

أثر برنامج إرشادي في تعديل مفهوم الذات لدى طلبة كلية التربية

م. د. احمد يونس محمود البجاري
كلية التربية/ جامعة الموصل

تاريخ تسليم البحث: ٢٠٠٩/٨/١٦ ؛ تاريخ قبول النشر: ٢٠١٠/١/٢١

ملخص البحث:

هدف البحث التعرف إلى اثر برنامج إرشادي في تعديل مفهوم الذات لدى طلبة كلية التربية ، تكونت عينة البحث من (٤٠) طالباً وطالبة من طلبة المرحلة الثالثة في قسم الحاسبات /كلية التربية /جامعة الموصل، والذين لديهم تقدير منخفض لذواتهم بناءً على درجاتهم حسب مقياس مفهوم الذات ، حيث اعتبرت درجاتهم اختباراً قبلياً ، ثم وزعوا عشوائياً إلى مجموعتين . المجموعة الأولى تجريبية تلقى أفرادها التدريب على أسلوب توكيد الذات من خلال الإرشاد الجماعي . تكون البرنامج من (١٠) جلسات إرشادية والمجموعة الثانية الضابطة لم يتلقى أفرادها أي تدريب، وباستخدام الاختبار التائي لعينتين مترابطتين ومستقلتين، أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح المجموعة التجريبية وبدلالة (٠,٠٥) بعد تلقي أفرادها التدريب على الأسلوب الإرشادي ، وفي ضوء نتائج البحث وضعت مجموعة من التوصيات والمقترحات.

The Effect of a Guiding Program on Modifying the self-concept of students at the college of Education

Dr. Ahmed younis Mahmood AL- Bajjari
College of Education/ University of Mosul

Abstract:

This research aims to identify the effect of a guiding program on modifying the self-concept of students at the college of Education. the sample consisted of (40)third year students at the Department of Computer /college of Education /University of Mosul, who have a low average of ego depending on their grades on a measure of self-test which considered as a prior-test. Then, they were distributed randomly on two groups. The first were experimental group received training in the way of having a self-affirmation through the collective guidance. The program contains (10) guidance meetings. The second group.

The control one did not receive any training. Using t.Test of interrelated and independent samples, the results showed a statistical significant difference at(0.05)level of sign finance in favor of the experimental group which receive training on the way having a beacon. In light of the results a number of recommendations and proposals have been steted.

مشكلة البحث:

يسعى الإنسان منذ القدم للمعرفة العلمية وفهمها بشكل أفضل فهو يريد أن يعرف بالضبط من هو، ولماذا هو على ما هو عليه الان ، وكيف وصل الى ماوصل إليه ، ومن هذا المنطلق، فان مفهوم الذات ليس مجرد انعكاس لما يراه الفرد عن نفسه وعيون الآخرين وأرائهم بل مصطلح سيكولوجي معقد يؤثر في سلوك الإنسان ويواجهه بشكل شعوري ويؤثر في علاقته مع الآخرين بدءاً بالاسره وامتداداً الى الجماعات والمؤسسات الاجتماعية (أدم ، ٢٠٠٢ : ٤) ويستخدم علماء النفس مصطلح مفهوم الذات ليعبروا عن مفهوم افتراضي شامل يتضمن جميع الأفكار والمشاعر عند الفرد التي تعبر عن خصائص جسمية وعقلية وشخصية ، ويشمل ذلك معتقداته وقيمه وقناعاته كما يشكل خبراته السابقة وطموحاتها المستقبلية (Gersild,1963:193)

يرى هامشك (Hamcheck) إن مفهوم الذات هو الحكم على أهمية الشخصية فالأشخاص الذين لديهم تقدير ذات مرتفع .يعتقدون أنهم ذو قيمة وأهمية ، وإنهم جديرون بالاحترام والتقدير كما إنهم يتقنون بصحة أفكارهم . إما الأشخاص الذين لديهم مفهوم ذات منخفض فلا يرون قيمة وأهمية في أنفسهم ويعتقدون إن الآخرين لايقبلونهم ، ويشعرون بالعجز (عبد الحافظ ، ٢٠٠٧:٥٥) ولمفهوم الذات أثراً واضحاً في جوانب الصحة النفسية والتوافق وتنفيذ المسؤوليات بنجاح ، فقد اتضح في مجال الصحة النفسية إن عدم تقبل الذات أو رفضها يؤدي الى الاضطراب النفسي والصراع والقلق (رمح ، ١٩٩٨ : ٤) إن سلوك الفرد يرتبط بذاته أكثر من أية مرحلة ويكون أكثر ميلاً الى الاستقلالية وبحاجة الى التقدير والاحترام من الآخرين (شعيب، ١٩٨٨:١٤٥) كما أشارت معظم الدراسات الى إن الفرد يمتلك تقديراً عالياً لذاته غالباً ماينعكس ذلك على توافقه المدرسي والاجتماعي والصحي والأسري ، اذ أكد الأشول (١٩٨٢) في دراسته بان الأناث عادة ماينكن أكثر انخفاضاً في تقديرهن لذواتهن إذا ماقورن بالذكور (الأشول ، ١٩٨٢ : ١٤٥) وقد شعر الباحث من خلال تطبيقه الأولي لمقياس مفهوم الذات على الطلبة بان هنالك تدني في مفهوم الذات والنظرة السلبية لذواتهم مما توجب إجراء البحث الحالي .

أهمية البحث:

إن الشباب في أية امة يعد المصدر الأساسي لنهضتها ، وتقدمها ومعقد أملها ، والدرع الواقي للدفاع عن كيانها وتحقيق أملها ، والشباب يعد المرأة الصادقة التي تعكس واقع تلك الأمة (الشيواني، ١٩٧٣: ١٧) ويشكل طلبة الجامعة الشريحة المتقفة من الشباب ، وتقع عليهم مسؤولية البناء والتغيير (العكايشي، ٢٠٠٠: ٣) وبناءً على ذلك أصبحت الجامعة ميداناً للكثير من الدراسات والبحوث للوقوف على المشكلات التي يعانيها الطالب الجامعي ، وإعداد البرامج الإرشادية للتغلب عليها .

إن الاهتمام بدراسة مفهوم الذات لدى طلبة الجامعة ، اهتمام بالمجتمع بأسره لأنهم سيقودون المجتمع وإغفال طاقاتهم وتجاهلها يحولها من طاقات منتجة ومبدعة الى طاقات تدميرية ، تدمر ذاتها ومجتمعها في أن واحد ، إذ لم نجد لها مخرجاً مناسباً بعيداً عن كثير من الأمراض النفسية والاضطرابات السلوكية التي تفتك بها (كنعان والمجيدل، ١٩٩٩: ٨٦) تتميز الذات (Self) بمعنيان أولهما ، يدل على الذات كموضوع (Self asbsat) بمعنى اتجاهات الفرد ومدركاته وتقييمه لنفسه وبهذا تعني الذات فكرة الفرد عن نفسه . والثاني يشير الى الذات كعملية (Self broses) فالذات هنا مجموعة أنشطة من العمليات كالتذكير والتفكير والإدراك (المراياتي، ٢٠٠٢: ٩٩)

وأشار كولي (cooly) بان الذات البيولوجية شرط مسبق لقيام الذات الاجتماعية ، أي الصورة التي يراها الفرد في نفسه لتجاربه مع الآخرين والانطباع الذي يكونه عن نظرة الآخرين له (عمر، ١٩٩٠: ٥١) يحول الفرد خبراته الحياتية الى رموز يدركها ويقيمها في ضوء مفهوم الذات ، فإذا وجد صراعاً بين تقييمه وتقييم الآخرين ، فانه قد يغير أو يشوه خبرته ويعدل سلوكه لي مطابق إدراك وتقييم الآخرين ، وهذه الأفكار والتشويه لخبرات الفرد يؤدي به الى القلق واللجوء الى الحيل الدفاعية وسوء التوافق النفسي ومن خلال التفاعل بين الفرد وبيئته تتبلور صورته واضحة للفرد عن ذاته وتتضح ملامحها بازدياد الخبرات اليومية لتظهر أمامه كما لو كانت لوحة شفافة واضحة (بهادر، ١٩٨٣: ٣٧)

