الإفصاح عن الذات وعلاقته بأنماط التعلق وبعض المتغيرات الديموجرافية لدي طلبة المرحلة الثانوية

إعداد

د. عبلة محمد الجابر مرتضي صغير

باحث بالمركز القومي للإمتحانات والتقويم التربوي

المستخلص

هدفت هذه الدراسة للتعرف علي الإفصاح عن الذات وعلاقته بأنماط التعلق وبعض المتغيرات الديموجرافية لدي طلبة المرحلة الثانوية، وتكونت عينة الدراسة من (٤٨٤) من طلبة المرحلة الثانوية موزعين (١٩٥) ذكور، (٢٨٩) إناث، تم اختيارهم بطريقة عشوائية بمحافظتي القاهرة والجيزة، ، واستخدمت مقياس الإفصاح عن الذات من إعداد الباحثة، ومقياس أنماط التعلق من إعداد الباحثة، وتم تحليل البيانات باستخدام معامل ارتباط بيرسون و اختبار (ت) للفروق بين المتوسطات و تحليل التباين ذي التصميم العاملي٢ × ٢ و تحليل الإنحدار لتحليل البيانات للتحقق من الفروض، وتوصلت النتائج إلي: وجود علاقة طردية بين نمط التعلق الأمن وجميع أبعاد الإفصاح عن الذات والدرجة الكلية، وجود علاقة طردية بين نمط التعلق القلق وبُعد الشخصية والدرجة الكلية للإفصاح، بينما لا يوجد علاقة بين نمط القلق والإفصاح عن بُعد النواحي الدراسية و بُعد الآراء والاتجاهات وبُعد الأفكار، كما لايوجد علاقة بين نمط التعلق التجنبي و الإفصاح كدرجة كلية وجميع أبعاده فيما عدا بُعد الإفصاح عن النواحي الدراسية وكانت العلاقة عكسية، لا يوجد فروق بين التخصصين العلمي والأدبي في متوسط درجات أبعاد الإفصاح عن الذات، والدرجة الكلية، وجود فروق في متوسط درجات بُعد الإفصاح عن النواحي الدراسية تعزي إلي النوع والسكن والتفاعل بينهما وكانت الفروق لصالح الإناث سكان المدينة يليها الإناث سكان القرية، ثم الذكور من سكان المدينة يليها الذكور من سكان القرية، وجود فروق في متوسط درجات بُعد الإفصاح عن الآراء والاتجاهات والإفصاح عن الأفكار والإفصاح عن الذات ككل تعزي إلي السكن وكانت جميع الفروق لصالح سكان المدينة، وجود فروق في متوسط درجات بُعد الإفصاح عن الشخصية والإفصاح عن الذات ككل تعزي إلي النوع وكانت الفروق لصالح الإناث، كما أشارت النتائج بتنبؤ النمط الآمن بكل من الإفصاح عن النواحي الدراسة والإفصاح عن الآراء والاتجاهات ،الإفصاح عن الشخصية ، الإفصاح عن الأفكار، الإفصاح عن الذات ككل، وتشير النتائج بتنبؤ النمط القلق بكل من الإفصاح عن الشخصية، والإفصاح عن الأفكار، الإفصاح عن الذات ككل.

الكلمات المفتاحية: الإفصاح عن الذات - أنماط التعلق

Self-Disclosure and its relationship to Attachment Styles, and Some demographic variables for Secondary School Students

Abstract: This study aimed to identify Self-disclosure and its relationship to Attachment styles and some demographic variables for secondary school students. The sample of the study consisted of (484) secondary school students distributed to (195) males, (289) females were randomly selected from Cairo and Giza. The self-disclosure scale and the attachment styles scale prepared by the researcher were used. The data were analyzed using the Pearson correlation coefficient, the T-test for the differences between the averages, the variance analysis of the 2 × 2 factorial design and the regression analysis to analyze the data to verify the hypotheses. The results reached to: There was a positive correlation between the security attachment style and all dimensions of self-disclosure and the total score. There was a positive correlation between anxiety attachment style, personality dimension and the total disclosure score, while there was no relationship between the anxiety style and the disclosure of study aspects dimension, views and trends dimension and ideas dimension. There was also no relationship between the avoidance attachment style and disclosure as a total score and all its dimensions except the disclosure of the study aspects dimension. The relation was negative. There were no differences between the scientific and literary disciplines in the average scores of the self-disclosure dimensions and the total score. There were differences in the average scores of the disclosure of study aspects due to gender, housing and interaction between them. These differences were in favor of female population of the city, followed by the female of the village, then the male population of the city, followed by the male population of the village. There were differences in the average scores of the dimension disclosure of views and trends, disclosure of ideas and self-disclosure as a whole attributed to housing and all the differences were in favor of the city residents. There were differences in the average scores of the dimension of disclosure personality and self-disclosure as a whole due to gender and the differences were in favor of females. The results also indicated the prediction of the safe style of both the disclosure of study aspects, the disclosure of views and trends, disclosure of personality, disclosure of ideas, and self-disclosure as a whole. The results indicated the prediction of anxiety style in personality disclosure, ideas disclosure, and self-disclosure as a whole.

Key words: Self-disclosure –Attachment Styles

المقدمة

تعتبر المرحلة الثانوية من المراحل الهامة التي يمر بها الطالب في المجتمع المصري حيث يعتبرها غالبية الناس حجر الزاوية ونقطة الانطلاق التي ستحدد مستقبل الأبناء طوال حياتهم، وتزداد خطورة هذه المرحلة الدراسية كونها تواكب مرحلة نمائية شديدة الأهمية وهي مرحلة المراهقة التي يتعرض فيها المراهق لكثير من التغيرات النمائية الجسمية والوجدانية والعقلية، التي ترتبط بدورها بالعديد من المتطلبات النفسية الداخلية والتكيف مع البيئة التي يعيش فيها المراهق وتظهر في هذه المرحلة العديد من المشكلات النفسية والاجتماعية، ومن ثم لابد من الاستعداد لها ومواجهتها.

ويمثل الإفصاح عن الذات دور الوسيط النفسي لتوافق الأفراد وصحتهم النفسية (النملة، ٢٠١٥،٢٨)

والإفصاح عن الذات هو العملية التي يقوم الفرد من خلالها بإفشاء بعض المعلومات الشخصية للآخرين دون غيرهم من أفراد المجتمع، فهم حين يقومون بذلك يعكسون طبيعة العلاقة التبادلية للاتصال الشخصي (عبدالقادر، ٢٠١٦، ١٤٠)، وتتضمن هذه المعلومات المشتركة أفكار الفرد وأهدافه ومشاعره وشخصيته وتجاربه مثل النجاح أو الفشل، والمخاوف، والحب أو الكره (JiYeon Seol ,2016).

والفرد عندما يفشي معلوماته الشخصية لفرد آخر دون غيره فهو بذلك يعكس طبيعة العلاقة التبادلية للاتصال الشخصي، حيث يعد التواصل ركن أساسي في بناء الشخصية وهو ظاهرة إنسانية موجودة منذ أن خلق الله البشر فهو عملية مستمرة ولا يمكن الاستغناء عنها فالإنسان بطبيعته اجتماعي(علي، ٢٠١٢، ١٥) وتعتمد قدرة الفرد على تفاعله مع الآخرين والتأثير فيهم والتأثر بهم على ما لديه من مهارات التواصل مع الآخرين التي يستمدها في الأساس من محيط المجتمع الذي يعيش فيه فالإنسان في حاجة دائمة لأن يتعلم هذه المهارات حتى يحقق نجاحه في مسيرة الحياة فلكي يستطيع التواصل مع أفراد مجتمعه (الخفاف، ٢٠١٣، ١٢٥).

و يلجأ الفرد إلي الإفصاح عن الذات ليجعل نفسه واضحًا ومعروفًا للآخرين ويتمكنوا من فهمه (محمد، ٢٠٠١) .

فالإفصاح عن الذات يؤدي إلي الألفة بين الفرد والآخر ويري فاربر (Farber,2006) عندما نقابل شخص للمرة الأولى ونتعرف عليه بشكل أكثر تتطور العلاقة. فيزيد الإفصاح عن المعلومات الشخصية، وإذا لم يرغب أحد الأفراد في الاستمرار في الإفصاح عن المعلومات عن ذاته، فمن حق الأشخاص الآخرين أن يتوقفوا عن كشف المزيد من المعلومات عن ذواتهم أيضًا. وإن الإفصاح عن الذات يساعد في تحقيق فهم أفضل للفرد عن ذاته، كما تبين ارتباطه إيجابيًا بالتقدير الإيجابي للذات وبالترابط الأسري، كما تشير دراسة بوردن (Borden, Kenneth,2000) أن عدم الإفصاح عن الذات إلي الآخرين قد يرجع الى الخوف من ظهور قصور في الشخصية والخوف من التعرض للنقد من الآخرين مما يزيد الشعور بالإنطواء والحزن وعدم الرضا عن حياته، فالإفصاح يبدأ غالبًا في شكل "حديث صغير " هو مفتاح بدء العلاقات التي تنتقل بعد ذلك إلى مستويات شخصية أكثر عمقًا وبالتدريج قد يتحول إلى صداقة تدوم (Greene, Derlega, & Mathews, 2006).

وقد ذكر جورارد (Jourard,1973) أن عدم الإفصاح عن الذات قد يرجع لأساليب التنشئة السائدة في المجتمع خوفاً من السخرية والرفض وأن الإفصاح يشكل تهديدًا للأمن النفسي للفرد، وأكدت ذلك دراسة علي (٢٠١٦) أن انخفاض الإفصاح يرجع لأساليب التنشئة في المجتمع العراقي والتي لاتمنح الفرد حرية التعبير عن آرائه ومشاعره وخبراته الماضية

حيث تنعكس العلاقات في الأسرة سلباً أو إيجاباً على أفرادها مما قد يدفع الفرد إلي الإفصاح عن مشاعره وانفعالاته وهمومه سواء لأفراد أسرته أو خارج نطاق أسرته (أبو نمر، ٢٠١١،١).

ويبدو أن الإفصاح عن الذات يختلف باختلاف الشخصية، وباختلاف أساليب التنشئة الوالدية التي ينشأ عنها أنماط التعلق التي تختلف من فرد لآخر فمفهوم التعلق له أنماط متعددة ينبغي الكشف عنها وعن علاقتها بالإفصاح عن الذات (JiYeon Seol, 2016).

ويعتبر التعلق أحد العوامل الرئيسية وراء المظاهر السلوكية كما يعد التعلق من الأمور التي تمكن الفرد من النمو السليم، ويري ماركيوز ولاوفود ودويلي

وهاجارت (Markiewicz, Lawfod, Doyle & Haggart, 2006,124) أن موضوع التعلق له أهمية خاصة في حياة المراهق، حيث يحدث في فترة المراهقة تغيرات بيولوجية وعقلية واجتماعية، كما أن سلوك التعلق الذي يبدأ خلال فترة الطفولة، يستمر في تأثيره طوال الحياة، وتصبح العلاقة عامة للمحيطين من حوله، يصبح التعلق نظام يُرافق السلوك البشري من المهد إلى اللحد، فالتعلق لا ينمو فجأة، ولكن ينشأ بسلسلة خطوات ثابتة تبدأ بتكوين الأطفال صور ثابتة عن المحيطين بهم (Sadocke & Sadock, 2005).

وحينما يبلغ الطفل سن المراهقة، عادة ما يخرج بعيدًا عن علاقات التعلق الأولية، وبالرغم من ذلك تعد الرابطة الوجدانية بين الآباء والمراهقين من أكثر الروابط أهمية في هذه المرحلة. حيث تنبئ هذه العلاقة بسلوك المراهق مستقبلاً، والعلاقة بين الآباء والطفل لن تصبح أقل أهمية في هذه المرحلة فالمراهق فقط في هذه المرحلة قد يصبح أقل اعتمادًا على الآباء لأن في هذه المرحلة يحاول المراهقون الوصول إلى الاستقلال الذاتي ولكنهم في نفس الوقت يعرفون أن آباءهم لا يزالون يقدمون لهم الدعم دومًا (عايدي ، ٢٠٠٨ ،٢٣).

وتعتبر أنماط التعلق لدي المراهقين بصفة عامة انعكاسًا لأنماط التعلق التي كونها الطفل في سنوات عمره الأولي أثناء تعرضه لأساليب التنشئة التي قد تكون سوية أو غير سوية والتي تؤثر علي علاقاته الحميمة مع الوالدين والآخرين فيما بعد (المالكي، ٢٠١٠).

يري "هازان وشيفر" (Hazan and Shaver,1987) أن أنماط التعلق ثلاثة وهما نمط التعلق الآمن ينظر الفرد بشكل إيجابي إلي نفسه وإلي الآخرين ولديهم الثقة بالآخر وبالذات، نمط "التعلق التجنبي المنعزل" ويتميز هذا النمط بعدم شعور صاحبه بالارتياح قريبًا من الآخرين، فهو لا يثق بهم، أو يعتمد عليهم. ويسعى إلى تجنب الآخرين، نمط" التعلق التجنبي الخائف" أصحاب هذا النمط يشعرون بأن الآخرين يرفضون الاقتراب منهم ويشعرون بالقلق لأن نظرائهم لايهتمون بهم، علي الرغم من أن لديهم الرغبة بأن يكونوا قريبين جدًا من نظرائهم، وأن أنماط التعلق الآمنة تنمي المواقف والأهداف الخاصة بالأفراد في التفاعل الاجتماعي على سبيل المثال ، تكون مبادِرة في صداقة جديدة وهذا بدوره يؤثر على الإفصاح أوالكشف عن

الذات (JiYeon Seol ,2016)، ودراسة الطراونة (٢٠١٧) أكدت أن التعلق الآمن فسر الجزء الأكبر من الصداقة، وربما يعزى ذلك أن التعلق الآمن يجعل الأفراد يتميزون بمستويات عالية من الكفاءة الذاتية الاجتماعية والثقة في علاقاتهم مع الآخرين، ويشعرون بالرضا اتجاه هذه العلاقات مما يسهل عملية التفاعل الاجتماعي والإفصاح عن ذواتهم، ودراسة ميكولينسر ونكشون Mikulincer & Nachshon (,1991) أشارت إلى أن كل من الأشخاص الآمنين والمتناقضين أظهروا المزيد من الإفصاح عن الذات مقارنة بالأشخاص المتجنبين، كماأن الأشخاص الآمنيين والمتناقضين كشفوا عن المزيد من المعلومات، كما أظهروا الآمنين مزيداً من المرونة في الإفصاح والمعاملة بالمثل من الناس المتناقضين والمتجنبين، وهذاما أكدته دراسة كل من رانج، ويوشن،وجيوي(Rang, Yu-Chen , & Je-Wei, 2015) بأن أسلوب التعلق يعتبر عامل رئيسي يؤثر علي سلوك الكشف الذاتي والرغبة في الإفصاح عن الذات، وأن الإفصاح المتبادل خلال التفاعلات الاجتماعية يساعد الفرد علي تطويرالمشاعر المألوفة والثقة بالنفس ومواصلة تعزيز العلاقة الحميمة.

كما أن الإفصاح عن الذات قد يرتبط بعدد من المتغيرات مثل النوع (إليوبي ٢٠١٢ ؛ المهداوي، والطائي ٢٠١٥؛ النملة ٢٠١٦) ، والتخصص (المهداوي، والطائي، ٢٠١٥ ؛علي ،٢٠١٦) ، والثقافة الفرعية (أدلر وروسنفيلدو وبروكتور , Adler Rosendflid& Proctor, 2004 ؛ إليوبي ٢٠١٢)

وبالتالي فأن الإفصاح عن الذات أو عدمه قد يرجع إلي أنماط التعلق التي تعرض لها الفرد أثناء التنشئة وبعض المتغيرات الديموجرافية مثل النوع و التخصص الدراسي و الثقافة الفرعية (عبرت عنها الباحثة بالمنطقة السكنية من قرية أو مدينة)، ومن ثم تبحث الدراسة الحالية العلاقة بين الإفصاح عن الذات وأنماط التعلق وبعض المتغيرات الديموجرافية لدي طلبة المرحلة الثانوية وتتمثل مشكلة الدراسة في التساؤلات الآتية:

١- هل توجد علاقة بين الإفصاح عن الذات بأبعاده وأنماط التعلق لدي طلبة المرحلة الثانوية ؟

٢- هل توجد فروق في متوسط الإفصاح عن الذات تعزى للتخصص(علمي/أدبي) لدي طلبة المرحلة الثانوية ؟

٣- هل توجد فروق في متوسط الإفصاح عن الذات تعزي إلي كل من النوع (ذكور/إناث) والسكن (قرية / مدينة) والتفاعل بينهما لدي طلبة المرحلة الثانوية؟

٤- هل يمكن التنبؤ بالإفصاح عن الذات وأبعاده من أنماط التعلق لدي طلبة المرحلة الثانوية؟

أهداف الدراسة :

١- التعرف علي العلاقة بين الإفصاح عن الذات بأبعاده وأنماط التعلق لدي طلبة المرحلة الثانوية.

