

Self-Concept and its Components for Developing Research in Positive Psychology:

An Integrative Model

Khaled H. Elsherif

Department of Educational Psychology, College of Education, Alexandria University, Alexandria, Egypt

مفهوم الذات ومكوناته لتطوير البحوث في علم النفس الإيجابي: نموذج تكاملي

خالد حسن الشريف

قسم علم النفس التربوي، كلية التربية، جامعة الإسكندرية، الإسكندرية، جمهورية مصر العربية



LINK
الرابط
<https://doi.org/10.37575/h/edu/230045>

RECEIVED
الاستقبال
31/12/2023

ACCEPTED
القبول
04/02/2024

PUBLISHED ONLINE
النشر الإلكتروني
04/02/2024

ASSIGNED TO AN ISSUE
الإحالة لعدد
01/03/2024

NO. OF WORDS
عدد الكلمات
7920

NO. OF PAGES
عدد الصفحات
9

YEAR
سنة العدد
2024

VOLUME
رقم المجلد
25

ISSUE
رقم العدد
1

ABSTRACT

The study aimed to reduce researchers' suffering from the abundance and diversity of psychological and educational research that deals with self-concept and its components. The challenge with starting from different theoretical frameworks is that this reflects negatively on the results and variables associated with each component. There are also many self-components, combined with the synonymy of some names, that confuse researchers and place research in the cycle of stereotyping and repetition. Therefore, presenting a graphical form that includes a description of the self-concept components and clarifies the relationships between them and their role in the structure of the human self contributes to solving this problem. In the theoretical framework, the theoretical concepts of the components were reviewed, and the method for developing integrated models that aim to transfer self-concept research in psychology from the level of description to the level of analysis was explained by taking advantage of the huge number of empirical studies on the self. A questionnaire consisting of four dimensions, including 40 items, was applied to a sample of 12 psychology experts. The results indicated that the self-concept serves as a basis for an integrated model of the self-components. The spatial analogy method was used in developing the model inputs, processes, and outputs. The sub-components that are closest in relationship to the self-concept are self-image, self-esteem, and the ideal self in the operations stage. The next closest variables are self-regulation, self-affirmation, self-actualization, and self-compassion. The model explains each in detail, and a set of recommendations and proposals were produced.

المخلص

هدفت الدراسة إلى تقليل معاناة الباحثين من كثرة وتنوع البحوث النفسية والتربوية التي تتناول مفهوم الذات ومكوناته، والتي تنطلق من أطر نظرية مختلفة، الأمر الذي ينعكس بالسلب على النتائج والمتغيرات المرتبطة بكل مكون، وكذلك مشكلة كثرة مكونات الذات وتداخل بعض الأسماء الأمر الذي يربك الباحثين ويجعل البحوث في دائرة النمطية والتكرار. لذلك فإن تقديم شكل بياني يتضمن وصف مكونات مفهوم الذات ويوضح العلاقات بينها ودورها في بنية الذات الإنسانية يساهم في حل هذه المشكلة. في الإطار النظري تمت مراجعة المفاهيم النظرية للمكونات، وشرح طريقة تطوير النماذج التكاملية التي تهدف إلى نقل بحوث مفهوم الذات في علم النفس من مستوى الوصف إلى مستوى التحليل من خلال الاستفادة من العدد الهائل من الدراسات الإمبريقية عن الذات، وقد تم تصميم استبيان مكون من أربعة أبعاد تتضمن (40 بنداً) وتم تطبيقه على عينة مكونة من (12) من خبراء علم النفس، وأشارت النتائج إلى أن مفهوم الذات يصلح كأساس لنموذج تكاملي عن مكونات الذات، واستُخدم أسلوب التشبيه المكاني في تطوير نموذج (مدخلات، عمليات، مخرجات) للمكونات الفرعية الأقرب في علاقتها بمفهوم الذات، وهي صورة الذات، وتقدير الذات، والذات المثالية في مرحلة العمليات، وبقية المتغيرات الأقرب هي تنظيم الذات وتأكيد الذات وتحقيق الذات والتعاطف مع الذات، ويوضحها النموذج بالتفصيل وتم الخروج بمجموعة من التوصيات والمقترحات.

KEYWORDS

الكلمات المفتاحية

single entry static models, self regulation, self efficacy, educational psychology, psychology experts, self esteem

النماذج الاستاتيكية أحادية المدخل، تنظيم الذات، كفاءة الذات، علم النفس التربوي، خبراء علم النفس، تقدير الذات

CITATION

الإحالة

Elsherif, K.H. (2024). Mafhum aldhath wamukawinatuh litatwir albuhtu fi eilm alnafs al'ijabii: Namudhaj takamuliun 'Self-concept and its components for developing research in positive psychology: An integrative model'. *Scientific Journal of King Faisal University: Humanities and Management Sciences*, 25(1), 64–72. DOI: 10.37575/h/edu/230045 [in Arabic]

الشريف، خالد حسن. (2024). مفهوم الذات ومكوناته لتطوير البحوث في علم النفس الإيجابي: نموذج تكاملي. *المجلة العلمية لجامعة الملك فيصل: العلوم الإنسانية والإدارية*, 25(1)، 64–72.

وهناك تعدد واختلاف في المداخل النظرية لبعض مكونات مفهوم الذات؛ والأمر الأكثر وضوحاً في البحوث العربية أن أغلبها يبحث مكونات مفهوم الذات بشكل منعزل عن بقية المكونات ودون الرجوع لمفهوم الذات كأساس في التفسير والاستنتاج، كما أن اختيار مكونات فرعية لمفهوم الذات في أي بحث يتم بشكل انتقائي دون سند علمي واضح يرجعه عن بقية المكونات؛ فعلى سبيل المثال هناك كثرة في بحوث تقدير الذات self-esteem نسبياً بالمقارنة مع عدد البحوث عن تنظيم الذات مثلاً self-regulation فلماذا لا يتم بحث كل هذه المكونات في إطار تكاملي واحد وواضح يبرز العلاقات فيما بينها وبين بعض وكذلك علاقاتها بالأصل وهو مفهوم الذات.

وينظر إلى مفهوم الذات Self-concept عمومًا على أنه مدركنا الفردية لسلوكنا وقدراتنا وخصائصنا الشخصية، صورة ذهنية لما عليه الفرد وسمات شخصيته، ويميل مفهوم الذات إلى أن يكون أكثر مرونة عندما يكون الشباب أصغر سنًا ولا يزالون يمررون بعملية اكتشاف الذات وتكوين الهوية. مع تقدم الناس في العمر، تصبح المدركات الذاتية أكثر تفصيلًا وتنظيمًا لأن الأفراد يشكون فكرة أفضل عن ذاتهم وما هو مهم بالنسبة لهم.

وسمات الشخصية ضرورية في تكوين مفهوم الذات حيث يبدأ الفرد في

1. مقدمة

يعاني المجال البحثي التربوي من كثرة وتنوع البحوث النفسية والتربوية التي تتناول مفهوم الذات self-concept ومكوناته؛ وتنطلق هذه البحوث من أطر نظرية مختلفة، الأمر الذي ينعكس على النتائج والمتغيرات المرتبطة بكل مكون من مكونات البحث حسب منهجيته وإطاره النظري والتطبيقي ومع كثرة مكونات الذات وتداخل أسمائها يجعل الأمر الباحثين أشبه بمن يجرون في مسابقات متوازنة لتحقيق نفس الأهداف تقريباً مع اختلاف الأدوات والأسماء فقط؛ كذلك كثرة الترجمات وتنوعها يجعل هناك تداخلاً في المصطلحات وبالتالي عدم وضوح المفاهيم بشكل كبير عند التفسير أو الربط بنتائج الدراسات السابقة، فعلى سبيل المثال لا الحصر؛ تقدير الذات self-esteem واحترام الذات self-worth وتقييم الذات self-assessment كلها مصطلحات متقاربة ومتداخلة وبينها مساحات مشتركة والبعض حتى يخلط بينها عند ترجمة وتحديد المصطلحات والتعريفات الإجرائية لذلك يظل التقيد بالمصطلح الأجنبي وترجمة واحدة واضحة له ومتفق عليها ضرورياً لتحديد المفاهيم بدقة فيما يخص أي تناول بحثي لمتغيرات الذات في البحث التربوي.

المبدول للتحكم الذاتي، وحجم الجهد المبذول يتحدد بعدة عوامل أهمها قوة الرغبة، والمهارات المدركة والأهداف التنافسية، تتنافس جهود التحكم الفعلية وقوة الرغبة في تحديد القوة السائدة، والتي تحدد السلوك في نهاية المطاف، شريطة أن لا تعرقلها أي قيود.

ويمكن وضع مكونات الذات بشكل مماثل في نموذج تكاملي يصف العلاقات بين هذه المكونات والتفاعلات التي من الممكن أن تنتج؛ ويوضح ترتيب وتكامل آلية العمل فيما بينها جميعاً في ضوء مفهوم الذات كأساس للنموذج وللخطط.

