

سيكولوجية مفهوم الذات

دراسة في صورة الذات ، قيمة الذات ، الذات المثالية

<http://www.arabpsynet.com/Documents/DocAliSelfConceptPsy.pdf>

د. سول ماكلود

بروفيسور في جامعة مانشستر الانجليزية

ترجمة علي عبد الرحيم صالح

تدريسي في جامعة القادسية - العراق

ali_psycho5@yahoo.com



يستعمل مصطلح مفهوم الذات بصورة عامة ليشير الى كيفية تفكير الفرد حول تقييم وادراك ذاته ، إذ من اجل ان يكون الفرد واعيا بذاته فأن عليه ان يكون مدركا لذاته بشكل جيد ، لذا يمكن تعريف مفهوم الذات وفق ما زودنا به Baumeister, 1999 من وصف دقيق بأنه معتقدات الفرد حول ذاته التي تتضمن صفاته الجسمية والنفسية والاجتماعية ، ووعي الفرد على ما هو عليه من صفات ، وبهذا نجد ان مفهوم الذات جزءا مهما من دراسات علم النفس الاجتماعي والانساني والتطوري ، لكونه يشكل البناء الاساسي الذي يرى فيه الانسان نفسه عند تفاعله مع الاخرين وكيف ينظر الى نفسه بوصفه شخصا فريدا بمعزل عنهم.

وبهذا الصدد توجه علماء النفس نحو معرفة كيف ينشأ مفهوم الذات لدى الافراد وتعرف انواعه ومكوناته ، ومن ضمن هؤلاء العلماء عالم النفس Lewis, 1990 الذي اقترح ان مفهوم الذات يتطور من خلال جانبين ، هما :

أ. الذات الوجودية **The Existential Self** : الجزء الاكثر اهمية من مخطط الذات self-scheme او مفهوم الذات ، وهو عبارة عن احساس الفرد الوجودي بانه كائن منفصل ومتميز عن الاخرين ، والوعي بالاتساق والثبات الذاتي (ادراك الفرد باتساق سماته وخصائص الشخصية عبر الزمن) (Bee, 1992) وهذا الوعي يبدأ منذ الطفولة ، إذ ان الاطفال يدركون وجودهم كوحدة منفصلة عن الاخرين ، وانهم يستمرون بهذا الادراك الوجودي على مر الزمن ، ويشير Lewis 1990 ، بان الوعي الوجودي awareness of the existential للذات يظهر في الطفولة بدأ من شهرين الى ثلاثة اشهر ، وينشأ بوصفه جزءا من علاقة الطفل بعالمه الخارجي.

ب. الذات الفئوية **The Categorical Self** : تختلف الذات الفئوية عن الذات الوجودية لدى



الفرد ، فبينما يدرك الطفل وجوده في الذات السابقة (الوجودية) بوصفه كيان منفصل عن الاخرين فان الطفل يصبح واعيا بمرور الوقت بانه جزء من هذا العالم (كفئة تنتمي الى مجموعة ما) ، وانه انتماء هذا يظهر نتيجة اتسامه بمجموعة من الخصائص والصفات ، وبهذا فان كل فرد يضع ذاته في اصناف او فئات categories مثل العمر والجنس والحجم والمهارة ، ويعد

التصنيف العمري والجنس من اهم الفئات التي يصنف في ضوءها الاطفال انفسهم ، مثل قول الاطفال (ان عمري 3 سنوات) او (انا ولد او بنت) ، وبهذا الصدد تشير الدراسات النفسية في مجال النمو ، ان في الطفولة المبكرة يضع الاطفال انفسهم في فئات محسوسة او مادية (مثل لون الشعر ،

يمكن تعريف مفهوم الذات بأنه معتقدات الفرد حول ذاته التي تتضمن صفاته الجسمية والنفسية والاجتماعية ، ووعي الفرد على ما هو عليه من صفات

توجه علماء النفس نحو معرفة كيف ينشأ مفهوم الذات لدى الافراد وتعرفه انواعه ومكوناته

الذات الوجودية وهو عبارة عن احساس الفرد الوجودي بانه كائن منفصل ومتميز عن الاخرين ، والوعي بالاتساق والثبات الذاتي (ادراك الفرد باتساق سماته وخصائص الشخصية عبر الزمن)

