

Extracurricular Activities and Self-Esteem

Pr. Ahmad BENCHORMA¹, Pr. Atallah BENYAHIA², Pr. Abdelbasset GOUNI³

¹École Normale Supérieure Taleb Abderrahmane Laghouat (Algeria),

E-mail: a.benhorma@ens-lagh.dz

²Laboratory of Guidance Psychological Development Tools Measurement in the Middle School,

Ammar Thaliji University of Laghouat (Algeria), E-mail: a.benyahia@lagh-univ.dz

³Laboratory of Guidance Psychological Development Tools Measurement in the Middle School,

Ammar Thaliji University of Laghouat (Algeria), E-mail: a.gouni@lagh-univ.dz

Received: 03/2025, Published: 04/2025

Abstract:

Self-esteem is a person's inner feeling of self-worth, and recognition of his abilities and potential to face challenges and achieve goals, regardless of the evaluation of others. Self-esteem is affected by multiple factors, including personal experiences, achievements, social interactions, self-criticism, and support from individuals. It is considered an important factor in mental health, has a significant impact on a person's behavior and interactions with others, and negatively affects the student's academic and social performance if his self-esteem is low.; Education plays a crucial role in shaping it, by providing a supportive environment, full of opportunities for learning and personal growth, and extracurricular activities are one of the means that can contribute to enhancing students' self-esteem.

Keywords: Self-worth, Mental health, Education.

الأنشطة اللاصفية وتقدير الذات

أ.د. أحمد بن حرمة¹، أ.د. عطاء الله بن يحيى²، أ.د. عبد الباسط قوني³

¹المدرسة العليا للأساتذة طالب عبد الرحمن الأغواط (الجزائر)، البريد الإلكتروني: a.benhorma@ens-lagh.dz

²مخبر أدوات قياس التوجيه النفسي وتطويره في الطور المتوسط، جامعة عمار تليجي بالأغواط (الجزائر)،

البريد الإلكتروني: a.benyahia@lagh-univ.dz

³مخبر أدوات قياس التوجيه النفسي وتطويره في الطور المتوسط، جامعة عمار تليجي بالأغواط (الجزائر)،

البريد الإلكتروني: a.gouni@lagh-univ.dz

الملخص:

تقدير الذات هو الشعور الداخلي للفرد بقيمته الذاتية، وإدراكه لقدراته وإمكاناته في مواجهة التحديات وتحقيق الأهداف، بغض النظر عن تقييم الآخرين. يتأثر تقدير الذات بعدة عوامل، منها التجارب الشخصية، والإنجازات، والتفاعلات الاجتماعية، والنقد الذاتي، والدعم من الأفراد. يُعتبر تقدير الذات عاملاً مهماً في الصحة النفسية، وله تأثير كبير على سلوك الفرد وتفاعلاته مع الآخرين، كما أن انخفاضه يؤثر سلباً على الأداء الأكاديمي والاجتماعي للطالب. تلعب التربية دوراً محورياً في تشكيله، من خلال توفير بيئة داعمة مليئة بفرص التعلم والنمو الشخصي، وتُعد الأنشطة اللاصفية إحدى الوسائل التي يمكن أن تسهم في تعزيز تقدير الذات لدى الطلاب.

الكلمات المفتاحية: القيمة الذاتية، الصحة النفسية، التربية.

1. مقدمة :

تشير النظريات التربوية الحديثة بوضوح إلى أن دور التربية الحديثة لا يقتصر على ما يمكن في الصف الدراسي فقط ، بل إن العمل التربوي يمتد خارج الصف الدراسي ، نظرا لان الكثير من الأهداف التربوية لا يمكن تحقيقها إلا من خلال النشاط التلقائي الذي يقوم به الطالب خارج الصف الدراسي ؛ ولما كان هدف التربية الحديثة هو إعداد الطالب للحياة ، إعدادا نفسيا وعلميا و اجتماعيا، فالنشاطات اللاصفية تسهم في تنمية الميول والمواهب وتحقيق مستوى من التكيف مع البيئة ، وتعتبر دافعا للتعلم ، وتنمي في الفرد الثقة بالنفس والصحة النفسية السليمة وذلك من خلال إشباع الحاجيات النفسية للطلبة وفق خصائص النمو المختلفة لتحقيق التوازن النفسي والاجتماعي، وتمكين الطلبة من الاستفادة من الفرص التعليمية المتاحة بأقصى درجة لكون إشباع حاجة تقدير الذات قد تحققت .

وفي هذا الصدد يقول "كوبر سميث:" إن إشباع الحاجة إلى تقدير الذات تؤدي إلى ثقة الفرد بذاته وشعوره بقيمته، وتلاؤمه الشخصي وعلى العكس من ذلك فإن عجزه عن إشباعها قد تؤدي إلى الإحساس بالدونية والضعف مما يؤدي بدوره إلى شعوره بالإحباط" ، وتذكر نجوى بنيس 1995 " أن تقدير الذات يتأثر بالظروف المحيطة بالفرد ؛ فإذا كانت مثيرات البيئة إيجابية تحترم الذات الإنسانية ، وتكشف عن قدراتها وطاقتها يصبح تقدير الذات إيجابيا ، أما إذا كانت البيئة محبطة فإن الفرد يشعر بالدونية ، وبالتالي يسوء تقدير الفرد لذاته" (نجوى بنيس ،1995م:40) فالمدرسة لها دور كبير في تقدير الطفل لذاته.

يقول " ماسلو" : "حاجات البشر ضعيفة، تهمس ولا تصرخ، والبيئة المريضة هي التي لا تسمع لهذا الهمس، بل إنها تقمعه فتثير الكراهية و تقضي على طاقتهم الإيجابية" و قد استنتج "كولي" cooley في دراسة له سنة 1991م، أن للنشاط المدرسي اللاصفي أثرا في تنمية مفهوم ذات التلميذ المشارك .

ولتأكد من هذا قام الباحثون بهذه الدراسة للتعرف على مدى إسهام النشاط المدرسي في الرفع من تقدير الذات لدى التلاميذ المشاركين في النشاط المدرسي.

لذا نطرح إشكالية الدراسة أو نلخصها في التساؤلات التالية:

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة تقدير الذات بين التلاميذ المشاركين في النشاط المدرسي وزملائهم غير المشاركين في النشاط المدرسي في مرحلة التعليم المتوسط بمدينة الأغواط؟
- هل توجد فروق دالة إحصائية في تقدير الذات بين التلاميذ الذكور والإناث الممارسين للنشاط المدرسي ؟
- هل توجد فروق دالة إحصائية في تقدير الذات بين التلاميذ المعيّدين وغير المعيّدين المشاركين في النشاط المدرسي ؟
- هل توجد فروق دالة إحصائية في تقدير الذات بين التلاميذ المشاركين في النشاط المدرسي ذوي التحصيل المدرسي المرتفع، وذوي التحصيل المدرسي المنخفض ؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات بين التلاميذ المشاركين في النشاط المدرسي حسب نوع النشاط ؟

2.فرضيات الدراسة :جاءت بالشكل التالي:

- 1) توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة تقدير الذات بين التلاميذ المشاركين في النشاط المدرسي وزملائهم غير المشاركين في النشاط المدرسي في مرحلة التعليم المتوسط بمدينة الأغواط .
- 2) لا توجد فروق دالة إحصائية في تقدير الذات بين التلاميذ الذكور والإناث الممارسين للنشاط المدرسي.
- 3) لا توجد فروق دالة إحصائية في تقدير الذات بين التلاميذ المعيّدين وغير المعيّدين المشاركين في النشاط المدرسي.
- 4) لا توجد فروق دالة إحصائية في تقدير الذات بين التلاميذ المشاركين في النشاط المدرسي ذوي التحصيل المدرسي المرتفع، وذوي التحصيل المدرسي المنخفض .
- 5) لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات بين التلاميذ المشاركين في النشاط المدرسي حسب نوع النشاط .