3. أسئلة البحث

- ما نسب اتفاق خبراء علم النفس بالعينة قيد البحث على مكونات مفهوم الذات بالنموذج المقترح؟
- ما مكونات مفهوم الذات الأساسية وكيف يتم تشكيله؟
- ما العلاقة النظرية بين مكونات مفهوم الذات في بحوث علم النفس وكيف يمكن تمييز المكونات المثبتة سيكولوجياً عن المترادفات منها؟
- كيف يمكن الخروج بنموذج مقترح لمفهوم الذات نظرياً ويربط مكونات الذات وفق خريطة واضحة منبثقة من إطار نظري ودراسات إمبريقية؟

4. أهداف البحث

- وصف مكونات مفهوم الذات انطلاقاً من إطار نظري واضح مستمد من مدخل علم النفس.
- تحليل العلاقات بين مكونات مفهوم الذات والعوامل التي تسهم في تشكيله والمتغيرات النفسية الأقرب لها.
- تفسير العلاقة بين مكونات مفهوم الذات المثبتة نظرياً في البحوث النفسية والتربوية السابقة.
- تمييز المفاهيم النظرية لمكونات مفهوم الذات عن المترادفات أو الترجمات المكررة أو غير الدقيقة.
- تقديم نموذج تكاملي مقترح يتضمن مكونات مفهوم الذات ويوضح العلاقات البيئية ودورها في بنية الذات الإنسانية.
- تحديد نسب الاتفاق بين مجموعة من الخبراء السيكلوجيين في أحد الجامعات العربية حول مكونات مفهوم الذات

5. أهمية البحث

5.1. الأهمية النظرية:

إن تتبع مكونات مفهوم الذات من خلال رسم خريطة نظرية تربط بينها أساسها مفهوم الذات من شأنه أن يوحد الجهود النفسية والتربوية في وصف بنية الذات الإنسانية وربطها بالمتغيرات النفسية الأخرى يكون وفق مخطط الذات من شأنه أن يجعل الاستدلالات من مثل هذه البحوث النفسية دقيقة وفي الاتجاه الصحيح وتقلل الفجوة بين الدراسات العربية التي ينطلق أغلبها من أطر نظرية مختلفة دون وجود رابط منطقي بين كل هذه الجهود البحثية النفسية وبين الجهود البحثية حول مكونات الذات في الدراسات الأجنبية التي غالباً ما تنطلق من أطر نظرية أكثر وضوحاً وتبحث مكونات الذات وفق مخططات نظرية واضحة وتربط مكونات الذات بالمتغيرات النفسية الأخرى الأقرب لها منطقياً ووفق المخططات النظرية.

والنماذج التكاملية أحد أهم أهدافها نقل بحوث مفهوم الذات في علم النفس إلى مستوى التحليل؛ وبالتالي فإنه يمكن استغلال الكم الهائل من بحوث مفهوم الذات في علم النفس بإخضاعها إلى تحليلات عميقة تقود إلى فهم أوضح للذات، ويمكن اختبار التحليلات من حيث مدى توافقها مع الوصف، وبالتالي لن يحل التحليل محل الوصف لكن ينبغي ألا يقتصر التحليل على الوصف (Giorgi, 1985).

5.2. الأهمية التطبيقية:

وضوح مفاهيم مكونات الذات وتمييزها يسهل عمليات البحث فيها كما أن ربطها معاً أو مع متغيرات أخرى يكون أسهل وفق نموذج تكامل مترابط

تكوين علاقات اجتماعية مع الآخرين؛ وبالتالي تكون مفهوم أكثر شمولية للذات من المفهوم السابق مثل أن مفهوم الذات هو مجموعة من المبركات التي يكونها الفرد عن نفسه، وردود أفعال الآخرين تجاهها، وهو يجسد الإجابة على السؤال التقليدي (من أنا؟) (Crisp and Turner, 2010).

وظهرت العديد من التقسيمات لمجالات أو أبعاد مفهوم الذات منها على سبيل المثال:

سنة مجالات محددة تتعلق بمفهوم الذات أشار إليها (Bracken 1996): المجال الاجتماعي، ومجال الكفاية، والمجال الوجداني، والمجال الجسدي، والمجال الأكاديمي، والعائلي.

في حين أكد (Rogers 1959) على ثلاثة مكونات أخرى لمفهوم الذات هي صورة الذات self-image، وتقدير الذات self-esteem، والذات المثالية ideal-self وهكذا تتنوع المداخل النظرية لدراسة مفهوم الذات. بالتالي أسهم تعدد المداخل النظرية لدراسة مفهوم الذات ومكوناته في ازدياد الحاجة إلى إطار شامل يجمع مكونات مفهوم الذات في شكل تكاملي واضح، ولم يجد الباحث -في حدود علمه- دراسات عربية تهتم بهذه النقطة البحثية، في حين وجدت بعض الدراسات الأجنبية وإن كانت قليلة كذلك على سبيل المثال لا الحصر دراسة (Kotabe and Hofmann, 2015)

2. مشكلة البحث

تعاني بحوث مكونات مفهوم الذات في المنطقة العربية من كثرة المترادفات وتعدد الترجمات التي تجعل المعنى أحياناً غير واضح، كما أن تناول بعض المكونات الذاتية جزئياً بالبحث والدراسة بمعزل عن بقية المكونات في بحوث العلاقات الارتباطية وربطها بمتغيرات أخرى خارج إطار الذات دون منطقية أو دراسات تجريبية لا يعطي صورة دقيقة عن بنية الذات الإنسانية ولا يوضح للقرّائين والباحثين النفسيين والتربويين نموذجاً متكاملاً يضمها جميعاً ويسهم في ذلك تعدد الأطر النظرية التي ينطلق منها الباحثون دون وجود رابط بينهم جميعاً.

وتبدو الدراسات الأجنبية في هذا المجال أكثر دقة من مثيلاتها العربية؛ وذلك لأن الدراسات الأجنبية تستخدم تسمية واحدة لكل مصطلح سيكولوجي في حين أن الدراسات العربية تستخدم عدة مترادفات لنفس المفهوم وهو ما يشنت جهود تعريف مكونات مفهوم الذات بدقة، على سبيل المثال self-efficacy وترجمتها بعض الدراسات العربية: كفاءة الذات، والبعض الآخر يترجمها: فعالية الذات.

ولم يجد الباحث -في حدود علمه - دراسات تبحث مكونات الذات في نماذج تكاملية توضح العلاقات بينها باستثناء بعض الدراسات القريبة من الموضوع أمثال (Amiot et al. 2007) والتي قدمت نموذج تكامل تطوري للبيئة الاجتماعية للذات منطلقة من نظرية الهوية الاجتماعية، ونظرية التصنيف الذاتي؛ وهذه النظريات تحدد العوامل السياقية والبيئية التي تفسر التغيرات الموضوعية في تحديد الهوية الاجتماعية؛ وحددت أربع مراحل تشرح العمليات المحددة التي تتطور من خلالها الهوية الاجتماعية للذات.

ودراسة (Marsh et al. 2018) التي قدمت نموذجاً تكاملياً لمفهوم الذات الأكاديمي في الرياضيات من خلال مراجعة لثلاث نظريات حول مفهوم الذات الأكاديمي على عينات طبقية بلغت 3370 طالب وطالبة في المدارس الألمانية الابتدائية والثانوية؛ وأبرز النتائج كانت في النموذج الثاني نموذج التأثيرات المتبادلة حيث أمكن التنبؤ من خلال درجات الطلبة في مفهوم الذات الأكاديمي في الرياضيات بالتحصيل في الرياضيات.

ودراسة (Kotabe and Hofmann 2015) التي بحثت تكامل مفاهيم التحكم في الذات، حددت سبعة مكونات في النظريات والأبحاث تناولت التحكم الذاتي: الرغبة، الهدف الأعلى، تضارب الرغبة / الهدف، دافعية التحكم، القدرة على التحكم، جهد التحكم، القيود المفروضة على الأداء. واهتمت الدراسة كذلك بصياغة التفاعل بين هذه المكونات في نموذج تكاملي للتحكم الذاتي. في هذا النموذج، تؤدي الرغبة والهدف العالي غير المتوافق معها إلى إنتاج تعارض بين الرغبة والهدف، مما ينشط دافعية التحكم الذاتي، والدافعية للتحكم والقدرة على التحكم يحددان بتفاعلها الجهد

هذه الصفات والخصائص يمكن اختبارها؛ أي أن الطفل يدرك ذاته كعنصر له خصائص يمكن اختبارها، فالذات يمكن وضعها في تصنيفات تبعاً للنوع والعمر والمهارات.

ويرى (Rogers 1959) أن مفهوم الذات له ثلاثة مكونات مختلفة:

- نظرتك لذاتك (صورة الذات self image).
- القيمة التي تقدر بها ذاتك (تقدير الذات self esteem – احترام الذات self worth).
- ماكنت تتمنى أن تكون عليه ذاتك (الذات المثالية ideal self).

7.2. صورة الذات Self-Image:

إن الكيفية التي يرى بها الفرد نفسه لا تعكس بالضرورة الواقع؛ فقد يكون لدى الفرد النحيف المصاب بفقدان الشبهة صورة ذاتية تجعله يعتقد أنه سمين، وتتأثر صورة الذات بعدد من العوامل: أهمها الضغوط الوالدية، والأصدقاء، ووسائل الإعلام، وقد قام Kuhn (1960) ببحث صورة الذات من خلال اختبار العشرين جملة؛ والتحليل الكيفي للاستجابات أفرز أربعة أنواع من الإجابات على اختبار العشرين جملة:

- الوصف المادي: مثل أنا طويل القامة، أسمر البشرة،
- الأدوار الاجتماعية: وهنا التركيز على الدور الذي يلعبه الفرد مثل: أنا طالب، أنا لاعب، .. أنا موظف، وهذه الأدوار لا تساعد الآخرين في التعرف علينا فحسب، بل تساعدنا أيضاً على معرفة ما هو متوقع منا في المواقف المختلفة.
- سمات الشخصية: وهي البعد الثالث في وصف الفرد لصورة ذاته مثل: أنا مندفع، كريم، أميل للقلق كثيراً.....
- الأنا: كلمة الكينونة المجردة والتي تتراوح ما بين: أنا طفل الكون كله، إلى: أنا مجرد إنسان، أنا روح وجسد، وهكذا.

