

فعالية برنامج إرشادي في تنمية مفهوم الذات لدى طلاب المرحلة الإعدادية

إبراهيم أحمد ماضي

وكالة الغوث الدولية

تاريخ الاستلام 2016/4/7 تاريخ القبول 2016/8/30

ملخص:

هدفت الدراسة إلى التعرف على (فاعلية برنامج إرشادي في تنمية مفهوم الذات لدى طلاب المرحلة الإعدادية) ولتحقيق هذا الهدف، اختار الباحث عينة مكونة من (30) طالباً من طلاب الصف التاسع، الذين حصلوا على درجاتٍ متدنيةٍ في مقياس مفهوم الذات، وقد تم تقسيمهم إلى مجموعتين متكافئتين، تجريبية وضابطة، قوام كل مجموعة (15) طالباً . أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha = 0.05$) بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية و متوسط درجات أفراد المجموعة الضابطة في مفهوم الذات بعد تطبيق البرنامج الإرشادي المقترح على أفراد المجموعة التجريبية. كما أشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha = 0.05$) بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس القبلي، ومتوسط درجات أفراد المجموعة نفسها في القياس البعدي في مفهوم الذات، بعد تطبيق البرنامج الإرشادي. وبيّنت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha = 0.05$) بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي ومتوسط درجات أفراد المجموعة نفسها في القياس التبعي في مفهوم الذات بعد مرور شهرين من تطبيق البرنامج الإرشادي.

Abstract:

The purpose of the study was to a knowing the efficacy of the counseling program in the development of self-concept for the students of the prep school .The sample of the study consist of (30) students of the ninth grade, who have gotten at low grades on the scale of self-concept and it was divided into group experimental (N=15) and a control group (N=15). The results of the study:There are statistical significant differences at the level of significance ($\alpha = 0.05$) between the scores average of the experimental group and scores average members of the control group in

self-concept after the applying of the counseling program on the experimental group members. There are statistical significant differences at the level of significance ($\alpha = 0.05$) between the scores average of the experimental group in the pre test and scores average in the post test of the self-concept after the applying of the counseling program. There are no statistical significant differences at the level of significance ($\alpha = 0.05$) between the scores average of the experimental group in the post test and scores average of the same group in sequential measurement in self-concept two months after applying the counseling program.

مقدمه:

يعدّ الإرشاد النفسي فرعاً من فروع علم النفس التطبيقي، وقد تطور هذا الفرع تطوراً سريعاً منذ بداية القرن العشرين، ووضعت له نظريات وتشعبت مجالاته، لتغطي حياة الإنسان في كافة مراحلها، من الطفولة إلى الشيخوخة، وفي كافة ظروفها في الصحة والمرض، وفي كافة جوانبها، في العمل، وفي المدرسة، وفي الزواج. وقد ظهر الإرشاد النفسي كعلم وفن وممارسة، نتيجةً للتغيرات النمائية المختلفة، والتغيرات الأسرية والاجتماعية، وتطور مفهوم التعليم، وتزايد أعداد الطلبة، ومشكلة الزواج والتفكك الأسري، والتقدم الاقتصادي وما نتج عنه من قلق وتوتر، كل هذا أدّى إلى ظهور الإرشاد النفسي.

ويعتبر المجتمع الفلسطيني من أكثر المجتمعات حاجة إلى الإرشاد النفسي، نتيجةً للتغيرات السياسية والاقتصادية والاجتماعية التي عاشها المجتمع الفلسطيني وما زال يعيشها، وما مرّ به أيضاً من خبرات صادمة من قصف ودمار وقتل للأطفال والشباب والنساء، هذا يستدعي وجود خدمات نفسية وإرشادية لكافة مراحل العمر، لمساعدة أفراد المجتمع على الحد من الاضطرابات الناتجة عن هذه الصدمات.

إن مفهوم الذات ليس إلا شكلاً سيكولوجياً، أو بناءً خيالياً، الهدف منه مساعدة عالم النفس على التفكير في الظواهر التي يدرسها، ويستدل عليه عن طريق السلوك. هذا يعني تقييم الفرد لنفسه ككل من حيث مظهره، وخلفيته، وأصوله، وكذلك قدراته، ووسائله، واتجاهاته، وشعوره حتى يبلغ كل ذلك ذروته ومن ثم يصبح قوة موجهة لسلوكه. (الدسوقي، 1989: 85)

ويمثل مفهوم الذات مجموعة من الصفات التي يطلقها الفرد على نفسه في مجالات متعددة، وخاصة تلك الصفات التي يعتبرها الفرد مهمة، مثل: الصفات الجسمية، والصفات المرتبطة بالقيم الاجتماعية، والقدرات العقلية وكذلك الجوانب الانفعالية. (جبريل وآخرون، 2012: 147) ويعتبر (أبو جادو، 1998: 151) مفهوم الذات من الأبعاد المهمة في الشخصية الإنسانية التي لها أثر كبير في سلوك الفرد، وتصرفاته، كما يلعب مفهوم الذات، أو فكرة الفرد عن

فعالية برنامج إرشادي في تنمية مفهوم الذات لدى طلاب المرحلة الإعدادية

نفسه دوراً كبيراً في توجيه السلوك وتحديده، فالطالب الذي لديه فكرة عن نفسه بأنه ذكي يميل إلى التصرف تبعاً لهذه الفكرة، فمفهوم الذات على هذا النحو يعمل كقوة دافعة. وفي ضوء ما تقدم، يتضح لنا أن مفهوم الذات ليس شيئاً موروثاً، وإنما هو مفهوم مكتسب، من خلال إدراك الفرد للمجتمع المحيط به، ومن خلال العلاقات الاجتماعية في المجتمع، كما تلعب الأسرة دوراً بارزاً في تكوين مفهوم الذات لدى الأبناء، من خلال أساليب التنشئة الاجتماعية، بالإضافة إلى الدور الذي تلعبه المدرسة كمؤسسة تربوية تتميز بوجود برامج مختلفة بداخلها، ويعتبر الإرشاد النفسي وما يتخلله من برامج إرشاد جماعي إحدى مكونات هذه البرامج لما له من أهمية في تحقيق الذات، وتحسين العملية التربوية، وتحقيق التوافق والصحة النفسية للطلاب، ويعتبر مفهوم الذات غير الواقعي (السلبي) عنواناً للشخصية الانهزامية التي تستشعر الضعف، وقلة الحيلة خلال التعامل مع الآخرين، ويعتبر الإرشاد الجماعي طريقة مناسبة، لكي يرى الفرد صورة ذاته من خلال الجماعة.

هذا وأكدت العديد من الدراسات على أهمية الأساليب والبرامج العلاجية، القائمة على الإرشاد الجماعي، في تنمية مفهوم الذات، مثل دراسة كل من محمد السفاسفه (2011)، وبديعة نبهان (2010)، وأمنة زقوت وعائده صالح (2009)، وكونال (2001)، لأنها تعتمد على أساليب مختلفة من أساليب الإرشاد الجماعي منها: المناقشات الجماعية، ولعب الدور والواجبات المنزلية، كل هذه الأساليب لها دورها في رفع مستوى الصحة النفسية، وتنمية مفهوم الذات لدى الطلاب، مما ينعكس بالإيجاب عليهم، وعلى طريقة تعاملهم مع الآخرين.

ومن خلال عمل الباحث (مرشداً نفسياً بالمرحلة الإعدادية) لاحظ أن بعض طلاب المرحلة الإعدادية يعانون من عدة مشكلات منها: نقص الدافعية للدراسة، واللامبالاه، وعدم الاهتمام بالتحصيل الدراسي، والاهمال في حل الواجبات البيتية، وعدم الرغبة في إكمال مشوار التعليم، وضعف الثقة بالنفس، والشعور بعدم تحمل المسؤولية، والضبابية في نظرهم لمستقبلهم، وإنهم بحاجة إلى مساعدة لتغيير فكرتهم عن ذواتهم، والاهتمام بالعملية التعليمية التعليمية. من هنا جاءت فكرة الدراسة الحالية لتسهم ولو بشكل بسيط في العملية التعليمية التعليمية، ومساعدة الطلاب في تنمية أفكارهم عن أنفسهم، والتي تتضمن برنامجاً إرشادياً مكوناً من عدد من الجلسات، يهدف لتنمية مفهوم الذات لدى طلاب المرحلة الإعدادية.

مشكلة الدراسة:

جاءت فكرة الدراسة الحالية لتسهم، ولو بشكل بسيط في العملية التعليمية التعليمية، ومساعدة الطلاب في تنمية أفكارهم عن أنفسهم، والتي تتضمن برنامجاً إرشادياً مكوناً من عدد من الجلسات يهدف لتنمية مفهوم الذات لدى طلاب المرحلة الإعدادية.

تمثلت مشكلة الدراسة بالتساؤل الرئيس التالي:-

ما فعالية برنامج إرشادي في تنمية مفهوم الذات لدى طلاب المرحلة الإعدادية ؟

وينبثق عن التساؤل الرئيس التساؤلات الفرعية التالية:-

1. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية ومتوسط درجات أفراد المجموعة الضابطة في القياس البعدي في مقياس مفهوم الذات ؟
2. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس القبلي ومتوسط درجات أفراد المجموعة نفسها في القياس البعدي في مقياس مفهوم الذات ؟
3. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي ومتوسط درجات أفراد المجموعة نفسها في القياس التتبعي في مقياس مفهوم الذات ؟
4. هل توجد فاعلية للبرنامج الإرشادي في تنمية مفهوم الذات ؟

أهداف الدراسة:

1. التعرف على فاعلية البرنامج الإرشادي في تنمية مفهوم الذات لدى طلاب المرحلة الإعدادية.
2. التحقق من فاعلية البرنامج الإرشادي المقترح في تنمية مفهوم الذات لدى طلاب المرحلة الإعدادية.

أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة في جانبين هما:

أولاً: الأهمية النظرية:

وتتمثل أهمية الدراسة النظرية في النقاط التالية:

1. تساهم هذه الدراسة في إثراء المعرفة عند الباحثين والمختصين في مجال الإرشاد النفسي.
2. تشكل الدراسة الحالية إضافة معرفية لموضوع مفهوم الذات لدى طلاب المرحلة الإعدادية.
3. قد تفتح الدراسة الحالية المجال أمام الباحثين لدراسة مفهوم الذات في ضوء متغيرات، وعينات، ومراحل عمرية أخرى.
4. تبرز أهمية ودور الإرشاد النفسي في تنمية جوانب الشخصية المختلفة.

ثانياً: الأهمية التطبيقية:

وتتمثل أهمية الدراسة التطبيقية في النقاط التالية:

1. إنها تقدم برنامجاً إرشادياً معتمداً على نظريات، وفنيات، وإستراتيجيات نفسية مستمدة من بعض نظريات الإرشاد النفسي في تنمية مفهوم الذات لدى طلاب المرحلة الإعدادية.
2. تفيد الدراسة الحالية المرشدين التربويين في استخدام البرنامج الحالي في تنمية مفهوم الذات لدى طلاب المرحلة الإعدادية.