يرى روجرز (Rogers) إن الأفراد يقدرون كل خبره لها علاقة بمفهومهم الذاتي ، ويتصرفون بطريقه تتسق مع صورهم الذاتية وخبراتهم ومشاعرهم ، وتسبب الخبرات والمشاعر غير المتسقة تهديداً لهم ، وبذلك يتضح مفهوم الذات لدى الفرد في مراحل حياته حيث يبدأ في تجميع المعلومات عن نفسه وعن الآخرين المحيطين به في البيئة التي يعيش فيها ويمكن إن تتغير كلما تكونت لديه خبرات وأفكار جديدة (عبد الخالق، ١٩٩٣: ٤٧)

لذا يعد مفهوم الذات المجموع الكلي لادراكات الفرد وماتضمنة من مكانة الفرد ووضعه الاجتماعي ودوره بين المجموعة التي يعيش أو ينتمي إليها ، وانطباعاته الخاصة عن مظهره

وشكله ، و عما يحب أو يكره ، وعن تصرفاته وأساليب تعامله مع الآخرين وعن تحصيله وخصائصه الجسمية والعقلية والشخصية واتجاهاته نحو نفسه ، وتفكيره بما يفكر الآخريين عنه وبما يفضل أن يكون (صوالحة ، ١٩٩٢: ٧٧) والتصور السليم للذات من العوامل الحاسمة في تحقيق إمكانات الطلبة ، فضلا عن معرفة أبعاد الذات الأكاديمية والاجتماعية والانفعالية فتسهم في تقديم البرامج الإرشادية المناسبة التي لا تقتصر على مفهوم الذات فقط بل تتسع لتعنى بتحسين مستوى تقدير الذات وتخفيض قوة القلق وزيادة التقبل الاجتماعي وإزالة المفاهيم السلبية للذات (عبد الله، ٢٠٠٧: ٥٥)

إن إدراك الفرد لمفهومه الذاتي يتعلق بتقييمه لقدرته على تحقيق مستوى معين من الانجاز وعلى مقدار الجهد الذي سيبدله ، ومدى مثابرتة في التصدي للمعوقات التي تعترضه، وعلى أسلوبه في التفكير وهل يسهل أو يعيق سلوكه وعلى مقدار التوتر الذي سيعانيه في تكيفه مع المطالب البيئية التي يواجهها (حمدي، ٢٠٠٠: ٤٥) وتنظم معتقدات فاعلية الذات العمل الوظيفي للفرد من خلال العمليات المعرفية والدافعية والانفعالية المتعلقة بالقرار ، وهي تؤثر سواءً في فكر الأفراد بطرق تدعم الذات أم توهنها وتؤثر في دافعتيهم ومثابرتهم في مواجهة الصعوبات وفي صحتهم الانفعالية وتعرضهم للإجهاد والكآبة (Bandura&lock,2003:87)

توصلت دراسة جليندا (Glynda 1989) الى أن الأفراد ذوي فاعلية الذات المرتفعة لديهم قدره مرتفعة على التعامل مع المواقف المؤلمة ، ويدركون المواقف لكي تكون أقل أما بسبب خبراتهم الحياتية (Glynda ,1989:1123)

وأشارت دراسة هاي (Hay1991) الى أن الأفراد ذوي الفعالية المنخفضة تتكون لديهم أفكار سلبية من خلال الرؤية المسبقة للمهام وتتكون لديهم أخطاء معرفية أكثر سلبية وتؤثر على أدائهم وتفكيرهم وذلك من خلال الرؤية المستقبلية للمهام (Hay,1991:2236)

إن العلاقة بين التربية والإرشاد علاقة متبادلة إذ يتضمن الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي عملية التعلم والتعليم في تغيير السلوك وتتضمن التربية عملية التوجيه والإرشاد وتعد المؤسسات التربوية المجال الحيوي للإرشاد (الاحرش وآخرون، ٢٠٠٢: ٣٠)

مما تقدم فقد ارتأى الباحث بناء برنامج إرشادي وبأسلوب توكيد الذات كونه يتناسب مع مفهوم الذات ويستهدف هذا الاسلوب الإرشادي إحداث تعديل في سلوك الفرد الذي يتكون من سلوكيات غير مرغوبة تنثير القلق والانسحاب لدى الفرد. وذلك ما أكدته دراسة كل من (رام ١٩٧٤، وجلاس ١٩٧٧) بفاعلية أسلوب توكيد الذات .

هدف البحث وفرضياته :

يهدف البحث التعرف الى أثر برنامج إرشادي في تعديل مفهوم الذات لدى طلبة كلية التربية/جامعة الموصل .

وفي ضوء ذلك وضعت الفرضيات الآتية:

- ١- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس مفهوم الذات
- ٢- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس مفهوم الذات بعد تطبيق البرنامج الإرشادي
- ٣- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية (طلاب - طالبات) على مقياس مفهوم الذات بعد تطبيق البرنامج الإرشادي.

حدود البحث:

يقتصر البحث على طلبة كلية التربية / المرحلة الثالثة / للعام الدراسي ٢٠٠٨-٢٠٠٩

تحديد المصطلحات:

يتضمن البحث تعريفاً للمصطلحات الآتية :

أولاً: البرنامج الإرشادي : Counseling program

عرفه كل من :

شاو (Shaw, 1977)

(حلقة من العناصر المعبرة عن أنشطة مترابطة مع بعضها تبدأ بأهداف عامة وخاصة

ومجموعة عمليات تنتهي باستراتيجيات تقويمية لمعرفة مدى الوصول إلى الأهداف)

(Shaw, 1977:347)

زهرا ١٩٨٠

(برنامج مخطط ومنظم في ضوء أسس علمية لتقديم الخدمات الإرشادية المباشرة وغير المباشرة فردياً وجماعياً لجميع من تضمهم المؤسسة بهدف مساعدتهم في تحقيق النمو السوي والقيام بالاختيار الواعي المتعلق لتحقيق التوافق النفسي داخل المؤسسة وخارجها)

(زهرا، ١٩٨٠ :٤٣٩)

الدوسري ١٩٨٥

(برنامج مخطط ومنظم على أسس علمية سليمة يتكون من مجموعة من الخدمات

الإرشادية المباشرة وغير المباشرة ، تقدم الخدمات لجميع من تضمهم المدرسة وذلك لتحقيق النمو السوي والتوافق الاجتماعي والمهني ويقوم بتخطيط هذا البرنامج وينفذه فريق عمل من المتخصصين والمؤهلين) (الدوسري، ١٩٨٥: ٢٣٨)

الجنابي ١٩٩٢

تصميم مخطط ومنظم على أسس علمية ويحتوي على مجموعة من الخدمات لحل المشكلات التي يواجهها الطلبة في المجالات المختلفة الاقتصادية والدراسية والاجتماعية والنفسية ، الأمر الذي يؤدي إلى نجاحهم الدراسي وتوافقهم مع البيئة)
(الجنابي، ١٩٩٢: ١٥)

التعريف الإجرائي للبرنامج الإرشادي :

هو مجموعة من الأنشطة والفعاليات والخدمات الإرشادية والمبينة في ضوء أسس علمية وأساليب إرشادية يوظفها الباحث بشكل منظم وفق البرنامج الإرشادي وبأسلوب توكيد الذات بهدف تعديل مفهوم الذات لدى طلبة كلية التربية .

ثانياً: مفهوم الذات : Self-concept

عرفة كل من :

روجرز (1976, Rogers)

هو (المجال التصوري الثابت والمنظم والمتألف من المدركات الخاصة بالفرد وعلاقتها بالآخرين ، ومظاهر الحياة المختلفة المرتبطة بهذه المدركات) (Rogers ,1976:297)

بورج (1979, Borg)

(مجموعة من المدركات والمشاعر التي يمتلكها الفرد عن نفسه) (Borg ,1979:273)

شيفلسون وبولص (1982, Shavelson & pulse)

هو (احد مدركات الفرد لنفسه والذي يتكون من خلال خبراته المتأثرة بفهم الآخرين وتقويمه لنفسه) (الجعفري، ٢٠٠٢: ١٣)

زهرا ١٩٨٦

بأنه (تكوين معرفي منظم موحد ومتعلم للمدركات الشعورية والتصورات والتعميمات الخاصة بالذات ، يبيلوره الفرد ويعتبره تعريفاً نفسياً لذاته) (زهرا ، ١٩٨٦: ٢٥٧)

التعريف النظري لمفهوم الذات :

تكوين معرفي منظم ومتعلم للمدركات والمشاعر لدى كل شخص عن نفسه نتيجة تصوره العقلي عنها .

التعريف الإجرائي لمفهوم الذات :

الدرجة التي يحصل عليها المستجيب من خلال الإجابة على فقرات مقياس مفهوم الذات .