عادة يميل الشباب إلى وصف صور ذواتهم من خلال سمات الشخصية في حين يميل كبار السن إلى وصف صور ذواتهم من خلال الأدوار الاجتماعية.

7.3. تقدير الذات Self-Esteem:

على الرغم من أن مصطلحي مفهوم الذات وتقدير الذات غالباً ما يتم الخلط بينهما، إلا أنهما يمثلان بنيات مختلفة ولكن ذات صلة. يشير مفهوم الذات إلى تصورات الطالب مدى كفاءته في المجالات الأكاديمية وغير الأكاديمية (على سبيل المثال، المجالات الاجتماعية والسلوكية والرياضية) ويتم تمثيلها بشكل أفضل ببروقيل لجملة التصورات عن الذات عبر هذه المجالات. أما تقدير الذات فهو التقييم الشامل للطالب لنفسه، بما في ذلك مشاعر السعادة والرضا بصفة عامة (Harter, 1999).

ويشير تقدير الذات إلى الإحساس العام للطالب بقيمته. يمكن اعتباره نوعاً من القياس مدى "تقدير الطالب لنفسه واحترامه لها" (Adler and Stewart, 2004).

ويتضح للباحث من ذلك أن تقدير الذات هو ببساطة موقف الفرد تجاه نفسه، وغالباً ما يكون موقفاً إيجابياً أو غير عدواني تجاه الذات وتقدير الذات ليس ثابتاً إنه مرن وقابل للقياس، مما يعني أنه يمكن اختباره وتحسينه.

ويرى (Argyle 2008) أن هناك أربعة عوامل تؤثر على تقدير الذات:

- ردود أفعال الآخرين.
- المقارنة مع الآخرين.
- الأدوار الاجتماعية.
- الهوية.

ورغم أهمية تأثير هذه العوامل فإن الضغوط الوالدية لها التأثير الأكبر في تقديرنا لذواتنا ويمكن الرجوع في ذلك لكوبر سميث (Coopersmith, 1967)

7.4. احترام الذات Self-Worth:

هناك تداخل بين احترام الذات self-worth وقيمة الذات self value وأحياناً

منطلق من إطار نظري واضح يجعل الباحثين محددين في اختيار المتغيرات البحثية الأكثر أهمية لمفهوم الذات والتي من المنطقي دراسة العلاقة بينها وبين مفهوم الذات وفق مخطط مفهوم الذات النظري الواضح، ويقلل من الأخطاء التي قد يقع فيها بعض الباحثين من ربط الشيء بنفسه أو جزء منه ومعرفة علاقات الكل بالجزء والسبب بالنتيجة، فمثلاً التعلم المنظم ذاتياً هو من مخرجات تنظيم الذات وكفاءة الذات بدورها من مكونات تنظيم الذات فإذا بحث باحث ما العلاقة بين التعلم المنظم ذاتياً وكفاءة الذات دون أن يعي التداخل والمساحة المشتركة بين المفهومين قد يقع في أخطاء وهكذا...

والنموذج الذي يسعى البحث الحالي لاستنتاجه ليس ملزماً لكنه استرشادي فقط يوضح المكونات والعلاقات بينها وفق نتائج الدراسات وما انتهى إليه الإطار النظري للبحث للإسهام في تقليل الأخطاء المنهجية في بحوث مكونات مفهوم الذات وهو هدف مهم للبحوث التربوية في مجال علم النفس.

6. حدود البحث

6.1. الحدود الموضوعية:

هذا النموذج هو نموذج نظري استرشادي ينطلق من نتائج المراجعات النظرية وبحوث علم النفس نحو رسم مخطط وفق فرضية التشبيه المكاني يتضمن مكونات مفهوم الذات ويتضمن المفاهيم النظرية الأقرب لمفهوم الذات وفق نتائج هذه البحوث ويوضح العلاقات بين هذه المكونات كما تثبت ذلك نتائج هذه البحوث.

6.2. الحدود الزمانية:

تم التطبيق على العينة إلكترونياً خلال شهري (يونيو - يوليو 2020) لظروف أزمة كورونا من خلال خدمة ميكروسوفت فورم بعد أخذ موافقة (لجنة أخلاقيات البحث العلمي).

7. الإطار النظري

7.1. مفهوم الذات:

مفهوم الذات self concept هو مصطلح عام للدلالة على الكيفية التي يفكر الفرد بها في نفسه أو يقيّمها؛ وكيف يدرك هذا المفهوم الذي كونه عن نفسه ويتعايش معه. وهنا بالتحديد لا بد من التمييز بين مفهوم الذات وبين إدراك الذات self perception، والذي يشير إلى تعريف درجة معرفة الذات، وهو متسق وقابل للتطبيق على اتجاهات وسلوكيات الفرد وتصرفاته. وغير متعارض مع مفهوم الذات لكنه متميز عنه كمفهوم أو مصطلح.

يتكون مفهوم الذات من مخططات الفرد الذاتية، ويتفاعل مع تقدير الذات self-esteem والذات الاجتماعية ليكون الذات ككل. يشمل مفهوم الذات الذي كونه الفرد كلاً من: الماضي والحاضر والمستقبل، في حين تمثل ذوات المستقبل (أو الذوات الممكنة) أفكار الفرد عن ما يمكنه أن يكونه، أو ما يرغب أن يكونه، أو ما يخاف من أن يكونه. قد تعمل الذوات الممكنة كبواعث لبعض السلوكيات.

ويقترح (Lewis 1990) أن تنمية مفهوم واضح للذات يتطلب مظهرين:-

7.1.1. الذات الوجودية The Existential Self

وهي تمثل الجزء المهم من مخطط الذات أو مفهوم الذات؛ وهي الإحساس بالانفصال عن الآخرين والتميز عنهم وكذلك الوعي بتماسك الذات Bee, (1992).

فالطفل بعد الولادة بشهرين أو ثلاثة يدرك أنه موجود ككيان منفصل عن الآخرين وأن هذا الوجود مستمر، وهذا الوعي يشكل علاقة الطفل بالآخرين.

7.1.2. الذات التصنيفية The Categorical Self

بعد أن يدرك الطفل أنه موجود في العالم فإنه يبدأ بعد ذلك مباشرة يفكر في أنه شيء أو عنصر في الوجود، مثل الآخرين له صفاته وخصائصه، وأن

الدراسة interest for studying ويقصد بالميل نحو الدراسة: اهتمام الطلاب بمادة المحتوى الدراسي والمهام المطلوب منهم أدائها كذلك معتقداتهم عن المهام التي يؤديونها.

أما كفاءة الذات Self-Efficacy "فهي أحكام الفرد التي يصدرها فيما يخص قدرته على إتمام المهام بنجاح، وكذلك ثقته في مهاراته على أداء هذه المهام، وإدراكات الأفراد لكفاءاتهم الذاتية تؤثر في خياراتهم وطموحاتهم للمستقبل، ومقدار المجهود الذي يستطيعون تحمله في أي مطالب أو مهام تطلب منهم، وقدراتهم على الاستمرارية في مواجهة الصعوبات.

ويتدخل في الأمر كذلك نماذجهم الفكرية وما إذا كانت معوقة للذات أم مساعدة لها، ومقدار الضغوط التي يتحملونها في مواجهة المطالب والظروف المحيطة ومدى استسلامهم للضغوط" (Bandura, 1997: 257).

الحكم الذاتي Self-Judgment هو تقويم الفرد لأدائه ومعرفته بالعلاقة بين مستوى الأداء وجودة عملية التعلم (Zimmerman, 2000) لذلك فإن المتعلمين المنظمين ذاتياً يصفون أداءهم الضعيف بأنه افتقار للمجهود أو الوقت أو استخدام استراتيجية غير مناسبة (Zimmerman, 1998)، ويرجع حكم الذات إلى مقارنة الأداء الحالي مع معيار. وأهمية المعيار المستخدم تؤثر على حكم الذات.

7.9. تفاعل الذات Self-Reaction:

تفاعل الذات من مكونات تنظيم الذات، حيث تشير نظرية تنظيم الذات إلى توجيه الفرد لدافعيته ومعارفه وسلوكياته نحو تحقيق أهدافه الأكاديمية؛ فشعور الفرد بكفاءته الذاتية يجعله يراقب تقدمه في إنجاز المهام المطلوبة منه وكان قد اتخذ قرار تنفيذها وقبول التحدي بحكم ذاتي؛ فيتفاعل معها عن طريق الاستمرار في الأداء حتى النهاية أو استخدام استراتيجيات بديلة (Schunk, 1995)

ويتضمن تفاعل الذات المشاعر حول النتائج التي حققها الطالب سواء الشعور بالرضا أو عدم الرضا (Zimmerman, 2002)، "وإذا كان الفرد يعتقد أنه يحرز تقدماً جيداً أكثر من شعوره بالرضا الأمر الذي يعزز من كفاءته الذاتية ويزيد دافعيته" (Marchis and Balogh, 2010: 3)

7.10. مخرجات تنظيم الذات:

7.10.1. الوعي بالذات Self Awareness:

إن الوعي الذاتي من المخرجات الأساسية لتنظيم الذات، فالفرد الذي يعرف أهدافه ويسعى إلى تحقيقها وفق خطة ذاتية لديه بالتأكيد هو فرد لديه قدر مناسب من الوعي الذاتي، والوعي الذاتي هو الوعي بالذات، بكل ما يجعل هوية الفرد فريدة من نوعها، وتتضمن هذه المكونات الفريدة: الأفكار والخبرات والقدرات التي يمتلكها الفرد؛ وبدأت دراسة الوعي بالذات في البحوث النفسية عام 1972 مع بحوث Duval and Wicklund.