٢- التعرف علي الفروق في متوسط درجات الإفصاح عن الذات التي تعزى للتخصص لدي طلبة المرحلة الثانوية .

٣- التعرف علي الفروق في متوسط درجات الإفصاح عن الذات التي تعزي إلي كل من النوع والسكن والتفاعل بينهما لدي طلبة المرحلة الثانوية.

٤- التعرف علي امكانية التنبؤ بالإفصاح عن الذات وأبعاده من أنماط التعلق لدي طلبة المرحلة الثانوية.

أهمية الدراسة

أولا : الأهمية النظرية

- حداثة دراسة متغيري الإفصاح عن الذات وأنماط التعلق معاً لدي طلبة المرحلة الثانوية حيث لا توجد على حد علم الباحثة دراسة تناولت المتغيرين معاً في البيئة المصرية

- نظراً لما تعيشه المجتمعات المعاصرة من تغيرات أصبح من الضروري التعرف على المتغيرات التي ترتبط بقدرة الأفراد على الإفصاح عن الذات والذي أصبح متطلب رئيسي للحياه في هذا العصر

- المراهقة هي مرحلة إنتقإلية ينتقل فيها المراهق من التعلق بالوالدين إلى التعلق بالآخرين، ومن ثم فمن الضروري التعرف على شكل العلاقة مع أحد المتغيرات التي ترتبط بهذا التعلق وهو الإفصاح عن الذات

-أهمية متغير الإفصاح عن الذات بوصفه يساعد الفرد علي التعبير عن انفعالاته بالتحدث لشخص آخر وبالتإلي يتخلص من المشكلات النفسية التي قد يتعرض لها

ثانياً: الأهمية التطبيقية

- بناءاً على فهم بعض المتغيرات المرتبطة بالإفصاح عن الذات لدى طلبة المرحلة الثانوية قد تفيد نتائج الدراسة في وضع برامج ارشادية مناسبة لهم لتنمية الإفصاح عن الذات الذي من شأنه أن يرفع من مستوى الصحة النفسية لديهم.
- قد تلفت نتائج الدراسة الحإلية النظر إلى أهمية توفير برامج ارشادية لتشجيع الحوار الأسري وتوفير أنماط تعلق آمنة والتي تنعكس بدورها على مستوى الإفصاح عن الذات للطلبة الذي بات أحد المتطلبات الهامة للحياه في هذا العصر والحد من الأنماط السلبية
- إعداد مقاييس لأنماط التعلق والإفصاح عن الذات يساعد علي إجراء المزيد من البحوث المستقبلية،

مصطلحات الدراسة

الإفصاح عن الذات Self-Disclosure

تعرفه الباحثة بأنه" إفشاء المعلومات المرتبطة بالذات سواء في الحاضر أو الماضي أو المستقبل لشخص آخر فيما يتعلق بالنواحي الدراسية مثل التعبير عن المستوى الاكاديمي والصعوبات الدراسية، الآراء والاتجاهات مثل التعبير عن آراء واهتمامات الفرد في المجالات السياسية والدينية والاجتماعية، النواحي الشخصية مثل افشاء المعلومات المرتبطة بالمشاعر والمعتقدات والمعلومات المرتبطة بالماضي او الحاضر او المستقبل، والأفكار مثل التعبير عن الأفكار الإيجابية أو السلبية نحو المنزل والمدرسة والمجتمع "وتقيسه الباحثة بالدرجة التي سيحصل عليها الطالب أوالطالبة، من تطبيق اختبار الإفصاح عن الذات من إعداد الباحثة.

أنماط التعلق Attachment Styles

تعرفها الباحثة بأنَّها: "نزعة الفرد الإنسانية إلى إقامة الروابط العاطفية والاجتماعية مع أشخاص معينين في محيطه الاجتماعي، وتعتبر هذه النزعة مكونًا أساسيًا من مكونات الطبيعة البشرية تبدأ بالظهور منذ الميلاد وتستمر مدي الحياة وتتمثل في نمط التعلق الآمن ويقصد به الثقة بنفسه وبالأخرين، ونمط التعلق القلق

ويقصد به نظرة الفرد إلي نفسه بطريقة سلبية وللآخرين بإيجابية ، ونمط التعلق التجنبي ويقصد به أن الفرد ينظر لنفسه وللآخرين بطريقة سلبية" وتقيسه الباحثة بالدرجة التي سيحصل عليها الطالب والطالبة، من تطبيق اختبار أنماط التعلق المعد من إعداد الباحثة

حدود الدراسة :

١- **حدود موضوعية:** الإفصاح عن الذات وعلاقته بأنماط التعلق وبعض المتغيرات الديموجرافية.

٢- **حدود مكانية:** بعض مدارس القاهرة الكبرى ، محافظة القاهرة (مدرسة بن خلدون الثانوية بنين، والحلمية ثانوي بنات) ومحافظة الجيزة (مدرسة الأوقاف ثانوي بنات، الجيزة ثانوي بنين، مدرسة المنوات ثانوي بنات أبو النمرس، ومدرسة د.إبراهيم مدكور ثانوي مشتركة أبو النمرس)

٣- **حدود زمانية :** الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي ٢٠١٨ / ٢٠١٩.

الإطار النظري والدراسات السابقة:

أولاً : الإطار النظري

١-الإفصاح عن الذات

عرف فاربير(Farber ,2006) الإفصاح بأنه حجر مهم للغاية للوصول إلي الألفة والحميمية في علاقتنا بالآخرين، ولايمكن تحقيق هذه العلاقة الحميمة بدونه، وفي الغالب يكون الإفصاح عن الذات أمرًا متبادلًا بين الطرفين.

ظهر مصطلح كشف الذات بدلاً من الإفصاح عن الذات أو مرادًفا له، فالإفصاح هو إفشاء المعلومات المرتبطة بالذات سواء كانت مشاعر أو اتجاهات أو خبرات أو أفكار أو اعتقادات أو معلومات مرتبطة بالحاضر أو الماضي أو المستقبل (Consedine, Sabag-Cohen, & Krivoshekova,2007)

يعرف "سكوتن الإفصاح" (Schouten, 2007, 8)" بأنه الإفصاح عن معلومات تتسم بالخصوصية والحميمة وتتعلق بمصير الشخص المفصح"

الإفصاح عن الذات هو "عملية اتصال يقوم بها شخص يكشف معلومات عن نفسه إلى شخص آخر .يمكن أن تكون المعلومات وصفيًا أو تقييميًا، ويمكن أن تشمل

الأفكار والمشاعر والطموحات والأهداف والفشل والنجاحات والمخاوف والأحلام والمفضلات ، وكذلك الإعجاب والكراهية" .

(Ignatius& Marja, 2007)

وتعرفه أبونمر (٢٠١١، ١٢) بأنه عبارة عن "عملية تبادلية من كشف الأسرار بين شخصين أثنين علي الأقل، بحيث يؤثر في تطوير العلاقات بين الأفراد وفهم بعضهم بعضاً"

يعرف النملة (٢٠١٥، ٢٨) الإفصاح عن الذات بأنه عملية يقوم بها الفرد من خلال إفشاء بعض المعلومات الشخصية لفرد آخر دون غيره من أفراد المجتمع، فهو بذلك يعكس طبيعة العلاقة التبادلية للاتصال الشخصي فعندما يفصح الطرف الأول عما يدور في خلده ويظهر الطرف الثاني الاهتمام والتفهم لما يقوله زميله، فإن عملية الاتصال تحدث بين الطرفين بشكل أني مستمر

كما أن الإفصاح عن الذات هو "مجموعة من الآراء والأفكار والصور والانشطة إليومية والمعلومات الشخصية والحالات الشعورية تنشرها مجموعة من الأفراد بشكل حقيقي من خلال مواقع التواصل الاجتماعي" (منصور، ٢٠١٧، ٢٧٥).

ويعرف بأنه "عملية يتم فيها توصيل المعلومات والأفكار والمشاعر الشخصية إلي شخص أخر، وتعتبر مهارة أساسية ضرورية في بناء العلاقات والحفاظ عليها ( )

Villanueva, 2017,1554

ومما سبق يتضح أن الإفصاح عن الذات يتضمن اختيار فرد لأخر يليه قدراً من الثقة بحيث يفشي له عن أفكار ومعلومات ومشاعر غاية في الخصوصية وهذه المعلومات قد تكون في الماضي أوالحاضر أو المستقبل

العوامل التي تؤثر علي الإفصاح عن الذات

١- **الفروق الفردية:** تظهر الفروق الفردية في الإفصاح عن الذات في كمية المعلومات ومحتواها وصدقها ومستوي التعاطف مع مستلم الإفصاح والهدف من عملية الإفصاح (ذياب، ٢٠٠٦)

٢- **اختلاف الثقافات:** يشير "القرشي" (٢٠١٥) أن الإفصاح عن الذات تحدده الثقافة التي ينتمي إليها الفرد، فنجد الفرد في الثقافة الشرقية انتقائي وأكثر تحفظاً من الفرد الغربي الذي يتحدث عن كل شيء دون انتقاء حيث الثقافة الغربية تقدر الحديث عن

الذات وتعتبره وسيلة جيدة للقبول وبناء الألفة والود بينما الثقافة الشرقية تقدر الصمت أكثر من الكلام وتحث علي الكتمان والتحفظ،كما يري كل من أدلر وروسنفيلد وبروكتور (Adler, Rosendflid & Proctor,2004) أن الأمريكان يفصحون عن ذواتهم أكثر من أي ثقافة أخري، أما الألمان يميلون للإفصاح عن ذواتهم بشكل أقل، وأن إليابانيون يفصحون عن ذواتهم بشكل ضعيف٠

٣- **اختلاف في النوع (الذكور والإناث) :** توصل كل من أيتمان وتايلور ,Aitman &Taylor (1973) أن الذكور أقل إفصاحا عن الإناث كما أكدت هذا دراسة عثمان (٢٠١٣) ودراسة علي (٢٠١٦) بوجود فروق بين الذكور والإناث في مستوى الإفصاح عن الذات لصالح الإناث، بينما دراسة خطاب (٢٠١١) وجدت أن الذكور أكثر إفصاحا عن الذات، وجدير بالذكر أن الاختلافات بين الذكور والإناث فيما يخص الإفصاح عن الذات هي اختلافات مختلطة، إذ تقوم المرأة بالإفصاح عن معلوماتها الذاتية لتعزيز علاقاتها، بينما يقوم الرجل بهذا الأمر لإعتبارات متعلقة بالسيطرة والضعف، حيث الرجل يفصح عن معلوماته الذاتية بشكل أكبر في العلاقات مع الجنس الآخر. بينما تميل النساء إلى زيادة التركيز على الاتصال وزيادة الألفة مع أصدقائها من نفس الجنس (Farber, 2006)٠

٤- **العمر:** تشير دراسة أشمور وبانكس(Ashmor & Banks, 2001) أن العمر يؤثر علي الفروق في الإفصاح الذاتي حيث يزيد الإفصاح عن الذات كلما تقدم العمر، بينما دراسة أبو نمر، مني (٢٠١١) لم تجد فروق في الإفصاح عن الذات تعزي للفئة العمرية٠

٥- **الصحة النفسية** :يري وارينج وشيلون (Waring & Chelune,1983, 184) أن الإفصاح عن الذات يعد من المقومات الرئيسية للصحة النفسية حيث يتمثل في التنفيس الانفعإلي لأنه يمكن الفرد من التخلص من انفعالاته بالتعبير عنها لفظيًا لشخص آخر مما يعيده إلى حالته الطبيعية من الاتزان النفسي حيث يحميه من الوقوع في كثير من المشكلات النفسية. وأثبت كل من "أيتمان وتايلور"(Aitman &Taylor, 1973) أن زيادة القلق والتوتر يقل الإفصاح عن الذات، بينما الإفصاح الذاتي والتعبير عن الانفعالات يخفف من حده الاكتئاب Rothrock, Lutgendrof & (Kreder,2003)٠

نظريات الإفصاح عن الذات

نظرية التحليل النفسي Psychoanalytic Theory

استخدم فرويد مصطلحات مثل القمع والكبت والمقاومة ليصف عدم قابلية المرضي على الإفصاح عن مابداخلهم من معاناه ومشاعر، والقمع أو الكبت هما من مسببات الأمراض النفسجسمية، إذ أن الناس يمتنعون عن السماح للآخرين أن يعرفوا خصائص شخصيتهم مثل الأفكار والمشاعر التي تجعل الفرد يشعر بالذنب، والمعروف أن مدرسة التحليل النفسي ترى أن المسؤول عن السلوك دوافع لاشعورية.(العيسوي، ٢٠٠٤، ٢٩٢)

والتحليل النفسي ينظر إلى الإفصاح عن الذات على أنه تعبير عن الأفكار والمشاعر المكبوتة وإظهارها إلى السطح لكي يمكن تحليلها وبعكس ذلك فإن عملية الإفصاح إلى شخص غير مناسب يمكن أن يؤدي إلى نتائج سلبية وذلك لأن الفرد يعطي معلومات حساسة عن الذات والتي لا يستطيع الشخص العادي من التعامل معها، ولقد بيّن "فرويد" أن التحليل النفسي يتطلب تخطي تردد الفرد في الإفصاح عن ذاته كما يتطلب من المعالج أن يكون مستمعا جيداً يشجع الفرد على الإفصاح عن مكبوتاته (جاسم، ١٩٩٤، ٥١).

استخدم فرويد العديد من المصطلحات التي تقابل الإفصاح عن الذات مثل التداعي الحر وفيه يطلب من المريض أن يفصح مايرد إلي ذهنه من أفكار ومشاعر تتعلق بالخبرات المؤلمة إلا أنها تساعد علي تحرير المريض من صراعاته الداخلية ، وأن المريض عقب عملية الإفصاح هذه يتم له الشفاء (الخالدي، ٢٠١٥)، ومصطلح التنفيس ويعني التخلص من عقدة نفسية بإفساح المجال أمامها لكي تفصح عن نفسها بالكلمات والأفكار(عبد الرحمن، ٢٠١٣، ٩٣)

بينما يونج أكد علي أن الإفصاح عن الذات له دور في بناء علاقات تتسم بالود والأُلفة وبالتإلي خفض الشعور بالوحدة لان الارتباط وثيق الصلة بينهما (النيال، ١٩٩٣).

ويري الكواسة (٢٠٠٦) أن يونج وجد أن الأسباب التي تجعل الفرد مضطرب هو الذي لم يفصح عن ذاته الحقيقية فلاتتحقق ذاته، أما الفرد الذي يفصح عن ذاته

يصبح أقرب إلي تحقيق ذاته الحقيقية ، لذلك من الضروري في مرحلة مبكرة من عملية التفرد أن ندرك أهمية الإفصاح عن الذات.

كما ركز إريكسون على الصلات النفسية الاجتماعية لكل مراحل حياة الفرد على خلاف فرويد اعتقد أريكسون بأن الشخصية تستمر في النمو والتطور على مدى حياة الإنسان، وتنتقل خلال سلسلة تتألف من ثمانية مراحل تكوينية مهمة ومن المراحل التي أكد عليها هي المرحلة السادسة وهي مرحلة الشباب وقد سماها مرحلة الصداقة الحميمية مقابل العزلة وفي هذه المرحلة تنشأ علاقات حميمية مع الآخرين على هيئة صداقات وثيقة وهي تعني أيضًا شعورا بالاهتمام يعبر عنها بصراحة دون استعمال أي وسيلة من وسائل حماية النفس ودون الخوف من فقدان الشعور بالهوية في العلاقات فالأفراد الذين لا يستطيعون تحقيق حالة الوئام يبقون يعملون في حالة عزلة فهم يتجنبون الاتصال بالآخرين (علي،٢٠١٦، ٤٧٩).

نظرية الاختراق الاجتماعي

ترجع هذه النظرية إلي ألتمان وتيلور (Altman &Tylor 1973) تنص نظرية الاختراق الاجتماعي على أننا عندما نتعرف على شخص ما ، فإننا ننخرط في عملية تبادلية للكشف عن الذات التي تتغير من حيث اتساعها وعمقها وتؤثر على كيفية تطور العلاقة وتؤكد هذه النظرية علي أن العلاقات تتطور بين الأشخاص من الموضوعات العامة إلي الموضوعات الشخصية، والاختراق المباشر والمستمر من العام إلي الخاص ،ويحدث كشف الذات عندما يكون الشخص واضحًا ويفتح نفسه للأخرين، فكشف الذات هي عملية بناء وتكوين الألفة بين الأفراد وتتم من خلال عملية كشف الذات المتبادلة بين الأشخاص، ويستند قرار الإفصاح على المكافأت المتصورة التي سيكسبها الشخص إذا كشف عن المعلومات. وإذا رأى الشخص أن تكلفة الإفصاح عن المعلومات أكبر من المكافآت للإفصاح عن المعلومات فلن يتم الكشف عن أي معلومات. وكلما كانت نسبة المكافأة والتكلفة أكبر كلما حدث المزيد من الإفصاح

(Altman & Taylor 1987,257-277).