فعالية برنامج إرشادي في تنمية مفهوم الذات لدى طلاب المرحلة الإعدادية

3. تزود الدراسة الحالية المرشدين بالمعارف، والأنشطة والمهارات التي يمكن أن يستفيد منها المرشدون النفسيون في جلسات الإرشاد الجماعي.
 4. إمكانية الاستفادة من البرنامج في مراحل عمرية مختلفة.
- مصطلحات الدراسة:

تشتمل الدراسة علي المصطلحات التالية:

1. الفاعلية Effectiveness

هي القدرة على تحقيق النتيجة المقصودة وفق معايير محددة مسبقاً، أو هي القدرة على إنجاز الأهداف والوصول إلى النتائج المرجوة بأقصى حد ممكن. (علي، 2011:39)

ويعرف الباحث الفاعلية إجرائياً " مدى قدرة البرنامج الإرشادي على تنمية مفهوم الذات لدى طلاب المرحلة الإعدادية ".

2. البرنامج الإرشادي: Program Counseling

هو برنامج منظم في ضوء أسس علمية، لتقديم الخدمات الإرشادية المباشرة، وغير المباشرة، فردياً وجماعياً، بهدف مساعدتهم في تحقيق النمو السوي، والقيام بالاختيار الواعي، والمتعل، ولتحقيق التوافق النفسي، ويقوم بتخطيطه، وتنفيذه لجنة، وفريق من المسؤولين المؤهلين (زهران، 2002: 449)

ويعرفه الباحث إجرائياً بأنه " برنامج مخطط، ومنظم في ضوء أسس علمية، لتقديم خدمات إرشادية مباشرة، وغير مباشرة، والتي يستخدمها المرشد مع مجموعة من الطلاب، بقصد إحداث تغيير متوقع في سلوكهم بقدر الإمكان في نهاية مدة البرنامج مستخدماً طرق، وأساليب الإرشاد المختلفة".

3. مفهوم الذات: Self-concept

يعرفه صلاح الدين أبو ناهية (1999) " بأنه عبارة عن مفهوم الفرد، وإدراكه للعناصر المختلفة المكونة للشخصية، أو كينونته الداخلية والخارجية، ويتمثل ذلك في الجوانب الأكاديمية، والجسمية، والاجتماعية، والثقة بالنفس " (أبو ناهية، 1996: 3)

ويعرفه الباحث إجرائياً بأنه: الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطلاب على مقياس مفهوم الذات الذي أعده صلاح الدين أبو ناهية (1999) ويتبنى الباحث هذا التعريف.

حدود الدراسة:

تحدد الدراسة الحالية بما يلي:

1- الموضوع: وهو فاعلية برنامج إرشادي في تنمية مفهوم الذات لدى طلاب المرحلة الإعدادية

2- الحد المكاني: تمثل محافظات غزة الحد المكاني.

3- **الحد البشري:** تقتصر هذه الدراسة علي طلاب الصف التاسع في مدرسة ذكور رفح الإعدادية الجديدة بمحافظة رفح.

4- **الحد الزمني:** تم تطبيق الدراسة في العام الدراسي 2012-2013 .

4 أدوات الدراسة

- مقياس مفهوم الذات إعداد صلاح الدين محمد أبو ناهية (1996م).
- البرنامج الإرشادي لتنمية مفهوم الذات لدي طلاب المرحلة الإعدادية من إعداد الباحث
- اختبار الذكاء المصور إعداد أحمد زكي صالح(1978).
- استمارة تقدير المستوى الاجتماعي والاقتصادي للأسرة الفلسطينية:إعداد نظمي أبو مصطفى (2010).

الإطار النظري

يعتبر مفهوم الذات من المفاهيم الأساسية التي تهتمُّ الفرد في تكوين شخصيته، فهو مجموعة الصفات التي يطلقها الفرد علي نفسه، إن فكرة الإنسان عن نفسه تحدد إلى درجة بعيدة سلوكه. وحتى نستطيع فهم شخصية الإنسان، لابد من دراسة مفهوم الذات فهو يعتبر حجر الزاوية في الشخصية. وينمو مفهوم الذات لدى الفرد متأثراً بتقييمات الآخرين للفرد، وخاصة تقييمات الآخرين المهمين لدى الفرد مثل: الأب، الأم، الأصدقاء، المعلمين. وسوف نستعرض كل ما يختص بمفهوم الذات، لما لمفهوم الذات من أهمية كبيرة في حياة الإنسان.

تعريف مفهوم الذات : هناك العديد من التعريفات التي تناولت مفهوم الذات، منها: **تعريف حامد زهران (1967)** "بأنه تكوين معرفي منظم موحد متعلم للمدركات الشعورية والتصورات والتعليمات الخاصة بالذات، يبلوره الفرد ويعتبره تعريفاً نفسياً لذاته (حامد زهران، 2000: 366) ويعرفه عادل الأشول (1984) بأنه" تكوين معرفي منظم موحد ومتعلم للمدركات الشعورية والتصورات والتعليمات الخاصة بالذات وبلوره الفرد ويعتبره تعريفاً نفسياً لذاته، كما أنه يحدد إنجاز المرء الفعلي، ويظهر جزئياً في خبرات الفرد بالواقع واحتكاكه به، ويتأثر تأثيراً كبيراً بالأحكام التي يتلقاها من الأشخاص ذوي الأهمية الانفعالية في حياة الفرد، وبتفسيراته لاستجاباتهم نحوه " (نبوية عبدالله، 2000: 19). كما يعرفه إبراهيم أبو زيد (1987) مفهوم الذات بأنه " تركيب معرفي منظم موحد متعلم لمدركات الفرد الواعية، ويتضمن استجابات الفرد نحو نفسه ككل وتقديره لذاته ووصفه لها كما هو كائن حالياً (الذات المدركة أو الواقعية) وكما يود أن يكون (الذات المثالية) وكذلك كما يراه الآخرون (ذات الآخرين) وذلك في قطاعات عامه من المواقف الاجتماعية والانفعالية والمعرفية والجمالية والاقتصادية وغيرها، وهذه الأوصاف تحتوي علي إدراكات الفرد وتصوراته لمميزات ذاته كما تنعكس عملياً في تقديره اللفظي عن نفسه وتقديره لها، ذلك التقدير الذي يتضمن حكماً من أحكام القيمه

يضع الفرد في مكان ما بالنسبة للعلاقات البيئية المختلفة والمحيط به من خلال علاقات الديناميكية معها". (إبراهيم أبو زيد، 1987: 151) ويعرفه روجرز (Rogers 1976) بأنه "المجال التصوري الثابت والمنظم والمتألف من المدركات الخاصة بالفرد وعلاقتها بالآخرين، ومظاهر الحياة المختلفة المرتبطة بهذه المدركات" (أحمد البخاري، 2009: 42) ويعرفه محمد عماد الدين اسماعيل (1961) أن مفهوم الذات ذلك المفهوم الذي يكونه الفرد عن نفسه باعتباره كائناً بيولوجياً اجتماعياً، أي باعتباره مصدراً للتأثير والتأثر بالنسبة للآخر - أو بعبارة سلوكية أخرى - هو ذلك التنظيم الإدراكي الانفعالي الذي يتضمن استجابات الفرد نحو نفسه ككل، كما يظهر ذلك في التقدير اللفظي الذي يحمل صفة من الصفات على ضمير المتكلم " (عبد الفتاح دويدار، 1992: 39) كما يعرفه صالح أبو جادو (1998) بأنه "المجموع الكلي لإدراكات الفرد، وهو صورة مركبة ومؤلفة من تفكير الفرد عن نفسه، وعن تحصيله وعن خصائصه وصفاته الجسمية والعقلية والشخصية، واتجاهاته نحو نفسه، وتفكيره بما يفكر الآخرون عنه وبما يفضل أن يكون عليه " (صالح أبو جادو، 1998: 154) ومن خلال استعراض الباحث للتعريفات السابقة لمفهوم الذات، يمكن القول بأن "مفهوم الذات هو مجموعة الصفات التي يطلقها الفرد على نفسه، وهذه الصفات تؤثر في سلوكيات الفرد، كما ويعتبر مفهوم الذات حجر الزاوية في تكوين الشخصية".

العوامل المؤثرة في تطور مفهوم الذات:

تنقسم العوامل التي تؤثر في تطور مفهوم الذات إلى نوعين:

أولاً: العوامل الذاتية:

(أ) القدرة العقلية العامة "الذكاء":

يؤثر الذكاء على إدراك الفرد لذاته وإدراكه لاتجاهات الآخرين له، كما يؤثر على إدراك الفرد لقدراته، للفرص المتاحة أمامه والعوامل التي تواجهه.

(ب) الخصائص الجسمية:

يقصد بها صورة الجسم وما تتضمنه من خصائص من حيث الطول، الوزن، الحجم، الشكل العام، الخلو من الملامح المعيبة في نظره، ومن خلال المعايير الثقافية السائدة، إذ أن الخصائص المعيبة للجسم يمكن أن تخفض من تقدير الفرد لذاته.

(ج) الدوافع:

يتأثر مفهوم الذات بالدافع الداخلي لتأكيد الذات، كما يتأثر بمستوى الطموح، ومستويات النجاح والفشل.

ثانياً: العوامل الاجتماعية:

(أ) الأسرة: هي المؤسسة الأولى والأساسية في تحويل الطفل من كائن بيولوجي إلى كائن اجتماعي وهي مسئولة عن التنشئة الاجتماعية وتوفير الرعاية الشاملة للطفل، ومن خلالها وفيها تنعكس نظرتها على سلوك الطفل وتصرفاته.

(ب) المدرسة: تلي المدرسة الأسرة في أهمية دورها في تكوين مفهوم الذات لدى الطفل، إذ تعد المدرسة امتداداً طبيعياً للأسرة، بل ربما تكون عوضاً عن الأسرة في حالة تفككها وتصدها، إذ يسمح المناخ المدرسي، بما يحويه من نشاط، مجالات متعددة للعمل، بتنمية ثقة الطفل في ذاته أو إعادة بنائها، ويمكن للمدرس أن يلعب دوراً مفيداً في هذا الشأن.

(ج) المستوى الاقتصادي الاجتماعي:

يعتبر العامل الاقتصادي الاجتماعي من العوامل الهامة في تكوين فكرة الفرد عن نفسه، فإذا ما قارن الفرد ذاته بمجموعة أرقى منه، يرفع من قيمة نفسه، وإذا ما قارن نفسه بمجموعة أعلى فهو ينقص من قيمته. لذا فإن المستوى الاقتصادي الاجتماعي يلعب دوره في اختيار الأصدقاء الذين يزداد تأثيرهم في هذه الفترة من النمو (محمد أحمد دسوقي، 1989: 88-90)

ويرى الباحث أن الأسرة من أهم العوامل في تكوين مفهوم الذات لدى الأبناء لما للإسرة من دور كبير في بناء جيل معتز بنفسه قادر على تحقيق أهدافه من خلال أساليب التنشئة الاجتماعية المختلفة .

أنواع مفهوم الذات

1. المفهوم الإيجابي للذات:

ويتمثل في تقبل الفرد لذاته ورضاه عنها، حيث تظهر لمن يتمتع بمفهوم ذات إيجابي صورة واضحة ومتبلورة للذات، يلمسها كل من يتعامل مع الفرد أو يحتك به، ويكشف عنها أسلوب تعامله مع الآخرين الذي يظهر فيه دائماً الرغبة في احترام الذات وتقديرها والمحافظة على مكانتها الاجتماعية ودورها وأهميتها والثقة الواضحة بالنفس والتمسك بالكرامة والاستقلال الذاتي مما يعبر عن تقبل الفرد لذاته ورضائه عنها.