والوعي بالذات ضروري كآلية للتحكم الذاتي للفرد، ويقدم Goleman (1995) في كتابه الذكاء الوجداني تعريفاً للوعي بالذات على أنه معرفة الفرد بحالاته الداخلية، ومشاعره وتفضيلاته، وحدسه وبركز هذا التعريف بشكل أكبر على القدرة على مراقبة عالمنا الداخلي وأفكارنا وعواطفنا عند ظهورها، وبالتالي من المهم إدراك أن الوعي الذاتي لا يقتصر فقط على ما نلاحظه عن أنفسنا ولكن أيضاً كيف نلاحظ، ومراقبة عالمنا الداخلي، ومن المهم كذلك النظر إلى الوعي الذاتي كأحد مكونات الذكاء الوجداني (Zhu, 2019).

ويوضح Heatherton (2011) العلاقة بين تنظيم الذات والوعي بالذات من خلال تحديده لمكونات تنظيم الذات على أساس أهمية تنظيم الذات لاكتساب المهارات الاجتماعية؛ حيث يتطلب تنظيم الذات أربعة مكونات نفسية: أولاً: يجب أن يكون الأفراد على وعي بسلوكهم من أجل مقارنته بالمعايير الاجتماعية. ثانياً: يحتاج الأفراد إلى فهم كيفية تفاعل الآخرين مع سلوكهم للتنبؤ بكيفية استجابة الآخرين لهم. ثالثاً: الوعي بالصعوبات التي تواجه الفرد في المواقف الاجتماعية المعقدة. رابعاً: يجب أن تكون هناك آلية لحل التناقضات بين الوعي الذاتي والتوقعات أو المعايير الاجتماعية، وبالتالي تحفيز السلوك لحل أي تناقض موجود.

يستخدم المصطلحان بنفس المعنى رغم أنهما ليسا متطابقين؛ فاحترام الذات معناه أنك تقدر نفسك في حين أن قيمة الذات معناه أنك ذو قيمة، والفرق بين المعنيين يتضح أكثر في التعريفات؛ فاحترام الذات معناه شعور الفرد بأنه إنسان جيد يستحق أن يعامل باحترام، بينما تعريف قيمة الذات سلوكي أكثر منه وجداني؛ يهتم أكثر بسلوكك تجاه ما تقدره، بما في ذلك سلوكك تجاه نفسك أكثر من اهتمامه بمشاعرك تجاه نفسك مقارنة مع الآخرين. (Stosny, 2014)

7.5. الذات المثالية Ideal-Self:

إذا كان هناك عدم توافق بين (الكيفية التي ترى بها نفسك) صورتك لذاتك، وما كنت تتمنى أن تكون عليه نفسك) الذات المثالية فإن ذلك يؤثر على تقييمك لذاتك.

لذلك توجد علاقة وثيقة بين صورة الذات وتقدير الذات والذات المثالية، وعلماء النفس الإنساني يصورون هذه العلاقة بشكل من أشكال فن Venn فالذات المثالية للفرد قد لا تكون متسقة مع ما يحدث له في الحياة وما يمر به من تجارب بالتالي يكون هناك فرق واضح بين الذات المثالية، والتجربة الواقعية للفرد، وهذا يسمى عدم توافق



بينما تحدث حالات التوافق عندما تتسق ذات الفرد المثالية مع التجربة الواقعية التي يعيشها، ونادراً ما يصل الأفراد إلى حالات التوافق التامة، فغالبية الناس يختبرون حالات ما من عدم التوافق؛ ويتطلب تحقيق التوافق قدراً غير مشروط من التقدير الإيجابي للذات، ويرى Rogers أنه لكي يصل الفرد إلى تحقيق الذات Self actualization فإنه يجب أن يكون في حالة توافق.

ويرى (Argyle (2008) أن هناك أربعة عوامل تؤثر في تنمية ذلك التوافق:

- الطرق التي يتعامل بها الآخرون معنا
- كيف ندرك مقارنتنا مع الآخرين
- أدوارنا الاجتماعية
- المدى الذي نتعرف فيه ومن خلاله على الآخرين (McLeod, 2008).

7.6. تأكيد الذات Self-Assertion:

تأكيد الذات هو شعور الثقة بالنفس الذي ينتاب الفرد عند التعبير عن آرائه أو المطالبة بحقوقه، وهو هدف من الأهداف الأساسية في العديد من برامج العلاج النفسي.

7.7. تنظيم الذات Self-Regulation:

يرى (Schunk and Zimmerman (1997) أنه من السهل تعريف تنظيم الذات عن فهم آلية عمله، ويمكن وصفه على أنه العملية التي بواسطتها يفعل المتعلمون ويدعمون المعارف والسلوكيات والانفعالات بحيث تكون موجبة في نظام نحو تحقيق أهدافهم.

ويعرف (Brown et al (1999) تنظيم الذات: على أنه القدرة على تطوير وتنفيذ السلوك المخطط والحفاظ على استمراريته بمرونة نحو تحقيق أهداف الفرد.

7.8. مكونات تنظيم الذات:

إن الأفراد ذوي التنظيم الذاتي: يشاركون بكفاءة في عملية التعلم: سلوكياً، ودافعياً وميتاً معرفياً ومن أهم مكونات تنظيم الذات: المرتبطة بالتعلم المنظم ذاتياً كما يشير Zimmerman (1986) هي: كفاءة الذات Self Efficacy، والحكم الذاتي Self Judgment، وتفاعل الذات Self Reaction، والميل نحو

7.10.2. التعلم المنظم ذاتياً Self Regulated Learning

إن أهمية تنظيم الذات ينبع من كونه أداة أساسية في إعداد وتنمية مهارات التعلم المستمر مدى الحياة، وبعد التخرج من المدرسة الثانوية أو الجامعة حيث يسعى الطلاب إلى اكتساب مهارات تفيدهم في الحياة العملية؛ وفي مقدمة هذه المهارات تنظيم الذات (Zimmerman, 2002).

وتنظيم الذات ضروري لعملية التعلم ويمكن أن يساعد الطلاب على أن يكونوا عادات تعلم جيدة ويدعمون مهاراتهم في الاستذكار، ويطبقوا استراتيجيات التعلم لتعزيز المخرجات الأكاديمية ويراقبوا أداءهم وقيموا الإنجاز الأكاديمي، ويجب أن يكون المعلمون على وعي بالعوامل التي تؤثر في قدرة المتعلم على تنظيم ذاته، وأن يكون على وعي كذلك بالاستراتيجيات التي يمكن استخدامها لتنمية تنظيم الذات في حجرة الدراسة (Zumbrunn *et al.*, 2011).

7.10.3. التعاطف مع الذات Self Compassion

التعاطف هو "القدرة التي تتمتع بها جميعاً لإظهار الحب والاهتمام لأولئك الذين قد يواجهون صعوبات؛ التعاطف مع الذات يجعل هذا المفهوم من الدعم والاهتمام يتسع ليشمل ذاتك مع الآخرين ولكن بدون أنانية؛ حيث يمكن أن يسهم تنمية التعاطف مع الذات في المساعدة في العديد من مجالات الحياة، وتبديد العديد من المخاوف مثل الشعور بالقلق وعدم الأمان ويتداخل مفهوم التعاطف مع الذات مع مفهوم تقدير الذات لكليهما مفهومان منفصلان فالتعاطف مع الذات أقرب إلى قبول الذات، وتقدير الذات أقرب إلى تقويم إيجابي للذات خاصة في التحصيل الدراسي" (Neff *et al.*, 2007: 143).

7.10.4. نحو نموذج تكاملي لمكونات مفهوم الذات:

في ضوء الإطار النظري للبحوث التي تناولت تطوير نماذج تكاملية؛ تمر النماذج التكاملية للذات بعدة مراحل في تطويرها:

- المرحلة الأولى: مرحلة معرفة الأنا.
- المرحلة الثانية: الذات التأملية.
- المرحلة الثالثة: ترابط الذات.
- المرحلة الرابعة: تطوير النموذج المقترح.
- المرحلة الخامسة: اختبار هذا النموذج.

8. منهج البحث

اتبع الباحث في البحث المنهج الوصفي التحليلي لوصف مكونات مفهوم الذات والعلاقات بينها والعوامل التي تسهم في تشكيلها وتمييز المفاهيم النظرية عن المترادفات أو الترجمات غير الدقيقة وذلك بهدف الخروج بنموذج تكاملي مقترح أحادي المدخل في البحوث النفسية لمفهوم الذات في ضوء آراء وجهات نظر خبراء علم النفس عددهم (12) من جامعة الملك فيصل بعينة البحث وحساب نسب الاتفاق بينهم حول تعريف المفاهيم النظرية لكل مكون والتي انتهى إليها الإطار النظري للبحث الحالي.

9. عينة البحث

تكونت العينة من 12 خبير تربوي سيكولوجي من جامعة الملك فيصل ممن سبق لهم إجراء بحوث سابقة عن مكون أو أكثر من مكونات الذات بواقع (5 أساتذة، 7 أساتذة مشاركين)، تم التطبيق عام 2020 خلال شهري يونيو ويوليو.

10. أداة البحث

هي استبيان مكونات مفهوم الذات لخبراء علم النفس.