من خلال عرض نظريات الإفصاح عن الذات تجد الباجثة أن نظرية التحليل النفسي اعتمدت علي التداعي الحر والتنفيس لكشف المحتوي اللاشعوري للمرضي، بينما نظرية الاختراق الاجتماعي تنظر للإفصاح عن الذات أنه يتكون عند تطور

العلاقات بين الأشخاص من السطحية إلى الشخصية علي المستوي الشعوري ويعتمد الإفصاح علي المكافأت المتصورة التي سيكسبها الشخص إذا كشف عن ذاته، ولذلك تبنت الباحثة هذه النظرية لمناسبتها لطلبة المرحلة الثانوية ومايمرون به من مراحل ليصلون للإفصاح عن الذات

٢-أنماط التعلق Attachment Styles

أول من أطلق مصطلح أساليب التعلق كانت "أينسورث" وكانت تصف به طريقة استجابة الطفل في موقف الانفصال عن أمه، وقسمت أفعال الأطفال إلي ثلاث فئات الأمن Secure –التجنب Avoidant الخائف Anious، ثم أضاف كل من مان وسولومون (Main & Solomon,1990) فئة رابعة وهي المضطرب Disorganized هو طفل أفعاله غير ملائمة وغير مناسبة لموقف الانفصال وتكون ردود أفعاله بين الخوف والتجنب (النمر، آمال زكريا، ٢٠١٦، ٢٤)

عرف بولبي أنماط التعلق بأنَّها: "نزعة الفرد الإنساني إلى إقامة الروابط العاطفية والاجتماعية مع أشخاص معينين في محيطه الاجتماعي، وتعتبر هذه النزعة مكونًا أساسيًا من مكونات الطبيعة البشرية تبدأ بالظهور منذ الميلاد وتستمر مدي الحياه" (Bowlby,1973,59).

يشير بولبي (Bowlby,1988) إلى ان التعلق يضع أساسًا لعلاقات الفرد المستقبلية ويحدد اتجاهاته نحو ذاته ونحو الآخرين بل نحو الحياة بشكل عام (في: حسن، ٢٠٠٦، ٧٠٤).

وتعرف أنماط التعلق بأنها "علاقة شخصية يحكمها المشاعر والعواطف المتبادلة بين الطرفين، وتنمو من خلالها أحداث وخبرات متعددة" Hazan & (Shaver,1987, 102)

وعرف كاسيدي (Cassidy, 1999,12) أنماط التعلق بأنها "علاقات ودية حميمة بين فرد وآخر، وتتضمن مجموعة من السلوكيات التي تؤدي إلي الارتباط الانفعإلي بالأخرين"

ويعرف كل من اينسورث وبولبى (Ainsworth &Bowlby ,1991 ,336) التعلق بأنه علاقة انفعإلية قوية يشكلها الفرد مع مقدم الرعاية وتصبح أساسًا لعلاقات الحب المستقبلية وتؤثر في السلوك بأشكاله .

عرف لفرنير (Lafrenier,2000, 85) أنماط التعلق بأنّها: "رابطة انفعإليه قوية تؤدي إلى شعور الطفل بالسعادة والارتياح عندما يكون قريبًا من مقدم الرعاية الأساسي، والشعور بالتوتر والضيق عندما ينفصل عنه مؤقتًا".

عرف سادوك وسادوك (Sadock& Sadock,2005, 128)" أنماط التعلق في الطفولة بأنّه: "الرابطة التِي ينميها الطفل تجاه القائمين على رعايته في الشهور الأولي بعد الميلاد، كما يصبح من خلالها قادرًا على تكوين علاقات اجتماعية سوية في المراحل العمرية التإلية".

تشير كلمة التعلق (Attachment) عادة إلى العلاقة القوية بين شخصين كل منهما يكون على استعداد لعمل مجموعة من الأشياء تستمر هذه العلاقة . وهناك كثير من الأشخاص يتعلقون فيما بينهم :الأقرباء، الأحباء ، المعلم والطالب ، ومع ذلك في علم النفس النمو يشير التعلق إلى رابطة انفعإلية قوية بين الرضيع وأمه أو من ينوب عنها (Santrock 2005 p136) .

كما عرف التعلق في مجال الصحة النفسية "أنه القدرة الكلية علي تكوين العلاقات مع الأخرين" (Bruce, 2006,5).

التعلق "عاطفة قوية متبادلة بين الطفل ومقدم الرعاية تعكس رغبة كل منهما في المحافظة على القرب بينهما ،وتعد الأساس الذي تبنى عليه العلاقات الحميمة اللاحقة و التفاعلات الاجتماعية بشكل عام" (أبو غزال و جرادات ، ٢٠٠٩ ، ٤٥).

ويعرف يمينة (٢٠١٥، ٦٩) التعلق بأنه "إرتباط انفعإلي عاطفي بين شخص و أخر أو بين الناس وبعضهم البعض وذلك تحت ظروف التواجد في إطار مكاني واحد، و يتدعم هذا الارتباط عبر الزمن:

التعريفات السابقة ركزت علي أن التعلق رابطة انفعإلية بين فرد وآخر عبر الزمن فالتعلق هو ميل الشخص لتكوين علاقات مع الآخرين في جميع مراحل النمو المختلفة وأن هذه العلاقة تكون أساسًا لعلاقات الفرد المستقبلية.

أنواع أنماط التعلق

يعرف هازان وشيفر (Hazan and Shaver,1987) أنماط التعلق كما يلي:

نمط التعلق الآمن Secure Attachment Style

ينظر الفرد بشكل إيجابي إلي نفسه وإلي الآخرين حيث يحبون الاقتراب من الآخرين والثقة بهم ولا يقلقون من اقتراب الآخرين منهم.

نمط التعلق التجنبي / المنعزل Dismissing Avoidant Style ويتميز هذا النمط بعدم شعور صاحبه بالارتياح قريبًا من الآخرين، فهو لا يثق بهم، أو يعتمد عليهم. ويسعى إلى تجنب الآخرين.

نمط التعلق التجنبي / الخائف Fearful Avoidant Style أصحاب هذا النمط يشعرون بأن الآخرين يرفضون الاقتراب منهم ويشعرون بالقلق لأن نظرائهم لايهتمون بهم، علي الرغم من أن لديهم الرغبة بأن يكونوا قريبين جدًا من نظرائهم.

حدد بارثليمو في دراسته مع هوارتز (Bartholomew & Horowitz,1991) أربعة أنماط للتعلق وهي:

١-نمط التعلق الآمن Secure Attachment Style :

يتسم الأفراد في هذا النمط بالارتياح في علاقتهم البينشخصية فهم يحملون نماذج إيجابية تجاه الذات لذا يتمتعون بقدر عإلي من الثقة بالنفس، والقدرة علي تحمل المسؤولية ، كما أنَّهم يحملون مشاعر إيجابية نحو الآخرين، لذلك فهم يرتاحون بالتقرب من الآخرين .

٢- نمط التعلق المنشغل (القلق) Preoccupied Attachment Style :

يعتقد أصحاب هذا النمط أنَّهم لا يستحقون الحِب، كأنَّهم غير مرغوب فيهم، كذلك لأنَّهم يحملون تصور متدني وسلبي عن ذواتهم، كما أنَّهم يحملون نماذج إيجابية عن الآخرين؛ لذا هم يسعون للحصول على محبة الآخرين ويشعرون بالضيق عندما لا يُلبي الآخرين حاجتهم للحب.

٣-نمط التعلق التجنبي / المنعزل Dismissing Avoidant Style :

هم أفراد يحملون تصورًا ايجابيًا عن ذواتهم، فهم كثيرو الاعتماد على أنفسهم، ويبتعدون عن الاعتماد على الآخرين، و بسبب تصور سلبي عن الآخرين، فلا يثقون بهم، ويتجنبون التَّعامل معهم ، حماية لأنفسهم من خيبات الأمل من خلال تجنب العلاقات مع الآخرين، كالعمل على الاستقلالية الكاملة والانفصال عن الآخر.

٤- نمط التعلق التجنبي / الخائف Fearful Avoidant Style :

أصحاب هذا النمط لديهم مزيج من التصور السلبي عن ذواتهم وعن الآخرين، مما يجعل لديهم تدني في تقدير ذواتهم، والاعتماد على نظرة الآخرين لهم للشعور بقيمتهم، لكن بسبب التصور السلبي الذي يحملونه عن الآخرين يجعلهم يتجنبون التعامل معهم لقناعتهم أنّه سيتم صدهم؛ لأنهم لا يستحقون الحب.

كما أشارت لوزاني (٢٠١٨، ٤٣١) أن التعلق الآمن يسمح بالتوجه الإيجابي عن الذات وعن الآخرين المبني أساسًا علي التجارب المبكرة مع صورة التعلق من تقبل الفرد لذاته بشكل غير مشروط وبناء علاقات اجتماعية قوية الأمر الذي يجعله علي درجة كبيرة من التوافق داخل العالم الخارجي، أي أن معتقدات وتصورات الفرد عن ذاته وعن الآخرين تؤثر في كفاءته وفعإليته وتوقعاته لنجاحه أوفشله

العوامل المؤثرة في التعلق

أورد الشهري (٢٠١٢) العوامل المؤثرة في نوعية التعلق كمايلي :

التفاعل بين القائمين بالرعاية كالطفل: فالاستجابة لمطالب الطفل بطريقة ملائمة ومرهفة تساهم في تكوين التعلق الآمن لديه، ويعتبر هذا العامل هو الأكثر اهمية وتأثيرًا.

تجنب الانفصال الطويل: إذ أن فترات الغياب الطويلة عن الطفل تؤثر في تطور التعلق الآمن لدي الطفل.

مزاج الطفل: إن مزاج الطفل يؤثر على نوعية تفاعله بوالديه، مما يؤثر على نوعية التعلق، فالأطفال الذين يكون مزاجهم صعبًا يكونون أقل قابلية لتشكيل تعلق آمن.

اكتئاب أحد الوالدين: الأطفال ذوو الأهل المكتئبين عرضة لأن يؤدي تفاعلهما بوالديهما إلى التعلق غير الآمن

الرعاية البديلة: عندما يحصل الطفل على عناية كاملة من والديه في السنة الأولي من عمره، فأنه يسهل عليه تشكيل نمط تعلق آمن، أما عندما يوكل للرعاية البديلة، الاهتمام بالطفل أيا كان نوع هذه الرعاية، فإنه يصعب معها تكوين نمط تعلق آمن(في: السبيعي، ٢٠١٨، ٣٤)

نظريات أنماط التعلق

نظرية بولبي Bowlby :

وضعها الطبيب النفسي والمحلل النفسي جون بولبي (١٩٠٧- ١٩٩٠) وهذه النظرية ساهمت مع نظريات النمو الأخرى في تحديد العوامل والعمليات الهامة في تطور الشخصية. وكان من أهم أفكاره الترابط العاطفي القائم علي التطور تُعرف بأسم"التعلق" والتي يشكلها الطفل لمقدمي الرعاية له والتي لها أهمية كبيرة بالنسبة لمستقبل أداء الطفل (Fransson,2014)

وتعتمد نظرية التعلق على العمل المشترك لجون بولبي و وماري أينسورث (Bowlby& Ainsworth) ، مع اهتمام بولبي المتزايد بالصلة بين فقدان الأم أو الحرمان وتطور الشخصية اللاحق وبين اهتمام أينسورث بنظرية الأمن، وفي عام ١٩٥٠، دخل التعاون بينهما مرحلة أكثر إبداعًا، بعد أن صاغ بولبي مخططًا أوليًا لنظرية التعلق، مستندا إلى الأخلاقيات ونظرية أنظمة التحكم والتفكير النفسي التحليلي، وبعد أن قامت أينسورث بزيارة أوغندا، حيث أجرت أول دراسة تجريبية لأنماط ارتباط الأم.

وأن التعلق مجموعة معقدة من المشاعر والسلوكيات، قد تطور ليحمي الرضيع من الخطر عن طريق إبقائه بالقرب من الأم. فعندما يكون صغيرًا جدًا، لا يستطيع الرضيع إلا أن يبكي، وأن يتصل بالعينين، وأن يبتسم، ويسعي لتشجيع أمه على إبقائها قريبة منه. لاحظ بولبي والمراقبون الآخرون للسلوك البشري أنه عندما يكون الرضيع يتمتع بصحة جيدة ، وفي حالة تأهب، وغير خائف، وبوجود أمه، يبدو مهتمًا باستكشاف وإتقان البيئة وفي إقامة تواصل مع الأسرة وأفراد المجتمع الآخرين و يسمي الباحثون هذا باستخدام الأم كقاعدة آمنة Hazan, Cindy & Shaver, (Phillip ,1987).

كما لاحظ بولبي أن نمط التعلق ثابت في الشخصية، يدرك معرفيًا ووجدانيًا خلال حياة الفرد، كما توجد مؤشرات علي ثبات أسلوب التعلق لدي الفرد وتأثيره علي الطريقة التي يرتبط بها الأفراد بعضهم ببعض في العلاقات المختلفة وخلال دورة الحياة تستمر علاقات التعلق وتتشابة هذه العلاقات مع التي كانت في الطفولة (في: مرسي، ٢٠٠٨)٠

نظرية التحليل النفسي

يرجع فرويد التعلق إلي الحاجات البيولوجية للرضيع وأمه، حيث حاجة الرضيع الفطرية للرضاعة في المرحلة الفمية وإن هذا التفاعل الخارجي يؤدي إلي تعلق الصغير الذي أرتبط إشباعه بالأم، وهذا هو بداية عملية التعلق لدي الإنسان (Hetherington & Parke,1987)

ثم ينتقل الطفل إلي مرحلة الأوديب التي يتحول فيها التعلق من الأم علي الإطلاق إلي الأب من الجنس المغاير، وعبر مراحل النمو المختلفة تتبدل وتتطور عملية التعلق لتأخذ حيز أكبر من الناس حيث تنتقل في مرحلة المراهقة إلي مايسمي بجماعة الأقران، وبذلك هذه النظرية أن الفرد يمر بسلسلة من المراحل، وأن الأحداث التي تحدث في هذه المراحل هي المسؤولة عن اختلاف أنماط الشخصية وأن المراحل السابقة والمرحلة التي يحدث فيها الأحداث لها تأثير دائم علي الشخصية، وأن الخمس سنوات الأولي في حياة الطفل لها التأثير الأكبر علي الشخصية Cervone & (Pervin,2017).

ويرى "أريكسون" ان أول انجاز اجتماعي يحققه الطفل هو أن لايصير قلقاً أو غاضبًا بشكل غير ملائم في حالة غياب الأم أو اختفاءها عن ناظريه لفترات من الوقت لأنه أصبح عنده يقين داخلي أنها سوف تعود تعتني به . وهذا إليقين من شأنه أن يعطي احساسًا أوليًا تقوم عليه هوية الأنا ،لأنه يستند إلى إدراك الطفل بأن الناس يمكن الاعتماد عليهم، أي أن الأم صارت من المعالم الثابتة الموثوق بها (مختار، ٢٠٠١ ، ٦٩)٠

النظرية السلوكية

فقد فسروا التعلق باستخدام مفهوم خفض الدافع الذي اقترحه (هل) فالأم تقوم بإشباع جوع الطفل (دافع أولي)، بعد ذلك يصبح وجود الأم دافعًا ثانويًا (متعلمًا)، لأن وجود الأم يقترن بشعور الطفل بالراحة والشبع. فيتعلم الطفل تفضيل

كل أشكال المثيرات التي تترافق مع الإطعام، ومن ضمنها العناق اللطيف للأم والابتسامات الدافئة والكلمات الرقيقة ولكن (سكنر) صاحب نظرية التعلم الإجرائي، فكرة (هل) التي تشير إلى أن خفض الدافع هو المسؤول عن تعلق الطفل بأمه. فسلوك التعلق من وجهة نظره يزداد ويثبت من خلال ما يتبع هذا السلوك من معززات متنوعة كالطعام، أو الحصول على ألعاب. فإذا تم تعزيز مجموعة كبيرة من سلوكيات الطفل؛ فإن ذلك سيؤدي إلى تشكل رابطة تعلق قوية. أما عند استخدام العقاب أو التوبيخ أوسحب بعض الامتيازات فإن النتيجة ستكون خفض سلوك التعلق (أبوغزال، جردات، ٢٠٠٩).

وتري الباحثة أن جوهر نظرية بولبي لاتختلف كثيراً عن نظرية التحليل النفسي فكل منهما أعطي أهمية للسنوات الأولي في حياة الطفل وأن التعلق الأول في حياة الإنسان يكون مع الأم التي تشبع له إحتياجاته البيولوجية، متفقين في ذلك مع المدرسة السلوكية وأن التعلق يمتد أثره علي الإنسان طوال حياته فيمتد من نمط تعلقه بالأم لنمط التعلق في كافة التفاعلات الاجتماعية المستقبلية التي يمر بها بعد ذلك.

