الإصدار السادس – العدد ستون
تاريخ الإصدار: 2 – تشرين الأول – 2023م
ISSN: 2663-5798
www.ajsp.net

"أثر برنامج معرفي سلوكي لتنمية تقدير الذات لدى فتيات دار الرعاية الإجتماعية"

إعداد الباحث:

نوال بنت عبدالعزيز الشبانه

ماجستير صحة نفسية جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية

الإصدار السادس – العدد ستون
تاريخ الإصدار: 2 – تشرين الأول – 2023م
ISSN: 2663-5798
www.ajsp.net

الملخص:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على أثر برنامج معرفي سلوكي لتنمية تقدير الذات لدى فتيات دار الرعاية الإجتماعية بمدينة الرياض خلال الفصل الدراسي الأول لعام 1439. 1440هـ ، حيث تكونت العينة من (20) نزيلة مقسمة إلى مجموعتين: (10) نزيلات يمثلن المجموعة التجريبية التي تلقت البرنامج المعرفي السلوكي، و (10) نزيلات يمثلن المجموعة الضابطة. تم استخدام المنهج شبه التجريبي كما اعتمدت الباحثة على برنامج من إعدادها بالإضافة إلى مقياس تقدير الذات من إعداد هيلمريتش(1995). وأظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة الضابطة والتجريبية في القياس القبلي على مقياس تقدير الذات، في حين أثبتت ارتفاع درجة مقياس تقدير الذات لدى نزيلات مؤسسة رعاية الفتيات في الرياض في القياس البعدي للمجموعة التجريبية التي تعرضت للبرنامج المعرفي السلوكي، كما توصلت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة الضابطة والتجريبية في القياس البعدي على مقياس تقدير الذات، وعدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة الضابطة في القياس القبلي والبعدي.

الكلمات المفتاحية: برنامج معرفي سلوكي، تقدير الذات، فتيات دار الرعاية الإجتماعية.

المقدمة:

تضاعفت الحاجة إلى الاهتمام بالصحة النفسية في السنوات الأخيرة في العالم بشكل عام، والوطن العربي بشكل خاص؛ ونتيجة للتطورات التي شهدتها المملكة العربية السعودية تحديداً وحرصها على تحقيق مفاهيم الصحة النفسية لكل أبناء الوطن وفق رؤية المملكة 2030، فالصحة النفسية للفرد من مقومات التحضر؛ لأنها تسهم في بناء الإنسان المتزن الواعي ذي القدرات المتميزة الذي بدونه لن تتميز الدولة في صناعاتها أو حضاراتها.

والملاحظ أن العناية بالصحة النفسية، التي تتمثل في قدرة الشخص على الشعور بالسعادة وإيمانه بقيمة نفسه، تنعكس بشكل مباشر على المجتمع الذي يعيش فيه، وتعتبر الصحة النفسية جزءًا مكملًا للصحة العامة لدى الأفراد (الأسدي وسعيد، 2014).

ويعد تقدير الذات من المفاهيم المهمة التي بدأت بالانتشار في العقود الأخيرة، فمنذ سنوات عديدة والعاملون في مجال علم النفس يهتمون بالبحوث والدراسات المرتبطة بمفهوم تقدير الذات.

مشكلة الدراسة وأهدافها:

تعد مشكلة انخفاض تقدير الذات من المشكلات الخطيرة التي تمثل تهديدًا للصحة النفسية لدى الفرد، فشخصية الإنسان وحدة متكاملة يؤثر كل جانب منها على الجانب الآخر، ويتداخل معه لتتشكل هذه الشخصية، كما أن أي مشكلة في جانب من جوانب الشخصية يؤثر على الجوانب الأخرى، ويتأثر بها، وذلك أن تكوين الشخصية المتوازنة والمتكاملة غاية الصحة النفسية لتأخذ هذه الشخصية دورها في المجتمع، وتعمل على تطويره من خلال إيجاد التوازن بين حاجات الشخص من جهة ومطالب المجتمع من جهة أخرى(بلان، 2015).

فلكل شخص قدرات وإمكانات وسمات معينة، وعليه أن يعي هذه القدرات والسمات بصورة واقعية كما هي، وأن يدرك نواحي القوة والضعف فيه بحيث يتيح ذلك استثمار نواحي القوة وتقبل نواحي الضعف، فمن أهم مظاهر اختلال الصحة النفسية ووجود الاضطراب عدم معرفة الشخص لقدراته، إما بتضخيمها أو تبخيسها (إما مبالغة في تقديرها أو التهوين من شأنها) (عبد الله، 2012).

وعندما يمر الشخص بخبرة غير منسجمة مع شروط تقدير الذات لديه لا تنظم هذه الخبرة ضمن نظام خبرات الشخص بشكل يتقبله، فينالها التشويه والتحريف والإنكار، فإنه يقع فريسة الصراع، فالفرد يفهم أي خبرة لا تتسق مع فكرته عن ذاته أو ما يسمى "الذات المدركة " كخبرة سلبية (كفافي، 1989).

ويصاحب التناقض الذي يعيشه الفرد شعور بالتهديد والقلق، مما يجعل الشخص يعاني من تقدير منخفض لذاته، وهذا ينعكس بشكل سلبي على صحته النفسية، وبالنظر إلى الوضع العام لنزيلات مؤسسة رعاية الفتيات فسنجد أن دخول الفتاة للمؤسسة وتواجدها فيها تعتبر خبرة سلبية أو صادمة، بل وقد تكون نقطة سوداء في حياتها، وفي السنوات الأخيرة زادت أعداد النزيلات في المملكة العربية السعودية، ففي إحصائية صادرة عن وزارة الشؤون الاجتماعية عام (2012) كان عدد نزيلات مؤسسات رعاية الفتيات 1010 نزيلة، ليزداد في عام (2016) إلى 1157 نزيلة. (الكتاب الإحصائي، وزارة العمل والتنمية الاجتماعية،2016).

وقد تم في هذه الدراسة اختيار نزيلات مؤسسة رعاية الفتيات لما يعانين من صعوبات ومشكلات، سواء أثناء إقامتهن في المؤسسة أو بعد الخروج منها، فهذه الفئة من وجهة نظر الباحثة بحاجة إلى رفع اعتبار الذات ومساعدتهن على تكوين مفهوم إيجابي للذات وتقدير مرتفع لها،

وبناء على ذلك، فقد تم إعداد برنامجًا معرفيًا سلوكيًا يسعى إلى تنمية تقدير الذات لدى عينة من الفتيات، وتأمل الباحثة أن تسهم نتائج وتوصيات هذه الدراسة في تحقيق أهدافها المرجوة، وأن تكون عونًا للعاملين في مؤسسات الرعاية الاجتماعية بشكل عام.

وفي ضوء ما تقدم يمكن تحديد مشكلة الدراسة في السؤال الرئيس التالي: ما أثر برنامج معرفي سلوكي مقترح في تنمية تقدير الذات لدى نزيلات مؤسسة رعاية الفتيات.

فروض الدراسة:

1- لا توجد فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية، ومتوسطات درجات المجموعة الضابطة في القياس القبلي على مقياس تقدير الذات.

2- توجد فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية لصالح المجموعة التجريبية الذين تعرضوا للبرنامج في القياس البعدي، مقارنة بالمجموعة الضابطة.

3- توجد فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية في القياس القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي.

4- لا توجد فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة الضابطة في القياس القبلي والبعدي.

أهداف الدراسة:

1- معرفة أثر البرنامج المعرفي السلوكي المُعد في هذه الدراسة في تنمية تقدير الذات لدى عينة من نزيلات مؤسسة رعاية الفتيات.

2- معرفة ما إذا كانت هناك فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية، ومتوسطات درجات المجموعة الضابطة في القياس القبلي على مقياس تقدير الذات.

3- معرفة ما إذا كانت توجد فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية لصالح المجموعة التجريبية الذين تعرضوا للبرنامج في القياس البعدي، مقارنة بالمجموعة الضابطة.

4- معرفة ما إذا كانت توجد فروق ذات دلالة إحصائية لدى المجموعة التجريبية على حدة في القياسين القبلي والبعدي، وفي المجموعة الضابطة في القياسين القبلي والبعدي.