10.1. صدق محتوى الاستبيان:

بعد مراجعة الأطر النظرية والدراسات الأجنبية والأمريكية عن مفهوم الذات ومكوناته، وكذلك بعض الدراسات العربية، منها ثلاث دراسات

للباحث الحالي؛ تم الاستقرار على أن يكون مفهوم الذات أساساً ومركزاً للنموذج ويتم تحديد العوامل التي تؤدي إلى تشكيله ومكوناته وأقرب المتغيرات النفسية إليه في بحوث علم النفس من استقراء الدراسات النظرية، وذلك كله في ضوء إطار نظري واضح عن مفهوم الذات ينطلق من مدخل علم النفس، وفي هذا الإطار تم مراجعة الدراسات التي تم ذكرها في الإطار النظري والاعتماد عليها في صياغة بنود الاستبيان.

10.2. صدق المحكمين:

تكون الاستبيان من 40 عبارة وتم عرض هذه الصورة على السادة المحكمين وعددهم (12) محكماً من المتخصصين في مجال علم النفس التربوي وبحوث متغيرات الذات؛ وقد كانت لهم ملحوظات على صياغة بعض التعريفات في بعض العبارات فتم تعديلها.

وفي ضوء الأطر النظرية المنطلقة منها الدراسات تم تحديد أربعة محاور للاستبيان تم توضيحها، وبالتالي فإنه في حدود البحث الحالي أي مكون آخر متميز عن هذه المكونات لا يدخل في إطار البحث الحالي ولا حدوده، فمن الصعب تناول كل متغيرات الذات في بحث واحد؛ لذلك تم تحديد مفهوم الذات كأساس يبنى عليه هذا النموذج المقترح.

10.3. الثبات:

قام الباحث بحساب الثبات بطريقة ألفا بهدف التحقق من مؤشرات الثبات، وقد بلغت قيمة معامل ثبات ألفا الكلي (0.904)، وقد تراوحت قيم ثبات ألفا بعد حذف درجة كل عبارة بين (0.896 و 0.904) وهي قيم أقل من أو تساوي قيمة معامل ثبات ألفا الكلي للاستبيان مما يدل على أن حذف أي عبارة من الاستبيان يؤدي إلى انخفاض معامل الثبات الكلي للاستبيان وبالتالي تم الإبقاء على كل العبارات وعددها 40 عبارة.

وفيما يلي جدول يوضح ثبات أبعاد الاستبيان.

جدول (1): معاملات ثبات ألفا للأبعاد استبيان مكونات مفهوم الذات من وجهة نظر الخبراء ن=12

| م | البعد | عدد المفردات | معاملات ثبات ألفا |
|---|---|--------------|-------------------|
| 1 | تعريفات مكونات مفهوم الذات | 16 | 0.878 |
| 2 | المكونات الفرعية لكل مكون من مكونات مفهوم الذات | 4 | 0.749 |
| 3 | العلاقات بين مكونات مفهوم الذات | 11 | 0.617 |
| 4 | تمييز المفاهيم المنفصلة عن المترادفات في مكونات مفهوم الذات | 9 | 0.389 |
| | معامل ثبات ألفا الكلي | 40 | 0.904 |

يتضح من جدول (1) ارتفاع معاملات ثبات ألفا للأبعاد الاستبيان، مما يدل على ثبات الأبعاد والاستبيان ككل، وقد تكونت الصورة النهائية للاستبيان من 40 عبارة تميزت بمؤشرات ثبات واضحة.

10.4. الاتساق الداخلي لمفردات الاستبيان:

قام الباحث بحساب معامل ارتباط الرتب لدرجة كل عبارة من عبارات الاستبيان بالدرجة الكلية كمؤشر للاتساق الداخلي لمفردات الاستبيان

جدول (2): معاملات ارتباط سييرمان عبارات استبيان مكونات مفهوم الذات من وجهة نظر الخبراء بالدرجة الكلية (ن=12)

| رقم العبارة | معامل الارتباط | رقم العبارة | معامل الارتباط | رقم العبارة | معامل الارتباط |
|-------------|----------------|-------------|----------------|-------------|----------------|
| 1 | 0.337 | 15 | 0.484 | 29 | 0.791 |
| 2 | 0.681 | 16 | 0.308 | 30 | 0.593 |
| 3 | 0.505 | 17 | 0.652 | 31 | 0.294 |
| 4 | 0.484 | 18 | 0.652 | 32 | 0.424 |
| 5 | 0.702 | 19 | 0.444 | 33 | 0.587 |
| 6 | 0.419 | 20 | 0.724 | 34 | 0.033 |
| 7 | 0.702 | 21 | 0.587 | 35 | 0.074 |
| 8 | 0.652 | 22 | 0.088 | 36 | 0.484 |
| 9 | 0.652 | 23 | 0.600 | 37 | 0.228 |
| 10 | 0.484 | 24 | 0.802 | 38 | 0.593 |
| 11 | 0.652 | 25 | 0.484 | 39 | 0.13 |
| 12 | 0.807 | 26 | 0.484 | 40 | 0.817 |
| 13 | 0.033 | 27 | 0.484 | | |
| 14 | 0.088 | 28 | 0.769 | | |

11. نتائج البحث وتحليلها الإحصائي

11.1. النتائج الخاصة بالسؤال الأول:

ما نسب اتفاق خبراء علم النفس بالعينة قيد البحث على مكونات مفهوم

الذات بالنموذج المقترح؟

للإجابة على هذا السؤال: قام الباحث باستخدام أسلوب لابارامتري مناسب لصغر حجم العينة لتحديد جودة المطابقة بين الواقعي والمتوقع في رأي الخبراء التربويين حول النموذج.

11.1.1. المجور الأول: تعريفات مكونات مفهوم الذات:

| جدول (3): نتيجة اختبار مربع كاي للبعد الأول تعريفات مكونات مفهوم الذات | | | | | | |
|--|--|--------------|----------|--------------|-------------------|--------|
| المكون | التعريف / الوصف | وضوح المفهوم | مربع كاي | درجات الحرية | الدلالة الإحصائية | المكون |
| 1 | مفهوم الذات self concept هو مصطلح عام للدلالة على كيف يفكر الفرد في نفسه أو يقيّمها: وكيف يدرك هذا المفهوم الذي كونه عن نفسه ويتعايش معه (Baumeister, 1999) | واضح | 3 | 1 | 0.083 | 1 |
| 2 | إدراك الذات self perception يشير إلى تعريف درجة معرفة الذات، وهو متسق وقابل للتطبيق على اتجاهات وسلوكيات الفرد وتصرفاته. وغير متعارض مع مفهوم الذات (Baumeister, 1999) | واضح | 6 | 1 | 1 | 2 |
| 3 | صورة الذات Self-image الكيفية التي يرى بها الفرد نفسه ولا تعكس بالضرورة الواقع، وتتأثر صورة الذات بعدد من العوامل: أهمها الضغوط الوالدية، والأصدقاء، ووسائل الإعلام (Rogers, 1959) | واضح | 3 | 1 | 0.083 | 3 |
| 4 | تقدير الذات Self-esteem ويشير تقدير الذات إلى الإحساس العام للفرد بقيمته. يمكن اعتباره نوعاً من القياس لدى تقدير الفرد لنفسه واحترامه لها (Adler and Stewart, 2004) | واضح | 1 | 1 | 0.01 | 4 |
| 5 | احترام الذات Self worth معناه أنك تقدر نفسك (Stosny, 2014) | واضح | 3 | 1 | 0.083 | 5 |
| 6 | قيمة الذات Self value معناه أنك ذو قيمة (Stosny, 2014) | واضح | 5 | 1 | 0.564 | 6 |
| 7 | الذات المثالية Ideal self وما كنت تمني أن تكون عليه نفسك (Rogers, 1959) | واضح | 3 | 1 | 0.083 | 7 |
| 8 | تحقيق الذات Self actualization لكي يصل إليه الفرد يجب أن يكون في حالة توافق (انسجام) بين الذات الواقعية والذات المثالية. وهو العملية النفسية التي تهدف إلى تعظيم استخدام قدرات الفرد وموارده، وقد تختلف هذه العملية من شخص (Couture et al, 2007; Rogers, 1959) | واضح | 2 | 1 | 5.33 | 0.021 |
| 9 | تأكيد الذات Self assertion هو شعور الثقة بالنفس الذي يثاب الفرد عند التعبير عن آرائه أو المطالبة بحقوقه، وهو هدف من الأهداف الأساسية في العديد من برامج العلاج النفسي (Allahyari and Jenaabadi, 2015) | واضح | 2 | 1 | 5.33 | 0.021 |
| 10 | تنظيم الذات Self regulation هي العملية التي بواسطتها يجهز المعلمون ويدرّسون المعارف والسلوكيات والانفعالات بحيث تكون موجبة في نظام نحو تحقيق أهدافهم (Schunk and Zimmerman, 1997) | واضح | 1 | 1 | 8.33 | 0.01 |
| | تنظيم الذات هو القدرة على تطوير وتنفيذ السلوك المخطط والحفاظ على استمراريته بمرور نحو تحقيق أهداف الفرد (Brown, et al, 1999) | واضح | | | | |
| 11 | كفاءة الذات Self Efficacy هي أحكام الفرد التي يصدرها فيما يخص قدرته على إتمام المهام بنجاح. وكذلك ثقته في مهاراته على أداء هذه المهام (Bandura, 1997) | واضح | 2 | 1 | 5.33 | 0.021 |
| 12 | الحكم الذاتي Self Judgment هو تقييم الفرد لأناته ومعرفته بالعلاقة بين مستوى الأداء وجوده (Zimmerman, 2000) | واضح | - | 1 | 12 | 0.001 |
| 13 | تفاعل الذات Self Reaction يتضمن الاستمرار في أداء المهام حتى النهاية وكذلك المشاعر حول النتائج التي حققها الفرد سواء الشعور بالرضا أو عدم الرضا (Zimmerman, 2002) | واضح | 2 | 1 | 5.33 | 0.021 |
| 14 | الوعي بالذات Self awareness هو الوعي بكل ما يجعل هوية الفرد فريدة من نوعها وتضمن هذه المكونات الأفكار والخبرات والقدرات التي يمتلكها الفرد (Zhu, 2019) | واضح | 1 | 1 | 8.33 | 0.01 |
| 15 | التعلم المنظم ذاتياً self regulated learning هو كل تعلم يكون فيه المتعلم على وعي بالعوامل التي تؤثر في قدرته على تنظيم ذاته، وأن يكون على وعي كذلك بالاستراتيجيات التي يمكن استخدامها لتنمية تنظيم الذات (Zimmerman, 1989) | واضح | 1 | 1 | 8.33 | 0.01 |
| 16 | التعاطف مع الذات self Compassion هو قدرة الفرد على إظهار الحب والاهتمام لذاته كما يظهرها للآخرين؛ ولكن بدون أنانية. (Neff et al., 2007) | واضح | 1 | 1 | 8.33 | 0.01 |