2. المفهوم السلبي للذات:

وينطبق هذا المفهوم على مظاهر الانحرافات السلوكية والأنماط المضادة أو المتناقضة مع أساليب الحياة العادية للأفراد، والتي تخرجهم عن الأنماط السلوكية العادية المتوقعة من الأفراد العاديين في المجتمع. والتي تجعلنا نحكم على من تصدر عنه بسوء التكيف الاجتماعي أو النفسي فتضعه في فئة غير الأسوياء. والواقع أن من يكون لنفسه مفهوماً سلبياً كثيراً ما يكشف عن هذا المفهوم من أسلوب حديثه أو تعاملاته أو تصرفاته الخاصة أو من تعبيره عن مشاعره تجاه نفسه أو

تجاه الآخرين، مما يجعلنا نصفه بالعدوان أو عدم الذكاء الاجتماعي أو الخروج عن اللياقة في التعامل، أو عدم احترام الذات... وعادة ما يعاني مثل هؤلاء الأفراد من نوعين من السلبية:

- **الأول:** ويظهر في عدم القدرة على التوافق مع العالم الخارجي الذي يعيش فيه، حيث تسمع أياً منهم يعبر عن ذلك "بأنه ليس على مستوى الآخرين" أو أنه "محمل بالمشاكل والهموم" أو أنه يشعر بعدم الاستقرار النفسي وعدم الاطمئنان في حياته..
- **الثاني:** ويظهر في شعور البعض منهم بالكراهية من الآخرين، حيث تسمعه يعبر عن ذلك بأنه يشعر بعدم قيمته أو عدم أهميته "أو بأنه غير مقدّر أو لا يُعجبُ الآخرين مهما فعل..." (سعدية بهارد، 1983: 34).

خلاصة القول يعتبر مفهوم الذات حجر الزاوية في بناء الشخصية وبالتالي لا يمكن فهم الشخصية الإنسانية بمعزل عن مفهوم الذات وكذلك السلوك الإنساني سواء كان سلوك سوي أو سلوك شاذ إلا في ضوء الصورة التي يرسمها الفرد لنفسه. ولذلك يعتبر الإرشاد النفسي العملية التي تساعد الفرد على التعرف على ما لديه من إمكانيات وقدرات، وبالتالي التعرف على نواحي الشخصية المختلفة مما يساعد الفرد على التغلب على كثير من المشكلات التي يواجهها خلال فترات حياته المختلفة.

الدراسات السابقة:

تناولت العديد من الدراسات موضوع مفهوم الذات ومن هذه الدراسات : دراسة كونا (2001) دراسة هدفت الدراسة إلى استقصاء أثر برنامج إرشادي جمعي في تحسين مستوي مفهوم الذات، باستخدام تعليم المغامرة في الهواء الطلق، لدى الطلبة المراهقين من الصفوف الدراسية (9 - 12) بمدرسة كلية الأصدقاء الخاصة بمدينة نيويورك الأمريكية، والذي استمر لفصل دراسي كامل، بواقع جلستين أسبوعياً ولمدة (40) دقيقة للجلسة الواحدة، على عينة تكونت من (94) طالبا وطالبة، اختيروا عشوائياً وقسموا إلى مجموعتين: المجموعة التجريبية (36) طالبا وطالبة، والمجموعة الضابطة (58) طالبا وطالبة استخدم الباحث مقياس مفهوم الذات المتعدد الأبعاد، وأشارت النتائج إلى وجود تحسن ملحوظ في مفهوم الذات العام ومفهوم الذات الجسمية، والذات المؤثرة، والذات القادرة، والذات الاجتماعية، والذات الأكاديمية، لدى أفراد المجموعة التجريبية، كما أشارت النتائج إلى أنه لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى للنوع الاجتماعي (ذكر، أنثى) في مفهوم الذات الاجتماعية والأكاديمية. ودراسة ويلسون (2004) دراسة هدفت إلى تقييم أثر برنامج إرشادي جمعي للتدخل المبكر لتنمية مفهوم الذات لدى طلبة مرحلة ما قبل المدرسة، بالمركز القيادي الابتدائي بمقاطعة بتسي، على عينة بلغت (54) طالبا وطالبة، من أعمار (3 - 5) سنوات، قسموا إلى ثلاث مجموعات: مجموعتان تجريبيتان ومجموعة ضابطة. وقد استخدم الباحث برنامجاً

إرشادياً، ومقياس اكتساب أساسيات مفهوم الذات، وأشارت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائية لصالح المجموعتين التجريبتين، مما يشير إلى فاعلية البرنامج الإرشادي للتدخل المبكر لتنمية مفهوم الذات. ودراسة ليونج وآخرون (2005) دراسة هدفت إلى تقصي فاعلية الإرشاد من خلال الأقران في تنمية مفهوم الذات الأكاديمي وغير الأكاديمي لعينة من الطلبة بلغ عددهم (35) طالباً وطالبة من إحدى المدارس في مدينة سيدني بأستراليا تراوحت أعمارهم ما بين (15 - 19) سنة، وتم تقسيمهم إلى مجموعتين: مجموعة تجريبية تألفت من (16) طالباً وطالبة، ومجموعة ضابطة تألفت من (19) طالباً وطالبة، ولقد تطوع (11) طالباً وطالبة للمشاركة في برنامج الإرشاد بالأقران، لمدة عشرة أسابيع ويواقع جلسة واحدة أسبوعياً بلغت المدة الزمنية للجلسة الواحدة (80) دقيقة، واستخدم في تحليل النتائج تحليل التباين المتعدد وقد أشارت، نتائجه إلى فاعلية الإرشاد بالأقران في تنمية مفهوم الذات الأكاديمي وغير الأكاديمي لدى أفراد الفئة المستهدفة. ودراسة كاراغيناكيس (2006) دراسة هدفت إلى تقصي فاعلية الإرشاد من خلال الأقران في تنمية مفهوم الذات العام وأبعاده (الأكاديمي والاجتماعي والسلوكي)، في رفع المستوى التحصيلي في (الإملاء والحساب والقراءة)، لعينة من طلاب المدارس في كندا بلغ عددهم (341) طالباً، تم تقسيمهم إلى مجموعتين تجريبية وبلغ عددها (175) طالباً، والضابطة بلغ عددها (166) طالباً، وركز البرنامج المستخدم في الدراسة على استخدام أسلوب التعزيز، والتغذية الراجعة، وكذلك التدريب على المهارات الاجتماعية، وطبق البرنامج خلال (6) أسابيع، وكانت مدة الجلسة (30) دقيقة، واستخدم الباحث مقياس مفهوم الذات بأبعاده، وكذلك الاختبارات التحصيلية في (الإملاء والحساب والقراءة)، وأشارت نتائج الدراسة إلى فاعلية البرنامج المستخدم فيها في تنمية مفهوم الذات بأبعاده، وفي رفع المستوى التحصيلي. ودراسة أمنة زقوت، وعائدة صالح (2009) دراسة هدفت الدراسة إلى التعرف إلى فاعلية برنامج مقترح باللعب في رفع مؤشرات مفهوم الذات لدى الأطفال بمحافظة خانيونس. وقد أجريت الدراسة على عينة تكونت من (32) طفل وطفلة من أطفال المرحلة الإعدادية، تتراوح أعمارهم ما بين (13-15) سنة، وتتراوح نسبة ذكائهم من (90-110) ومستوى اجتماعي اقتصادي متوسط. وتم تقسيمهم إلى مجموعتين، مجموعة ضابطة تشمل (16) طفل / ة، ومجموعة تجريبية تشمل (16) طفل / ة، وقد استخدمت الباحثتان الأساليب الإحصائية المناسبة، وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس مفهوم الذات قبل وبعد تطبيق البرنامج لصالح التطبيق البعدي، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية على مقياس مفهوم الذات تعزى لعامل النوع (ذكور - إناث)، وأشارت النتائج أيضاً إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التطبيقين البعدي والتتبعي مما يشير إلى استمرار التحسن. ودراسة رباب عبد القادر (2010) دراسة هدفت الدراسة إلى تنمية بعض المهارات

فعالية برنامج إرشادي في تنمية مفهوم الذات لدى طلاب المرحلة الإعدادية

الحياتية الحالية والمستقبلية وتنمية مفهوم الذات للفتاة الصماء في مرحلة المراهقة. واستخدمت الدراسة الأدوات التالية: مقياس المستوى الاجتماعي والاقتصادي ومقياس ستانفورد بينية للذكاء الصورة الرابعة، ومقياس مفهوم الذات للمراهقة الصماء، واستبيان لتحديد الحاجات الحالية والمستقبلية للمراهقة الصماء، ومقياس تقدير المهارات العملية، واختبار تحصيلي، والبرنامج التدريبي. وتم التوصل للنتائج التالية: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على كل من مقياس مفهوم الذات والاختبار التحصيلي ومقياس تقدير المهارات العملية لصالح القياس البعدي. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على كل من مقياس مفهوم الذات والاختبار التحصيلي ومقياس تقدير المهارات العملية لصالح المجموعة التجريبية. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي والتتبعي على مقياس مفهوم الذات والاختبار التحصيلي بينما توجد فروق على مقياس تقدير المهارات العملية لصالح القياس التتبعي. ودراسة **بديعة نبهان (2010)** دراسة هدفت الدراسة إلى التحقق من فعالية البرنامج القائم على الذكاءات المتعددة "من خلال مجموعة من الأنشطة التي قامت بإعدادها الباحثة في إطار نظرية جاردنر لتنمية مفهوم الذات لذوي صعوبات التعلم، واكتشاف وتنمية الذكاءات المتعددة للأطفال ذوي صعوبات التعلم (الذكاء اللغوي، الذكاء المنطقي، الرياضي، الذكاء المكاني، الذكاء الموسيقي، الذكاء الحركي، الذكاء الاجتماعي، الذكاء الشخصي)، وتكونت عينة الدراسة الحالية من (80) طفل وطفلة من أطفال المرحلة الابتدائية والذين تتراوح أعمارهم ما بين (6-9) سنوات بمتوسط عمر زمني ثمان سنوات وأربعة أشهر، وانحاز معياري (16، 52) بمدرسة 24 أكتوبر للتعليم الأساسي بمحافظة الإسماعيلية في الفصل الدراسي الأول 2010/2011، وقد وزع أفراد عينة الدراسة في مجموعتين تجريبية وضابطة. وأشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي في مفهوم الذات والدرجة الكلية لصالح المجموعة التجريبية. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي في مفهوم الذات والدرجة الكلية لصالح القياس البعدي. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي في مفهوم الذات والدرجة الكلية. ودراسة **السفاسفة (2011)**: دراسة هدفت إلى استقصاء أثر برنامج إرشادي في تنمية مفهوم الذات الاجتماعية لدى طلبة جامعة مؤتة، وهل يختلف أثر البرنامج في تنمية مفهوم الذات الاجتماعية باختلاف متغيري: النوع الاجتماعي، والتخصص الدراسي، والتفاعل بينهما، على عينة من طلبة كلية العلوم التربوية، بلغت (40) طالب وطالبة، وهم الذين سجلوا أقل الدرجات على مقياس مفهوم الذات الاجتماعية المطور لأغراض هذه الدراسة، مقسمين إلى

مجموعتين ، مجموعة تجريبية خضعت للبرنامج الإرشادي المكون من (15) جلسة إرشادية، ومجموعة ضابطة لم تتلق أي معالجة. أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية في متوسطات أداء أفراد المجموعتين على القياس القبلي، مما يشير إلى تكافؤ المجموعتين قبل تطبيق البرنامج، وأظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائية في متوسطات أداء أفراد المجموعتين: التجريبية والضابطة على القياس البعدي في تنمية مفهوم الذات الاجتماعية، ولصالح أفراد المجموعة التجريبية، مما يشير إلى فعالية البرنامج الإرشادي في تنمية مفهوم الذات الاجتماعية، كما أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية في مفهوم الذات الاجتماعية لأثر البرنامج يعزى لمتغيري النوع الاجتماعي والتخصص الدراسي والتفاعل بينهما، وخلصت الدراسة إلى مجموعة من التوصيات.