حدود الدراسة:

- الحدود الموضوعية: تقتصر هذه الدراسة على تصميم برنامج معرفي سلوكي لتنمية تقدير الذات.
- الحدود المكانية: مؤسسة رعاية الفتيات في مدينة الرياض بالمملكة العربية السعودية.
- الحدود البشرية: عينة من نزيلات مؤسسة رعاية الفتيات بمدينة الرياض.
- الحدود الزمانية: تم تطبيق البرنامج خلال الفصل الدراسي الأول لعام 1439. 1440هـ.

مصطلحات الدراسة:

. البرنامج المعرفي السلوكي

يعرف زهران (2005) البرنامج الإرشادي بشكل عام بأنه "برنامج مخطط منظم في ضوء أسس علمية (قائم في هذه الدراسة على نظرية العلاج المعرفي السلوكي)، لتقديم الخدمات الإرشادية المباشرة وغير المباشرة، فرديًا وجماعيًا، لجميع من تضمهم المؤسسة بهدف مساعدتهم في تحقيق النمو السوي والقيام بالاختيار الواعي المتعقل، ولتحقيق التوافق النفسي داخل المؤسسة وخارجها".

التعريف الإجرائي: برنامج إرشادي معرفي سلوكي من تصميم الباحثة سيتم فيه استخدام فنيات وأساليب مستندة إلى نظرية العلاج المعرفي السلوكي، وتطمح الباحثة أن يساعد تطبيق البرنامج على تنمية تقدير الذات لدى النزيلات اللاتي يعانين من انخفاض في تقدير الذات لديهن.

تقدير الذات:

يعرف ماسلو (1990) حاجات تقدير الذات على أنها حاجة الفرد إلى أن يكون منجزًا، وذا كفاءة، وينال القبول والاعتراف، وشعوره بالاستحقاق والجدارة وإشباع هذه الحاجة يكون مصحوبًا بالثقة والشعور بالقيمة والاعتبار.

ويعرف مفهوم الذات بأنه "تكوين معرفي منظم ومتعلم للمدركات الشعورية والتصورات والتقييمات الخاصة بالذات، يبلوره الفرد، ويعتبره تعريفًا نفسيًا لذاته" (زهران، 2005: 95).

ويشير تقدير الذات إلى "نظرة الفرد الإيجابية إلى نفسه، بمعنى أن ينظر الفرد إلى ذاته نظرة تتضمن الثقة بالنفس بدرجة كافية، كما تتضمن إحساس الفرد بكفاءته وجدارته واستعداده لتقبل الخبرات الجديدة. وبصفة عامة يرتبط تقدير

الذات بالسلوك الذي يعبر عن النمو أكثر مما يعبر عن الدفاع" (كفافي، 1989: 110).

التعريف الإجرائي: الدرجة التي يحصل عليها أفراد عينة الدراسة على مقياس تقدير الذات لـ هيلمريتش وايرفين تعريب الدكتور: عادل محمد (1995).

مؤسسة رعاية الفتيات:

هي مؤسسات تعنى بتحقيق أسس الرعاية والتقويم الاجتماعي وتقوية الوازع الديني والعمل على تحقيق الرعاية الصحية والتربوية والتعليمية والتدريبية السليمة للفتيات الجانحات اللاتي يحتجزن رهن التحقيق أو المحاكمة، وكذلك اللاتي يقرر القاضي بقاءهن في المؤسسة ممن تقل أعمارهن عن ثلاثين سنة، ويبلغ عددها (8) مؤسسات (موقع وزارة العمل والتنمية الاجتماعية).

التعريف الإجرائي: المؤسسة التي سيتم تطبيق البرنامج الإرشادي على نزيلاتها.

تقدير الذات Self-esteem:

تشتق كلمة تقدير الذات Self-Esteem من الكلمة اللاتينية Estimo التي تعني "أنني ذو قيمة" أي إن القصد منها هو تقدير قيمة أنفسنا وشعورنا نحوها ومعرفة أننا بأفضل حال، فلا يهم إن باءت إحدى محاولاتنا بالفشل، أو إن قلنا شيئًا وندمنا عليه، أو ارتكبنا خطأ ما، فنحن ندرك في تلك المواقف أن سلوكنا هو الذي يحتاج إلى تغيير، بينما يبقى تقديرنا لذواتنا ثابتًا دون أن يمسه شيء (محمود،2012).

وتقدير الذات أحد جوانب مفهوم أوسع وأشمل وهو "مفهوم الذات" (Self–Concept)، وقد بدأ مصطلح تقدير الذات في الظهور في أواخر الخمسينيات، وأصبح له مكانه الخاص في موضوعات علم النفس بشكل عام ونظريات الشخصية بشكل خاص (كفافي، 1999).

كما أن تقدير الذات يعتبر من الأبعاد المهمة في تكوين شخصية الفرد، بل يراه بعض العلماء من أكثر الأبعاد التي تؤثر في سلوكه، ولكي نفهم شخصية الإنسان وسلوكه ينبغي أن نعطي اهتمامًا وتركيزًا على مدى تقديره لذاته، ويرى "البورت" أن كل السمات الشخصية التي يتمتع بها الفرد تتأثر بتقدير الشخص لذاته، كما يرى البعض أن تقدير الذات المرتفع مهم وأساسي جدًا إلى درجة أنه يؤدي دورًا كبيرًا في بناء شخصية الفرد (عكاشة، 1990).

الدراسات السابقة

بالرجوع للعديد من الدراسات العربية والأجنبية التي تناولت موضوع تقدير الذات والبرامج المعرفية السلوكية، قامت الباحثة بجمع عدد من الدراسات التي تناولت البرامج النفسية التي ركزت على متغير تقدير الذات وهي كالتالي:

. دراسة شند وسميرة محمد (2005) وجاءت بعنوان "فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي لتنمية المهارات الاجتماعية في تحسين تقدير الذات لدى عينة من طالبات كلية التربية " ، وهدفت هذه الدراسة إلى إعداد برنامج لتنمية المهارات الاجتماعية بغية إحراز تحسن في تقدير الذات لدى العينة، التي تكونت من (20) طالبة تم تقسيمهم إلى (10) طالبات مجموعة تجريبية و(10) طالبات مجموعة ضابطة، وتم استخدام مقياس المهارات الاجتماعية ومقياس تقدير الذات من إعداد الباحثة، حيث اثبتت النتائج وجود فاعلية للبرنامج الارشادي في تنمية المهارات الاجتماعية في تحسين تقدير الذات لدى العينة.

. دراسة الميوطى (2007) التي تهدف إلى تحديد أثر برنامج لتنمية دافعية الإنجاز على التحصيل الدراسي وتقدير الذات لدى بعض الأحداث الجانحين، وقد تم تطبيق الدراسة على عينة تكونت من (16) تلميذًا وتلميذة من الأحداث الجانحين مودعين بمؤسستي دور التربية ومؤسسة الفتيات، واستخدم الباحث تصميم المجموعة الواحدة ذات القياس القبلي والقياس البعدي، حيث تم تطبيق مقياس تقدير الذات من إعداد فاروق عبد الفتاح ومحمد دسوقي، كما أظهرت النتائج إلى أن هناك فروقًا دالة إحصائيًا بين متوسط التطبيق القبلي والتطبيق البعدي على متغيرات الدراسة (دافعية الإنجاز، تقدير الذات، التحصيل الدراسي) لصالح التطبيق البعدي، الذي يشير إلى أن البرنامج ذو فاعلية في رفع تقدير الذات لدى الأحداث الجانحين.

. دراسة الصاعدي (2009) بعنوان "فاعلية برنامج إرشادي لتنمية تقدير الذات لدى التلميذات ذوات صعوبات التعلم" وهدفت إلى الكشف عن مدى فاعلية برنامج إرشادي لتنمية تقدير الذات لدى عينة مكونة من (20) تلميذة من تلميذات الصف الرابع والخامس والسادس الابتدائي، تم تقسيمهن إلى مجموعتين، حيث تمثل (10) طالبات المجموعة التجريبية التي يتم تطبيق البرنامج عليهن و(10) طالبات يمثلن المجموعة الضابطة، واستخدمت الباحثة مقياس تقدير الذات من إعدادها، كما توصلت الدراسة إلى عدة نتائج من أهمها فاعلية البرنامج الإرشادي المقترح لتنمية تقدير الذات لدى التلميذات.