ان الوعي الوجودي awareness of the existential للذات يظهر في الطفولة بدأ من شهرين الى ثلاثة اشهر ، وينشأ بوصفه جزءا من علاقة الطفل بعالمه الخارجي

والطول ، والاشياء المفضلة) وبتطور النمو المعرفي يصبحون قادرين على وصف ذاتهم من خلال الاشارة الى مجموعة من السمات النفسية الداخلية (internal psychological traits) (كالخجل والغضب والذكاء) ، وتقييم هذه السمات بالمقارنة مع الاخرين ، فضلا عن تقييم انفسهم في ضوء الكيفية التي يراها بها الاخرون.

ويقترح عالم النفس كارول روجرز Carl Rogers (1959) بأن مفهوم الذات له ثلاثة مكونات مختلفة :

1. وجهة نظر الفرد حول ذاته (صورة الذات self image) .

2. ما القيمة التي تضعها لنفسك (تقدير الذات او قيمة الذات - self esteem or self-worth) .

3. ما تتمنى بان تكون مثله (الذات المثالية ideal self) .

اولا. صورة الذات (ما الذي تراه في نفسك؟) :

لدى كل فرد تصور معين عن ذاته مثل ادراك الفرد بانه شخص اجتماعي او خجول او مثابر او مغامر... وغيرها ، ولكن ليس من الضروري ان يعكس هذا التصور الواقع الفعلي للصورة الحقيقية لذات الفرد ؛ فعلى سبيل المثال يدرك الافراد المصابون بالقهم العصبي (anorexia) اضطراب يتسم بخلل في رؤية الفرد لشكله الخارجي ويصاحبه انخفاض شديد بالوزن وفقدان الشهية للاكل) بانه شخص سمين على الرغم من نحافة جسمه ، إذ تتأثر صورة الذات عبر العديد من العوامل مثل التأثيرات الوالدية والاصدقاء والاعلام .. الخ .

وقد بدأت دراسات علم النفس عن الصورة الذات في ضوء البحث الذي قام به Kuhn,1960 عن صورة الذات ، والذي طبق فيه اختبار العشرون جملة The Twenty Statements Test ، إذ طلب Kuhn,1960 من الناس الاجابة على 20 عبارة مختلفة (من أنا Who am I?) ، ووجد من خلال تطبيق هذا الاختبار ان الافراد يمكن ان ينقسموا الى مجموعتين رئيسيتين ، تتمثل بـ :

أ. الادوار الاجتماعية social roles : الجوانب الخارجية أو الموضوعية للذات مثل أبن ، معلم ، صديق.

ب. السمات الشخصية personality traits : الجوانب الداخلية او الانفعالية للذات مثل اجتماعي ، مندفع ، مرح.

وتضمنت قائمة اسئلة من أنا Who am I? مجموعة من الاجوبة المحتملة التي تمركزت على اربعة انماط من الاستجابات التالية :

1. الوصف الجسمي Physical Description : انا طويل ، لدي عيون زرقاء ، انا نحيف .. وغيرها.

2. الادوار الاجتماعية Social Roles : نحن جميعنا كائنات اجتماعية ، ويتشكل سلوكنا الى حد ما من خلال الادوار التي نمارسها ، مثل دورنا كطالب ، ربة بيت ، وعضو في فريق كرة القدم .. وغيرها ، وهذه الادوار لا تساعد على معرفة الاخرين بنا فقط وانما تساعدنا على معرفة ما هو متوقع منا في المواقف الاجتماعية ، مثلا نحن

بعد التصنيف العمرى والجنسوى من اهم الفئات التى يصنفه في ضونها الاطفال انفسهم

لدى كل فرد تصور معين عن ذاته مثل ادراك الفرد بانه شخص اجتماعي او خجول او مثابر او مغامر... وغيرها ، ولكن ليس من الضروري ان يعكس هذا التصور الواقع الفعلي للصورة الحقيقية لذات الفرد

بصورة نموذجية يصفه الناس اليافعين (الشباب) انفسهم من خلال السمات الشخصية بينما يعرفه الناس الكبار (المسنين) انفسهم من خلال مدى كبر من ادوارهم الاجتماعية

يشير تقدير الذات الى المدى الذي نحب او نفضل من خلاله انفسنا او الى القيمة التي نقدر بها ذاتنا

تقدير الذات المرتفع : يتمثل بوجهة نظرنا الايجابية تجاه ذاتنا ؛ والفرد الذي يمتلك هذا النوع من التقدير الذاتى يميل الى الاتسام بالثقة حول ما يمتلكه من قدرات خاصة ، وقبول الذات ، وعدم القلق حول ما يفكر به الاخرون اتجاهه

نتوقع من معلم المدرسة ان يعلم الاطفال ويربيهم ولا نتوقع ان يعالجهم ويعطيهم الدواء لان هذا ليس دوره الحقيقي .