في هذه المرحلة من التحليل كان الهدف هو تحديد مكونات مفهوم الذات نظرياً بتعريفات تتفق مع العلاقات البينية للنموذج، وكما يتضح من النتائج المعروضة في الجدول السابق كان أكبر نسب اتفاق بين الخبراء على مفاهيم: التعاطف مع الذات والتعلم المنظم ذاتياً والوعي بالذات والحكم الذاتي وتنظيم الذات، ثم تفاعل الذات وكفاءة الذات وتأكيد الذات وتحقيق الذات والذات المثالية وصورة الذات، ثم احترام الذات وتقدير الذات ومفهوم الذات.

11.2. النتائج الخاصة السؤال الثاني:

ما مكونات مفهوم الذات الأساسية وكيف يتم تشكيله؟
للإجابة على هذا السؤال قام الباحث بحساب قيم مربع كاي لعبارات البعد الثاني.

جدول (4): نتيجة اختبار مربع كاي للبعد الثاني المكونات الفرعية لكل مكون

| الرقم | المفهوم | المكونات الفرعية | رأي الخبير | مربع كاي | درجة الحرية | مستوى الدلالة |
|-------|--------------------|---|------------|-------------|-------------|---------------|
| | | | أو أوافق | أو لا أوافق | | |
| 17 | صورة الذات | صورة الجسم، الأدوار الاجتماعية، سمات الشخصية، الأنا | 10 | 2 | 5.33 | 1 |
| 18 | مفهوم الذات | صورة الذات، الذات المثالية، تقدير الذات | 10 | 2 | 5.33 | 1 |
| 19 | تنظيم الذات | كفاءة الذات، الحكم الذاتي، تفاعل الذات، الميل نحو الدراسة | 7 | 5 | 0.33 | 1 |
| 20 | مخرجات تنظيم الذات | الوعي بالذات، التعلم المنظم ذاتياً، التعاطف مع الذات | 12 | - | 12 | 1 |

في هذه المرحلة من التحليل كان الهدف هو تحديد المكونات الفرعية لكل مكون من مكونات مفهوم الذات المنتهية إليها الدراسة النظرية وهي (صورة الذات، تنظيم الذات، مخرجات تنظيم الذات)، أما مكونات مفهوم الذات فهي بمثابة مدخلات للنموذج المكون من ثلاث مراحل (مدخلات، عمليات، مخرجات) وكما يتضح من النتائج فإنه كان هناك اتفاق على أن صورة الجسم جزء من صورة الذات، ودرجة الاتفاق على مكونات تنظيم الذات كانت منخفضة نسبياً لدخول متغير تربوي أكاديمي أكثر منه سيكولوجياً مفاهيمياً هو الميل نحو الدراسة؛ وصورة الذات بدورها جزءاً من مفهوم الذات.

11.3. النتائج الخاصة بالسؤال الثالث:

ما العلاقة النظرية بين مكونات مفهوم الذات في بحوث علم النفس وكيف يمكن تمييز المكونات المثبتة سيكولوجياً عن المتراذفات منها؟

للإجابة على هذا السؤال قام الباحث بحساب قيم مربع كاي لعبارات البعد الثالث.

جدول (5): نتيجة اختبار مربع كاي للبعد الثالث العلاقات بين مكونات مفهوم الذات

| الرقم | العبارات | رأي الخبير | مربع كاي | درجة الحرية | مستوى الدلالة |
|-------|--|------------|-------------|-------------|---------------|
| | | أو أوافق | أو لا أوافق | | |
| 21 | مفهوم الذات هو الأساس ومتطلب قبلي لكل من: تنظيم الذات وكفاءة الذات وتحقيق الذات | 10 | 2 | 5.33 | 0.021 |
| 22 | هناك مساحة مشتركة بين صورة الذات والذات الفالية | 11 | 1 | 8.33 | 0.01 |
| 23 | تقدير الذات متطلب قبلي لتحقيق الذات | 12 | - | 12 | 0.001 |
| 24 | تنظيم الذات متطلب قبلي لتحقيق الذات | 12 | - | 12 | 0.001 |
| 25 | صورة الجسم والأدوار الاجتماعية وسمات الشخصية والهوية متطلبات قبلية لتكوين صورة الذات | 11 | 1 | 8.33 | 0.01 |
| 26 | مفهوم الذات يتكون من صورة الذات والذات المثالية وتقدير الذات | 11 | 1 | 8.33 | 0.01 |
| 27 | تنظيم الذات بمكوناته متطلب قبلي للتعلم المنظم ذاتياً | 11 | 1 | 8.33 | 0.01 |
| 28 | الوعي بالذات متطلب قبلي للتعلم المنظم ذاتياً | 12 | - | 12 | 0.001 |
| 29 | الوعي بالذات والتعاطف مع الذات أقرب مكونات الذات إلى الذكاء الوجداني | 12 | - | 12 | 0.001 |
| 30 | تقدير الذات وتحقيق الذات أقرب مكونات الذات إلى متغيرات علم النفس الإيجابي | 10 | 2 | 5.33 | 0.021 |
| 31 | لا بد أن ينطلق أي مفهوم للذات من نظرية من نظريات سمات الشخصية | 10 | 2 | 5.33 | 0.021 |

كما يتضح من الجدول السابق فإن أهمية تحديد المتطلبات قبلية لتشكيل كل مفهوم هو تحديد العلاقات النظرية والمكونات في نموذج تشبيهي مكاني يتضمن ثلاث مراحل (مدخلات، عمليات، مخرجات)؛ والنموذج المقترح يضع مفهوم الذات في العمليات كمركز تفاعل مجموعة من المكونات التي بعضها له متطلبات قبلية وجودها يسبق وجوده، وكان هناك اتفاق على أن مفهوم الذات هو متطلب قبلي لكل من: تنظيم الذات وكفاءة الذات وتحقيق الذات، وكل من تقدير الذات وتنظيم الذات متطلبات قبلية لتحقيق الذات، صورة الجسم والأدوار الاجتماعية وسمات الشخصية والهوية متطلبات قبلية لتكوين صورة الذات، تنظيم الذات بمكوناته متطلب قبلي للتعلم المنظم ذاتياً، الوعي بالذات متطلب قبلي للتعلم المنظم ذاتياً بالنسبة لأقرب المكونات لمفهوم الذات جاءت كل من: الوعي بالذات والتعاطف مع الذات أقرب مكونات الذات إلى الذكاء الوجداني، تقدير الذات وتحقيق الذات كانت أقرب مكونات الذات إلى متغيرات علم النفس الإيجابي.

11.4. النتائج الخاصة بالسؤال الرابع:

كيف يمكن تمييز المفاهيم المنفصلة عن المترادفات في مكونات مفهوم الذات؟

جدول (6): نتيجة اختبار مربع كاي للبعد الرابع تمييز المفاهيم عن المترادفات

| رقم | العبارات | رأي المبحر | | مربع كاي | درجة حرية | الدالة |
|-----|---|------------|----------|----------|-----------|--------|
| | | أوافق | لا أوافق | | | |
| 32 | تقدير الذات وقيمة الذات واحترام الذات مترادفات كلها لمفهوم واحد self esteem | 10 | 2 | 5.33 | 1 | 0.021 |
| 33 | فعالية الذات وكفاءة الذات مترادفات لمفهوم واحد self efficacy | 10 | 2 | 5.33 | 1 | 0.021 |
| 34 | تحقيق الذات self actualization وتأكيد الذات self assertion مفهومان مختلفان | 10 | 2 | 5.33 | 1 | 0.021 |
| 35 | تنظيم الذات self regulation وكفاءة الذات self efficacy مفهومان مختلفان | 7 | 5 | 0.33 | 1 | 0.564 |
| 36 | تنظيم الذات self regulation والتعلم المنظم ذاتياً self regulated learning مترادفات لنفس المفهوم | 11 | 1 | 8.33 | 1 | 0.01 |
| 37 | مفهوم الذات self concept وإدراك الذات self perception مفهومان مختلفان ولكن غير متعارضين | 10 | 2 | 5.33 | 1 | 0.021 |
| 38 | الوعي بالذات self awareness والتحكم الذاتي self judgment مفهومان مختلفان | 8 | 4 | 1.33 | 1 | 0.248 |
| 39 | الوعي بالذات self awareness وتنظيم الذات self regulation مفهومان مختلفان | 10 | 2 | 5.33 | 1 | 0.021 |
| 40 | تقدير الذات self esteem والتعاطف مع الذات self compassion مفهومان مختلفان | 12 | - | 12 | 1 | 0.001 |

في هذه المرحلة من التحليل كان الهدف هو تمييز المفاهيم عن المترادفات في مكونات مفهوم الذات، فمثلاً الدراسات العربية تترجم self efficacy على أنها كفاءة الذات، والبعض الآخر يترجمها على أنها فعالية الذات، وبالتالي وحسب نتائج جدول 6 تم بالاستعانة بالخبراء تمييز تقدير الذات عن التعاطف مع الذات والوعي بالذات عن تنظيم الذات ومفهوم الذات عن صورة الذات وعن إدراك الذات وتمييز تنظيم الذات عن التعلم المنظم ذاتياً مرحلياً فأحدهما عمليات والآخر مخرجات كما سيتضح أكثر بالشكل التوضيحي لنموذج مكونات مفهوم الذات، تمييز تنظيم الذات عن كفاءة الذات، كذلك تمييز تحقيق الذات عن تأكيد الذات أما قيمة الذات واحترام الذات فهي شروحات لمفهوم واحد هو تقدير الذات.

