

فاعلية برنامج إرشادي باستخدام السيكودراما في تنمية فاعلية الذات لدى التلاميذ المعاقين حركياً بالمدارس الأساسية العليا بمحافظة شمال غزة

ديبة موسى الزين

محمد ابراهيم عسليّة

جامعة الأقصى - غزة

2015/01/12

تاريخ القبول

2014/06/03

تاريخ الاستلام

الملخص:

هدفت الدراسة محاولة التعرف إلى فاعلية برنامج السيكودراما لدى عينة من التلاميذ المعاقين حركياً بالمدارس الأساسية العليا بمحافظة شمال غزة، وأجريت على عينة من (20) تلميذاً مجموعة تجريبية، و (20) مجموعة ضابطة، وقد اعتمدت الدراسة على الأدوات الآتية: مقياس فاعلية الذات من إعداد عسليّة 2012، واختبار الذكاء المصور من إعداد أحمد زكي صالح 1978، وبرنامج السيكودراما من إعداد الباحثين، وأشارت النتائج إلى أن (36.67%) من أفراد العينة فاعليتهم الذاتية منخفضة جداً، في حين جاءت نسبة (28.67%) من أفراد العينة فاعليتهم الذاتية منخفضة، كما أشارت النتائج إلى فاعلية البرنامج في تنمية فاعلية الذات لصالح المجموعة التجريبية. الكلمات المفتاحية: برنامج، السيكودراما، فاعلية الذات، المعاقون حركياً.

Abstract:

This Study aims at identifying the impact of the Psychodrama Program on a sample of disabled students in primary schools in the northern Gaza governorate :20 students formed an experimental group and 20 students formed a control group, The study employed the following tools: the parameter of self_ efficacy, developed by Asslea 2012, the test of optical intelligence, conducted by Zaki Salih 1978, and the program of psychodrama, prepared by other researchers. The results show that (36.67%) of the members of the sample have very low efficiency , While (28.67%) members have low efficiency. The program proved efficient in promoting self efficacy in the interest of the experimental group, the study demonstrated.

Key Words; program, Psychodrama, Self efficacy, the disabled

هناك فئة من الأفراد تعيش حياة مضطربة في جو من الحرمان والإحباط، وهي فئة ذوي الحاجات الخاصة، ومع تزايد صعوبات الحياة وتعقيداتها تزايد أعداد هذه الفئات، ومن هذه الفئات ذوي الإعاقة الحركية، حيث تُعد الإعاقة إحدى مصادر الخطر الرئيسة التي تواجه المجتمعات على كافة أشكالها؛ لما تحمله من تدمير لكيان الإنسان النفسي والاجتماعي، وبالتالي حظيت هذه الفئة باهتمام كافة المجتمعات ومنها المجتمع الفلسطيني.

وتعد الإعاقة في عموميتها من الظواهر المعاشة للإنسان منذ بدء الخليقة، وإن تزايدت نسبتها في الوقت الحاضر، حيث تشير تقارير منظمة الصحة العالمية إلى ارتفاع نسبة الإعاقة لتصل إلى 15%، أي ما يزيد عن 520 مليون شخص يعانون من إعاقات مختلفة سواء أكانت جسمية أم عقلية أم حسية، كما ترتفع النسبة في منطقة الشرق الأوسط لتصل إلى حوالي 12%، وجاءت نسبة الإعاقة في فلسطين 3.4% (أبو موسى: 2008: 94)

ويرى الباحثان أن فئة ذوي الإعاقة (ذوي الحاجات الخاصة) تُعد فئة من فئات المجتمع الفلسطيني التي تحتاج إلى الرعاية كلها، والاهتمام من جانب المجتمع بكل مؤسساته وهيئاته وأفراده، حيث تلعب هذه المؤسسات والهيئات والأفراد دوراً كبيراً في تغيير حياة هؤلاء المعاقين إلى حياة أفضل، في ضوء ما يقدم لهم من دعم سواء أكان نفسياً أم اجتماعياً أم أسرياً أم مادياً أم تربوياً...إلخ.

فالمعاق إنسان قبل أن يكون معاقاً بغض النظر عن درجة إعاقته وطبيعتها، فله حقوق، وعليه واجبات، شأنه في ذلك شأن أي شخص آخر في المجتمع، فله الحق أن يعيش في مجتمع متقدم يكفل له الحرية الاجتماعية، ويتيح له الفرص المتكافئة كغيره من أفراد المجتمع بدون أي تمييز، خاصة في مجتمع كالمجتمع الفلسطيني، الذي تتزايد فيه نسبة المعاقين تزايداً ملحوظاً؛ بسبب ما يعانيه من العدوان الإسرائيلي المتكرر، من هنا كان لمن يعانون من إعاقات حركية ضرورة الالتحاق بالمدارس، وحصولهم على فرصه التعليم كغيرهم من الطلاب دون تمييز، والعمل على تعزيز ثقة هؤلاء الطلاب بأنفسهم وبكفاءتهم الذاتية، مما يعني وجود فاعلية للذات لدى هؤلاء الطلاب رغم إعاقاتهم الحركية.

وتُعد نسبة الإعاقة في فلسطين من أعلى النسب في العالم تقريباً؛ وذلك بسبب الأوضاع الاجتماعية والاقتصادية والسياسية الاستثنائية التي عاشها، وما يزال يعيشها أبناء الشعب الفلسطيني خاصة في محافظات غزة.

مشكلة الدراسة:

لقد لحق بأبناء الشعب الفلسطيني بمحافظة غزة العديد من الإعاقات جراء الحرب الشرسة التي شنتها سلطات الاحتلال الإسرائيلي وما تزال تشنها، حيث تسببت في إحداث آلاف الإعاقات بأبناء هذا الشعب، وكان أكثرها الإعاقات الحركية، مما جعل من هؤلاء الأفراد مشكلة خطيرة تواجه المجتمع

الفلسطيني بأسره، وقد ذكرت اللجنة المركزية الوطنية للتأهيل (2003، 5) أن نسبة الإعاقة في المجتمع الفلسطيني تتراوح بين 2-3% من إجمالي السكان، وهذا يعني أن عدد الأشخاص المعوقين في المجتمع الفلسطيني يتراوح بين 60-90 ألف معاق، وتشير إحصائية وزارة الشؤون الاجتماعية في (2005) إلى أن عدد المعاقين في فلسطين حوالي (120) ألف معاق ومعاقة، كما تشير الجمعية الوطنية لتأهيل المعاقين وجمعية الإغاثة الطبية الفلسطينية وفق التقرير الإحصائي الصادر حول الإعاقة في محافظات غزة حتى أكتوبر 2010 إلى أن عدد المعاقين يبلغ حوالي (40379) منهم (18272) من الإناث، و(22087) من الذكور، وقد بلغ عدد المعاقين حركياً (12997)، منهم (7517) من الذكور، و(5480) من الإناث، ويشكلون ما نسبته (32.14%) من إجمالي عدد المعاقين، وما نسبته 0.9% من تعداد السكان، وقد وصلت أعداد المعاقين حركياً إلى حوالي (113) ألف معاق، منهم (75) ألفاً في الضفة الغربية بنسبة (2.7%) من مجموع السكان، و (38) ألفاً في قطاع غزة، بنسبة (2.4%) من مجموع السكان، وبلغت النسبة في محافظة شمال غزة (2.4) % من مجموع سكان شمال غزة (الجهاز المركزي للإحصاء الفلسطيني: 2011)، ونظراً إلى تزايد أعداد المعاقين، والقابلة أيضاً للزيادة في ضوء استمرار العدوان الإسرائيلي على الأراضي الفلسطينية، فإن المؤسسات الحكومية والأهلية الخاصة برعاية المعوقين أصبحت غير قادرة على استيعاب هذه الأعداد. من هنا يرى الباحثان ضرورة وجود برامج للتأهيل على درجة عالية من التخصص والإمكانيات والكفاءات التي تستطيع أن تقوم بتأهيل أكبر عدد ممكن في أقل وقت ممكن، ومن خلال معاشية الباحثين وإطلاعهما على العديد من المؤسسات ذات العلاقة، شعرا بوجود مشكلة في نظرة هؤلاء المعاقين إلى أنفسهم، ومقارنة أوضاعهم بأوضاع زملائهم من غير المعاقين، مما قد يؤثر على مدى فاعلية الذات لديهم، وبالتالي تبلورت مشكلة الدراسة الحالية في التساؤلات الآتية:

- 1_ ما مستوى فاعلية الذات لدى التلاميذ المعاقين حركياً بمدارس محافظة شمال غزة؟
 - 2_ هل توجد فروق في متوسطات درجات المجموعة التجريبية، والمجموعة الضابطة قبل، تطبيق البرنامج الإرشادي وبعده؟
 - 3_ هل توجد فروق دالة إحصائية في متوسطات درجات المجموعة التجريبية في القياس القبلي، والقياس البعدي لصالح القياس البعدي لدى أفراد العينة؟
- أهداف الدراسة:** تهدف الدراسة الحالية إلى محاولة التعرف إلى مدى فاعلية برنامج إرشادي باستخدام السيكدوراما في تنمية فاعلية الذات لدى التلاميذ المعاقين حركياً بمدارس محافظة شمال غزة.

أهمية الدراسة:

الأهمية النظرية: تتمثل أهمية الدراسة الحالية في أهمية الموضوع الذي تتناوله، وهو فاعلية برنامج مقترح بالسكودراما في تنمية فاعلية الذات لدى التلاميذ المعاقين حركياً في المدارس الأساسية، حيث إن إكساب التلاميذ القدرة على تنمية فاعليتهم الذاتية، قد يساعدهم بشكل كبير فعال في اندماجهم اندماجاً سليماً مع زملائهم من غير المعاقين.

وتعد هذه الدراسة الأولى من نوعها التي تناولت السكودراما في تنمية فاعلية الذات لدى فئة المعاقين حركياً من تلاميذ المرحلة الأساسية.

