



المملكة العربية السعودية

وزارة التعليم العالي

جامعة الملك عبد العزيز

برنامج الدراسات العليا التربوية

قسم علم النفس التربوي والإرشاد

فعالية برنامج إرشادي قائم على الإرشاد غير الموجه في تنمية تحقيق الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية

مشروع بحثي ضمن متطلبات الحصول على درجة الماجستير في التوجيه والإرشاد التربوي

مقدم من الطالب

محمد جزاء عاتق السليمي

إشراف

الدكتور هشام إبراهيم عبدالله

أستاذ الإرشاد النفسي المشارك

برنامج الدراسات العليا التربوية - جامعة الملك عبدالعزيز

١٤٣٥هـ - ٢٠١٤م

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الَّذِينَ آمَنُوا وَلَمْ يَلْبِسُوا إِيمَانَهُمْ بِظُلْمٍ أُولَئِكَ لَهُمُ الْأَمْنُ وَهُمْ مُهْتَدُونَ

الأنعام: آية (٨٢)

إقرار لجنة المناقشة

فعالية برنامج إرشادي قائم على الإرشاد غير الموجه في تنمية تحقيق الذات لدى
طلاب المرحلة الثانوية

إعداد

محمد جزاء السليمي

تمت الموافقة على قبول هذا المشروع البحثي استكمالاً لمتطلبات درجة الماجستير في التوجيه
والإرشاد التربوي ومناقشته بتاريخ ١٦ / ٧ / ١٤٣٥ هـ.

لجنة الحكم والمناقشة على المشروع البحثي

الاسم	المرتبة العلمية	التخصص	المناقشة	التوقيع
هشام إبراهيم عبد الله	أستاذ مشارك	إرشاد نفسي	مشرفاً	
خالد حسن التميمي	أستاذ مساعد	قياس وتقويم	عضواً	
مغاوري عبد الحميد مرزوق	أستاذ مشارك	صحة نفسية	عضواً	

الإهداء

إلى والدي الغالي - أمد الله في عمره- معين المعرفة والأدب والأخلاق
إلى روح والدتي الغالية -رحمها الله- التي رحلت عن دنيانا فجر الجمعة ١٤١٣/٢/٢٩ هـ. بعد أن
منحتني كل حنانها وانحرمت من جلِّ برها.
إلى بقية أهلي وأقاربي وأصدقائي.
أهدي ثمرة هذا الجهد.

شكر وامتنان

الحمد لله كثيرا طيباً مباركاً فيه، وأصلي وأسلم على أشرف الخلق وخاتم النبيين عبد الله ورسوله محمد عليه أفضل الصلاة والتسليم.

أتقدم بعظيم الشكر والامتنان وأصدق عبارات العرفان بالجميل إلى من شملني بغزير علمه وسعة فكره واطلاعه وتشجيعه وعطائه وسعة صدره ولم يبخل علي بوقته وإرشاداته وتوجيهاته المثمرة، إلى من تبني هذا البحث منذ أن كان فكرة فكان كالأب والأخ قبل أن يكون مشرفاً، إلى سعادة الدكتور هشام إبراهيم عبدالله، أسأل الله أن يجزيه عني خير الجزاء وأن يبارك في علمه وأسرته وعمره.

كما أتقدم بالشكر الجزيل إلى الأستاذين الفاضلين سعادة الدكتور خالد حسن التميمي، وسعادة الدكتور مغاوري عبد الحميد مرزوق، على تفضلهما بقبول مناقشة هذا البحث رغم مشاغلهما العلمية الكثيرة.

وأقدم شكري إلى الأساتذة من منسوبي جامعة حائل، الذين تفضلوا بتحكيم البرنامج الإرشادي والاستبانة المستخدمين في هذا البحث.

كذلك إلى الزميل الأستاذ محمد عبد الله الحليان مشرف التوجيه والإرشاد بالإدارة العامة للتربية والتعليم بمنطقة حائل الذي تفضل بتحكيم البرنامج.

وأوجه بجزيل الشكر والتقدير إلى منسوبي مدرسة كتيفة الثانوية مدير ومعلمين على اهتمامهم وتعاونهم وتذليلهم لكل الصعوبات وتهيئة المكان المناسب رغم حاجتهم إليه.

كما يطيب لي أن أشكر طلاب العينة التجريبية الذين عشت معهم أياما سادها الود والاحترام والعمل والاهتمام.

كما أتقدم بالشكر والتقدير لكل من ساهم من قريب أو بعيد في إعداد هذا البحث بقليل أو بكثير ممن عرفتهم ولا تغيب عني أسماؤهم وممن لم يسع المجال لذكرهم.

وأخيرا هذا عملي وجهدي أرجو به وجه الله فإن أحسنت فالفضل لله أولا وأخيرا ثم لأساتذتي من بعدي، وإن كان ثمة نقص فإنه مني ولي عذري وحسبي أنني قد اجتهدت " ربنا لاتؤاخذنا إن نسينا أو أخطأنا " وآخر دعوانا أن الحمد لله رب العالمين.

الباحث

المستخلص

يهدف هذا البحث إلى إعداد برنامج إرشادي قائم على الإرشاد غير الموجه في تنمية تحقيق الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية ، كما يهدف للتعرف على الفروق بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية قبل و بعد تطبيق البرنامج الإرشادي كذلك التعرف على فعالية البرنامج الإرشادي القائم على الإرشاد غير الموجه في تنمية تحقيق الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية واستخدم الباحث المنهج شبه التجريبي ، حيث يتضمن ذلك مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة ، وتم تطبيق البرنامج الإرشادي على المجموعة التجريبية ، وإجراء القياسات القبليّة والبعدية لمعرفة مستوى فعالية البرنامج الإرشادي .

كما تكونت عينة البحث من (٢٠) طالبًا من منخفضي تحقيق الذات بمدرسة كتيفة الثانوية التابعة لإدارة التربية والتعليم بمنطقة حائل من طلاب الصف الأول الثانوي ، وتم تقسيمهم إلى مجموعتين (١٠ ضابطة ، و ١٠ تجريبية) و تم تطبيق مقياس تحقيق الذات من إعداد المقادي (١٩٩٦) وقد قام الباحث بتعديل بعد (الخبرة أو الذروة الصوفية) إلى (القيم الدينية) كما قام الباحث بإجراء بعض التعديلات في بعض العبارات بما يتناسب مع ثقافة المجتمع السعودي ، إضافة إلى برنامج إرشادي قائم على الإرشاد غير الموجه في تنمية تحقيق الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية من إعداد الباحث ، والذي تألف من (٩) جلسات على مدى ثلاثة أسابيع مدة كل جلسة (٤٥) دقيقة .

واتبع الباحث المعالجة الإحصائية التالية المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمستوى تحقيق للكشف عن دلالة الفروق بين المجموعات ذات U test Mann-Whitney الذات واختبار مان ويتني لعينتين مرتبطين لمعرفة فعالية البرنامج الإرشادي Wilcoxon الأعداد الصغيرة واختبار ويلكوكسون المستخدم، توصل البحث إلى أنه توجد فروق بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في تحقيق الذات بعد تطبيق البرنامج الإرشادي لصالح المجموعة التجريبية كذلك توجد فعالية للبرنامج الإرشادي القائم على الإرشاد غير الموجه في تنمية تحقيق الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية .

ABSTRACT

The objective of this research is to prepare a counseling program based on indirect counseling , to improve the self-actualization among high school students. Also, to understand the differences between the Control Group and the Experimental Group after the application of the counseling program. Furthermore , the research will identify the effectiveness of the counseling program based on indirect counseling to . improve the self-actualization among high school students

The researcher used the quasi-experimental approach , which includes the Experimental group and Control group . It was applied for the Experimental Group to measure the differences before and after the application of the counseling program where the level of its effectiveness can be determined. Sample of students (٢٠ students) were used in this research from low self-actualization in the ١st secondary at Kutaifa high school that is under the Ministry of education in Hail. The ٢٠ students were divided into two groups (١٠ Control, and ١٠ experimental) . In addition to that , the researcher applied the concept of self- actualization that is authored by Mikdadi (١٩٩٦) with some modifications of some terminologies , such as (the Sufism experience or practices) to (religious values) .Also he modified some words to be suitable for the culture of Saudi society . Moreover, the researcher was conducting the program which consisted ٩ sessions over the three-week duration . where each session was ٤٥ minutes

In the program, the statistical Processing Methods were used , the first method was the Arithmetic mean and standard deviation which measures the level of self-actualization . The second method was Mann-Whitney U Test to detect significance differences between groups with small numbers and the third method was Wilcoxon Test for two Linked samples to identify the effectiveness of the applied counseling . program

After applying the counseling program, we conclude that the program was effective . and Experimental Group was more self-actualization than the Control Group

قائمة المحتويات

أ	البسمة
ب	إقرار لجنة المناقشة
ج	الإهداء
د	شكر وامتنان
هـ	المستخلص
هـ	المستخلص باللغة الإنجليزية
هـ	خطأ! الإشارة المرجعية غير معروفة
هـ	قائمة المحتويات
ط	قائمة الجداول
١	الفصل الأول: المدخل إلى البحث
٢	مقدمة:
٣	مشكلة البحث:
٥	أهداف البحث:
٥	أهمية البحث:
٦	حدود البحث:
٦	مصطلحات البحث:
٧	الفصل الثاني: الإطار النظري والدراسات السابقة:
٨	مقدمة:
٨	أولاً: الإطار النظري:
٨	١- تحقيق الذات:
١٣	٢- الإرشاد غير الموجه:
١٨	ثانياً: الدراسات السابقة:
١٨	المحور الأول: دراسات تناولت برامج إرشادية لتنمية تحقيق الذات:
٢١	المحور الثاني: دراسات تناولت العلاقة بين تحقيق الذات وبعض المتغيرات الأخرى:
٢٣	التعقيب على الدراسات السابقة:

٢٤	فروض البحث:
٢٥	الفصل الثالث: الطريقة والإجراءات:
٢٦	مقدمة:
٢٦	منهج البحث:
٢٧	مجتمع البحث:
٢٧	عينة البحث:
٣٠	أدوات البحث:
٤١	إجراءات البحث:
٤١	أساليب المعالجة الإحصائية:
٤٢	الفصل الرابع: النتائج ومناقشتها:
٤٣	مقدمة:
٤٣	نتائج الفرض الأول ومناقشتها:
٤٤	نتائج الفرض الثاني ومناقشتها:
٤٥	توصيات البحث:
٤٦	البحوث المقترحة:
٤٧	المراجع
٥١	الملاحق

قائمة الجداول

رقم	الجدول	الصفحة
١	توزيع عينة البحث وفقا لمتغير العمر.	٢٨
٢	توزيع عينة البحث وفقا لمتغير الدرجات.	٢٩
٣	نتائج اختبار مان وتني Mann-Whitney لتحديد الفروق بين المجموعتين، وفقا لاستجابة أفراد المجموعتين على مقياس تحقيق الذات	٣٠
٤	نتائج اختبار Mann-Whitney للكشف عن الفروق بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية، وفقا لمتغير العمر	٣٠
٥	يوضح أبعاد مقياس تحقيق الذات وأرقام عباراته	٣٢
٦	يوضح معامل ارتباط كل عبارة بالدرجة الكلية للمقياس	٣٤
٧	يوضح معامل ارتباط كل عبارة بالدرجة الكلية للمقياس	٣٦
٨	يوضح معامل ارتباط كل بعد بالدرجة الكلية لمقياس تحقيق الذات	٣٧
٩	يوضح معامل ألفا كرونباخ لجميع أبعاد الذات والدرجة الكلية	٣٨
١٠	يوضح معاملات التجزئة النصفية	٣٩
١١	محتويات البرنامج	٤٢
١٢	دلالة الفروق بين متوسط الرتب باستخدام اختبار مان وتني (Mann-Whitney) وذلك للكشف عن الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى تحقيق الذات	٤٥
١٣	دلالة الفروق بين متوسط الرتب باستخدام اختبار ولكوكسن (Wilcoxon).	٤٦

الفصل الأول

المدخل إلى البحث

- مقدمة البحث.
- مشكلة البحث والتساؤلات.
- أهمية البحث.
- أهداف البحث.
- مصطلحات البحث.
- حدود البحث.

مقدمة:

إن الشخصية السوية بما تتمتع به من إيجابية هي التي تتيح للحياة النمو والتقدم، إذ تشكل الإيجابية محصلة جهد الشخص في الاستبصار الذاتي للإمكانات الكامنة، وكل ما لدى الشخص من الاستثمار لهذه الإمكانيات بما يحافظ على استكمال القوة البشرية ووسائل تنميتها، وتوضح أهمية الإرشاد النفسي في مساعدة الشخص على تنمية ذاته، إذ يهدف إلى تنمية تحقيق الذات، إن الأساس الذي يقوم عليه هذا الاتجاه هو أن معظم الأشخاص متوجهون من الآخرين أكثر مما هم متوجهون من الداخل (الشعراوي، ١٩٩٥ م: ١).

إن إشباع الحاجات شيء ضروري للثبات والاستقرار النفسي، ويتوقف ذلك على مقدرة الفرد في إشباع حاجاته، ولا شك أن فهم حاجات الفرد، وطرق إشباعها يزيد من قدرتنا على مساعدة الفرد للوصول إلى أفضل مستوى للنمو السليم والتوافق والصحة النفسية، فضلاً عن إن الاستقرار والرفاهية السائدة في المجتمع تسهم في الأخرى في إشباع حاجات الأفراد (طبيب وآخرون، ٢٠٠٨: ٣٥٩).

لقد اعترف العديد من علماء النظريات التي جاءت بعد نظرية فرويد مثل: (أريكسون، هورني، روجرز، كوهت، ماسلو) بأننا نطور أفكاراً لها قوة دافعية هائلة، وإن هذه الأفكار من القوة بمكان بحيث إنها تصبح أحياناً أكثر قيمة من الحياة نفسها (دويك، ٢٠٠٦: ٢٣٨).