منهج الدراسة وعينتها وادواتها:

اتبعت الدراسة الحالية المنهج شبه التجريبي، وهو المنهج الذي يدرس أثر متغير على متغير آخر، وسيستخدم لقياس أثر برنامج معرفي سلوكي في تنمية تقدير الذات لكونه المنهج المناسب لطبيعة الدراسة الحالية وأهدافها وتساؤلاتها، ويعد المنهج التجريبي من أكثر مناهج البحث فاعلية في حل المشكلات، لأنه يمكِّن الباحث من إجراء التغييرات على المتغير المستقل بشكل مقصود ومعرفة مدى تأثيره على المتغير التابع، وهذا ما يجعل النتائج أكثر دقة، فتتميز البحوث التجريبية بأنها لا تهدف إلى مجرد وصف الظاهرة أو المشكلة، بل تذهب إلى ما هو أبعد من ذلك، وهو البحث عن العلاقات السببية التي قد يكون لها أثر على المتغيرات الخاصة بالظاهرة (عبد الصادق.2010).

وتم في هذه الدراسة قياس أثر برنامج معرفي سلوكي (كمتغير مستقل) ، لتنمية تقدير الذات (كمتغير تابع) لدى عينة من نزيلات دار الرعاية الاجتماعية (مؤسسة رعاية الفتيات بالرياض)، ومن حيث تصميم منهج هذه الدراسة استخدمت الباحثة منهج تصميم المجموعتين: مجموعة ضابطة، ومجموعة تجريبية، مع القياس القبلي والبعدي لكل مجموعة على حدة لقياس الأثر الذي أحدثه تطبيق البرنامج (المتغير المستقل) على النحو التالي:

جدول1:

جدول المجموعات

المجموعة الضابطة	القياس القبلي	ـــــ	القياس البعدي
المجموعة التجريبية	القياس القبلي	البرنامج الإرشادي	القياس البعدي

مجتمع الدراسة: يحدد مجتمع الدراسة بالفتيات نزيلات مؤسسة رعاية الفتيات بمدينة الرياض البالغ عددهن (35).

عينة الدراسة: قامت الباحثة بعمل مسح شامل لنزيلات مؤسسة رعاية الفتيات في الرياض، وبعد تطبيق مقياس تقدير الذات عليهن تم فرز الفتيات التي تظهر عليهن أعراض انخفاض تقدير الذات، وبلغ عدد عينة الدراسة (20) فتاة تتراوح أعمارهن ما بين (18. 28سنة) تم تقسيمهن إلى مجموعتين بطريقة عشوائية: (10) نزيلات يمثلن المجموعة الضابطة ، و(10) نزيلات يمثلن المجموعة التجريبية وهي المجموعة التي طبق عليها البرنامج، كما حرصت الباحثة أن تكون المجموعتان متكافئتين قدر الإمكان من حيث أعمارهن وأوضاعهن الأسرية والاقتصادية؛ إذ إن المتغيرات الدخيلة قد تؤدي دورًا في إحداث الأثر على نتائج الدراسة.

ادوات الدراسة: تم استخدام مقياس تقدير الذات للمراهقين والراشدين، من إعداد هيلمريتشوستابوايرفين، وقد تم تقنينه على البيئة العربية وترجمته من قبل الدكتور: عادل محمد ، وتم إعداد هذا الاختبار في الأصل Helmreich, Stapp& Ervin من جامعة تكساس بالولايات المتحدة الأمريكية، وذلك للتعرف على تقدير المراهقين والراشدين لذواتهم.

الإصدار السادس – العدد ستون
تاريخ الإصدار: 2 – تشرين الأول – 2023م
ISSN: 2663-5798
www.ajsp.net

ويحمل هذا الاختبار اسم Texas Social Behaviour Inventory (TSBI) ويتكون من (32) عبارة أمام كل منها اختيارات خمسة هي: (لا تنطبق إطلاقًا، ولا تنطبق كثيرًا، وتنطبق إلى حد ما، وتنطبق إلى درجة كبيرة، وتنطبق تمامًا)، وعلى المفحوص أن يحدد مدى انطباق كل عبارة عليه، وذلك بوضع علامة (√) أمام العبارة تحت العمود الذي يتفق معه.

ثبات مقياس تقدير الذات

تم حساب ثبات مقياس تقدير الذات بعدة طرق منها:

(أ) طريقة إعادة الاختبار

يقصد بمعامل ثبات هذه الطريقة مقدار الارتباط بين الدرجات التي يحصل عليها المستجيب عند تطبيق المقياس في المرة الأولى مع إعادة تطبيقه في المرة الثانية ، وتقوم فكرة هذه الطريقة على إجراء المقياس على مجموعة من الأفراد، ثم إعادة إجراء نفس الاختبار على نفس مجموعة الأفراد بعد مضى فترة (14) يوم، وهكذا يحصل كل فرد على درجة في الإجراء الأول للمقياس، وعلى درجة أخرى في الإجراء الثاني للمقياس، وعندما نرصد هذه الدرجات ونحسب معامل ارتباط درجات المرة الأولى بدرجات المرة الثانية فإننا نحصل بذلك على معامل ثبات المقياس، والجدول التالي يوضح معامل ثبات مقياس تقدير الذات بطريقة الإعادة.

جدول 2:

معامل ثبات مقياس تقدير الذات بطريقة الإعادة

المقياس	معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني
تقدير الذات	0.988

يتضح من الجدول السابق أنه قد تم حساب معامل الارتباط بين التطبيقين وتراوح معامل الارتباط (0.988) ، وهو معامل ارتباط قوي وذو دلالة إحصائية، مما يبين ويؤكد ثبات مقياس تقدير الذات ، وأنه يمكن الاعتماد على هذا المقياس للتطبيق في الدراسة الحالية.

الإصدار السادس – العدد ستون
تاريخ الإصدار: 2 – تشرين الأول – 2023م
ISSN: 2663-5798
www.ajsp.net

(ب) – طريقة التجزئة النصفية

تم حساب معامل ثبات التجزئة النصفية لمقياس تقدير الذات وفيما يلي النتائج الإحصائية الدالة على ذلك:

جدول3:

معاملات ثبات التجزئة النصفية لمقياس تقدير الذات

البعد	معامل الارتباط للجزأين	معامل الثبات جيتمان
الدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات	0.805	0.882

من الجدول السابق نجد أن معامل الارتباط للجزأين في مقياس تقدير الذات بلغ (0.805) وأن معامل ثبات جيتمان بلغ (0.882) وهي معاملات ثبات عالية ومقبولة إحصائيًا تدل على ثبات مقياس تقدير الذات ويمكن الاعتماد عليه للتطبيق في الدراسة الحالية.

ج–ثبات مقياس تقدير الذات بواسطة معامل ألفا كرونباخ (Chronbach Alpha)

تم استخدام معامل ألفا كرونباخ (Chronbach Alpha) للتأكد من ثبات مقياس تقدير الذات، وفيما يلي النتائج الإحصائية الدالة على ذلك:

جدول 4:

معامل ثبات معامل ألفا كرونباخ) Chronbach Alpha**(لمقياس تقدير الذات**

البعد	معامل ألفا كرونباخ
الدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات	0.893

من الجدول السابق نجد أن معامل ثبات معامل ألفا كرونباخ (Chronbach Alpha) لمقياس تقدير الذات بلغ (0.893) وهي قيمة ثبات مرتفعة توضح صلاحية أداة الدراسة للتطبيق الميداني.

صدق مقياس تقدير الذات: قامت الباحثة بحساب معامل الارتباط بيرسون"Pearson Correlation" لمعرفة الصدق الداخلي للمقياس، وذلك عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجة كل فقرة من المقياس بالدرجة الكلية للمقياس

الإصدار السادس – العدد ستون
تاريخ الإصدار: 2 – تشرين الأول – 2023م
ISSN: 2663-5798
www.ajsp.net

ومن خلال إجمالي النتائج المتعلقة بصدق الاتساق الداخلي لمقياس تقدير الذات اتضح صلاحيته للتطبيق الميداني.

البرنامج المعرفي السلوكي المطبق على نزيلات مؤسسة رعاية الفتيات (من إعداد الباحثة)

قامت الباحثة بإعداد برنامج معرفي سلوكي لتنمية تقدير الذات لدى فتيات دار الرعاية الاجتماعية، حيث احتوى البرنامج على مجموعة من الجلسات بمجموع (12) جلسة تسعى إلى تنمية تقدير الذات لدى النزيلات، كما تتناول كل جلسة موضوعًا محددًا وتحتوي على عدة إستراتيجيات وفنيات مستمدة من العلاج المعرفي السلوكي.