الأهمية التطبيقية تكمن الأهمية التطبيقية لهذه الدراسة في أنها ستقدم برنامجاً قائماً على السكودراما يمكن الاستفادة منه في مرحلة التعليم الأساسي لدى المعاقين بشكل عام، والمعاقين حركياً بشكل خاص، مما يساهم في عملية دمج المعاقين في المدارس، وفي كافة المراحل.

– ويأمل الباحثان أن يستفيد من نتائج هذه الدراسة التلاميذ أنفسهم والمعلمون والقائمون على التخطيط، ووضع المناهج في وزارة التربية والتعليم، وذلك بالاستفادة من نتائج الدراسة الحالية في توفير أفضل السبل للتلاميذ من ذوي الحاجات الخاصة، مما قد يسهل عملية دمجهم مع أقرانهم العاديين.

مصطلحات الدراسة:

1_ **السيكودراما:** يعرف الباحثان السيكودراما بأنها: شكل من أشكال العلاج النفسي الجمعي، وهي أسلوب إسقاطي يقوم من خلاله الفرد بتفريغ ما يعانيه من مشكلات، أو مواقف حياتية معاشة سواء على المستوى الشخصي، أو الاجتماعي في الحاضر أو الماضي أو المستقبل، وذلك في حضور المرشد، والأدوات المساعدة والجمهور، مما يحقق للفرد استبصاراً بسلوكه الاجتماعي، وتعديل أنماط سلوكه غير الملائمة أو أفكاره عن ذاته غير الواقعية.

2_ **فاعلية الذات:** يعرف الباحثان فاعلية الذات بأنها: ثقة الفرد فيما يمتلكه من قدرات ومهارات، تساعد على إنجاز ما يُطلب منه، وإحساسه بالكفاءة الذاتية، والقدرة على تحقيق السلوك المرغوب، والتحكم في الظروف المحيطة، وإيجاد بدائل لمواجهة ما قد يعترضه من مشكلات سواء داخل الأسرة أو المدرسة أو المجتمع ككل.

وهي إجرائياً مجموع الدرجات التي يحصل عليها المفحوص على مقياس فاعلية الذات، والذي يتضمن: الذات الجسمية، والعقلية، والانفعالية، والاجتماعية.

– **الذات الجسمية:** وهي فكرة الفرد وتصوره عن جسمه، وثقته الكاملة في قدراته الجسدية من حيث بنية الجسم ومظهره وحجمه (علاوي: 1989)

– **الذات العقلية:** هي عملية يدرك من خلالها الأفراد الأشياء، والأحداث في بيئتهم، ويكتسبون معاني جديدة، منها نمو فهم الأفراد تجاه أنفسهم، ومعرفتهم لمن حولهم (Shirley: 1977: 29)

ـ **الذات الانفعالية:** هي نظرة الفرد العميقة إلى ذاته النفسية، والتي يتكون مفهومه عنها من خلال إدراكه لمشاعره، وعواطفه، وأحاسيسه، وانفعالاته الخاصة، ورغباته وشعوره بالضعف أو القوة، ودرجة ثقته بنفسه، وتقديره لها، واحترامه لمكانتها، وتمسكه بكرامته واعتزازه بنفسه (بهادر: 1982: 91).

ـ **الذات الاجتماعية:** تشير إلى فكرة الفرد عن ذاته داخل الجماعة سواء كانت الأسرة أو المدرسة أو المجتمع ككل، كما تشير إلى قدرة الفرد على تكوين صداقات، ومدى ما يشعر به من مرح وبهجة وهو وسط زملائه أو أسرته، ومدى إحساسه بتقبل الآخرين له (الأشول: 1987: 129).

3ـ **المعاق حركياً:** هو كل فرد يعاني من عجز حركي أو صحي نتيجة إصابته بخلل أو عجز في أحد أو مجموع أطرافه العلوية أو السفلية، أو نتيجة عيب خلقي، أو حادث، أو مرض كشلل الأطفال، أو اضطراب في أحد أجهزة الجسم مما يعوق حركته، ويحد من مشاركته الآخرين سواء بشكل جزئي أو كلي (عسلي وجودة: 2005: 95) والمعاقون حركياً في الدراسة الحالية يعانون من إعاقة حركية جزئية في أحد الأطراف السفلية، تتراوح ما بين صغيرة إلى متوسطة.

الإطار النظري والدراسات السابقة:

أولاً-السيكودراما Psychodrama:

تتعدد وتختلف أساليب الإرشاد والعلاج الجماعي باختلاف المشكلات والأدوار الملقاة على عاتق كل من المرشد والمسترشد ، وتعد السيكودراما، أو التمثيل النفسي المسرحي، أو الدراما النفسية من أشهر أساليب تقنيات الإرشاد والعلاج النفسي وأهما، و يطلق عليها الإرشاد الجماعي التمثيلي؛ حيث تعتمد على التصوير التمثيلي المسرحي لمشكلات نفسية، أو سلوكية، أو اجتماعية، أو حتى لمواقف حياتية مختلفة.

ويعتبر مورينو , Moreno أول من استخدم السيكودراما، ووضع أسس استخدام المسرح في العلاج النفسي، حيث يتم استخدام التكنيكات الدرامية، والتي يقوم فيها العميل بتمثيل أدوار قد تتعلق بالماضي، أو بالحاضر، أو بمواقف حياتية مستقبلية متوقعة؛ في محاولة للحصول على فهم أكثر عمقاً (استبصار)، وتحقيق التفريغ (التنفيس)، وهي كلمة مركبة من Psyche الروح و Drama الفعل، وهي تعنى حرفياً الدراما النفسية، وأطلقت تسمية سيكودراما على شكل من أشكال المعالجة النفسية من خلال التقنيات المسرحية، وعلى استخدام المسرح كوسيلة تربوية (جمعة: 2005: 27)

وتتلخص فكرة السيكودراما بقيام المسترشد في شكل تعبير حر، وفي ظل جماعة إرشادية تسودها أجواء الأمن والطمأنينة، بإعادة تمثيل مشكلاته السلوكية، أو النفسية، أو الاجتماعية أمام المرشد، والمجموعة الإرشادية، مما يتيح له من خلال هذا الأداء التمثيلي فرصة التنفيس الانفعالي عن مشاعره وانفعالاته، والتوترات المختلفة ذات الصلة بالمشكلة، وكذلك فرصة الاستبصار الذاتي، والتقصص،

والمحاكاة؛ من أجل إحداث تغيير السلوك الإنساني غير السوي وتعديله، وإعادة تشكيله، وكذلك من أجل تحقيق التوافق النفسي.

ويرى مورينو أن أهم ما في هذا الأسلوب هو حرية السلوك لدى الممثلين المسترشدين وتلقائيتهم، مما يتيح فرصة التداعي الحر والتنفيس الانفعالي، حين يعبرون في حرية تامة في موقف تمثيلي فعلي عن اتجاهاتهم، ودوافعهم، وصراعاتهم، وإحباطاتهم. . إلخ، مما يؤدي في النهاية إلى تحقيق التوافق، والتفاعل (السفاسفة: 2003: 189)

وقد جعل مورينو من ذلك التطهير أو التنفيس الانفعالي هدفاً رئيساً من أهداف الجلسة السيكودرامية؛ فالمرضى إذا تركت له حرية اختيار المشهد الذي يمثله، فيسترجع خبراته غير السارة، ويعيشها من جديد علي المسرح، ولكنه طبقاً لمبدأ التلقائية يخلي السبيل أمام انفعالاته التي سبق أن حبسها وقت تعرضه لتلك الخبرات، خوفاً مما قد ينجم عنها من عواقب وخيمة (إبراهيم: 1984: 18) ، وقد ساعد على تقبل أسلوب السيكودراما، وانتشار قابليته للتعامل مع مختلف المواقف مرونته، إذ لا يحتاج الأمر سوى لوجود مشكلة ومجموعة من الأفراد، ومرشد مدرب على تقنيات هذا الأسلوب (القذافي: 1997: 253).

تعريف السيكودراما: هناك العديد من التعريفات للسيكودراما، منها:

يعرف (حمودة) السيكودراما بشكل جوهري بأنها: "إجراء من إجراءات لعب الأدوار، والمقصود من ورائها تزويد العميل بقدر من المواجهة يشجعه على التلقائية، وبساعده في ذات الوقت على تحقيق أكبر قدر من الفهم كسوء توافقه بالنسبة إلى السلوك على المستويين المدني والانفعالي" (حمودة : 1991: 93)، ويعرف (سليمان) السيكودراما بأنها: "طريقة جماعية للعلاج النفسي أساسها المسرح، وارتجال المواقف الدرامية بناء على موضوع يقترحه أفراد الجماعة من المرشدين والأطفال الذين يشكون من اضطرابات نفسية أو عقلية متماثلة ، ويشترك المعالج النفسي عادة في أداء الأدوار، ويقوم في الوقت نفسه بتوجيه الممثلين، وتحليل سلوكهم" (سليمان : 1999: 169)، كما تعرفها عزازي بأنها: "صورة من صور العلاج النفسي الجمعي أو التمثيلية النفسية التي يقوم فيها المريض بتمثيل دور من أدوار حياته ارتجالاً مع من يختاره من بين المرضى والممرضين مما يجعله يقف من هذه المسرحية موقفاً أكثر موضوعية، ويسقط على أشخاص الرواية وحوادثها كثيراً مما يعاينه، فيزيد استبصاره بالمشكلة، ويزيد فهم المعالج للحالة، وقد يكون فيها أيضاً قدر من التنفيس" (عزازي: 1991: 46)، ويعرفها سليمان (2000) بأنها: "شكل من أشكال العلاج النفسي الذي يستخدم التمثيل لمعاونة المريض في حل مشكلاته، وعن طريق المساعدة التي يقدمها الموجه، يجسد المريض المواقف والعلاقات التي تشكل بالنسبة إليه أسباباً لاضطراب سلوكه".