إن عالم النفس الأمريكي ماسلو Maslow قدم عدة افتراضات عن الطبيعة الإنسانية أهمها أن للإنسان طبيعة فطرية خيرة في جوهرها ، وأن له حاجات متدرجة في أولوياتها في شكل تنظيم هرمي تحتل قاعدته الحاجات الفسيولوجية، وتأتي الحاجة لتحقيق الذات لتحتل قمته ، وتسير عملية إشباع الحاجات وفقاً لتسلسل مستوياته ، فبعد أن يشبع الفرد حاجاته الفسيولوجية في المستوى الأول ينتقل بعد ذلك إلى المستوى الثاني ، حيث يشبع حاجاته إلى الأمن ، ثم ينتقل إلى إشباع حاجته إلى الحب والانتماء في المستوى الثالث الذي ينبثق منه الدافع للتواد، وهكذا تستمر عملية إشباع الحاجات وفقاً لأولوياتها حتى يصل الفرد إلى قمة التنظيم الهرمي حيث الحاجة إلى تحقيق الذات (الصفطي ١٩٩٧: ٢٤٣)

إن الاهتمام بالمجال النمائي للطلاب كتنمية تحقيق الذات لديه والاهتمام بإشباع الحاجات النفسية يتطلب تقديم خدمات التوجيه والإرشاد كما ينبغي، حيث يرى الغماري والطائي (٢٠٠٨ م) أن الحاجة إلى التوجيه والإرشاد من الحاجات الأساسية التي يرغب الطالب في الحصول عليها في مرحلة من الصراعات نتيجة التحديات الكبيرة والتطورات الهائلة والتغيرات السريعة التي حدثت في مجتمعنا وما أصابه من تغير في أسلوب الحياة والعلاقات الإنسانية ووسائل الاتصال، فلا بد أن تتوفر لدى الطلاب دعائم القوة اللازمة للتكيف ضمن هذه الأجواء والمتمثل بالصحة العقلية والجسمية والنفسية، فإن إرضاء حاجات الطلاب يعد عاملاً مساعداً على تحقيق التوافق النفسي وتحقيق سعادتهم وصحتهم النفسية، وإن إهمال هذه الحاجات وعدم إرضائها هو أهم مشاكل الطلاب وانحرافاتهم التي لا ينعكس أثرها السلبي على أنفسهم فحسب بل يتعداهم إلى المجتمع الذي يعيشون فيه.

وتحقيق الذات يشمل تكامل شخصية الفرد في ضوء العوامل التي ترتبط بالفرد نفسه وما يمتلكه من قدرات وإمكانات من جهة، ويعتمد على المؤثرات البيئية التي يتعرض لها من جهة أخرى ولذلك يتباين تحقيق الذات بين الأفراد بقدر ما توجد فروق فردية بينهم في الإمكانيات والقدرات، وبقدر ما توجد فروق اجتماعية نتيجة التنشئة الاجتماعية والظروف البيئية التي يتعرض لها، وبقدر ما يختلفون في طريقة الاستجابة للمؤثرات البيئية (السبعوي: ٢٠٠٩ م: ٢٩).

ويجدر التنبيه هنا إلى الدور الهام المناط بالبرامج الإرشادية في تنمية تحقيق الذات حيث يرى زهران (٢٠٠٥) إلى أن الحاجة ملحة لتلك البرامج عموماً لاعتبارات أهمها العمل على جعل الطالب متوافقاً سعيداً في مدرسته وفي أسرته وفي المجتمع الكبير، وتقديم الخدمات اللازمة لتحقيق التوافق والصحة النفسية، وكذلك وجوب تقديم خدمات رعاية النمو النفسي السوي في مرحلتي الطفولة والمراهقة، حتى يؤدي ذلك إلى حياة متوافقة سعيدة في الرشد ضرورة مساعدة الطلاب في اجتياز مراحل النمو الحرجة في حياتهم، وما قد يحدث أثنائها من مشكلات.

كما تأتي الدعوة لتطبيق برامج الإرشاد النفسي في التنمية الذاتية وإدارة تطوير الذات في المدرسة كنتيجة حتمية وردة فعل طبيعي لمواكبة التطور الذي يسود العالم، إذ أن المدرسة الحديثة أصبحت تركز على تنمية المهارات الاجتماعية للتلاميذ لمواجهة الحياة، والتعامل مع مشكلاتها المختلفة بشكل إيجابي وفعال (عبد الله وخوجة ٢٠١٤ م: ١٠٨)

إن الاهتمام بجانب هام في البناء الشخصي، وأهم ما في الأمر تحقيق الذات وذلك عند المراهقين والشباب طاقة يجب استثمارها، وتوجيهها للمساهمة في التنمية الشاملة والمستدامة للمجتمع، فالتعرف إلى مشكلات واهتمامات وحاجات وطاقت هؤلاء الأفراد ييسر عملية استثمارها، وهي ضمان للمساهمة الفاعلة في تنمية تحقيق الذات (الدحاحة، ٢٠١٣: ٢٩٩).

ويشير زهران (٢٠٠٥) بأنه يحسن استخدام طريقة الإرشاد غير الموجه في حل المشكلات الشخصية للشباب، ويفيد بصفة خاصة في حالات مفهوم الذات السالب لدى العميل ورغبته في التغيير وتحقيق الذات.

مشكلة البحث:

إن شعور طالب المرحلة الثانوية بالتوافق النفسي والاجتماعي، وتوظيف قدراته لصالح ذاته ورفاقه ومجتمعه المحيط به، يجعله قادراً على تحقيق ذاته بتحقيق إبداعات نوعية قد يكون لها أثراً إيجابياً فعالاً، فضلاً على قدرته على مواجهة ما يعيق مواصلة تحقيق أهدافه، وهذا يجعله أيضاً أكثر ثقة في نفسه، لكن شخصية طالب المرحلة الثانوية وما نعيشه اليوم من ظروف العصر الحالي وتغيراته المتسارعة والانفتاح المفاجئ على الآخر بل على تفاصيل ثقافة الآخرين الدقيقة كل ذلك يجعلنا وكما أشار الشعراوي (١٩٩٥ م) أن نحرص على تهيئة شبابنا على التعايش بفاعلية واقتدار زمني بما يتاح

من برامج إرشادية تساعد في تنمية الذات، فيصبح البحث في مجال الشخصية السوية وخصائصها هدفاً في المجتمع الذي ينشد التنمية على المستوى الفردي.

كذلك فالمرهق يسعى في هذه المرحلة إلى تحقيق ذاته لتتوافق مع خبراته وإمكاناته ودرجة تكيفه مع بيئته بدلاً من السعي لتحقيق ذات مثالية (مبروك، ٢٠١١: ٩٧)

وعن تطبيق برامج الإرشاد النفسي في تنمية تحقيق الذات يشير عبد الله وخوجة (٢٠١٤ م) إلى ضرورة توسيع نموذج الإرشاد المدرسي فالمهارات النفسية والاجتماعية التي تعكس مستوى جيداً من الصحة النفسية يمكن تعلمها من خلال برامج الإرشاد المدرسي خاصة الإرشاد النفسي الجماعي كما يتم تعلم المواد الدراسية، فالاهتمام بكل ما تتضمنه هذه المهارات له أهميته للتعامل مع الضغوط وبالتالي في النجاح في الحياة والتمتع بقدر جيد من التوافق والصحة النفسية وتحقيق الذات.

ومن هنا تأتي الحاجة إلى ضرورة تنمية تحقيق الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية في منطقة حائل خصوصاً، حيث أن للظروف الاجتماعية التي يعيشها الإنسان السعودي من تغير مفاجئ في نمط الحياة، نتيجة التطور الهائل المضطرد في وسائل الاتصال الحديثة وما صاحبها من انفتاح على ثقافات شعوب العالم أجمع بشكل أكبر مما كان عليه سابقاً خاصة مع مطلع العقد الثاني من القرن الحادي والعشرين، ناهيك أيضاً عن الأوضاع السياسية المتقلبة للدول المجاورة، كل ذلك كان له من التأثير المباشر على شخصيته الإنسان السعودي عموماً، وطلاب المرحلة الثانوية خصوصاً، مما يؤدي إلى ضرورة إيجاد ما من شأنه تنمية تحقيق الذات لدى الفرد تناغماً مع هذه الظروف السائدة منطلقاً من ثوابته الدينية والوطنية.

وليست البيئة السعودية وتحديداً طلاب الثانوية في منطقة حائل بمنأى في الحاجة إلى ضرورة تنمية تحقيق الذات بشكل عام لدى المرهقين عن باقي بيئات المناطق الأخرى بل وحتى البيئات العربية والعالمية لذلك لاحظ شحاتة (٢٠١٢) خلال عمله كمدرس في أحد المعاهد الثانوية الأزهرية أن مستوى معظم طلاب المرحلة الثانوية في إدارة الذات والتي تتضمن تحقيق الذات منخفض، كما توصي افين افينش وآخرون (Apinuntavech,et al, ٢٠٠٩) بضرورة العمل على تنمية سلوك احترام الذات لدى المرهقين في تايلند من أجل تنمية مهارات الحياة الضرورية بما في ذلك الصحة النفسية ، التي هي من الشروط المسبقة للنجاح في الحياة فيما بعد.

ويذكر بابا خان Babakhan (٢٠١١ م) أنه بينت نتائج بعض الدراسات أن التدريب على المهارات الاجتماعية وزيادة النمو الاجتماعي بمفهوم الذات ضروري لتكيف شخصية الفرد وخفض السلوكيات غير الملائمة لدى المرهقين.

كذلك ومن خلال خبرة الباحث الميدانية في مجال الإرشاد الطلابي يلاحظ بان هناك حاجة ملحة لتنمية مستوى تحقيق الذات لدى طالب المرحلة الثانوية كي يترك أثراً إيجابياً سلوكياً ودراسياً واجتماعياً كما هو مأمول منه، وبالمقابل فعلياً جميعاً إدراك مدى خطورة تدني مستوى فهم الذات لدى الطلاب في هذه المرحلة، ومن هذا المنطلق فقد خلصت مشكلة البحث الحالية لمعرفة فاعلية برنامج إرشادي قائم

على الإرشاد غير الموجه في تنمية تحقيق الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية ويمكن صياغة مشكلة البحث في التساؤلات التالية:

١. هل توجد فروق في تحقيق الذات بين المجموعتين الضابطة والتجريبية قبل تطبيق البرنامج الإرشادي؟

٢. هل توجد فروق في تحقيق الذات بين المجموعتين الضابطة والتجريبية بعد تطبيق البرنامج الإرشادي؟

أهداف البحث:

يسعى البحث إلى تحقيق الأهداف التالية:

١. التعرف على الفروق في تحقيق الذات بين المجموعتين الضابطة والتجريبية قبل تطبيق البرنامج الإرشادي.

٢. التعرف على الفروق في تحقيق الذات بين المجموعتين الضابطة والتجريبية بعد تطبيق البرنامج الإرشادي.

٣. إعداد برنامج إرشادي قائم على الإرشاد غير الموجه في تنمية تحقيق الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية.

أهمية البحث:

١- الأهمية النظرية:

وتتمثل بأهمية تنمية تحقيق الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية، وتوضيح المفاهيم ذات الارتباط بموضوع تحقيق الذات، كما سيكون هذا البحث استكمالاً للمعرفة التراكمية في توضيح المفاهيم الرئيسية التي تنبثق من سواء الشخصية لدى الفرد، إذ أن مستوى تحقيق الذات من إيجابياته وجود شخصية سوية وهذا له أكبر تأثير إيجابي على استعمال وتسخير إمكانياته وقدرة إسهامه لصالح نفسه ومجتمعه، كما إنه دافع على استعداداته لاكتساب المعارف والمهارات اللازمة له، ويمنحه الثقة والطمأنينة في التعامل مع الآخرين.

٢- الأهمية التطبيقية:

وتتضح من خلال نتائج الدراسة أهمية بناء برنامج إرشادي قائم على الإرشاد غير الموجه في تنمية تحقيق الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية، وكذلك تأتي الأهمية التطبيقية بتحديد درجة متغير تحقيق الذات للطالب، للتوصل إلى الطرق المناسبة لتنمية تحقيق الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية.

حدود البحث:

١. الحدود الموضوعية: اقتصر البحث على التعرف على فعالية برنامج إرشادي قائم على الإرشاد غير الموجه في تنمية تحقيق الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية.
٢. الحدود المكانية: اقتصر البحث على عينة من طلبة المرحلة الثانوية بمنطقة حائل في المملكة العربية السعودية.
٣. الحدود الزمني: تم تطبيق أدوات البحث في الفصل الدراسي الثاني للعام ١٤٣٤ / ١٤٣٥ هـ.

مصطلحات البحث:

البرنامج الإرشادي Counseling Program:

هو مجموعة من الإجراءات المخططة المنظمة في ضوء أسس نظرية وقواعد علمية بهدف تقديم الخدمات الإرشادية على المستويات الوقائية والعلاجية والنمائية، وبأنه دراسة للواقع وتحديد للمشاكل والأهداف والحلول، وإنه ثابت نسبياً ويتطلب المراجعة المستمرة، ويعتبر الأساس لبناء الخطط الإرشادية (عبدالله وخوجة ٢٠١٤ م: ٤٥).

الإرشاد غير الموجه: In-directive Counseling

يعرفه حسين (٢٠١٢ م) بأنه طريقة في الإرشاد وضعها كارل روجرز وتهدف إلى مساعدة العميل على التعبير عن أفكاره ومشاعره وانفعالاته واستبصاره بذاته وبمشكلاته وخبراته في جوٍ نفسي يتسم بالدفء والاهتمام والتعاطف أو الإمباتية والصدق من جانب المرشد ثم إعادة تنظيم بنية الذات لدى العميل على نحو أفضل.