تعقيب عام على الدراسات السابقة

- من خلال عرض الدراسات السابقة التي تناولت متغيرات الدراسة لاحظ الباحث ما يلي:-
- تباينت أهداف الدراسات السابقة فمنها ما هدف إلى معرفة أثر البرامج الإرشادية باستخدام الأنشطة الفنية في تنمية مفهوم الذات مثل، ودراسة أمانة زقوت وعابدة صالح (2009)، وهناك من الدراسات التي استخدمت الإرشاد النفسي مثل دراسة محمد السفاسفة (2011)، وهناك من الدراسات من استخدمت البرامج التدريبية مثل دراسة رباب عبد القادر (2010) .
 - وبالرغم من تنوع الأساليب المستخدمة في الدراسات التي تناولت البرامج الإرشادية، إلا أن جميعها أجريت بهدف التحقق من فاعلية استخدام هذه البرامج الإرشادية في تنمية أو تحسين أو تعديل أو رفع مفهوم الذات.
 - تعددت الأساليب الإحصائية التي تم استخدامها في الدراسات السابقة ومن هذه الأساليب ما يلي: المتوسطات الحسابية، والنسب المئوية، ومعاملات الارتباط، واختبار ويلكسون، واختبار (ت)، واختبار مان ويتني (U)، وتحليل التباين الأحادي، ومعامل ارتباط بيرسون.
 - اتفقت غالبية الدراسات التي تناولت البرامج الإرشادية على فاعلية هذه البرامج، كما أكدت النتائج على فعالية البرامج الإرشادية المختلفة التي استخدمت أساليب الأنشطة الفنية التربوية ، كما أكدت النتائج على فاعلية استخدام أسلوب الإرشاد النفسي مثل دراسة محمد السفاسفة (2011)، كما أكدت النتائج على فاعلية استخدام أسلوب البرامج التدريبية مثل، دراسة بدیعة نبهان (2010) .

هذا وقد استفاد الباحث من الدراسات السابقة بما يلي:

- في صياغة أهداف الدراسة وفروضها واختيار الأساليب الإحصائية المناسبة.

فعالية برنامج إرشادي في تنمية مفهوم الذات لدى طلاب المرحلة الإعدادية

- كما إستفاد الباحث من الدراسات السابقة في إثراء الإطار النظري الخاص بالدراسة الحالية.
- إستفاد الباحث من الدراسات السابقة في اختيار عينة الدراسة الحالية حيث وجد الباحث أن هذه الفئة رغم أهميتها لم تتل نصيباً كبيراً من البحث.
- كما إستفاد الباحث من الدراسات السابقة في تفسير نتائج الدراسة الحالية.

وتتميزت الدراسة الحالية بما يلي:

1. استخدمت المنهج التجريبي الذي حاول الباحث به التعرف على فاعلية برنامج إرشادي في تنمية مفهوم الذات لدى طلاب المرحلة الإعدادية.
2. تم تطبيق البرنامج الإرشادي على عينة من طلاب المرحلة الإعدادية.
3. كان الهدف من هذه الدراسة التعرف على فاعلية برنامج إرشادي في تنمية مفهوم الذات لدى طلاب المرحلة الإعدادية.

إجراءات الدراسة

منهج الدراسة

استخدم الباحث المنهج التجريبي الذي حاول من خلاله التعرف على فاعلية البرنامج الإرشادي في تنمية مفهوم الذات لدى طلاب المرحلة الإعدادية بمحافظة رفح باستخدام المجموعتين المتكافئتين التجريبية والضابطة مع اختبارين قبل وبعد التطبيق، وذلك انطلاقاً من الحرص على سلامة النتائج، مع ضبط المتغيرات الدخيلة التي قد تؤثر على مستوى مفهوم الذات لدى الطلاب مثل العمر، ومستوى التحصيل، ومستوى الذكاء، والمستوى الاجتماعي والاقتصادي للأسرة.

المجتمع الأصلي للدراسة

يتكون مجتمع الدراسة من طلاب الصف التاسع بمدارس وكالة الغوث في محافظة رفح المسجلين في العام الدراسي (2012 - 2013) والبالغ عددهم (1495) طالباً. حيث تم تطبيق مقياس مفهوم الذات على جميع طلاب الصف التاسع بمدرسة ذكور رفح الإعدادية الجديدة للاجئين والبالغ عددهم (650) طالباً.

عينة الدراسة

وتتكون عينة الدراسة من قسمين:

عينة الدراسة الاستطلاعية:

تم اختيار عينة عشوائية استطلاعية قوامها (30) طالباً، من طلاب مدرسة ذكور رفح الإعدادية الجديدة للاجئين بمحافظة رفح، وتم تطبيق مقياس مفهوم الذات على هذه العينة، بهدف التحقق من

صلاحية المقياس للتطبيق، وذلك من خلال حساب صدق وثبات المقياس بالطرق الإحصائية الملائمة

عينة الدراسة التجريبية

تكونت عينة الدراسة التجريبية من (30) طالباً من مدرسة ذكور رفح الإعدادية الجديدة للاجئين بمحافظة رفح، من الطلاب الذين حصلوا على درجات متدنية في مقياس مفهوم الذات، وقد تم تقسيمهم إلى مجموعتين متكافئتين، تجريبية وضابطة قوام كل مجموعة (15) طالباً، وذلك بالطريقة العشوائية المنتظمة من خلال إجراء ترتيب تنازلي لدرجات الطلاب على مقياس مفهوم الذات، بحيث يكون الطلاب ذوو العدد المتسلسل الفردي ضمن المجموعة التجريبية، والطلاب ذوو العدد المتسلسل الزوجي ضمن المجموعة الضابطة، حتى تكون درجاتهم على مقياس متكافئة بهدف ضبط المتغير التابع (مفهوم الذات).

4 أدوات الدراسة

- مقياس مفهوم الذات إعداد صلاح الدين محمد أبو ناهية (1996م).
- البرنامج الإرشادي لتنمية مفهوم الذات لدي طلاب المرحلة الإعدادية من إعداد الباحث
- اختبار الذكاء المصور إعداد أحمد زكي صالح (1978).
- استمارة تقدير المستوى الاجتماعي والاقتصادي للأسرة الفلسطينية: إعداد نظمي أبو مصطفى (2010).

مقياس مفهوم الذات

يتكون المقياس من 80 فقرة موزعة على الأبعاد المختلفة لمفهوم الذات بالتساوي وبمعدل 20 فقرة لكل بعد والأبعاد هي (البعد الأكاديمي، البعد الجسمي، البعد الاجتماعي، بعد الثقة بالنفس).

وتصح عباراته بنعم أو لا وتعطي درجة واحدة لكل استجابة مطابقة لمفتاح التصحيح علماً بأن المقياس يضم فقرات ذات اتجاه إيجابي، وأخرى ذات اتجاه سلبي، وتقدر درجة المفحوص في مفهوم الذات بجمع درجات الأبعاد الفرعية في درجة واحدة تعبر عن الدرجة الكلية لمفهوم الذات لدي الطفل أو المراهق. وتعبر الدرجة المنخفضة عن مستوي متدني لمفهوم الذات، فيما تعبر الدرجة المرتفعة عن مستوي مرتفع لمفهوم الذات.

صدق المقياس:

صدق الاتساق الداخلي لفقرات الاستبانة:

تم حساب الاتساق الداخلي لفقرات الاستبيان على عينة الدراسة الاستطلاعية البالغ حجمها (30) مفردة، وذلك بحساب معاملات الارتباط بين كل فقرة والدرجة الكلية للمحور التابعة له.

فعالية برنامج إرشادي في تنمية مفهوم الذات لدى طلاب المرحلة الإعدادية

جدول رقم (1): يوضح درجة ارتباط كل فقرة من فقرات المحور الأكاديمي مع الدرجة الكلية للمحور

الفقرة	درجة الارتباط	مستوى الدلالة	الفقرة	درجة الارتباط	مستوى الدلالة
1	.380	دالة عند 0.05	41	.538	دالة عند 0.01
5	.733	دالة عند 0.01	45	.498	دالة عند 0.01
9	.626	دالة عند 0.01	49	.371	دالة عند 0.05
13	.375	دالة عند 0.05	53	.733	دالة عند 0.01
17	.571	دالة عند 0.01	57	.594	دالة عند 0.01
21	.570	دالة عند 0.01	61	.701	دالة عند 0.01
25	.701	دالة عند 0.01	65	.636	دالة عند 0.01
29	.626	دالة عند 0.01	69	.554	دالة عند 0.01
33	.429	دالة عند 0.05	73	.636	دالة عند 0.01
37	.509	دالة عند 0.01	77	.797	دالة عند 0.01

قيمة r الجدولية (لدرجات حرية 28) عند $0.05 = 0.36$ ، وعند $0.01 = 0.46$

ينتضح من جدول رقم (1) أن جميع فقرات المحور الأكاديمي وعددها 20 فقرة حققت ارتباطات جوهرية مع معدل الدرجة الكلية للمحور (جميعها بلغ قيمة r المحسوبة أكبر من r الجدولية عند مستوى دلالة 0.05) وهذا يدل على أن هناك اتساق داخلي بين فقرات المحور.

جدول رقم (2): يوضح درجة ارتباط كل فقرة من فقرات المحور الجسمي مع الدرجة الكلية للمحور

الفقرة	درجة الارتباط	مستوى الدلالة	الفقرة	درجة الارتباط	مستوى الدلالة
2	.396	دالة عند 0.05	42	.363	دالة عند 0.05
6	.427	دالة عند 0.05	46	.616	دالة عند 0.01
10	.507	دالة عند 0.01	50	.525	دالة عند 0.01
14	.427	دالة عند 0.05	54	.737	دالة عند 0.01
18	.427	دالة عند 0.05	58	.475	دالة عند 0.01
22	.533	دالة عند 0.01	62	.497	دالة عند 0.01
26	.440	دالة عند 0.05	66	.414	دالة عند 0.05
30	.533	دالة عند 0.01	70	.728	دالة عند 0.01
34	.514	دالة عند 0.01	74	.683	دالة عند 0.01
38	.533	دالة عند 0.01	78	.533	دالة عند 0.01

قيمة r الجدولية (لدرجات حرية 28) عند $0.05 = 0.36$ ، وعند $0.01 = 0.46$

ينتضح من جدول رقم (2) أن جميع فقرات المحور الجسمي، وعددها 20 فقرة حققت ارتباطات جوهرية مع معدل الدرجة الكلية للمحور (جميعها بلغ قيمة r المحسوبة أكبر من r الجدولية عند مستوى دلالة 0.05) وهذا يدل على أن هناك اتساق داخلي بين فقرات المحور.