الدراسات السابقة :

دراسة رام (Ram, 1974)

(فعالية التدريب على توكيد الذات في معالجة سلوك العزلة)

هدفت الدراسة إلى تحديد فعالية التدريب على توكيد الذات في معالجة سلوك العزلة، اختيرت عينة من المنعزلات والبالغ عددهن (٤٥) ،قسمت عشوائياً وبالتساوي على ثلاث مجموعات تجريبية . تلقى أفراد المجموعة الأولى تدريباً على توكيد الذات وتلقى أفراد المجموعة الثانية تدريباً معرفياً والمجموعة الثالثة الضابطة لم يتلقى أفرادها أي شكل من أشكال العلاج.

توصلت الدراسة إلى النتائج الآتية:

- وجود نقصان ملحوظ لدى المجموعة التجريبية الأولى في الاختبار البعدي بعد تطبيق مقياس العزلة.
- إما المجموعة الثانية فلم يظهر لديها أي تحسن
- إما المجموعة الضابطة، فلم يظهر عليها أي تغيير على درجات مقياس العزلة.

(المصري، ١٩٩٣: ١٩)

دراسة جلاس (Glass, 1977)

(فعالية التدريب على توكيد الذات عند الطلبة غير المؤكدين لذواتهم) .

هدفت الدراسة معرفة فعالية التدريب على توكيد الذات عند الطلبة غير المؤكدين لذواتهم، باستخدام مقياس التعزيز الذاتي ، اذ قسم أفراد العينة والبالغ عددهم (٤٠) على مجموعتين أحدهما تجريبية والأخرى ضابطة ، وتم استخدام بعض الفنيات في البرنامج الإرشادي وهي (ترديد السلوك، النمذجة، التغذية الراجعة، التعزيز، التمثيل، الواجبات البيئية) .

وبعد معالجة البيانات إحصائياً، وباستخدام البرنامج التائي وتحليل التباين لمعرفة مدى فعالية التدريب على توكيد الذات، وتوصلت الدراسة إلى:

- وجود فروق دالة إحصائية بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية. (Glass, 1977:390)

دراسة بكر، ١٩٧٩

(قياس مفهوم الذات إلى الكشف والاعتراب لدى طلبة الجامعة)

هدفت الدراسة إلى الكشف عن مفهوم الذات والاعتراب والعلاقة بينهما لدى طلبة الجامعة بصورة عامة ولدى الجنسين والموازنة بينهما، وذلك عن طريق إعداد مقياس لتحقيق ذلك الهدف والمكون من (٧٦) فقرة تكونت عينة الدراسة من (٢٩٩) طالباً وطالبة في الصفوف الثالثة والرابعة في الجامعة المستنصرية. وتم استخدام الوسائل الاحصائية المناسبة وهي الاختبار التائي ومعامل ارتباط بيرسون توصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة احصائية لصالح الذكور. (بكر، ١٩٧٩: ٨٠)

دراسة سيبيل (Sibili, 1985)

(أثر الإرشاد الجمعي في مفهوم الذات والانجاز الأكاديمي)

هدفت الدراسة التعرف إلى أثر الإرشاد الجمعي في مفهوم الذات والانجاز الأكاديمي على الطلبة السود في جامعة تكساس. تكونت عينة الدراسة من (١٧٦) طالباً تم اختيارهم عشوائياً وتمت الإفادة من مقياس (تنسي) لمفهوم الذات وتم تحليل البيانات باستخدام تحليل التباين ومعامل الارتباط.

وتوصلت الدراسة إلى النتائج الآتية:

- تحسن المفاهيم الايجابية نحو الذات لدى المجموعة التجريبية
- حقق البرنامج الإرشادي نجاحاً في رفع مستوى الانجاز الأكاديمي لدى الطلاب
- وجود علاقة ايجابية بين مفهوم الذات والانجاز الأكاديمي

(Sibili, 1985:2545)

دراسة العادلي، ١٩٩٣

(فاعلية الإرشاد الجمعي في مفهوم الذات والمسؤولية الاجتماعية لدى الأحداث الجانحين)

هدفت الدراسة التعرف إلى فاعلية الإرشاد الجمعي في مفهوم الذات والمسؤولية الاجتماعية لدى الأحداث الجانحين، وشملت الدراسة (٨٨) حدثاً، قسموا إلى أربع مجموعات، مجموعتين تجريبيتين ومجموعتين ضابطين، تعرضت المجموعتان التجريبيتان إلى البرنامج الإرشادي الذي قدم عن طريق (المحاضرة، المناقشة الجماعية، عرض الأفلام) وبعد تفريغ البيانات ومعالجتها إحصائياً توصلت الدراسة إلى مايلي:

- فاعلية البرنامج الإرشادي في تطوير مفهوم الذات والمسؤولية الاجتماعية لدى المجموعتين التجريبيتين اللتين تعرضتا للبرنامج الإرشادي مقارنة بالمجموعتين الضابطين. (العادلي، ١٩٩٣: ٩٠٨)

دراسة رمح، ١٩٩٨

(قياس مفهوم الذات بين طلبة التربية والآداب في الجامعة المستنصرية: دراسة مقارنة)
هدفت الدراسة إلى قياس مفهوم الذات بين طلبة التربية والآداب في الجامعة المستنصرية (دراسة مقارنة). تجلت أهمية الدراسة الاهتمام بالشباب الجامعي الذي يعد الشرائح الاجتماعية، ونالوا الاهتمام والموضوعية من المربين والمختصين لغرض توجية طاقتهم خدمة للمجتمع. وتكونت عينة الدراسة من (٥٦) طالبا وطالبة في الجامعة المستنصرية. وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

وجود فروق ذات دلالة احصائية لصالح الإناث، وذلك يدل بان الإناث يتمتعن بمفهوم واضح عن الذات من الذكور. (رمح، ١٩٩٨: ٤٠)

دراسة نوري، ٢٠٠٣

(اثر برنامج إرشادي لتنمية الشعور بالذات لدى طلبة كلية التربية)

هدفت الدراسة التعرف إلى اثر برنامج إرشادي لتنمية الشعور بالذات لطلبة الكلية، تكونت عينة البحث من (٢٤) طالبا وطالبة، موزعة بالتساوي وفق متغير عينة البحث للمجموعتين التجريبية والضابطة للمرحلة الدراسية الثالثة من طلبة كلية المعلمين العام الدراسي ٢٠٠٢-٢٠٠٣، اعتمد الباحث أداة بص (Buss) ١٩٨٧ للشعور بالذات وتم تكيفه للبيئة العراقية. وتوصلت الدراسة إلى النتائج الآتية:

- وجود فروق ذات دلالة على مقياس الشعور بالذات لصالح المجموعة التجريبية.
- عدم وجود فروق ذات دلالة وفق متغير الجنس (ذكور، إناث)

(نوري، ٢٠٠٣: ٦١)

إجراءات البحث :

أولا: التصميم التجريبي :

بما ان هدف البحث هو معرفة اثر برنامج إرشادي في تعديل مفهوم الذات لدى طلبة كلية التربية ، لذا يمكن تمثيل البحث بالتصميم الآتي :

المجموعة	اختبار قبلي	البرنامج الإرشادي	اختبار بعدي
التجريبية	مقياس مفهوم الذات	أسلوب توكيد الذات	مقياس مفهوم الذات
الضابطة	مقياس مفهوم الذات	-----	مقياس مفهوم الذات

ثانياً: مجتمع البحث :

تكون مجتمع البحث من طلبة كلية التربية / المرحلة الثالثة /جامعة الموصل، البالغ عددهم (١١٦٧) طالب وطالبة مقسمين إلى (٦٩٧) طالب و(٤٧٠) طالبة .

ثالثاً: عينة البحث :

تكونت عينة البحث من (٤٠) طالباً وطالبة ، بواقع (٢٠) طالباً وطالبة للمجموعة التجريبية مقسمة بالتساوي كذلك (٢٠) طالباً وطالبة للمجموعة الضابطة ، تم اختيارهم عشوائياً من طلبة كلية التربية / المرحلة الثالثة -قسم الحاسبات والذين لديهم تقدير ذات منخفض بناءً على درجاتهم على مقياس مفهوم الذات .