تحقيق الذات self-actualization:

عرفه ماسلو بأنه الاستثمار الأمثل لطاقات وإمكانات الفرد وسلوك الفرد بصورة عفوية، كما هي حقيقته لا كما يراها الآخرون (المفدى، ١٩٩٣: ٨٥).

ويعرفه الباحث إجرائياً: بأنه الدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس تحقيق الذات للمقدادي (١٩٩٦) المقنن على البيئة السعودية من قبل الباحث الحالي.

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات السابقة

- مقدمة:
- أولاً: لإطار النظري:
 - تحقيق الذات.
 - الإرشاد غير الموجه وفنياته ومميزاته وعيوبه.
- ثانياً: الدراسات السابقة.
- ثالثاً: فروض البحث.

مقدمة:

يتناول هذا الفصل الإطار النظري والدراسات السابقة المرتبطة بموضوع البحث ، حيث يعرض البحث تحقيق الذات، ويتناول الدراسات السابقة والتعقيب عليها ، ثم فروض البحث.

أولاً: الإطار النظري:

١- تحقيق الذات:

عند الحديث عن تحقيق الذات لا بد من أن نتعرض باختصار لمفهوم الذات إذ يرى الطواب (١٩٨٦) أنه الصورة التي يراها الإنسان عن نفسه أو هو مفهوم الإنسان عن نفسه وحيث أن علم النفس الحديث وكما إنه استطاع أن يدرس السلوك الإنساني كذلك استطاع أن يفسره، إذ بدأ مفهوم الذات تتضح ماهيته، ويصبح أكثر وضوحاً وفهماً من قبل الشخص لذاته وللآخرين.

ويرتبط مفهوم الذات بعوامل كثيرة كالوراثة والذكاء والوعي والإدراك واللغة والوالدين والتنشئة الاجتماعية وجماعة الأقران والمعلمين والمربين، وهذه العوامل لكل منها دوره في نمو مفهوم الذات وتبلوره ولكن تختلف أهميتها حسب تأثيرها (الحموي: ٢٠١٠ م: ١٧٦).

ثم إن لدى الفرد ميل فطري لتحقيق الذات ، وهو الذي يوجه سلوكه. وتنمو الشخصية منذ مراحل الطفولة ، وتكون ذات الطفل منحصرة في الجانب العضوي الفيزيولوجي فيحقق الطفل ذاته من خلال إشباع حاجاته العضوية كالطعام والشراب والتخلص من الألم ، ومع نموه وملامسته لخبرات الحياة ويتميز جزء من هذه الخبرات ليكون الذات ، وهناك حاجتان أساسيتان تساعدان في تكوين الذات وهما: الحاجة إلى الاعتبار الايجابي من الآخرين، والحاجة إلى الاعتبار الذاتي ، ويرتبط بهما شروط الأهمية (عبد الله، ٢٠١٢).

ويشير حسين (٢٠١٢) إلى أن مفهوم الذات يتضمن لدى الفرد أبعاد ومكونات مختلفة منها الذات المدركة او الواقعية من حيث ماهي عليية في الواقع، والذات المثالية وهي الصورة التي يود الفرد ان يكون عليها، والذات الاجتماعية التي تعكس علاقة الفرد بالآخرين في مجتمعة، والذات العقلية والانفعالية والتي تعكس صورة الفرد عن قدراته وإمكاناته العقلية وكذلك مشاعره وانفعالاته في سياق تفاعله مع الآخرين.

تعريف تحقيق الذات:

هو حاجة الفرد للتعبير عن ذاته بصورة مباشرة أو غير مباشرة والوصول إلى أقصى ما يمكن تحقيقه من إمكانات وقدرات بقصد إشباع حاجاته، وإعادة حالة الاتزان التي تساعد في استخدام تلك الإمكانيات والقدرات في خدمة الفرد والمجتمع والقيام بأدواره ومسؤولياته وواجباته المعتادة (السباعوي ٢٠١٠)

أما ماسلو في (شوستروم ١٩٨٦) فيقرر أن الإنسان تعمل بداخلة قوة توجهه نحو وحدة الشخصية ، ونحو التعبيرية والتلقائية ، والتفردية والهوية ، وإدراك الحقيقة بدلا من العماء ، ونحو أن يكون الشخص مبتكرا ، وإلأن يكون أنسانا فاضلا. تلك الأشكال من تحقيق الذات تتضمن "القيم النبيلة ، والصفاء ، والعطف ، والأمانة ، والحب ، والإيثار ، والصلاح ". بل ويذهب ماسلو أيضا إلى أن الابتكار مظهر من مظاهر تحقيق الذات وأسلوب من أساليب التعبير عن تحقيق

تحقيق الذات عند علماء نظرية الذات:

لقد أعطت العديد من النظريات التي جاءت بعد نظرية فرويد، سواء أكان منبعها التراث الفرويدي أم غيره، "الذات" دورا مركزيا في الدافعية والشخصية والتطور، وهذه النظريات كلها: (إريكسون، هورني، روجرز، كوهت، ماسلو) تتعامل بطرقها الخاصة مع كيفية صياغة الأفراد لهوياته (دويك، ٢٠٠٦: ٢٣٨).

إن من أبرز المنتمين للمدرسة الإنسانية ونظرية الذات، هما كارل روجرز وأبراهام ماسلو.

إذ يعتبر كارل روجرز من السيكولوجيين المعاصرين وقد طور نظرية في الذات النفسية التي تؤكد أن لدى الشخص ميلاً لتحقيق الذات ليحافظ على نفسه ويعمل على تحسينها وهذا الميل داخلي في طبيعة الإنسان (الزيود، ٢٠٠٨ م: ١٧٩).

كما إن عالم النفس الأمريكي الشهير أبراهام ماسلو قد وضع تنظيماً للحاجات مرتبة ترتيباً هرمياً، ومرتجة من القاع إلى القمة، حيث الحاجات الفسيولوجية أو البيولوجية في قاعة الهرم إلى الحاجة لتحقيق الذات في قمته (الفرماوي، ٢٠٠٨ م: ١٢).

سيطرق الباحث إلى وجهة نظر هذين العالمين في تناولهما لتحقيق الذات.

تحقيق الذات من وجهة نظر روجرز:

أشار المعروف (٢٠١٢ م) إلى إن الفرد لديه ميل فطري نحو تحقيق الذات وهو الذي يحرك البشر، فمنذ البداية يكون سلوك الطفل موجها نحو الأهداف ومركزا على الحاجة إلى إشباع الكائن الحي في تفاعله مع الواقع، ويقول روجرز أنه فهم الطفل إلا في ضوء الإطار المرجعي الداخلي للطفل نفسه. فإذا وضع الطفل في موقف جديد وأدركه بأنه لمخيف، فلن يغير من الأمر شيئا أن يكون الموقف في حقيقته غير باعث على الخوف، فالمهم هو إدراك الطفل للموقف، فهذا هو عالمه الفعلي ويقيم الطفل خبراته على محك فيما إذا كانت تفي أو لا تفي بالحاجة إلى تحقيق الذات. والخبرات التي تفشل تأخذ قيمة سالبة والخبرات التي تنجح تأخذ قيمة موجبة. فلا تكن القيم ثابتة او جامدة بل هناك عملية مستمرة لترميز الخبرات والقيام بتقييمها بناء على الإشباع التي توفره تلك الخبرات ذات القيمة الإيجابية ويتجنب الخبرات ذات القيمة السلبية، وحينما يتفاعل الفرد مع البيئة وبصورة خاصة مع الذين يمثلون له أهمية خاصة فإن هذا الوعي بخبرات الذات يتحول إلى تصور للذات وتستمر شخصية الطفل بالنمو حول إشباع حاجة تحقيق الذات وذلك عن طريق عملية التقييم. وعندما ينمو الوعي بالذات تنمو الوعي بالذات معه الحاجة القوية والشاملة للحصول على التقدير الإيجابي من الآخرين، وعلى هذا الأساس يبدأ الفرد

بحب نفسه أو كراهيته لها على أساس تقويم الآخرين له. فإن الحاجة إلى اعتبار الذات تتسبب في امتصاص الذات لقيم الآخرين.

وذكر طيبيل وآخرون (٢٠٠٨) لغرض الحصول على تحقيق الذات هناك أربعة شروط ضرورية في نظر روجرز، هي

ما يلي:

- يجب أن يكون الفرد محترماً ومحبوباً من قبل الآخرين.
- على الفرد أن يمتلك الاحترام والثقة بالنفس في نفسه وقدرته للحصول على أهدافه.
- يجب أن تكون الفرص متيسرة للفرد مفهومة بصورة واضحة، وإذا لم يكن الفرد عارفاً بالفرص فإن نمو الذات يعاقب.
- يجب أن يرمز إلى الفرص بصورة واضحة، فعلى الفرد ان لا يكون عارفاً بالبدائل حسب بل يجب عليه أن تكون لديه أوصاف واضحة المعالم، وفهم تام للفرص.

تحقيق الذات عند ماسلو

طبقاً لوجهة نظر ماسلو فإن الشخص المحقق لذاته هو من لديه إدراك فعال للحقيقة، ويقبل ذاته بشكل جدي، وواضح إلى حد كبير، ويقبل الآخرين والطبيعة، ويكون حساساً، ويعطي اهتماماً للمشكلات المحيطة به أكثر من مشكلاته الشخصية، ويكون متفائلاً، ويظهر استقلالية عن الثقافة والبيئة، ولديه خبرات واسعة، ويتوحد تماماً مع الناس، ويشارك في العلاقات مع الآخرين، ويكون مبدعاً، ولديه إحساس فلسفي ومرح (السبعواوي ٢٠١٠).

إن تحقيق الذات هكذا انجاز غير عادي من الخبرة الإنسانية ومستوى متقدم من ارتقاء الشخصية يتضحان من الخصائص التي يحددها ماسلو في (شوستروم ، ١٩٨٦) لتحقيق الذات فيما يلي: إدراك فائق للواقع ؛ تقبل متزايد للذات وللآخرين وللطبيعة ؛ تلقائية متزايدة ؛ زيادة في التركيز على المشكلات ومواجهتها ؛ استقلال ذاتي متزايد ؛ إثراء انفعالي ؛ توحيد مع الناس ؛ تحسن في العلاقات مع الآخرين ؛ نظام قيمى ناضج؛ تزايد في الابتكارية، من هذا التحليل يعني مفهوم تحقيق الذات أنه عملية بفدر ما هو ناتج وغاية: فتحقيق الذات عملية صيرورة في اتجاه النمو فيها يكون الشخص في حالة من السعي إلى تحقيق غايات إنسانية بناءه ؛ وتحقيق الذات عملية خبرية فيها يخبر الشخص نفسه على أساس من تعاضم الإحساس بالذات، وبالإدراك الواعي للآخرين وللمجتمع، وبالتقدير الذاتي، وبالنمو الذاتي ؛ وتحقيق الذات توجه متنامي يقوم على التكامل والاتساق بين نشاط الشخص وأفعاله وبين دوافعه وقدراته ومهاراته، وعلى حسن توظيف قدراته ومهاراته وخبراته، وعلى أساس من القيمة الإنسانية الناضجة ؛ وبهذا يكون توجه الشخص في الحياة على أساس من الاستقلالية والايجابية والإنتاجية والابتكارية، ومن استمرار النمو والتقدم. ويفسر ذلك لماذا يعتبر "ماسلو" تحقيق الذات "قمة الخبرة" أو " الخبرة الذروية" **peak experience** للإنسان – وتلك الغاية الإنسانية القصوى وفقاً لما يقرره ماسلو.

ويرى ماسلو في (طويل وآخرون، ٢٠٠٨ م) أن الإخفاق في تحقيق الحاجات يقود إلى عدم التكيف والأمراض النفسية، وهو الأساس المشترك لعدد كبير من المشكلات السلوكية في المجتمع.

الاتجاه لتحقيق الذات:

يشير كوري في برودلي (١٩٩٩) عن الاتجاه لتحقيق الذات ويصفه بأنه عملية توجه كفاح الفرد نحو تحقيق الذات أو تحقيق ما يطمح إليه الفرد، الانجاز، ويشير النعيم (٢٠١٠) إلى أن ذلك يتطلب الاستفادة القصوى من القدرات والمهارات والإمكانات في تحقيق مستويات عالية من الأداء وفي استخدام أساليب ابتكاريه توفر له قدراً من فرص التقدم والنمو الذاتي والمهني.

إن الاتجاه العقلي بعملية تجديد الذات يشمل أولاً للتفكير العقلي والتعلم على مدى العمر فالناس الذين لديهم صحة عقلية جيدة بشكل عام يحبون أنفسهم وهم قادرين على مواجهة الأمور الصعبة ومواجهة الناس الآخرين وهم قادرين على مواجهة التحديات التي بالحياة وهم يقبلون بالواقع ويتحملون المسؤولية. ويكون لديهم صداقات دائمة ومقنعة وهم ينظرون للمستقبل بثقة ويعترفون بأخطائهم ويستفيدون منها وهم يرحبون بالتغير ويرحبون بتجديد الخبرات وهم يقبلون النقد البناء ومعرضون بشكل مستمر لعملية التحسين (زيادة، ٢٠١٢).

ويرى حجازي (٢٠١٢ م) أنه حتى في حالة من يتصفون بحسن التكيف فإنهم يمرون في بظروف وأحوال معينة لا يكونون متأكدين فيها من أهدافهم وولائهم، فقد نؤذي الآخرين عندما نكون صريحين في الكشف عن مشاعرنا تجاههم.

وفي العصر الحديث عصر التفجر المعرفي الذي امتد ليشمل كافة مناشط الإنسان الاجتماعية والاقتصادية والسياسية وقد واكب هذا التغير المعرفي تغيراً موازياً في قيم الناس ومعاييرهم وأيدولوجياتهم، وأصبح لازماً على الإنسان المعاصر تحمل عبء مواكبة هذا التسارع والتقدم العلمي والتكنولوجي، الذي يتطلب إيجابية وتوكيداً للذات في الفكر والسلوك ومواقف الحياة المختلفة (حجازي ، ٢٠١٢: ١٧).