ويرى لوتز أن السيكودراما لفظة تتكون من مقطعين هما: Psycho، أي النفس، و Drama ، أي الفعل أو الحركة والنشاط، أي حركة النفس، أو الطريقة النشطة للوصول إلى أعماق النفس (لوتز Lotez : 1990: 110) وعرفها غانم، بأنها نوع من العلاجات النفسية التي تستخدم تكنيكات المسرح وصولاً إلى حقيقة ديناميات شخصية الفرد المضطرب (غانم: 2003: 122) ، ويعرف الباحثان السيكودراما بأنها: شكل من أشكال العلاج النفسي الجمعي وهي أسلوب اسقاطي يقوم من خلاله الفرد بتفريغ ما يعانيه من مشكلات أو مواقف حياتية معاشة سواء على المستوى الشخصي أو الاجتماعي في الحاضر أو الماضي أو المستقبل، وذلك في حضور المرشد والأدوات المساعدة والجمهور، مما يحقق للفرد استبصاراً بسلوكه الاجتماعي، وتعديل أنماط سلوكه غير الملائمة أو أفكاره عن ذاته غير الواقعية.

ويرى الباحثان أن السيكودراما طريقة علاج حية نشطة فعالة، وذلك عن طريق التعامل مع الماضي ، أو مع المشكلات التوقعية، كما لو كان الصراع يحدث الآن، فالمشاعر شديدة القوة يتم إخراجها على شكل نموذجي، وقد صممت هذه العملية بحيث تكون خبرة انفعالية سليمة، وبعد حدوث مستوى كبير من الاستبصار يحدث التفريغ، فمع تحرر تلك المشاكل مثل: اليأس، والحزن، و الإثم، فإن كل المشاركين في السيكودراما بما في ذلك جمهور المشاهدين يحققون مستوى جديداً من الفهم للموقف المشكل.

فهناك إذا عملية تفريغ متكاملة في العلاج بالسيكودراما؛ لأنه يتم تشجيع الفرد من خلال أن يتوحد مع مواقف الآخرين ومشكلاتهم، وبهذه الطريقة يجد الأشخاص الذين كانوا يرون أنفسهم في مواقف سابقة غير قادرين على الفرار من العزلة الانفعالية، ويرون أنفسهم من خلال العلاج بالسيكودراما جزءاً من العلاقة القائمة مع الممثلين الآخرين المشتركين معهم في العمل الدرامي، ومن ثم يحدث تعلم للسلوك (الفعل)؛ لأن القوة المبالغ فيها مع الآخرين تصبح قوة معدلة للسلوك (جمعة: 2005: 36)، وذلك حين تمثل المواقف المتعددة والمتباينة التي تحيط بالصعوبة أو المشكلة وتطوقها. كما يرى الباحثان أنه يجب أن تكون السيكودراما تعبيراً صادقاً عن مشكلة خاصة أو مشكلة جماعية في حاجة إلى علاج؛ لأن الأفراد الذين يقومون بتمثيل الأدوار يتذكرون أثناء تمثيلهم ما حدث لهم، ويقدمونه بالصورة التي تتطلبها عملية التنفيس الانفعالي، ويتخلصون من مخاوفهم وشعورهم بالنقص أمام الجمهور، فيحسون بالراحة والاندماج في المجتمع، ومن هنا جاءت فكرة استخدام السيكودراما في تنمية فاعلية الذات لدى التلاميذ المعاقين حركياً في مرحلة التعليم الإلزامي بمحافظات غزة؛ ذلك أن السيكودراما قد تساعد الطفل للخروج من عالمه الخاص إلى العالم المحيط به، والارتباط به، والتعايش معه، مما يساعد في تنمية القدرة على التفكير المنطقي لدى الطفل، وزيادة فاعليته الذاتية، وهناك العديد من الدراسات السابقة التي تناولت برامج باستخدام السيكودراما منها: دراسة الزقزوق (2013)، وهدفت التعرف إلى

فاعلية استخدام السيودراما في خفض مستوى القلق والأفكار اللاعقلانية لدى طلبة الكليات التقنية في قطاع غزة، وأجريت الدراسة على عينة من (40) طالباً وطالبة قسمت إلى مجموعتين: تجريبية، وضابطة بواقع (10) أفراد لكل مجموعة، وأظهرت النتائج أنه يوجد تأثير لاستخدام برنامج السيودراما في خفض مستوى الأفكار اللاعقلانية، وخفض مستوى القلق لصالح المجموعة التجريبية، ودراسة الرمامنة (2012) وهدفت الدراسة الحالية إلى استقصاء فاعلية برنامج تدريبي قائم على السيودراما في خفض المشكلات السلوكية والانفعالية لدى الطلبة ذوي صعوبات التعلم. وتكونت عينة الدراسة من (40) طالباً وطالبة، تم اختيارهم بطريقة قصدية من طلبة الصف الخامس والسادس الابتدائي، وتم توزيعهم إلى أربع مجموعات عشوائياً: مجموعتين تجريبيتين: واحدة للذكور، وأخرى للإناث، ومجموعتين ضابطتين لكلا الجنسين أيضاً، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أداء الطلبة ذوي الصعوبات التعليمية الذين خضعوا للبرنامج التدريبي القائم على السيودراما (المجموعة التجريبية) مقارنة مع الطلبة الذين لم يخضعوا للبرنامج التدريبي في خفض المشكلات السلوكية لصالح المجموعة التجريبية، وكما أشارت النتائج إلى وجود أثر دال إحصائياً في الأداء على مقياس المشكلات الانفعالية البعدي، تعزى إلى متغير المجموعة، لصالح المجموعة التجريبية، ودراسة زقوت (2011) هدفت إلى تعرف فاعلية برنامج مقترح بالسيودراما في خفض القلق لدى عينة من النساء المهمشات بلغت (30) سيدة، وأشارت النتائج إلى فاعلية البرنامج لصالح المجموعة التجريبية، ودراسة والمصباحين (2008) وهدفت هذه الدراسة إلى بناء برنامج تدريبي يعتمد على أساليب السيودراما لتطوير مهارة المرونة، وقياس فاعليته لدى طالبات الصف الخامس الأساسي، وأجريت الدراسة على عينة من (32) مفحوصاً، قسمت إلى مجموعتين: تجريبية، وضابطة، من طالبات الصف الخامس الأساسي في مدرسة بنات الهاشمية الثانوية التابعة لمديرية تربية البادية في منطقة معان، للعام الدراسي (2007 – 2008) وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) لصالح المجموعة التجريبية، التي شاركت في البرنامج التدريبي المبني على السيودراما في تنمية مهارة المرونة على مقياس تورانس اللفظي للتفكير الإبداعي، ودراسة أبي حذيفة (2008) وهدفت إلى الوقوف على بعض فنيات العلاج بالسيودراما؛ وذلك لتعديل صورة الذات لدى مجموعة من الفتيات - رافضات السلطة الأسرية - والمفضلات الإقامة في المؤسسات الإيوائية، وطبقت الدراسة على مجموعة تجريبية قوامها (9) فتيات تراوحت أعمارهن ما بين (10-12 سنة) من إحدى المؤسسات الإيوائية، وخلصت الدراسة إلى أن برنامج العلاج بالسيودراما (إعداد: الباحثة) بفنياته المنتقاة قد حقق تعديلاً في صورة الذات لدى عينة الدراسة (المجموعة التجريبية)، ودراسة جمعة (2005) وهدفت الدراسة إلى تعرف مدى فعالية برنامج مقترح في السيودراما للتخفيف من حدة بعض المشكلات السلوكية لطلاب المرحلة الإعدادية، وأجريت على عينة من (24) طالباً،

وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في حدة المشكلات السلوكية بعد تطبيق البرنامج السيكدرامي المقترح على أفراد المجموعة التجريبية، ودراسة الدهان (2002) وهدفت الدراسة إلى تعرف مدى فاعلية برنامج إرشادي في تدعيم بعض القيم السلوكية للطفل المتخلف عقلياً باستخدام أنشطة الدراما . وتكونت عين الدراسة من (21) تلميذاً من تلاميذ مدرسة الفردوس للتربية الفكرية ذوي التخلف العقلي اليسير ، وتوصلت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القيم السلوكية للأطفال المتخلفين عقلياً -موضع الدراسة- قبل التطبيق وبعده لصالح القياس البعدي، وكذلك فاعلية الأنشطة الدرامية، ودراسة عبد الغفار(2001) وأجريت الدراسة بهدف بيان أهمية التربية المسرحية وإمكانيتها لتحقيق أهداف التعليم الابتدائي بمدارس الأمل وضعاف السمع، وتكونت عينة الدراسة من معلمي التربية المسرحية بالتعليم الابتدائي والبالغ عددهم (72) معلماً ومعلمة، وتوصلت النتائج إلى أهمية المسرحية وأفضليتها لتحقيق أهداف التعليم الابتدائي للمعاقين سمعياً.

ثانياً_ فاعلية الذات:

يُعد مفهوم فاعلية الذات من أكثر المفاهيم النظرية والعلمية أهمية في علم النفس الحديث، وقد وضعه باندورا تحت اسم توقعات فاعلية الذات، أو معتقدات الفرد عن قدراته لينجز بنجاح سلوكاً معيناً، أو مجموعة من السلوكيات، وهذه المعتقدات تؤثر على سلوك الفرد وأدائه (Bandura :1982: 122)، ويرتبط مفهوم فاعلية الذات بطبيعة الأفراد وما يمتلكون من قدرات في تحصيل المعارف، والمهارات معتمدين على ذواتهم باستخدام استراتيجيات خاصة بهم على أساس إدراك فاعلية الذات لديهم (Bandura :1986: 33)، وقد انبثق مفهوم فاعلية الذات من مفاهيم التنظيم الذاتي للتعلم ومبادئه، ويقصد بالتنظيم الذاتي للتعلم قدرة الطلاب على المشاركة الفعالة في عملية تعلمهم دافعيًا وسلوكيًا (Zimmerman : 1989: 4)، وتعد فاعلية الذات من أهم ميكانزمات القوى الشخصية لدى الأفراد؛ حيث تمثل مركزاً مهماً في دافعية الأفراد للقيام بأي نشاط أو عمل، فهي تساعد الفرد على مواجهة الضغوط التي تعترضه في مراحل حياته المختلفة (صالح: 1993: 461).