رابعاً: أدوات البحث :**أولاً: مقياس مفهوم الذات :**

لغرض تحقيق أهداف البحث وبعد الاطلاع على الأدبيات والدراسات السابقة ، تم بناء مقياس لقياس مفهوم الذات وفق الخطوات الآتية :

- ١- قام الباحث بعرض استبيان على مجموعة من المحكمين* للتعرف على الفقرات المناسبة لمفهوم الذات من وجهة نظرهم .
- ٢- في ضوء الأدبيات والدراسات السابقة وملاحظات المحكمين ، صاغ الباحث مجموعة من الفقرات التي تمثل نواة المقياس الخاص بمفهوم الذات .
- ٣- صدق المقياس : عرضت أصوره الأولية للمقياس على مجموعة من المحكمين والمتخصصين في مجال علم النفس والإرشاد النفسي والتوجيه التربوي للتحقق من

* لجنة المحكمين : المقياس والبرنامج الإرشادي

- | | |
|---------------------------|-------------------------------------|
| ١- أ.م.د أسامة حامد محمد | جامعة الموصل/ كلية التربية |
| ٢- أ.م.د احمد محمد نوري | جامعة الموصل/ كلية التربية الأساسية |
| ٣- أ.م.د خشان حسن علي | جامعة الموصل/ كلية التربية الأساسية |
| ٤- أ.م.د سمير يونس محمود | جامعة الموصل/ كلية التربية |
| ٥- أ.م.د صبيحة ياسر مكطوف | جامعة الموصل/ كلية التربية |
| ٦- أ.م.د فاتح أبلحد فتوح | جامعة الموصل/ كلية التربية |
| ٧- أ.م.د كامل عبد الحميد | جامعة الموصل/ كلية التربية |
| ٨- م.د علي سليمان الجميلي | جامعة الموصل/ كلية التربية |
| ٩- م.د علي عليج خضر | جامعة الموصل/ كلية التربية |
| ١٠- م.د قيس محمد علي | جامعة الموصل/ كلية التربية |

صلاحية فقرات مقياس مفهوم الذات ، وقد اجمع المحكمين على صلاحية المقياس بعد إجراء بعض التعديلات ، وبلغ عدد فقرات المقياس (٣١) فقرة.

٤ - تحليل الفقرات (القوة التمييزية للفقرات)

يقصد بتحليل الفقرات اختيار الفقرات ذات القدرة على التمييز بين المفحوصين في السمة التي يقيسها المقياس . (Stanly & Hopkins, 1972: 268)

والهدف منها هو الإبقاء على الفقرات ذات التمييز العالي وهي الفقرات الجيدة في

المقياس . (Ebel, 1972: 392)

ولتحقيق ذلك اعتمد الباحث أسلوب المجموعتين المتطرفتين بإتباع الخطوات الآتية:

- رتبت الدرجات الكلية التي حصل عليها أفراد العينة (بعد التصحيح وإيجاد الدرجة الكلية لكل مستجيب تصاعدياً) .

- اختيرت أعلى (٢٧%) من الدرجات وسميت بالمجموعة العليا ، وأدنى (٢٧%) منها وسميت بالمجموعة الدنيا . وقد اعتمدت نسبة ٢٧% العليا و ٢٧% الدنيا، لإفراد العينة الاستطلاعية التي خضعت للتحليل الإحصائي والبالغ عددها (٤٠٠) استمارة لأنها توفر مجموعتين على أفضل ما يمكن من حجم وتمايز . حيث أشار (كيلي ، Kelly) إلى ان هذه النسبة تجعل المجموعتين في أفضل ما يكون من حيث الحجم والقياس ، وان يكون التوزيع قريباً من التوزيع الأعتدالي . (Anastasi, 1988: 213) . وبذلك بلغ عدد الاستمارات التي خضعت للتحليل في البحث الحالي (١٠٨) استمارة في كل مجموعة ، أي ان عدد الاستمارات في المجموعتين العليا والدنيا هو (٢١٦) استمارة وقد قربت حدود الدرجات للمجموعة العليا من (٦٥-٩٤) وحدود الدرجات للمجموعة الدنيا من (٤٧-٦٠) .

- تطبيق الاختيار التائي (t.Test) لعينتين مستقلتين وذلك لاختبار دلالة الفروق بين متوسطي درجات المجموعتين العليا والدنيا على كل فقرة ، وعدت القيمة التائية المحسوبة مؤشراً لتمييز كل فقرة من خلال مقارنتها بالقيمة الجدولية ، ونتيجة لهذا الأجراء الإحصائي بواسطة الحاسب الآلي تبين ان فقرات المقياس جميعها مميزة عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وبذلك يبقى عدد فقرات المقياس (٣١) فقرة تشكل الأداة بصورتها النهائية (الملحق ١) ، والجدول (١) يوضح ذلك .

جدول (١)

القوة التمييزية لفقرات مقياس القيم الجمالية

رقم الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		رقم الفقرة	القيمة التائية	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		رقم الفقرة
	المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف			المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف	
١	٢,١٢٩	٠,٧٨٦	١,٥٨٣	٠,٧١٢	١٧	٥,٣٥١	١,٧١٢	١,٥٨٣	٠,٧٨٦	٢,١٢٩	١
٢	٢,٢٥٠	٠,٨٦٧	١,٦٢٩	٠,٨٢٧	١٨	٥,٣٤٩	٠,٨٢٧	١,٦٢٩	٠,٨٦٧	٢,٢٥٠	٢
٣	٢,٢٠٣	٠,٨٥١	١,٧٥٩	٠,٨١٨	١٩	٣,٩١١	٠,٨١٨	١,٧٥٩	٠,٨٥١	٢,٢٠٣	٣
٤	٢,١٦٦	٠,٨٣٧	١,٥٨٣	٠,٧٨٦	٢٠	٥,٢٧٦	٠,٧٨٦	١,٥٨٣	٠,٨٣٧	٢,١٦٦	٤
٥	٢,١٢٠	٠,٨١٧	١,٥٦٤	٠,٧٦٤	٢١	٥,١٦٠	٠,٧٦٤	١,٥٦٤	٠,٨١٧	٢,١٢٠	٥
٦	١,٩٥٢	٠,٩٠٩	١,٣٨١	٠,٦٦٠	٢٢	٣,٢٩٤	٠,٦٦٠	١,٣٨١	٠,٩٠٩	١,٩٥٢	٦
٧	٢,٤٥٢	٠,٥٥٠	٢,٠٢٣	٠,٥١٧	٢٣	٣,٦٧٨	٠,٥١٧	٢,٠٢٣	٠,٥٥٠	٢,٤٥٢	٧
٨	٢,٠٢٣	٠,٨١١	١,٥٤٧	٠,٨٠٢	٢٤	٢,٧٠٥	٠,٨٠٢	١,٥٤٧	٠,٨١١	٢,٠٢٣	٨
٩	٢,٠٧١	٠,٨٩٤	١,٥٤٧	٠,٨٠٢	٢٥	٢,٨٢٥	٠,٨٠٢	١,٥٤٧	٠,٨٩٤	٢,٠٧١	٩
١٠	٢,٥٠٠	٠,٦٣٤	٢,١٦٦	٠,٥٨٠	٢٦	٢,٥١٢	٠,٥٨٠	٢,١٦٦	٠,٦٣٤	٢,٥٠٠	١٠
١١	٢,٤٢٨	٠,٥٩٠	١,٩٥٢	٠,٧٣٠	٢٧	٣,٢٨٥	٠,٧٣٠	١,٩٥٢	٠,٥٩٠	٢,٤٢٨	١١
١٢	٢,٠٧٤	٠,٧٩٣	١,٥٤٦	٠,٧١٥	٢٨	٥,١٣٣	٠,٧١٥	١,٥٤٦	٠,٧٩٣	٢,٠٧٤	١٢
١٣	٢,٣٥٧	٠,٨٧٨	١,٩٠٤	٠,٩٥٧	٢٩	٢,٢٥٦	٠,٩٥٧	١,٩٠٤	٠,٨٧٨	٢,٣٥٧	١٣
١٤	٢,١٤٨	٠,٨٦٢	١,٦١١	٠,٧٤٦	٣٠	٤,٨٩١	٠,٧٤٦	١,٦١١	٠,٨٦٢	٢,١٤٨	١٤
١٥	٢,٢٦١	٠,٥٨٦	١,٨٨١	٠,٥٥٠	٣١	٣,٠٧٠	٠,٥٥٠	١,٨٨١	٠,٥٨٦	٢,٢٦١	١٥
١٦	٢,٢٣٨	٠,٥٧٦	١,٨٥٧	٠,٤١٧		٣,٤٦٩	٠,٤١٧	١,٨٥٧	٠,٥٧٦	٢,٢٣٨	١٦

* القيمة التائية الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) ودرجة حرية (٢١٦) = ١.٩٦ .