3. السمات الشخصية **Personal Traits**: وهو ثالث مجال نصف به انفسنا ، مثل انا مندفع او انا كريم او اميل الى القلق ..وغيرها.

4. العبارات الوجودية **Existential Statements** : وهذه يمكن ان تتراوح من "انا ابن هذا الكون" الى "انا كائن انساني" الى "أنا كائن روحي" .

وبصورة نموذجية يصف الناس اليافعين (الشباب) انفسهم من خلال السمات الشخصية بينما يعرف الناس الكبار (المسنين) انفسهم من خلال مدى كبير من ادوارهم الاجتماعية

ثانيا .تقدير الذات Self Esteem مقابل قيمة الذات Self-Worth:

يشير تقدير الذات الى المدى الذي نحب او نفضل من خلاله انفسنا او الى الكمية التي نقدر بها ذاتنا ، إذ دائما ما يتضمن تقدير الذات درجة التقدير الايجابية او السلبية لوجهة نظرنا نحو انفسنا ، وبذلك فان هناك نوعان من تقدير الذات ، هما :

أ. **تقدير الذات المرتفع** : يتمثل بوجهة نظرنا الايجابية تجاه ذاتنا ؛ والفرد الذي يمتلك هذا النوع من التقدير الذاتي يميل الى الاتسام بالثقة حول ما يمتلكه من قدرات خاصة ، وقبول الذات ، وعدم القلق حول ما يفكر به الاخرون اتجاهه ، فضلا عن التفاؤل والتوقعات الايجابية نحو الذات والمستقبل.

ب. **تقدير الذات المتدني** : يتمثل بوجهة نظرنا السلبية تجاه ذاتنا ، وصاحب هذا النوع من التقدير يميل الى ضعف الثقة بالذات ، والحاجة الى ان يكون شخصا اخر ، ومخطأ دائما بشأن ما يفكر به الاخرون اتجاهه ، والتشاؤم بما يحمله المستقبل من احداث وخبرات . وتوجد طرائق متعددة لقياس تقدير الذات ، على سبيل المثال قائمة هيريل Harrill لتقدير الذات ، وهو مقياس يتألف من 15 عبارة حول مدى الاهتمام range of interest ، كذلك يمكن قياس تقدير الذات من خلال اختبار تفهم الموضوع (TAT) Test الذي يتضمن صور متحركة (كارتونية) تقدم الى المشاركين ، والطلب منهم تأليف قصة حول ما تتضمنه الصورة من معنى.

وتُعد تجربة Morse & Gergen,1970 من الدراسات النفسية المهمة التي اجريت حول تقدير الذات ، إذ اظهرت نتائج الدراسة ان المواقف المثيرة للخوف او القلق قد تغير بسرعة من تقديرنا لذاتنا ، وتتضمن تجربة Morse & Gergen,1970 انتظار مجموعة من المشاركين في احدى الصالات من اجل اجراء مقابلة للتوظيف في عمل معين ، إذ كان المشاركون يجلسون مع المرشح الاخر للوظيفة الذي هو في الاساس حليف المجرب confederate of the experimenter ، ويظهر هذا الحليف من خلال شرطين تجريبيين :

A- الشرط الاول : السيد نظيف Mr. Clean يرتدي ملابس انيقة ويحمل حقيبة مفتوحة يتبين من خلالها انها تتضمن مسطرة وكتب .

B- الشرط الثاني : السيد وسخ (قذر) Mr. Dirty يرتدي فانيه وبنطلون جينز قديم ، ويبدو كشخص كسول ويحمل رواية جنس رخيصة .