خطوات إعداد وتطبيق البرنامج المعرفي السلوكي:

- بدأت الباحثة بالقراءة والاطلاع في نظريات علم النفس والاضطرابات والمشكلات النفسية وأسبابها.
- اطلعت الباحثة على الدراسات السابقة التي احتوت على برامج معرفية سلوكية وتناولت متغير تقدير الذات مثل: دراسة (الصاعدي، 2009) و(CONSTANTINO, 2018) وأيضًا دراسة (الشحادات، 2017) والعديد من الدراسات السابقة.
- من خلال الاطلاع والقراءة استشعرت الباحثة حجم المشكلات التي يسببها تقدير الذات المنخفض على الأفراد بشكل عام وحجم هذه المشكلة لدى نزيلات دور الرعاية الاجتماعية بشكل خاص ، وبعد البحث عن البرامج المطبقة على هذه الفئة لاحظت الباحثة أن البرامج المقدمة لرفع وتنمية تقدير الذات نادرة خصوصًا في دور الرعاية لدينا في المملكة، لذلك شرعت في تصميم برنامج ينمي تقدير الذات لدى هذه الفئة من المجتمع.
- تم تحديد المقياس الذي سيتم استخدامه في هذه الدراسة والتأكد من الصدق والثبات.
- قامت الباحثة بتصميم جلسات هذا البرنامج استنادًا إلى نظرية العلاج المعرفي السلوكي، مستمدة منها أهم الفنيات التي تساعد في رفع تقدير الذات، كما استعانت ببعض الدورات التدريبية المقدمة من أساتذة علم النفس.
- تم تصميم هذا البرنامج من مجموعة جلسات لكل جلسة هدف محدد وإجراءات، وأساليب ووسائل.
- قامت الباحثة بعرض البرنامج على مجموعة من المحكمين من أساتذة علم النفس في الجامعات المختلفة، لإبداء ملاحظاتهم في مضمونه، وللتأكد من ملاءمة ووضوح جلسات البرنامج لتحقيق الهدف المنشود، وقد أخذت الباحثة بملاحظات المحكمين وآرائهم ومقترحاتهم.
- تم اختيار مؤسسة رعاية الفتيات في الرياض لتطبيق البرنامج على نزيلاتها، لاعتبار أنهن في فترة حرجة تحتاج إلى دعم ومساندة وتقديم برامج تساعدهم على تجاوز أزمتهم الحالية وما يمرون به من أعراض كالتفكير السلبي والقلق والتعامل مع الأشخاص ذوي العلاقة بقضاياهم كقاضي المحكمة والمحامي ومنفذي العقوبات؛ لذلك تم اختيار هذه المؤسسة بدلًا من دار الضيافة أو سجن الفتيات.

- قامت الباحثة بأخذ الإذن من وزارة الداخلية ووزارة الشؤون الاجتماعية لتطبيق البرنامج على الفتيات المودعات في مؤسسة رعاية الفتيات في الرياض.
- قامت الباحثة بتطبيق أداة الدراسة على جميع النزيلات في مؤسسة رعاية الفتيات البالغ عددهن (35) نزيلة، وذلك لاختيار مجموعة من الفتيات اللاتي يعانين من انخفاض تقدير الذات، بعد ذلك تم اختيار (20) نزيلة، تم تقسيمهن بطريقة عشوائية إلى مجموعتين إحداهن تمثل المجموعة التجريبية التي سيطبق عليها البرنامج والأخرى مجموعة ضابطة لن تتعرض لأي تدخل.
- وقد تكونت كل مجموعة من (10) نزيلات، هم الأقل في درجة تقدير الذات على المقياس المطبق.
- بعد ذلك تم التنسيق بين الباحثة والأخصائية النفسية المسؤولة عن تطبيق البرامج في المؤسسة لتهيئة المكان المناسب للتطبيق والتجهيزات اللازمة.

تحكيم البرنامج: تم عرض البرنامج على مجموعة محكمين من أساتذة علم النفس البالغ عددهم (10) ، بهدف تحديد مدى ملاءمة جلسات البرنامج للهدف التي تسعى له الدراسة، وإبداء رأيهم في محتويات الجلسات وما تحويه من فنيات وإستراتيجيات وأهداف.

المدة الزمنية للبرنامج: استغرق تنفيذ البرنامج (6) أسابيع بواقع جلستين في الأسبوع.

مكان تطبيق البرنامج: تم تطبيق البرنامج في مؤسسة رعاية الفتيات بمنطقة الرياض.

المدة الزمنية لكل جلسة: تتراوح المدة الزمنية لكل جلسة بين ساعة إلى ساعتين حسب أهداف كل جلسة والفنيات المستخدمة.

عدد جلسات البرنامج: يحتوي البرنامج على (12) جلسة، تتناول كل جلسة موضوعًا محددًا يسعى إلى تنمية تقدير الذات، وقد تم اختيار موضوعات الجلسات من خلال أعراض انخفاض تقدير الذات التي ذكرت في فقرات المقياس المطبق.

الإصدار السادس – العدد ستون
تاريخ الإصدار: 2 – تشرين الأول – 2023م
ISSN: 2663-5798
www.ajsp.net

محتوى البرنامج

جدول6:

الجلسة	موضوع الجلسة	الفنيات المستخدمة في الجلسة	زمن الجلسة
الأولى	التعريف بالبرنامج وبناء العلاقة بين الباحثة والمجموعة	الحوار المحاضرة	ساعة
الثانية	التعريف بمفهوم تقدير الذات	الحوار، القصة، الواجب المنزلي	ساعة ونصف
الثالثة	الكشف عن الأفكار التلقائية	تحديد الأفكار التلقائية، الحوار، النمذجة، سجل الأفكار، الواجب المنزلي	ساعة ونصف
الرابعة	التعرف على أخطاء التفكير وتغييرها	الحوار، سجل الأفكار، تحديد الأساليب المعرفية غير الفعالة، اختبار الدليل، التعزيز، الواجب المنزلي	ساعتان
الخامسة	الأفكار اللاعقلانية وتفنيدها	الحوار، التعزيز، النمذجة، الحوار الذاتي، الواجب المنزلي.	ساعة ونصف
السادسة	التدريب على الاسترخاء العضلي والتخيلي	الحوار، التخيل، الاسترخاء، الواجب المنزلي.	ساعة ونصف
السابعة	التفاعل الاجتماعي والتعامل مع النقد	الحوار، لعب الأدوار، النمذجة، جدول الأنشطة، التغذية الراجعة، اختبار الدليل، الواجب المنزلي.	ساعتان
الثامنة	تعلم مهارات الاتصال	الحوار، النمذجة، الواجب المنزلي.	ساعة ونصف
التاسعة	توكيد الذات (1)	الحوار، النمذجة، التغذية الراجعة، لعب الأدوار، الواجب النزلي.	ساعة ونصف
العاشرة	توكيد الذات (2)	الحوار، لعب الأدوار، النمذجة، التعزيز، الواجب المنزلي.	ساعة ونصف
الحادية عشرة	مهارات حل المشكلات	الحوار، النمذجة، اختبار الدليل، الواجب المنزلي.	ساعتان
الثانية عشرة	إنهاء البرنامج (الجلسة الختامية)	الحوار، التعزيز.	ساعة ونصف

الأساليب الإحصائية التي تم استخدامها

اعتمدت الباحثة الأساليب الإحصائية من ناحية إعداد أداة البحث أو تحليل النتائج على البرنامج الإحصائي Spss واستخدمت الوسائل الإحصائية التالية:

1. معامل ارتباط بيرسون لإجراء تحليل الفقرات في الصدق البنائي.
2. معامل ألفا كرونباخ لاستخراج ثبات المقياس.
3. طريقة التجزئة النصفية لحساب الثبات.
4. الثبات عن طريق إعادة المقياس نفسه (معامل الاستقرار).
5. اختبار كلموجروف – سميرنوف للتحقق من اعتدالية توزيع البيانات.
6. اختبار ليفين للتحقق من تجانس التباين.
7. اختبار (ت)) Paired Samples Test لدلالة الفروق بين متوسطات مجموعتين غير مستقلتين.
8. اختبار (t-test) Independent t Testلدلالة الفروق بين متوسطات مجموعتين مستقلتين.

نتائج الدراسة:

الفرضية الأولى: تنص الفرضية الأولى على "لا توجد فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية، ومتوسطات درجات المجموعة الضابطة في القياس القبلي على مقياس تقدير الذات".