3.أهداف الدراسة :

- معرفة الفروق الموجودة في درجة تقدير الذات بين التلاميذ المشاركين في النشاط المدرسي وزملائهم غير المشاركين في النشاط المدرسي في مرحلة التعليم المتوسط بمدينة الأغواط .
- معرفة الفروق الموجودة في درجة تقدير الذات بين التلاميذ الذكور والإناث الممارسين للنشاط المدرسي.
- معرفة الفروق الموجودة في درجة تقدير الذات بين التلاميذ المعيّدين وغير المعيّدين المشاركين في النشاط المدرسي.
- معرفة الفروق في تقدير الذات بين التلاميذ المشاركين في النشاط المدرسي ذوي التحصيل المدرسي المرتفع، وذوي التحصيل المدرسي المنخفض .
- معرفة الفروق في تقدير الذات بين التلاميذ المشاركين في النشاط المدرسي حسب نوع النشاط .

4. أهمية الدراسة:

-إبراز أهمية النشاط المدرسي في بناء الشخصية السوية للمتعلم كالتواحي الفكرية أو البدنية و الانفعالية و غيرها، حيث تلبي احتياجات التلاميذ، وتنمي قدراتهم المختلفة، لان المادة الدراسية لا تلبي الغرض في تزويد التلاميذ المهارات والخبرات المختلفة التي يحتاجونها في حياتهم اليومية.

-إبراز أهمية النشاط المدرسي لكونه يعمل على صقل شخصية التلاميذ، و بناء أجسامهم و تدريبهم على فهم العلاقات الاجتماعية السليمة، و اكتساب السلوك السوي، حيث يؤثر هذا على إعداد مواطن صالح بعيدا عن الانحراف.

-قلة الدراسات التي تناولت النشاطات المدرسية ودورها في رفع مستوى تقدير الذات في التعليم المتوسط.

-يمكن للإدارات المدرسية، و رؤساء النوادي النشاطات المدرسية من الاستفادة من النتائج التي ستتوصل إليها الدراسة، بما يحقق التوسع في الأنشطة و تنوعها.

-حاجة المنظومة التربوية لمثل هذه الدراسات، خاصة و أنها تمر بمرحلة إصلاحات عديدة و منها إدخال المقاربة بالكفاءات، و هو تيار يستمد مبادئه من المدرسة البنائية في علم النفس، والذي جعل التلميذ محور العملية التربوية ، ليصبح دور المعلم موجها و مرشدا و مبتكرا للوضعيات التعليمية.(محمد ظاهر وعلي:2006م:4).

5. تحديد مفاهيم الدراسة:

5-1- تقدير الذات :

يعرفه "كوبر سميث COOPER SMITH" ، بأنه الحكم على صلاحية الفرد من خلال اتجاه تقويمي نحو الذات، في المجالات الاجتماعية الشخصية، الأكاديمية، ونعرفه إجرائيا بأنه " بالدرجة المتحصل عليها في مقياس تقدير الذات "الكوبرسمث".

5-2- النشاط المدرسي:

تعددت المصطلحات الواردة في المرجع و الدراسات التي بحثت في موضوع النشاط المدرسي، فهو لا يعني أن النشاط يتم داخل المدرسة فقط، بل يمكن أن يتم خارجها كذلك، فهو كجميع ألوان الأنشطة الثقافية و الفنية والرياضية و الاجتماعية التي تمارس بطريقة حرة و منظمة للترويج أو اكتساب المهارات و الخبرات خارج نطاق الدراسة الأكاديمية. وتصدر أصلا عن اهتمامات التلقائية للطلاب و تمارس دون جزاء في صورة درجات أو تقدير علمي من قبل المدرسة.(عصام توفيق قمر، 2005م:22) و من هنا فإن الباحث يرتضي تعريف الدائرة الأمريكية للنشاط المدرسي بأنه: "برامج تنفذ بإشراف المدرسة وتوجيهها، وتتناول كل ما يتصل بالحياة المدرسية و أنشطتها المختلفة ذات الارتباط بالمواد الدراسية أو الجوانب الاجتماعية أو البيئية أو الأندية ذات الاهتمام الخاصة بالنواحي العلمية أو العملية"(عبد الوهاب، جلال، 1987م:20).

5-3- المرحلة المتوسطة:

هي المرحلة التي تقع في منتصف سلم التعليم الرسمي العام بين التعليم الابتدائي و التعليم الثانوي في الجزائر، ويلتحق به التلاميذ بعد إتمامهم سن الثانية عشرة من العمر على الأقل، ومدة الدراسة فيه أربعة سنوات، يحصل بعدها التلميذ على شهادة التعليم المتوسط.

6. دراسات سابقة:

لقد قام الباحثون بالبحث في الجامعات والمكتبات العامة، وفي الإنترنت والدراسات العليا التي تناولت موضوع تقدير الذات لدى التلاميذ المشاركين في النشاط المدرسي، وذلك قصد معرفة الدراسات التي تناولت الموضوع، للاستفادة منها، والوقوف على آخر ما توصلت، والانطلاق منها، ولكن لم يعثر الباحث على دراسات في نفس الموضوع، الشيء الذي أجبره بالبحث عن الدراسات التي تناولت تقدير الذات على حدة والنشاط المدرسي على حدة، والاستفادة من تلك الدراسات وسوف يتم عرض الدراسات السابقة بدءًا بالدراسات الأهم التي تناولت صميم الموضوع ثم الدراسات الأقل أهمية:

7- المنهج المستخدم في الدراسة و الأدوات:

استخدم الباحث المنهج الوصفي الذي يعتمد على دراسة الظاهرة كما توجد في الواقع ويسهم في وصفها وصفا دقيقا . (عبيدات، 1997: 188)

عينة الدراسة:

لقد تم أخذ عينة الدراسة من المجتمع الأصلي والتي تكونت من (300) تلميذ، ذكورا و إناث منهم (150) تلميذا مشاركا في النشاط المدرسي من المستويات الأربعة (الأولى، الثانية، الثالثة والرابعة متوسط)، (بطريقة قصدية) و(150) تلميذا غير مشاركا في النشاط المدرسي، من المستويات الأربعة (الأولى، الثانية، الثالثة والرابعة متوسط)، (بطريقة عشوائية) ويمثل أفراد العينة تلاميذ المتوسط المتمدرسين بالسنة الدراسية 2009م-2010م وتحددت الدراسة بالمتغيرات المدروسة (الجنس، الإعادة، المستوى التحصيلي، نوع النشاط المدرسي).

طريقة المعاينة:

لقد أجريت الدراسة الاستطلاعية على عينة قوامها (60) تلميذا منهم (30) تلميذا مشاركا في النشاط المدرسي، و (30) تلميذا غير مشاركا في النشاط المدرسي من تلاميذ السنوات: الأولى، الثانية، الثالثة، الرابعة، بمتوسطة حبيب شهرة بمدينة الأغواط من بينهم (15) ذكرا مشاركا، و(15) أنثى مشاركة في النشاط المدرسي، و(15) ذكرا غير مشاركا و (15) أنثى غير مشاركة في النشاط المدرسي، وقد اختيرت بطريقة القصدية من هذه المتوسطة الواقعة في وسط مدينة الأغواط، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم (01): عينة الدراسة الاستطلاعية.