ثانياً: دراسات سابقة

على حد علم الباحثة لم تستطع العثور على دراسات تناولت العلاقة بين الإفصاح عن الذات وأنماط التعلق سوى دراستين إلى جانب بعض الدراسات التي تناولت العلاقة بين الإفصاح عن الذات وبعض المتغيرات الديموجرافية (النوع – التخصص – المنطقة السكنية) وفيما يلي عرض لهذه الدراسات التي ترتبط بشكل مباشر بمتغيرات الدراسة:

هدفت دراسة ميكولينسير وناكسون (Mikulincer, Mario & Nachshon , Orna 1991) للتعرف علي علاقة الإفصاح عن الذات والمرونة في المعاملة وبعض أنماط التعلق، وتكونت عينة الدراسة من (٣٥٢) طالباً في المرحلة الجامعية، أشارت النتائج إلى أن كل من الأشخاص ذوي نمط التعلق الآمن والأشخاص ذوي نمط التعلق المتناقض أظهروا إفصاحًا عن الذات أكثر من الأشخاص ذوي نمط التعلق التجنبي.

كما هدفت دراسة أبو نمر (٢٠١١) إلى الكشف عن أنماط التعلق وعلاقتها بكشف الذات لدي الطلبة المراهقين، وتكونت العينة من(٦٤٧) طالبا وطالبة في منطقة

الجليل الأعلى تراوحت أعمارهم بين (١١- ١٨) سنة، اختيروا بالطريقة العشوائية الطبقية ، استخدمت الدراسة مقياس أبو غزال وجرادات (٢٠٠٩) لأنماط التعلق، ومقياس كشف الذات للصبحيين (٢٠٠١) ، وتوصلت النتائج إلي: أن اكثر أنماط التعلق السائدة هي نمط التعلق الآمن ، التجنبي، القلق علي التوإلي، كما توصلت الى عدم وجود علاقة بين أنماط التعلق الثلاثة وكشف الذات الكلي وبعض أبعاده، ووجود علاقة موجبة بين نمط التعلق الآمن وكشف الذات لدي الصديق من نفس الجنس ، ووجود فروق في كشف الذات للأم والصديق من الجنس نفسه لصالح الإناث، وفي كشف الذات للأب وللأم لصالح الفئة العمرية الأولي (١١- ١٤)، وعدم وجود فروق في كشف الذات للأب تعزي للنوع، وعدم وجود فروق في كشف الذات للصديق من الجنس نفسه تعزي للفئة العمرية٠

دراسة سليمان، سعاد (٢٠٠٦) اهتمت الدراسة بقياس أثر كل من النوع والتخصص (علمي، أدبي) علي كشف الذات لكل من الأم والأب والصديق من نفس جنس والأخوة والأخوات والمشرف الأكاديمي وتكونت العينة من ٢٣٥ طالب و٢٢٧ طالبة من جامعة السلطان قابوس وأظهرت النتائج فروق في كشف الذات لصالح الإناث، ووجود فروق في كشف الذات للأم والصديق من نفس الجنس لأثر التخصص لصالح التخصصات الأدبية

دراسة إليوبي، عزيزة منور (٢٠١٢) هدفت إلى الكشف عن الاختلافات في الإفصاح الذاتي وفقا لمتغيرات الجنس والعمر والحالة الثقافية والاجتماعية للأسرة. كما هدفت إلى تحديد تأثير التفاعل بين هذه المتغيرات. واكتشاف الفروق بين الذكور والإناث من حيث تفضيل الكشف الذاتي لدى أعضاء مجموعة العينة بالنسبة لأولئك المستهدفين للإفصاح (أي الأب أو الأم أو الصديق (ذكر / أنثى) أو مستشار أكاديمي (ذكور) أو مستشار أكاديمي (إناثا). وتكونت عينة الدراسة من ١٢١٦ طالب. تم اختيار ٥٩٨ طالباً و ٦١٨ طالبة من المرحلتين الإعدادية والثانوية. تراوحت اعمارهم بين ١٢ و ١٨ سنة. تم تطبيق مقياس الإفصاح الذاتي الذي أعدته الباحثة ، ومقياس الوحدة النفسية إعداد مجدي الدسوقي (١٩٩٨) ، واستبيان الوضع الاجتماعي / الثقافي في المملكة العربية السعودية من إعداد محمود منسي (١٩٩٨). ، توصلت النتائج أن الطالبات يملن إلى الكشف عن الذات أكثر مقارنة بالطلاب الذكور، كما يوجد

فروق بين الطلاب الذكور والإناث الذين يتمتعون بوضع اجتماعي وثقافي أعلى لصالح الطالبات ذوي الوضع الاجتماعي والثقافي العالي. كما توصلت الى أن الإناث أكثر إفصاحًا عن الذات للأم ، في حين أن الذكور أكثر إفصاحًا عن الذات للأب.

دراسة عثمان، إسهام أبو بكر (٢٠١٣) هدفت الدراسة إلي التعرف علي العلاقة بين الإفصاح عن الذات والاغتراب النفسي وبعض المتغيرات الديموجرافية لدي طلاب المرحلة الثانوية، وتكونت العينة من ٤٠٠ طالبا وطالبة بفرقة الأولي والثانية من المرحلة الثانوية بمتوسط عمري ١٦،٥٢ المقيدين بالمدراس الحكومية بمدينة المنيا، واستخدمت الدراسة مقياس الإفصاح عن الذات من إعداد الباحثة ، ومقياس الاغتراب النفسي من إعداد "عز الدين الأشول" وآخرون، وتوصلت الدراسة إلي: وجود علاقة سالبة بين أبعاد الإفصاح عن الذات والاغتراب النفسي ، ووجود فروق بين الذكور والإناث في الإفصاح عن الذات لصالح الإناث، وعدم وجود فروق في الإفصاح عن الذات بين التخصصين الأدبي والعلمي ٠

دراسة المهداوي، والطائي، اقبال (٢٠١٥) هدفت للتعرف علي مستوي كشف الذات لدي طلبة الجامعة والتعرف علي الفروق في كشف الذات وفقًا للنوع والتخصص وصمم الباحثان مقياس لكشف الذات بالاعتماد علي نظرية "ألتمان وتايلور"، وبلغت العينة ٦٦٧ من طلاب وطالبات جامعة ديالي ، أثبتت النتائج وجود فروق في كشف الذات لصالح الإناث، وعدم وجود فروق في كشف الذات ترجع للتخصص (إنساني/ علمي) ، ووجود فروق في كشف الذات تعزى للتفاعل بين النوع والتخصص لصالح طالبات التخصص الإنساني٠

دراسة النملة (٢٠١٦) هدفت إلى التعرف على الإفصاح عن الذات وعلاقته بكل من المساندة الاجتماعية، ووجهة الضبط وبعض المتغيرات الديموجرافية لدى طلاب وطالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية في مدينة الرياض، واستخدم الباحث المنهج الوصفي ،وتكونت عينة الدراسة من (٦٠٠) طالب وطالبة من المستويين الجامعيين الثاني والسادس تم اختيارهم بطريقة العينة العشوائية الطبقية، وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة موجبة بين الإفصاح عن الذات والمساندة الاجتماعية، ووجود علاقة سلبية بين الإفصاح عن الذات ووجهة الضبط الخارجية (غير الصحية)،كما أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق في الإفصاح عن

الذات تبعًا لمتغير النوع لصالح الإناث، كما بينت النتائج وجود فروق في الإفصاح عن الذات تبعًا لمتغير المستوى الدراسي (الثاني والسادس) لصالح المستوى الدراسي السادس.

دراسة علي، عامر (٢٠١٦) هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الإفصاح عن الذات ومهارات التواصل الاجتماعي وبعض المتغيرات الديموجرافية (النوع – التخصص) لدى طلبة جامعة بابل وطبق الباحث مقياس الإفصاح عن الذات لـ(جاسم، ١٩٩٤) ، ومقياس ريجيو (١٩٨٦) لمهارات التواصل الاجتماعي، على عينة الدراسة البالغة (٤٠٧) طالب وطالبة اختيروا بالطريقة الطبقية العشوائية، .قد توصلت النتائج إلي وجود علاقة موجبة بين الإفصاح عن الذات ومهارات التواصل الاجتماعي لدى طلبة الجامعة. وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في مستوى الإفصاح عن الذات لصالح الإناث، عدم وجود فروق دالة إحصائيًا في مستوى الإفصاح عن الذات تعزى الى التخصص الدراسي.

دراسة منصور، حسناء (٢٠١٧) هدفت للكشف عن تأثيرات استخدام مواقع التواصل الاجتماعى على درجة الإفصاح عن الذات لدى الفتاة السعودية وعلاقته برأس المال الاجتماعى، تكونت عينة الدراسة من ٤٠٧ طالبة من جامعة الملك عبد العزيز بجدة من جميع المستويات التعليمية ومن التخصصات الأدبية والعلمية وتبينت النتائج وجود فروق بين مستويات السن في الإفصاح عن الذات لصالح السن الاكبر من ٢٧ سنة، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق بين التخصص الأدبي والعلمي في الإفصاح عن الذات

التعقيب علي الدراسات السابقة

في ضوء ما سبق عرضه من دراسات سابقة، يمكن استخلاص عدة ملاحظات من نتائج هذه الدراسات على النحو التالي:

- ندرة الدراسات التي اهتمت بدراسة العلاقة بين الإفصاح عن الذات وأنماط التعلق لدى المراهقين حيث لم تعثر الباحثة إلاعلى دراسة عربية وأخرى أجنبية وهما دراسة أبو نمر، مني (٢٠١١) بإليرموك ،و ودراسة ميكولينسير وناكسون Mikulincer, Mario (& Nachshon , Orna, 1991) وحيث إن متغيرات الدراسة تعد من المتغيرات التي تتأثر تأثرًا شديدًا بالمجتمع وكذلك بالفترة الزمنية التي أجريت بها الدراسة فكان

ذلك مبررًا كافيًا لدى الباحثة لإعادة اجراء الدراسة على المجتمع المصري الذي يختلف في كثير من ثقافاته عن مجتمعات الدراستين ، كما أن المجتمع المصري قد جد عليه في الآونة الأخيرة الكثير من المستجدات والأحداث التي من شأنها أن تؤثر على مستوى الإفصاح عن الذات لديه٠

- بعض الدراسات استخدمت مقياس الإفصاح عن الذات من إعداد الباحث نفسه مثل دراسة كل من دراسة إليوبي (٢٠١٢) للطلبة السعوديين، دراسة عثمان (٢٠١٣)، بينما دراسة علي (٢٠١٦) استخدمت مقياس جاسم ١٩٩٤، ودراسة أبو نمر (٢٠١١) استخدمت مقياس الصبحين ٢٠٠١،

أما بالنسبة لمقياس أنماط التعلق فقد استخدمت دراسة أبو نمر (٢٠١١) مقياس أنماط التعلق الذي طوره أبو غزال (٢٠٠٩) للراشدين ، ودراسة ميكولينسير وناكسون (Mikulincer, Mario & Nachshon , Orna, 1991) استخدمت مقياس Hazan & Shaver, 1987

وقد استفادت الباحثة من جميع هذه الدراسات في تحديد المفاهيم وتحديد الأبعاد الفرعية التي تندرج تحت كلا المتغيرين الرئيسيين مما ساعد الباحثة على تحديد ابعاد المقاييس وكذلك في صياغة بعض العبارات للمقياسين التي رأت الباحثة مناسبتها ٠

- أشارت نتائج بعض الدراسات إلي وجود ارتباط موجب بين نمط التعلق الآمن والإفصاح عن الذات منها دراسة ميكولينسير وناكسون Mikulincer, Mario & Nachshon , Orna, 1991) ودراسة أبو نمر، مني (٢٠١١)

- تناولت بعض الدراسات الإفصاح عن الذات وعلاقته ببعض المتغيرات الأخرى مثل النوع (ذكور – إناث) مثل دراسة كل من أبو نمر (٢٠١١) ، إليوبي (٢٠١٢)، عثمان (٢٠١٣)، المهداوي، والطائي (٢٠١٥) ،النملة (٢٠١٦)، علي (٢٠١٦) ، وكانت النتائج لصالح الإناث ، كما أشارت دراسة المهداوي، والطائي (٢٠١٥) ودراسة علي (٢٠١٦)، منصور (٢٠١٧) إلى عدم وجود فروق في الإفصاح عن الذات يعزي للتخصص، ولكن عند تفاعل النوع والتخصص كان هناك فروق لصالح الطالبات من التخصص الأدبي مثل دراسة المهداوي، والطائي (٢٠١٥)، ومن ثم قامت الباحثة بدراسة علاقة الإفصاح عن الذات بهذه المتغيرات الديموجرافية (النوع و التخصص) والتفاعل بينهما

- كما تبين وجود علاقة بين الإفصاح عن الذات و ثقافة المجتمع أو العينة حيث توصل أدلر وروسنفيلد وبروكتور (Adler, Rosendflid & Proctor,2004) أن الأمريكان يفصحون عن ذواتهم أكثر من أي ثقافة أخري، أما الألمان فيميلون للإفصاح عن ذواتهم بشكل أقل، وأن إليابانيون يفصحون عن ذواتهم بشكل ضعيف، وكذلك توصلت إليوبي، عزيزة (٢٠١٢) الى وجود فروق لصالح الإناث ذوات الوضع الاجتماعي والثقافي العالي ، ومن ثم قامت الباحثة بدراسة علاقة الإفصاح عن الذات بهذه المتغيرات الديموجرافية (النوع و المنطقة السكنية كمؤشر على اختلاف الثقافة الفرعية) والتفاعل بينهما٠

- كما استفادت الباحثة من عرض الإطار النظري والدراسات السابقة في صياغة موضوع الدراسة، ووضع التساؤلات، وبناء مقياسين أحدهما لقياس الإفصاح عن الذات، والآخر لقياس أنماط التعلق ليتناسب مع عينة الدراسة الحالية وتحديد طريقة سحب العينة ، وكذلك صياغة فروض الدراسة٠

فروض الدراسة:

١- توجد علاقة دالة إحصائياً بين الإفصاح عن الذات بأبعاده وأنماط التعلق لدي طلبة المرحلة الثانوية.

٢- توجد فروق دالة إحصائياً في متوسط درجات الإفصاح عن الذات تعزى للتخصص لدي طلبة المرحلة الثانوية .

٣- توجد فروق دالة إحصائياً في متوسط درجات الإفصاح عن الذات تعزي إلي كل من النوع والسكن والتفاعل بينهما لدي طلبة المرحلة الثانوية.

٤- يمكن التنبؤ بالإفصاح عن الذات وأبعاده من أنماط التعلق لدي طلبة المرحلة الثانوية.

منهجية الدراسة واجراءاتها:

منهج الدراسة : تعتمد الدراسة الحالية على المنهج الوصفي بشقيه الارتباطي والمقارن، للتعرف على العلاقة بين الإفصاح عن الذات بأبعاده وأنماط التعلق، ودراسة الفروق في الإفصاح عن الذات وفقاً للنوع، التخصص الدراسي، والمنطقة السكنية.