٥- ثبات المقياس / تم حساب الثبات بطريقة إعادة التطبيق بعد أسبوعين من التطبيق الأول

على عينة مكونة من (٣٠) طالب وطالبة اذ بلغ معامل الثبات (٠,٨٠)

٦- تصحيح المقياس / تم تصحيح المقياس بوضع درجة الاستجابة لكل مفحوص على كل

فقرة من فقرات المقياس الذي مجموع فقراته (٣١) فقرة ، وقد تم وضع ثلاثة بدائل لكل

فقرة وهي (أ-ب-ج) وقد تراوحت درجات الاستجابة لكل فقرة من فقرات المقياس من

(٣-١) درجة وهي تقابل ثلاثة بدائل كون الفقرات سلبية . واستخراج الدرجة الكلية عن

طريق جمع درجات الاستجابات على المقياس لكل مفحوص ، ويمكن ان يحصل

المستجيب للمقياس على أعلى درجة وهي (٩٣) علماً ان المتوسط الفرضي للمقياس هو (٦٢) درجة .

٧- الوسائل الإحصائية / بغية معالجة البيانات إحصائياً ومن ثم التوصل إلى نتائج البحث استخدم الباحث الوسائل الإحصائية الموجودة في الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (Spss) وباستخدام الحاسوب وهي :

أ- معامل ارتباط بيرسون
ب- الاختبار التائي

ثانياً : البرنامج الإرشادي باستخدام أسلوب توكيد الذات

بما إن هدف البحث هو معرفة اثر برنامج إرشادي في تعديل مفهوم الذات لدى طلبة كلية التربية ، لذا ينبغي توظيف أسلوب توكيد الذات بما يتلاءم مع طبيعة البحث وأهدافه ، وتحديد الاستراتيجيات الإرشادية المناسبة للأسلوب الإرشادي ، لذا قام الباحث بالإجراءات الآتية :

١- الإطلاع على الأدبيات والدراسات التي بحثت موضوع مفهوم الذات والدراسات التي اعتمدت أسلوب توكيد الذات

٢- عرض مخطط الجلسات الإرشادية لأسلوب توكيد الذات بصيغته الأولية على عدد من المحكمين في مجال علم النفس والإرشاد النفسي والتوجيه التربوي * للتأكد من صلاحية الأهداف والاستراتيجيات التي استخدمت فضلاً عن عدد الجلسات والمدة الزمنية الأربعة لتحقيق أهداف البرنامج .

٣- بعد إطلاع المحكمين على مخطط الجلسات الإرشادية ، وإجراء التعديلات اللازمة أصبح البرنامج الإرشادي جاهز للتطبيق ، اذ تكون البرنامج من (١٠) جلسات إرشادية . بدأ الباحث بتطبيقها على أفراد المجموعة التجريبية يوم الثلاثاء الموافق ٢٠٠٨/١١/١١ وانتهت يوم الثلاثاء الموافق ٢٠٠٩/٢/٣٠ تضمنت الجلسة الاولى (التمهيدية) التعارف بين الباحث وإفراد المجموعة التجريبية من خلال الترحيب وتعريفهم بالأسلوب الإرشادي الخاص بتوكيد الذات وتوضيح خطوات تنفيذه في ضوء الاستراتيجيات المستخدمة في البرنامج والتي من شأنها تساعد المسترشد على إتقان الأسلوب الإرشادي بعد تحديد الحاجات الأساسية والتي تعد موضوعات الجلسة الإرشادية والتي تم الاعتماد عليها بعد تطبيق المقياس بوصفها مؤشرات لاحتياجات الطلبة الذين لديهم تقدير منخفض لذواتهم بناءً على مقياس مفهوم الذات وتم ترتيب المواضيع الخاصة بالبرنامج الإرشادي حسب حدتها وهي كالتالي :

الجلسة الثانية : أنا

الجلسة الاولى : التمهيدية

الجلسة الرابعة : أبي

الجلسة الثالثة : حياتي

الجلسة السادسة : قدراتي	الجلسة الخامسة : مستقبلي
الجلسة الثامنة : وقتي	الجلسة السابعة : أغضب
الجلسة العاشرة : الختامية	الجلسة التاسعة : الليل

الاستراتيجيات المستخدمة في أسلوب توكيد الذات

أ- الكرسي الخالي : An empty chair

هو من الفنيات التي تستخدم كوسيلة لاستدعاء وإثارة إحساس معين أو تكوين فكرة معينة، أو بهدف توجيه إحساس معين نحو فرد ما ، فعندما يكون (الانا المساعد) غير متاح، أو عندما يكون المسترشد أكثر راحة في غياب (الانا المساعد) فان كرسيًا خاليًا يكون البديل، ويتم وضعه في المساحة التي سيجري فيها الأداء وبحضور أعضاء المجموعة التجريبية، لتخيل ان شخصاً أو أمنية أو هدف أو سمة من المفروض ان تكون جالسة على الكرسي الخالي والذي يود الجماعة ان تقول له أو فيه شيئاً ما له مغزى معين. والهدف من هذه الفنية هو إضفاء روح الحيوية والفكاهة وجعل الجلسات ممتعة ومؤسسة لإفراد المجموعة.

(سليمان، ١٩٩٩:١٨٧)

وظف الباحث الكرسي الخالي من خلال محاكاة المسترشدين لهذه الفنية باعتبارها البديل بحق الشخص أو الهدف من الجلسة الإرشادية.

ب- لعب الدور : Role playing

يتم فيه تمثيل مواقف مختلفة بطريقة درامية، اذ يعد هذه السلوك الطريقة الأساسية في تكرار السلوك، كما يمكن عكس الدور، اذ يقوم أفراد المجموعة بتبادل الأدوار.

(شيفير ومليمان، ١٩٩٦:٢٠٧)

إن لعب الدور يوفر للفرد فرصة للتعلم والتعرف والتدريب على الحلول الممكنة في موقف معين، اذ يتضمن الكثير من مظاهر التعلم الاجتماعي، ومن أهم أركانه إن يعبر المسترشد عن نفسه بحريه وصدق وتلقائية (العزة، ٢٠٠١:٤١٨)

ولغرض تحقيق الأهداف الإرشادية اعد الباحث مجموعة من الحوارات تتناسب وموضوع

الجلسة الإرشادية

ج- التعزيز الاجتماعي : Social Reinforcement

يتضمن هذا الأجراء الثناء على الطلبة من قبل الباحث، عن إتقان السلوك المرغوب فيه ويجب إن يؤخذ بنظر الاعتبار إن الاستجابة التي يسعى للوصول إليها ستتشكل بالتدريج من خلال الثناء (عربيات، ٢٠٠١:١٦٠) وهذه المعززات لها ميزات كثيرة، منها أنها مثيرات طبيعية، ويمكن تقديمها بعد السلوك (الخطيب، ١٩٩٥:١٤٤)

وقد استخدم الباحث أسلوب المدح والثناء على المسترشدين بعد إتقان السلوك المرغوب فيه

د- التغذية الراجعة : Feed Back

يقصد بها إخبار أفراد المجموعة بالخطوات الناجحة في تأديتهم للمهارة (تغذية راجعة ايجابية) كذلك بالخطوات الخاطئة وكيفية تصحيحها (تغذية راجعة تصحيحية) (Goldstein, 1982:137)

وقد استخدم الباحث هذا الأجراء بهدف التغيير الحقيقي في سلوك المسترشدين والتي تدل على مدى استيعابهم لما دار في الجلسة الإرشادية.

هـ- التدريب : Training

يقصد به التحضير للواجبات المطلوبة في الجلسات الإرشادية، وتشجيع أفراد المجموعة على تطبيق ما تعلموه في المواقف الحياتية المشابهة والتي تواجههم. (Cory,1982:160) وقد طلب الباحث من المسترشدين التدريب على الفعالية إمام المرأة، لفهم نواتهم ونقل ما تدربوا عليه إلى المواقف الواقعية.