الجنس	السنة الأولى	السنة الثانية	السنة الثالثة	السنة الرابعة	المجموع	النسبة المئوية
انثى	08	08	08	08	32	53,33
ذكر	07	07	07	07	28	46,66
المجموع	15	15	15	15	60	/
السنة المئوية	%25	%25	%25	%25		%100

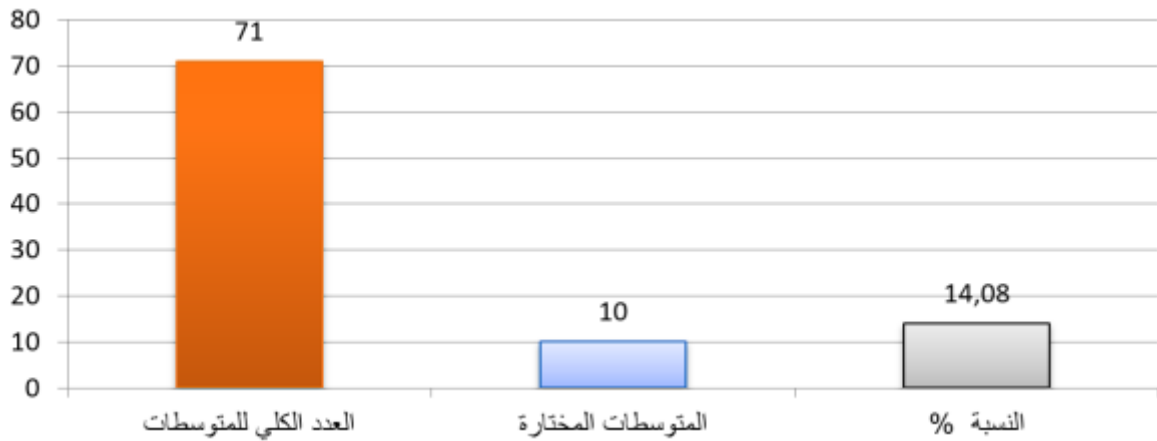
ومن خلال الجدول رقم (04) يتضح أن عينة الدراسة الاستطلاعية تتوزع على المستويات الأربعة (السنة الأولى، الثانية، الثالثة والرابعة)، بين الذكور والإناث.

تم تطبيق المقياس في الدراسة الأساسية على (10) متوسطات متواجدة بوسط مدينة الأغواط، كما هو موضح في الحدود المكانية سابقا، وهو العدد الذي يمثل نسبة (08, 14%) من إجمالي المتوسطات بالمدينة.

جدول رقم (02): نسبة تمثيل المتوسطات المختارة

العدد الإجمالي للمتوسطات	المتوسطات المختارة	النسبة
71	10	%14

الشكل رقم (01): التمثيل البياني لعدد المتوسطات المختارة



بعدها حدد الباحثون المتوسطات التي تجري فيها الدراسة، قاموا باختيار عينة من هذه المتوسطات بلغ عددها (300) تلميذاً من كل المستويات الأربعة، (150) تلميذاً مشاركاً في النشاط المدرسي (بطريقة قصدية) و(150) غير مشارك في النشاط المدرسي (بطريقة عشوائية) من مجتمع أصلي يقدر ب(5499) تلميذاً والبيانات التالية توضح حجم المجتمع الأصلي:

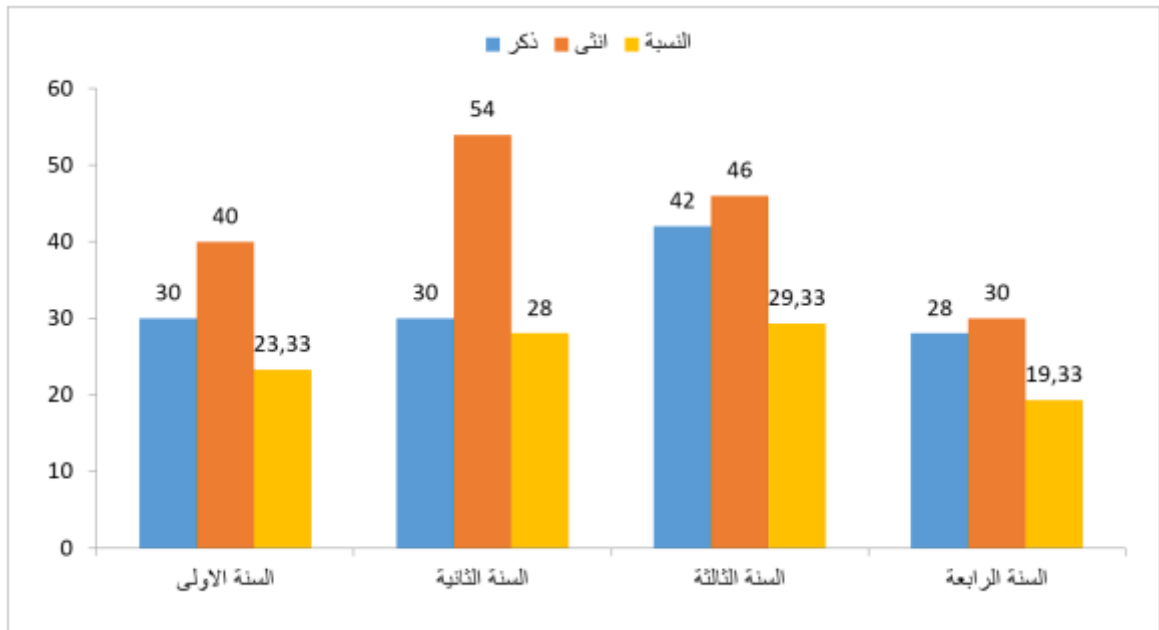
جدول رقم (03): حجم المجتمع الأصلي.

الجنس	ذكر	أنثى	نسبة الإناث	المجموع
السنة الأولى	662	670	23,51%	1332
السنة الثانية	612	712	24,99%	1324
السنة الثالثة	712	762	26,74%	1474
السنة الرابعة	664	705	24,74%	1369
المجموع	2650	2849	100%	5499

جدول رقم (04): حجم العينة ضمن المجتمع الأصلي حسب الجنس و المستوى الدراسي.

السنة الدراسية	المجتمع الأصلي		عينة الدراسة		نسبة العينة من المجتمع الأصلي	
	ذكر	أنثى	المجموع	ذكر	أنثى	المجموع
السنة الأولى	662	670	1332	30	40	70
السنة الثانية	612	712	1324	40	44	84
السنة الثالثة	712	762	1474	42	46	88
السنة الرابعة	664	705	1369	28	30	58
المجموع	2650	2849	5499	140	160	300

الشكل رقم (02): حجم العينة حسب الجنس و المستوى الدراسي



ويتضح من هذا الجدول أن نسبة السنة الثالثة هي أعلى من نسب المستويات الأخرى، وان عدد الإناث أعلى من الذكور في جميع المستويات.

3-حدود الدراسة :

1-3-الحدود المكانية:

حدد إجراء مكان الدراسة بمدينة الأغواط (مقر الولاية) بحيث توزعت عينة الدراسة على (10) متوسطات تابعة لوزارة التربية الوطنية متواجدة بوسط المدينة ، كما يوضح الجدول التالي ذلك :

الحدود الزمانية:

شرع في هذا البحث بداية من شهر فبراير 2010، وانتهى في نهاية شهر ماي 2010 وعليه يتحدد هذا البحث و نتائجه بالفترة الزمنية التي أجري فيها .

أما فيما يخص دراستنا التي تعنى بتقدير الذات لدى التلاميذ المشاركين في النشاط المدرسي فقد اعتمد الباحثون على الأدوات التالية :

-مقياس تقدير الذات ل"كوبر سميث".(الملحق 02)

-البيانات الأولية .(الملحق 01)

مقياس كوبر سميث:

جدول رقم (05): تفسير درجات استبيان تقدير الذات لكوبر سميث.

الدرجات	الفئة(الدرجة)	المستوى
الدرجات	00 - 08	ضعيف
	09 - 16	متوسط
	17 - 25	مرتفع

عدد البنود = 25

الخصائص السيكومترية لمقياس تقدير الذات لكوبر سميث:

لقد تم التأكد من صدق وثبات مقياس تقدير الذات من طرف العديد من الباحثين الذين استعملوه وذلك في البيئتين العربية و الأجنبية.

الصدق في الدراسة الحالية:

وتم تطبيق المقياس على عينتين من التلاميذ (30) من الذين المشاركون في النشاط المدرسي و(30) من التلاميذ الذين لا يشاركون في النشاط المدرسي ،وللتحقق من وجود فروق بين العينتين تم استعمال اختبار "ت" للفروق للتأكد من وجود فروق بين العينتين في مستوى تقدير الذات، وكانت النتائج كما يلي :

جدول رقم (06): مقدار الصدق لمقياس تقدير الذات لكوبر سميث بالطريقة المقارنة النصفية .