تقدير الذات المتدني :
يتمثل بوجهة نظرنا السلبية تجاه ذاتنا ، وصاحب هذا النوع من التقدير يميل الى ضعف الثقة بالذات ، والحاجة الى ان يكون شخصا اخر ، ومخطأ دائما بشأن ما يفكر به الاخرون اتجاهه

ان مستوى تقدير الذات يتأثر بعدة عوامل خارجية كمكانة الافراد الذين نتعامل معهم وامتلاكنا للمال والذكاء والمعرفة ..وغيرها

ان تقدير الذات يؤثر على اداء الافراد ونظرتهم الى ذاتهم وامكانياتهم

ان اكثر الطلبة اصحاب تقدير الذات المنخفض يتسمون بـ : بالانعزال والخلل ، والصمت ، والقلق ، وتدني الانجاز ، والتصرف بسلبية ، والتعاسة ، وضعف الكفاية الاجتماعية ، والغضب ، وتدني الدافع ، والاختناج ، والخضوع ، وصورة سلبية عن الذات ، والافتقار للثقة والعزيمة

ووجد الباحثان ان تقدير الذات لدى المشاركين اثناء تواجدهم مع السيد وسخ تزايد في حين تدنى شعورهم بتقدير الذات اثناء جلوسهم مع السيد نظيف قبل اجراء المقابلة ، لذا نجد ان مستوى تقدير الذات يتأثر بعدة عوامل خارجية كمكانة الافراد الذين نتفاعل معهم وامتلاكنا للمال والذكاء والمعرفة ..وغيرها (Coopersmith, 1967) كذلك وجد الباحثان ان تقدير الذات يؤثر على اداء الافراد ونظرتهم الى ذاتهم وامكانياتهم ، إذ يمكن ان نتوقع ان اداء الافراد يتزايد في حال مقابلتهم مع السيد وسخ مقابل تدني ادائهم اذا ما تمت مقابلتهم مع السيد نظيف.

وهذا ما وجدته دراسة (Guindon 2002) التي طلب في ضوءها من مجموعة من مرشدي المدارس تحديد خمسة خصائص ضمن قائمة تصف الطلبة الذين يعانون من تدني تقدير الذات ، إذ اظهرت النتائج ان اكثر الطلبة اصحاب تقدير الذات المنخفض يتسمون بـ : بالانعزال والخل ، والصمت ، والقلق ، وتدني الانجاز ، والتصرف بسلبية ، والتعاسة ، وضعف الكفاية الاجتماعية ، والغضب ، وتدني الدافع ، والاكنتاب ، والخضوع ، وصورة سلبية عن الذات ، والافتقار للثقة والعزيمة ، وتدني مستوى التواصل الاجتماعي ، وتجاوز الانظمة والقوانين الاجتماعية والمدرسية.

وعلى الرغم من ان تقدير الذات قابل للزيادة والنقصان فأن هناك أوقات نستمر فيها بالاعتقاد حول الاشياء الجيدة عن انفسنا حتى عندما نواجه مواقف او ادلة تظهر عكس ذلك ، وهذا ما اظهرته تجربة (Miller & Ross 1975) التي وجدت ان الناس يستمرون بالاعتقاد بان لديهم خصائص مرغوبة اجتماعيا حتى عندما حاول (المجربان) اثبات عكس هذا الاعتقاد للمشاركين ؛ لذا هل ان تقدير ذاتنا سينخفض اذا حدثت لنا بعض الاشياء السيئة؟؟، قد يكون الجواب لا ، إذ ان تقدير الذات ينخفض في حال اذا اعتقدنا باننا افراد سيئين او لدينا ذات سيئة ، وبهذا الصدد يعتقد (Argyle 2008) بان هناك اربعة عوامل رئيسة تؤثر على تقدير الذات ، هي :

أ. **رد فعل الاخرين THE REACTION OF OTHERS** : فاذا اعجب الناس بنا ، وتملقوا الينا ، وسعوا نحو اقامة العلاقة الاجتماعية معنا ، واستمعوا لنا بانتباه فأننا سنميل الى تطوير التقدير الايجابي للذات ؛ في حين اذا تجنبونا ، واهملونا ، واخبرونا بأشياء سيئة عن انفسنا ، ولا يريدون التحدث معنا او الاصغاء الينا فأننا سنطور التقدير السلبي للذات .