تحقيق الذات لدى المراهقين:

تتميز مرحلة المراهقة بمشاعر الوحدة، فهو أمر ليس غريب على المراهقين لأنهم يجلسون مع أنفسهم، ويحاكمون صراعاتهم وشكوكهم بالذات. تعتبر مرحلة المراهقة مرحلة الحياة التي يشعر فيها المراهقون بالحاجة إلى تحقيق الاستحسان والموافقة من العالم الخارجي، وهي تلك المرحلة التي تحتم عليهم أن يتعلموا كيفية التمييز بين العيش للآخرين والأنانية في حاجاتهم الذاتية، وخلال هذه السنوات فإن الاستقلالية والاعتمادية يصبحان مجال محوري يعمل المراهق على تطويرهما (الدحادحة، ٢٠١٣: ٢٩٩).

إن الأبعاد أو الجوانب المختلفة للذات والتي يمكن ملاحظة وجودها أثناء فترة المراهقة تميل إلى الاتحاد والتمازج مع مرور الزمن ونتيجة لزيادة الخبرة. من هذه الأبعاد ما يتصل بإدراك الفرد لحقيقة قابلياته وإمكانياته. وهذا الأمر يتصل بالصورة التي يقدمها الفرد عن نفسه إلى العالم الخارجي،

ومنها ما يتصل بذات المراهق فهو ما يدعى بمرحلة الإدراك الانتقالي أو العابر لذاته، ومن هذه الأبعاد ما هو خاص بالذات الاجتماعية للفرد، من حيث كيفية نشأتها وتطورها، ومنها ما يتصل في شخصية المراهق هو ما يتصل بالذات المثالية، وهي الذات التي يطمح في الوصول إليها. (حجازي ٢٠١٢).

تحقيق الذات في الإسلام:

يأتي الإرشاد النفسي الديني عموماً كطريقة أجمع المرشدون على اختلاف أديانهم، على أنه إرشاد يقوم على أسس ومفاهيم ومبادئ وأساليب دينية روحية أخلاقية، مقابل الإرشاد الدنيوي، الذي يقصد به بقية طرق الإرشاد النفسي التي تقوم على أسس ومفاهيم ومبادئ وأساليب وضعها البشر نعلم أن من أهم أهداف التربية والصحة النفسية في مجتمعنا العربي الإسلامي تنمية الإنسان العربي المسلم الصالح، والإنسان الحر صاحب الإرادة والعقيدة والإيمان، والفرد الذي يعيش في سلامة وسلام فالتربية بمعناها الواسع تشمل التربية الدينية، والنمو بمعناه الشامل يتضمن النمو الديني والأخلاقي، والصحة النفسية بمعناها الكامل تشمل السعادة في الدنيا والدين فالهدف الأسمى للإرشاد مهما كانت طريقته، هو تحقيق الصحة النفسية والتوافق النفسي. (زهران، ٢٠٠٥: ٣٤٦).

إن دعوة الإسلام الإنسانية دعوة لا تخص شعباً من الشعوب، ولا أمة من الأمم، ولا جنساً من الأجناس؛ إنها دعوة الإنسانية جميعها؛ هي دعوة عالمية إنسانية، دعوة البشرية كلها إلى دين الله الواحد الأحد؛ دعوة الأمم والشعوب كافة إلى هدى السماء، ورسالة القرآن، وشريعة التوحيد" وأن هذا صراطي مستقيماً فاتبعوه ولا تتبعوا السبل فتفرق بكم عن سبيله".. الدين كله لله، والإسلام الطريق المستقيم إلى الله. دين البينة، دين القيمة، دين الحق والعدل والحرية والإخاء والمساواة، دين السلام والوئام والتعاون والتكافل، دين لا يفرق بين الإنسان والإنسان، ولا بين شعب وشعب، ولا بين جنس وجنس "إن أكرمكم عند الله أتقاكم" فالإنسان الملتزم بقيم الإسلام ومثالياته، عليه أن يكون المثل الكامل لشخصية المسلم الملتزم بما أمر الله، إيماناً بفكر الإسلام وقديسية مبادئه وكتابه الحكيم، وعملاً بما فرض الله، وتركاً لما نهى عنه، وقولاً صالحاً يردد في فمه ليدعو به إلى الفضيلة، وليحذر به من الرذيلة، وتلك هي أمانة الكلمة في فم الإنسان المسلم الكلمة التي تعبر عن الالتزام، وتنطق بالحق، وتدعو إلى الخير وتلتزم الصدق (وسارعوا إلى مغفرة من ربكم وجنة عرضها السموات والأرض أعدت للمتقين، الذين ينفقون في السراء والضراء، والكاظمين الغيظ، والعافين عن الناس، والله يحب المحسنين والذين إذا فعلوا فاحشة أو ظلموا أنفسهم ذكروا الله، فاستغفروا لذنوبهم ومن يغفر الذنوب إلا الله، ولم يصروا على ما فعلوا وهم يعلمون، أولئك جزاؤهم مغفرة من ربهم وجنات تجري من تحتها الأنهار، خالدين فيها ونعم أجر العاملين) (خفاجي، ٢٠٠٢: ٢٠).

أما الغزالي في القرن الحادي عشر الميلادي فيقول إن للنفس خمس واجهات... النفس الملهمة، النفس اللوامة، النفس البصيرة، النفس المطمئنة، والنفس الأمارة بالسوء. اعتبر الأربعة منها حميدة، بينما الخامسة غير حميدة وإن العقيدة الدينية ترى الإنسان مكوناً من الجسم والروح، والجسم هو الطبيعة المادية المعرضة للتغيير عن طريق المؤثرات الخارجية كالسقوط، بينما تبقى النفس كما هي، وهي مركز الرغبة والتفكير والاختيار (الظاهر، ٢٠١٠: ١٦).

يقول الحق تبارك وتعالى (ربكم أعلم بما في نفوسكم إن تكونوا صالحين فإنه كان للأوابين غفوراً) الإسراء -٢٥، ويقول جل شأنه (إن الله لا يغير ما بقوم حتى يغيروا ما بأنفسهم) الرعد-١١) ونجد أن دراسة النفس الإنسانية في المجتمعات الحديثة ونظرياتها تتم بمعزل عن الدين ومعرفة الله سبحانه وتعالى فلهذا نجد أن شيئاً من القيم والأخلاق قد انحدر في تلك المجتمعات ولو عقدنا مقارنة بين مفهوم علم النفس الحديث والمفهوم الإسلامي للنفس الإنسانية نجد هناك اختلافاً واضحاً (الحياني، ٢٠٠٨: ١٨٣).

ويرى الفرماوي (٢٠٠٨) أن الحاجة لتحقيق الذات متاحة لإنسان وقد لا تتاح لآخر، نظراً لأن إشباعها يتطلب قدرة عقلية خاصة في مجال من المجالات الحياة، فإن دافعية التزكي توجد مصادرها داخل فطرة الإنسان، فقد تتطلب استنهاض الإنسان لإرادة التطهر والتعفف التي توجهها خاصية الحياء، وبذلك تصبح دافعية التزكي في رأيي هي الأجدى والأشمل والأبقى كقوة دفع كبرى يجب أن تحل محل تحقيق الذات

وفي رأيي أن دافعية التزكي التي تقود إلى الفلاح أسمى شعور يصل إليه الإنسان المؤمن، لكن لا يمتنع أن تكون جزءاً مهماً للوصول إلى تحقيق الذات للنفس المؤمنة.

٢- الإرشاد غير الموجه:

يتضح من خلال الدراسات والبحوث أن الإرشاد غير الموجه من أهم الاتجاهات العلاجية، لذا يوضح الباحث فيما يلي تعريف الإرشاد غير الموجه، ثم يقدم شرحاً لكل من الاستراتيجيات التي يقوم عليها ومزاياه وعيوبه ثم الفرق بينه وبين الإرشاد الموجه.

شيخ طريقة الإرشاد غير الموجه هو كارل روجرز Rogers؛ "١٩٤٢" صاحب نظرية الذات Self- theory- "راجع الفصل الثالث" التي توصل إليها من خلال خبرته في الإرشاد والعلاج غير المباشر أو الممرکز حول العميل كما بلورها روجرز، وهو روح الطريقة الممتازة وتطوراتها أكثر منها اتباع أسلوب روجرز حرفياً (زهران، ٢٠٠٥)

تعريف الإرشاد غير الموجه:

الإرشاد غير الموجه يسمى أيضاً الإرشاد غير المباشر أو "الإرشاد الممرکز حول العميل" Client- centered Counseling أو الإرشاد الممرکز حول الذات - Self-centered counseling وهو توأم العلاج الممرکز حول

العميل Client- centered Therapy أي الذي يضع العميل أو الشخص في مركز دائرة الاهتمام وهو أقرب طرق الإرشاد النفسي إلى العلاج النفسي (زهران، ٢٠٠٥: ٣٤٠).

أما حسين (٢٠١٢ م) فيعرفه بأنه طريقة في الإرشاد وضعها كارل روجرز وتهدف إلى مساعدة العميل على التعبير عن أفكاره ومشاعره وانفعالاته واستبصاره بذاته وبمشكلاته وخبراته في

جو نفسي يتسم بالدفء والاهتمام والتعاطف أو الإمباثية والصدق من جانب المرشد ثم إعادة تنظيم بنية الذات لدى العميل على نحو أفضل.

أهم ملامح الإرشاد غير الموجه "المركز حول العميل":

الأسلوب غير الموجه (المتركز حول المسترشد) حيث يقدم المرشد بتقبل المسترشد وإتاحة الفرصة له للإفصاح عن مشاعره، ثم مساعدته في حل مشكلته ولا يحلها بدلاً عنه ويتم ذلك بمساعدة المسترشد على فهم نفسه وشخصيته مما يمكنه بعد من حل مشكلته بنفسه، وليس معنى ذلك أن يقف المرشد بصورة سلبية بل عليه أن يتعاون مع المسترشد من خلال علاقة دافئة للوصول إلى هدف الإرشاد المطلوب، وهذا الأسلوب يقوم على افتراض أن المسترشد يملك من الإمكانيات والطاقات للارتقاء بنفسه، فإذا ما استغل هذه الطاقات أمكنه أن يحل مشاكله بنفسه وعليه فإن هذا الأسلوب يركز على تطوير إمكانيات وشخصية المسترشد، ويمثل كارل روجرز هذا الاتجاه (عقل ٢٠٠٠: ٢٧٢).

ويشير كوري (٢٠٠٨: ٢٨١)، أن العلاج المتمركز حول العميل أثناء ممارسة العلاج النفسي يركز على قدرات فريدة من نوعها يمتلكها البشر، مثل الحب والحرية وتحقيق الذات.

لقد لخص زهران (٢٠٠٥ م) أهم ملامح الإرشاد غير الموجه أو المركز حول العميل أو المركز حول الشخص فيما يلي:

- يتميز بوضوح النظرية التي يستند إليها وهي نظرية الذات.
- هدفه هو التوافق النفسي والصحة النفسية، وذلك بتحقيق نمو الشخصية وتحقيق التوافق بين المجال الظاهري ومفهوم الذات، والتخلص من المحتويات المهددة بمفهوم الذات الخاص والتصرف فيها.
- أحسن وسيلة لفهم العميل هي فهم الإطار المرجعي الداخلي له وفهم عالمه الفردي الخاص، أي فهم سلوكه من وجهة نظره هو.
- عندما يتم التوصل إلى فهم سلوك العميل في هذا الإطار يعمل على زيادة فهم نفسه بدرجة أوضح. وتكون المساعدة للتعرف على التفاوت بين عالم العميل الذاتي كما يدركه وبين العالم الخارجي الواقعي الموضوعي.
- ما دام مفهوم الذات يحدد السلوك، فإن أفضل أسلوب لإحداث التغيير في السلوك هو أن يحدث التغيير في مفهوم الذات.
- لكي يتم تغيير مفهوم الذات "من سالب إلى موجب" والسلوك من لا متوافق إلى متوافق"، يتم تهيئة مناخ إرشادي آمن خال من التهديد لذات العميل يسوده التفاؤل والأمل، كله حرية وتقبل وثقة واطمئنان على سرية المعلومات، وهذا يتيح فرصة فهم الدوافع والحاجات ودراسة الاتجاهات، والإفصاح والبوح بالمشكلات والكشف عن الذات.
- تزداد الثقة المتبادلة بين المرشد والعميل دون شروط، ويساعد المرشد العميل على تعديل مفهوم.