جدول رقم (3): يوضح درجة ارتباط كل فقرة من فقرات المحور الاجتماعي مع الدرجة الكلية للمحور

الفقرة	درجة الارتباط	مستوى الدلالة	الفقرة	درجة الارتباط	مستوى الدلالة
3	.483	دالة عند 0.01	43	.482	دالة عند 0.01
7	.657	دالة عند 0.01	47	.571	دالة عند 0.01
11	.659	دالة عند 0.01	51	.657	دالة عند 0.01
15	.526	دالة عند 0.01	55	.505	دالة عند 0.01
19	.666	دالة عند 0.01	59	.633	دالة عند 0.01

إبراهيم أحمد ماضي

دالة عند 0.01	.658	63	دالة عند 0.01	.534	23
دالة عند 0.01	.573	67	دالة عند 0.01	.505	27
دالة عند 0.05	.388	71	دالة عند 0.01	.657	31
دالة عند 0.01	.551	75	دالة عند 0.01	.615	35
دالة عند 0.01	.537	79	دالة عند 0.05	.438	39

قيمة r الجدولية (الدرجات حرية 28) عند $0.05 = 0.36$ ، وعند $0.01 = 0.46$

يتضح من جدول رقم (3) أن جميع فقرات المحور الاجتماعي، وعددها 20 فقرة حققت ارتباطات جوهرية مع معدل الدرجة الكلية للمحور (جميعها بلغ قيمة r المحسوبة أكبر من r الجدولية عند مستوى دلالة 0.05) وهذا يدل على أن هناك اتساق داخلي بين فقرات المحور.

جدول رقم (4): يوضح درجة ارتباط كل فقرة من فقرات المحور الثقة بالنفس مع الدرجة الكلية للمحور

الفقرة	درجة الارتباط	مستوى الدلالة	الفقرة	درجة الارتباط	مستوى الدلالة
4	.459	دالة عند 0.05	44	.481	دالة عند 0.01
8	.513	دالة عند 0.01	48	.515	دالة عند 0.01
12	.476	دالة عند 0.01	52	.532	دالة عند 0.01
16	.482	دالة عند 0.01	56	.586	دالة عند 0.01
20	.458	دالة عند 0.05	60	.625	دالة عند 0.01
24	.438	دالة عند 0.05	64	.616	دالة عند 0.01
28	.379	دالة عند 0.05	68	.499	دالة عند 0.01
32	.528	دالة عند 0.01	72	.574	دالة عند 0.01
36	.509	دالة عند 0.01	76	.551	دالة عند 0.01
40	.523	دالة عند 0.01	80	.582	دالة عند 0.01

قيمة r الجدولية (الدرجات حرية 28) عند $0.05 = 0.36$ ، وعند $0.01 = 0.46$

يتضح من جدول رقم (4) أن جميع فقرات المحور الثقة، وعددها 20 فقرة حققت ارتباطات جوهرية مع معدل الدرجة الكلية للمحور (جميعها بلغ قيمة r المحسوبة أكبر من r الجدولية عند مستوى دلالة 0.05) وهذا يدل على أن هناك اتساق داخلي بين فقرات المحور.

مما تقدم يتضح أن جميع فقرات المقياس (مفهوم الذات) وعددها 80 فقرة حققت ارتباطات جوهرية مع معدل الدرجة الكلية للمحاور التابعة لها (جميعها بلغ قيمة r المحسوبة أكبر من r الجدولية عند مستوى دلالة 0.05) وهذا يدل على أن هناك اتساق داخلي بين فقرات المقياس، مما يدل على أن المقياس قادرة على انجاز وقياس الأهداف الذي وضع من أجلها.

صدق الاتساق البنائي لمحاور الدراسة:

جدول رقم (5): يوضح معاملات الارتباط بين معدل كل محور من محاور الاستبانة مع المعدل الكلي لفقرات الاستبانة

الرقم	اسم المحور	درجة الارتباط	مستوى الدلالة
1	المجال الأكاديمي	0.894	دالة عند 0.01
2	المجال الجسمي	0.882	دالة عند 0.01
3	المجال الاجتماعي	0.840	دالة عند 0.01
4	المجال الثقة بالنفس	0.907	دالة عند 0.01

قيمة r الجدولية (لدرجات حرية 28) عند $0.05 = 0.36$ ، وعند $0.01 = 0.46$

يتبين من جدول رقم (5) أن معاملات الارتباط بين كل المحاور، والاستبانة كانت ذات دلالة إحصائية، (حيث إن جميع المحاور بلغ قيمة r المحسوبة لها أكبر من قيمة r الجدولية عند مستوى دلالة 0.01)، مما يدل على أن المقياس قادرة على انجاز وقياس الأهداف الذي وضع من أجلها.

4-1-2 ثبات الاستبانة

تم تقدير ثبات الاستبانة على أفراد العينة الاستطلاعية البالغ عددها 30 فرد، وذلك باستخدام طريقتي التجزئة النصفية وطريقة ألفا كرونباخ.

• طريقة التجزئة النصفية:

تم إيجاد معامل الارتباط بين معدل درجات الأسئلة الفردية، ومعدل درجات الأسئلة الزوجية، وقد تم تصحيح معامل الارتباط باستخدام معامل ارتباط سبيرمان براون للتصحيح، وفقاً للمعادلة التالية:

$$\frac{2r}{1+r}$$

حيث r معامل الارتباط

جدول رقم (6): يوضح معامل ثبات الاستبانة وفقاً لطريقة التجزئة النصفية

البيان	عدد الفقرات	معامل ثبات قبل التعديل	معامل ثبات بعد التعديل
المجال الأكاديمي	20	0.941	0.97
المجال الجسمي	20	0.548	0.71
المجال الاجتماعي	20	0.567	0.72
المجال الثقة بالنفس	20	0.680	0.81
المقياس ككل	80	0.909	0.95

يتضح من جدول رقم (6) أن معامل الثبات باستخدام طريقة التجزئة النصفية لمقياس مفهوم الذات بأبعاده ودرجته الكلية تتراوح بين (0.71- 0.97)، وهي قيم مرتفعة تدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات تطمئن الباحث إلى تطبيقها على عينة الدراسة.

• طريقة ألفا كرونباخ:

استخدم الباحث طريقة أخرى من طرق حساب الثبات، وذلك لإيجاد معامل ثبات الاستبانة، وهي طريقة ألفا كرونباخ.

جدول رقم (7) : يوضح معامل ثبات الاستبانة وفقا لطريقة ألفا كرونباخ

البيان	عدد الفقرات	معامل ثبات ألفا كرونباخ
المجال الأكاديمي	20	0.913
المجال الجسمي	20	0.891
المجال الاجتماعي	20	0.929
المجال الثقة بالنفس	20	0.871
الدرجة الكلية	80	0.966

يتضح من الجدول رقم (7) أن معامل الثبات باستخدام طريقة ألفا كرونباخ لمقياس مفهوم الذات بأبعاده ودرجته الكلية تتراوح بين (0.871- 0.966)، وهي قيم مرتفعة تدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات تطمئن الباحث إلى تطبيقها على عينة الدراسة، مما سبق يتضح للباحث أن مقياس موضوع الدراسة يتسم بدرجة عالية من الصدق والثبات مما يعزز النتائج النهائية للدراسة.

البرنامج الإرشادي:

يعتبر البرنامج الإرشادي الجانب التطبيقي للإرشاد النفسي، حيث يقوم المرشد بإعداد البرامج، وتنفيذها عندما يرى هناك حاجة ملحة لمثل هذه البرامج، وعندما يكون تجانس بين أفراد المجموعة يستخدم المرشد النفسي هذه الطريقة من طرق الإرشاد النفسي، لتحقيق الأهداف التي، وضعها ويستخدم المرشد عدة أساليب وطرق خلال تنفيذ البرنامج الإرشادي.

تعريف البرنامج الإرشادي:

المحور الأول للبرنامج (الأهداف)

هو برنامج منظم في ضوء أسس علمية، لتقديم الخدمات الإرشادية المباشرة، وغير المباشرة، فردياً وجماعياً بهدف مساعدتهم في تحقيق النمو السوي، والقيام بالاختيار الواعي والمتعلق ولتحقيق التوافق النفسي، ويقوم بتخطيطه، وتنفيذه لجنة، وفريق من المسؤولين المؤهلين. (زهران، 2002: 449)

فعالية برنامج إرشادي في تنمية مفهوم الذات لدى طلاب المرحلة الإعدادية

❖ ويعرفه الباحث إجرائياً بأنه " برنامج مخطط، ومنظم في ضوء أسس علمية، لتقديم خدمات إرشادية مباشرة وغير مباشرة، والتي يستخدمها المرشد مع مجموعة من الطلاب بقصد إحداث تغيير متوقع في سلوكهم بقدر الإمكان في نهاية مدة البرنامج مستخدماً طرق وأساليب الإرشاد المختلفة."

أهمية البرنامج الإرشادي:

تكمُن أهمية البرنامج الإرشادي في النقاط التالية:

- ❖ مساعدة الطلبة في تنمية مفهوم الذات لديهم.
- ❖ مساعدة الطلاب في التعرف على إمكانياتهم، وقدراتهم، وتعزيز ثقتهم بأنفسهم.
- ❖ مساعدة أولياء أمور الطلبة، وإرشادهم في كيفية تنمية مفهوم الذات لدى أبنائهم من خلال أساليب التنشئة الاجتماعية.
- ❖ مساعدة المرشدين، والعاملين في مجال التوجيه، والإرشاد النفسي في توفير، برنامج لتنمية مفهوم الذات لدى طلاب المرحلة الإعدادية.

الهدف العام للبرنامج:

يهدف البرنامج الإرشادي إلى تنمية مفهوم الذات لدى طلاب المرحلة الإعدادية.

الأهداف الخاصة للبرنامج:

- ❖ التعرف على مفهوم الذات عند الطلبة.
- ❖ تبصير المسترشدين بنواحي القوة في شخصيتهم.
- ❖ إكساب الطلبة الثقة وزيادة وعيهم بدواتهم وسط الجماعة الإرشادية، فالجماعة تصحح وتعمق فكرة الفرد عن نفسه.
- ❖ تنمية مفهوم الذات لدى المسترشدين.
- ❖ مساعدة المسترشدين في تنمية مهارة التخطيط للمستقبل وكيفية الاستفادة منها.
- ❖ تبصير المسترشدين بكيفية اختيار الأهداف الواقعية في حياتهم.
- ❖ مساعدة المسترشدين بكيفية استخدام مهارة التعزيز الذاتي والعبارات الإيجابية.
- ❖ إكساب المسترشدين مهارات التفكير الواقعي والبعد عن التفكير التلقائي.
- ❖ مساعدة المسترشدين في التعرف على ماهية الطموح الأكاديمي.
- ❖ تبصير الطلاب بأهمية التوافق مع الذات، والمجتمع.

الفئة المستهدفة:

طلاب الصف التاسع من المرحلة الإعدادية بمحافظة رفح .

العينة التي طبق عليها البرنامج:

تم تطبيق البرنامج على مجموعة من طلاب المرحلة الإعدادية وعددهم (15) طالباً، تم اختيارهم من مدرسة ذكور رفح الإعدادية الجديدة ممن حصلوا على أقل الدرجات على مقياس مفهوم الذات المستخدم في الدراسة الحالية.

مكان تطبيق البرنامج:

تم تطبيق البرنامج الإرشادي في مدرسة ذكور رفح الإعدادية الجديدة.