قبل التحقق من صحة هذه الفرضية تم التحقق من شرطي الاعتدالية والتجانس وقد تم استخدام اختبار كولمجروف-سمنروف للتحقق من اعتدالية البيانات فيما يخص بيانات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس القبلي على مقياس تقدير الذات والجدول التالي يوضح ذلك:

الإصدار السادس – العدد ستون
تاريخ الإصدار: 2 – تشرين الأول – 2023م
ISSN: 2663-5798
www.ajsp.net

جدول7: بيانات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في اختبار (كولمجروف . سمنروف) القياس القبلي على مقياس تقدير الذات

المقياس	المجموعات	كولمجروف–سمنروف		
		الإحصائية	درجة الحرية	مستوى الدلالة
تقدير الذات	التجريبية	0.152	10	.200*
	الضابطة	0.213	10	.200*

من خلال اختبار كولمجروف–سمنروف اتضح أن بيانات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس القبلي على مقياس تقدير الذات غير دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) وبذلك تبين أن البيانات تتبع التوزيع الطبيعي.

أما فيما يتعلق بشرط تجانس التباين فقد تم استخدام اختبار ليفن Levene's Test للتعرف على مدى تجانس المجموعات كما هو موضح بالجدول التالي:

جدول 8:

المقياس	قيمة ليفين	مستوى الدلالة	
تقدير الذات	1.401	0.252	غير دالة

من خلال اختبار ليفين Levene's Test تبين أنه لا يوجد دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) وبذلك يوجد تجانس في تباين مجموعات الدراسة بالنسبة للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس القبلي على مقياس تقدير الذات.

وبناء على هذه النتائج المتعلقة بشرط الاعتدالية والتجانس، وبما أن شروط الاعتدالية والتجانس متوافرة لذلك نستخدم الاختبارات المعلمية.

الإصدار السادس – العدد ستون
تاريخ الإصدار: 2 – تشرين الأول – 2023م
ISSN: 2663-5798
www.ajsp.net

وللتحقق من صحة هذا الفرض والتعرف على ما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية، ومتوسطات درجات المجموعة الضابطة في القياس القبلي على مقياس تقدير الذات، استخدمت الباحثة اختبار (t–test) وجاءت النتائج كالتالي

جدول9: اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية، ومتوسطات درجات المجموعة الضابطة في القياس القبلي على مقياس تقدير الذات

المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجات الحرية	مستوى الدلالة
المجموعة التجريبية	10	79.10	15.56	1.05	18	0.31
المجموعة الضابطة	10	85.40	10.78			

يتضح من خلال النتائج الموضحة بالجدول أعلاه أن قيمة (ت) غير دالة؛ حيث بلغت (1.05) فيما يتعلق بمقياس تقدير الذات ، كما بلغت قيمة مستوى الدلالة (0.31) وهي أعلى من (0.05)، مما يشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة الضابطة والتجريبية في القياس القبلي على مقياس تقدير الذات ، وبالتالي يتحقق صحة الفرضية التي نصها "لا توجد فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية ومتوسطات درجات المجموعة الضابطة في القياس القبلي على مقياس تقدير الذات".

وتفسر الباحثة ذلك بأن النزيلات (عينة الدراسة) قد تعرضن لمواقف مشابهة في صعوبتها وانعكاسها السلبي عليهن باختلاف نوع الجنح المقترفة، ومن الواضح أن التجارب الصعبة التي أدت بهن لدخول المؤسسة كان لها تأثير سلبي على حالتهن النفسية بشكل عام وعلى تقدير الذات لديهن بشكل خاص؛ حيث إن لديهن نفس النظرة لأنفسهن، كما أن جميعهن نزيلات في بيئة واحدة، ومستويات الثقة بالنفس والكفاءة الشخصية لديهن تكاد تكون متقاربة؛ نظرًا لصعوبة الظروف التي مررن بها، كما أن جميع النزيلات لم يخضعن لأي برامج إرشادية تتناول متغير تقدير الذات.

الفرضية الثانية:

تنص الفرضية الثانية على ما يأتي "توجد فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية لصالح المجموعة التجريبية الذين تعرضوا للبرنامج في القياس البعدي، مقارنة بالمجموعة الضابطة".

الإصدار السادس – العدد ستون
تاريخ الإصدار: 2 – تشرين الأول – 2023م
ISSN: 2663-5798
www.ajsp.net

قبل التحقق من صحة هذه الفرضية تم التحقق من شرطي الاعتدالية والتجانس وقد تم استخدام اختبار كولمجروف–سمنروف للتحقق من اعتدالية البيانات فيما يخص بيانات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياس تقدير الذات والجدول التالي يوضح ذلك:

اختبار (كولمجروف–سمنروف) جدول10: بالنسبة لبيانات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياس تقدير الذات

المقياس	المجموعات	كولمجروف–سمنروف		
		الإحصائية	درجة الحرية	مستوى الدلالة
تقدير الذات	التجريبية	0.15	10	.200*
	الضابطة	0.21	10	.200*

من خلال اختبار كولمجروف–سمنروف اتضح أن بيانات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياس تقدير الذات غير دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) وبذلك تبين أن البيانات تتبع التوزيع الطبيعي.

أما فيما يتعلق بشرط تجانس التباين فقد تم استخدام اختبار ليفن Levene's Test للتعرف على مدى تجانس المجموعات كما هو موضح بالجدول التالي:

جدول11:

المقياس	قيمة ليفين	مستوى الدلالة	
تقدير الذات	0.61	0.44	غير دالة

من خلال اختبار ليفين Levene's Test تبين أنه لا توجد دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) وبذلك يوجد تجانس في تباين مجموعات الدراسة بالنسبة للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياس تقدير الذات.

وبناء على هذه النتائج المتعلقة بشروط الاعتدالية والتجانس ، وبما أن شروط الاعتدالية والتجانس متوافرة لذلك نستخدم الاختبارات المعلمية.

الإصدار السادس – العدد ستون
تاريخ الإصدار: 2 – تشرين الأول – 2023م
ISSN: 2663-5798
www.ajsp.net

وللتحقق من صحة هذا الفرض والتعرف على ما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية، ومتوسطات درجات المجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياس تقدير الذات ، استخدمت الباحثة اختبار (t-test) Independent t Test ، وجاءت النتائج في الجدول االتالي:

جدول12: اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية، ومتوسطات درجات المجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياس تقدير الذات

المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجات الحرية	مستوى الدلالة
المجموعة التجريبية	10	89.90	17.91	1.14	18	0.27
المجموعة الضابطة	10	81.60	14.39			

يتضح من خلال النتائج الموضحة بالجدول أعلاه أن قيمة (ت) غير دالة؛ حيث بلغت (1.14) فيما يتعلق بمقياس تقدير الذات ، كما بلغت قيمة مستوى الدلالة (0.27) وهي أعلى من (0.05) ،ومن خلال المتوسطات الحسابية الموضحة بالجدول أعلاه يتبين أن متوسط درجات مقياس تقدير الذات في القياس البعدي لدى نزيلات مؤسسة رعاية الفتيات في الرياض المجموعة التجريبية (89.9) ، في حين متوسط درجات نزيلات مؤسسة رعاية الفتيات في الرياض المجموعة الضابطة في القياس البعدي (81.6) ، مما يشير إلى وجود فروق بين المجموعة الضابطة والتجريبية في القياس البعدي على مقياس تقدير الذات ، ولكنها لم تصل إلى درجة الفروق ذات الدلالة الإحصائية.

وبالتالي لم يتحقق صحة الفرضية التي نصها "توجد فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية، ومتوسطات درجات المجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياس تقدير الذات".

وتعلل الباحثة هذه النتيجة بسبب وجود حالتين لم تستفيدا من البرنامج.

الحالة الأولى: بعد أن أجرت إحدى النزيلات (المشاركة في المجموعة التجريبية) الفحوصات الطبية في الأسبوع الثاني من البرنامج اتضح لها وجود حمل غير شرعي؛ مما انعكس هذا الحدث على حالتها النفسية بشكل عام، وبرغم حضورها لجلسات البرنامج إلا أنها لم تكن متفاعلة، وفي بعض الجلسات كانت تتعذر بآلام الرأس وتخرج من المكان؛ مما أدى إلى عدم استفادتها من البرنامج المقدم، وكان له الأثر على الدرجة الكلية للمقياس.