أنموذج لجلسة إرشادية موضعا فيها استراتيجيات أسلوب توكيد الذات

مدتها : ٥٥ دقيقة

الجلسة الرابعة

الموضوع	أبي
الحاجات المرتبطة بالموضوع	العلاقة الأبوية .
الأهداف المرتبطة بالحاجات	إن يتعرف أفراد المجموعة على العلاقة الأبوية
الإستراتيجيات والنشاطات الإرشادية	- الكرسي الخالي . - لعب الدور . - التعزيز الاجتماعي . - التغذية الراجعة .
التدريب	يطلب الباحث من أفراد المجموعة نقل ما تم تعلمه إلى المواقف الحياتية بعد التدرب إمام المرأة وتدوين تلك المواقف التي تصادفهم والصعوبات التي تعترضهم لمناقشتها في الجلسة القادمة

((محتوى الجلسة))

- يقوم الباحث بالتحدث عن دور الوالد في حياة أبنائه وإثره على أسلوبهم الحياتي وأهمية تكوين مفاهيم ايجابية لدى الأبناء من خلال تعامله الإنساني والأخلاقي، مع إعطاء بعض الامثلة المتعلقة ببعض الأسر وطرق التنشئة لأبنائهم
- ومن خلال أسلوب توكيد الذات يشارك المرشد ويصحح الأفكار والتصورات غير المنطقية
- الكرسي الخالي / يطلب الباحث من أفراد المجموعة التجريبية الجلوس على شكل نصف دائرة، ويتم وضع الكرسي الخالي أمام الطلبة
- يطلب الباحث من احد الطلبة أو أكثر (الراغبين) بتقديم شكاوهم ومعاناتهم وان يتخيلوا ذواتهم جالسة على الكرسي، ويرغبوا الحديث مع ذواتهم ليترجموا ما يشعرون به ومواجهة أذات والتحدث بصوت عالٍ للقيام بإسقاط ما بداخلهم من قلق وتوتر وإبداء المحاوره مع أذات الأبوية للوصول إلى الارتياح وتجاوز قساوته والاتفاق معه على أسلوب حياتي جديد مبني على الحب والتقبل والثقة بالنفس
- يعطي الباحث التعزيز الاجتماعي من خلال تشجيع الطلبة على الحديث بصراحة وقول عبارات تعزيزيه مثل : جيد، أحسنت، كان أدائك رائعاً.
- يعطي الباحث التغذية الراجعة وذلك بتعريف الطلبة بعد الانتهاء من فنية الكرسي الخالي، هل كان الأداء مناسب، والأسلوب في مخاطبة ومواجهة أذات بما يتماشى مع الواقع.
- يطلب الباحث من أفراد المجموعة إن ينفذوا ما دار في الجلسة الإرشادية ومناقشتهم والإجابة على التساؤلات والاستفسارات.
- التدريب / يطلب الباحث من أفراد المجموعة نقل ما تم تعلمه إلى المواقف الحياتية بعد التدريب عليه أمام المرأة وتدوين تلك المواقف التي تصادفهم والصعوبات التي تعترضهم لمناقشتها في الجلسة القادمة.

عرض النتائج ومناقشتها :

هدف البحث إلى معرفة اثر برنامج إرشادي في تعديل مفهوم أذات لدى طلبة كلية التربية، ولمعرفة دلالة الفروق بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة، وبين الجنسين سيتم عرض نتائج فرضيات البحث :

الفرضية الأولى : لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في الاختبار القبلي والبعدي على مقياس مفهوم الذات.

تم التحقق من صحة هذه الفرضية في استخراج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات أفراد المجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج الإرشادي بأسلوب توكيد الذات (٥٩,٣٥) والانحراف المعياري (١١,٨٩) ومتوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج الإرشادي (٤٧,٠٥) والانحراف المعياري (٨,٥٣) ولمعرفة دلالة الفرق استخدم الاختبار التائي (t.Test) لعينتين مترابطتين.

أظهرت نتيجة الاختبار ان القيمة التائية المحسوبة بلغت (٤,٦٣) وهي اكبر من القيمة الجدولية التي تساوي (٢,٠٨) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (١٩) وهذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح أفراد المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج الإرشادي وبأسلوب توكيد الذات، الجدول (٢) يوضح ذلك

جدول (٢)

القيمة التائية للفروق بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج الإرشادي وبعد التطبيق

الاختبار	العدد	المتوسط الحسابي	متوسط الفروق	الانحراف المعياري	القيمة التائية
القبلي	٢٠	٥٩,٣٥	١٢,٣٠	١١,٨٩	*٤,٦٣
البعدي		٤٧,٠٥		٨,٥٣	

* قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (١٩) ومستوى دلالة $\geq (٠.٠٥) = ٢.٠٨$

- أسفرت النتيجة إلى فاعلية البرنامج الإرشادي في فهم الذات لدى أفراد المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج اعتماداً على أسلوب توكيد الذات والذي كان له الأثر الفاعل للتأثير في ذواتهم. إذ ان توكيد الذات يمكن الباحث من إتباع استراتيجيات مختلفة وأساليب علاجية متنوعة تتصف بالشمولية والتكامل.
- ويعزى الباحث فهم الذات إلى تغير العمليات المعرفية وأنماط التفكير الخاطئة لدى أفراد المجموعة وتتفق هذه النتيجة مع دراسة كل من (جلاس,1977, Glass, وسيبيل, sibili, 1985, والعدلي ١٩٩٣)

الفرضية الثانية: لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس مفهوم الذات بعد تطبيق البرنامج الإرشادي.

تم التحقق من صحة هذه الفرضية باستخراج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات أفراد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة بعد تطبيق البرنامج الإرشادي (أسلوب توكيد الذات). وأتضح ان متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية (٤٧,٠٥) والانحراف المعياري (٨,٥٣) ومتوسط درجات أفراد المجموعة الضابطة (٦١,٥٧) والانحراف المعياري (١٢,٧٥) ولمعرفة دلالة الفروق استخدم الباحث الاختبار التائي (t.Test) لعينتين مستقلتين. أظهرت نتيجة الاختبار ان القيمة التائية المحسوبة بلغت (٤,٢٨) وهي اكبر من القيمة الجدولية التي تساوي (٢,٠٢) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٣٨) وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة احصائية لصالح المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج الإرشادي والجدول (٣) يوضح ذلك

جدول (٣)

القيمة التائية للفروق بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية والضابطة بعد تطبيق البرنامج الإرشادي

الاختبار	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية
التجريبية	٢٠	٤٧,٠٥	٨,٥٣	*٤,٢٨
الضابطة	٢٠	٦١,٥٧	١٢,٧٥	

• قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (٣٨) ومستوى دلالة $\geq (٠.٠٥) = ٢.٠٢$

يعزي الباحث الفروق لمصلحة المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج الإرشادي الى أن للإرشاد الجماعي وبالاعتماد على أسلوب توكيد الذات الأثر الايجابي في التعامل مع مفهوم الذات، فهو يوفر فرصة لنمو العلاقات الاجتماعية، وإمكانية التخلص مما تعلمه الفرد من سلوك واتجاهات ومفاهيم غير مرغوبة ، فضلا عن ذلك فان الاستراتيجيات الإرشادية التي استخدمها الباحث في الجلسات الإرشادية دورا فعالا في زيادة التقبل والاحترام لدى أفراد المجموعة التجريبية مما أتاحت الفرصة للتعبير عن الرأي والتعرف عن ذواتهم للانتقال من الدعم الداخلي إلى الدعم الخارجي وهذه النتيجة تتفق مع الدراسات التي تعتمد على البرامج الإرشادية في المعالجة كدراسة كل من (رام، Rimm 1974 ، ونوري ٢٠٠٣).