الجدول الزمني للبرنامج الإرشادي:

* عدد جلسات البرنامج الإرشادي 15 جلسة بواقع جلستين أسبوعياً.

* مدة الجلسة 45 دقيقة بواقع حصة دراسية.

جدول رقم (8)

(الموضوعات العامة لجلسات برنامج تنمية مفهوم الذات)

م	عنوان الجلسة	عدد الجلسات	الفنيات المستخدمة	ترتيب الجلسات	موضوع وهدف الجلسة الإرشادية
1	التعريف بالبرنامج	1	المناقشة و الحوار التأمل والاسترخاء، ألعاب تنشيطية .	الأولى	التعرف على مجموعة الطلاب المسترشدين وكسر الجليد فيما بينهم، وتعريفهم بالبرنامج وسير العمل فيه والأهداف التي يسعى إلى تحقيقها.
2	توقعات المشاركين	1	المناقشة الجماعية، الحوار، مجموعات عمل	الثانية	يحدد المشاركون توقعاتهم من البرنامج الإرشادي
3	مفهوم الذات	2	التأمل والاسترخاء، العصف الذهني، الأنشطة الترفيحية، الأنشطة المنزلية.	الثالثة الرابعة	يتعرف الطلاب المشاركون في البرنامج على مفهوم الذات والعوامل المؤثرة في تكوينه. مساعدة الطلاب في التعرف على أنواع مفهوم الذات
4	تنمية مفهوم الذات	2	التأمل والاسترخاء، المناقشة والحوار، الأنشطة الترفيحية، الأنشطة المنزلية.	الخامسة السادسة	مساعدة الطلاب في التعرف على أساليب تنمية مفهوم الذات
5	مفهوم الثقة بالنفس	1	التأمل والاسترخاء، المناقشة والحوار، العصف الذهني، الأنشطة الترفيحية، الأنشطة المنزلية.	السابعة	يتعرف الطلاب على مفهوم الثقة بالنفس.
6	تنمية الثقة بالنفس	1	التأمل والاسترخاء، المناقشة والحوار، العصف الذهني، الأنشطة الترفيحية، الأنشطة المنزلية.	الثامنة	مساعدة المسترشدين في التعرف على أساليب تنمية الثقة بالنفس
7	التخطيط للمستقبل	1	التأمل والاسترخاء، المناقشة والحوار، العصف الذهني، الأنشطة الترفيحية، الأنشطة المنزلية.	التاسعة	يتعرف الطلاب على طرق وأساليب إعداد الخطط المناسبة لمستقبلهم
8	الأهداف الواقعية	1	التأمل والاسترخاء، المناقشة والحوار، العصف الذهني، الأنشطة الترفيحية، الأنشطة المنزلية.	العاشرة	يتعرف الطلاب على أهدافهم الواقعية في الحياة وكيفية تنفيذها.

فعالية برنامج إرشادي في تنمية مفهوم الذات لدى طلاب المرحلة الإعدادية

9	التدريب التعزيز الذاتي والعبارات الإيجابية	1	التأمل والاسترخاء، المناقشة والحوار، العصف الذهني، الأنشطة الترفيهية، الأنشطة المنزلية.	الحادية عشر	مساعدة الطلاب في تنمية مفهوم الذات لديهم من خلال التدريب علي مهارتي التعزيز الذاتي والعبارات الإيجابية
10	البعد عن التفكير التلقائي	1	التأمل والاسترخاء، المناقشة والحوار، العصف الذهني، الأنشطة الترفيهية، الأنشطة المنزلية.	الثانية عشر	يتعرف الطلاب علي مهارة التفكير بشكل صحيح
11	الطموح	1	التأمل والاسترخاء، المناقشة والحوار، العصف الذهني، الأنشطة الترفيهية، الأنشطة المنزلية.	الثالثة عشر	يتعرف الطلاب علي مفهوم الطموح وما هي خصائصه والعوامل المؤثرة فيه
12	التوافق	1	التأمل والاسترخاء، المناقشة والحوار، العصف الذهني، الأنشطة الترفيهية، الأنشطة المنزلية.	الرابعة عشر	يتعرف الطلاب علي مفهوم التوافق وما هي خصائصه والعوامل المؤثرة فيه
13	إنهاء البرنامج.	1	الحوار والمناقشة والتعزيز، الأنشطة الترفيهية	الخامسة عشر	إقامة حفل مصغر وتقويم البرنامج والرد على تساؤلات واستفسارات الطلاب المسترشدين.

4-6 ضبط متغيرات الدراسة:

4-6-1 ضبط مستوى مفهوم الذات لدى مجموعتي الدراسة التجريبية والضابطة:

جدول رقم (9): يوضح نتائج اختبار t- test للفروق بين عينتين مستقلتين (المجموعة التجريبية والضابطة)

المحور	المجموعة	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة t	مستوى الدلالة
الأكاديمي	التجريبية	10.87	4.12	0.091	غير دالة عند 0.05
	الضابطة	10.73	3.94		
الجسمي	التجريبية	10.00	3.59	0.104	غير دالة عند 0.05
	الضابطة	9.87	3.42		
الاجتماعي	التجريبية	11.67	3.56	0.160	غير دالة عند 0.05
	الضابطة	11.47	3.27		
الثقة	التجريبية	10.60	4.05	0.92	غير دالة عند 0.05
	الضابطة	10.47	3.85		
الدرجة الكلية لمفهوم الذات	التجريبية	44.53	12.56	0.135	غير دالة عند 0.05
	الضابطة	43.93	11.71		

قيمة (ت) الجدولية (د. حرية = 28) عند مستوى دلالة 0.05 = 2.048، وعند مستوى دلالة 0.01 = 2.763

يتبين من جدول رقم (9) أن قيمة ت المحسوبة لكل من الدرجة الكلية لمفهوم الذات و لجميع المحاور كانت أقل من قيمة ت الجدولية عند مستوى الدلالة المقبولة في الدراسة وهو 0.05،

مما سبق يمكن القول بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية والضابطة، مما يشير إلى تكافؤ مجموعتي الدراسة التجريبية والضابطة في مستوى مفهوم الذات قبل تطبيق البرنامج الإرشادي.

4-6-2 ضبط العمر الزمني لمجموعي الدراسة التجريبية والضابطة:

جدول رقم (10): يوضح نتائج اختبار t- test للفروق بين عيّنتين مستقلتين (مجموعي التجريبية والضابطة)

البيان	المجموعة	متوسط العمر	الانحراف المعياري	قيمة t	مستوى الدلالة
العمر الزمني	التجريبية	14.87	0.640	.802	غير دالة عند 0.05
	الضابطة	14.67	0.724		

قيمة (ت) الجدولية (د. حرية = 28) عند مستوى دلالة $0.05 = 2.048$ ، وعند مستوى دلالة $2.763 = 0.01$

يتبين من جدول رقم (10) أن قيمة ت المحسوبة كانت أقل من قيمة ت الجدولية عند مستوى الدلالة المقبولة في الدراسة وهو 0.05، مما سبق يمكن القول بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط أعمار أفراد المجموعة التجريبية والضابطة، مما يشير إلى تكافؤ مجموعتي الدراسة التجريبية والضابطة في العمر الزمني.

4-6-3 ضبط مستوى التحصيل الدراسي لمجموعي الدراسة التجريبية والضابطة:

جدول رقم (11)

البيان	المجموعة	متوسط الدرجات	الانحراف المعياري	قيمة t	مستوى الدلالة
التحصيل الدراسي	التجريبية	76.26	9.05	0.174	غير دالة عند 0.05
	الضابطة	75.73	7.69		

قيمة (ت) الجدولية (د. حرية = 28) عند مستوى دلالة $0.05 = 2.048$ ، وعند مستوى دلالة $2.763 = 0.01$

يتبين من جدول رقم (11) أن قيمة ت المحسوبة كانت أقل من قيمة ت الجدولية عند مستوى الدلالة المقبولة في الدراسة وهو 0.05، مما سبق يمكن القول بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مستوى التحصيل الدراسي لأفراد المجموعة التجريبية والضابطة، مما يشير إلى تكافؤ مجموعتي الدراسة التجريبية والضابطة في التحصيل الدراسي.

4-6-4 ضبط مستوى الذكاء لمجموعتي الدراسة التجريبية والضابطة:

جدول رقم (12)

البيان	المجموعة	متوسط الذكاء	الانحراف المعياري	قيمة t	مستوى الدلالة
الذكاء	التجريبي	44.60	4.76	1.480	غير دالة عند 0.05
	الضابطة	41.06	7.92		

قيمة (ت) الجدولية (د. حرية = 28) عند مستوى دلالة $0.05 = 2.048$ ، وعند مستوى دلالة $2.763 = 0.01$

يتبين من جدول رقم (12) أن قيمة ت المحسوبة كانت أقل من قيمة ت الجدولية عند مستوى الدلالة المقبولة في الدراسة وهو 0.05، مما سبق يمكن القول بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط ذكاء أفراد المجموعة التجريبية والضابطة، مما يشير إلى تكافؤ مجموعتي الدراسة التجريبية والضابطة في الذكاء.

4-6-5 ضبط مستوى الاجتماعي والاقتصادي لأسر مجموعتي الدراسة التجريبية والضابطة:

جدول رقم (13)

البيان	المجموعة	متوسط المستوى الاقتصادي والاجتماعي	الانحراف المعياري	قيمة t	مستوى الدلالة
المستوى الاقتصادي والاجتماعي	التجريبية	41.57	7.57	0.113	غير دالة عند 0.05
	الضابطة	41.27	6.97		

قيمة (ت) الجدولية (د. حرية = 28) عند مستوى دلالة $0.05 = 2.048$ ، وعند مستوى دلالة $2.763 = 0.01$

يتبين من جدول رقم (13) أن قيمة ت المحسوبة كانت أقل من قيمة ت الجدولية عند مستوى الدلالة المقبولة في الدراسة وهو 0.05، مما سبق يمكن القول بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط المستوى الاقتصادي والاجتماعي لأفراد المجموعة التجريبية والضابطة، مما يشير إلى تكافؤ مجموعتي الدراسة التجريبية والضابطة في المستوى الاقتصادي والاجتماعي.

اختبار التوزيع الطبيعي

تم استخدام اختبار شبيرو ويلك (Shapiro wilk) لمعرفة هل البيانات (المتغير التابع) تتبع التوزيع الطبيعي أم لا وهو اختبار ضروري في حالة اختبار الفرضيات لأن معظم الاختبارات المعلمية تشترط أن يكون توزيع البيانات طبيعياً، ويوضح الجدول رقم (14) نتائج الاختبار حيث

أن القيمة مستوى الدلالة لكل من المجموعة التجريبية والضابطة أكبر من 0.05 ($sig. > 0.05$) وهذا يدل على أن البيانات تتبع التوزيع الطبيعي ويجب استخدام الاختبارات المعلمية .