الفرق بين الإرشاد الموجه وغير الموجه:

لا شك أن لكل من الإرشاد الموجه وغير الموجه مكانه واستخداماته حسب نوع العميل ونوع مشكلته، فمثلا لا يصلح الإرشاد الموجه حينما يتضح أن المشكلة هي نقص معلومات كما في حالة الإرشاد المهني، بينما يصلح الإرشاد غير الموجه في المشكلات التي تتضمن الصراعات النفسية كما في الإرشاد العلاجي، وهناك من يتحمس للإرشاد الموجه، وينتقد بشدة الإرشاد غير الموجه، والعكس موجود، ويرى بعض المعتدلين أن كلا من الإرشاد الموجه والإرشاد غير الموجه، هما في الواقع طرف متصل إرشادي واحد. ويلاحظ فيليب فيرنون Vernon؛ "١٩٦٤" أن طريقة الإرشاد غير الموجه يفضلها المرشدون في أمريكا، بينما يفضل المرشدون البريطانيون طريقة الإرشاد الموجه، وقد أجريت الدراسات والبحوث حول الطريقتين: ومن أمثلتها دراسة راشيل أجزين Ajzen؛ "١٩٧١" حول ردود فعل العملاء لكل من طريقة الإرشاد الموجه وطريقة الإرشاد غير الموجه، حيث أجريت العملية الإرشادية مع عينة من طلبة وطالبات الجامعة بالطريقتين. وأوضحت الدراسة أن الإرشاد غير الموجه، أكثر فعالية وخاصة في مواقف الإرشاد الأسري والمسائل الجنسية، أما فيما يتعلق بوضع حلول نفسية لمشكلة العميل، فقد وجدت الباحثة أنه يكون أفضل في حالة الإرشاد الموجه، أما الحلول غير النفسية فتكون أفضل في حالة الأسلوب غير الموجه، ووجدت أيضا أن الإناث يفضلن الإرشاد غير الموجه على الإرشاد الموجه بشكل ملحوظ، وأن التفضيل العام في العينة عموما هو أيضا للإرشاد غير الموجه، ولقد قامت محاولات للتوفيق بين طريقتي الإرشاد الموجه وغير الموجه، واتخاذ موقف وسط. ومن بين الذين اضطلعوا بهذا نورديبيرج Nordberg؛ "١٩٧٠" الذي حول -على حد تعبيره- الجمع بين موضوعية ويليامسون وتمركز روجرز حول العميل. وقد أطلق نورديبيرج على أسلوبه اسم "الأسلوب غير المجرى" Non-coersive Approach وهو يتفق مع روجرز في أن المرشد يجب ألا يقدم نصائح ويجب ألا يعبر عن آراء، ويتفق مع ويليامسون في أن جمع المعلومات بطريقة موضوعية يجعل هناك إطارا، محددًا ومعياريًا للحكم على السلوك والرجوع إليه، يمثل الواقع الموضوعي، ويختلف أيضا مع روجرز في أن المرشد يجب أن يحدد التشخيص. (زهرا ن ٢٠٠٥: ٣٠٧).

المفاهيم الأساسية للنظرية:

تتكون الشخصية عند روجرز من ثلاثة مفاهيم أساسية وهي:

١. مفهوم الكائن العضوي وهو الفرد كوحدة كلية بمشاعره وأفكاره وسلوكه.
٢. المجال الظاهري ويشير إلى كل وجميع الخبرات التي يمر بها الفرد في حياته من مواقف وأحداث، ويركز روجرز على فكرة أن ما يدركه الفرد في مجاله الظاهري هو الشيء المهم بالنسبة له وليس الواقع الفعلي.
٣. مفهوم الذات وهو جزء من المجال الظاهري ويتكون من مجموع إدراكات الفرد لنفسه وتقييمه المستمر لها كمصدر للخبرة والسلوك أي فكرة الفرد عن نفسه وهي تتضمن حكماً من أحكام القيمة فهي إما موجبة وإما سالبة (حسين، ٢٠١٢: ١٠٠).

٤. الميل لتحقيق الذات Self-Actualization يمكن وصف الميل لتحقيق الذات على انه ميل الفرد إلى:

- أ. خفض الدافع الذي يكون منشؤها بيولوجي.
- ب. ميل العضوية لان تكون مستقلة عما يحيط بها.
- ج. ميل العضوية للاستفادة من القابليات والاستدعاءات بدرجة مثلى.
- د. ميل العضوية للإبداع والخلق.
- هـ. ميل العضوية للنمو إلى أعلى مستوى من الفعالية والتأثير.

٥. تقدير الذات Self-Regard

مع نمو ووعي الفرد وإدراكه بوجوده الشخصي وما يقوم به يتكون لديه مفهوم الذات ويعيش الفرد ضمن خبرات فيها ما ينطوي على الإشباع وفيها ما ينطوي على الإحباط. وهذا يؤدي إلى تطوير إحساس يتصل بتقدير الذات ومع استمرار نمو الفرد يصبح تقدير الذات عاملاً داخلياً يوجه فعالية الفرد (الزيود ٢٠٠٨ م).

ويلخص زهران (٢٠٠٥) أهم خصائص الإرشاد غير الموجه هي التمرکز حول العميل الذي ليس هناك من هو أعرف بنفسه منه، والذي هو خير بطبيعته البشرية، ومخير في سلوكه، وله حق تقرير مصيره. وأهم ما يقرر استخدام الإرشاد غير الموجه "والمركز حول العميل" هو نضج العميل وتكامل شخصيته بدرجة تمكنه من أن يمسك هو بزمام مشكلته في يده، وأن يتحمل مسؤولية حلها بذكاء تحت توجيه المرشد غير المباشر.

فنيات الإرشاد غير الموجه:

١- فنية تقبل المشاعر Feelings Acceptance Technique:

وهي فنية تتلخص في ضرورة أن يتقبل المرشد المشاعر الموجبة التي يعبر عنها المسترشد بالكيفية نفسها التي يتقبل بها المشاعر السالبة بشرط ألا تتم مقابلة المشاعر الموجبة بالاستحسان أو المدح بل يتم تقبل المشاعر الموجبة كجانب من الشخصية لا يقل ولا يزيد قدراً عن المشاعر السالبة.

٢- فنية عكس المشاعر Feelings Reflection Technique:

وتمثل هذه الفنية أهمية كبرى في العلاج غير التوجيهي وهي تعني ببساطة شديدة تكرار المقاطع الأخيرة التي يقولها للمسترشد أو إعادة محتوى ما يقوله للمسترشد أو تكرار ما يقوله المسترشد أو جانب مما يقوله بنبرة صوت تبين للمسترشد فهم المعالج له، ولكن دون استحسان أو استهجان أي إعادة صياغة مشاعر المسترشد في كلمات تعكس جوهرها حيث يحاول المعالج أن يعرض للمسترشد مرآة لفظية Verbal mirror تمكن المسترشد من أن يرى ذاته بدرجة أكثر وضوحاً وتفيدة في التخلص من الصراعات الانفعالية التي تكون مدمرة لتحقيق الذات.

٣- فنية توضيح المشاعر :Feelings Clarification Technique:

وتعني "إعادة إقرار جوهر ما يحاول المسترشد قوله" أي إنه عندما يختلط الأمر على المسترشد في محاولته التعبير عن مشاعره، فإن مهمة المرشد عندئذ تتمثل في مساعدته على استيضاح هذه المشاعر حتى يتسنى له التعبير عنها بوضوح، ولكن بشرط ألا يتجاوز المرشد ما يعبر عنه المسترشد بالفعل. لأنه من الخطر الحقيقي في تقويل المسترشد ما لم يقل (حسين ٢٠١٢ م، ١٠٧: ١٠٨)

٤- فنية اللاتوجيهية :Non-defectiveness Technique:

واللاتوجيهية عند روجرز تعني عدم التوجيه أو النصح أو التأويل أو الإرشاد المباشر من جانب المرشد للمسترشد، وإنما السماح للنزعة الحقيقية لدى الشخص بأن تنبثق فالمرشد لا يفعل أي شيء لتوجيه (المعطيات) التي يتم التعبير عنها بمعنى أنه لا يطرح أي تساؤلات من شأنها توجيه المقابلة ولا يطلق أي تقييمات من شأنها استحثاث الدفاع أو إعاقة التعبير ويكون دور المعالج مقصوراً على استجابات المسترشد وعكسها وتوضيحها (عياش، ٢٠٠٨ ٩- ١١).

أهداف الإرشاد غير الموجه:

أن أهداف الإرشاد غير الموجه (المركز حول العميل) تختلف عن كل المناهج التقليدية، فهي تهدف إلى أن يحقق الفرد أعلى درجة من الاستقلالية والتكامل. والتركيز هنا على الشخص نفسه، وليس على المشكلة التي يحضرها الشخص، إذ أن هدف العلاج ليس حل المشكلة وإنما مساعدة المسترشد لأن يستطيع التكيف مع مشكلاته الحاضرة والمستقبلية (كوري، ٢٠١١: ٢٣١).

وحدد روجرز هدف الإرشاد المركز حول العميل بأنه مساعدة العميل على النمو النفسي السوي، وإحداث التطابق بين مفهوم الذات الواقعي وبين مفهوم الذات المدرك ومفهوم الذات المثالي مفهوم الذات الاجتماعي "أي التغيير من مفهوم الذات السالب إلى مفهوم الذات الموجب" أي أنه يركز حول تغيير مفهوم الذات بما يتطابق مع الواقع، وإذا تطابق السلوك مع هذا المفهوم الأقرب إلى الواقع كانت النتيجة هي التوافق النفسي (زهران، ٢٠٠٥).

مزايا الإرشاد غير الموجه

لعل من المزايا التي تتمتع بها هذه الطريقة الإرشادية النظر إلى الإنسان نظرة تفاعلية باعتباره خير في طبيعته وليس شريراً وأنه يسعى إلى حل مشكلته ليشق طريقه نحو تحقيق الذات (حسين، ٢٠١٢: ٢٢٤).

وكذلك تتلخص أهم مزايا الإرشاد غير الموجه فيما يلي:

- مكاسبه كثيرة، وتتجلى في الاستبصار وفهم الذات والثقة في النفس وتعلم العميل حل المشكلات واتخاذ القرارات مستقلاً مستقبلاً.
- يتمشى ويتسق مع أسس الفلسفة الديموقراطية، إذ أنه يقوم على مبدأ احترام الفرد وحقه في تقرير مصيره، وفي هذا نظرة إنسانية واضحة. (زهران: ٢٠٠٥، ٣٤١).

عيوب الإرشاد غير الموجه

تتلخص أهم عيوب الإرشاد غير الموجه فيما يلي:

- يراعي الإنسان على حساب العلم.
- قد يغالي المرشد في ترك العميل وشأنه، فيغوص الأخير في دوامات وبضيع في متاهات ولا يصل إلى حل محدد.
- أحيانا قد يطلب العميل النصيحة ويشعر بالضيق حين لا يقدمها المرشد، وقد يشعر باليأس من عملية الإرشاد.
- يهمل عملية التشخيص رغم إجماع معظم طرق الإرشاد على أهميتها. (زهران، ٢٠٠٥: ٣٤١).

ثانياً: الدراسات السابقة:

توصل الباحث إلى عدد من الدراسات التي لها ارتباط بموضوع البحث -على الرغم من ندرة البحوث الحديثة - إذ تناول من الدراسات ما يقترب من متغيرات البحث الحالي ويعرض ما تيسر له منها وقد قام بتصنيف الدراسات السابقة إلى محورين هما:

المحور الأول: دراسات تناولت برامج إرشادية لتنمية تحقيق الذات:

هدفت دراسة العامري (١٩٩٣) إلى معرفة مدى فاعلية برنامج ارشادي في تنمية تحقيق الذات، لدى عينة من كلية التربية بجامعة الامارات العربية المتحدة، على عينة بلغت (٦٨) طالبة، قسمن مناصفة

المجموعتين متكافئتين حيث تراوحت أعمارهن ما بين (٢٠ - ٢٢) سنة اشتمل البرنامج على (١٨) جلسة ارشادية، ولمدة تسعة أسابيع بواقع جلستين أسبوعياً، تضمنت تمارين وأنشطة متنوعة مشتقة من النظرية السلوكية، والنظرية الإنسانية، أشارت النتائج إلى فعالية البرنامج المستخدم في تنمية قدرة الطالبات في تحقيق الذات، ولم يختلف أثر البرنامج باختلاف التخصص الدراسي.

كذلك دراسة الشعراوي (١٩٩٥) هدفت الى معرفة أثر برنامج ارشادي في تنمية تحقيق الذات، لدى عينة من الشباب الجامعي، على عينة بلغت (٤٠) من الطلاب الذكور والإناث، تم تقسيمهم إلى أربع مجموعات من الذكور والإناث بكل مجموعة عدد (١٠) موزعين على مجموعتين تجريبيتين (من الذكور والإناث) ومجموعتين ضابطين (من الذكور والإناث) أشارت النتائج إلى فعالية البرنامج الإرشادي في تنمية تحقيق الذات لدى عينة الدراسة.

كما قامت فريدة و عنبر (٢٠٠٩) بتصميم برنامج إرشادي لتوكيد الذات لدى المراهقين بدراسة، هدف إلى تدريب المشاركين على مهارات توكيد الذات، على عينة بلغت (٦) طلاب من

منخفضي توكيد الذات وهم الذين سجلوا أقل الدرجات على مقياس للكشف عن مواطن الضعف والعجز، طبقت الباحثان برنامجاً تكون من (٩) جلسات إرشاد جمعي، مدة كل جلسة (٤٥) دقيقة، اشتمل البرنامج على أنشطة وأساليب لتنمية مفهوم الذات ، وتنمية توكيد الذات عن طريق مهارات مختلفة

كما أجرت الوهبي (٢٠٠٩ م)، دراسة هدفت إلى التحقق من مدى فعالية برنامج ارشادي في تنمية مفهوم الذات لدى طلبة كلية الرستاق بسلطنة عمان، على عينة تم اختيارها قصدياً بلغت (٤٠) طالباً وطالبة، من طلبة السنة الأولى، ممن سجلوا أدنى الدرجات على مقياس مفهوم الذات للكبار (إسماعيل، ١٩٨٦)، تم توزيعهم عشوائياً الى مجموعتين متكافئتين: مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة، أشارت النتائج الى أن البرنامج الارشادي فعال في تنمية مفهوم الذات لدى أفراد العينة، واختلفت النتائج باختلاف النوع الاجتماعي، ومفهوم الذات، حيث كانت الإناث أكثر ارتفاعاً، في نمو مفهوم الذات منه لدى الذكور.