12. تفسير النتائج والتعليق عليها

إن أي نموذج تكاملي مقترح لمكونات مفهوم الذات لا بد أن ينطلق من أسس بحث الذات: الأساس المعرفي وهو يمثل البنية المعرفية والأطر النظرية التي بنيت عليها بحوث الذات، والأساس الأمبريقي ويتمثل في نتائج الكم الهائل من بحوث علم النفس التي بحثت مفهوم الذات بمكوناته والعلاقات بينها، والأساس الثالث: الأساس الوجودي للذات وهو يمثل البعد الفلسفي في دراسة الذات وما انتهى إليه الفلاسفة في هذا الإطار.

وقد تمت مراجعة الأطر النظرية لمفهوم الذات وتم تبني أحد المداخل النظرية لبحث مفهوم الذات وهو مدخل Rogers؛ وتم وضع أساس للنموذج وهو مفهوم الذات و تم تحديد متطلبات قبلية لتشكيل صورة الذات (صورة الجسم، الأدوار الاجتماعية، سمات الشخصية، الأنا)، وصورة الذات مع الذات المثالية وتقدير الذات يشكلون مفهوم الذات؛ وتقدير الذات متطلب قبلي لتحقيق الذات هذه هي المكونات الأساسية لمفهوم الذات، أما المكونات ذات العلاقة الأقرب بمفهوم الذات هي تنظيم الذات الذي يتكون من (كفاءة الذات، تفاعل الذات، الحكم الذاتي، الميل نحو الدراسة)، ونجاح الفرد في تنظيمه لذاته يظهر في التعلم المنظم ذاتياً ومن مخرجاته الوعي بالذات، وتم مراجعة نتائج بعض البحوث الإمبيريقية التي تناولت هذه المكونات والتي أشارت إلى بعض المتغيرات النفسية الأقرب لهذه المكونات، وهي متغيرات علم النفس الإيجابي ومن الذكاءات المتعددة الذكاء الوجداني الأقرب، ومن المتغيرات الأخرى الدافعية للتعلم.

وبالتالي فإن الشكل التوضيحي للنموذج المقترح يجيب عن آخر أسئلة البحث: كيف يمكن الخروج بنموذج مقترح لمفهوم الذات نظرياً ويربط مكونات الذات وفق خريطة واضحة منبثقة من إطار نظري؟ لقد مر تطوير النموذج بمراحل.

12.1. المرحلة الأولى: معرفة الأنا:

وتحديد العلاقة مع مفهوم الذات كأساس للتحليل، فالهدف من هذا

النموذج هو نقل دراسات مكونات مفهوم الذات من مستوى الوصف إلى مستوى التحليل: في مستوى الوصف: هناك من انطلق من رؤية علم النفس الإنساني Rogers كما اتضح في الإطار النظري، وهناك من انطلق من نظرية الهوية الاجتماعية وهناك من انطلق من رؤية Allport (1961).

يمكن للنموذج المقترح أن يكون أحادي المدخل، ويمكن أن يكون متعدد المداخل النظرية: النموذج المقترح في البحث الحالي أحادي المدخل: ينطلق من بحوث ودراسات علم النفس وفروعه ومنها علم النفس الإيجابي ويبني أساس لمكونات مفهوم الذات من خلال البحوث النظرية في علم النفس؛ وقد استمد علم النفس معرفته عن مفهوم الذات من أسلوب التقرير الذاتي للأفراد في المقاييس والاختبارات التي تهدف إلى وضع أساس معرفي واضح عن الذات، ولكن المعرفة عن الذات في علم النفس مازالت تدور حول مستوى الوصف أكثر منها حول التحليل؛ والنماذج التكاملية أحد أهم أهدافها نقل بحوث مفهوم الذات في علم النفس إلى مستوى التحليل؛ وبالتالي فإنه يمكن استغلال الكم الهائل من بحوث مفهوم الذات في علم النفس بإخضاعها إلى تحليلات عميقة تقود إلى فهم أوضح للذات، ويمكن اختبار التحليلات من حيث مدى توافقها مع الوصف، وبالتالي لن يحل التحليل محل الوصف لكن ينبغي ألا يقتصر التحليل على الوصف (Giorgi, 1985).

12.2. المرحلة الثانية: وصف طبيعة الذات التأملية:

تظهر القدرة التأملية للذات جزئياً كما تراها (الأنا)، وهذا يمكن الأنا من تعميم البيانات التحليلية عن الذات؛ بالإضافة لذلك تتشارك القدرة التأملية مع (الأنا) في تقرير البيانات المتوفرة عن الذات؛ تحديداً الذات تمد (الأنا) ب البيانات الدافعية والوجدانية التي تمكن الأنا من تشكيل شخصيتها وهويتها باختصار القدرة التأملية للذات تمكن (الأنا) من معرفة وفهم أي نوع من الأنا هي ؟ (Pembroke, 2002).

بالتالي في هذا الإطار التأملي، يصبح استكشاف الذات جانباً طبيعياً وأساسياً في البحث العلمي، وليس مجرد نشاط علمي وفلسفي ولكن نشاط "طبيعي" ناشئ عن الطبيعة التأملية للذات ورغبة (الأنا) في معرفة نفسها بعبارة أخرى؛ وصف وتحليل الذات هو مجرد تعبير عن الرغبة الأساسية في معرفة الذات، وبالتالي فإن البحوث الوصفية عن الذات وتحليلها لا تقل أهميتها عن البحوث التجريبية في استكشاف الذات.

12.3. المرحلة الثالثة: ترابط مكونات الذات:

يتم النظر إلى الذات والأنا كمفهومين متميزين؛ وبينهما علاقة؛ التوصيف الأولي للأنا يظهر في سعها للمعرفة، والتوصيف الأولي للذات يظهر في أنها يمكن التعرف عليها بواسطة الأنا؛ والعلاقة بينهما تبادلية ومنطقية ويمكن أن تقوم النماذج التكاملية على رسم العلاقة بينهما وهناك مكونات تحت المكونات الفرعية، فصورة الذات على سبيل المثال هي مكون من مكونات مفهوم الذات مع الذات المثالية وتقدير الذات، ولكن صورة الذات نفسها لها مكونات فرعية هي صورة الجسم، والأدوار الاجتماعية وسمات الشخصية والأنا وبالتالي تم اعتبارها متطلبات قبلية لتشكيل صورة الذات التي هي بدورها من مكونات مفهوم الذات، وهكذا بقية المكونات كما سيتضح في الشكل التالي شكل (2).

12.4. المرحلة الرابعة: تطوير النموذج المقترح:

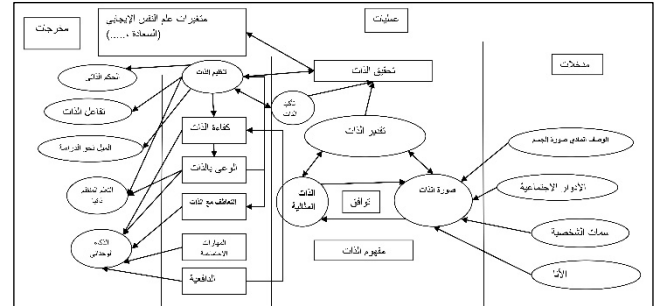
إن أي نموذج تكاملي مقترح لمكونات مفهوم الذات لا بد أن ينطلق من أسس بحث الذات: الأساس المعرفي وهو يمثل البنية المعرفية والأطر النظرية التي بنيت عليها بحوث الذات، والأساس الأمبريقي ويتمثل في نتائج الكم الهائل من بحوث علم النفس التي بحثت مفهوم الذات بمكوناته والعلاقات بينها، والأساس الثالث: الأساس الوجودي للذات وهو يمثل البعد الفلسفي في دراسة الذات وما انتهى إليه الفلاسفة في هذا الإطار وفي حدود هذا البحث تم الجمع بين المراجعة النظرية واستشارة الخبراء في إطار إجرائي هادف وبعيداً عن تعقيدات العمق الفلسفي لمناقشة قضية الذات ومع ذلك لم يغفل البحث طبيعة العلاقة مع إشكاليات فلسفية مثل إشكالية (من أنا ؟).

خاصة التفكير التأملي وله أكثر من ثلاثة مقاييس تقيس مهارات عليا في التفكير.