_ تعريف مفهوم فاعلية الذات: هناك العديد من التعريفات لمفهوم فاعلية الذات، منها:

تعريف دوفان وولكر: حيث عرفا فاعلية الذات بأنها: "القدرة على أداء السلوك المطلوب، والتأثير في العمليات ومجريات الأمور، لإحداث التغيير والتطور" (المصري: 2006: 17). ويعرفها العدل (2001: 131) بأنها: "ثقة الفرد الكاملة في قدراته خلال المواقف الجديدة أو المواقف ذات المطالب الكثيرة وغير المألوفة، أو هي اعتقادات الفرد في قواه الشخصية"، كما يعرفها شيل Shell بأنها: "عبارة عن الميكانزم الذي من خلاله يتكامل الأشخاص، ويطبّقون مهاراتهم المعرفية والسلوكية والاجتماعية الموجودة على أداء مهمة معينة، ويعبر عنها بأنها صفة شخصية في القدرة على أداء المهام بنجاح

في مستوى معين" (الدريير: 2004: 210) كما يعرفها زيدان (2000: 8) بأنها: "إدراك الفرد لقدراته على إنجاز السلوك المرغوب ، وإبتقان ورغبة في الأداء للأعمال الصعبة، وتعلم الأشياء الجديدة، والتزامه بالمبادئ، وحسن تعامله مع الآخرين، وحل ما يواجهه من مشكلات، واعتماده على نفسه في تحقيق أهدافه بمثابرة وإصرار". ويذكر حسيب (2001: 122) أن مصطلح فاعلية الذات الذي اقترحه باندورا (1977) يشير إلى إحساس الفرد بالكفاءة الذاتية والقدرة على تحقيق السلوك المرغوب والتحكم في الظروف البيئية المحيطة. ويعرف الباحثان فاعلية الذات بأنها: ثقة الفرد في ما يمتلكه من قدرات ومهارات تساعده على إنجاز ما يُطلب منه، وإحساسه بالكفاءة الذاتية والقدرة على تحقيق السلوك المرغوب والتحكم في الظروف المحيطة، وإيجاد بدائل لمواجهة ما قد يعترضه من مشكلات، سواء داخل الأسرة أو المدرسة أو المجتمع ككل.

ويرى باندورا أن نظرية فاعلية الذات انشقت من النظرية المعرفية الاجتماعية التي وضع أسسها، وأكد فيها أن الأداء الإنساني يمكن أن يفسر من خلال المقابلة بين السلوك، ومختلف العوامل المعرفية والشخصية والبيئية (البندري: 2007: 29). وتعد فاعلية الذات من المكونات المهمة للنظرية المعرفية الاجتماعية لباندورا، والتي افترضت أن سلوك الفرد والبيئة والعوامل الاجتماعية تتداخل بدرجة كبيرة، فالسلوك الإنساني في ضوء نظرية باندورا يتحدد تبادلياً بتفاعل ثلاثة مؤثرات هي: العوامل البيئية، والعوامل السلوكية، والعوامل الذاتية (Zimmerman : 1989: 330)، ويؤكد سكوارزر Schwarzer أن فاعلية الذات تمثل عنصراً مهماً في عمليات الدافعية، وعلى مستوى هذه الفاعلية يتوقف إشباع أو تعديل أو كبح هذه الدافعية (Schwarzer: 1999: 1)، كما تعد الفاعلية الذاتية متغيراً نسبياً يختلف من فرد إلى آخر بسبب اختلاف البيئة الاجتماعية والتربوية، وهذا الاختلاف يمثل عنصراً أساسياً في اختلاف استجابات الأفراد في المواقف المتشابهة (الإمارة: 1995: 72)، وهناك العديد من أنواع فاعلية الذات، منها:

ـ الذات الفاعلية الجماعية وهي مجموعة تؤمن بقدراتها، وتعمل في نظام اجتماعي لتحقيق المستوى المطلوب منها (أبو هاشم: 1994: 45)، وفاعلية الذات العامة، وهي قدرة الفرد على أداء السلوك الذي يحقق نتائج إيجابية مرغوبة في موقف معين، والتحكم في الضغوط الحياتية التي تؤثر على سلوك الأفراد (Bandura: 1986: 479) وفاعلية الذات الخاصة، ويقصد بها أحكام الأفراد الخاصة المرتبطة بمقدرتهم على أداء مهمة محددة في نشاط محدد، مثل: النشاط في المواد الدراسية (أبو هاشم: 1994: 58)، وفاعلية الذات الأكاديمية، وتشير إلى إدراك الفرد لقدراته على أداء المهام التعليمية وبمستويات مرغوبة فيها، أي قدرة الشخص الفعلية في موضوعات الدراسة المتنوعة داخل الفصل الدراسي، وهي تتأثر بعدد من المتغيرات مثل: حجم الفصل، وعمر الدارسين (العزب: 2004: 51). وقد تناولت العديد من الدراسات السابقة موضوع فاعلية الذات ومن هذه الدراسات: دراسة

سليمان (2000)، وهدفت إلى تصميم برنامج إرشادي لتحسين مفهوم الذات عند أطفال المؤسسات الإيوائية على عينة من (12) مفحوصاً من الذكور والإناث، وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات الذكور والإناث في مفهوم الذات قبل تطبيق البرنامج وبعده لصالح التطبيق البعدي، ودراسة علوان (2009) وهدفت إلى التحقق من فاعلية برنامج مقترح في زيادة كفاءة الذات لدى المعاقين حركياً بقطاع غزة، وذلك على عينة من (18) معاقاً، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائية في زيادة كفاءة الذات لدى المعاقين حركياً نتيجة لتطبيق البرنامج، ودراسة القحطاني (2009) وهدفت إلى قياس حجم الأثر الذي يحدثه برنامج اللعب في مستوى القلق لدى المجموعة التجريبية من المعاقين حركياً، وذلك على عينة من (8) أطفال، وتبين أن هناك فروقاً بين التطبيقين القبلي والبعدي لصالح التطبيق البعدي، ودراسة الطاهر (2010) وهدفت إلى التحقق من فاعلية برنامج إرشادي في تنمية بعض المهارات الاجتماعية، وتقدير الذات لدى المعاقات حركياً، وذلك على عينة من (40) مراهقة، وتوصلت نتائج الدراسة إلى حدوث تحسن في مستوى المهارات، الاجتماعية وتقدير الذات مما يوضح تأثير البرنامج الإرشادي، وفنياته على أفراد المجموعة.

ومن خلال استعراض الدراسات السابقة حول كل من السيكدوراما، وفاعلية الذات يلاحظ الباحثان ما يلي: عدم وجود دراسات باستخدام السيكدوراما لتنمية فاعلية الذات لدى المعاقين حركياً، كما أشارت جميع الدراسات التي استخدمت البرامج إلى فاعلية هذه البرامج في تحقيق الأهداف التي صممت من أجلها، وقد استفاد الباحثان من هذه الدراسات من حيث: بناء الأدوات، وتحديد الأهداف، ومناقشة النتائج، وتنفيذ جلسات البرنامج.

فروض الدراسة:

1_ توجد فروق في متوسطات درجات المجموعة التجريبية، والمجموعة الضابطة قبل تطبيق البرنامج الإرشادي وبعده.

2_ توجد فروق دالة إحصائية في متوسطات درجات المجموعة التجريبية في القياس القبلي والقياس البعدي، لصالح القياس البعدي لدى أفراد العينة.

إجراءات الدراسة:

أولاً- مجتمع الدراسة: يتكون مجتمع الدراسة الأصلي من التلاميذ المعاقين حركياً في مرحلة التعليم الأساسي بمحافظة شمال غزة، والبالغ عددهم (460) تلميذاً تقريباً حسب ما توصل إليه الباحثان من خلال الإحصائيات بالجمعيات الخاصة بالمعاقين حركياً. والجدول الآتي بين توزيع أفراد العينة حسب الصف الدراسي:

جدول (1) : توزيع أفراد مجتمع الدراسة حسب الصف الدراسي

الصف	الثالث	الرابع	الخامس	السادس	المجموع
العدد	33	47	85	295	460

ثانياً- عينة الدراسة:

تم تطبيق مقياس فاعلية الذات على عينة من (150) تلميذاً من تلاميذ الصف السادس الأساسي، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة، تم اختيار (40) تلميذاً منهم، كمجموعتين: تجريبية، وتكونت من (20) تلميذاً، وضابطة، وتكونت من (20) تلميذاً، وهم الذين حصلوا على أدنى الدرجات على مقياس فاعلية الذات، أي أن فاعليتهم الذاتية منخفضة. والجدول الآتي يبين تجانس أفراد العينتين التجريبية والضابطة في متغير الصف الدراسي، ومستوى التحصيل، والمستوى الاقتصادي، ودرجة الذكاء، والعمر.

جدول رقم (2) : يبين تجانس أفراد المجموعتين: التجريبية، والضابطة.

المتغير	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة	
	الدرجة	النسبة المئوية	الدرجة	النسبة المئوية
الصف الدراسي	السادس الأساسي	100 %	السادس الأساسي	100 %
مستوى التحصيل	أقل من المتوسط	100 %	أقل من المتوسط	100 %
المستوى الاقتصادي	منخفض	100 %	منخفض	100 %
العمر	12 سنة	100 %	12 سنة	100 %

وللتعرف إلى تجانس المجموعتين بالنسبة إلى متغير درجة الذكاء، قام الباحثان بحساب قيمة

(ت) للتعرف إلى الفروق في درجة الذكاء بين المجموعتين كما في الجدول الآتي:

جدول رقم (3) : يبين تجانس أفراد المجموعة: التجريبية، والضابطة، في درجة الذكاء.

المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	م. الدلالة
التجريبية	20	28.022	4.167	0.169	//
الضابطة	20	26.993	5.374		

يتضح من الجدول السابق عدم وجود فروق دالة إحصائية في درجة الذكاء بين أفراد المجموعتين، مما يعني أنه قد تم ضبط جميع المتغيرات، وأن المجموعتين متجانستان في كافة العوامل.

ثالثاً- المنهج: اعتمدت الدراسة الحالية على المنهج التجريبي، وهو عبارة عن طريقة بحثية تتضمن تغييراً متعمداً مضبوطاً للشروط المحددة لواقعة معينة، مع ملاحظة التغيرات الناتجة عن ذلك، وتفسير تلك التغيرات، والمنهج التجريبي يدرس تأثير متغير مستقل في متغير تابع مع تثبيت المتغيرات

الدخيلة (جودة: 2008: 38)، كما اعتمدت الدراسة الحالية على نوعين من التصميم التجريبي هما: التصميم التجريبي ذي المجموعتين المتكافئتين (تجريبية، وضابطة).

_ التصميم التجريبي ذي المجموعة الواحدة وقياس قبلي وبعدي.

وتحددت متغيرات الدراسة بما يلي: المتغير المستقل : وهو البرنامج القائم على السيكدوراما.

_ المتغير التابع: وهو تنمية فاعلية الذات لدى التلاميذ المعاقين حركياً في المدارس الأساسية.

واعتمدت الدراسة على عدد من الأدوات.

وقسم الباحثان عينة الدراسة إلى مجموعتين متكافئتين قدر الإمكان من حيث المتغيرات المختلفة كما في الجدول (2، 3) من ناحية صفوف الدراسة: حيث تم اختيار أفراد المجموعتين من تلاميذ الصف السادس الأساسي، والعمر: حيث بلغ أعمار التلاميذ من أفراد المجموعتين بين (11-13) سنة، والمستوى التعليمي: حيث تم اختيار أفراد المجموعتين من فئة (أقل من متوسط)، وذلك من خلال الاطلاع على درجاتهم في امتحانات النصف الدراسي الأول للعام الدراسي (2013-2014)، وذلك من واقع سجلات رصد الدرجات لهؤلاء التلاميذ، ودرجة الذكاء : حيث تم تطبيق اختبار الذكاء المصور من إعداد أحمد زكي صالح، وتم اختيار نفس أفراد المجموعتين من التلاميذ الذين بلغت درجة ذكائهم من (20-27 درجة خام)، وحسب المعايير، فتكون نسبة الذكاء لأفراد المجموعتين بين (90 - 105) ، أما عن المستوى الاقتصادي فلم يجد الباحثان صعوبة في ضبط هذا المتغير؛ ذلك أن 90% من أبناء الشعب الفلسطيني بمحافظة غزة يعيشون ظروفًا اقتصادية تكاد تكون واحدة من حيث: مستوى الفقر، والضييق الاقتصادي، خاصة في ظل البطالة، والحصار، والاعتماد على ما تقدمه وزارة الشؤون الاجتماعية، والجمعيات الأهلية من مساعدات.

أدوات الدراسة: اعتمدت الدراسة على الأدوات الآتية:

1_ مقياس فاعلية الذات من إعداد عسليّة. 2012.

2_ اختبار الذكاء المصور من إعداد أحمد زكي صالح. 1978.

3_ برنامج السيكدوراما من إعداد الباحثين.

أولاً- مقياس فاعلية الذات من إعداد عسليّة (2012): استخدم الباحثان مقياس فاعلية الذات من إعداد عسليّة (2012)، وذلك بعد إعادة التحقق من خصائصه السيكمترية كما يأتي:

1_ صدق المقياس: تم التحقق من صدق المقياس بعرضه على عدد (5) من أساتذة علم النفس والصحة النفسية والإرشاد النفسي، بجامعة الأقصى بغزة، وقد بلغت نسبة موافقتهم على عبارات المقياس (0.87)، مما جعل الباحثان يطمئنان إلى صدق المقياس بشكل مبدئي.

2_ صدق البناء: قام الباحثان بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية من التلاميذ المعاقين حركياً في الصف السادس الأساسي بمحافظة شمال غزة، بلغت (30) تلميذاً من خارج عينة الدراسة الفعلية، وقام

الباحثان بحساب صدق البناء الداخلي، وذلك بإيجاد معامل الارتباط لكل عبارة بالبعد الذي تنتمي إليه، وكذلك معامل الارتباط بين الأبعاد مع بعضها بعضاً، كما هو مبين في الجداول الآتية:
جدول (4): يبين معاملات ارتباط العبارات في مجال الذات الجسمية.

م	العبارة	م.الارتباط	رمز الدلالة
1-	أؤدي الأعمال المطلوبة مني طبقاً لإمكاناتي الخاصة.	0.756	**
2-	أؤمن بأن إعاقتي قضاء وقدر.	0.742	**
3-	ألجأ إلى زملائي لمساعدتي عند الضرورة.	0.632	**
4-	أعتقد أن الإعاقة مهما كانت لا تمنع الفرد من تحقيق أهدافه.	0.814	**
5-	أتصرف في الفصل كما لو كنت غير معاق.	0.780	**
6-	أشعر بأنني أقل من زملائي بسبب إعاقتي.	0.735	**

يتبين من الجدول السابق أن جميع العبارات دالة عند مستوى الدلالة 0.01

جدول (5): يبين معاملات ارتباط العبارات في مجال الذات العقلية.

م	العبارة	م.الارتباط	رمز الدلالة
1-	أعبر عما أريد بحرية وجرأة أمام زملائي.	0.717	**
2-	أعتقد أن لدي القدرة على مواجهة المواقف المحرجة.	0.661	**
3-	أتنافس مع زملائي في المسابقات المدرسية.	0.449	**
4-	أعتقد أنني قادر على مواصلة دراستي رغم إعاقتي.	0.761	**
5-	أعتقد أن كثيراً من المعاقين حركياً نجحوا في حياتهم.	0.710	**
6-	أؤمن بالقول المأثور: لا حياة مع اليأس.	0.683	**

يتبين من الجدول السابق أن جميع العبارات دالة عند مستوى الدلالة 0.01

جدول (6): يبين معاملات ارتباط العبارات في مجال الذات الانفعالية.

م	العبارة	م.الارتباط	رمز الدلالة
1-	أقبل النقد من زملائي بصدر رحب.	0.410	**
2-	أكره عطف الآخرين عليّ بسبب إعاقتي.	0.684	**
3-	أشعر بارتياح أكثر وأنا موجود مع زملائي المعاقين.	0.752	**
4-	أشعر في أوقات كثيرة أنني أفضل من زملائي في الفصل.	0.633	**
5-	أثق في نفسي رغم إعاقتي.	0.704	**
6-	أنا راضٍ عن إعاقتي.	0.721	**

يتبين من الجدول السابق أن جميع العبارات دالة عند مستوى الدلالة 0.01.

جدول (7): يبين معاملات ارتباط العبارات في مجال الذات الاجتماعية

م	العبارة	م.الارتباط	رمز الدلالة
1-	أنجح في تكوين صداقات مع الطلاب العاديين.	0.694	**
2-	علاقتي مع زملائي في المدرسة جيدة للغاية.	0.705	**
3-	أفضل الذهاب إلى المدرسة برفقة زملائي المعاقين.	0.801	**
4-	أحاول عدم مضايقة زملائي في الفصل.	0.822	**
5-	أسعد باللقاءات التي أختلط فيها مع زملائي.	0.773	**
6-	أشعر أن زملائي يقدروني ويحترموني.	0.462	**

يتبين من الجدول السابق أن جميع العبارات دالة عند مستوى الدلالة 0.01

جدول رقم (8) : يبين معاملات ارتباط المجالات مع بعضها بعضاً.

المجال	الذات الجسمية	الذات العقلية	الذات الانفعالية	الذات الاجتماعية
الذات الجسمية	1.00	0.812	0.741	0.723
الذات العقلية	0.812	1.00	0.698	0.804
الذات الانفعالية	0.741	0.698	1.00	0.771
الذات الاجتماعية	0.723	0.804	0.771	1.00

يتبين من الجدول أن جميع المجالات ترتبط مع بعضها ارتباطاً دالاً عند مستوى الدلالة 0.01:

2_ ثبات المقياس:

تم حساب ثبات المقياس باستخدام طريقة التجزئة النصفية، وذلك بقسمة المقياس إلى قسمين (زوجي وفردية)، وبلغت نسبة الثبات (0.834)، وباستخدام معادلة سبيرمان- براون لتعديل الثبات بلغت نسبة الثبات (0.909)، وبلغت نسبة الثبات باستخدام طريقة ألفا كرونباخ (0.886)، وبذلك يكون الباحثان قد أطمأنوا إلى صلاحية المقياس من حيث خصائصه السيكونومترية، ومن ثم صلاحية تطبيقه على عينة الدراسة الحالية.