المتغير	المجموعة	العدد	المتوسط	الانحراف	ت	درجة	مستوى
---------	----------	-------	---------	----------	---	------	-------

المقاس	المجموعة	م	المعياري	الحرية	الدلالة
مقياس تقدير الذات	المجموعة الدنيا	30	37,90	58	0,000
	المجموعة العليا	30	44,47		
			2,295	11,531	
			2,113		

يعتبر ثبات الاختبار صفة أساسية يجب أن يتمتع بها الاختبار الجيد، ويعرفه "مقدم عبدالحفيظ" (مدى الثقة أو الاتساق أو الاستقرار نتائجه، فيما لو طبق على عينة من الأفراد في مناسبتين مختلفتين) (مقدم عبد الحفيظ، 1993:152).

أما الدراسة الحالية فقد قمنا بتطبيق المقياس على عينة قوامها (60) تلميذا من تلاميذ المستويات الأربعة من التعليم المتوسط، من متوسطة حبيب شهرة (تقع وسط مدينة الأغواط)، ومن خلال المعالجة الإحصائية لحساب الثبات، أعيد حساب ثبات المقياس عن طريق معامل "الفا كرومباخ"، حيث أن هذا معامل يعتبر من أهم مقاييس الداخلي للإخبار المكون من درجات مركبة. وقد بلغت قيمة (α) كرومباخ المحسوبة فكانت نتيجة الثبات كما يلي :

جدول رقم (07): معامل الثبات بمعادلة الفا كرومباخ لمقياس تقدير الذات لكوبرسميث.

عدد الأفراد	الفترات	معامل الثبات الفا
60	25	0,67

($\alpha=0,67$) حيث ($n=60$) وهي دالة على معامل ثبات جيد ويضمن على ثبات المقياس.

4-2- استمارة البيانات الخاصة بأفراد العينة :

اشتملت على بيانات خاصة عن أفراد العينة مثل : الصف، الجنس ، السن، الإعادة ، النتائج في السنة الماضية ، مجال النشاط الذي يمارسه التلميذ (الملحق رقم 1).

أدوات تحليل البيانات:

اختبار "ت" "t" test :

يستخدم هذا الاختبار في التصميم التجريبي لأنه يبين أثر المتغير المستقل على المتغير التابع . و يستخدم أيضا لدراسة الفروق بين العينة الضابطة والعينة التجريبية .

ولأن الأمر يتعلق باختبار فرضيات حول الفروق المشاهدة بين عينتين مستقلتين ، وذلك من أجل معرفة احتمال حدوث مثل تلك الفروق في المجتمع الإحصائي ، ولأن حجم العينتين معاً لا يتجاوز (300 تلميذا).

واختبار "ت" "t" يسمح بتحويل الفروق المشاهدة بين العينتين ، من خلال المتوسطين الحسابيين لهما إلى قيمة معيارية تائية (المرجع السابق : 175) .

اختبار تحليل التباين:

كما تمت الاستعانة بنظام رزمة الإحصاء للعلوم الاجتماعية (SPSS) في المعالجة الإحصائية لاختبار الفروق t.test , ومعامل الارتباط لـ "سبيرمان" .

8. عرض وتحليل نتائج الفرضيات:

-عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى :

نص الفرضية: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات بين التلاميذ المشاركين في النشاط المدرسي و التلاميذ غير المشاركين في النشاط المدرسي في مرحلة التعليم المتوسط بمدينة الأغواط".

جدول رقم (08): نتائج المعالجة الإحصائية للفرضية الأولى

المتغيرات المقاسة	المجموعة المقارنة	العدد ن	المتوسط ح م	الانحراف معياري ع	قيمة "ت"	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
مشاركين	مشاركين	150	42,54	4,122	-3,585	298	0,000

			4,189	40,82	150	غير مشارك
--	--	--	-------	-------	-----	--------------

من خلال الجدول 12 " يتبين لنا أن قيمة "ت" دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0,000) أمام درجة الحرية 298، لأنه أصغر بكثير من 0,05 وبالتالي توجد فروق في تقدير الذات بين متوسطي مجموعة المشاركين في النشاط المدرسي وغير المشاركين لصالح التلاميذ المشاركين، و عليه فقد تحققت الفرضية.

ويرى الباحث أن ذلك يعود إلى أن مشاركة التلاميذ في الأنشطة المختلفة تزيد أواصر الصداقة و المحبة بين هؤلاء التلاميذ، مما يجعل مشاعر الود والمحبة تنزايد بينهم من جهة، وبينهم والأساتذة من جهة أخرى فتزداد ثقة التلاميذ بأنفسهم و بالتالي يرتفع تقديرهم لذاتهم، وهي نتيجة إيجابية تتفق مع الدراسات السابقة، و التي ترى في النشاط المدرسي جانبا إيجابيا في تدعيمهم لشخصية التلاميذ ورفع مستوى تقدير الذات عندهم، كدراسة كل من بندر (1978) Bender و ليفي (1982) Levey و كرون (1985)م Krone واليس (1999م) ELLIS، التي ترى أن النشاط الطلابي يزيد من التفوق و الإحساس بالنجاح، سواء الأكاديمي أو النجاح في الحياة العملية، وهو أيضا ما أكدته دراسات سيد عثمان (1971م) و ريان و محمد رسمي (1974م) و السندي (2001م)، أفندي (1994م)؛ هذه الدراسة الأخيرة خلصت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في عناصر المسؤولية الاجتماعية وتقدير الذات بين التلاميذ المشاركين في الأنشطة المدرسية الجماعية (ثقافية، علمية، رياضية، اجتماعية) و التلاميذ الذين لا يمارسون الأنشطة المدرسية الجماعية ، وذلك لصالح التلاميذ الذين يمارسون الأنشطة المدرسية الجماعية؛ وأشارت عينة الدراسة أن المدح و الثناء أثناء النشاط له تأثير إيجابي في تقدير الذات، وهو ما قد يتواجد بنسبة كبيرة في جماعة النشاط المدرسي، حيث يكثر المدح و الثناء من قبل الأساتذة و المشرفين في هذه الأنشطة وهذا ما يعكس بصورة واقعية طيبة على تقدير الذات للتلاميذ المشاركين في الأنشطة المدرسية.

أن التلاميذ ذوي التقدير المرتفع للذات كما ورد في الجانب النظري، يكونون أكثر تواصلًا وارتفاعًا في العلاقات الاجتماعية المتبادلة، وأن التقدير السالب للذات ينشأ عن نقص في مهارات التواصل لدى هؤلاء التلاميذ نتيجة للنقص في المفردات الخاصة بالوجدان لديهم نتيجة الحرمان العاطفي، وبالتالي فهم يعجزون عن إقامة علاقات اجتماعية متبادلة، كما لا يستطيعون أن يعيشوا اللحظة الآمنة تجاه ذواتهم، واتجاه الآخرين، لأنهم عادة ما يكونون أميل إلى الانطواء والاكنتاب وحبسوا أنفسهم خلف أسوار الهم والوهم والحزن والقنوط، والشعور بالدونية وعدم الاكتراث، وهذا ما يفسر محاولة الفرد الدؤوبة نحو تحقيق وتقدير الذات من خلال عقد علاقات اجتماعية أوسع تأكيدًا لإنسانيته وكيونته من حيث هو ذات تؤثر وتتأثر بالآخرين تحيا في إطارهم وتتعايش في كنفهم لتلوذ بالأمن والأمان والانتماء، والتحصيل على التقدير الإيجابي للذات من خلال هؤلاء رغبة في التوحد معهم ورغبة في إثراء الحياة المدرسية خصوصا والحياة الاجتماعية عموما، وهذا يعني أن هناك علاقة ارتباطية بين الفرد و المجتمع حيث يمثل المجتمع النافذة المباشرة التي تطل منها الذات على إنسانيتها وما يترتب على التجسيد للمجتمع والإنسانية في ارتفاع تقدير الفرد لذاته. كما عبر عن ذلك العالم كولي 1991 cooley، وهو من الأوائل من تعرضوا لمفهوم الذات فهو الذي قال: "إن المجتمع مرآة يرى الفرد نفسه".