أما افين افيتش وآخرون (Apinuntavech ,et al) (٢٠٠٩ م فقاموا بدراسة بعنوان فعالية تصميم برنامج لتنمية احترام الذات للمراهقات من راج فذي وبانكوك وتايلاند. تهدف إلى دراسة مجموعة من الأنشطة الفعالية صممت لتنمية احترام الذات للمراهقات من عمر ١٢-١٨ سنة، من راج فذي، بانكوك (المجموعة التجريبية) (مجموعة ضابطة). كان هذا البحث شبه تجريبي. كل مجموعة كانت تتألف من ٣٦ مراهق. شاركت المجموعة التجريبية في أنشطة عديدة صممت لتطوير احترامهم لذاتهم قُدمت الأنشطة خلال ٤ دورات مدة الدورة الواحدة من ٢-٣ ساعات أجريت قبل تقييم احترام الذات، بعدها فوراً التدخل، وأربعة أسابيع لاحقة واستخدم الباحث أداة قياس احترام الذات لكوبر سميث نتج عنها ما يسبق التدخل ولا مجموعة أظهرت أي اختلاف في شخصياتها عامة بما في ذلك متوسط درجة احترامهم لذاتهم بعد التدخل فوراً وأربعة أسابيع فيما بعد المجموعة التجريبية ارتفع متوسط درجة احترامهم لذاتهم بشكل ملحوظ أكثر من قبل التدخل. بينما المجموعة الضابطة لم تظهر أي اختلاف في متوسط احترامهم لذاتهم في كلا الفترات الزمنية من بعد فترة التدخل. وجد أيضاً أن متوسط درجة احترام الذات للمجموعة التجريبية ارتفع بشكل ملحوظ أكثر من المجموعة الضابطة من بعد التدخل إلى أربعة أسابيع فيما بعد. مع أنه يوجد نقصان طفيف واختلاف ملاحظ ألا أن متوسط درجة احترام الذات في الأربعة الأسابيع بعد مرحلة التدخل ظل أعلى منه بعد التدخل مباشرة وتشير نتيجة البحث إلى أن مستوى احترام الذات تطور بين المراهقين، خاصة فيما بين المراهقين في دور الحضانة.

على مهارات الحياة لزيادة احترام الذات لدى طلاب المدرسة الثانوية هدفت هذه الدراسة صممت لبحث الفعالية من تدريب مهارات الحياة على الطلاب المراهقين. وهذه الدراسة شبه تجريبية تدرس الذي أنجز على ١٦٠ طالب في مدينة كيرج. وموضوعات الدراسة تم اختيارها عشوائياً من قائمة الطلاب في كل المدارس في مدينة كيرج، ثم قسموا عشوائياً في مجموعتين درس المدرسين المستشارين مهارات الحياة للطلاب في (المجموعة التجريبية) و٨٠ من الموضوعات المتبقية عينت (كمجموعة ضابطة). بعد التدريب على البرنامج التدريبي، الموضوعات تدار على حسب استطلاع كوبر سميث لاحترام الذات وتشير نتائج هذه الدراسة إلى أن تدريب مهارات الحياة يقود إلى وجود فروق في احترام

الذات لدى المجموعة التجريبية بالمقارنة مع المجموعة الضابطة كذلك توصي الباحثة بأن برامج التعليم النفسي والصحة العقلية مثل تدريب مهارات الحياة يمكن أن تكون سبباً في تنمية المهارات الضرورية لدى الطلاب في مشاكل التعليم ورفض المدرسة.

كما أجرى البجاري (٢٠١٠) دراسة هدفت الدراسة التعرف على اثر برنامج إرشادي في تعديل مفهوم الذات لدى طلبة كلية التربية، تكونت عينة البحث من (٤٠) طالباً وطالبة من طلبة المرحلة الثالثة في قسم الحاسبات، كلية التربية، جامعة الموصل، والذين لديهم تقدير منخفض لذواتهم بناء على درجاتهم حسب مقياس مفهوم الذات، حيث اعتبرت درجاتهم اختباراً قليلاً، ثم وزعوا عشوائياً المجموعتين. المجموعة الأولى تجريبية تلقى أفرادها التدريب على أسلوب توكيد الذات من خلال الإرشاد الجماعي. تكون البرنامج من (١٠) جلسات إرشادية والمجموعة الثانية الضابطة لم يتلق أفرادها أي تدريب، وباستخدام الاختبار التائي لعينتين مترابطتين ومستقلتين، أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح المجموعة التجريبية وبدلالة (٠٥،٠) بعد تلقي أفرادها التدريب على الأسلوب الإرشادي..

كذلك السفاسفة (٢٠١١) دراسته هدفت الدراسة الحالية 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 (٤٠) طالبا وطالبة، وهم الذين سجلوا أقل الدرجات على مقياس مفهوم الذات الاجتماعية المطور لأغراض هذه الدراسة، مقسمين إلى مجموعتين مناصفة عشوائيا مجموعة تجريبية خضعت للبرنامج الإرشادي المكون من (١٥) جلسة إرشادية، ومجموعة ضابطة لم تتلق أية 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.

أما شحاته (٢٠١٢) فأجرى دراسة بعنوان فاعلية برنامج إرشادي في تنمية إدارة الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية يهدف الإرشاد النفسي إلى تأكيد التوجه النمائي، من خلال تحقيق النمو المتكامل للشخصية عن طريق مساعدة الفرد على تحقيق نمط من الحياة مقبول ومتوافق مع كونه مواطناً في المجتمع، إضافة إلى ذلك مساعدة الفرد على تعلم المهارات والاتجاهات والطرق ذات الفاعلية واكتساب الأهداف المرغوبة. (عيد، ٢٠٠٥: ٢١ - ٢٢) ومن بين هذه المهارات، مهارات إدارة الذات، حيث توصلت الدراسات السابقة إلى وجود علاقة بين مهارات إدارة الذات وكل من: الأداء الأكاديمي - الفعالية الذاتية - دافعية الإنجاز - تقدير الذات - إدارة الوقت - تحسن الحالة الصحية - جودة الحياة -

ضغوط الدراسة، مما يلقي الضوء على أهمية دراسة هذا الموضوع من جهة وضرورة تصميم برامج لتنمية هذا المتغير من جهة أخرى.

المحور الثاني: دراسات تناولت العلاقة بين تحقيق الذات وبعض المتغيرات الأخرى:

أجرى عفيفي (٢٠٠٢) دراسة سعت إلى تحقيق الأهداف التالية

١. محاولة البحث عن طبيعة التطرف بأنواعه (التطرف الديني - التطرف السياسي - الاجتماعي) وعلاقته بمدى تحقيق الفرد ذاته.
٢. التعرف على الفروق في التطرف بأنواعه المختلفة تبعاً لمتغير الجنس.
٣. التعرف في الفروق في الحاجة إلى تحقيق الذات تبعاً لمتغير الجنس.

وبينت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين التطرف (الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية) وإشباع تحقيق الذات، كما بينت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين التطرف في مجالاته المختلفة، وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الذكور والإناث على مقياس التطرف لصالح الذكور، ولا توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الذكور والإناث على مقياس تحقيق الذات.

وهدفت دراسة عمر (٢٠٠٥م) إلى تقصي العلاقة بين متغيرات الإيثار وتحقيق الذات وأبعاد الشخصية، لطلاب كلية التربية ببورسعيد. وتكونت عينة الدراسة من (ن=٣٠٠) طالب وطالبة من الفرقة الرابعة، الشعب العامة بكلية التربية في بور سعيد، جامعة قناة السويس، وكانت أعمارهم الزمنية بين (١٩:٢١) عاماً بمتوسط ٢٠،٤٥ عاماً وانحراف معياري ٤٣،٤١، منهم (ن=٢٠٠) طالب وطالبة غير مشاركون في الأنشطة الطلابية و (ن=١٠٠) طالب وطالبة ممن يمارسون الأنشطة الطلابية وتنتج عن الدراسة ما يلي. أبعاد تحقيق الذات الثمانية عشر لها علاقة دالة مع متغيرات الإيثار (المعالم الأساسية للإيثار ، العوامل البيئية المؤثرة على الإيثار ، الذاتية والجانب الانفعالي للإيثار) بالنسبة للطلاب المشاركين في الأنشطة الطلابية.

كما إن دراسة بركات (٢٠٠٩) هدفت إلى التعرف على علاقة مفهوم الذات بمستوى الطموح لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة في ضوء متغيرات: الجنس ، التخصص ، التحصيل الأكاديمي. لهذا الغرض طبق مقياسان هما ، الأول لقياس مفهوم الذات والآخر لمستوى الطموح على عينة مكونة من (٣٦٨) طالباً وطالبة (١٩٦ طالبة ، ١٨١ طالباً) ، ملتحقين للدراسة بجامعة القدس المفتوحة في المناطق التعليمية: نابلس وطولكرم وجنين وقلقيلية وسلفيت. وقد أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى مفهوم الذات ومستوى الطموح لدى أفراد الدراسة هما بالمستوى المتوسط وأن هناك ارتباطاً موجباً بين مفهوم الذات ومستوى الطموح لدى طلبة الجامعة. كما بينت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً في درجات الطلاب على مقياسي مفهوم الذات ومستوى الطموح تبعاً لمتغير التحصيل الدراسي لصالح فئة الطلاب ذوي التحصيل المرتفع، وعدم وجود فروق جوهرية في هذه الدرجات تبعاً لمتغيري الجنس والتخصص

كما هدفت دراسة الجعظ (٢٠٠٩) إلى الكشف عن واقع تعليم الكبار بليبيا والمشكلات التي ترتبت عن عدم الالتزام بهذه ببرامج تعليم الكبار والجهود المبذولة من قبل الحكومة، استخدمت الباحثة المنهج التحليلي.

ونجد أن دراسة ويد وباول. wade,paul (٢٠١٠) هدفت إلى التعرف على العلاقة بين صفات التشاؤم وتحقيق لدى الطلاب الجامعيين في جامعة كابيلا وقد طبق الباحث مقياس صفات التشاؤم ومقياس آخر لتحقيق الذات وذلك على عينة من طلاب الجامعة، وأظهرت النتائج وجود علاقة سلبية بين تحقيق الذات والتشاؤم، وأكدت فروض نظرية ماسلو (١٩٧٠) فيما يتعلق بتحقيق الذات، كما أظهرت وجود مجموعة من العوامل المرتبطة بصفات التشاؤم مقابل أنماط صفات التفاؤل وتأثيراتها على الأفراد ومحددات تقيق مستويات أعلى للذات.

وأجرى جاسم وآخرون (٢٠١١) دراسة هدفت إلى التعرف على واقع تحقيق الذات والشعور بالجودة وعلاقته بدقة أداء مهارات كرة اليد لطالبات كلية التربية الرياضية في جامعة بابل ولتحقيق هذه الأهداف استخدم الباحثون المنهج الوصفي وقد تكونت عينة البحث من طالبات المراحل الثانية والثالثة والرابعة بمجموع (٤٥) من أصل (٦٨) واستخدم الباحثون مقياسي (تحقيق الذات) و (الشعور بالجودة) فضلا عن الاختبارات المهارية نتج عن الدراسة ما يلي:

- تميزت طالبات كلية التربية الرياضية في جامعة بابل في المراحل المختلفة بمستويات متوسطة وأقل من الوسط في تحقيق الذات بينما تميزت بمستويات عالية نسبياً في الشعور بالجودة، وتميزت طالبات كلية التربية الرياضية في المراحل المختلفة بمستويات وسط في مهارتي (التصويب) و (الاستلام والتسليم) بكرة اليد.
- هناك علاقة ارتباط حقيقية بين كل من تحقيق الذات والشعور بالجودة والتصويب والاستلام والتسليم ولجميع طالبات المراحل المختلفة.
- هناك فروق حقيقية بين طالبات المراحل الثانية والثالثة والرابعة في (تحقيق الذات) و (الاستلام والتسليم) ، ولم تكن في (الشعور بالجودة) و (التصويب).

كما أجرى أكايا واكيلب Akcaya&Akyolb (٢٠١١) دراسة هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على احتياجات تحقيق الذات والتعليم المستمر للمشاركين في مراكز التعليم وكذلك التوقعات ومستويات الرضا عن الحياة من المشاركين الذين حضروا وتشتمل عينة الدراسة على (١٤٣) مشاركا من الإناث و (٤٢) من الذكور المشاركين. غالبية المشاركين في البرامج التعليمية، والتي تقام في أيام الأسبوع من الإناث (% ٧٧). ووفقا للبيانات، والحالة الاجتماعية لمعظم المشاركين (١٣٩) كانت واحدة، و (٤٠) منهم متزوجون، و (٦) من المشاركين حالات طلاق، والدخل الشهري للمشاركين يتراوح ما بين ٥٠٠ و ١٥٠٠ ليرة تركية واستخدم الباحث استبياناً من جزأين. الهدف من الجزء الأول هو جمع المعلومات الديموغرافية، التي تبرز التوقعات من البرامج التعليمية وقياس أثر البرامج التعليمية ورضا المشاركين عن الحياة. يهدف الجزء الثاني من الاستبيان لتحديد المصير لمستويات تحقيق الذات من المشاركين من

خلال الأسئلة الواردة في الاستبيان، أظهرت النتائج الإحصائية من المشاركين أنهم اختاروا البرامج ذات الصلة لتلبية حاجتهم لتحقيق الذات.

التعقيب على الدراسات السابقة:

من ناحية الأهداف:

نجد أن هناك دراسات هدفت إلى تقديم برامج ارشادية مختلفة لمعرفة اثرها في تنمية تحقيق الذات كما ورد في دراسة كل من العامري (١٩٩٣م)، والشعراوي (١٩٩٥م)، كما أن هناك دراسات هدفت إلى ايجاد العلاقة بين تحقيق الذات مع متغيرات أخرى كما في دراسة عمر (٢٠٠٥م) هدفت إلى تقصي العلاقة بين متغيرات الإيثار وتحقيق الذات وأبعاد الشخصية، لطلاب كلية التربية ببورسعيد، وكذلك دراسة جاسم وآخرون (٢٠١١) حدد الباحثون هدفهم في التعرف على واقع تحقيق الذات والشعور بالجودة وعلاقته بدقة أداء مهارات كرة اليد لطالبات كلية التربية الرياضية في جامعة بابل، دراسة أكايا واكيلب Akcaya&Akyolb (٢٠١١) هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على احتياجات تحقيق الذات والتعليم المستمر للمشاركين في مراكز التعليم، وتهدف الدراسة الحالية الى معرفة فعالية برنامج ارشادي قائم على الإرشاد غير الموجه في تنمية تحقيق الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية.