جدول رقم (14) : اختبار التوزيع الطبيعي (Shapiro wilk)

المتغير	المقياس	القياس	عدد الفقرات	عدد العينة	قيمة z	مستوى الدلالة
المجموعة التجريبية	مفهوم الذات	القبلي	80	15	0.958	0.650
	مفهوم الذات	البعدي	80	15	0.919	0.187
	مفهوم الذات	التتبعي	80	15	0.951	0.540
المجموعة الضابطة	مفهوم الذات		80	15	0.948	0.495

تم استخدام اختبار شبيرو ويلك (Shapiro wilk) لأن عدد كل عينة أقل من 50 مفردة نتائج الدراسة وتفسيرها

النتائج المتعلقة بالفرض الأول والذي نص على أنه:

"لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha = 0.05$) بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية و متوسط درجات أفراد المجموعة الضابطة في مفهوم الذات بعد تطبيق البرنامج الإرشادي المقترح على أفراد المجموعة التجريبية". للإجابة على تلك الفرضية قد قام الباحث باستخدام اختبار t للفروق بين متوسط عينتين مستقلتين (Independent samples t.test) للتعرف على مستوى الفرق بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية ومتوسط درجات أفراد المجموعة الضابطة في مفهوم الذات بعد تطبيق البرنامج الإرشادي المقترح على أفراد المجموعة التجريبية، والجدول رقم (15) يوضح نتائج اختبار t.

جدول رقم (15): نتائج اختبار t- test للفروق بين عينتين مستقلتين (مجموعتي التجريبية والضابطة)

بعد تطبيق البرنامج

البعد	المجموعة	متوسط الدرجات	الانحراف المعياري	قيمة t	مستوى الدلالة
الأكاديمي	التجريبية	13.33	1.91	2.30	دالة عند 0.05
	الضابطة	10.73	3.94		
الجسمي	التجريبية	14.13	2.80		دالة عند 0.01

فعالية برنامج إرشادي في تنمية مفهوم الذات لدى طلاب المرحلة الإعدادية

	3.73	3.42	9.87	الضابطة	
دالة عند 0.05	2.75	1.62	14.07	التجريبية	الاجتماعي
		3.27	11.47	الضابطة	
دالة عند 0.05	2.25	3.41	13.46	التجريبية	الثقة
		3.85	10.47	الضابطة	
دالة عند 0.01	3.03	7.14	54.67	التجريبية	الدرجة الكلية لمفهوم الذات
		11.71	43.93	الضابطة	

قيمة (ت) الجدولية (د. حرية = 28) عند مستوى دلالة $0.05 = 2.048$ ، وعند مستوى دلالة $0.01 = 2.763$

يتبين من جدول رقم (15) أن قيمة ت المحسوبة لكل من الدرجة الكلية لمفهوم الذات و لجميع المحاور كانت أكبر من قيمة ت الجدولية عند مستوى الدلالة المقبولة في الدراسة وهي 0.05، مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية ومتوسط درجات أفراد المجموعة الضابطة في مفهوم الذات بعد تطبيق البرنامج الإرشادي على المجموعة التجريبية، لصالح المجموعة التجريبية.

مما سبق يمكن رفض الفرضية الصفرية وقبول الفرضية البديلة والتي تنص علي أنه " توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha = 0.05$) بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية و متوسط درجات أفراد المجموعة الضابطة في مفهوم الذات بعد تطبيق البرنامج الإرشادي المقترح على أفراد المجموعة التجريبية ".

ومما تقدم يتضح أن أفراد المجموعة التجريبية قد استفادوا من جلسات البرنامج الإرشادي الذي طبق عليهم بالمقارنة مع أفراد المجموعة الضابطة التي لم يطبق عليهم البرنامج الإرشادي، والذي كان الهدف منه تنمية مفهوم الذات عند طلاب المجموعة التجريبية ويعزو الباحث تلك النتيجة إلي أن أفراد المجموعة التجريبية قدم لهم من خلال البرنامج الإرشادي العديد من الأنشطة والمهارات والاستراتيجيات والأساليب الإرشادية المناسبة والمناقشات الجماعية والتمارين العملية والتي لم تقدم لأفراد المجموعة الضابطة، والتي كان لها دور بارز في تنمية مفهوم الذات لدي طلاب المجموعة التجريبية، هذا، وقد كان تركيز الباحث خلال البرنامج الإرشادي علي الأنشطة التي تساعد الطلاب علي زيادة مستوي مفهوم الذات لديهم، ومن هذه الأنشطة: نشاط الجوانب الإيجابية والسلبية في شخصيتي، ونشاط المرايا، ونشاط أدراك الجوانب الايجابية في الشخصية، ونشاط الانتخابات، ونشاط التخيل، ونشاط صندوق الصفات. كل هذه الأنشطة كان لها دور كبير في مساعدة الطلاب في تنمية مفهوم الذات لديهم.

كما ركز الباحث خلال جلسات البرنامج الإرشادي علي تقديم معلومات تساعد الطلاب في تنمية مفهوم الذات، وبالتالي أدت إلي وجود فروق جوهريّة بين القياسين القبلي والبعدى في مفهوم الذات لدى أفراد المجموعة التجريبية لصالح القياس البعدى.

وقد جاءت هذه النتيجة متفقة مع نتائج دراسة كل من: دراسة كاراغيناكيس Karagiannakis (2006)، دراسة محمد إبراهيم السفاسفة (2011)، دراسة آمنة زقوت، وعابدة صالح (2009).

النتائج المتعلقة بالفرض الثاني والذي نص على أنه:

" لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha = 0.05$) بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس القبلي ومتوسط درجات أفراد المجموعة نفسها في القياس البعدى في مفهوم الذات بعد تطبيق البرنامج الإرشادي".

للإجابة على تلك الفرضية قد قام الباحث باستخدام اختبار t للفرق بين متوسط عينتين مرتبطتين (paired samples t . test) للتعرف على مستوى الفرق بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية ومتوسط درجات أفراد المجموعة نفسها في القياس البعدى في مفهوم الذات بعد تطبيق البرنامج الإرشادي، والجدول رقم (16) يوضح نتائج اختبار t .

جدول رقم (16): نتائج اختبار t -test للفرق بين عينتين مرتبطتين (للمجموعة التجريبية، ونفسها بعد

تطبيق البرنامج)

البعد	المجموعة	متوسط الدرجات	الانحراف المعياري	قيمة t	مستوى الدلالة
الأكاديمي	قبلي	10.87	4.12	-2.328	دالة عند 0.05
	بعدي	13.33	1.91		
الجسمي	قبلي	10.00	3.59	-5.617	دالة عند 0.01
	بعدي	14.13	2.80		
الاجتماعي	قبلي	11.67	3.56	-2.402	دالة عند 0.05
	بعدي	14.07	1.62		
الثقة	قبلي	10.60	4.05	-2.511	دالة عند 0.05
	بعدي	13.47	3.42		
الدرجة الكلية لمفهوم الذات	قبلي	44.53	12.56	-4.297	دالة عند 0.01
	بعدي	54.67	7.14		

قيمة (ت) الجدولية (د. حرية = 14) عند مستوى دلالة $0.05 = 2.145$ ، وعند مستوى دلالة $0.01 = 2.977$

يتبين من جدول رقم (16) أن قيمة t المحسوبة لكل من الدرجة الكلية لمفهوم الذات ولجميع المحاور كانت أكبر من قيمة t الجدولية عند مستوى الدلالة المقبولة في الدراسة وهو 0.05، مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس القبلي ومتوسط درجات أفراد المجموعة نفسها في القياس البعدي لمفهوم الذات بعد تطبيق البرنامج الإرشادي لصالح القياس البعدي، مما سبق يمكن رفض الفرضية الصفرية وقبول الفرضية البديلة والتي تنص على أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha = 0.05$) بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس القبلي ومتوسط درجات أفراد المجموعة نفسها في القياس البعدي في مفهوم الذات بعد تطبيق البرنامج الإرشادي"، وهذا يدل على أن أفراد المجموعة التجريبية قد استفادوا من جلسات البرنامج الإرشادي الذي طبق عليهم بدرجة كبيرة، والذي كان هدفه الرئيس هو تنمية مفهوم الذات لدى أفراد المجموعة التجريبية، ويعزو الباحث تلك النتيجة إلى جلسات البرنامج الإرشادي التي تعرض لها أفراد المجموعة التجريبية وما تحتويه من أنشطة وفتيات واستراتيجيات وخبرات تتعلق بتنمية مفهوم الذات لدى أفراد المجموعة التجريبية، ومن ثم التدريب على اكتساب مهارات وسلوكيات إيجابية من خلال الاستفادة من الفتيات والممارسات التي كانت تتراوح بين المحاضرات والحوارات والمناقشات الجماعية ولعب الدور بالإضافة إلى الدعم النفسي المستمر الذي كان يقدم لإفراد المجموعة خلال الجلسات الإرشادية. وقد جاءت هذه النتيجة متفقة مع نتائج دراسة رباب عادل سيد عبد القادر (2010).

النتائج المتعلقة بالفرض الثالث والذي نص على أنه:

"لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha = 0.05$) بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية ومتوسط درجات أفراد المجموعة نفسها في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس مفهوم الذات"

للإجابة على تلك الفرضية قد قام الباحث باستخدام اختبار t للفرق بين متوسط عينتين مرتبطتين (paired samples t. test) للتعرف على مستوى الفرق بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي ومتوسط درجات أفراد المجموعة نفسها في القياس التتبعي في مفهوم الذات بعد مرور شهرين من تطبيق البرنامج الإرشادي، والجدول رقم (17) يوضح نتائج اختبار t . جدول رقم (17): نتائج اختبار t - للفرق بين عينتين مرتبطتين (للمجموعة التجريبية، ونفسها بعد مرور شهرين من تطبيق البرنامج)

البعد	المجموعة	متوسط الدرجات	الانحراف المعياري	قيمة t	مستوى الدلالة
الأكاديمي	بعدي	13.33	1.91	1.193	غير دالة عند 0.05
	تتبعي	12.93	1.49		

إبراهيم أحمد ماضي

غير دالة عند 0.05	1.126	2.80	14.13	بعدي	الجسمي
		2.20	13.53	تتبعي	
غير دالة عند 0.05	1.382	1.62	14.07	بعدي	الاجتماعي
		1.60	13.87	تتبعي	
غير دالة عند 0.05	1.625	3.42	13.47	بعدي	الثقة
		3.38	12.80	تتبعي	
غير دالة عند 0.05	1.202	7.14	54.67	بعدي	الدرجة الكلية لمفهوم الذات
		5.75	53.13	تتبعي	

قيمة (ت) الجدولية (د. حرية = 14) عند مستوى دلالة 0.05 = 2.145، وعند مستوى دلالة 2.977 = 0.01

يتبين من جدول رقم (17) أن قيمة ت المحسوبة لكل من الدرجة الكلية لمفهوم الذات ولجميع المحاور كانت أقل من قيمة ت الجدولية عند المستوى الدلالة المقبولة في الدراسة وهو 0.05، وهذا يشير إلى على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي ومتوسط درجات أفراد المجموعة نفسها في القياس التتبعي لمفهوم الذات بعد مرور شهرين من تطبيق البرنامج الإرشادي، مما سبق يمكن قبول الفرض القائل بأنه " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha = 0.05$) بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي ومتوسط درجات أفراد المجموعة نفسها في القياس التتبعي في مفهوم الذات بعد مرور شهرين من تطبيق البرنامج الإرشادي".