عينة الدراسة: أجريت الدراسة على عينة قوامها (٤٨٤) تم اختيارهم بطريقة عشوائية بسيطة من طلبة المرحلة الثانوية المنتظمين بالدراسة بمحافظتي القاهرة والجيزة خلال الفصل الثاني من العام الدراسي ٢٠١٨- ٢٠١٩ ، وذلك بعد استبعاد الاستمارات غير المكتملة وفيما يلي وصف لخصائص العينة من حيث النوع والتخصص والمنطقة السكنية:

جدول (١) وصف العينة من حيث النوع والتخصص والمنطقة السكنية (ن = ٤٨٤)

المتغيرات	ذكور				اناث				المجموع
	قرية		مدينة		قرية		مدينة		
	علمي	ادبي	علمي	ادبي	علمي	ادبي	علمي	ادبي	
ن	٢٧	٧	١٢٦	٣٥	٥٤	١٥	١٧٣	٤٧	٤٨٤
٪	٥.٥٨٪	١.٤٥٪	٢٦.٠٣٪	٧.٢٣	١١.١٦٪	٣.١٠٪	٣٥.٧٤٪	٩.٧١٪	١٠٠٪

أدوات الدراسة :

أ- استمارة جمع البيانات الأساسية

ب- مقياس الإفصاح عن الذات. إعداد/ الباحثة

ج- مقياس أنماط التعلق . إعداد/ الباحثة

و فيما يلي وصفا موجزًا لهذه الأدوات :

١- استمارة جمع البيانات الأساسية

تضمنت الاستمارة مجموعة من البنود تتعلق بالبيانات الأساسية (النوع، ، العمر، التخصص الدراسي، المنطقة السكنية)

٢-مقياس الإفصاح عن الذات / إعداد الباحثة

قامت الباحثة بإعداد مقياس لقياس الإفصاح عن الذات لدي المراهقين حيث لم تجد مقياس مناسب لعينة الدراسة، وذلك بعد الاطلاع علي بعض المقاييس والاختبارات العربية والأجنبية مثل مقياس جاسم (١٩٩٤) علي البيئة العراقية ومقياس خوج (٢٠١١) علي البيئة السعودية ومقياس (Snell, Miller, & Belk, 2013) هذا في حدود إطلاع الباحثة، ولم تستخدم الباحثة أحد هذه المقاييس نظرا لأنها مقاييس تم إعدادها في بيئات عربية أو أجنبية تختلف عن المجتمع المصري حيث ان متغير مثل الإفصاح عن الذات يختلف من مجتمع الى آخر بل انه قد يختلف داخل

نفس المجتمع من فترة الى فترة زمنية اخرى ، وقد استفادت الباحثة من هذه المقاييس في الوصول إلي أربعة أبعاد للإفصاح عن الذات، وصياغة العبارات٠

وتكون المقياس في صورته النهائية من (٢٤) عبارة، موزعين على أربعة أبعاد كما يلي:

- **البعد الأول الإفصاح عن الجوانب الشخصية:** يتكون من (٥) عبارات وتعكس الدرجة الإفصاح عن جوانب الشخصية من حيث التعبير عن الكراهية والحب والسعادة والغضب والأشياء التي يجد صعوبة في التحدث عنها أو سهولة التحدث عنها ٠
- **البعد الثاني الإفصاح عن الاتجاهات والآراء:** يتكون من (١٠) عبارات وتعكس الدرجة التعبير عن آراء واهتمامات الفرد في مختلف المجالات السياسية والدينية والاجتماعية٠
- **البعد الثالث الإفصاح عن النواحي الدراسية :** يتكون من (٥) عبارات وتعكس الدرجة التعبير عن مستوي الشخص الأكاديمي والصعوبات الدراسية التي يواجهها في الدراسة والاختبارات وطرق شرح المعلمين٠
- **البعد الرابع الإفصاح عن الأفكار :** يتكون من (٤) عبارات وتعكس الدرجة التعبير عن علاقات الفرد بالآخرين في محيط أسرته ودراسته لشخص آخر يثق فيه٠

وتتطلب الاستجابة علي عبارة المقياس استخدام مقياس رباعي (٤، ٣، ٢، ١) حيث (٤) تمثل بدرجة كبيرة جدًا ، (٣) بدرجة كبيرة، (٢) بدرجة قليلة، و(١) بدرجة قليلة جدًا، وتستخرج من المقياس أربع درجات للإفصاح ودرجة كلية، وقد قامت الباحثة بالتحقق من الكفاءة السيكومترية للمقياس على عينة من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية عددها (١٩٩).

وقد مر إعداد المقياس بالمراحل التالية :

١- تم إعداد الصورة الأولية للمقياس وتكون من ٣٥ عبارة موزعين على خمسة أبعاد٠

٢- تم عرض المقياس على عدد ٦ محكمين وتم الإبقاء على العبارات التي اتفق عليها (٥) محكمين واسفر ذلك عن تقليل عدد العبارات الى(٢٦) عبارة٠

٣- تم إجراء التحليل العاملي للمقياس واسفر ذلك عن استبعاد أحد أبعاد المقياس وتقليل عدد العبارات إلي (٢٤) موزعين على أربعة أبعاد٠

٤- تم حساب الاتساق الداخلي للأبعاد التي نتجت عن التحليل العاملي كمؤشر على صدق البناء الداخلي للمقياس

٥- تم حساب ثبات المقياس للابعاد والعبارات التي نتجت عن صدق البناء الداخلي

وفيما يلي وصف للاجراءات التي اتخذتها الباحثة للتحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس

الخصائص السيكومترية للمقياس

أولاً: صدق المقياس:

أ-صدق المحكمين: قامت الباحثة بعرض المقياس في صورته الأولية الذي كان يتكون من (٣٥) عبارة علي عدد (٦) من المحكمين في مجال التربية وعلم النفس، حيث تم تقديم المعلومات اللازمة للتحكيم و طلب منهم قراءة المفردات التي تضمنها المقياس، وقد قامت الباحثة بإجراء التعديلات التي تتفق ووجهات نظر المحكمين بالحذف والإضافة وإعادة الصياغة، وكانت نسبة اتفاق المحكمين (٠٨٣.٣٪) فأكثر، وأستقر المقياس في صورته بعد التحكيم علي (٢٦) عبارة، ومن العبارات التي تم حذفها علي سبيل المثال عبارة (١، ٢، ٧ ، ٨ ،١١ ، ٣١، ٣٢ ،٣٤، ٣٥) وبعض العبارات تم تعديلها مثل عبارة (أخفي مشاعري الحقيقية عن الآخرين) وضع عبارة (أخفي مشاعري الحقيقية تجاه من حولي)، وعبارة (أعبر عن غيرتي من المتفوقين في الفصل) (أتحدث عن تأخري في مادة دراسية ما) .

أ- الصدق العاملي

قامت الباحثة بالتحقق من صدق المقياس عن طريق الصدق العاملي حيث تم التحليل العاملي لعبارات المقياس (٢٦) عبارة حيث طبقت علي عينة استطلاعية قوامها (١٩٩) طالب وطالبة في المرحلة الثانوية باستخدام طريقة المكونات الأساسية مع تدوير المحاور تدويرًا متعامدًا بطريقة فاريمكس ويوضح الجدول التالي نتائج الصدق العاملي:

جدول (٢) يوضح الصدق العاملي لمقياس الإفصاح عن الذات بطريقة المكونات الاساسية بعد التدوير

	العوامل				
العبارة	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	العامل الرابع	العامل الخامس
١					٠.٨٠٢

٢			٠.٦٠٦		
٣					٠.٧٥٨
٤			٠.٣٠٣	٠.٤٠٣	-٠.٤٩٨
٥			٠.٧٢٣		
٦		٠.٤٤٤	٠.٣٨٧	٠.٣٠٩	
٧		٠.٣٤٦		٠.٥٢	
٨		٠.٥٧٢		٠.٤٧٤	
٩		٠.٥١٣			
١٠	٠.٣٦٥	٠.٦١٦			
١١		٠.٥٤		٠.٤١١	
١٢		٠.٤٩٣	٠.٣٠٦		
١٣	٠.٤٢١	٠.٤٨٢	٠.٣٤٨		
١٤		٠.٥٩٦			
١٥		٠.٦٩١			
١٦	٠.٦١٦	٠.٤٣٦			
١٧	٠.٨٢٧				
١٨	٠.٨١				
١٩		٠.٥٦٨			
٢٠	٠.٨٣٥			٠.٣٠٦	
٢١	٠.٦٧٦			٠.٤١٧	
٢٢			٠.٦٨٥		
٢٣		٠.٣٠٦	٠.٧٥٨		
٢٤	٠.٣٤١		٠.٥٤٩		
٢٥				٠.٦٠١	
٢٦	٠.٤٣٤			٠.٤٣٥	
الجذر الكامن	٣.٩٨١	٣.٩٢٢	٣.١٩٢	٢.٢٢٨	١.٦٥٦
نسبة التباين	١٠.٣١٢	١٥.٠٨٦	١٢.٢٧٧	٨.٥٦٨	٦.٣٧

يتضح من الجدول (٢) أن عبارات المقياس قد توزعت في خمس عوامل رئيسية استوعبوا (٥٢.٦١٣) من التباين الكلي ولقد اعتمدت الباحثة في توزيع العبارات علي العوامل التي ظهر لها تشبع علي أكثر من عامل علي محكين، المحك الأول هو توزيع العبارة علي العامل الذي يمثل أكبر تشبع، والمحك الثاني هو منطق العبارة ومناسبتها للعامل بعد العرض على السادة المحكمين، وبالتإلي توزعت العبارات كما يلي: **العامل الأول :** تشبع عليه (٥) عبارة هي (١٦، ١٧، ١٨ ، ٢٠، ٢١) والجذر الكامن ٣.٩٨١ ونسبة تباين ١٠.٣١٢ وتدور حول الإفصاح عن الدراسة وسهولة وصعوبة المادة ولذلك أطلقت عليه الباحثة الإفصاح عن النواحي الدراسية٠

العامل الثاني : تشبع عليه (١٠) عبارة هي (٦، ٨، ٩، ١٠، ١١، ١٢، ١٣، ١٤، ١٥، ١٩) والجذر الكامن ٣.٩٢٢ ،ونسبة تباين ١٥.٠٨٦ وتدور حول الإفصاح عن آراء واتجاهات الفرد، واطلقت عليه الباحثة الإفصاح عن الآراء والاتجاهات٠

العامل الثالث : تشبع عليه (٥) عبارة هي (٢، ٥، ٢٢، ٢٣، ٢٤) والجذر الكامن ٣.١٩٢ ، ونسبة التباين ١٢.٢٧٧ وتدور حول الإفصاح عن النواحي الشخصية الخاصة بالفرد، أطلقت عليه الباحثة الإفصاح عن الشخصية٠

العامل الرابع : تشبع عليه (٤) عبارة هي (٤، ٧، ٢٥، ٢٦) وجذر كامن ٢.٢٢٨ ونسبة التباين ٨.٨٦٨ وتدور حول إفصاح الفرد عما يدور في ذهنه من أفكار الفرد وأطلقت عليه الباحثة الإفصاح عن الأفكار٠

العامل الخامس : تشبع عليه (٣) عبارة هي (١، ٣، ٤) والجذر الكامن ١.٦٥٦ ونسبة تباين ٦.٣٧٠ والعبارة (٤) تشبعت علي عاملين هما العاملين الرابع والخامس وقد وزعتها الباحثة علي العامل الرابع نظرا لمنطقية العبارة مع هذا العامل وذلك بعد أخذ رأي السادة المحكمين للمقياس، وبالتإلي تشبعت علي العامل الخامس عبارتين فقط (١، ٣) ولذلك تم الغاء هذا العامل٠

وبذلك أصبح عدد العبارات للمقياس بعد الصدق العاملي (٢٤) عبارة موزعين علي أربعة أبعاد رئيسية٠

ج- صدق البناء الداخلي:

قامت الباحثة بالتحقق من صدق البناء الداخلي للمقياس وذلك بحساب الاتساق الداخلي للمفردات الذي نتج عن التحليل العاملي للعبارات من خلال حساب معامل

الارتباط بين المفردة والدرجة الكلية للبعد المتضمن للمفردة بعد حذف المفردة ، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (٣) الاتساق الداخلي لعبارات مقياس الإفصاح عن الذات (ن = ١٩٩)

البعد الأول		البعد الثاني		البعد الثالث		البعد الرابع	
رقم المفردة	الارتباط بالمجموع المصحح	رقم المفردة	الارتباط بالمجموع المصحح	رقم المفردة	الارتباط بالمجموع المصحح	رقم المفردة	الارتباط بالمجموع المصحح
١٦	٠.٥٦٠	٦	٠.٥٨٧	٢	٠.٤٦٠	٤	٠.٣٠٦
١٧	٠.٧٣٨	٨	٠.٦٤٤	٥	٠.٦٣٣	٧	٠.٣٩٢
١٨	٠.٧٤٧	٩	٠.٥٤٤	٢٢	٠.٥٩٠	٢٥	٠.٣١٣
٢٠	٠.٧٦٥	١٠	٠.٥٧٠	٢٣	٠.٦٩٣	٦	٠.٤١٠
٢١	٠.٦٣٠	١١	٠.٥٨٨	٢٤	٠.٥٤٧		
		١٢	٠.٥٤٥				
		١٣	٠.٥٢٥				
		١٤	.٥٧٨٠				
		١٥	٠.٦٠٤				
		١٩	٠.٥٦٧				

بالنظر إلى الجدول (٣) يتضح صلاحية جميع العبارات، حيث تجاوزت قيمة معامل الارتباط ٠.٢٠ وهي القيمة المقبولة ، وبذلك أصبح عدد العبارات للمقياس (٢٤) عبارة.

ثانياً: ثبات المقياس

تم حساب الثبات للمقياس عن طريق حساب معامل ألفا كرونباخ كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول (٤) حساب الثبات لأبعاد الإفصاح عن الذات (ن = ١٩٩)

البعد	عدد العبارات	معامل الفا
نواحي دراسية	٥	٠.٨٦
أراء واتجاهات	١٠	٠.٨٦
الشخصية	٥	٠.٨٠
افكار	٤	٠.٥٧
الدرجة الكلية	٢٤	٠.٩٢

يتضح من الجدول (٤) أن معامل ثبات ألفا كرونباخ لكل بعد وللمقياس ككل مرتفعة؛ حيث بلغت قيمة معامل ألفا على جميع أبعاد المقياس مابين (٠.٥٧ ، ٠.٩٢) وهي معاملات مرتفعة ومرضية، مما يدل على ثبات المقياس.

٣-مقياس أنماط التعلق / إعداد الباحثة

قامت الباحثة بإعداد مقياس لأنماط التعلق لدي المراهقين ، وذلك بعد الاطلاع علي بعض المقاييس والإختبارات العربية والأجنبية منها مقياس (Hazan & Shaver, 1987) ومقياس (Huntsinger &Luecken,2004) ومقياس إليرموك لأنماط تعلق الراشدين إعداد معاوية أبو غزال وعبد الكريم جرادات (٢٠٠٩) ، ومقياس أنماط التعلق تعريب عبد الغني (٢٠٠٩) علي البيئة السعودية، ولم تستخدم الباحثة احد هذه المقاييس نظراً لأنها مقاييس تم إعدادها في بيئات عربية أو أجنبية تختلف عن المجتمع المصري حيث أن متغير مثل أنماط التعلق يختلف من مجتمع إلى آخر بل أنه قد يختلف داخل نفس المجتمع من فترة إلى فترة زمنية أخرى ، وقد استفادت الباحثة من هذه المقاييس في الوصول إلي ثلاثة أنماط للتعلق وصياغة العبارات

وتكون المقياس في صورته النهائية من (٢٧) عبارة، موزعين على ثلاثة أنماط كما يلي:

- **نمط التعلق الآمن:** يتكون من (١٠) عبارة وتعكس الدرجة نظرة الفرد بصورة إيجابية إلي نفسه وإلي الأخرين.
- **نمط التعلق القلق:** يتكون من (١٠) عبارة وتعكس الدرجة نظرة الفرد بصورة سلبية إلي نفسه وبشكل إيجابي للأخرين.
- **نمط التعلق التجنبي:** يتكون من (٧) عبارة وتعكس الدرجة نظرة الفرد إلي نفسه بشكل إيجابي وإلي الآخرين بشكل سلبي٠

وتتطلب الاستجابة علي عبارة المقياس استخدام مقياس رباعي (٤، ٣، ٢، ١) حيث (٤) تمثل بدرجة كبيرة جدًا، (٣) بدرجة كبيرة، (٢) بدرجة قليلة، و(١) بدرجة قليلة جدًا. وتستخرج من المقياس أربع درجات للأنماط الثلاثة، وقد قامت الباحثة بالتحقق من الكفاءة السيكومترية للمقياس على عينة من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية عددها (١٩٩).