المراجع

- Adler, N. and Stewart, J. (2004). *Self-Esteem*. Available at: <http://www.macses.ucsf.edu/research/psychosocial/notebook/self-esteem.html> (accessed on 12/12/2019)
- Amiot, C.E., De la Sablonniere, R., Terry, D.J. and Smith, J.R. (2007). Integration of social identities in the self: Toward a cognitive-developmental model. *Personality and Social Psychology Review*, 11(4), 364–88.
- Allahyari, B. and Jenaabadi, H. (2015). The role of assertiveness and Self-Assertion in female high school students emotional Self-Regulation, *Creative Education*, 6(14), 1616–22. DOI: 10.4236/ce.2015.614163
- Allport, G.W. (1961). *Pattern and Growth in Personality*. New York, USA: Holt, Rinehart & Winston.
- Argyle, M. (2008). *Social Encounters: Contributions to Social Interaction*. London, England: Routledge.
- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. New York, USA: W.H. Freeman and Co.
- Baumeister, R.F. (1999). *The self in Social Psychology*. Philadelphia, USA: PA: Psychology Press.
- Bee, H.L. (1992). *The Developing Child*. London, England: HarperCollins.
- Bracken, B.A. (1996). *Handbook of Self-Concept: Developmental, Social, and Clinical Considerations*. New York, USA: John Wiley and Sons.
- Brown, J. M., Miller, W.R., and Lawendowski, L.A. (1999). The Self-Regulation Questionnaire. In: L. VandeCreek and T.L. Jackson (Eds.) *Innovation in Clinical Practice: A Source Book*. Sarasota, USA: Professional Resource Press.
- Coopersmith, S. (1967). *The Antecedents of Self-Esteem*. San Francisco, USA: Freeman.
- Couture, M., Desrosiers, J. and Leclerc, G. (2007). Self-actualization and poststroke rehabilitation. *International Journal of Rehabilitation Research*, 30(2), 111–7. DOI:10.1097/MRR.0b013e32813a2ea5
- Crisp, R.J. and Turner, R.N. (2010). *Essential Social Psychology*. London, England: Sage Publications.
- Giorgi, A. (1985). *Phenomenology and Psychological Research*. Pittsburg, USA: Duquesne Press.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence*. USA: Bantam Books, Inc.
- Harter, S. (1999). *The Construction of the Self: A Developmental Perspective*. New York, USA: Guilford Press.
- Heatheron, T.F. (2011). Neuroscience of self and self-regulation. *Annu Rev Psychol*, n/a(62), 363–90. DOI: 10.1146/annurev.psych.121208.131616
- Kotabe, H.P. and Hofmann, W. (2015). On integrating the components of self-control. *Perspectives on Psychological Sciences*, 10(5), 618–38.
- Kuhn, M.H. (1960). Self-attitudes by age, sex and professional training. *Sociological Quarterly*, n/a(1), 39–56.
- Marchis, I. and Balogh, T. (2010). Secondary school pupils self-regulated learning skills. *Acta Didactica Napocensia*, 3(3), 230–62.
- Marsh, H.W., Pekrun, R., Murayama, K., Arens, A.K., Parker, P.D., Guo, J. and Dicke, T. (2018). An integrated model of academic self-concept development. *Developmental Psychology*, 54(2), 263–80.
- McLeod, S.A. (2008). *Self Concept*. Available at: <https://www.simplypsychology.org/self-concept.html> (accessed on 03/11/2019)
- Neff, K.D., Kirkpatrick, K.L., and Rude, S.S. (2007). Self-compassion and adaptive psychological functioning. *Journal of Research in Personality*, n/a(41), 139–54. DOI: 10.1016/j.jrp.2006.03.004.
- Lewis, M. (1990). Self-Knowledge and Social Development in Early Life. In: L.A. Pervin (Eds.), *Handbook of Personality*, New York, USA: Guilford.
- Pembroke, N. (2002). *Moving Towards Spiritual Maturity: Psychological, Competitive, and Moral Challenges in Christian Living*. New York, USA: Haworth Pastoral Press.
- Rogers, C. (1959). A Theory of Therapy, Personality and Interpersonal Relationships as Developed in the Client-Centered Framework. In: S. Koch (eds.) *Psychology: A Study of a Science, Formulations of the Person and the Social Context*. New York, USA: McGraw Hill.
- Schunk, D.H. (1995). *Development of Strategic Competence through Self-Regulations of Attributions*. Available at: <https://eric.ed.gov/?id=ED391821> (accessed on 03/11/2019)
- Stosny, S. (2014). *How Much Do You Value Yourself? Psychology Today*. Available at: www.psychologytoday.com/us/blog/anger-in-the-age-

شكل (2): النموذج التكاملي أحادي المدخل المقترح لمكونات مفهوم الذات في بحوث علم النفس (نموذج استاتيكي وفق فكرة التشبيه المكاني) مدخلات - عمليات - مخرجات



12.5. المرحلة الخامسة: اختبار النموذج:

إن هذا النموذج هو تصور مقترح لكنه موضوعي لأنه انطلق من دراسات أجنبية واضحة ووضع أساساً للتحليل وهدفاً يحققه وهو تحديد أقرب المكونات لمفهوم الذات؛ بمعنى عند بحث متغير مفهوم الذات يجب أن يتم بحثه إجرائياً في إطار تكاملي وليس جزئياً وبعيداً عن الأطر النظرية الواضحة، ويجب تبني نظرية في سمات الشخصية، والحذر عند اختيار متغيرات البحث حتى لا تقع في دائرة التكرار أو الترادف، وإذا كان البحث يستخدم المنهج التجريبي فيجب الوعي بأنك تقدم معالجة لتحسين الواقع بالتالي فأنت تؤثر في مرحلة العمليات ولابد من تحديد المتطلبات القبلية كي يتم التحسين المطلوب في ضوء مكونات كل متغير تتم معالجته وضبط المتغيرات الوسيطة تبعاً لأقرب المكونات الأخرى التي يمكن أن تؤثر بالسلب أو الإيجاب في التجربة وفق هذا النموذج أو أي نموذج تكاملي آخر، هذا ليس تحيزاً لنتائج البحث الحالي وإنما سعي إلى تنظيم البحوث الإجرائية في مجال مكونات أو متغيرات مفهوم الذات حتى تقل الأخطاء التي يقع فيها الباحثون.

والهدف الأسوى هو نقل بحوث متغيرات الذات من مرحلة الوصف إلى مرحلة التحليل؛ فكما اتضح في الإطار النظري ينبغي أن يشمل التحليل على الوصف لكن ينبغي ألا يقتصر التحليل على الوصف، والتحليل في هذا البحث اعتمد على المنهج الوصفي؛ وانطلق من فكرة النماذج التكاملية في علم النفس لوضع تصور مقترح لنموذج وفق طريقة التخطيط mapping وفق فكرة التشبيه المكاني وعلى خمس مراحل تنتهي باختبار النموذج واختباره متاح للدراسات المستقبلية.

13. البحوث والدراسات المقترحة والتوصيات

- جهود التوعية بأهمية النماذج التكاملية في البحوث النظرية في علم النفس مازالت ضعيفة وتحتاج لتنظيم وجهد مؤسسي خاصة من جمعيات ومراكز البحث في علم النفس.
- نتائج البحث تؤكد أهمية الانتقال إلى مستوى التحليل في بحوث ودراسات مفهوم الذات ومكوناته وعلاقته بالمتغيرات الأخرى سواء المتغيرات الذاتية أو متغيرات علم النفس الإيجابي - باعتباره توجهاً مستقبلياً للدراسات - أو متغيرات علم النفس بصفة عامة على المستوى الوصفي توجد آلاف من الدراسات الإمبريقية التي تحتاج إلى تحليلات بعدية متكاملة تجعل الاستدلال منها واستغلالها في مستوى التحليل ذو قيمة.

نبذة عن المؤلف

خالد حسن الشريف

قسم علم النفس التربوي، كلية التربية، جامعة الإسكندرية، الإسكندرية، جمهورية مصر العربية. khaled.elsharif@alexu.edu.eg, 00201223591920

الشريف، مصري، أستاذ علم النفس التربوي، حاصل على الدكتوراه من جامعة الإسكندرية في مصر، وقائم حالياً بعمل رئيس قسم علم النفس التربوي بالكلية. عضو في الجمعية المصرية للدراسات النفسية، نشر عدداً من الأبحاث في مجالات علم النفس التربوي وعلم النفس المعرفي والقياس النفسي. مشارك فعال في مجال التدريب على مهارات التفكير، قدم ما يزيد عن 5 كتب في علم النفس التربوي وعلم النفس المعرفي. مهتم في مجال التأليف السيكلوجي (السيكو دراما) وكتابة القصص القصيرة ومهارات التفكير

- entitlement/201406/how-much-do-you-value-yourself (accessed on 10/11/2019)
- Zhu, J. (2019). *What is Self-Awareness and Why is it Important?*. Available at: <https://positivepsychology.com/self-awareness-matters-how-you-can-be-more-self-aware/> (accessed on 09/11/2019)
- Zimmerman, B.J. (1986). Development of self-regulated learning: which are the key sub-processes?. *Contemporary Educational Psychology*, **n/a**(16), 307–13.
- Zimmerman, B.J. (2002). Becoming a self-regulated learner. *Theory into Practice*, **41**(2), 65–70.
- Zumbrunn, S. Tadlock, J. and Roberts, E.R. (2011). *Encouraging Self-Regulated Learning in the Classroom: A Review of the Literature*. Available at: https://scholarscompass.vcu.edu/merc_pubs/18/ (accessed on 09/11/2019)