ب. **المقارنة مع الاخرين COMPARISON WITH OTHERS** : اذا قارنا انفسنا مع الناس (ابناء جماعتنا المرجعية) وظهر انهم اكثر تفوقا ونجاحا وسعادة وثراء ونظرة جيدة منا فأننا سنميل الى تطوير صورة ذات سلبية BUT negative self image في حين اذا ظهرنا اقل نجاحا منا فان صورتنا ستكون اكثر ايجابية .

ج. **الادوار الاجتماعية SOCIAL ROLES** : تحمل بعض الادوار الاجتماعية سمعة جيدة تجعل الافراد يشعرون بالتقدير الايجابي حول انفسهم مثل تولي دور المعلم والطبيب والطيار ومقدم البرامج ولاعب كرة القدم وصاحب المنصب الوزاري في حين هناك ادوار اجتماعية تؤدي الى الشعور بوصمة العار مثل السجين والمريض نفسيا وجامع النفايات والفرد العاطل عن العمل.

د. **تحديد الهوية IDENTIFICATION** : لكل فرد انتماء الى جماعات معينة بحيث يصبح الانتماء هوية يحدد في ضوءها الفرد ويعرف ذاته (كالانتماء الى فريق رياضي او قومية

اذا اعجب الناس بنا ، وتملقوا الينا ، وسعوا نحو اقامة العلاقة الاجتماعية معنا ، واستمعوا لنا بانتباه فأننا سنميل الى تطوير التقدير الايجابي للذات

اذا قارنا انفسنا مع الناس (ابناء جماعتنا المرجعية) وظهر انهم اكثر تفوقا ونجاحا وسعادة وثراء ونظرة جيدة منا فأننا سنميل الى تطوير صورة ذات سلبية

تعمل بعض الأدوار الاجتماعية سمعة جيدة تجعل الأفراد يشعرون بالتقدير الايجابي حول انفسهم مثل تولي دور المعلم والطبيب والطيار ومقدم البرامج ولاعب كرة القدم وصاحب المنصب الوزاري

اذا كانت الجماعة التي انتمى اليها مرغوبة وقوية فانها ستؤدي الى الشعور بالإيجابية في حين ان تدني مكانة الجماعة يؤدي الى الشعور بالسلبية

اذا كان لديك تفاوت وعدم تطابق بين رؤيتك لنفسك (صورتك لذاتك) وما تود وترغب ان تكون عليه (ذاتك المثالية) فان هذا التفاوت يضمن ان يؤثر على كمية تقييمك لذاتك

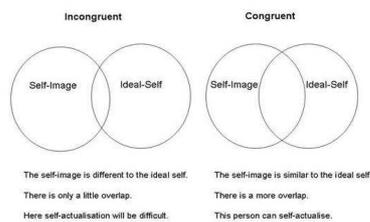
وعرق معين) ، إذ تحتل الهوية جزء من شخصيتنا (مثل انا اسود البشرة مقابل انا ابيض البشرة) وتمارس تأثيرها وادوارها علينا في المواقف الاجتماعية ، فاذا كانت الجماعة التي انتمي اليها مرغوبة وقوية فانها ستؤدي الى الشعور بالإيجابية في حين ان تدني مكانة الجماعة يؤدي الى الشعور بالسلبية.

ثالثا . الذات المثالية :

اذا كان لديك تفاوت وعدم تطابق بين رؤيتك لنفسك (صورتك لذاتك) وما تود وترغب ان تكون عليه (ذاتك المثالية) فان هذا التفاوت يمكن ان يؤثر على كمية تقييمك لذاتك ، لذا فان هناك علاقة عميقة ووثيقة بين صورة الذات self-image ، والانا المثالية ego-ideal ، وتقدير الذات self-esteem ، ودرس علماء النفس الانساني هذه العلاقة من خلال طريقة كيو للفرز the Q-Sort Method ، التي عرفها عالم النفس Colman,2006 بانها ترتيب الفقرات وفقاً وصفها خصائص الفرد، بحيث تحتل الفقرات الأكثر وصفا له أعلى الدرجات أي تلك الفقرات التي يوافق الفرد على انها تشبه خصائصه الذاتية، بينما تحصل الفقرات الأقل تمثيلاً له على أدنى الدرجات أي تلك الفقرات التي يرفض الفرد على انها تطابق خصائصه الذاتية ، هذه الفقرات مثل : قلق ، جذاب ، سعيد ، مكتئب ، ذكي ، كسول ، متقائل ، قوي ، ضعيف ..وغيرها.