وقد مر إعداد المقياس بالمراحل التالية :

١- تم إعداد الصورة الأولية للمقياس وتكون من ٣٠ عبارة موزعين على ثلاثة أنماط٠

٢- تم عرض المقياس على عدد ٦ محكمين وتم الإبقاء على العبارات التي أتفق عليها (٥) محكمين وأسفر ذلك عن تقليل عدد العبارات إلى(٢٨) عبارة٠

٣- تم إجراء التحليل العاملي للمقياس وأسفر عدد العبارات إلي (٢٨) موزعين على ثلاثة أبعاد٠

٤- تم حساب صدق البناء الداخلي للأبعاد التي نتجت عن التحليل العاملي وقد حذفت عبارة رقم (١٢) وبذلك أصبح العدد النهائي للمقياس (٢٧) عبارة٠

٥- تم حساب ثبات المقياس لأبعاد العبارات التي نتجت عن صدق البناء الداخلي٠

وفيما يلي وصف للإجراءات التي اتخذتها الباحثة للتحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس

الخصائص السيكومترية للمقياس

أولاً: صدق المقياس:

أ-صدق المحكمين: قامت الباحثة بعرض المقياس في صورته الأولية الذي كان يتكون من (٣٠) عبارة علي عدد (٦) من المحكمين في مجال التربية وعلم النفس، حيث تم تقديم المعلومات اللازمة للتحكيم و طلب منهم قراءة المفردات التي تضمنها المقياس، وقد قامت الباحثة بإجراء التعديلات التي تتفق ووجهات نظر المحكمين بالحذف والإضافة وإعادة الصياغة، وكانت نسبة اتفاق المحكمين (٠٨٣.٣٪) فأكثر، وأستقر المقياس في صورته النهائية علي (٢٨) عبارة، ومن العبارات التي تم حذفها علي سبيل المثال (علاقتي قوية بالآخرين) من البعد الأول ووضع عبارة (أثق أنني سأجد من يساعدني عندما احتاج إلي المساعدة)، وعبارة (أستطيع أن أكون علاقات مع الآخرين) (أستطيع أن أكون علاقات حميمة مع الآخرين) وتغير العبارة (اجد نفسي أبتعد عن الآخرين) إلي (أفضل الابتعاد عن الآخرين) من البعد الثالث وتم الغاء عبارتين ١٣، ١٦ من بعد نمط التعلق القلق

ب- الصدق العاملي

قامت الباحثة بالتحقق من صدق المقياس عن طريق الصدق العاملي حيث تم التحليل العاملي لعبارات المقياس (٢٨) عبارة علي عينة استطلاعية تكونت من (١٩٩) طالب وطالبة في المرحلة الثانوية باستخدام طريقة المكونات الأساسية، وقد حددت الباحثة ثلاثة عوامل بلغوا (٤٧.٤٥٨) من التباين الكلي ويعد العامل جوهريًا إذا كان جذره

الكامن واحد صحيح فأكثر، وأجري التدوير باستخدام طريقة التدوير المتعامد لفاريمكس ويوضح الجدول التإلي نتائج الصدق العاملي:

جدول (٥) يوضح الصدق العاملي لمقياس أنماط التعلق بطريقة المكونات الاساسية بعد التدوير

العبارات بعد التحكيم	العوامل		
	١	٢	٣
١		٠.٦٧٦	
٢	-٠.٣٣١	٠.٥١٢	٠.٥٠٦
٣			٠.٧٠٦
٤		٠.٦٠٥	
٥		٠.٦٧٢	
٦		٠.٦٥٧	
٧		٠.٤٣٧	٠.٤١
٨		٠.٥٥٣	
٩		٠.٥٠٣	٠.٣٧٧
١٠		٠.٦٢١	
١١			٠.٤٥٦
١٢		٠.٣٣٥	
١٣			٠.٥٤٢
١٤	٠.٤٤٣	-٠.٣٦٢	٠.٥٣
١٥	٠.٤٨		
١٦	٠.٤٢٢		٠.٣٢٤
١٧	٠.٦٣٢	-٠.٣٠٢	٠.٣٩٨
١٨	٠.٦٠٤		٠.٤٥٢
١٩	٠.٦٨٧		
٢٠	٠.٧٣٤		
٢١	٠.٥٤		٠.٣٩٤
٢٢	٠.٧٢		
٢٣	٠.٦٨٣		
٢٤	٠.٦٩١		

٢٥	٠.٨٢٥		
٢٦	٠.٧٩٩		
٢٧	٠.٦٨٥		
٢٨	٠.٦١٣		
الجذر الكامن	٦.٧٢٩	٣.٧٥٢	٢,٨٠٨
نسبة التباين	٢٤,٠٣٢	١٣,٣٩٩	١٠,٠٢٧

يتضح من الجدول (٥) أن الصدق العاملي تكون من ثلاثة عوامل رئيسية موزعين عليهم (٢٨) عبارة حيث كان محك التشبع (٠.٣٠) وبذلك أصبح عدد العبارات للمقياس بعد الصدق العاملي (٢٨) عبارة

ولقد اعتمدت الباحثة في توزيع العبارات علي العوامل التي ظهر لها تشبع علي أكثر من عامل علي محكين، المحك الأول هو توزيع العبارة علي العامل الذي يمثل أكبر تشبع، والمحك الثاني هو منطق العبارة ومناسبتها للعامل بعد عرضها على السادة المحكمين ، وبالتإلي العامل الأول : تشبع عليه (١١) عبارة هي (١٥، ١٩، ٢٠، ٢١، ٢٢، ٢٣، ٢٤، ٢٥، ٢٦، ٢٧، ٢٨٠) وتدور حول نظرة الفرد إلي نفسه بشكل إيجابي وإلي الآخرين بشكل سلبي لذا اطلقت عليه الباحثة (نمط التعلق التجنبي)

العامل الثاني : تشبع عليه (١٠) عبارات هي (١، ٢، ٤، ٥، ٦، ٧، ٨، ٩، ١٠، ١٢) وتدور حول نظرة الفرد إلي نفسه وإلي الآخرين بشكل إيجابي لذا اطلقت عليه الباحثة (نمط التعلق الآمن)

العامل الثالث : تشبع عليه (٧) عبارات هي (٣، ١١، ١٣، ١٤، ١٦، ١٧، ١٨) وتدور حول نظرة الفرد إلي نفسه بشكل سلبي وإلي الآخرين بشكل إيجابي لذا اطلقت عليه الباحثة (نمط التعلق االقلق)

ج-صدق البناء الداخلي :

قامت الباحثة بالتحقق من صدق البناء الداخلي للمقياس وذلك بحساب الاتساق الداخلي للمفردات الذي نتج عن التحليل العاملي للعبارات من خلال حساب معامل الارتباط بين المفردة والدرجة الكلية للبعد المتضمن للمفردة بعد حذف المفردة ، والجدول التإلي يوضح ذلك:

جدول (٦) صدق البناء الداخلي لعبارات مقياس أنماط التعلق (ن = ١٩٩)

النمط الامن		النمط القلق		النمط التجنبي	
رقم المفردة	الارتباط بالمجموع المصحح	رقم المفردة	الارتباط بالمجموع المصحح	رقم المفردة	الارتباط بالمجموع المصحح
١	٠.٤٨٧	٣	٠,٤٣٠	١٥	٠.٤٣٣
٢	٠.٥٥٦	١١	٠.٣٢٦	١٩	٠٦٣٠
٤	٠.٤١٣	١٣	٠.٣٠٨	٢٠	٠.٦٦٢
٥	٠.٥٢١	١٤	٠.٥٦٣	٢١	٠.٥٥٠
٦	٠,٥٤٧	١٦	٠.٤١٢	٢٢	٠.٦٧٦
٧	٠.٤٣٧	١٧	٠٥٨٥	٢٣	٠.٦٣٨
٨	٠.٣٦١	١٨	٠.٥٣٠	٢٤	٠.٦٨٥
٩	٠.٥١٣			٢٥	٠.٧٥٢
١٠	٠.٥١٧			٢٦	٠.٧٢٢
١٢	٠.١٥٥			٢٧	٠.٦٣٢
				٢٨	٠.٥٢٦

بالنظر إلى الجدول (٦) يتضح صلاحية جميع المفرادت، حيث تجاوزت قيمة معامل الارتباط ٠.٢٠ وهي القيمة المقبولة ، فيما عدا العبارة (١٢) في البعد الآمن وقد قامت الباحثة بحذفها وبذلك أصبح عدد العبارات للمقياس (٢٧) عبارة.

ثانياً: ثبات المقياس

تم حساب الثبات للمقياس عن طريق حساب معامل ألفا كرونباخ كما هو موضح في الجدول التإلي:

جدول (٧) حساب الثبات لأبعاد أنماط التعلق (ن = ١٩٩)

البعد	عدد العبارات	معامل الفا
نمط التعلق الأمن	٩	٠.٧٩٣
نمط التعلق القلق	٧	٠.٧٣٦
نمط التعلق التجنبي	١١	٠.٨٩٧

يتضح من الجدول (٧) ارتفاع معامل ثبات ألفا كرونباخ لكل بعد ؛ حيث بلغت قيمة معامل ألفا على جميع أبعاد المقياس مابين (٠.٧٣٦ ، ٠.٨٩٧) وهي معاملات مرتفعة ومرضية، مما يدل على ثبات المقياس.

النتائج ومناقشتها

الفرض الأول: "توجد علاقة دالة إحصائيًا بين الإفصاح عن الذات بأبعاده وأنماط التعلق لدي طلبة المرحلة الثانوية". وللتحقق من هذا الفرض استخدمت الباحثة معامل ارتباط بيرسون والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (٨) قيم معامل الارتباط بين الإفصاح عن الذات بأبعاده وأنماط التعلق لدي طلبة المرحلة الثانوية (ن= ٤٨٤)

أنماط التعلق	الإفصاح عن النواحي الدراسية	الإفصاح عن الآراء والاتجاهات	الإفصاح عن الشخصية	الإفصاح عن الافكار	الدرجة الكلية للإفصاح عن الذات
النمط الامن	-٠.١٨٩**	٠.٣١٤**	٠.١٧٩**	٠.٤٠٠**	٠.٣٤٩**
النمط القلق	-٠.٠٥٥	٠.٠٥٨	٠.٣١٠**	٠.٠٨٩	٠.١٢٢**
النمط التجنبي	-٠.٠٩٧*	-٠.٠١٩	٠.٠٧٦	٠.٠٠١	-٠١٧.-

❖دالة عند مستوي ٠.٠٥ ❖❖ دالة عند مستوي ٠.٠١

يتضح من جدول (٨) أن هناك علاقة طردية ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١) بين نمط التعلق الآمن وجميع أبعاد الإفصاح عن الذات والدرجة الكلية ، توجد علاقة طردية ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١) بين نمط التعلق القلق وبعد الشخصية والدرجة الكلية للإفصاح، بينما لا يوجد علاقة بين نمط القلق والإفصاح عن بعد النواحي الدراسية و بعد الآراء والاتجاهات وبعد الأفكار، بينما العلاقة بين نمط التعلق التجنبي غير دالة مع الإفصاح كدرجة كلية وجميع أبعاده فيما عدا بعد الإفصاح عن النواحي الدراسية وكانت العلاقة عكسية عند مستوي دلالة ٠.٠٥

وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١) بين نمط التعلق الآمن وجميع أبعاد الإفصاح عن الذات والدرجة الكلية إتفقت هذه النتيجة مع دراسة ميكولينسير وناكسون (Mikulincer, & Nachshon, 1991 والتي أشارت إلى أن كل من الأشخاص الآمينين أظهروا إفصاحًا ذاتيًا أكثر من الأشخاص المتجنبين ودراسة أبو نمر (٢٠١١) كشفت عن العلاقة الطردية بين نمط التعلق الآمن وبعد الدراسة في كشف الذات ولم تجد علاقة بين الأنماط الثلاثة (الآمن، القلق، التجنبي) وكشف الذات ككل .

وتفسر الباحثة هذه النتيجة بأن أصحاب التعلق الآمن ينظرون لأنفسهم وإلي الآخرين بشكل إيجابي حيث يحبون الإقتراب من الآخرين والثقة بهم ويشعرون بالأمان في المواقف الاجتماعية والقدرة علي تحمل المسؤولية ويشعرون بالارتياح بالقرب من الآخرين ولذلك يلجؤون إلي الإفصاح عن ذواتهم للآخرين في جميع المجالات وهذا يفسر العلاقة الموجبة بين نمط التعلق الآمن وجميع أبعاد الإفصاح عن الذات.

أما أصحاب نمط التعلق القلق يشعرون أنَّهم لا يستحقون الِحب، لأنَّهم يحملون تصور متدني وسلبي عن ذواتهم، كما أنَّهم يحملون نماذج إيجابية عن الآخرين، لذا هم يسعون للحصول على محبة الآخرين ويشعرون بالضيق عندما لا يُلبي الآخرين حاجتهم للحب وهذا يفسر وجود علاقة موجبة بين هذا النمط وبين الدرجة الكلية للإفصاح وبعد النواحي الشخصية حيث يهدفون إلي كسب ورضا الآخرين والتقرب منهم.

أما بالنسبة لعدم وجود علاقة بين نمط التعلق التجنبي والإفصاح ككل وجميع أبعاده فيما عدا بعد النواحي الدراسية كانت سالبة، وقد يرجع ذلك إلي أن أصحاب هذا النمط يعتمدون على أنفسهم، ويبتعدون عن الاعتماد على الآخرين، فلا يثقون بهم، ويتجنبون التَّعامل معهم ، حماية لأنفسهم من خيبات الأمل ومن الرفض والسخرية من الآخرين، ولذلك يتجنبون الآخرين وهذا يشكل العزلة الاجتماعية مما يؤثر علي إنعدام الإفصاح عن ذواتهم .كما أن نمط التعلق التجنبي يؤدي إلي توتر العلاقة بين الطرفين وتجنب التواصل المباشر مع بعضهما البعض، وقد يصل الأمر بين الإثنين إلى تجاهل وجود الآخر حتى وإن تواجدا في نفس المكان، وكل منهما يؤكد على رفض الطرف الآخر وإنهاء العلاقة التي كانت تجمعهما

الفرض الثاني: " توجد فروق دالة إحصائياً في متوسط درجات الإفصاح عن الذات تعزى للتخصص لدي طلبة المرحلة الثانوية" وللتحقق من هذا الفرض استخدمت الباحثة اختبار (ت) لإيجاد الفروق في الإفصاح عن الذات تعزي إلي التخصص والجدول التإلي يوضح ذلك:

جدول (٩) الفروق في الإفصاح عن الذات وأبعاده تبعاً لمتغير التخصص (ن= ٤٨٤)

المتغيرات	التخصص	ن	م	ع	ت	د.ح	الدلالة
الإفصاح عن النواحي الدراسية	علمي	٣٨٠	١٥.٧٥	٣.٦٦	١.٧٥٣	٤٨٢	٠.٠٨٠
	ادبي	١٠٤	١٥.٠٤	٣.٧٦			
الإفصاح عن الآراء والاتجاهات	علمي	٣٨٠	٢٥.٢٥	٥.٤٩	٠.٧٣٩	٤٨٢	٠.٤٦٠
	ادبي	١٠٤	٢٤.٧٨	٦.٢٩			
الإفصاح عن النواحي الشخصية	علمي	٣٨٠	١١.٢٠	٣.٤٧	-١.٤٣٦	٤٨٢	٠.١٥٢
	ادبي	١٠٤	١١.٧٥	٣.٥٤			
الإفصاح عن الافكار	علمي	٣٨٠	٩.٦٨	٢.٢٩	١.١٣٩	٤٨٢	٠.٢٥٧
	ادبي	١٠٤	٩.٣٥	٢.٧٠			
الدرجة الكلية للإفصاح عن الذات	علمي	٣٨٠	٦١.٨٧	١١.٢٤	٠.٧٤٢	٤٨٢	٠.٤٥٨
	ادبي	١٠٤	٦٠.٩٢	١٢.٩٣			

يتضح من خلال جدول (٩) لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التخصصين العلمي والأدبي في متوسط درجات أبعاد الإفصاح عن الذات، والدرجة الكلية، إتفقت هذه النتيجة مع دراسة كل من عثمان، (٢٠١٣)، والمهداوي، والطائي (٢٠١٥)، وعلي (٢٠١٦) حيث أشارت إلى عدم وجود فروق دالة في الإفصاح عن الذات يعزي للتخصص (العلمي/الأدبي)، بينما اختلفت مع نتيجة دراسة سليمان (٢٠٠٦) التي وجدت فروق في الإفصاح عن الذات لصالح التخصصات الأدبية.

وتفسر الباحثة هذه النتيجة أن سمة الإفصاح عن الذات ترتبط بالجوانب الشخصية للفرد وليس بالتخصص، وأن معظم المدارس الحكومية تتشابه في الأساليب التربوية والتعليمية التي تدرس للطلبة من ذوي التخصص العلمي والأدبي ،إلي جانب أن الطلبة في المرحلة الثانوية لايذهبون إلي المدرسة إلا أيام قليلة في السنة وينكبوا علي الدروس الخصوصية أو المجموعات الدراسية مما يفقد تأثير نوع الدراسة علي شخصيتهم.