من حيث الأدوات:

تناولت بعض الدراسات الواردة في هذا البحث مقاييس مختلفة لتحقيق الذات مثل دراسة عمر (٢٠٠٥م) مقياس التوجه الشخصي وتحقيق الذات، قام بوضعه شيبستروم ترجمة منصور والبيلاوي (١٩٨٥م)، واستخدم جاسم وآخرون (٢٠١١) مقياس تحقيق الذات لمحمد شحاتة (٢٠٠٩) في حين استخدمت بقية الدراسات مقياس مفهوم الذات من إعداد الباحث، وفي هذا البحث سيستخدم الباحث مقياس تحقيق الذات من إعداد صالح مقدادي.

من حيث العينة:

تمثلت عينة الدراسات السابقة بأنها من فئة المراهقين (المرحلة الثانوية أو الشباب) (طلاب الجامعة) كما أننا نجد أن دراسة عمر (٢٠٠٥م) ودراسة جاسم وآخرون (٢٠١١) دراسة أكايا واكيلب Akcaya & Akyolb (٢٠١٢) اهتمت بدراسة تحقيق الذات مع متغيرات أخرى وانفردت دارسة بركات (٢٠٠٩) بالاهتمام بمفهوم الذات مع متغيرات أخرى، بينما تكونت عينة الدراسة الحالية من طلاب المرحلة الثانوية.

من حيث النتائج:

توصلت نتائج الدراسات السابقة التي تناولت فعالية برامج إرشادية لتنمية تحقيق الذات الى فعالية هذه البرامج كدراسة العامري (١٩٩٣م) التي اثبتت فاعلية برنامج إرشادي قائم على تمارين من النظرية السلوكية والنظرية الإنسانية، ودراسة الشعراوي (١٩٩٥م) التي اظهرت فعالية برنامج في تنمية تحقيق الذات لدى افراد المجموعة التجريبية، كما اثبتت دراسة الوهبي (٢٠٠٩م) فعالية البرنامج في تنمية مفهوم الذات لدى طلاب كلية التربية، وكذلك دراسة المهيرة (٢٠٠٧ م) و السفاسفة (٢٠١١). بينما هناك دراسات تناولت العلاقة بين تحقيق الذات وبعض المتغيرات الأخرى كدراسة عمر (٢٠٠٥م) التي توصلت إلى وجود علاقة بين متغيرات الإيثار وتحقيق الذات وأبعاد الشخصية، لطلاب كلية التربية ببورسعيد، وتوصلت دراسة جاسم وآخرون (٢٠١١) إلى أن هناك علاقة ارتباط حقيقية بين كل من تحقيق الذات والشعور بالجودة والتصويب والاستلام والتسليم ولجميع طالبات المراحل المختلفة. وأن هناك فروق حقيقية بين طالبات المراحل الثانية والثالثة والرابعة في (تحقيق الذات) و(الاستلام والتسليم) ، ولم تكن في (الشعور بالجودة) و(التصويب)،. وأظهرت دراسة أكايا واكيلب Akcaya&Akyolb (٢٠١١) النتائج الإحصائية من المشاركين أنهم اختاروا البرامج ذات الصلة لتلبية حاجتهم لتحقيق الذات. وتأمل الدراسة الحالية الى وجود فعالية للبرنامج الإرشادي القائم على الإرشاد غير الموجه في تنمية تحقيق الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية.

فروض البحث:

استنادا إلى الإطار النظري والدراسات السابقة تم صياغة فرضي الدراسة كما يلي:

١. توجد فعالية للبرنامج الإرشادي القائم على الإرشاد غير الموجه في تنمية تحقيق الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية.
٢. توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات الطلاب في المجموعة التجريبية في تحقيق الذات قبل وبعد تطبيق لبرنامج الإرشادي.

الفصل الثالث

الطريقة والإجراءات

- منهج البحث.
- مجتمع البحث.
- عينة البحث.
- أدوات البحث.
- إجراءات البحث.
- أساليب المعالجة الإحصائية.

مقدمة:

يتناول هذا الفصل الطريقة والإجراءات ويشمل المنهج المستخدم في البحث، فضلا عن وصف مجتمع البحث وعينته التي تم تطبيق البحث عليها، كما سيتعرض هذه الفصل إلى توضيح الأدوات التي تم استخدامها وتوضيح الخطوات الإجرائية اللازمة من حيث صدق وثبات الأدوات، وتحديد الأساليب الإحصائية المناسبة لمعالجته، التي تم استخدامها في تحليل بيانات البحث، كما يتم توضيح الإجراءات التي تمت لتطبيق أدوات البحث، وإعداد البرنامج الإرشادي وجلساته الإرشادية، وذلك بمجملته يهدف لتحقيق أغراض وأهداف البحث والتي يتم عرضها على النحو الآتي:

منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج شبه التجريبي باعتباره المنهج المناسب من بين مناهج البحث والتي تتفق مع مشكلة البحث الحالية وأهدافها، وهو المنهج الذي يقوم بدراسة العلاقة بين متغيرين على ما هما عليه في الواقع دون التحكم في المتغيرات. " (القحطاني، ١٤٢٥: ١٨٨).

إذ إن هدف الباحث الرئيس في هذا البحث التعرف على فعالية برنامج إرشادي قائم على الإرشاد غير الموجه -كمتغير مستقل- للدراسة، في تنمية تحقيق الذات (كمتغير تابع) لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية في منطقة حائل.

حيث أن هذا المنهج يستخدم لدراسة تأثير المتغير المستقل على المتغير التابع، وأن من أهداف هذا المنهج " شبه التجريبي " إنشاء علاقة سببية بين المتغيرات من خلال تصميم الموقف التجريبي، حيث يجري تغيير عامل أو أكثر من العوامل ذات العلاقة بموضوع الدراسة، بشكل منظم من أجل تحديد الأثر الناتج عن هذا المتغير، ويتضمن التغيير في هذا الواقع ضبط جميع المتغيرات المختلفة التي تؤثر على موضوع البحث باستثناء متغير واحد محدد تجري دراسته لمعرفة أثره في هذه الظروف الجديدة، وهذا المتغير هو المتغير المستقل المتمثل بفعالية البرنامج الإرشادي، كما أن هذا المنهج يعتمد على التطبيق الميداني للتجربة ويستخدم للمفاضلة بين طريقتين أو أسلوبين لاختيار احدهما للتطبيق مباشرة أو التطبيق بعد التعديل وفقا لغايات الدراسة أو الحاجة البحثية إليها. (أبو علام، ٢٠٠٤م: ٢٠٦)

وقد قام الباحث باختيار احد التصميمات الخاصة بالمنهج شبه التجريبي، المتمثل في القياس قبل تطبيق البرنامج الإرشادي وبعده، لمجموعة تجريبية وأخرى ضابطة، وذلك وفقا للخطوات التالية:

- توزيع أفراد عينة البحث (٢٠) على مجموعتين (تجريبية وضابطة) توزيعا عشوائيا.
- تطبيق مقياس تحقيق الذات على كلا المجموعتين (التجريبية والضابطة). اختبار قبلي.
- إخضاع المجموعة التجريبية للمتغير المستقل (البرنامج الإرشادي لتنمية تحقيق الذات) وحجبه عن المجموعة الضابطة.
- اختبار المجموعة التجريبية (قياس بعدي) لقياس الأثر الناتج عن إدخال المتغير المستقل وهو (البرنامج الإرشادي).

مجتمع البحث:

تم تحديد مجتمع البحث الأصلي من الطلاب الذين يدرسون في المرحلة الثانوية في منطقة حائل، لاختيار الطلاب الذين لديهم تحقيق ذات منخفض.

عينة البحث:

تكونت عينة البحث الفعلية من (٦٠) طالبا، تم اختيار من حصلوا على درجات منخفضة بعد تطبيق مقياس تحقيق الذات " القبلي"، كما تم تقسيم الطلاب بطريقة عشوائية إلى مجموعتين، مجموعة (تجريبية"١٠" طلاب وأخرى ضابطة"١٠" طلاب) باستخدام العينة العشوائية البسيطة"، وقد كان هناك انسجام وتكافؤ بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة من حيث العمر والدرجات الحاصلين عليها. ومن الإجراءات التوضيحية لاختيار عينة البحث ما يلي:

- بعد تطبيق مقياس تحقيق الذات على طلاب المرحلة الثانوية تم اختيار عينة تكونت من (٢٠) طالبا ممن حصلوا على درجات منخفضة على مقياس تحقيق الذات.
- بعد ذلك تم تقسيم الطلاب بطريقة عشوائية بسيطة، إلى مجموعتين أحدهما تجريبية والأخرى ضابطة بلغت كل مجموعة (١٠) طلاب.
- كما قام الباحث بعد اختيار المجموعتين بدراسة تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة، من حيث العمر والدرجة الحاصلين عليها في المقياس، وذلك كما هو موضح في الجداول الآتية:

جدول (١)

توزيع عينة البحث وفقا لمتغير العمر

عمر الطالب	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		المجموع	
	العدد	النسبة	العدد	النسبة	العدد	النسبة
١٦ سنة	٢	٣٠%	٢	٤٠%	٧	٣٥%
١٧ سنة	٣	٤٠%	٤	٣٠%	٧	٣٥%
١٨ سنة	٤	٢٠%	٣	٢٠%	٤	٢٠%
١٩ سنة	١	١٠%	١	١٠%	٢	١٠%
المجموع	١٠	١٠٠%	١٠	١٠٠%	٢٠	١٠٠%
المتوسط الحسابي	١٧,٤		١٧,٣		١٧,٣٥	
الانحراف المعياري	٠,٩٦٦		٠,٩٤٩		٠,٩٣٣	

يبين الجدول رقم (١) أن أكبر عدد من بين أفراد عينة البحث كانوا من الطلاب الذين تبلغ أعمارهم (١٧) سنة حيث بلغ عددهم (٧) طلاب بنسبة مئوية (٣٥%)، وكذلك من بلغت أعمارهم (١٨)

سنة حيث بلغ عددهم (٧) طلاب بنفس النسبة المئوية (٣٥%)، يليهم الطلاب الذين أعمارهم (١٦) سنة حيث بلغ عددهم (٤) طلاب، بنسبة مئوية (٢٠%)، ثم الطلاب الذين أعمارهم (١٩) سنة حيث بلغ عددهم (٢) طلاب، بنسبة مئوية (١٠%)، كما يوضح الجدول المتوسطات الحسابية للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة والفرق بينهما، ويوضح قيمة الانحراف المعياري الذي بلغ (٠،٩٣٣).

جدول (٢)

توزيع عينة البحث وفقا لمتغير الدرجات

المجموع	الضابطة	التجريبية	
٢٤١	٢٤٣	٢٤١	أدنى قيمة
٣١٧	٣١٧	٢٩٣	أعلى قيمة
٢٧٥,٨٥	٢٧٨,٣	٢٧٣,٤	المتوسط الحسابي
٠,٩٣٣	٠,٩٤٩	٠,٩٦٦	الانحراف المعياري

وللتأكد من تكافؤ المجموعتين (التجريبية والضابطة) على مقياس تحقيق الذات فقد تم استخدام اختبار مان وتني Mann-Whitney والجدول رقم (٣) يبين ذلك.

جدول (٣)

نتائج اختبار مان وتتي Mann-Whitney لتحديد الفروق بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية، وفقا لاستجابة أفراد المجموعتين على مقياس تحقيق الذات

المجموعات	عدد الحالات	متوسط الرتب	قيمة z	قيمة u	مستوى الدلالة
المجموعة التجريبية	١٠	١٠,٨٥	(-٠,٢٦٥)	٤٦,٥	(٠,١)
المجموعة الضابطة	١٠	١٠,١٥			غير دالة

يتبين من الجدول (٣) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند $(\alpha=0,05)$ بين درجات تطبيق مقياس تحقيق الذات على أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في نتائج القياس القبلي حيث بلغت قيمة Z (-٠,٢٦٥)، وكانت دلالتها الإحصائية (١,٠٠)، وهي قيمة أعلى من $(\alpha=0,05)$ مما يعني عدم وجود فروق في درجات تحقيق الذات على القياس القبلي، مما يؤكد تكافؤ المجموعتين، وبالتالي يمكن أن يعزى سبب اختلاف النتائج على القياس البعدي إلى البرنامج الإرشادي.

وللتأكد من تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة من حيث العمر فقد تم استخدام اختبار مان وتتي Mann-Whitney والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (٤)

نتائج اختبار Mann-Whitney للكشف عن الفروق بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية، وفقا لمتغير العمر

المجموعات	عدد الحالات	متوسط الرتب	قيمة z	قيمة u	مستوى الدلالة
المجموعة التجريبية	١٠	١٠,٨٥	(-٠,٢٧٨)	٤٦	(٠,١)
المجموعة الضابطة	١٠	١٠,١٥			غير دالة

يتبين من الجدول (٤) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند $(\alpha = 0,05)$ بين المجموعة التجريبية والضابطة وفقا لمتغير العمر، حيث بلغت قيمة Z (-٠,٢٧٨)، وكانت دلالتها الإحصائية (٠,٧٩٦) وهي قيمة أعلى من $(\alpha = 0,05)$ وذلك يؤكد تكافؤ المجموعتين وتجانسهما في الأعمار.

أدوات البحث:

قام الباحث باستخدام الأدوات التالية:

أولاً: مقياس تحقيق الذات من إعداد المقدادي (١٩٩٦)

قام المقدادي ببناء هذا المقياس في صورته الاولية المكونة من (٧٦) عبارة موزعه على أبعاده الأحد عشر وجرى بناء هذا المقياس باتباع الخطوات التالية:

- مسح الأدب النفسي والتربوي العربي والأجنبي لنظريات الشخصية من حيث طبيعة وخصائص الأشخاص المحققين لذواتهم، كما قام الباحث بتحليل صفات وخصائص المحققين لذواتهم من خلال الأدب النظري النفسي لتحقيق الذات.
- دراسة المقاييس التي تهتم بالسمات الشخصية عامة وتحقيق الذات خاصة لدى الفرد.