وبهذا اذا لم تتسق صورة الذات المثالية لدى الفرد مع صورة الذات الحقيقية او الفعلية في الحياة فان هذا الاختلاف بين الذاتين يؤدي الى حالة مضطربة اطلق عليها روجرز بالتناقض او عدم التطابق incongruence الذي هو فجوة حقيقية بين ما نطمح ان نكون عليه "I should" وما نحن عليه بالفعل "I am" ، مما يؤدي الى الشعور بالقلق والاحباط والتوتر (Rogers & Stevens,1967) في حين اذا اتسقت الذات المثالية مع الخبرة الفعلية للفرد فان هذا يؤدي الى حالة التطابق state of congruence التي يشعر من خلالها الفرد بالارتياح والثقة وتحقيق الذات .

ويؤكد روجرز ان حدوث حالة التطابق لدى الافراد يتأثر بالتقدير الايجابي غير المشروط من قبل الوالدين (اعطاء الوالدين لمشاعر الحب والرضا من دون قيود او شرط) ، إذ يتأثر الاطفال بمعاملة والديهم ويسعون نحو الحصول على رضاهم وموافقتهم من خلال القيام بالاشياء الجيدة التي يشترطها الاباء على ابنائهم، وبما ان هذه الاشياء الجيدة التي يقوم بها الاطفال عبارة سلوكيات ايجابية ومحبية لدى الوالدين فانها تعد الطريقة لحصول الاطفال على الكثير من مشاعر الحب والشعور بانهم جيدين (ما يطمحوا عليه) ، لذلك فان السلوكيات التي لا تحظى بموافقة الوالدين تجعل الاطفال يشعرون بالقليل من الحب والرضا الوالدي (خبرة مؤذية) ويواجهون حالة عدم التطابق بين الذات والخبرة ، مما يؤدي الى سوء التوافق النفسي واعاقة نمو شخصياتهم نحو تحقيق ذاتها Rogers 1977 ، والشكل الاتي يوضح ذلك



ويشير عالم النفس (2008) Michael Argyle الى ان هناك اربعة طرائق تؤثر على نمو

هناك علاقة عميقة ووثيقة بين صورة الذات self-image ، والانا المثالية ego-ideal ، وتقدير الذات self-esteem

لم تتسق صورة الذات المثالية لدى الفرد مع صورة الذات الحقيقية او الفعلية في الحياة فان هذا الاختلاف بين الذاتين يؤدي الى حالة مضطربة اطلق عليها روجرز بالتناقض او عدم التطابق incongruence الذي هو فجوة حقيقية بين ما نطمح ان نكون عليه "I should" وما نحن عليه بالفعل "I am" ، مما يؤدي الى الشعور بالقلق والاحباط والتوتر

اذا اتسقت الذات المثالية مع الخبرة الفعلية للفرد فان هذا يؤدي الى حالة التطابق state of congruence التي يشعر من خلالها الفرد بالارتياح والثقة وتحقيق الذات

هناك اربعة طرائق تؤثر على نمو التطابق النفسي ، هي : أ. الطرائق التي يستجيب بها الآخرون نحونا (الافراد المصممين بالنسبة لنا). ب. كيفية نظرنا عندما نقارن انفسنا بالآخرين.

ج. ادوارنا الاجتماعية .
د. المدى الذي نعرفه
من خلاله انفسنا مع الاخرين

التطابق النفسي ، هي :

- أ. الطرائق التي يستجيب بها الاخرون نحونا (الافراد المهمين بالنسبة لنا).
ب. كيف نفكر عندما نقارن انفسنا بالاخرين.
ج. ادوارنا الاجتماعية .
د. المدى الذي نعرف من خلاله انفسنا مع الاخرين .

مما يتوجب الانتباه اليها ، وتوظيفها بشكل جيد حتى يشعر اطفالنا بالثقة والاستقلالية والحب من دون اية قيود .