الفرض الثالث: "توجد فروق دالة إحصائياً في متوسط درجات الإفصاح عن الذات تعزي إلي كل من النوع والسكن والتفاعل بينهما لدي طلبة المرحلة الثانوية". وللتحقق من هذا الفرض استخدمت الباحثة تحليل التباين الثنائي ذي التصميم العاملي ٢× ٢ لإيجاد الفروق في الإفصاح عن الذات تعزي إلي كل من النوع والسكن والتفاعل بينهما والجدول التالي يوضح الوصف الإحصائي لأبعاد الإفصاح عن الذات والدرجة الكلية لدى كل مجموعة

جدول (١٠) الوصف الإحصائي لمتغير الإفصاح عن الذات وأبعاده وفقاً للنوع (ذكر / أنثي) والسكن (مدينة/ قرية)

النوع	السكن	ن	الإفصاح عن النواحي الدراسية		الآراء والاتجاهات		النواحي الشخصية		الافكار		الدرجة الكلية للإفصاح	
			م	ع	م	ع	م	ع	م	ع	م	ع
ذكر	مدينة	١٦١	١٥.٦٩	٣.٦٠	٢٤.٩٦	٥.٤٢	١٠.٨٩	٣.٣٨	١٠.٠٧	٢.٣٠	٦١.٦١	١١.٠٢
	قرية	٣٤	١٢.٥٧	٢.٩٠	٢٣.٠٩	٣.٧٥	٩.٩٩	٣.٥٦	٩.٠٣	٢.٤٦	٥٤.٦٨	١٠.٣٨
	المجموع	١٩٥	١٥.١٤	٣.٦٧	٢٤.٦٣	٥.٢١	١٠.٧٤	٣.٤٢	٩.٨٩	٢.٣٦	٦٠.٤٠	١١.٢٠
أنثي	مدينة	٢٢٠	١٥.٩١	٣.٦٨	٢٥.٧٠	٥.٩٦	١١.٨٥	٣.٤٨	٩.٥٠	٢.٣٢	٦٢.٩٦	١١.٩١
	قرية	٦٩	١٥.٨٨	٣.٧١	٢٤.٨٤	٥.٨٩	١١.٢٤	٣.٤٧	٩.١٥	٢.٦٠	٦١.١٢	١١.٥٢
	المجموع	٢٨٩	١٥.٩١	٣.٦٨	٢٥.٤٩	٥.٩٤	١١.٧١	٣.٤٨	٩.٤٢	٢.٣٩	٦٢.٥٢	١١.٨٣
العينة ككل	مدينة	٣٨١	١٥.٨٢	٣.٦٤	٢٥.٣٩	٥.٧٤	١١.٤٥	٣.٤٧	٩.٧٤	٢.٣٣	٦٢.٣٩	١١.٥٥
	قرية	١٠٣	١٤.٧٩	٣.٧٨	٢٤.٢٦	٥.٣٣	١٠.٨٣	٣.٥٣	٩.١١	٢.٥٤	٥٨.٩٩	١١.٦١
	المجموع	٤٨٤	١٥.٦٠	٣.٦٩	٢٥.١٥	٥.٦٧	١١.٣٢	٣.٤٩	٩.٦١	٢.٣٩	٦١.٦٧	١١.٦١

ثم قامت الباحثة بحساب تحليل التباين الثنائي٢× ٢ والجدول التالي يوضح الاختلافات في الأبعاد الرئيسية للإفصاح عن الذات والدرجة الكلية تبعا لاختلاف كل النوع والسكن والتفاعل بينهما

جدول (١١) نتائج تحليل التباين للدرجات الأفراد على الإفصاح عن الذات وأبعاده وفقاً للنوع والسكن والتفاعل بينهم (ن٤٨٤)

الإفصاح عن الذات	المتغيرات المستقلة	مجموع المربعات	د. ح	متوسط المربعات	ف	مستوي الدلالة
الإفصاح عن النواحي الدراسية	النوع	٢٢٨.٩٧٩	١	٢٢٨.٩٧٩	١٧.٦٢٤	٠.٠٠٠
	السكن	١٨٠.٦٥١	١	١٨٠.٦٥١	١٣.٩٠٤	٠.٠٠٠
	السكن × النوع	٩٤٩٥.٥٢	١	٤٧٤٧.٧٦	١٣.٣٨٦	٠.٠٠٠
الإفصاح عن الآراء والاتجاهات	النوع	١١٣.٦٧٦	١	١١٣.٦٧٦	٣.٥٦٥	غير دالة
	السكن	١٣٦.٤٢٨	١	١٣٦.٤٢٨	٤.٢٧٩	٠.٠٣٩
	السكن × النوع	١٨.٧٣٥	١	١٨.٧٣٥	٠.٥٨٨	غير دالة
الإفصاح عن الشخصية	النوع	٨٩.٤٩٠	١	٨٩.٤٩٠	٧.٤٩٩	٠.٠٠٦
	السكن	٤٢.٣٩٣	١	٤٢.٣٩٣	٣.٥٥٢	غير دالة
	السكن × النوع	١.٦٠٣	١	١.٦٠٣	٠.١٣٤	غير دالة
الإفصاح عن الأفكار	النوع	٣.٦٦٩	١	٣.٦٦٩	٠.٦٥٥	غير دالة
	السكن	٣٥.٠٦٦	١	٣٥.٠٦٦	٦.٢٥٧	٠.٠١٣
	السكن × النوع	٨.٧٩٥	١	٨.٧٩٥	١.٥٦٩	غير دالة
الدرجة الكلية للإفصاح عن الذات	النوع	١١١١.٤٤٥	١	١١١١.٤٤٥	٨.٤٥٥	٠.٠٠٤
	السكن	١٤١٠.٢٧٠	١	١٤١٠.٢٧٠	١٠.٧٢٨	٠.٠٠١
	السكن × النوع	٤٧٢.٩٥٨	١	٤٧٢.٩٥٨	٣.٥٩٨	غير دالة

- وجود فروق دالة إحصائيًا في متوسط درجات بعد الإفصاح عن النواحي الدراسية تعزي إلي النوع والسكن والتفاعل بينهما حيث قيم (ف) ١٧.٦٢٤ ، ١٣.٩٠٤ ، ١٣.٣٨٦ على الترتيب وهي جميعها قيم دالة عند مستوي ٠.٠٠١، وكانت الفروق بين الذكور والإناث لصالح

الإناث، والفروق بين المدينة والقرية لصالح المدينة، بينما التفاعل بين النوع والسكن فكان لصالح الإناث سكان المدينة يليها الإناث سكان القرية، ثم الذكور من سكان المدينة يليها الذكور من سكان القرية٠

- وجود فروق في متوسط درجات بعد الإفصاح عن الآراء والاتجاهات تعزي إلي السكن حيث كانت قيمة (ف) ١٣.٣٨٦ وهي دالة عند مستوي دلالة ٠.٠٥ وكانت الفروق لصالح سكان المدينة، بينما لا يوجد فروق دالة إحصائياً يعزي إلي النوع والتفاعل بين النوع والسكن حيث كانت قيم (ف) ٣.٦٥٣ ، ٠,٥٨٨ علي التوالي وجميعها غير دالة٠
- وجود فروق في متوسط درجات بعد الإفصاح عن الشخصية تعزي إلي النوع حيث كانت قيمة (ف) ٧.٤٩٩ وهي دالة عند مستوي دلالة ٠.٠١ وكانت الفروق لصالح الإناث ، بينما لا يوجد فروق دالة إحصائيًا يعزي إلي السكن والتفاعل بين النوع والسكن حيث كانت قيم (ف) ٣.٥٥٢ ، ٠.١٣٤ علي التوالي وجميعها غير دالة٠
- وجود فروق في متوسط درجات بعد الإفصاح عن الأفكار تعزي إلي السكن حيث كانت قيمة (ف) ٦.٢٥٧ وهي دالة عند مستوي دلالة ٠.٠٥ وكانت الفروق لصالح سكان المدينة ، بينما لا يوجد فروق دالة إحصائيًا يعزي إلي النوع والتفاعل بين النوع والسكن حيث كانت قيم (ف) ٠.٦٥٥ ، ١.٥٦٩ علي التوالي وجميعها غير دالة
- وجود فروق في متوسط درجات الإفصاح عن الذات ككل تعزي إلي النوع و السكن حيث كانت قيمة (ف) ٨.٤٥٥ ، ١٠.٧٢٨ وهي دالة عند مستوي دلالة ٠.٠٥، و٠.٠١ علي التوالي وكانت الفروق لصالح الإناث، وبالنسبة للسكن الفروق لصالح سكان المدينة، بينما لا توجد فروق دالة إحصائيًا يعزي إلي التفاعل بين النوع والسكن حيث كانت قيم (ف) ٠.٥٨ وهي غير دالة٠

بالنسبة للفروق في النوع: تتفق نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة كل من أبو نمر (٢٠١١)، محمد (٢٠١٢)، إليوبي (٢٠١٢)، عثمان (٢٠١٣)، المهداوي، والطائي (٢٠١٥)، النملة (٢٠١٦)، علي (٢٠١٦) والتي توصلت إلي وجود فروق في الإفصاح عن الذات وفقاً للنوع لصالح الإناث٠

وتفسر الباحثة هذه النتيجة أن الإناث تفصح عن ذاتها للآخرين كنوع من التنفيس الانفعالي حيث تري أن الإفصاح عن الذات سيعود عليها بمكاسب من الآخرين مثل الإقتراب منهم والإستعطاف مع مشاعرها وتقديم المساعدة لها، بينما الذكور يستطيعون التنفيس الانفعالي بالخروج من المنزل مع الأصدقاء والتحرك بسهولة٠

بالنسبة للفروق وفقا للمنطقة السكنية

وجود فروق دالة إحصائيًا في متوسط درجات بعد الإفصاح عن النواحي الدراسية وبعد الإفصاح عن الآراء والاتجاهات والدرجة الكلية للإفصاح حيث قيم (ف) ١٣.٩٠٤، ٤.٢٧٩، ١٠.٧٢٨ على الترتيب وهي جميعها قيم دالة لصالح سكان المدينة٠

في حدود علم الباحثة لم تجد دراسات تناولت نوع السكن (مدينة/ قرية) وأثره علي الإفصاح عن الذات في البيئة العربية، ولكن اعتبرته الباحثة ثقافة فرعية، أما أثر الثقافة بصفة عامة علي الإفصاح عن الذات يشير القرشي (٢٠١٥) أن الإفصاح عن الذات تحدده الثقافة التي ينتمي إليها الفرد، فنجد الفرد في الثقافة الشرقية انتقائي وأكثر تحفظًا من الفرد الغربي الذي يتحدث عن كل شيء دون انتقاء حيث الثقافة الغربية تقدر الحديث عن الذات وتعتبره وسيلة جيدة للقبول وبناء الألفة والود بينما الثقافة الشرقية تقدر الصمت أكثر من الكلام وتحث علي الكتمان والتحفظ، كما يري أدلر وبروكتور (Adler & Proctor,2004) أن الأمريكان يفصحون عن ذواتهم أكثر من أي ثقافة أخري، أما الألمان يميلون للإفصاح عن ذواتهم بشكل أقل، وأن إليابانيون يفصحون عن ذواتهم بشكل ضعيف، والنتيجة الحالية تتفق جزئيًا مع هذا التفسير حيث يعتبر سكان القرية منغلقين واكثر تحفظاً من سكان المدينة الاكثر تفتحًا وهدفهم بناء علاقات جديدة ومتعددة ولذلك يلجؤون للإفصاح عن الذات٠

بالنسبة للتفاعل بين النوع والمنطقة السكنية يوجد فروق في الإفصاح عن النواحي الدراسية للتفاعل بين النوع والسكن لصالح الإناث ذوات سكان المدينة، وهذا يتفق مع دراسة اليوبي (٢٠١٢) وجدت فروق لصالح الإناث ذوات الوضع الاجتماعي والثقافي العالي٠

الفرض الرابع:" يمكن التنبؤ بالإفصاح عن الذات وأبعاده من أنماط التعلق كمتغيرات مستقلة لدى طلبة المرحلة الثانوية" للتحقق من صحة الفرض المتعلق

بامكانية التنبؤ بالإفصاح عن الذات وأبعاده كمتغيرات تابعة من أنماط التعلق الثلاث كمتغيرات مستقلة لدى طلبة المرحلة الثانوية ، تم حساب تحليل الانحدار الخطي، ويوضح الجدول التإلي نتائج هذا الإجراء.

جدول (١٢) تحليل الإنحدار لدرجات لأنماط التعلق كمنبئات بالإفصاح عن الذات وأبعاده لدى طلبة المرحلة الثانوية

أنماط التعلق	الإفصاح عن النواحي الدراسية		الإفصاح عن الآراء والاتجاهات		الإفصاح عن الشخصية		الإفصاح عن الأفكار		الإفصاح عن الذات ككل	
	B	t	B	T	B	t	B	t	B	t
الثابت	١٢.٣٢٤		١٠.٢٨٩		١.٨٥٦		١.٢١٥		٢٥.٦٨٤	
نمط الأمن	٠.١٤٩.	٣.٧٢٤***	٠.٤٤٣	٧.٥١٧***	٠.١٧٧	٤.٩٨٤***	٠.٢٤٣	١٠.٢٣٢***	١.٠١١	٨.٥٨١***
نمط القلق	-٠.٠١٢	-٠.٢٢٩	٠.١٣٠	١.٦٧٤	٠.٣٤٥	٧.٣٧٨** *	٠.٠٧٢	٢.٣٠٨*	٠.٥٣٦	٣.٤٤٦* **
نمط التجنبي	-٠.٠٢٠	-٠.٦٤١	٠.٠٤٢	٠.٨٣٨	-٠.٠١٨	-٠.٦٤٩	٠.٠٣٢	١.٧٨٢	٠.٠٣٧	٠.٤١٥
R	٠.١٩٣		٠.٣٣٣		٠.٣٨٦		٠.٤٣٣		٠.٣٩١	
R2	٠.٠٣٧		٠.١١١		٠.١٤٩		٠.١٨٨		٠.١٥٣	
F	٦.١٩٣***		١٩.٩٧٦***		٢٧.٩٣١***		٣٦.٩٤٢***		٢٨.٨٩٣** *	

❖دالة عند مستوي ٠.٠٥ ❖ ❖ ❖دالة عند مستوي ٠.٠٠١

بالنظر الى الجدول السابق يتضح أن:

بالنسبة لبعد الإفصاح عن النواحي الدراسية بلغت قيمة R التي تشير إلى قوة العلاقة بين المتغيرات (٠.١٩٣) وهي أقل من المتوسط، وقيمة R2 التي تشير إلى نسبة تنبؤ أنماط التعلق بالإفصاح عن النواحي الدراسية (٠.٠٣٧) ، وقيمة ف (٦.١٩٣) وهي دالة عند مستوي (٠.٠٠١) وهذا يشير إلي أن أنماط التعلق بصفة عامة تتنبأ بالإفصاح عن النواحي الدراسية وقد كان النمط الآمن أكثر الأنماط قدرة على التنبؤ حيث بلغت قيمة ت ٣.٧٢٤ وهي قيمة دالة عند مستوى ٠.٠٠١ في حين لم يكن لباقي الأنماط قدرة على التنبؤ ، ومن ثم يمكن الخروج بمعادلة التنبؤ التإلية :

الإفصاح عن النواحي الدراسية = (٠.١٤٩× النمط الآمن) – (٠.٠١٢× النمط القلق) – (٠.٠٢٠× النمط التجنبي) + ١٢.٣٢٤

بالنسبة لبعد الإفصاح عن الآراء والاتجاهات بلغت قيمة R التي تشير إلى قوة العلاقة بين المتغيرات (٠.٣٣٣) وهي متوسطة، وقيمة R2 التي تشير إلى نسبة تنبؤ أنماط التعلق بالإفصاح عن الآراء والاتجاهات (٠.١١١) ، وقيمة ف (١٩.٩٧٦) وهي دالة عند مستوي (٠.٠٠١) وأن النمط الآمن أكثر الأنماط قدرة على التنبؤ حيث بلغت قيمة ت ٧.٥١٧ وهي قيمة دالة عند مستوى ٠.٠٠١ في حين لم يكن لباقي الأنماط قدرة على التنبؤ ، ومن ثم يمكن الخروج بمعادلة التنبؤ التإلية :

الإفصاح عن الآراء والاتجاهات = (٠.٤٤٣× النمط الآمن) – (٠.١٣٠ × النمط القلق) – (٠.٠٤٢× النمط التجنبي) + ١٠.٢٨٩

- بالنسبة لبعد الإفصاح عن الشخصية بلغت قيمة R التي تشير إلى قوة العلاقة بين المتغيرات (٠.٣٨٦) وهي متوسطة، وقيمة R2 التي تشير إلى نسبة تنبؤ أنماط التعلق بالإفصاح عن الشخصية (٠.١٤٩) ، وقيمة ف (٢٧.٩٣١) وهي دالة عند مستوي (٠.٠٠١) وأن النمط الآمن له قدرة على التنبؤ حيث بلغت قيمة ت ٤.٩٨٤ وهي قيمة دالة عند مستوى ٠.٠٠١ وأيضًا النمط القلق له القدرة علي التنبؤ حيث ت (٧.٣٧٨) في حين لم يكن لنمط التجنبي ا قدرة على التنبؤ ، ومن ثم يمكن الخروج بمعادلة التنبؤ التإلية :

الإفصاح عن الشخصية = (٠.١٧٧× النمط الآمن) +(٠.٣٤٥ × النمط القلق) – (٠.٠١٨× النمط التجنبي) + ١.٨٥٦

- بالنسبة لبعد الإفصاح عن الافكار بلغت قيمة R التي تشير إلى قوة العلاقة بين المتغيرات (٠.٤٣٣) وهي متوسطة، وقيمة R2 التي تشير إلى نسبة تنبؤ أنماط التعلق بالإفصاح عن الأفكار (٠.١٨٨) ، وقيمة ف (٣٦.٩٤٢) وهي دالة عند مستوي (٠.٠٠١) وأن النمط الآمن له قدرة على التنبؤ حيث بلغت قيمة ت ١٠.٢٣٢ وهي قيمة دالة عند مستوى ٠.٠٠١ وأيضًا النمط القلق له القدرة علي التنبؤ حيث ت (٢.٣٠٨) دالة عند مستوي (٠.٠٥) في حين لم يكن لنمط التجنبي ا قدرة على التنبؤ ، ومن ثم يمكن الخروج بمعادلة التنبؤ التإلية :

الإفصاح عن الأفكار = (٠.٢٤٣× النمط الآمن) +(٠.٠٧٢ × النمط القلق) +(٠.٠٣٢× النمط التجنبي) + ١.٢١٥

- بالنسبة لبعد الإفصاح عن الذات ككل بلغت قيمة R التي تشير إلى قوة العلاقة بين المتغيرات (٠.٣٩١) وهي متوسطة، وقيمة R2 التي تشير إلى نسبة تنبؤ أنماط التعلق بالإفصاح عن الذات ككل (٠.١٨٨) ، وقيمة ف (٢٨.٨٩٣) وهي دالة عند مستوي (٠.٠٠١) وأن النمط الآمن له قدرة على التنبؤ حيث بلغت قيمة ت ٨.٥٨١ وهي قيمة دالة عند مستوى ٠.٠٠١ وأيضًا النمط القلق له القدرة علي التنبؤ حيث ت (٣.٤٤٦) دالة عند مستوي (٠.٠٠١) في حين لم يكن لنمط التجنبي القدرة على التنبؤ ، ومن ثم يمكن الخروج بمعادلة التنبؤ التإلية :

الإفصاح عن الذات ككل = (١.٠١١× النمط الآمن) +(٠.٥٣٦ × النمط القلق) +(٠.٠٣٧× النمط التجنبي) + ٢٥.٦٨٤

- يتضح من الجدول أن النمط الآمن يتنبأ بجميع أبعاد الإفصاح عن الذات والدرجة الكلية ، و نمط القلق يتنبأ ببعد الإفصاح عن الشخصية وعن الذات ككل، بينما نمط التجنبي لايتنبأ بأي بعد من أبعاد الإفصاح عن الذات أو الدرجة الكلية٠

وهذه النتائج منطقية لأنها تتماشي مع نتائج الفرض الأول حيث وجود علاقة موجبة بين نمط التعلق الآمن وجميع أبعاد الإفصاح والدرجة الكلية، وأيضًا وجود علاقة بين نمط القلق وبعض الأبعاد والدرجة الكلية، بينما لايوجد علاقة بين نمط التعلق التجنبي ومعظم الأبعاد والدرجة الكلية للإفصاح٠

وتري الباحثة أن النمط الآمن يسهم في الإفصاح عن الذات وتوجه الفرد نحو الأخرين والتصرف بشكل مرغوب ويعتبر هذا من مظاهر الصحة النفسية٠

وأكدت هذا دراسة ماريو وأوما Mario, Mikulincer & Oma, Nachshon ,1991 () التي وجدت أن الأشخاص الآمنين والمتناقضين أظهروا المزيد من الإفصاح عن الذات وكشفوا المزيد من المعلومات مقارنة بالأشخاص المتجنبين، كما وجدت دراسة كل من رانج، ويوشن،وجيوي(Rang, Yu-Chen , & Je-Wei, 2015) أن أسلوب التعلق يعتبر عامل رئيسي يؤثر علي سلوك الكشف الذاتي والرغبة في الإفصاح عن الذات.