وإذا ربطنا بين هذه التفسير و نتيجة الدراسة الحالية، نستخلص أنه كلما شارك التلميذ في الأنشطة المدرسية، كلما ارتفع تقديره لذاته، فعن طريقها يتعرف التلميذ عن ذاته والتعبير عن ميوله والتفيس عن انفعالاته وإشباع حاجاته النفسية المختلفة وهذا يرجع إلى طبيعة هذه المرحلة الدراسية وبداية المراهقة، باعتبارها مرحلة التقدير الجيد للإمكانيات و التكيف مع أفراد المجتمع.

- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية:

نص الفرضية: لا توجد فروق دالة إحصائية في تقدير الذات بين التلاميذ الذكور والإناث الممارسين للنشاط المدرسي؟

الجدول رقم (09): نتائج المعالجة الإحصائية للفرضية الثانية

المتغير المقاس	مجموعتي المقارنة	ن	م	ع	"ت"	درجة الحرية	مستوى الدلالة
-------------------	------------------	---	---	---	-----	----------------	------------------

0,358	148	0,922	3,468	42,93	58	الذكور المشاركين ن. م.	تقدير الذات
			4,486	42,29	92	الإناث المشاركات في ن. م	

نلاحظ من خلال الجدول (13) أن قيمة "ت" غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0,358) أمام درجة الحرية 148، لأنه أكبر من (0,05) وبالتالي لا توجد فروق في تقدير الذات بين متوسطي مجموعتي الذكور والإناث المشاركين في النشاط المدرسي وعليه فقد تحققت الفرضية الثانية.

ويرى الباحثون ومن خلال النشاط المدرسي، يقوم بنقوية "الإحساس بالكفاءة ودعمه من خلال تقدير الذات الواقعي الدقيق، والإنجازات التي تحمل معنى، والتغلب على الشدائد أو المحن، والهروب أو التخلص من الفشل، واستخدام ممارسات أكثر فاعلية كتحمل المسؤولية الذاتية واستيفاء التكامل الذي يولد لدى الفرد إحساساً دائماً بالكفاءة وقيمة الذات. (Reasoner, Robert, 2003: 6)

في حين يؤدي قلة الوعي بالجدارة الذاتية إلى ظهور قلة الكفاءة لدى الشخص نوي تقدير الذات المنخفض، لأن العجز الذاتي يؤدي على خلق عجز حقيقي لدى لإحساسها القائل بعدم الاستحقاق، وذلك لأن الكفاءة قد تخلق لدى الفرد الثقة بالنفس، وتنمي فيه الشعور بالمسؤولية وتجعله أكثر انفتاحاً ومعايشة للخبرة، شريطة أن يكون متحرراً من الانفعال، كما تجعله أكثر نضجاً واكتمالاً، وهذا المعنى الحقيقي لتقدير الذات، وهنا يرى الباحث ومن خلال ممارسة النشاط المدرسي سيرتفع تقدير الذات لدى الذكور والإناث على حد سواء؛ هذا ما أكدته نتائج دراسة "بارك صن وأنيتا Parker Son, Annette" والتي بعنوان: المجال المهني للفتيات ونموهم التعليمي خلال المشاركة في الأنشطة اللاصفية (دراسة نوعية)، أكدت أن الفتيات العينة على الخبرات الإيجابية التي اكتسبها من خلال المشاركة في الأنشطة اللاصفية بالمدرسة الثانوية، كما أكد على الاشتراك في الأنشطة اللاصفية قد زاد من دافعيتهم للمدرسة وزاد من إدراكهم ووعيهم بخيارات العمل الشيء الذي زاد من تقديرهم لذاتهم في المدرسة، أما الأسباب التي ذكرتها طالبات المدرسة الثانوية للاشتراك في الأنشطة اللاصفية فكانت أسباب وجدانية، وجسمية، واجتماعية، وشخصية، وكان أهمها: الحاجة إلى الحياة الجماعية والحاجة إلى البعثات الدراسية. وقد أوصت الدراسة بضرورة تشجيع أولياء الأمور و المعلمين لفتياتهم على المشاركة في الأنشطة اللاصفية وخاصة الأنشطة الرياضية في سن مبكرة.

ونفس النتيجة توصلت لها دراسة علي محمد شعيب (1988م) بعنوان: "نموذج العلاقة السببية بين تقدير الذات والقلق والتحصيل الدراسي لدى المراهقين من المجتمع السعودي"، ومن بين التساؤلات التي حاولت الإجابة عنها: إلى أي مدى يختلف المراهقون الذكور عن الإناث في المجتمع السعودي في درجة تقديرهم للذات؟ وكانت النتائج كما يلي: لا يوجد فروق دلالة إحصائية بين الذكور والإناث المشاركين في الأنشطة المدرسية من تلاميذ المرحلة المتوسطة في درجة تقديرهم للذات والأبعاد المكونة.

- عرض نتائج وتحليل الفرضية الثالثة:

نص الفرضية: لا توجد فروق دالة إحصائية في تقدير الذات بين التلاميذ المعيّدين وغير المعيّدين المشاركين في النشاط المدرسي؟

الجدول رقم (10) نتائج المعالجة الإحصائية للفرضية الثالثة

المتغير المقاس	مجموعتي المقارنة	ن	م	ع	"ت"	درجة الحرية	مستوى الدلالة
تقدير الذات	غير معيد	130	42,75	4,274	1,569	148	0,119
	معيد	20	41,20	2,648			

نلاحظ من خلال الجدول (14) أن قيمة "ت" غير دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0,119) أمام درجة الحرية 148، لأنه أكبر من (0,05) وبالتالي لا توجد فروق في تقدير الذات بين متوسطي مجموعتي المقارنة المشاركين في النشاط المدرسي للمعّيد وغير المعّيد، ومنه فقد تحققت الفرضية.

فنظرا للظروف الاقتصادية والاجتماعية السائدة اليوم، فإن العديد من الأسر أصبحت غير قادرة على توفير الظروف اللازمة للنمو الأمثل لأطفالها، وبالتالي الإخفاق الدراسي (إعادة، تسرب)، ومن هنا كبر المسؤوليات الملقاة على عاتق المدرسة والأساتذة لمعالجة أسباب التي تؤدي بالتلاميذ الإعادة في مسارهم الدراسي. إن الأولياء يرغبون لأبنائهم أن يكونوا ناجحين في الحياة، وأن يكونوا على درجة عالية من الثقة بالنفس والشعور بالفخر (التي عادة ما يفقدها التلميذ المعيد)، فالكثير من الدراسات تؤكد أن الأفراد البارزين في المجالات المختلفة كالرياضيين والعلماء والفنانين ورجال الأعمال هم أفراد على درجة عالية من الثقة بالنفس وتقدير الذات والأهمية وغيرها من السمات التي ترفع من شأن الفرد في نظر نفسه؛ إن الأساتذة أيضا وبحكم عملهم، من أكثر الناس اتصالا بالأطفال والمراهقين وبالتالي من أكثر العوامل أهمية في التأثير عليهم. من هنا كان لا بد للأستاذ أن يكون ملما ومدركا للعناصر الأساسية التي تسهم في بناء تقدير الذات لدى المتعلمين، وأن يكون قادرين على تحديد استراتيجيات وتصميم الأنشطة غير صفية التي تساعد في بناء تقدير الذات لديهم، الشيء الذي أكدته دراسة كولي Cooley 1991، عن أثر النشاط المدرسي الصيفي في تنمية مفهوم تقدير الذات للتلميذ المشارك وقبول زملائه له حيث قام الباحث بمتابعة مجموعة من الطلاب الملتحقين بالبرنامج الصيفي للنشاط المدرسي في بعض المدارس بالولايات المتحدة الأمريكية، فكان تفاعل الطلاب معا (معيدون وغير معيدون)، وتعاونهم في البرامج المختلفة التي يمارسونها أثرها في رفع تقدير الذات لدى التلاميذ المشاركين في عينة الدراسة، وارتفاع التحصيل الدراسي. وقد استخلصته دراسة "كولي" أن المشاركة في الأنشطة المدرسية تساعد جميع التلاميذ المشاركين في تطوير قدراتهم الإبتكارية ويشبعوا رغباتهم وميولهم، واكتسابهم مهارات جديدة مختلفة، والإسهام في عملية التوجيه والإرشاد النفسي (الدخيل، 2003م: 78)

ومن هنا يستنتج الباحثون أن مشاركة التلاميذ في النشاط المدرسي وحتى المعيدين منهم تؤدي إلى رفع تقديرا لذات لديهم.