الفرضية الثالثة : لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية (طلاب - طالبات) على مقياس مفهوم الذات بعد تطبيق البرنامج الإرشادي (توكيد الذات)

تم التحقق من صحة هذه الفرضية باستخدام المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات (الطلاب - الطالبات) بعد تطبيق البرنامج الإرشادي ، أتضح أن متوسط درجات الطلاب (٤١,٧٠) والانحراف المعياري (٥,٧١) ومتوسط درجات الطالبات (٥١,٠٠) والانحراف المعياري (٧,٤٢) ولمعرفة دلالة الفروق بينهما استخدم الباحث الاختبار التائي (t.Test) لعينتين مستقلتين. أظهرت نتيجة الاختبار ان القيمة التائية المحسوبة بلغت (٣,١٣) وهي اكبر من القيمة الجدولية التي تساوي (٢,٠٢) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (١٨) وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح المتوسط الحسابي لدرجات الطالبات والجدول (٤) يوضح ذلك

جدول (٤)

القيمة التائية بين متوسط درجات (الطلاب - الطالبات) بعد تطبيق البرنامج الإرشادي

الاختبار	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية
طلاب	١٠	٤١,٧٠	٥,٧١	*٣,١٣
طالبات	١٠	٥١,٠٠	٧,٤٢	

* قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (١٨) وعند مستوى دلالة $\geq (٠.٠٥) = ٢.٠٢$

يعزى الباحث ذلك إلى المواقف والخبرات التي تمر بها الطالبات مما يؤدي بهن إلى اكتساب مفاهيم سلبية نحو ذواتهن، فضلاً عن الخبرات المؤلمة مما ينتقل أثرها وعن طريق التعلم إلى مواقف أخرى، فتشعر الطالبة بالعجز وعدم التقدير لذاتها. فضلاً عن ذلك لا بد من إبراز دور أسلوب توكيد الذات لتكوين مفاهيم ايجابية لدى ذواتهن وعن طريق ستراتيجياته لتنمية الاقتدار والكفاية عندهن وتزويدهن بفرص الثقة بالنفس ولعب الأدوار المناسبة للوصول إلى ذواتهن بغية فهم الذات وتحقيق أهدافهن. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة كل من (الاشول، ١٩٨٠، ورمح، ١٩٩٨)

التوصيات :

- انسجاماً مع نتائج البحث يوصي الباحث بما يأتي :
- ١- إبراز دور الإرشاد الجامعي في تنمية مفهوم الذات لدى الطلبة.
 - ٢- الإفادة من المراكز الإرشادية في الجامعات لحل مشاكل الطلبة وتنمية ثقتهم بنفسم وتحمل مسؤولياتهم لتجاوز السلوكيات غير المرغوبة.
 - ٣- إرشاد الطلبة الجدد وتهيئتهم للجو الجامعي الذي يعد بمثابة مرحلة انتقالية من حياة المدرسة إلى الحياة الجامعية لتنمية مفهومهم الذاتي.
 - ٤- توظيف أسلوب توكيد الذات لتعديل مفهوم الذات لدى الطلبة.

المقترحات :

- في ضوء نتائج البحث يقترح الباحث القيام بالدراسات الآتية :
- ١- إجراء دراسة لمعرفة اثر البرنامج الإرشادي في تنمية مفهوم الذات لدى طلبة المدارس الإعدادية.
 - ٢- إجراء دراسة مماثلة لمعرفة اثر أسلوب توكيد الذات مع متغيرات أخرى كالتحصيل الدراسي، الاتزان الانفعالي، النمو الخلقى، الخجل.

المصادر:

- ١- أدم، أدم عبد الكريم (٢٠٠٢) مفهوم الذات لدى تلاميذ المدرسة الأساسية السودانية في بغداد وعلاقته باغتراب الإباء، (رسالة ماجستير غير منشورة)، كلية التربية، (أبن الرشد) جامعة بغداد.
- ٢- الاحرش، موفق وآخرون (٢٠٠٢) المدخل إلى التوجيه والإرشاد النفسي، دار الكتب الوطنية، بنغازي، ليبيا.
- ٣- الاشول، عادل عز الدين (١٩٨٢) دراسة ميدانية عن العلاقة بين النضج الانفعالي والتحصيل الدراسي، مجلة كلية التربية، العدد (٥) جامعة عين شمس، القاهرة.
- ٤- بكر، محمد الياس (١٩٧٩) قياس مفهوم الذات والاعتراب لدى طلبة الجامعة (أطروحة دكتوراه غير منشورة) كلية الآداب، الجامعة المستنصرية، بغداد.
- ٥- بهادر، سعدية (١٩٨٣) من أنا، مؤسسة الكويت للتقدم العلمي، الكويت.
- ٦- الجعفري، فاطمة احمد (٢٠٠٢) الحرمان العاطفي من الأبوين وعلاقته بمفهوم الذات والتوافق الاجتماعي، (رسالة ماجستير غير منشورة) كلية التربية للبنات، جامعة بغداد.
- ٧- الجنابي، يحيى داود سليمان (١٩٩٢) بناء برنامج في الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي لطلبة الجامعات، (أطروحة دكتوراه غير منشورة) كلية التربية، الجامعة المستنصرية، بغداد.
- ٨- حمدي، نزيه ونسيمة داود (٢٠٠٠) علاقة الفاعلية الذاتية المدركة بالاكنتاب والتوتر لدى طلبة كلية العلوم التربوية في الجامعة الأردنية، مجلة دراسات، العدد (١٧).
- ٩- الخطيب، جمال (١٩٩٥) تعديل السلوك الإنساني، ط٣، مكتبة العلاج للنشر والتوزيع، الكويت.
- ١٠- الدوسري، صالح جاسم (١٩٨٥) الاتجاهات العلمية في تخطيط برامج التوجيه والإرشاد، مجلة رسالة الخليج العربي، العدد (١٥)، الرياض.
- ١١- رمح، عباس رمضان (١٩٩٨) مقياس مفهوم الذات بين طلبة كلية التربية والآداب في الجامعة المستنصرية "دراسة مقارنة"، كلية التربية، الجامعة المستنصرية، بغداد.
- ١٢- زهران، حامد عبد السلام (١٩٨٠) علم النفس الاجتماعي، ط٤، عالم الكتب، القاهرة.
- ١٣- (١٩٨٦) مفهوم الذات والسلوك التربوي للمعلمين بين الواقع والمثالية، مجلة كلية التربية، جامعة الملك عبد العزيز بمكة المكرمة، العدد (٢) الرياض، السعودية.
- ١٤- سليمان، عبد الرحمن سيد (١٩٩٩) بحوث ودراسات في العلاج النفسي، ح١، مكتبة زهراء الشرق.

- ١٥- شعيب، علي محمود علي (١٩٨٨) تقدير الذات والقلق والتحصيل الدراسي لدى المراهقين من المجتمع السعودي، *مجلة العلوم الاجتماعية*، جامعة الكويت.
- ١٦- شيفر ومليمان (١٩٩٦) مشكلات الأطفال والمراهقين وأساليب المساعدة فيها، ترجمة: نسيمه داود ونزيه حمدي، مطبوعات الجامعة الأردنية، الأردن.
- ١٧- الشيباني، عمر محمد (١٩٧٣) *الأسس التقنية والتربوية لرعاية الشباب*، دار الثقافة، بيروت.
- ١٨- صوالحه، محمد (١٩٩٢) دراسة تطويرية لدراسة مفهوم الذات، *مجلة أبحاث اليرموك*، العدد (٨) جامعة اليرموك، الأردن.
- ١٩- عبد الحافظ، سلامة (٢٠٠٧) *علم النفس الاجتماعي*، المكتبة الوطنية، عمان، الأردن.
- ٢٠- عبد الخالق، احمد (١٩٩٣) *أسس علم النفس*، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، القاهرة.
- ٢١- عبد الله، مهنا بشير (٢٠٠٧) تقدير الذات وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى ثانوية المتميزات في مدينة الموصل، *مجلة أبحاث كلية التربية الأساسية*، المجلد (٥).
- ٢٢- عربيات، احمد عبد الحليم (٢٠٠١) *بناء برنامج إرشادي للتكيف مع الحياة الجامعية في الجامعات الأردنية*، (أطروحة دكتوراه غير منشورة) الجامعة المستنصرية، بغداد.
- ٢٣- العادلي، عباس (١٩٩٣) *فاعلية الإرشاد الجمعي في مفهوم الذات وتحمل المسؤولية الاجتماعية لدى الأحداث الجانحين* (أطروحة دكتوراه غير منشورة) كلية التربية، جامعة بغداد.
- ٢٤- العزة، سعيد حسني (٢٠٠١) *الإرشاد النفسي، أساليبه وفنياته*، الدار العلمية الدولية، ودار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- ٢٥- العكايشي، بشرى احمد (٢٠٠٠) *قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة*، (رسالة ماجستير غير منشورة) كلية التربية، الجامعة المستنصرية، بغداد.
- ٢٦- عمر، معز خليل (١٩٩٠) *انشطار المصلح الاجتماعي*، جامعة بغداد، بغداد.
- ٢٧- كنعان احمد، والمجيد عبد الله (١٩٩٩) الشباب والمستقبل، صورة المستقبل كما يراها طلبة جامعة دمشق، دراسة ميدانية، *مجلة المستقبل العربي*، السنة ٢١، العدد (٢٤)، مركز دراسات الوحدة العربية.
- ٢٨- المراتي، كامل جاسم (٢٠٠٢) *بين الذات ودلالاتها*، وقائع المؤتمر العلمي لقسم الدراسات الاجتماعية، بغداد.