الإصدار السادس – العدد ستون
تاريخ الإصدار: 2 – تشرين الأول – 2023م
ISSN: 2663-5798
www.ajsp.net

أما الحالة الثانية: فهي نزيلة مصابة بمرض السرطان وفي فترة تطبيق البرنامج كانت تتغيب كثيرًا عن البرنامج بسبب جلسات العلاج الإشعاعي، وبرغم وجودها ومشاركتها في بعض الجلسات الأخرى إلا أن مرضها العضوي كان تأثيره أقوى على حالتها النفسية من تقبلها للبرنامج أو أي تدخل نفسي آخر، مما أثر على النتيجة الكلية للمقياس.

الفرضية الثالثة:

تنص الفرضية الثالثة على أنه "توجد فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية في القياس القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي".

قبل التحقق من صحة هذه الفرضية تم التحقق من شرطي الاعتدالية والتجانس وقد تم استخدام اختبار كولمجروف–سمنروف للتحقق من اعتدالية البيانات فيما يخص بيانات المجموعة التجريبية في القياس القبلي والبعدي على مقياس تقدير الذات والجدول التالي يوضح ذلك:

اختبار (كولمجروف–سمنروف) جدول 13: بالنسبة لبيانات المجموعة التجريبية في القياس القبلي والبعدي على مقياس تقدير الذات

المجموعة	المقياس	كولمجروف–سمنروف		
		الإحصائية	درجة الحرية	مستوى الدلالة
المجموعة التجريبية	تقدير الذات– قبلي	0.152	10	.200*
	تقدير الذات– بعدي	0.116	10	.200*

من خلال اختبار كولمجروف–سمنروف اتضح أن بيانات المجموعة التجريبية في القياس القبلي والبعدي على مقياس تقدير الذات غير دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) وبذلك تبين أن البيانات تتبع التوزيع الطبيعي.

وبناء على هذه النتائج المتعلقة بشرط الاعتدالية والتجانس، وبما أن شرطي الاعتدالية والتجانس متوافر لذلك نستخدم الاختبارات المعلمية.

وللتحقق من صحة هذا الفرض والتعرف على ما إذا كانت فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية في القياس القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي ، استخدمت الباحثة اختبار (t–test) Paired Samples Test ، وجاءت النتائج في الجدول التالي:

الإصدار السادس – العدد ستون
تاريخ الإصدار: 2 – تشرين الأول – 2023م
ISSN: 2663-5798
www.ajsp.net

جدول14: اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية في القياس القبلي والبعدي على مقياس تقدير الذات

المقياس	المتوسط الحسابي	العدد	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجات الحرية	مستوى الدلالة
تقدير الذات للمجموعة التجريبية في التطبيق البعدي	89.90	10	17.91	3.58	9	0.006
تقدير الذات للمجموعة التجريبية في التطبيق القبلي	79.10	10	15.56			

يشير الجدول السابق إلى:

1- وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.01) بين متوسط درجات نزيلات مؤسسة رعاية الفتيات في الرياض في القياسين (القبلي- البعدي) في المجموعة التجريبية على نتائج مقياس تقدير الذات؛ حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة =(3.58) وهي أكبر من قيمتها الجدولية (2.26)، كما بلغت قيمة مستوى الدلالة (0.006) وهي أقل من (0.01)؛ مما يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في القياس القبلي والقياس البعدي في المجموعة التجريبية في مقياس تقدير الذات.

2- ومن خلال المتوسطات الحسابية الموضحة بالجدول أعلاه يتبين أن الفروق لصالح التطبيق البعدي للمجموعة التجريبية، حيث بلغ متوسط درجات مقياس تقدير الذات لدى نزيلات مؤسسة رعاية الفتيات في الرياض المجموعة التجريبية في القياس البعدي (89.9) ، في حين متوسط درجات نزيلات مؤسسة رعاية الفتيات في الرياض المجموعة التجريبية في التطبيق القبلي (79.1) ، مما يدل على ارتفاع مقياس تقدير الذات لدى نزيلات مؤسسة رعاية الفتيات في الرياض في القياس البعدي للمجموعة التجريبية التي تعرضت إلى البرنامج المعرفي السلوكي.

وعليه تم قبول الفرض الذي نصة " توجد فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية في القياس القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي".

وتعزو الباحثة نجاح البرنامج المعرفي السلوكي الذي يسعى لتنمية تقدير الذات لدى نزيلات المؤسسة إلى التجاوب الذي وجدته من النزيلات أثناء تطبيق البرنامج، وهذا يعكس حاجتهن الملحة لمثل هذه البرامج أثناء فترة إقامتهن في المؤسسة، وفي ختام البرنامج ذكر النزيلات أنهن أصبحن يطبقن هذه المهارات والفنيات مع زميلاتهن في المؤسسة، ومع العاملين بها.

الفرضية الرابعة:

تنص الفرضية الرابعة على أنه: "لا توجد فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة الضابطة في القياس القبلي والبعدي".

وقبل التحقق من صحة هذه الفرضية تم التحقق من شرطي الاعتدالية والتجانس وقد تم استخدام اختبار كولمجروف–سمنروف للتحقق من اعتدالية البيانات فيما يخص بيانات المجموعة الضابطة في القياس القبلي والبعدي على مقياس تقدير الذات والجدول التالي يوضح ذلك:

اختبار (كولمجروف–سمنروف) جدول15: بالنسبة لبيانات المجموعة الضابطة في القياس القبلي والبعدي على مقياس تقدير الذات

الإصدار السادس – العدد ستون
تاريخ الإصدار: 2 – تشرين الأول – 2023م
www.ajsp.net
ISSN: 2663-5798

المجموعة	المقياس	كولمجروف–سمنروف		
		الإحصائية	درجة الحرية	مستوى الدلالة
المجموعة الضابطة	تقدير الذات– قبلي	0.213	10	*200.
	تقدير الذات– بعدي	0.175	10	*200.

من خلال اختبار كولمجروف–سمنروف اتضح أن بيانات المجموعة الضابطة في القياس القبلي والبعدي على مقياس تقدير الذات غير دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) وبذلك تبين أن البيانات تتبع التوزيع الطبيعي.

وبناء على هذه النتائج المتعلقة بشرط الاعتدالية والتجانس، وبما أن شرطي الاعتدالية والتجانس متوافر لذلك نستخدم الاختبارات المعلمية.

وللتحقق من صحة هذا الفرض والتعرف على ما إذا كانت هناك فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة الضابطة في القياس القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي ، استخدمت الباحثة اختبار Paired Samples Test (t–test) ، وجاءت النتائج في الجدول كالتالي:

جدول16: اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات المجموعة الضابطة في القياس القبلي والبعدي على مقياس تقدير الذات

المقياس	المتوسط الحسابي	العدد	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجات الحرية	مستوى الدلالة
تقدير الذات للمجموعة الضابطة في التطبيق البعدي	81.60	10	14.39	1.77	9	0.11
تقدير الذات للمجموعة الضابطة في التطبيق القبلي	85.40	10	10.78			

يتضح من خلال النتائج الموضحة بالجدول أعلاه أن قيمة (ت) غير دالة إحصائيًا؛ حيث بلغت (1.79) فيما يتعلق بمقياس تقدير الذات ، كما بلغت قيمة مستوى الدلالة (0.11) وهي أكبر من (0.05).

مما يشير إلى عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة الضابطة في القياس القبلي والبعدي ، وبالتالي يتحقق صحة الفرضية التي نصها "لا توجد فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة الضابطة في القياس القبلي والبعدي".

ومن خلال المتوسطات الحسابية الموضحة بالجدول أعلاه يتبين أن متوسط درجات مقياس تقدير الذات البعدي لدى نزيلات مؤسسة رعاية الفتيات في الرياض المجموعة الضابطة في القياس البعدي (81.6) ، في حين متوسط درجات نزيلات مؤسسة رعاية الفتيات في الرياض المجموعة الضابطة في القياس القبلي (85.4).

التوصيات:

1. الاستفادة من برنامج الدراسة الحالية وتعميمه ليطبق في جميع دور الرعاية الاجتماعية بالمملكة، مع ضرورة صياغة برامج إرشادية لتنمية تقدير الذات قائمة على أسس نظرية وعلى أدلة علمية، ترعاها وزارة التعليم ويتم تطبيقها على طلاب التعليم العام.

2. تكثيف البرامج الإرشادية لنزيلات دور الرعاية الاجتماعية التي تركز على متغيرات مهمة تؤثر وتتأثر بتقدير الذات كقوة الأنا والقلق والصلابة النفسية والخجل الاجتماعي.