3_ تصحيح المقياس:

يستجيب المفحوص على كل عبارة من عبارات المقياس حسب سلم رباعي يتكون من البدائل: (دائماً، غالباً، أحياناً، مطلقاً)، وقد أعطيت لهذه البدائل الدرجات الآتية على الترتيب (1،2،3،4)، وفي ضوء الوزن النسبي للدرجات التي يحصل عليها المفحوص تم تصنيف مستويات فاعلية الذات، ولما كانت فقرات المقياس (24) فقرة، وأعلى درجة هي (4) درجات، فإن مجموع الدرجات على المقياس هو (96) درجة، وأدنى درجة، هي (24) درجة، ويكون الفرق بين أعلى درجة وأقل درجة

هو 96 - 24 = 72، ويقسمة الفرق على عدد البدائل يتم تحديد المستويات $72 \div 4 = 18$ ، وبناءً على ذلك فإن مستويات فاعلية الذات لدى المفحوص تكون حسب الجدول الآتي:

جدول رقم (9) : يبين مستويات فاعلية الذات حسب المقياس المستخدم في الدراسة الحالية

المستوى	الدرجة	النسبة المئوية
منخفض جداً	42 - 24	25% - 43.5%
منخفض	60 - 42	43.57% - 62.50%
مرتفع	78 - 60	62.50% - 81.25%
مرتفع جداً	96 - 78	81.25% - 100%

ثانياً- اختبار الذكاء المصور: إعداد صالح (1978)، وهو اختبار غير لفظي جمعي، يهدف إلى تقدير القدرة العقلية العامة لدى الأفراد في الأعمار من (8-17) سنة، ويتكون من (60) سؤالاً، كل سؤال عبارة عن مجموعة من خمسة أشكال، ينتقي منها المفحوص الشكل المختلف عن الأشكال الأربعة الأخرى في المجموعة، ويستغرق تطبيق الاختبار من (10-15 دقيقة)، ويتم تصحيح الاختبار وفق مفتاح خاص به، ويُحسب الصواب بدرجة، ولا يُحسب الخطأ أو المتروك، وتُقدر نسبة الذكاء من خلال مقارنة الدرجة الخام التي حصل عليها المفحوص بالدرجة التي توجد في العمود المناسب لعمره في جدول المعايير الخاص بالاختبار.

ثالثاً- برنامج السيكدراما:

يُعد هذا البرنامج الأداة الرئيسة التي قام الباحثان باستخدامها في الدراسة الحالية، وهو برنامج مخطط له في ضوء الأسس العلمية.

أهداف البرنامج:

الهدف الرئيس: تنمية فاعلية الذات لدى التلاميذ المعاقين حركياً في مرحلة التعليم الأساسي بمحافظة شمال غزة.

الأهداف الفرعية:

- _ تبصير أفراد المجموعة المشاركة بحالتهم النفسية، ليتعرف كل منهم إلى نواحي الضعف فيها، ذلك أن الشعور بوجود مشكلة هو أول خطوة لحل هذه المشكلة.
- _ مساعدة أفراد المجموعة المشاركة على استخدام معارف أكثر إيجابية عن ذاتهم، وعن الآخرين.
- _ مساعدة أفراد المجموعة المشاركة على التخلص من أفكارهم غير الملائمة المتعلقة بالتوقعات السلبية نحو ذاتهم، ونحو الآخرين والمستقبل.
- _ مساعدة أفراد المجموعة المشاركة على التخلص من المشاعر السلبية التي لها دور في نشأة الشعور بالإحباط واستمراره، وعدم كفاءة الذات وفعاليتها.

_ مساعدة أفراد المجموعة المشاركة على تحمل المسؤولية، والقدرة على فهم الذات، وبناء الألفة مع الآخرين، وإكسابهم مهارات النجاح الأساسية.

الأسس التي يقوم عليها البرنامج:

يستند أي برنامج إلى أسس نظرية ينطلق منها، وقد اتبع الباحثان في برنامج السيكوندرا المستخدم في الدراسة الحالية فرضيات نظرية العلاج بالمعنى لفرانكل Frankel/ حيث أنها -كما يرى الباحثان- أكثر مناسبة في مثل موضوع الدراسة الحالية وهو (تتمية فاعلية الذات)، وهذه الفرضيات كما يلي:

1_ حرية الإرادة Freedom of Will : تمثل حرية الإرادة الأساس الأول للعلاج بالمعنى، وهذه الحرية يمتلكها الإنسان وتميزه عن سائر المخلوقات، وهي حرية ليست نهائية، لكنها محدودة بعوامل كثيرة، ويشير فرانكل في هذا الشأن إلى أن الإنسان ليس حراً أو منفصلاً عن عوامل معينة، سواءً أكانت بيولوجية أم اجتماعية أم سيكولوجية، لكنه سيظل حراً في اتخاذ مواقف تجاه هذه العوامل والظروف (Frankel: 1967: 3).

2_ إرادة المعنى The Will of Meaning : تمثل إراد المعنى الأساس الثاني للعلاج بالمعنى، فعندما يملك الإنسان الحرية في اتخاذ الاختيارات تجاه الحياة، فإنه يلي ذلك أن تكون لديه القوة والإرادة للبحث عن المعنى الذي تمثله هذه الاختيارات، وقد أشار فرانكل إلى أن إرادة المعنى تتمثل دائماً في محاولة الإنسان للبحث عن المعنى، والتي تعد القوة الأساسية في حياته، وأن إحباط إرادة المعنى يؤدي إلى الفراغ الوجودي الذي يؤدي بدوره إلى العصاب (Frankel: 1988: 29).

3_ معنى الحياة The Meaning of Life : يعد الأساس الثالث للعلاج بالمعنى، ويعني أن الحياة ذات معنى تحت كل الظروف والعوامل، فالإنسان يمكن أن يكتشف المعنى من خلال أداء عمل، أو معاشة قيمة ما، أو بالمعاناة عندما يواجه موقفاً لا يستطيع تجنبه، أو الهروب منه، أو قدراً لا يستطيع تغييره، فهنا يتمثل المعنى في الاتجاه الذي اتخذه نحو هذا القدر، وتلك المعاناة (Hutzell: 1990: 113).

مكونات البرنامج:

يتكون البرنامج من (12) جلسة، ويستند إلى الفنيات الآتية: (المحاضرة، والاسترخاء، والممارسة العملية، وتبادل الأدوار، والحديث مع الذات، والحوار ومناقشة مقاطع فيديو). وقد اعتمد الباحثان على فنية الحوار السقراطي، حيث كان هدف سقراط هو التقويم الخُلقي للبشرية، ولكن ليس عن طريق الخطب والمواعظ، ولكن عن طريق أن يبذل الناس جهداً ليصلحوا من شأن أنفسهم؛ لأن العلم هو العلم بالنفس، من أجل تقويمها، وكان الحوار يتخذ شكل الحوار الاستنباطي،

ويبدأ بالسؤال عن أشياء تبدو معروفة، إلا أنه كان يفتح الأذهان إلى حقائق لم تخطر ببال المتحاورين (عسلي والبنا: 2011: 1137).

زمن البرنامج: (12) جلسة، وزمن كل جلسة ساعة ونصف (90 دقيقة)، تستغرق مدة تطبيقها أربعة أسابيع من 2013/1/5 – 2013/1/30، وذلك بواقع ثلاث جلسات أسبوعياً (أيام السبت، والاثنين، والأربعاء، من كل أسبوع) حيث تكون الفرصة مهيأة لتطبيق البرنامج؛ لأن التلاميذ يكونون في هذه الفترة في إجازة نصف العام الدراسي.

القائمان بتنفيذ البرنامج: الباحثان نفسيهما.

مكان تنفيذ البرنامج: جمعية نبراس الأجيال للتنمية.

الفئة المستهدفة: (20) تلميذاً من المعاقين حركياً في الصف السادس الأساسي.

تقويم البرنامج: يتم من خلال التقويم المستمر، وذلك من خلال الوقوف على مدى استجابة المشاركين وتنفيذهم لما يُطلب منهم، ثم التقويم الختامي، وذلك بالإجابة عن مقياس فاعلية الذات. ويوضح الجدول الآتي عرض لجلسات البرنامج.

جدول (10) : يبين عرض لجلسات البرنامج

رقم الجلسة	عنوان الجلسة
1-	جلسة تمهيدية (تعارف وخطة سير العمل) (تعريف فاعلية الذات).
2-	التحدث عن الذات الجسمية.
3-	التحدث مع الذات العقلية.
4-	التحدث مع الذات الانفعالية.
5-	التحدث مع الذات الاجتماعية.
6-	الإطار الإيجابي للذات.
7-	إدراك الإمكانات الفعلية للذات.
8-	اكتشاف الأهداف.
9-	تحدي الإعاقة.
10-	تمثيل الامتياز البشري.
11-	تحطيم الاعتقاد السلبي.
12-	تدعيم الاعتقاد الإيجابي.

نتائج الدراسة ومناقشتها:

أولاً- نتائج الإجابة عن السؤال الأول وينص على: ما مستوى فاعلية الذات لدى التلاميذ المعاقين حركياً بمدارس محافظة شمال غزة؟ وللإجابة عن هذا السؤال قام الباحثان بحساب النسب المئوية لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس فاعلية الذات. والجدول التالي يبين ذلك:

جدول رقم (11): المتوسطات الحسابية والأوزان النسبية لانتشار مستويات فاعلية الذات لدى أفراد العينة

مستوى فاعلية الذات	عدد أفراد العينة	النسبة المئوية
فاعلية منخفضة جداً	55	36.67 %
فاعلية منخفضة	43	28.67 %
فاعلية متوسطة	23	15.33 %
فاعلية مرتفعة	21	14.00 %
فاعلية مرتفعة جداً	8	5.33 %
المجموع		100 %