- عرض وتحليل نتائج الفرضية الرابعة :

نص الفرضية: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات بين التلاميذ المشاركين في النشاط المدرسي ذوي المستوى التحصيلي المرتفع وذوي التحصيل المنخفض".

جدول التالي رقم (11): نتائج المعالجة الإحصائية للفرضية الرابعة

المتغيرات المقاسة	المجموعات المقارنة	ن	م	ع	ت	درجة الحرية	مستوى الدلالة
التقدير الذاتي	تحصيل مرتفع	86	42,06	4,065	-1,670	148	0,097
	تحصيل منخفض	64	43,19	4,140			

من خلال هذا الجدول رقم (15) يتضح أن قيمة "ت" غير دالة إحصائيا عند مستوى دلالة (0,097) أمام درجة الحرية (148) لأنه أكبر من (0,05) وبالتالي لا توجد فروق في تقدير الذات بين التلاميذ ذوي المستوى التحصيلي المرتفع وذوي التحصيل المنخفض وعليه تتحقق الفرضية الصفرية الرابعة.

كما ذكرناه في الجانب النظري فإن تقدير الذات يتكون بالتفاعل الفرد الاجتماعي وبالتنشئة الاجتماعية، فيمر الفرد بعدة عمليات نفسية واجتماعية تساعده على تكوين الذات، ومن هذه العمليات امتصاص نوع المعاملة التي يعاملها بها الأفراد الذين يتفاعل معهم بطريقة مباشرة كالأب والإم والإخوة والأساتذة والأقران، ويمتص موقفهم من ردود أفعاله، و أيضا التوقع الذي يقصد به أن يسلك الطفل مع الآخرين بالطريقة التي يتوقعون منه أن يسلك بها، كما أنه يستطيع إن يتوقع ردود أفعالهم نحوه.

يلاحظ أن هناك شبه إجماع في دراسات تقدير الذات على منح الطفل الحب بدون والدفء والقبول مقابل رغم الإخفاق في الدراسة وتعويدته على الاستقلال والاعتماد على الذات يؤدي إلى ارتفاع تقدير الذات الطفل الشيء الذي يجده التلميذ المشارك في الأنشطة المدرسية، فيشعر التلاميذ بالانتماء بانخراطه في مختلف النوادي الثقافية والرياضية والاجتماعية والعلمية والفرق الكشفية لان هذه المجموعات تضع معايير تجعل كل تلميذ يشعر بالأمان بالانتماء، الشيء الذي أكدته دراسة عطاء 1987موضوعها "مفهوم الذات وعلاقته بمستويات الطمأنينة والانفعالية، وأظهرت نتائج الدراسة أن التلاميذ مرتفعي درجات مفهوم الذات كانوا أكثر شعور بالأمن والطمأنينة لكونهم ينتمون إلى جماعة النشاط المدرسي يكون أكثر طمأنينة، وبالتالي نستنتج أن الاشتراك في النشاط المدرسي يزيد في تقدير الذات رغم انخفاض التحصيل في الدراسي.

-عرض وتحليل نتائج الفرضية الخامسة:

نص الفرضية: "لا توجد فروق دالة إحصائية في تقدير الذات بين التلاميذ المشاركين في النشاط المدرسي حسب نوع النشاط".

الجدول رقم (12): نتائج المعالجة الإحصائية للفرضية الخامسة

المتغيرات المقاسة	المجموعة المقارنة	العدد ن	المتوسط م	الانحراف ع	درجة الحرية	مستوى الدلالة
النشاط العلمي	م. في ن. العلمي	17	42,47	4,332	146	0,738
النشاط الثقافي	م. في ن الثقافي	64	42,70	4,356	146	0,738
النشاط الرياضي	م. في ن الرياضي	50	42,06	3,825	146	0,738
النشاط الاجتماعي	م. في ن الاجتماعي	19	43,32	4,042	146	0,738
المجموع	150	150	42,54	4,122	146	0,738

من خلال الجدول (16) كشفت نتائج التحليل الإحصائي أن قيمة "ت" غير دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0,738) عند درجة الحرية (146) لأنه أكبر من (0,05) وبالتالي فهو غير دال إحصائياً عند هذا المستوى؛ وعليه لا توجد فروق في تقدير الذات بين التلاميذ حسب أنواع الأنشطة.

ويرى الباحثون أن هذا يعود لما يلقاه هؤلاء التلاميذ داخل الجماعة من جو سليم وخاصة عندما يجد جماعة تناسب ميوله واهتماماته، وتساعد على اكتساب مهارات جديدة، تجعلهم أكثر اجتماعية وطلاقة في إقامة علاقات مع الآخرين، ومع البيئة المحيط بهم، ومن خلال النوادي المختلفة يتشرب هؤلاء التلاميذ بالقيم الاجتماعية الإيجابية التي تغرس في نفوسهم، كما أن وجود التلميذ في جماعة يزيد من إحساسه بالأمن الاجتماعي وتقدير لذاته، فيجد من يشاركونه الأحاسيس والمشاعر خاصة إذا كانت هذه المشاعر الإيجابية تجاه المجتمع كالمساعدة في بث القيم نبيلة، وإقامة مشروعات وخدمات لأفراد المجتمع المحتاجين، والتطوع في أعمال خيرية، كل هذا يجعل التلميذ يشعر بقيمته في المجتمع، وبأنه جزء من هذا المجتمع يسعى دائماً إلى الإصلاح وليس إلى التخريب، وأنه جزء من هذا النشاط فلا يحاول إفساد أي شيء هو يشارك في إنجازه، بل يحاول إصلاح أي خطأ. فمن خلال الأنشطة المدرسية يدرك التلميذ أن كل خدمة موجودة داخل المدرسة أو خارجها هو من أجله كتلميذ أو كمواطن؛ إن إحساسه بالانتماء إلى النوادي النشاط المدرسي يجعل شعوره بتقدير لذاته مرتفع؛ وهذا ما أكدته دراسة "هينسلي" (Haensly) (1986م) في الكشف عن العلاقة بين ممارسة الأنشطة الحرة والنمو الشخصي والنفسي والاجتماعي والتحصيل الأكاديمي للطلاب، وقد أكدت نتائج الدراسة أن التلاميذ الحاصلين على درجات عالية من أصحاب التحصيل الجيد وتقدير الذات مرتفع كانوا من المشاركين في الأنشطة المدرسية الحرة أكثر من غيرهم. و الشيء الذي أكدته كذلك نتائج دراسة روجرز (Rogers) (1970) كون التلاميذ المشاركون في الأنشطة المدرسية جيدو التحصيل ولديهم تقدير ذات مرتفع .