مما تقدم يتضح استمرار أثر البرنامج الإرشادي في الارتقاء بمستوى مفهوم الذات لدى أفراد المجموعة التجريبية بعد مرور شهرين من تطبيق البرنامج الإرشادي عليهم. ويفسر الباحث هذه النتيجة بأن البرنامج الذي تم إعداده من أجل تنمية مفهوم الذات لدى طلاب المرحلة الإعدادية قد تم تحقيق أهدافه العامة والخاصة والمتمثلة في تنمية مفهوم الذات لديهم، حيث أن أثر جلسات البرنامج لازلت مستمرة بعد مرور شهرين على الانتهاء منها، ولم يكن أثر البرنامج أنياً، هذا يؤكد أن البرنامج الإرشادي الذي تم إعداده كان يراعي الخصائص النمائية للطلاب ويراعي طبيعة المرحلة التي يمرون بها وهي مرحلة المراهقة كما يراعي خصوصية المجتمع الفلسطيني وما كان يتعرض له أبناؤنا من مشكلات جميعها كان يؤثر بالسلب على مفهوم الذات لديهم.

ويفسر الباحث أثر البرنامج الإرشادي بالتزام أفراد المجموعة التجريبية بحضور الجلسات الإرشادية، ومشاركتهم بها من خلال المناقشات الجماعية ولعب الدور والواجبات المنزلية التي كان يكلف بها الطلاب وكذلك الأنشطة التي كانت تتخلل الجلسات الإرشادية و التي كان تهدف إلى

فعالية برنامج إرشادي في تنمية مفهوم الذات لدى طلاب المرحلة الإعدادية

تنمية مفهوم الذات لدى أفراد المجموعة التجريبية. كل ذلك ساعد علي بقاء أثر البرنامج الإرشادي بعد مرور شهرين من تطبيقه.

وتتفق هذه النتيجة مع العديد من الدراسات مثل دراسة رباب عادل سيد عبد القادر (2010)، دراسة آمنة زقوت، وعائدة صالح (2009).

النتائج المتعلقة بالفرض الرابع والذي نص على أنه:

" لا توجد فاعلية للبرنامج الإرشادي في تنمية مفهوم الذات لدى أفراد المجموعة التجريبية".

للإجابة على تلك الفرضية قد قام الباحث باستخدام مربع إيتا n^2 لحساب حجم أثر البرنامج على أفراد المجموعة التجريبية، والجدول رقم (18) يوضح حجم أثر البرنامج، وتم حساب قيمة إيتا n^2 من خلال المعادلة التالية:

$$\eta^2 = \frac{t^2}{t^2 + df}$$

حيث إذا كانت قيمة مربع إيتا (n^2) تساوي 0.01 أو أقل فيعتبر حجم الأثر صغير، وإذا كانت هذه القيمة أكبر من 0.01 وأقل من 0.14 فيعتبر حجم الأثر متوسط، وإذا كانت 0.14 فأكثر فإنه يعتبر حجم أثر كبير (سواء أبو دقة وسمير صافي، 2012:20).

جدول رقم (18): أثر البرنامج الإرشادي على تنمية مفهوم الذات

البعد	T^2	درجات الحرية df	n^2	حجم الأثر
الأكاديمي	5.42	14	0.28	كبير
الجسمي	31.55	14	0.69	كبير
الاجتماعي	5.77	14	0.29	كبير
الثقة	6.31	14	0.31	كبير
مفهوم الذات ككل	18.46	14	0.57	كبير

تم حساب حجم الأثر بناء على معطيات نتائج اختبار t -test للفروق بين عينتين مرتبطتين (للمجموعة التجريبية، ونفسها بعد تطبيق البرنامج)

يتبين من جدول رقم (18) أن قيمة مربع إيتا تتراوح ما بين (0.28 – 0.69) وهذه القيمة تصنف حجم الأثر على أنه كبير، مما يدل على أن البرنامج الإرشادي له تأثير كبير في تنمية مفهوم الذات بأبعاده ودرجته الكلية لدى أفراد المجموعة التجريبية، مما سبق يمكن رفض الفرض القائل بأنه " لا توجد فاعلية للبرنامج الإرشادي في تنمية مفهوم الذات لدى أفراد المجموعة التجريبية".

كما يتبين من الجدول رقم (18) أن المحور الجسمي تأثر بالبرنامج الإرشادي أكثر من المحاور الأخرى، حيث بلغ حجم تأثير البرنامج على المحور الجسمي 0.69، ويعزو الباحث تلك النتيجة إلى أن متوسط محور الجسمي في مفهوم الذات لدى أفراد المجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج كان أقل من متوسطات المحاور الأخرى، حيث كان متوسط المحور الجسمي قبل تطبيق البرنامج 10 وباقي المحاور كان متوسطها أكبر من 10، وبالتالي كان هناك ضعف كبير في متوسط هذا المحور لدى أفراد المجموعة التجريبية بدرجة أكبر من المحاور الأخرى، وبالتالي استفاد هذا المحور من تطبيق البرنامج بدرجة أكبر من المحاور الأخرى.

أي أن البرنامج الإرشادي أظهر تحسن ملحوظا في مستوي مفهوم الذات لدى أفراد المجموعة التجريبية، ويفسر الباحث تلك النتيجة إلى احتواء البرنامج على العديد من المهارات والانشطة والمعارف التي كان لها أثر في رفع مستوي مفهوم الذات، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة كاراغيناكيس Karagiannakis (2006) .

توصيات الدراسة

إذا جاز للباحث أن يستند إلى ما انتهت إليه الدراسة الحالية من نتائج، فإنه يقدم في ضوء الدراسة ومشكلتها وأهميتها والإطار النظري لها عدد من التوصيات، والتطبيقات التربوية التي يمكن أن تفيد في البرامج الإرشادية المقترحة، هذا وتتضمن هذه التوصيات، والتطبيقات التربوية ما يلي:

1. تطبيق البرنامج الإرشادي حول تنمية مفهوم الذات المستخدم في الدراسة على مراحل عمرية مختلفة
2. اهتمام المرشدين النفسيين في المدارس بتصميم برامج إرشادية، وتطبيقها على الطلاب لما لها من أهمية في مساعدة الطلاب على تحقيق الصحة النفسية.
3. تفعيل دور الإرشاد النفسي الاجتماعي في المدارس الفلسطينية بحيث يكون مرشد نفسي اجتماعي واحد على الأقل لكل مدرسة، ليساهم في مساعدة الطلاب في التخلص من المشكلات التي يعاني منها الطلاب.
4. تركيز المرشدين النفسيين على الإرشاد الأسري، ودور الأسرة في تنمية مفهوم الذات لدى الأبناء من خلال عقد الندوات والمحاضرات للآباء والأمهات علي حدٍ سواء.
5. زيادة اهتمام المرشدين النفسيين في المدارس في متابعة المشكلات الشخصية والاجتماعية والدراسية للطلاب، وبالتالي تحسن مستوي الطلاب دراسياً، الأمر الذي يؤدي إلي تنمية مفهوم الذات لديهم وزيادة ثقتهم بأنفسهم.
6. الاهتمام داخل المدارس بالأنشطة اللامنهجية، لما لها أثر كبير في تعزيز شخصية الطلاب وإبراز قدراتهم وإمكاناتهم مما له الأثر في تنمية مفهوم الذات لديهم.
7. تبني البرنامج المستخدم في الدراسة الحالية من قبل برنامج الصحة النفسية بوكالة الغوث وكذلك وزارة التربية والتعليم من أجل تطبيقه في المدارس الإعدادية بقطاع غزة.

- 1- إبراهيم أحمد أبو زيد (1987): سيكولوجية الذات والتوافق، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، مصر.
- 2- أبو ناهية صلاح الدين (1996): مقياس مفهوم الذات، الطبعة الأولى، مكتبة الانجلو مصرية، القاهرة، مصر.
- 3- أبوجادو صالح (1998): سيكولوجية التنشئة الاجتماعية، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، ط1، عمان، الأردن.
- 4- أحمد يونس البخاري (2009): " أثر برنامج إرشادي في تعديل مفهوم الذات لدى طلبة كلية التربية"، مجلة أبحاث كلية التربية الأساسية، المجلد الحادي عشر، العدد الثاني، ص37-61.
- 5- جبريل موسي وآخرون (2012): التكيف ورعاية الصحة النفسية، منشورات جامعة القدس المفتوحة، عمان، الأردن.
- 6- دسوقي محمد (1989): "أثر بعض المتغيرات علي مفهوم الذات لدي تلاميذ وتلميذات المرحلة الابتدائية والمتوسطة بالمدينة المنورة"، مجلة كلية التربية، مصر، العدد التاسع.
- 7- زقوت أمانة وصالح عابدة (2009): " فاعلية برنامج مقترح باللعب رفع مؤشرات مفهوم الذات لدى الأطفال بمحافظة خانيونس"، مجلة جامعة الأزهر، فلسطين، العدد الثاني، المجلد الحادي عشر، ص95-130.
- 8- زهران حامد (2000) : علم النفس الاجتماعي، الطبعة السادسة، عالم الكتب، القاهرة، مصر .
- 9- زهران حامد (2002): التوجيه والإرشاد النفسي، الطبعة الثالثة، عالم الكتب، القاهرة، مصر.
- 10- سعدية بهادر (1983): من أنا البرنامج التربوي النفسي لخبرة من أنا الموجهة للأطفال الأطفال بين النظرية والتجربة، مؤسسة الكويت للتقدم العلمي، الكويت.
- 11- السفاضة محمد (2011): " أثر برنامج إرشاد جمعي في تنمية مستوى مفهوم الذات الاجتماعية"، المجلة الأردنية للعلوم الاجتماعية، الأردن، العدد الأول، المجلد الرابع، ص116-132.
- 12- عبد الفتاح دويدار (1992): سيكولوجية العلاقة بين مفهوم الذات والاتجاه، دار النهضة العربية للطباعة والنشر، بيروت، لبنان.

- 13- عبد القادر رباب (2010): " فاعلية برنامج تدريبي لتنمية بعض المهارات الحياتية للمراهقات الصم وأثره على تنمية مفهوم الذات لديهن"، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة قناة السويس، مصر.
- 14- علي محمد (2011): موسوعة المصطلحات التربوية، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، ط1، عمان، الأردن.
- 15- نبهان بديعة (2010): " فعالية برنامج تدريبي قائم على الذكاءات المتعددة لتنمية مفهوم لدى الأطفال ذوي صعوبات التعلم"، مجلة الإرشاد النفسي، مصر، العدد السابع والعشرون، ص115-196.
- 16- نبوية لطفي عبد الله (2000): " مفهوم الذات لدى الأطفال المحرومين من الأم " دراسة مقارنة"، رسالة ماجستير، معهد الطفولة، جامعة عين شمس، مصر .

المراجع الاجنبية:

- 1- Connell. T.S (2001): Self-concept:A Study of outdoor Adventure Education With adolescent;. Un published Doctorate Dissertation. New York University
- 2- Karagiannakis, A. (2006): Academic and Behavioural functioning of Classwide Peer Tutoring: Improving the with behavior problems in inclusive classrooms children. Unpublished Study ,University McGill OF Canada.
- 3- Leung, K.C., Marsh, H. W., Craven, R. G., & Yeung, A. S. (2005): Relation of Domain Specificity Between Peer Support and Self-Concept: Validation By The Effects of Peer Support Program in Educational Settings. Paper presented at Symposium in International Conference of the Australian Association for Research in Education, Sydney, Australia. Retrieved on January 4, 2012 , from <http://www.ied.edu.hk/ps/view.php?secid=706>.
- 4- Wilson, p.(2004): Preliminary Investigation of an Early Intervention Program: Examining the Intervention Effectiveness of the Bracken Concept Scale-Revised with Head Start Students.Psychology in the Schools, 4 (3): 301-311