يتضح من الجدول السابق أن (55) تلميذاً فاعليتهم الذاتية منخفضة جداً، وينسبة (36.67%) في حين جاءت نسبة (28.67%)، أي (43) تلميذاً فاعليتهم الذاتية منخفضة، وتعد هذه نسبة كبيرة جداً لدى التلاميذ من المعاقين حركياً من الملتحقين بالمدارس الأساسية بمحافظة شمال غزة، ويفسر الباحثان ذلك من خلال وسائل التنشئة الاجتماعية المختلفة، فإذا كانت تنشئة الفرد الأسرية قائمة على تقبله وتقبل إعاقته، فإن هذا يزيد من فاعلية الذات لدى الطفل، ويتفق هذا مع ما ذهب إليه سليمان (2000) من أنه إذا كان مفهوم الفرد عن ذاته مستمداً من سلوك الأشخاص المهمين في حياته، فلا بد أن أفضل من أن يبدي الوالدان تقبلاً ثابتاً واضحاً، فالأطفال الذين يشعرون بالحب والتقبل، يحملون شعوراً إيجابياً نحو الذات، ويستمر شعورهم بالجدارة والفاعلية حتى لو تعرضوا لضغوط خارج البيت، أما الأطفال الذين لا يشعرون بتقبل والديهم لهم، فيكونون أكثر عرضة للتأثر بوسائل الآخرين السلبية، والتي تثير القلق، والعلاقة بين الإخوة لها أثرها البالغ في تنمية مفهوم الذات عند الطفل، فقد يتعلم مع إخوته أنماطاً من السلوك كالمساعدة أو الغيرة... إلخ، ويعتقد الباحثان أن دور المدرسة والمعلم لا يقل أهمية عن دور الوالدين في التأثير على فاعلية الذات لدى التلاميذ، ويؤيد هذا ما ذهب إليه سليمان (2000) الذي يرى أن للمعلم في المدرسة دوراً مهماً في تنمية فاعلية الذات لدى التلاميذ، من حيث شعور التلميذ بالقدرة على إنجاز الواجبات المدرسية، أو ما تطلبه المدرسة، فالطريقة التي يعتمد عليها المعلمون في الحكم على طلابهم، وما تنطوي عليه من مدح أو ذم، تلعب دوراً مهماً في تنمية مفهوم الذات لدى التلميذ، كما أن لتوقعات المعلمين من تلاميذهم أثراً واضحاً في صناعة تصوراتهم عن أنفسهم، وغالباً ما ينقل المعلمون انطباعاتهم إلى التلاميذ من خلال الدرجات التحصيلية، فالتلميذ الذي يحصل على درجات ضئيلة لا يحسن الظن بقدراته، وحصول الطالب على درجات ضئيلة في مادة معينة أكثر من مرة من الأمور التي تساعد على تنمية مفهوم سلبي عن

الذات، ومن هنا كانت نسبة فاعلية الذات منخفضة بنسبة كبيرة لدى التلاميذ المعاقين حركياً لإحساسهم بعدم تقبل الأسرة لإعاقتهم، ولما قد يبديه المعلمون من ضيق، وإن كان غير معلن. ثانياً- نتائج الإجابة عن الفرض الثاني وينص على: توجد فروق دالة إحصائياً في متوسطات درجات المجموعة التجريبية في التطبيق القبلي والتطبيق البعدي على مقياس فاعلية الذات، وللتحقق من صحة هذا الفرض قام الباحثان بحساب قيمة (ت). والجدول الآتي يبين ذلك:

جدول رقم (12): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) ومستوى الدلالة في التطبيق القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية على مقياس فاعلية الذات

التطبيق	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	م. الدلالة
القبلي	20	51.20	12.11	3.265	دالة عند
البعدي	20	57.60	8.34		0.01

يتضح من الجدول وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي على مقياس فاعلية الذات، حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة (3.265) وهي اكبر من قيمة (ت) الجدولية (2.57) عند مستوى الدلالة (0.01)، وجاءت الفروق لصالح التطبيق البعدي، ويمكن تفسير هذه النتائج من خلال أن التلاميذ المعاقين حركياً والمنتسبين إلى مرحلة التعليم الأساسي بمحافظة شمال غزة، كانوا يعانون من نقص في فاعليتهم الذاتية كما أظهر ذلك مقياس فاعلية الذات عند التطبيق القبلي على هؤلاء التلاميذ، أي عند حضورهم للبرنامج، وقبل البدء بتطبيق هذا البرنامج، فقد تبين أنهم يعانون من تفكير سلبي، وذلك من خلال عدم رضاهم عن وجودهم في المدارس بين التلاميذ العاديين، إلا أن تطبيق برنامج السيكدراما على هؤلاء التلاميذ قد ساعدهم كثيراً على تحسين حصيلتهم الفكرية، وتقوية مشاعرهم الإيجابية من خلال إرسال رسائل إيجابية للذات، والتخلص من الاعتقادات السلبية، وتقوية الاعتقادات الإيجابية قدر الإمكان، كما أن لتمرين الاسترخاء الذهني والجسدي دوراً مهماً في تفريغ ما كان يعانيه هؤلاء التلاميذ من مشاعر سلبية عن الذات، وقد اتضح ذلك من خلال ما أبداه أفراد العينة التجريبية الذين حضروا جلسات السيكدراما عن مدى استفادتهم من تقنيات البرنامج، مثل: تقنية الامتياز البشري، والنمذجة، والتحدث مع الذات، من خلال استعداد كل فرد منهم للتخلص من مشاعره السلبية، والتمسك بالمشاعر الإيجابية، والحرص على احترام الذات والآخرين وتقبلهم، وأنهم كمعاقين حركياً لا يقلون بحال من الأحوال عن زملائهم العاديين، بل قد يكونون أكثر منهم تفوقاً وقدرة على التفوق. وتتفق هذه النتائج مع ما توصلت إليه نتائج دراسة سلمان (2000)، التي أشارت إلى أن هناك فروقاً في مفهوم الذات قبل تطبيق البرنامج الإرشادي وبعده.

فاعلية برنامج إرشادي باستخدام السيكدوراما...

وللتحقق من حجم الأثر لبرنامج السيكدوراما قام الباحثان بحساب حجم أثر برنامج السيكدوراما على تنمية فاعلية الذات لدى التلاميذ المعاقين حركياً في المدارس الأساسية بمحافظة شمال غزة حساباً كمياً باستخدام مربع إيتا (فام: 1997: 69)، كما يمكن تحويل قيمة (n2) إلى قيمة (d) التي تعبر عن حجم تأثير المتغير المستقل (البرنامج) على المتغير التابع (فاعلية الذات). ويوضح الجدول الآتي نتائج حساب تأثير المتغير المستقل على المتغير التابع.

جدول رقم (13): يبين قيمة (n2) وقيمة (d) المقابلة لها ومقدار حجم التأثير

المتغير المستقل	المتغير التابع	قيمة (ت)	قيمة (n2)	قيمة (d)	حجم التأثير
السيكدوراما	فاعلية الذات	3.724	0.576	1.42	كبير

حيث يعبر (0.2) لقيمة (d) عن حجم تأثير صغير ، (0.5) لقيمة (d) عن حجم تأثير متوسط، (0.8) لقيمة (d) عن حجم تأثير كبير، يتضح من الجدول السابق أن قيمة (n2) تساوي (0.576)، وهذا يعني أن (57.6%) من التباين الكلي في المتغير التابع يرجع إلى أثر المتغير المستقل، كما أن قيمة (d) أكبر من (0.8)، وهذا يعبر عن حجم تأثير كبير للمتغير المستقل على المتغير التابع، ويشير إلى فاعلية برنامج السيكدوراما في تنمية فاعلية الذات لدى أفراد العينة التجريبية، وبهذا تم التحقق من الفرض السابق.

ثالثاً- نتائج الإجابة عن الفرض الثالث وينص على: توجد فروق دالة إحصائية في متوسطات درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في التطبيق البعدي على مقياس فاعلية الذات، وللتحقق من صحة هذا الفرض قام الباحثان بحساب قيمة (ت). والجدول الآتي يبين ذلك.

جدول رقم (14): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) ومستوى الدلالة في التطبيق البعدي

بين المجموعتين على مقياس فاعلية الذات

المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	م. الدلالة
التجريبية	20	18.76	5.09	2.89	دالة عند 0.01
الضابطة	20	14.51	4.23		

يتبين من الجدول السابق أن نتائج التطبيق البعدي قد أظهرت وجود فروق دالة إحصائية بين أفراد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على مقياس فاعلية الذات المستخدم في الدراسة الحالية، وجاءت الفروق لصالح أفراد المجموعة التجريبية، ويفسر الباحثان هذه النتائج في ضوء جلسات برنامج السيكدوراما التي تم تطبيقها على أفراد المجموعة التجريبية، حيث أعطى هذا البرنامج الفرصة للتلاميذ المشاركين لرؤية أنفسهم بشكل أكثر إيجابية، وساعدهم على التنفيس الانفعالي، والاستبصار الذاتي الواقعي، وتحطيم الاعتقادات السلبية ، وتنمية الاعتقادات الإيجابية فيما يتعلق بقدراتهم الذاتية،

واكتشاف ذواتهم بصورة أفضل، وذلك عكس أفراد المجموعة الضابطة التي لم تتح لها الفرصة للتعرض للبرنامج، وبالتالي لم تجد الفرصة لاكتشاف الذات وتمييزها، وإخراج ما بداخلها من مكونات، وهذا يتفق مع ما توصلت إليه نتائج دراسة (Canino, Glorisa: 2004) التي أشارت إلى ضرورة الاهتمام بتقديم إرشادات ونصائح لمن يعانون من نقص في فاعلية الذات لديهم، وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع ما توصلت إليه نتائج دراسة كل من: حذيفة (2008) التي أشارت إلى أن البرنامج العلاجي بالسيكودراما قد حقق تعديلاً في صورة الذات لدى أفراد عينة الدراسة، ومع دراسة علوان (2009) التي أوضحت أن هناك زيادة في كفاءة الذات لدى المعاقين حركياً نتيجة تطبيق البرنامج الإرشادي، ومع دراسة القحطاني (2009) التي أوضحت أن البرنامج الإرشادي قد ساهم في خفض مستوى القلق لدى المعاقين حركياً، ومع دراسة الطاهر (2010) التي أشارت إلى حدوث تحسن في مستوى تقدير الذات لدى المعاقين حركياً بعد تطبيق البرنامج الإرشادي على أفراد العينة.

التوصيات : توصي الدراسة بما يلي:

- _ ضرورة إعطاء التلاميذ من فئة المعاقين حركياً حرية التعبير عن أفكارهم وتقدير هذه الأفكار.
- _ ضرورة اهتمام القائمين على التربية والتعليم بالتلاميذ المعاقين حركياً وتشجيعهم على سرعة اندماجهم مع زملائهم.
- _ العمل على إشراك التلاميذ المعاقين حركياً في مختلف الأنشطة المنهجية واللامنهجية.
- _ ضرورة توفير ما يلزم من أدوات وإمكانيات مادية تساعد في تنفيذ برامج السيكودراما في المدارس؛ لخدمة التلاميذ بشكل عام، والتلاميذ ذوي الحاجات الخاصة بشكل خاص.