و يرى الباحثون أن هذه النتائج تتفق إلى حد كبير مع نتائج الدراسات السابقة التي ترى أن المدرسة يمكن أن تقدم دور إيجابي قوي في تعديل سلوك التلاميذ وبث القيم الصالحة، وخاصة وأن المناهج الدراسية تدعو إلى الإصلاح، وإلى الأخلاق الحميدة، وهو ما يطبقه التلاميذ بصورة عملية في جماعات النشاط المدرسي، فالتلميذ في جماعة النشاط المدرسي يأخذ جانبا كبيرا من التوجيه و التوعية مما يؤهله ليس فقط ليكون مواطن صالح، بل يكون قدوة لغيره يتأثرون به، ويحاولون تقليده، لذا فإن من الطبيعي أن يرتفع مستوى تقدير الذات لدى التلاميذ المشاركين في الأنشطة المدرسية، وذلك لكونه يشعر بالأمن و الاطمئنان و الراحة داخل جماعة النشاط المدرسي، الشيء الذي يؤثر على حياته في الأسرة و المدرسة و كافة جوانب حياته. و هذا ما أشارت إليه بعض الدراسات إلى دور المدرسة و جماعة الرفاق في تقدير الذات لدى الطلاب، ومنها دراسة شوكت (1993م) والتي أكدت على أهمية علاقات التلميذ مع رفاقه في جماعة النشاط في تنمية تقدير الذات، ودراسة اليس Ellis 1999، والتي أكدت على أن تقدير الذات يعتمد على العوامل الخارجية، ومن أهمها الإنجازات الدراسية، المدح والثناء، مساعدة الآخرين سواء الأسرة أم المدرسة أما لأصدقاء. وهذا ما أكدته دراسة أنن روبرتزو Ann (1999) والتي أشارت إلى تأثير جماعة الرفاق في تقدير الذات من خلال عدة عوامل من أهمها: معونة الأصدقاء، الترابط، القبول الاجتماعي، قيم الرفاق، ودراسة مطوع (1996م) والتي أظهرت وجود ارتباط موجب دال بين تقدير الذات والاتجاه نحو الاختبارات والدافعية للإنجاز.

ولتحليل هذه الفرضية يمكن تفصيلها أكثر على النحو التالي :

بالنسبة للنشاط الثقافي: فبالنسبة للتلاميذ المشاركين في النشاط الثقافي فإن هذا النشاط يعتبر مكمل للعملية التعليمية، ومدعم لكافة الأنشطة الأخرى، فهو يقوم على تنمية معلومات التلاميذ و ثقافتهم و غرس قيم طيبة كالقراءة، خاصة في أوقات الفراغ، كذلك حب الاطلاع والبحث، كما تعمل على تنمية مواهب التلاميذ و إعدادهم للحياة العملية من خلال التدريب على الإلقاء أمام الآخرين؛ دون خجل أو إحراج، كل هذه العناصر يجدها التلميذ عندما شارك في هذه النوادي الثقافية والإذاعة المدرسية، ونادي المسرح غيرها، وهذا ما يدعم شخصيته، و هو ما يراه الباحث أحد الأسباب التي أدت إلى نتائج الدراسة الحالية، فالتلميذ الذي يحسن استثمار وقته و خاصة أوقات الفراغ هو القادر على تنمية شخصيته وتطويرها مما يتناسب مع روح العصر، خاصة وأن القراءة و الاطلاع أحد الوسائل القديمة يجعل الفرد متابعاً لكل جديد، واسع الأفق و التكيف و التطور الحادث يوميا في كل مجالات الحياة.

إن وجود التلاميذ في جماعات النشاط الثقافي وحسن التوجيه من قبل المشرفين عليها و الأساتذة ومناقشات أفكارهم واهتماماتهم كل ذلك يحصنهم من الأفكار الهدامة، كما أن ذلك التوجيه يمكن أن يكون في نطاق دراسة التلاميذ قيم توجهه للقراءة والاطلاع للمراجع التي تساعد على فهم المواد الدراسية و الاستفادة منها و هو ما يساهم بقدر كبير في تقدم مستوى الدراسي للتلميذ وبالتالي الرفع من مستوى تقدير الذات لديهم؛ وهذه النتيجة تتفق مع نتائج الدراسات السابقة و التي ترى أن اشتراك التلاميذ في جماعة النشاط المدرسي وخاصة النشاط الثقافي ترتبط ارتباطا إيجابيا بالنجاح الأكاديمي، وهو ما سبق توضيحه، مما يعني أن النشاط المدرسي الثقافي يساعد التلاميذ اكتساب التلاميذ تركيزا معرفيا وتفكيريا سليم له دورا هاما في رفع مستوى تقدير الذات لدى التلاميذ المشاركين في الثقافي.

-بالنسبة للنشاط العلمي: إن جماعات النشاط المدرسي العلمي تهتم بترسيخ مفهوم التفكير العلمي لدى التلاميذ، وتدريبهم على البحث العلمي، وهو ما يجعل هؤلاء التلاميذ منضبطين و دقيقين الملاحظة و الاستنتاج و العمل على حل المشاكل باستخدام المنطق و العقل، وهو ما ينعكس على التلاميذ المشاركين تطبيق ذلك في الأسلوب في حياتهم اليومية؛ مما يجعلهم قادرين على اختيار نوع الدراسة المناسب لقدراتهم وميولهم، والبحث عن الحلول لقضايا ومشكلات المجتمع. إن هؤلاء التلاميذ الذين يهتمون بالنشاط العلمي لديهم إحساس متزايد بالرغبة في تنمية مجتمعهم والمساعدة في تحسين أوضاعه ومواكبة سير الحضارة خاصة وأن التقدم العلمي في وقتنا الحاضر يعتبر مؤشر لتقدم الدول والمشاركة في التجارب العلمية المفيدة، والتي من الممكن أن تساهم في ظهور عالم بارز ومخترع قادر على خدمة وطنه؛ وإن ثقة هؤلاء التلاميذ المشاركين في النشاط المدرسي العلمي بأنفسهم تجعل درجة تقدير الذات لديهم مرتفعة مثل التلاميذ الذين يشاركون في الأنشطة المدرسية الأخرى (الأنشطة الثقافية، الرياضية و الاجتماعية).

- النشاط الرياضي: لقد بينت الدراسات السابقة أهمية النشاط المدرسي الرياضي و ايجابية المشاركة فيه، وهو ما يتفق و بصورة كبيرة مع دراسة (سيد عثمان ،1981م) من أن اشترك التلاميذ في النوادي و الجمعيات الرياضية يجعل لديهم مستوى تقدير الذات ومستوى مسؤولية اجتماعية عال مثل أقرانهم المشاركين في الأنشطة الأخرى، و يرى الباحث أن ذلك يعود إلى أن التلاميذ المشاركين في النشاط المدرسي الرياضي يتكون لديهم إحساس بالثقة بالنفس نتيجة توفر اللياقة البدنية و الصحية لديهم، فضلا عن ما توفره لهم هذه الجماعات من تدريبات و ألعاب مختلفة و رياضات الدفاع عن النفس، وهو ما يتناقض مع أقرانهم ضعاف الصحة في تزايد مشاعر القلق و التوتر لديهم وبالتالي تقدير الذات منخفض.

إن النشاطات الرياضية بما تمثله من ألعاب فردية و جماعية تنمي مشاعر نفسية هامة كاهتمامات الفرد بذاته وأيضا تنمي لديه إحساس للجماعة، والانتماء لها؛ومن خلال الألعاب التي يمارسها تنمي لديه الشعور بالجماعة أن المباريات الرياضية تتضمن مواقف مختلفة ما بين الفوز و الهزيمة، وهي تتطلب ضرورة إخراج الطاقة الذاتية كلها من أجل مصلحة الفريق مما يدعم قيم اجتماعية طيبة كالتعاون و المشاركة والقيادة و التبعية، وهي مبادئ تتوفر في الشخصيات الاجتماعية القادرة على التعامل مع الآخرين بنجاح.

