق من ذاته بحيث يمتد للذات ليشمل عائلته و أصدقائه وأفراد مجتمعه.

تطور مفهوم الذات:

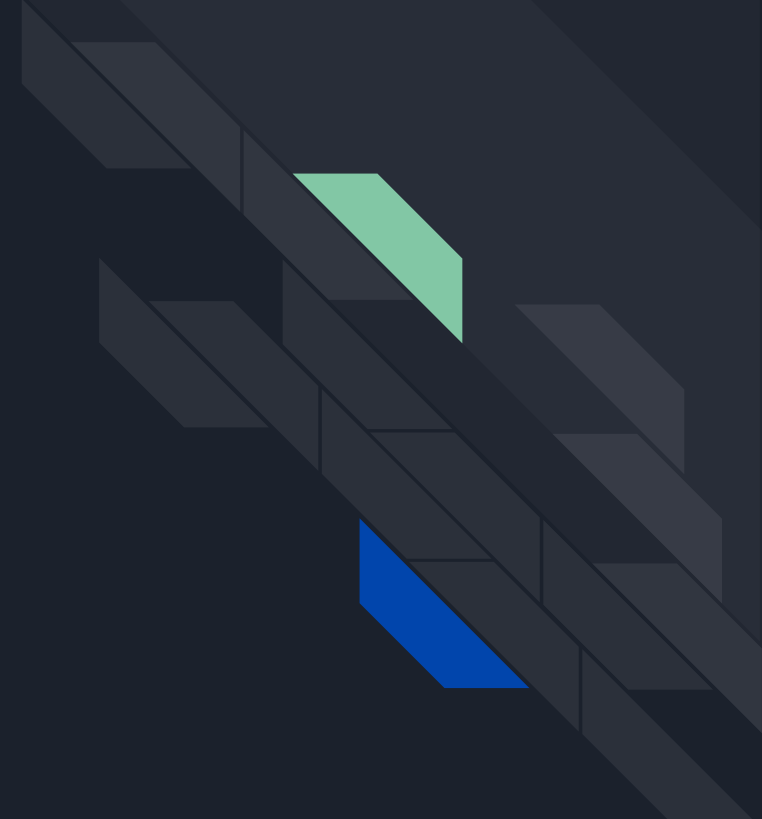
- مفهوم الذات ثابت إلى حد كبير ولكن يمكن تغييره وتعديله.
- يتطور مفهوم الذات من خلال الخبرات الجزئية و المواقف التي يمر بها الفرد في أثناء محاولته للتكيف مع البيئة المحيطة.
- إن مفهوم الذات لدى الأطفال يأتي من خلال تفاعلهم مع البيئة المحيطة بهم وتأثير العوامل الوراثية حيث أن الأطفال يفسرون سلوك الآخرين نحوهم وفقا لمستوى ذكائهم.
- عوامل كثيرة تؤثر في مفهوم الذات منها ما هو داخلي كالقدرة العقلية التي تؤثر في تقييم الفرد لذاته ومنها ما هو خارجي كنظرة الآخرين إليه.
- مفهوم الذات يتطور و يتغير تبعا لتغير خبرات الفرد ومواقفه في فترات زمنية مختلفة.
- مفهوم الذات يبدأ في التكوين منذ اللحظة الأولى التي يبدأ فيها الطفل باستكشاف أجزاء جسمه
- عملية مستمرة و تؤدي إلى تغيير في مفهوم الذات لدى الفرد
- مفهوم الذات ذا أهمية كبيرة حيث أنه يؤثر في مقدرة الشخص على التكيف مع البيئة التي يعيش فيها و ما يحيط به من ظروف مختلفة.
- أيضا ذو أهمية للصحة العقلية فالأفراد الذين يتمتعون بمفهوم ثابت للذات يتكيفون بشكل أسرع و بأسلوب أفضل من غيرهم في البيئة

و يرى عدس وتوق أن مفهوم الذات يتطور من عدد من العوامل المترابطة و هي:

- الوعي بالجسم و تشكيل صورة عنه
- اللغة
- الآخرون الهامون في حياة الفرد

مراحل إدراك الذات:

- مرحلة الرضاعة
- مرحلة ما قبل المدرسة
- مرحلة المدرسة الابتدائية
- مرحلة المراهقة
- مفهوم الذات عند الراشدين
- مفهوم الذات عند كبار السن



نظريات تقدير الذات

1- نظرية روزنبرج

هي نظرية تدور حول دراسة نمو وارتقاء سلوك تقييم الفرد لذاته استنادا على المعايير السائدة في الوسط الاجتماعي المحيط بالفرد.