3. تشجيع الباحثين على انتهاج أساليب بحثية أكثر قدرة على دراسة الظاهرة وإضافة التغيير الإيجابي لها.

المراجع:

الأسدي، سعيد؛ وسعيد، عطاري (2014). **الصحة النفسية للفرد والمجتمع**. عمان: دار الرضوان للنشر والتوزيع.

شعيب، علي محمود. (1988). نمذجة العلاقة السببية بين تقدير الذات والقلق والتحصيل الدراسي لدى المراهقين من المجتمع السعودي. جامعة الكويت. **مجلة العلوم الإحصائية (مقبول للنشر)**.

بلان، كمال (2015). **نظريات الإرشاد والعلاج النفسي**. عمان: دار الإعصار العلمي للنشر والتوزيع.

عبد الله، محمد قاسم. (2013). **العملية الإرشادية الأسس النظرية البرامج التطبيقات**. عمان. دار الفكر.

كفافي، علاء الدين أحمد. (1989). تقدير الذات في علاقته بالتنشئة الوالدية والأمن النفسي، **المجلة العربية للعلوم الإنسانية**: الكويت. (مقبول للنشر).

التقرير الإحصائي السنوي (2016م). **وزارة العمل والتنمية الاجتماعية**، إدارة التخطيط والتطوير الإداري.

زهران، حامد عبد السلام. (2005). **التوجيه والإرشاد النفسي**. القاهرة. عالم الكتب.

زهران، حامد عبد السلام. (2005). **الصحة النفسية والعلاج النفسي**. القاهرة. عالم الكتب.

محمد، عادل (1995). اختبار تقدير الذات للمراهقين والراشدين. **مجلة التربية**: الكويت.

وزارة العمل والتنمية الاجتماعية. استرجع بتاريخ 1439/8/15هـ من موقع: https://mlsd.gov.sa/ar/services/621

عبد الرحمن، محمد السيد. (2009). **علم الأمراض النفسية والعقلية**. القاهرة. مكتبة زهراء الشرق.

المحارب، ناصر إبراهيم. (2015). **المرشد في العلاج الاستعرافي السلوكي**. الرياض, دار الزهراء.

العاسمي، رياض نايل. (2008). **أهمية برامج الإرشاد النفسي في تحقيق تفاعل الأدوار وتكاملها بين العاملين في معاهد الإعاقة العقلية وذوي المعوقين**. جامعة دمشق، كلية التربية.

إس جي، هوفمان. (ترجمة عيسى، مراد علي). (2012). **العلاج المعرفي السلوكي المعاصر**. القاهرة: دار الفجر.

مصطفى، علي أحمد وعلي، محمد محمود. (2011). **العلاج النفسي السلوكي المعرفي الحديث**. الرياض. دار الزهراء.

الشناوي، محمد محروس؛ وعبد الرحمن، محمد السيد. (1998). **العلاج السلوكي الحديث: أسسه وتطبيقاته**. القاهرة. دار قباء.

نوفل، فاطمة. (2016). **العلاج المعرفي السلوكي بين النظرية والتطبيق**. مصر. مكتبة الأنجلو المصرية.

بيتش، هارولد ريجنالد. (ترجمة الزاراد، فيصل محمد). (1992). **تعديل السلوك البشري**. الرياض: دار المريخ.

رجاء، مريم. (2006). فاعلية برنامج تدريبي لتنمية مهارات إدارة الضغوط النفسية المهنية لدى العاملات في مهنة التمريض. أطروحة دكتوراه (غير منشوره). سوريا. جامعة دمشق. كلية التربية.

العتوم، عدنان يوسف. (2012). **علم النفس المعرفي**. عمان. دار المسيرة.

باكير، سلفيا محمود. (2011). **فاعلية برنامج إرشاد جمعي يستند إلى العلاج السلوكي المعرفي في تحسين مفهوم الذات ودافعية الإنجاز وخفض السلوك الوسواسي لدى طالبات المرحلة الجامعية في المملكة العربية السعودية**. رسالة دكتوراه (غير منشورة). جامعة عمان العربية، عمان: كلية العلوم التربوية والنفسية، قسم علم النفس.

الشحادات، بيان محمد. (2017). **أثر برنامج إرشادي معرفي سلوكي في تحسين تقدير الذات وخفض التوتر النفسي لدى أبناء اللاجئين السوريين في الأردن**. رسالة دكتوراه (غير منشوره). الجامعة الهاشمية، الأردن: كلية الدراسات العليا، قسم الإرشاد الأسري.

محمود، الفرحاتي السيد. (2012). **علم النفس الإيجابي للطفل**. الإسكندرية. دار الجامعة الجديدة.

كفافي، علاء الدين. (1999). **الإرشاد والعلاج النفسي الأسري**. القاهرة. دار الفكر.

لبنى، ذياب. (2018). **مستوى تقدير الذات وعلاقته بالاغتراب الوظيفي لدى الأساتذة الجامعيين: دراسة ميدانية بجامعة سطيف**. رسالة دكتوراه (غير منشورة). جامعة محمد لمين، الجزائر: كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، قسم علم النفس.

أبو سعدة، أحمد سعد. (2017). **معاملة المراهق وأثرها على جوانب الشخصية**. الإسكندرية. مؤسسة حورس الدولية.

سمور، أماني خليل. (2015). **تقدير الذات وعلاقته بالضغوط النفسية والمساندة الاجتماعية لدى الفتيات المتأخرات في الزواج في محافظات غزة**. دراسة ماجستير (غير منشورة). الجامعة الإسلامية، غزة: كلية التربية، قسم علم النفس.

حمزة، أحلام ؛ و حمزة، فاطمة. (2018). تقدير الذات لدى المراهق وعلاقته بالتحصيل الدراسي. **مجلة تطوير العلوم الاجتماعية جامعة الجلفة**. الجزائر.

مكي، شادي شريف. (2016). **تقدير الذات وبناء شخصية الأطفال**. جدة.

جبريل، موسى وحمدي، نزيه وداود، نسيمة وأبو طالب، صابر. (2008). **التكيف ورعاية الصحة النفسية**. القاهرة. الشركة العربية المتحدة للتسويق والتوريدات.

سمور، أماني خليل. (2015). **تقدير الذات وعلاقته بالضغوط النفسية والمساندة الاجتماعية لدى الفتيات المتأخرات في الزواج في محافظات غزة**. دراسة ماجستير (غير منشورة). الجامعة الإسلامية، غزة: كلية التربية، قسم علم النفس.

الظويفري، خالد غنام. (2017). **بناء النموذج السببي المنظم للعلاقة بين السعادة النفسية وتقدير الذات والسلوك العدواني لدى مدمني المخدرات**. رسالة دكتوراه (غير منشورة). جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، الرياض: كلية العلوم الاجتماعية، قسم علم النفس الجنائي.

قويدري، الأخضر وفطام، جمال. (2016). تقدير الذات وعلاقته بالصحة النفسية لدى عينة من تلاميذ المرحلة الثانوية: دراسة ميدانية بمدينة الأغواط. **مجلة دراسات لجامعة الأغواط**.(مقبول للنشر).

سلامة، ممدوحة محمد. (1991). تقدير الذات والضبط الوالدي للأبناء في نهاية المراهقة وبداية الرشد. **مجلة دراسات نفسية**.

أبو جادو، صالح محمد. (2007). **علم النفس التطوري، الطفولة والمراهقة**. عمان. دار المسيرة.

سلامة، أيمن عبد العزيز. (2012). تقدير الذات وعلاقته بالتقويم الذاتي والتقويم الموضوعي لدى طلاب الجامعة. **مجلة الإرشاد النفسي**، مركز الإرشاد النفسي (مقبول للنشر).

أبو جادو، صالح محمد. (2017). **سيكولوجية التنشئة الاجتماعية**. عمان. دار المسيرة.

العميان، محمود سلمان. (2013). **السلوك التنظيمي في منظمات الأعمال**. عمان. دار وائل.

أبو أسعد، أحمد عبد اللطيف. (2010). **علم نفس الشخصية**. الأردن. عالم الكتب الحديث.

غباري، ثائر أحمد وأبو شعيرة خالد محمد. (2015). **سيكولوجية الشخصية**. عمان. مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع.

عبد الرحمن، محمد السيد. (1998). **نظريات الشخصية**. القاهرة. دار قباء.