إن النشاط المدرسي الرياضي من أهم الوسائل الفعالة لتحقيق النمو الجسمي الذي يؤثر بدوه في جوانب النمو الأخرى(نفسية، وجدانية، أخلاقية) ويهدف إلى تحقيق المفهوم العام لممارسة الرياضة في صقل المواهب و تهذيب النفوس و تقويم السلوك، وإعداد الشخصية متوازنة عقلا وروحا وجسما كما أشير إليه في الجانب النظري، و هذه النتيجة الإيجابية التي أثبتتها الدراسة الحالية تدعم ضرورة الاهتمام بالجانب الصحي و البدني، فالرياضة تكسب الجسم الحيوية والنشاط، الأمر الذي يجعل التلميذ قادر على التحصيل و الاستيعاب بكفاءة(العقل السليم في الجسم السليم)، كما يعد النشاط الرياضي وسيلة فعالة لاستثمار الوقت خاصة أوقات الفراغ فيما يفيد التلميذ، و يحفظ صحته الجسدية و النفسية و نشاطه، الشيء الذي كما يرى الباحث يؤدي إلى رفع تقدير الذات لدى التلاميذ المشاركين في النشاط المدرسي الرياضي بنفس الدرجة التي تؤديها النشاطات الدراسية الأخرى .

-بالنسبة للنشاط الاجتماعي: إن ارتفاع درجة تقدير الذات لدى التلاميذ المشاركين في جماعات النشاط الاجتماعي يعتبر مؤشر لارتفاع مستوى المسؤولية الاجتماعية؛وهو ما يتفق مع ما نتاج دراسة (محمد رسمي أفندي،1986م) والتي أثبتت أن عناصر المسؤولية الاجتماعية (الاهتمام، و الفهم و المشاركة) تكون عالية عند التلاميذ المشاركين في الأنشطة المدرسية الاجتماعية، وهو أيضا ما أثبتته دراسة (السندي،2001م)في أن مستويات المسؤولية الاجتماعية(الرعاية، الهدايا، لإتقان) ذات علاقة ايجابية بمشاركة التلاميذ في النشاط المدرسي.

ويرى الباحثون أن ذلك يعود لأن التلاميذ الذين يشاركون في النشاطات المدرسية الاجتماعية يتعرفون على واجباتهم الاجتماعية في المجتمع العام، ويساعدهم على تكوين الشخصية المتكاملة والإيجابية، فالتلميذ في النشاطات المدرسية الاجتماعية يعزز روح الولاء للجماعة وبالتالي الانتماء للمجتمع، ويدعم الإحساس بالمسؤولية لدى هذا التلميذ تجاه تطور المجتمع، والمحافظة على المرافق العامة سواء داخل المدرسة أو خارجها، كما تعمل على غرس مبادئ حب العمل الجماعي وفعل الخير و تقديم العون للمحتاجين من التلاميذ وهو ما يؤدي بالتالي إلى بثقة بالنفس، ويقلل مشاعر الخوف و القلق، وبالتالي الرفع من تقدير الذات وهو ما أثبتته الدراسة الحالية من أن مشاركة التلاميذ في النشاط المدرسي الاجتماعي تزيد من رفع تقدير الذات لدى هؤلاء التلاميذ؛إن النشاط المدرسي الاجتماعي يعتبر من الجوانب المهمة التي يمكن من خلالها التقليل من ظاهرة الجنوح و الانحراف،لان النشء يتأثر بمن يخالطهم فلو كان من يخالطهم مجموعة تحرضه على الشر و تساعده من الأعمال السلبية المضرة بالمجتمع المدرسي،أو المجتمع العام وهو ما نراه في الأفراد الجانحين،حيث تعتمد صداقاتهم على أفراد من ثقافات يمكن وصفها بالثقافات التحتية،وهي الصداقات السلبية تؤدي إلى أعمال وأفكار يرفضها المجتمع،وبعكس هذا تماما فإن وجود الفرد في جماعة يندرج معها في الأنشطة المدرسية الاجتماعية يكسبه صداقات مع أفراد أسوياء يساعدهم على فعل الخير و القيام بأعمال اجتماعية أهدافها للصالح العام.إن الرحلات المدرسية تساعد التلميذ على تحمل المسؤولية والتخطيط و التنفيذ و العمل الجماعي المثمر، كما تساعدهم على زيادة ثقافتهم ومعرفتهم بالأماكن الأثرية والتاريخية وتوعيتهم على المحافظة البيئة والصحية.

وكما أشير إليه في الجانب النظري فإن الأنشطة الاجتماعية تكسب التلاميذ العادات السليمة وتساعدهم على التحلي بأخلاقيات المجتمع السليم؛ وإن هذه النتائج تدعم الجانب الإيجابي للأنشطة الاجتماعية، وبالتالي فإن التلاميذ الذين يشاركون في الأنشطة الاجتماعية لديهم من القيم الاجتماعية ما يناسب مع قيم و تقاليد مجتمعهم، فهم متأثرون بهذه القيم و يتخذونها منهج حياة، وبالتالي فإن تقدير الذات لديهم مرتفع كما هو الحال لدى التلاميذ المشاركين في الأنشطة الأخرى.

قائمة المراجع:

1. الدخيل، محمد بن عبد الرحمن بن فهد (2003 م): **النشاط المدرسي و علاقة بالمدرسة والمجتمع**، دار الخريجي للنشر و التوزيع، الرياض.
2. جلال عبد الوهاب (1977): **دراسة ميدانية عن النشاط المدرسي في الكويت**، إدارة التربية الخاصة، الكويت.
3. عبيدات ، ذوقان، و آخرون. (1997) **البحث العلمي**. الرياض- المملكة العربية السعودية: دار أسامة للنشر و التوزيع.
4. عبد الوهاب جلال (1987م): **النشاط المدرسي**، مفاهيمه و مجالاته و بحوثه ،مكتبة الفلاح ،ط2، الكويت.
5. عصام توفيق قمر (2005م): **الأنشطة المدرسية و الوعي البيئي**، دار السحاب للنشر و التوزيع، القاهرة.
6. محمد طاهر و علي (2006 م): **بيداغوجية الكفاءات**، الجزائر.
7. السندي، محمد بن شجاع (2001م): **المشاركة في النشاط الكشفي و علاقتها بالمسئولية الاجتماعية لدى طلاب المرحلة الثانوية**، الجمعية السعودية للعلوم التربوية و النفسية، اللقاء السنوي التاسع.
8. محمد بن عبد الله المطوع (2006م): **الإجهاد النفسي و استراتيجيات المواجهة و الصحة النفسية لدى عينة من الطالبات جامعة البحرين**، مجلة العلوم التربوية و النفسية، كلية التربية، جامعة البحرين، المجلد الخامس، العدد الثاني، البحرين
9. محمد حسن المطوع، (1989م): **التوازن النفسي لطلاب و طالبات المرحلتين الإعدادية و الثانوية و علاقته بالدافع للإنجاز و الاتجاه نحو الاختبارات و تقدير الذات بدولة البحرين**، مجلة جامعة الملك سعود، المجلد الثامن، العلوم التربوية و الدراسات الإسلامية، الرياض.
10. مقدم عبد الحفيظ (1993). **الإحصاء و القياس النفسي و التربوي مع نماذج من المقاييس و الاختبارات**. ديوان المطبوعات الجامعية. الجزائر.
11. أفندي محمد رسمي (1994): **العلاقة بين مكونات المسئولية الاجتماعية و الأنشطة المدرسية الجماعية لدى طلاب دور المعلمين**، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة عين شمس.
12. Anne Robert & AL (2000): **Perceived Family and Peer Transactions and Self-Esteem**, Among urban early adolescents ,Journal of Adolescent vol,n °1, February
13. Cooley, M. Cornell, D, and, Lee C. Peer (1991): **Acceptance and self concept of Black students summer gifted Program** Journal of the Education gifted.
14. -Haenly Lupkowsk Edind (1986): **The role of extracurricular Activities in Education** ,High – School Journal, vol,69
15. Rogers, Carl (1970): **study of the Relationship between participation and scholastic Achievement in selected Oklahoma High Schools**, D.A.I..PP.59-60.