المراجع العربية:

- إبراهيم ، أسماء : (1994) استخدام السيكودراما لخفض الاضطرابات الانفعالية لدى الأطفال ، رسالة دكتوراه ، القاهرة، جامعة عين شمس ، كلية البنات،
- أبو حذيفة، زينب محمد محمد (2008): فاعلية بعض فنيات العلاج بالسيكودراما في تعديل صورة الذات للفتيات المفضلات الإقامة في المؤسسات الإيوائية رسالة دكتوراه، معهد الدراسات العليا للطفولة، الدراسات النفسية والاجتماعية، القاهرة.
- الأشول ، عادل (1987): مقياس مفهوم الذات للأطفال، كراسة التعليمات، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.
- أبو موسى ، وفاء (2008): استخدام السيكودراما لخفض الاضطرابات لدى الأطفال، رسالة دكتوراه، القاهرة، جامعة عين شمس، كلية البنات.

- أبو هاشم، السيد محمد (1994): أثر التغذية الراجعة على فاعلية الذات، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة عين شمس.
- الإمارة، أسعد (1995): علاقة الضغوط والتعامل معها بالخصائص العصابية لدى طلبة الجامعة، رسالة دكتوراه، الجامعة المستنصرية، بغداد..
- البندري، عبد الرحمن محمد (2007): الذكاء الانفعالي وعلاقته بكل من فاعلية الذات وإدراك القبول - الرفض الوالدي، رسالة دكتوراه، كلية التربية، جامعة أم القرى، مكة.
- بهادر ، سعدية (1983): من أنا - البرنامج التربوي لخدمة من أنا الموجه لأطفال الرياض بين النظرية والتجربة، الكويت، مؤسسة الكويت للتقدم العلمي.
- جمعة، أمجد عزات عبد المجيد (2005): مدى فاعلية برنامج إرشادي مقترح في السيكدوراما للتخفيف من حدة بعض المشكلات السلوكية لطلاب المرحلة الإعدادية، رسالة ماجستير، قسم علم النفس بكلية التربية، الجامعة الإسلامية بغزة.
- جودة، آمال (2008): تصميم خطة البحث العلمي، جامعة الأقصى، مكتبة الطالب.
- حسيب، عبد المنعم عبدالله (2001): الاستقلال النفسي عن الوالدين وعلاقته بفاعلية الذات والسلوك التوكيدي لدى طلبة الجامعة، مجلة العلوم التربوية، جامعة القاهرة، العدد 14، ص 40-52.
- حمودة ، صفاء (1991) : فاعلية العلاج الجماعي (السيكدوراما) والممارسة السلبية في علاج بعض حالات اللجاجة ، رسالة دكتوراه، القاهرة، جامعة عين شمس، كلية التربية.
- الدريز، عبد المنعم احمد (2004): دراسات في علم النفس المعرفي، القاهرة، عالم الكتب.
- الدهان، منى (2002): فاعلية الأنشطة الدرامية في تنمية بعض القيم السلوكية لدى الأطفال المتخلفين عقلياً ، مجلة الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، العدد15، ص 196-258.
- الرامانة، عبد اللطيف خلف (2012): فاعلية برنامج تدريبي قائم على السيكدوراما في خفض المشكلات السلوكية والإنفعالية لدى الطلبة ذوي صعوبات التعلم، رسالة ماجستير، جامعة عمان العربية، الأردن.
- الزقزوق، رامي عبد اللطيف (2013): استخدام السيكدوراما في خفض مستوى القلق والأفكار اللاعقلانية لدى طلبة الكليات التقنية في قطاع غزة، رسالة ماجستير، كلية التربية، قسم علم النفس، جامعة الزهر، غزة.
- زقوت، آمنة (2001) : فاعلية برنامج مقترح بالسيكدوراما في خفض مستوى القلق لدى النساء المهمشات بمحافظة خانيونس، جامعة القاهرة، معهد الدراسات التربوية، مجلة العلوم التربوية، عدد 2، ص 5-31.

- زيدان، سامي محمد (2000): فاعلية الذات وجور الجنس لدى التلاميذ الأيتام والعاديين في مرحلة الطفولة المتأخرة، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة المنصورة.
- سليمان، عبد الرحمن : (1999) بحوث ودراسات في العلاج النفسي، الجزء الأول، القاهرة، مكتبة زهراء الشرق.
- سليمان، محمد عبد العزيز (2000): تصميم برنامج إرشادي لتحسين مفهوم الذات عند أطفال المؤسسات الإيوائية، رسالة دكتوراه، جامعة عين شمس، معهد الدراسات العليا للطفولة، قسم الدراسات النفسية والاجتماعية، القاهرة.
- السفاسفة، محمد (2003) : أساسيات في الإرشاد والتوجيه النفسي والتربوي، ط1 ، الكويت، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع.
- صالح، احمد زكي (1978): اختبار الذكاء المصور، القاهرة، مكتبة النهضة المصرية.
- صالح، عواطف حسين (1993): الفاعلية الذاتية وعلاقتها بضغط الحياة لدى الشباب الجامعي، مجلة كلية التربية، جامعة المنصورة، العدد 23، ص 461-487.
- الطاهر، دينا حسين (2010): فاعلية برنامج إرشادي في تنمية بعض المهارات الاجتماعية وتقدير الذات لدى المعاقات حركيا، رسالة دكتوراه، كلية التربية، جامعة عين شمس.
- عبد الغفار ، أحلام رجب : (2001) التربية المسرحية بمدارس الأمل وضعاف السمع بالتعليم الابتدائي من وجهة نظر المعلم، مجلة دراسات تربوية واجتماعية، جامعة حلوان، المجلد السابع، العدد الأول، ص 305-253.
- عزازي ، عزه عبد الجواد (1990) . استخدام السيكدراما في علاج بعض المشكلات النفسية لأطفال سن ما قبل المدرسة ، رسالة ماجستير ، جامعه عين شمس .
- العزب، محمد سامي (2004): الأنشطة المدرسية وعلاقتها بفاعلية الذات لدى تلاميذ الصف الثاني الإعدادي، رسالة ماجستير، جامعة القاهرة.
- عسليّة، محمد إبراهيم (2012) الاختبارات والمقاييس، الجزء الثاني، فلسطين، غزة، مكتبة الطالب الجامعي.
- عسليّة، محمد و البناء، أنور (2011) فاعلية برنامج في البرمجة اللغوية العصبية في خفض قلق المستقبل لدى طلبة جامعة الأقصى المنتسبين للتنظيمات بمحافظة غزة، مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية) مجلد 20، عدد 2، ص 1120-1158.
- عسليّة، محمد وجودة، آمال (2005): اتجاهات طلبة جامعة الأقصى نحو المعوقين، مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس، الجزء 3، العدد 29، ص 85-128.
- علاوي، محمد حسن (1989): علم النفس الرياضي، ط4، القاهرة، دار المعارف.

- علوان، محمود (2009): فاعلية برنامج مقترح لزيادة كفاءة الذات لدى المعاقين حركيا بقطاع غزة، رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية، غزة.
- غانم ، محمد حسن : (2003) العلاج النفسي بين النظرية والتطبيق، القاهرة، مكتبة النهضة المصرية.
- فام، رشدي منصور (1997): حجم الأثر للدرجة المكتملة للدلالة الإحصائية، المجلة المصرية للدراسات النفسية، ج 7، ع 16، ص 5 - 75.
- القحطاني، سارة (2009): دور ممارسة الألعاب في خفض القلق لذوي الإعاقات الجسدية الحركية بمؤسسة رعاية الأطفال للمشلولين بالطائف، جامعة أم القرى، مكة.
- القذافي ، رمضان : (1997) التوجيه والإرشاد النفسي ، بيروت، دار الجبل.
- المصباحين منيرة محيل والمصباحين، أحلام محمد (2008): بناء برنامج تدريبي قائم على أساليب السيوكودراما وقياس فاعليته في تنمية مهارة المرونة لدى عينة من طالبات الصف الخامس الأساسي في الأردن،

<http://hu.edu.jo/ecwc/papers/Psychology/Paper%20Muneera.doc>

- 38_ المصري، محمد عبد المجيد (2006): علاقة الندم الموقفي بفاعلية الذات لدى طلبة جامعة الإسراء الخاصة، المجلة الأردنية للعلوم التطبيقية، م1، ع2، ص 3 - 34.

المراجع الأجنبية:

- Bandura, A. (1982); Self – Efficacy Mechanism in human agency, journal of American Psychologist, vol. 37 (2), p 122- 147.
- 40-Bandura, A (1986); Social Foundation Of thought, and action; Asocial Cognitive theory, New York; prentice Hall.
- Cannio, Glorisa. (2004); Are Somatic Symptoms and Related Distress more prevalent In Hispanic/ Latino Youth? Some Methodological Considerations,, Journal of clinical child and Adolescent Psychology . 33 (2) . 272-275.
- Frankel, V. E (1967);Psychotherapy and Existentialism, New York, Washington. Square press Inc.

- Frankel, V. E (1988);The Will of Meaning; Foundations and application of logo therapy, New York American Library, Penguin Inc.
- Hutzell, R,R (1990); An Introduction to Logo therapy , In; Keller. P. a , and Ritt. L. g. (EDS) Innovation in Clinical Practice; a source book. VOL. 9. New York, Professional resource Exchange Inc.
- Lotez. J (1990); Psychodrama for the Timid Clinical, New York; Springercorsinal.
- Schawarzer , R. (1999); General Perceived self- Efficacy in cultures, Washington Dc; Homisphers 14.
- Zimmerman, B. J (1989); Models of self Regulated learning and Academic Achievement, journal of American Educational. Vol. 12 (3), p 1-25.