واهتم بدور الأسرة في تقدير الفرد لذاته وأشار إلى الأهمية والعلاقة بين تقدير الذات الذي يتكون في إطار الأسرة وأساليب السلوك الاجتماعي اللاحق للفرد فيما بعد.

ويعتقد روزنبرج أن تقدير الذات مفهوم يعكس اتجاه الفرد نحو نفسه ، و أن الفرد يكون اتجاه نحو كل الموضوعات التي يتعامل معها و ما الذات إلا أحد هذه الموضوعات.
و لكن عدل في رأيه حيث أصبح يرى ان اتجاه الفرد نحو ذاته ربما يختلف ولو من الناحية الكمية فقط.

مقياس روزنبرغ لتقدير الذات.

مقياس وضعه الدكتور موريس روزنبرغ المحامي الكندي يختصر بـ (RSES) أي (Rosenberg self esteem scale) ويتطلب الحصول على نتيجة هذا القياس الاجابة على عشرة عبارات تدور حول تقدير الذات واحترامها ويعد هذا المقياس شائعا ومشهورا في اختبارات العلوم الاجتماعية وتتضمن العبارات في هذا المقياس خمسة عبارات سلبية المضمون وخمسة ايجابية المضمون اي خمسة منها يؤدي الجواب الايجابي عليها الى تقليل الناتج الكلي للاختبار في حين تؤدي الخمسة الاخرى الى زيادة الناتج ولكل عبارة اربعة من الاجوبة تتراوح بين (وافق بشدة، وعارض بشدة) وقد تم اجراء الاستبيان الاول لهذا الاختبار على عينة من طلاب المدارس الثانوية في نيويورك تتكون من 5024 طالبا وقد تمت ترجمة هذا المقياس الى لغات عدة كالفارسية والفرنسية والصينية والبرتغالية والاسبانية ويعتمد هذا المقياس الى درجة كبيرة في تحديد احترام الذات وفيما يلي ترجمة العبارات الموجودة ضمن مقياس روزنبرغ.

• اشعر انني شخص قيم, او على الاقل مساو للآخرين.

• اشعر انني املاك عددا من الصفات الجيدة

• بالمجمل اشعر انني فاشل

• انا قادر عليالقيامبالاشياء كما يفعل الآخرون

• اشعر انني لا املك الكثير لافخر به

• لدي نظرة ايجابية تجاه نفسي



- بالمجمل انا راض عن نفسي
- اتمنى ان احصل على المزيد من الاحترام لنفسى
- اشعر اننى عديم النفع احيانا
- احيانا اشعر اننى لست جيدا مطلقا

2- نظرية كوبر سميث:

يرى كوبر سميث أن تقدير الذات مفهوم متعدد الجوانب و معقدة لأنها تتضمن كلا من عمليات تقييم الذات التي تتسم بالعاطفة و ردود الفعل أو الاستجابات الدفاعية.

و يميز كوبر بين نوعين من التقدير الذات، تقدير الذات الحقيقي و يوجد عند الأفراد الذين يشعرون بالفعل أنهم ذو قيمة و تقدير الذات الدفاعي و يوجد عند الأفراد الذين يشعرون أنهم غير ذو قيمة، و لكنهم لا يستطيعون الاعتراف بمثل هذا الشعور و التعامل على أساسه مع أنفسهم و مع الآخرين

و يرى أن جميع جوانب الظاهرة الاجتماعية ذات علاقة بعملية تقييم الذات و ذكر على ضوء ذلك بوجود أربع مجموعات من المتغيرات تعمل كمحددات لتقدير الذات وهي: النجاحات و القيم و الطموحات و الدفاعات.

و يرى أنه من الصعب تحديد أنماط أسرية واضحة تبين الفروق بين أصحاب الدرجات العالية و الدرجات المنخفضة في تقدير الذات لدى الأطفال إلا أنه أكد أن هناك ثلاث من حالات الرعاية الوالدية تبدو مرتبطة بنمو المستويات الأعلى لتقدير الذات، وهي:

- تقبل الأطفال من جانب الآباء
- تدعيم سلوك الأطفال الإيجابي من جانب الآباء
- احترام مبادرة الأطفال و حريتهم في التعبير من جانب الآباء.

3- نظرية زيلر:

يرى زيلر أن تقدير الذات ما هو إلا البناء الاجتماعي للذات و يؤكد أن تقييم الذات لا يحدث في معظم الحالات إلا في الإطار المرجعي الاجتماعي

و يصف زيلر تقدير الذات بأنه تقدير يقوم الفرد به لذاته و يلعب المتغير الوسيط، حيث عندما تحدث تغيرات في بيئة الشخص الاجتماعية فإن تقدير الذات هو العامل الذي يحدد نوعية التغيرات التي ستحدث في تقييم الفرد لذاته.