*** **

مؤسسة علم النفس العربي Arab Foundation Of Psychological Sciences

الدوريات والاصدارات و المعاجم

مجلات / دوريات

المجلة العربية للعلوم النفسية

<http://www.arabpsynet.com/apn.journal/index-apn.htm>
http://www.arabpsyfound.com/index.php?id_category=24&controller=category&id_lang=3
*** **

مجلة "بصائر نفسية

<http://www.arabpsynet.com/apn.journal/index-eJbs.htm>
http://www.arabpsyfound.com/index.php?id_category=25&controller=category&id_lang=3

اصدارات مكتبية

سلسلة " الكتاب العربي للعلوم النفسية "

<http://www.arabpsynet.com/apneBooks/index.eBooks.htm>
http://www.arabpsyfound.com/index.php?id_category=16&controller=category&id_lang=3
*** **

سلسلة " وفي انفسكم "

<http://www.arabpsynet.com/apneBooks/index.eBFiAnfosikom.htm>
http://www.arabpsyfound.com/index.php?id_category=17&controller=category&id_lang=3
*** **

سلسلة " الراسخون "

اصدار لجنة التراث النفسي العرب اسلامي
<http://www.arabpsynet.com/TourathPsy/index.TourathPsy.htm>
http://www.arabpsyfound.com/index.php?id_category=18&controller=category&id_lang=3
*** **

سلسلة " الكتاب الابيض " للعلوم النفسية العربية

www.arabpsynet.com/WhiteBooks/eWBIndex.htm
http://www.arabpsyfound.com/index.php?id_category=32&controller=category&id_lang=3

*** **

سلسلة " الإنسان والتطور "

<http://www.arabpsynet.com/Rakhawy/IndexRakAr.htm>
http://www.arabpsyfound.com/index.php?id_category=20&controller=category&id_lang=3
*** **

سلسلة "و ما سواها" ا

<http://www.arabpsynet.com/Samarrai/IndexSamarrai.htm>
http://www.arabpsyfound.com/index.php?id_category=19&controller=category&id_lang=3

اصدارات معجمية

المعجم الموسع في علوم النفس

اصدار عربي - اصدار فرنسي - اصدار انكليزي
http://www.arabpsyfound.com/index.php?id_category=28&controller=category&id_lang=3

*** **

المعجم الوجيه في علوم النفس

اصدار عربي - اصدار فرنسي - اصدار انكليزي
http://www.arabpsyfound.com/index.php?id_category=31&controller=category&id_lang=3

*** **

المعجم المختص في علوم النفس

الاصدار الاول : المعجم المختص في علم النفس الجنسي

اصدار عربي - اصدار فرنسي - اصدار انكليزي
http://www.arabpsyfound.com/index.php?id_category=30&controller=category&id_lang=3

*** **

موسوعة في العلوم النفسية - حرفة الألفه (الجزء 1)

http://www.arabpsyfound.com/index.php?id_category=35&controller=category&id_lang=3

*** **



مؤسسة العلوم النفسية الحديثة
مما ... نذهب أبعد

اصدارات

اكتاف الكتب
http://www.arabpsynet.com/yaoneBooks/index_eBooks.htm

العلمية
<http://www.arabpsynet.com/apn/journal/index-apn.htm>

بعض
www.arabpsynet.com/apn/journal/index-e.lba.htm

المعجم
www.arabpsynet.com/AlMukhtass/index_AlMukhtass.htm

و ما سواها
www.arabpsynet.com/Samarrai/IndexSamarrai.htm



الموسوعة
www.arabpsynet.com/eDictBooks/index/Elmouwasaa-Ar.htm

التنمية والتطور
www.arabpsynet.com/Bakhaw/index/BakAw.htm

التفاهة
www.arabpsynet.com/HomePage/Pay/Dict-Ar.htm

الراشدين
www.arabpsynet.com/TourahPay/index_TourahPay.htm

الوجوه
www.arabpsynet.com/eDictBooks/index/Elwajiz-Ar.htm

وفي نفسكم
www.arabpsynet.com/yaoneBooks/index_eRFIAnfositem.htm

الموجاهة
www.arabpsynet.com/WhiteBooks/ie/WRIndex.htm

اكتاف الكتب
www.arabpsynet.com/WhiteBooks/ie/WRIndex.htm

الموسوعة
www.arabpsynet.com/WhiteBooks/ie/WRIndex.htm



شبكة علوم النفس الحديثة
تطويراً نفسانية أفضل

موقعنا