التوصيات:

- إعداد برامج إرشادية لتدعيم نمط التعلق الآمن لأهميته للإفصاح عن الذات
- تضمين المناهج التعليمية برامج توعوية وتثقيفية لأهمية الإفصاح عن الذات وخاصة لدي طلاب وطالبات القسم العلمي

- تنشيط وسائل الإعلام في جميع الأنحاء السكنية (القري والمدن) لتثقيف طلاب وطالبات المرحلة الثانوية لأهمية الإفصاح عن الذات

بحوث مقترحة

- دراسة تجريبية لفاعلية برنامج إرشادي لتنمية الإفصاح عن الذات لدي طلبة المرحلة الثانوية
- دراسة العلاقة بين الإفصاح عن الذات وبعض المتغيرات الديموجرافية الأخري مثل العمر و المستوى الاقتصادي الاجتماعي والمستوى الثقافي
- دراسة تجريبية لفاعلية برنامج إرشادي لتنمية الوعي بنمط التعلق الآمن لدي المقبلين على الإنجاب

المراجع العربية

- أبو غزال، معاوية، جرادات، عبدالكريم،(٢٠٠٩) أنماط التعلق وعلاقتها بتقدير الذات والشعور بالوحدة ،**المجلة الأردنية في العلوم التربوية** ، المجلد (٥)، عدد (١) ،ص ص ٤٥- ٥٧.
- أبو نمر، مني صالح (٢٠١١). **أنماط التعلق وعلاقتها بكشف الذات لدي الطلبة المراهقين في الجليل الأعلي**، رسالة ماجستير، جامعة إليرموك، أربد، الأردن.
- إليوبي، عزيزة منور (٢٠١٢). **علاقة الإفصاح عن الذات بالشعور بالوحدة النفسية في ضوء متغير المستوى الثقافي و الاجتماعي للأسرة**، رسالة دكتوراه، كلية التربية ، جامعة طيبة
- جاسم، أحمد لطيف (١٩٩٤). **كشف الذات وعلاقته بالكآبة لدى طلبة الجامعة.** رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الآداب، جامعة بغداد.
- الخالدي، أديب محمد (٢٠١٥). علم النفس الإكلينيكي في التدخل العلاجي، ط١، دار المسيرة ، عمان.
- الخفاف، أيمان(٢٠١٣). الذكاء الانفعالي(تعلم كيف تفكر انفعاليا)، ط١، دار المناهج للنشر والتوزيع، الأردن.

- خوج، حنان أحمد (٢٠١١). **الإفصاح عن الذات وعلاقته بالاكتئاب لدى المعاقين جسديا بالمملكة العربية السعودية**، مجلة القراءة والمعرفة ، ع ١١٦، ص ص ١٩٢- ٢٢٠.

- ذياب، صافي عمال صالح (٢٠٠٦). **كشف الذات وعلاقته بالجاذبية الشخصية** ، رسالة ماجستير، كلية الآداب، الجامعة المستنصرية، بغداد.

- السبيعي، منيرة فراج (٢٠١٨). **الأفكار اللاعقلانية وأنماط التعلق كمنبئات بالقيم الأخلاقية لدي طالبات المرحلة الثانوية في الرياض**، رسالة ماجستير، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، الرياض.

- سليمان، سعاد؛ و الدحاحة، باسم (٢٠٠٦ م). "مستوى كشف الذات لدى طلبة جامعة السلطان قابوس في ضوء بعض المتغيرات الديمغرافية، **مجلة العلوم التربوية**، كلية التربية، جامعة قطر،(٩)، ص ص ١٧ – ٤٩ .

- الطراونة، أحمد عبدالله جعفر (٢٠١٧). أنماط التعلق وعلاقتها بالصداقة لدى طلبة جامعة مؤتة، **دراسات العلوم التربوية بالأردن**، المجلد (٤٤)، العدد (٤) ص ص ١٩- ٣٢

- عايدي، أميرة فكرى محمد (٢٠٠٨). **أنماط التعلق وعلاقتها بالاكتئاب النفسي لدى المراهقين (دراسة سيكومترية – كلينيكية)**، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الزقازيق .

- عبد الرحمن، محمد السيد (٢٠١٣). نظريات الشخصية، ط٣، دار الزهراء، الرياض.

- عبد الغني، رباب رشاد حسين (٢٠٠٩). أنماط **التعلق وعلاقتها بالرضا عن الحياة وأساليب التعامل مع الضغوط النفسية لدى عينة في منتصف العمر بمدينتي مكة المكرمة وجدة** ، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة أم القري.

- عبد القادر، آدم أمين (٢٠١٦). مهارات الأتصال النظرية والتطبيق، ط٢، الدمام، مكتبة المتنبي.

- عثمان، إسهام أبو بكر (٢٠١٣) الإفصاح عن الذات كمنبئ بالاغتراب النفسي لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية، **دراسات عربية في التربية وعلم النفس**، المجلد (٤)، العدد (٣٨) ، ص ص ١٦٣- ١٩٤ .

- علي، عامر ناظم صالح (٢٠١٦) الإفصاح عن الذات وعلاقته بمهارات التواصل لدي طلبة جامعة بابل، **مجلة كلية للعلوم الانسانية**، العدد (٢٥)، ص ص ٤٧٤- ٤٩٣.

- العيسوي، عبدالرحمن محمد (٢٠٠٤). **التشخيص النفسي والعقلي**، ط ١ ، موسوعة ميادين علم النفس، المجلد ١١ ،دار الراتب الجامعية، بيروت.
- القرشي، سلطان عيد (٢٠١٥). **كشف الذات في ضور التركيبة الأسرية لدي طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الطائف**، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة أم القري، مكة المكرمة.
- كواسة، عزت (٢٠٠٦). الشعور بالوحدة النفسية لدي عينة من الطالبات السعوديات الجامعيات وعلاقته بالقبول والرفض الوالدي، مجلة التربية، كلية التربية، جامعة الازهر، (٢٩)، ص ص ٢٣٣- ١٨٢.
- لوزاني، فاطمة الزهراء (٢٠١٨).أنماط التعلق المتنبئة بالدافعية الأكاديمية لدي طلبة الجامعة، **المجلة الأردنية في العلوم التربوية**، مجلد (١٤) ، عدد(٤) ، ص ص ٤٢٩- ٤٣٩.
- المالكي، حنان عبد الرحيم (٢٠١٠). أنماط التعلق لدي الراشدين وعلاقتها بفاعلية الذات والمهارات الاجتماعية، **مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس**، المجلد (٣)، العدد (٤)، ص ص ١١١- ١٢٩.
- محمد، درويش محمد (٢٠٠١). إفشاء الذات- دراسة لبعض الشروط الميسرة للعميل في سياق المقابلات البينشخصية، **مجلة علم النفس**، المجلد (١٥)، العدد(٥٧) ص ص ٢٦- ٤٩.
- محمد، رمضان عبد اللطيف (٢٠١٢) الإفصاح عن الذات وعلاقته بالاكتئاب وفاعلية برنامج للتدريب على الإفصاح عن الذات في خفض الاكتئاب لدى الأزواج، **المجلة التربوية**–العدد (٣٢)، ص ص ٣١٩- ٣٥٩.
- مرسي، كمال إبراهيم (٢٠٠٨). **الأسرة والتوافق الأسري**، القاهرة، دار النشر للجامعات.
- منصور، حسناء (٢٠١٧). تأثيرات استخدام مواقع التواصل الاجتماعى على درجة الإفصاح عن الذات لدى الفتاة السعودية وعلاقته برأس المال الاجتماعى، **المجلة المصرية لبحوث الإعلام**،جامعة القاهرة، عدد(٥٨)، ص ص ٢٥٧- ٣١١ .
- المهداوي، عدنان محمود عباس، والطائي، أقبال محمد صيوان (٢٠١٥). كشف الذات لدي طلبة الجامعة، **مجلة الفتح**، العدد (٦٤)، ص ص ١٣٩- ١٦٦.

- النمر، أمال زكريا (٢٠١٦). تقبل الذات وعلاقته بكل من تقبل الآخر وأساليب التعلق لدي طلبة الجامعة، **مجلة العلوم التربوية**، العدد (٢) ، جزء (٢) ص ص ٢- ٥٨.
- النملة ، عبدالرحمن بن سليمان (٢٠١٥). الإفصاح عن الذات، **مجلة فكر**، العدد(١٢) ، ص ٢٨- ٢٩.
- النملة، عبد الرحمن سليمان (٢٠١٦) . الإفصاح عن الذات وعلاقته بكل من المساندة الاجتماعية، ووجهة الضبط لدى طلاب وطالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية ، **مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية** بالرياض، العدد (٤٠)، ص ص ١٣- ٩٠ .
- النيال، مايسة (١٩٩٣). بناء مقياس الوحدة النفسية ومدي انتشارها لدي مجموعات عربية متباينة من أطفال المدارس بدولة قطر، **مجلة علم النفس**، الهيئة المصرية العامة للكتاب ، (٧٥)، ص ص ١٠٢- ١١٧.
- يمينة، مدوري (٢٠١٥). إشكالية التعلق لدي الطفل، **مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية**، جامعة الشهيد حمة لخضر–الوادي، العدد١٣، ص ص ٦٦- ٨٠ .

المراجع الاجنبية

Adler,B., Rosendflid,L. & Proctor,R. (2004). Interplay: The Process of **intrpersonal communicational**. Ninth Edition. Oxford university Press. New York.

Ainsworth ,M,.&Bowlby,J..(1991). An ethological approach to personality development. **Journal of American Psychologist** ,46,333-341

Ainsworth, M, Blehar, M. , Waters, E. , & Wall, S. (1978). **Patterns of attachment: A Psychological study of the strange situation**. Erlbaum, Hillsdale, NJ

Altman, I. &Taylor, D. A.(1973). **Social Penetration: The Development of Interpersonal Relationships**. New York: Halt, Rinehart and Winston, Inc.

Altman, I., & Taylor, D. (1987). Communication in interpersonal relationships: Social Penetration Theory. In M. E. Roloff and G. R. Miller (Eds.), **Interpersonal processes: New directions in communication research**, 257-277. Newbury Park, CA: Sage

Ashmor, R. & Banks, D.(2001)Patterns of self-disclosure among mental health nursing students. **Nurse Education today**, 21(1), 48-57. .

Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. **Journal of Personality and Social Psychology**, 61, 226-244.

Borden, S., Kenneth (2000). **Social psychology**, Lawrence. Erlbaum Associates,355.

Bowlby, J. (1973). **Attachment and Loss. Separation**. London: Hogarth

Bretherton, Inge (1992).The Origins of Attachment Theory: John Bowlby and Mary Ainsworth, **Developmental Psychology**,Vol 28, No. 5,759-775

Bruce D. Perry (2006) . **Bonding and Attachment in Maltreated children**, PHD, Texas University, AAT 509488,154.

Carver, C. S., & Scheier, M. F. (2017). **Perspectives on Personality (8th ed.)**. New York: Pearson Education.

Cassidy, J. (1999). **Handbook of Attachment Theory**, Guilfford, New York, pp 319-335.

Consedine, S, Sabag-Cohen, S & Krivoshekova, Y.S.(2007). Ethnic gender and socioeconomic differences in young adults' self-disclosure: Who discloses what and to whom? **Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychlogy**, 13 (3), 254-263.

Ditommaso, E., Brennen-McNulty, C., Ross, L. & Burgess, M. (2003). Attachment styles, social skills and loneliness in young adults. **Personality and Individual Differences,** *35*, 303-312.

Farber, A,B. (2006). **Self-Disclosure in psychotherapy**. The Guilfor press-New York.

Fransson, Mari, (2014). **Attachment and the Development of Personality and Social Functioning**, Digital Comprehensive Summaries of Uppsala Dissertations from the Faculty of Social Sciences.

Greene, Kathryn, Derlega, Valerian J. & Mathews, Alicia (2006). "Self-Disclosure in Personal Relationships," **in The Cambridge Handbook of Personal Relationships**, eds. Anita L. Vangelisti and Daniel Perlman (Cambridge: Cambridge University Press, 409-428.

Hazan, Cindy & Shaver, Phillip (1987). Romantic Love Conceptualized as an Attachment Process, **Journal of Personality and Social Psychology**, Vol. 52, No. 3, 511-524.

Hetherington, E. M & Parke R. D. (1987). **Child Psychology A Contemporary Viewpoing.** New York: Mc Graw-Hill.

Ignatius, Emmi; Marja Kokkonen (2007). "Factors contributing to verbal self-disclosure". **Nordic Psychology**. 59 (4): 362–391, In Wikipedia.

JiYeon Seol (2016). **Self-Disclosure in American Friendships: Links With Collectivism and Adult Attachment Styles** San Francisco, California.

Lafreniere, P. (2000). **Emotional development**: A biosocial perspective. Belmont, CA: Wadsworth.

Markiewicz,D., Lawfod,H., Doyle,A.,& Haggart ,N(2006).developmental differences in adolescents and young adults use of mothers ,fathers, best friends ,and romantic partners to fulfill attachment needs , **Journal of Youth and Adolescence** ,35(1),121-134.

Mikulincer, Mario & Nachshon, Orna (1991). Attachment Styles and Patterns of Self-Disclosure **Journal of Personality and Social Psychology**, Vol. 61, No. 2.321-331.

Rang-An Shang, Yu-Chen Chen , & Je-Wei Chang(2015). Individual Attachment Style, Self-disclosure, and How People use Social Network, International Conference on **Multidisciplinary Social Networks Research** pp 45-59**.**

Rothrock, Lutgendrof & Kreder(2003). Coping Strategies in Patients with Interstitial Cystitis: Relationships with Quality of Life and Depression, **Journal of Urology** 169 (1), 233-135.

Sadock, B. , & Sadock, V. (2005). **Kaplan & Sadock's Synopsis of Psychiatry**: Behavioral Scieces Clinical Psychiatry, Publisher: Liincott Williams & Wilkins, Hungry Bookworm, Los Angeles, CA, USA

Villanueva, S. Louise (2017). Interpersonal Closeness, Self-Disclosure, And Attachment Styles of University Students in the Philippines **, Journal of Education and Social Sciences**, Vol. 6, Issue 2, (February) ISSN 1552-2289.

Santrok J.W .(2005):Educational Psychology, 7th ed New York Mc Grawhill Companies

Schoeten, A. (2007). **Adolescents online self-discclosure and self-presentation**.

Unpublished Ph.D. Dissertation, The Amsterdam School of Communications
research, Amsterdam.

Snell, W., Miller, R., & Belk, S. (2013). The Emotional Self- Disclosure Scale (ESDS), **Measurement Instrument Database for the Social Science**. Retrieved from www.midss.ie