٢٩- المصري، إيناس رمضان (١٩٩٣) فاعلية برنامج إرشادي جمعي في خفض سلوك العزلة لدى طالبات المراهقة الوسطى، (رسالة ماجستير غير منشورة) الجامعة الأردنية، عمان.

٣٠- نوري، احمد محمد (٢٠٠٣) اثر برنامج إرشادي لتنمية الشعور بالذات لدى طلبة كلية التربية، مجلة ابحاث كلية المعلمين، العدد (١).

- 31- Anastasi, A (1988) **Psychological testing**, Mc Millan, New York.
- 32- Bandura, A & Lock, Edwin (2003) Negative self-Efficacy and Goal Effect Revisited, **Journal of Applied psychology**. Vol.88, N1.
- 33- Borg, R. and call, m.p. (1979) **Educational Research : An introduction**,(3rd)New York Longman. Co.
- 34- cory, G (1982) **Theory and practice of conseling and practice of counseling and psychotherapy**, Monterey California Brooks / colec ompany
- 35- Eble, Robert (1972) **Essentials of Educational Measurement**, NJ, premtic –Halline.
- 36- Gersild, A. (1963) **personality Development**. New York, Mac mill anpress.
- 37- Glass Jhon, pet.Al (1977) Assertire Training Groups Usining Video Feed Back, **Journal of counseling psychology**. Vol. 21, no.5
- 38- Gold stein, A.p (1982) **psychological skills**, New York, pergampress
- 39- Gynda, smith, R. (1989) The Effect of self-Efficacy on the Affective cognitive and behavioral processes of coping with pain **D.A.I** , vol.50,No3B.
- 40- Hay, m.s (1991) Jask performance As A function of self-Efficacy, Attribution, And preview in formation, **D.A.I** , vol.52.No4B.
- 41- Rogers, Carl (1976) **A Theory of Therapy personality and in the personal Relation ships as Developed in the Client centered Frame work**. New York, mc Grow Hill.
- 42- Shaw, m (1977) The Development of counseling program priorities, progress and professionalism, **The personal and Guidance Journal**.vol.55,No6.
- 43- sibili, Stephen (1985) Effect of Group counseling on self concept and Academic Achievement of Black, college freshment at Texas southern University **D.A.I**, vol. 49, no 9.
- 44- Stanly and Hopkins (1972) **Educational psychological measurements and evaluation**, New York, McGraw-Hill.

بسم الله الرحمن الرحيم

ملحق (١)

جامعة الموصل / كلية التربية
قسم العلوم التربوية والنفسية

استبيان

عزيزي الطالب:

عزيزتي الطالبة:

بين يديك مجموعة من الفقرات أرجو قراءة كل فقرة وتحديد الإجابة المناسبة، وذلك بوضع إشارة (✓) داخل المربع المناسب لاختيارك، ويؤكد لك الباحث بأن المعلومات التي سيحصل عليها لإغراض البحث العلمي وان الهدف منها سيتحقق بقدر تعاونك في إعطاء الإجابة الصادقة، التي تعبر عن مشاعرك الحقيقية.

شاكراً لك تعاونك

مثال:

اغضب: أ - سريعاً ب - أحياناً ج - نادراً

الباحث

د. احمد يونس البجاري

ت	الفقرات
١	إنا: أ- لاشئ <input type="checkbox"/> ب- فاشل <input type="checkbox"/> ج- ناجح <input type="checkbox"/>
٢	حياتي: أ- هامشية <input type="checkbox"/> ب- عادية <input type="checkbox"/> ج- سعيدة <input type="checkbox"/>
٣	أمي: أ- مأساتي <input type="checkbox"/> ب- أمي <input type="checkbox"/> ج- سعادتني <input type="checkbox"/>
٤	أبي: أ- قاسي <input type="checkbox"/> ب- أبي <input type="checkbox"/> ج- سندي <input type="checkbox"/>
٥	مستقبلي: أ- مجهول <input type="checkbox"/> ب- غامض <input type="checkbox"/> ج- واضح <input type="checkbox"/>
٦	قلبي: أ- مدمر <input type="checkbox"/> ب- ينبض <input type="checkbox"/> ج- يطير <input type="checkbox"/>
٧	أحب: أ- نفسي <input type="checkbox"/> ب- زملائي <input type="checkbox"/> ج- الحياة <input type="checkbox"/>
٨	اشعر: أ- بالندم <input type="checkbox"/> ب- بالحيرة <input type="checkbox"/> ج- بالسعادة <input type="checkbox"/>
٩	لوني المفضل: أ- الأسود <input type="checkbox"/> ب- الأصفر <input type="checkbox"/> ج- الأبيض <input type="checkbox"/>
١٠	شكلي: أ- يحرمني <input type="checkbox"/> ب- مقبول <input type="checkbox"/> ج- جذاب <input type="checkbox"/>
١١	أسلوبي: أ- ممل <input type="checkbox"/> ب- مرغوب <input type="checkbox"/> ج- مشوق <input type="checkbox"/>
١٢	قدراتي: أ- متدنية <input type="checkbox"/> ب- اعتيادية <input type="checkbox"/> ج- مميزة <input type="checkbox"/>
١٣	ولائي: أ- لنفسي <input type="checkbox"/> ب- لأسرتي <input type="checkbox"/> ج- لقوتي <input type="checkbox"/>
١٤	اغضب: أ- سريعاً <input type="checkbox"/> ب- أحياناً <input type="checkbox"/> ج- نادراً <input type="checkbox"/>
١٥	أكره: أ- نفسي <input type="checkbox"/> ب- أسرتي <input type="checkbox"/> ج- الآخرين <input type="checkbox"/>
١٦	الغيرة: أ- تعذبني <input type="checkbox"/> ب- تراودني <input type="checkbox"/> ج- لاتهمني <input type="checkbox"/>
١٧	عقلي: أ- خالي <input type="checkbox"/> ب- مبرمج <input type="checkbox"/> ج- راجح <input type="checkbox"/>
١٨	مزاجي: أ- متقلب <input type="checkbox"/> ب- معتدل <input type="checkbox"/> ج- متزن <input type="checkbox"/>
١٩	عواظي: أ- جامدة <input type="checkbox"/> ب- يقظة <input type="checkbox"/> ج- ملتبهة <input type="checkbox"/>
٢٠	طفولتي: أ- شقاء <input type="checkbox"/> ب- ضياع <input type="checkbox"/> ج- بريئة <input type="checkbox"/>
٢١	الشعر: أ- يرهقني <input type="checkbox"/> ب- أمنيتي <input type="checkbox"/> ج- يلهمني <input type="checkbox"/>
٢٢	دموعي: أ- سلاحي <input type="checkbox"/> ب- نقطة ضعفي <input type="checkbox"/> ج- منفي <input type="checkbox"/>
٢٣	أخاف من: أ- الظلم <input type="checkbox"/> ب- الحيوانات <input type="checkbox"/> ج- الظلام <input type="checkbox"/>
٢٤	أحلم: أ- بالموت <input type="checkbox"/> ب- بالأمل <input type="checkbox"/> ج- بالقمر <input type="checkbox"/>
٢٥	ضميري: أ- ميت <input type="checkbox"/> ب- حي <input type="checkbox"/> ج- رقيبي <input type="checkbox"/>
٢٦	وقتي: أ- ضائع <input type="checkbox"/> ب- محسوب <input type="checkbox"/> ج- مقدس <input type="checkbox"/>
٢٧	الغيبة: أ- غابتي <input type="checkbox"/> ب- تسليني <input type="checkbox"/> ج- تعذبني <input type="checkbox"/>
٢٨	المال: أ- هدفي <input type="checkbox"/> ب- كفايتي <input type="checkbox"/> ج- وسيلتي <input type="checkbox"/>
٢٩	نظراتي: أ- حقودة <input type="checkbox"/> ب- حسودة <input type="checkbox"/> ج- محمودة <input type="checkbox"/>
٣٠	شهيتي: أ- مفقودة <input type="checkbox"/> ب- أكل بشرهة <input type="checkbox"/> ج- عادية <input type="checkbox"/>
٣١	الليل: أ- يؤلمني <input type="checkbox"/> ب- يرهقني <input type="checkbox"/> ج- يريحني <input type="checkbox"/>