شند، سميرة محمد (2005). فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي لتنمية المهارات الاجتماعية في تحسين تقدير الذات لدى عينة من طالبات كلية التربية. **مجلة كلية التربية (القسم الأدبي) جامعة عين شمس**: مصر (مقبول للنشر).

الميوطى، محمود فتحي. (2007). **أثر برنامج لتنمية دافعية الإنجاز على التحصيل الدراسي وتقدير الذات لدى بعض الأحداث الجانحين**. رسالة دكتوراه (غير منشورة). جامعة القاهرة، مصر: معهد الدراسات والبحوث التربوية، قسم علم النفس التربوي.

الصاعدي، هيفاء نجاء (2009). **فاعلية برنامج إرشادي لتنمية تقدير الذات لدى التلميذات ذوات صعوبات التعلم**. رسالة ماجستير غير منشورة، المدينة المنورة: جامعة طيبة.

البيطار، نعمت عمر. (2009). **أثر برنامج إرشاد جمعي بالعلاج بالمعنى على مفهوم الذات وتقدير الذات والاكتئاب لدى الإناث الجانحات**. رسالة ماجستير (غير منشورة). الجامعة الهاشمية، الأردن: عمادة البحث العلمي والدراسات العليا.

عكاشة، محمود فتحي. (1990). **تقدير الذات وعلاقته ببعض المتغيرات البيئية والشخصية لدى عينة من أطفال مدينة صنعاء**. الكويت. الجمعية الكويتية لتقدم الطفولة العربية.

شند، سميرة محمد (2005). فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي لتنمية المهارات الاجتماعية في تحسين تقدير الذات لدى عينة من طالبات كلية التربية. **مجلة كلية التربية (القسم الأدبي) جامعة عين شمس**: مصر (مقبول للنشر).

الميوطى، محمود فتحي. (2007). **أثر برنامج لتنمية دافعية الإنجاز على التحصيل الدراسي وتقدير الذات لدى بعض الأحداث الجانحين**. رسالة دكتوراه (غير منشورة). جامعة القاهرة، مصر: معهد الدراسات والبحوث التربوية، قسم علم النفس التربوي.

الصاعدي، هيفاء نجاء (2009). **فاعلية برنامج إرشادي لتنمية تقدير الذات لدى التلميذات ذوات صعوبات التعلم**. رسالة ماجستير غير منشورة، المدينة المنورة: جامعة طيبة.

علي، عبير كمال (2012). أثر برنامج إرشادي معرفي سلوكي في تحسين أساليب التواصل وتقدير الذات لدى الزوجين. **مجلة البحث العلمي في التربية**: مصر (مقبول للنشر).

القعدان، فراس (2012). أثر برنامج معرفي سلوكي في خفض القلق وتحسين تقدير الذات لدى عينة من طلبة الصفين التاسع والعاشر الأساسي ذوي اضطراب التصرف. **مجلة البحث العلمي في التربية**: مصر (مقبول للنشر).

النويران، فرحان لافي ؛ وحمدي، محمد نزيه. (2013). فاعلية برنامج إرشادي مستند إلى الكفاءة الانفعالية في خفض سلوك العدوان وتحسين تقدير الذات لدى طلاب الصفوف الثامن والتاسع والعاشر في مدرسة الحلابات الغربي بالأردن. **مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات:** الإرشاد النفسي والتربوي. الأردن (مقبول للنشر)

مهلة، محمد الناجي (2016). فاعلية العلاج المعرفي السلوكي في تحسين تقدير الذات وتخفيف الاكتئاب لمرضى الاكتئاب الخالي من الأعراض الذهانية بمستشفيات الصحة النفسية. **مجلة العلوم التربوية:** جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا (مقبول للنشر).

الشلاش، عمر بن سليمان (2016). فاعلية برنامج إرشادي تدريبي للسلوك التوكيدي في تقدير الذات لدى الأطفال المساءة معاملتهم. **مجلة الحكمة للدراسات التربوية والنفسية (مقبول للنشر).**

الشحادات، بيان محمد. (2017). **أثر برنامج إرشادي معرفي سلوكي في تحسين تقدير الذات وخفض التوتر النفسي لدى أبناء اللاجئين السوريين في الأردن.** رسالة دكتوراه (غير منشوره). الجامعة الهاشمية، الأردن: كلية الدراسات العليا، قسم الإرشاد الأسري.

الأسود، الزهرة وشرقي، حياة. (2017). فاعلية برنامج إرشادي عقلاني انفعالي في تحسين مستوى تقدير الذات لدى عينة من التلاميذ معيدي السنة الرابعة متوسط. **مجلة العلوم النفسية والتربوية:** جامعة الوادي. الجزائر (مقبول للنشر).

الكشكي، مجدة السيد. (2018). فاعلية برنامج إرشادي انتقائي تكاملي لتنمية التفكير الإيجابي كمدخل لتحسين تقدير الذات لدى عينة من طالبات الجامعة الكفيفات. **مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية:** كلية الآداب والعلوم الإنسانية (مقبول للنشر).
28

عبد الصادق، فاتن صلاح. (2010). **التجريب في علم النفس.** عمان. دار الفكر.

محمد، عادل (1995). اختبار تقدير الذات للمراهقين والراشدين. **مجلة التربية:** الكويت.

Boeree, George (2006). Personality Theories: Abraham Maslow. http://www.social-psychology.de/do/pt_maslow.pdf

Gerhard, Jürgen (2011), Cognitive Behavioral Effects on Self-Esteem for Students with Learning Disabilities, Master Thesis, Dortmund University of Technology, Germany, Faculty of Psychology.

Rogers, Carl. (1942). Counselling and Psychotherapy: New Concepts in Practice. Boston: Houghton Mifflin Company.

Salarvan, Sara (2016), The Effect of Behavioral Cognitive Behavior Program on Self-Esteem and Improvement of Depression, Master Thesis, University of Gothenburg, Sweden, Faculty of Psychology.

Sayeda Mohammed, (2017), Effect of Cognitive Behavioral Treatment Program on Anxiety and Self-Esteem among Secondary School Students, Master Thesis, Cairo University, Egypt, Faculty of Nursing, Mental Health Nursing Department.

Constantino, Juan (2018), entitled The Effects of Cognitive Behavioral Programs on Improving Self-Esteem in Children of Age 8 to 11 years with Learning Disabilities, Revista Institute, Spain, Department of Psychology.

Beck, J. S. (2011). Cognitive behavior therapy: Basics and beyond. New York: Guilford Press.

Coopersmith, s. (1979) The antecedents of self-esteem, san francisci: freeman

Rosenberg, M. (1979) Conceiving the self. New York; Basic Books

الإصدار السادس – العدد ستون
تاريخ الإصدار: 2 – تشرين الأول – 2023م
www.ajsp.net
ISSN: 2663-5798

Bos, A. E. R., Muris, P., Mulkens, S., & Schaalma, H. P. (2006). Changing self-esteem in children and adolescents: A roadmap for future interventions. Netherlands Journal of Psychology, 62, 26-33.

Maria, K. & Harnish, D. (2000): Self-esteem in children. British Journal of Educational Psychology

L'Écuyer. (1978). Le concept de soi. PUF. Paris

Rosenberg, M. J. (1965). When dissonance fails: On eliminating evaluation apprehension from attitude measurement. Journal of Personality and Social Psycholog

"Cognitive guidance program for self-development for girls in social care homes"

Researcher:

Nawal bint Abdulaziz Al-Shabana

Master's degree in mental health, Naif Arab University for Security Sciences

Abstract:

This study aimed to identify the effect of a cognitive-behavioral program to develop self-esteem among girls in a social care home in the city of Riyadh during the first semester of the year 1439-1440 AH, where the sample consisted of (20) female inmates divided into two groups: (10) female inmates representing the experimental group that She received the cognitive-behavioral program, and (10) female inmates represented the control group. The quasi-experimental method was used, and the researcher relied on a program she prepared in addition to a self-esteem scale prepared by Helmreich (1995). The results showed that there were no statistically significant differences between the control and experimental groups in the pre-measurement on the self-esteem scale, while the high score on the self-esteem scale among inmates of the girls' care institution in Riyadh was demonstrated in the post-measurement of the experimental group that was exposed to the cognitive-behavioral program. The results also showed that There are no statistically significant differences between the control and experimental groups in the post-measurement on the self-esteem scale, and there are no significant statistical differences between the average scores of the control group in the pre- and post-measurement.

Keywords: Cognitive behavioral programme, Self-esteem, girls in the Social Welfare Home