توصيف المقياس:

١- مكونات المقياس: يتكون المقياس من أحد عشر بعداً وهذه الأبعاد هي:

البعد الأول: الإدراك العالي للحقيقة: يستطيعون إدراك العالم الذي يعيشون فيه بوضوح وموضوعية.

البعد الثاني: تقبلهم لأنفسهم وتقبلهم للآخرين: ويقصد بها تقبلهم لطبيعتهم الخاصة بهم، ضعفهم وقوتهم دونما محاولة لتخطئة أو تحريف للصورة المتكونة لديهم ودونما الشعور بالخجل الشديد، وهم ينحون نفس المنحى في تقبلهم لضعف وشور الآخرين والمجتمع البشري بصورة عامة.

البعد الثالث: التلقائية والبساطة: ويقصد بها السلوك الواضح جداً والطبيعي والمباشر وليس ذلك القائم على الرياء الاجتماعي لذلك نرى أن لا يخفون مشاعرهم وانفعالاتهم أو يظهرون غير ما هم عليه.

البعد الرابع: التركيز على المشكلات أكثر من التركيز على الذات: يشعرون أن لديهم رسالة يقومون بها وهي العمل خارج الذات وهم يكرسون معظم طاقاتهم ويشعرون بالالتزام تجاه ذلك العمل ويجدون في ذلك متعة.

البعد الخامس: الحاجة إلى الاستقلالية: الاعتماد على أنفسهم في إرضاء حاجاتهم والاستقلال ذاتياً أكثر من الآخرين.

البعد السادس: التجديد المستمر للتذوق: أن لديهم القدرة على الاستمرارية لإدراك العالم بشكل جيد وعجيب ومدهش لذلك فهم يستمتعون بغروب الشمس والأزهار كما لو كانت تشاهد لأول مرة.

البعد السابع: الاهتمام الاجتماعي: الضمير الاجتماعي أو روح الجماعة، ويدل التعبير عن عاطفة المحققين لذواتهم نحو البشرية ويهدف الفرد المحقق لذاته لأنه يمتلك اتجاه الأخ الأكبر نحو الآخرين.

البعد الثامن: العلاقات الاجتماعية: دائرة الأصدقاء المقربين وليست واسعة وهم ينتقون أصدقائهم بتروٍ ولهم معجبون بهم.

البعد التاسع: الإبداع: يعبرون عن ابتكار أو أصالة في جميع مناحي الحياة وليسوا بالضرورة أن يكونوا كُتاباً أو شعراء

البعد العاشر: التركيب الشخصي الديموقراطي: إن المحققين لذواتهم متسامحون ويقبلون الأشخاص أياً كانوا ولا يعبرون عن تمييز عنصري أو ديني أو اجتماعي ويرغبون الإصغاء والتعلم من أي شخص قادر على أن يعلمهم شيئاً.

البعد الحادي عشر: القيم الدينية: الضمير الحي أو إخلاص العبادة لله خاصة الأعمال التي يقوم بتأديتها أمام الناس أو تلك التي لها علاقة بنفع الآخرين ويخشى منها الرياء.

٢- تصحيح القياس:

يتكون المقياس في صورته النهائية من (٦٢) عبارة تدرج تحت أحد عشر بعداً مختلفاً لتحقيق الذات كما في الجدول التالي:

جدول رقم (٥)

يوضح أبعاد مقياس تحقيق الذات وأرقام عباراته

م	الأبعاد	عدد العبارات
١	البعد الأول: الإدراك العالي للحقيقة.	٦
٢	البعد الثاني: تقبلهم لأنفسهم وتقبلهم للآخرين.	٨
٣	البعد الثالث: التلقائية والبساطة.	٦
٤	البعد الرابع: التركيز على المشكلات أكثر من التركيز على الذات.	٨
٥	البعد الخامس: الحاجة إلى الاستقلالية.	٣
٦	البعد السادس: التجديد المستمر للتفوق.	٣
٧	البعد السابع: الاهتمام الاجتماعي.	٨

م	الأبعاد	عدد العبارات
٨	البعد الثامن: العلاقات الاجتماعية.	٦
٩	البعد التاسع: الإبداع.	٤
١٠	البعد العاشر: التركيب الشخصي الديمقراطي.	٥
١١	البعد الحادي عشر: القيم الدينية.	٥
	المجموع	٦٢

وأما بالنسبة لتقدير الدرجات ، فقد اعتمد الباحث مقياس (ليكارت) الخماسي وهو إعطاء = ٥ للموافق بشدة، و = ٤ لموافق، و = ٣ لمتردد، و = ٢ غير موافق، و = ١ غير موافق بشدة وعلى العكس تماماً في الفقرات السلبية، وتتراوح درجات الإجابات ما بين (٦٢-٣١٠) درجة.

٣- صدق المقياس

يعد الصدق إحدى الخصائص المهمة في الحكم على صلاحية المقياس وهو أكثر الصفات التي يجب أن يتصف بها المقياس ويعني الصدق جودة المقياس بوصفه أداة لقياس ما وضع لقياسه والسمة المراد قياسها وقد قام (المقدادي، ١٩٩٦) لحساب صدق وثبات المقياس بإتباع الطرق التالية:

صدق المحتوى:

قام الباحث بالتحقق من صدق المقياس ذلك من خلال عرضه على هيئة من المحكمين ضمت أساتذة من كلية التربية في الجامعة الأردنية ومديرة مكتب جائزة سمو ولي العهد وكلية الأونروا ووزارة الشباب، وقد طلب إلى هيئة التحكيم الحكم على مدى مناسبة الفقرات من حيث الصيغة اللغوية، إمكانية قياس الفقرة، مدى أهمية الفقرة في قياس تحقيق الذات.

هذا واعتبرت موافقة غالبية أعضاء هيئة التحكيم على الفقرات دليلاً على صدق المحتوى ولذا أخذت الفقرات التي نسبة الموافقة عليها (٨٠ %) كحد أدنى لتعتبر الفقرة مناسبة لقياس الهدف الذي وضعت لقياسه.

ثبات المقياس

الاتساق الداخلي

تم حساب معامل الارتباط وفق هذه الطريقة باستخدام معادلة ألفا كرومباخ إذ بلغ معامل الاتساق الداخلي للمقياس المطور باستخدام البيانات المتحققة من عينة الدراسة ن = (٥١٥)، وبلغت قيمة معامل الثبات (٠، ٨٨٥) إذ تم حساب ارتباط كل عبارة مع الدرجة الكلية، وهي مقبولة لأغراض الدراسة.

إعادة الاختبار

طريقة إعادة الاختبار وقد تم حساب معامل الارتباط وفق هذه الطريقة نتيجة تطبيق المقياس على عينة مؤلفة من (٥٠) مشاركاً، تم إعادة تطبيق المقياس بعد فترة زمنية قدرها أسبوع واحد، تم حساب معامل ارتباط بيرسون للدرجات التي تم الحصول عليها في التطبيق وأشارت النتائج إلى معامل ثبات قيمته (٠,٩٢) باستخدام الدرجة الكلية في التطبيق.

فيما قام الباحث الحالي بالتأكد من صدق وثبات المقياس بتطبيقه على عينة استطلاعية مكونة من (٦٠) طالبا من طلاب المرحلة الثانوية بمنطقة حائل متوسط أعمارهم (١٦-٢٠) عاما والجدول التالية توضح الطريقة التي اتبعها الباحث لحساب صدق وثبات المقياس:

أولاً: الصدق

صدق الاتساق الداخلي

١- معامل ارتباط كل عبارة بالبعد الذي تنتمي إليه:

جدول رقم (٦)

يوضح معامل ارتباط كل عبارة بالبعد الذي تنتمي إليه

رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
١	**٠,٤٨٥	١٧	**٠,٧٧٥	٣٢	*٠,٧٤٥	٤٨	**٠,٦٠٤
٢	**٠,٥٢١	١٨	**٠,٥٦٢	٣٣	**٠,٦١٨	٤٩	**٠,٦٠١
٣	**٠,٦٢٩	١٩	**٠,٦٣٥	٣٤	**٠,٦٣٢	٥٠	**٠,٧٢٦
٤	**٠,٤٩٧	٢٠	**٠,٦٥٦	٣٥	**٠,٦٦٦	٥١	**٠,٧٠٦
٥	*٠,٥٣٧	٢١	**٠,٧٣٦	٣٦	**٠,٧٨٠	٥٢	**٠,٧٠٨
٦	**٠,٤٥٤	٢٢	**٠,٦٦٤	٣٧	**٠,٧٠٥	٥٣	**٠,٧٦٣
٧	**٠,٤٦٦	٢٣	**٠,٨٠٢	٣٨	**٠,٧٨٠	٥٤	**٠,٦٤٢

معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة
** ٠,٨٠٠	٥٥	** ٠,٧٢١	٣٩	** ٠,٤٤٩	٢٤	** ٠,٣٧٢	٨
** ٠,٦٨٨	٥٦	** ٠,٧٣٤	٤٠	** ٠,٦٧٢	٢٥	** ٠,٤٩٩	٩
** ٠,٥٧٢	٥٧	** ٠,٦٨٥	٤١	** ٠,٧٠٦	٢٦	** ٠,٥٥٢	١٠
** ٠,٥٩٩	٥٨	** ٠,٦٨٢	٤٢	** ٠,٧٢٠	٢٧	٠,٣٣٩*	١١
** ٠,٧٨٧	٥٩	** ٠,٦٦٢	٤٣	* ٠,٧٦٧	٢٨	** ٠,٦٢١	١٢
** ٠,٦٨٨	٦٠	** ٠,٨٠١	٤٤	** ٠,٥٢٣	٢٩	* ٠,٤٠٣	١٣
** ٠,٦١٠	٦١	** ٠,٧٤٧	٤٥	** ٠,٥٨٨	٣٠	** ٠,٤٩٥	١٤
** ٠,٦٦٨	٦٢	** ٠,٧٢٦	٤٦	** ٠,٦٢٦	٣١	** ٠,٦٣٠	١٥
		** ٠,٦١٥	٤٧			** ٠,٥٥١	١٦

جدول رقم (٦) يوضح معامل ارتباط كل عبارة بالبعد الذي تنتمي إليه في مقياس تحقيق الذات.

** دال عند مستوى ٠,٠١

* دال عند مستوى ٠,٠٥

٢- معامل ارتباط كل عبارة بالدرجة الكلية للمقياس:

جدول رقم (٧)

يوضح معامل ارتباط كل عبارة بالدرجة الكلية للمقياس

معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة
** ٠,٣٧٤	٤٨	** ٠,٥٧٦	٣٢	** ٠,٥٩٩	١٧	** ٠,٥٠٥	١
** ٠,٦٥٦	٤٩	** ٠,٥٠٨	٣٣	** ٠,٤٨٨	١٨	* ٠,٢٧٧	٢

معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة
*،٣١٥	٥٠	**،٤٠٥	٣٤	**،٣٦٠	١٩	**،٤٠٠	٣
**،٥٤٢	٥١	**،٤٦٩	٣٥	**،٣٤٤	٢٠	**،٤٢٦	٤
**،٤١٢	٥٢	**،٤٨١	٣٦	**،٦٥١	٢١	**،٤٨٤	٥
**،٥١١	٥٣	**،٤٩١	٣٧	**،٥٣٤	٢٢	**،٤٥٦	٦
**،٣٤٢	٥٤	**،٤٤٩	٣٨	**،٦٦٦	٢٣	**،٥١٨	٧
**،٣٩٣	٥٥	**،٥٢٠	٣٩	**،٣١٥	٢٤	*،٣١٤	٨
**،٣٤٧	٥٦	**،٤٧٩	٤٠	**،٥٥٩	٢٥	**،٥٣٩	٩
**،٥٧٠	٥٧	**،٤١٩	٤١	**،٥٣٢	٢٦	*،٣٢١	١٠
**،٥١٠	٥٨	**،٥٢٧	٤٢	*،٥٩١	٢٧	**،٦٠٠	١١
**،٦١٥	٥٩	**،٦٥٢	٤٣	**،٦٥٩	٢٨	*،٣٢٣	١٢
**،٤١٩	٦٠	**،٥٤٨	٤٤	**،٦٦٥	٢٩	**،٤١٠	١٣
**،٤٢٢	٦١	**،٥٠٣	٤٥	**،٦٦٨	٣٠	**،٥٤٨	١٤
**،٥٢٢	٦٢	**،٥٥٩	٤٦	**،٤٥٦	٣١	**،٦١٩	١٥
		**،٥٩٧	٤٧			**،٥١٣	١٦

** دال عند مستوى ٠,٠١

* دال عند مستوى ٠,٠٥

٣- معامل ارتباط كل بعد من أبعاد مقياس تحقيق الذات بالدرجة الكلية للمقياس

جدول رقم (٨)

يوضح معامل ارتباط كل بعد من أبعاد المقياس بالدرجة الكلية لمقياس تحقيق الذات

م	الأبعاد	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
١	البعد الأول: الإدراك العالي للحقيقة	**٠,٦٤٣	٠,٠١
٢	البعد الثاني: تقبلهم لأنفسهم وتقبلهم للآخرين	**٠,٨٠٣	٠,٠١
٣	البعد الثالث: التلقائية والبساطة	**٠,٧٤٠	٠,٠١
٤	البعد الرابع: التركيز على المشكلات أكثر من التركيز على الذات	**٠,٨٢٠	٠,٠١
٥	البعد الخامس: الاستقلالية	**٠,٧٨٦	٠,٠١
٦	البعد السادس: التجديد المستمر	**٠,٦٢١	٠,٠١
٧	البعد السابع: الاهتمام الاجتماعي	**٠,٦٨١	٠,٠١
٨	البعد الثامن: العلاقات الاجتماعية	**٠,٧٧٧	٠,٠١
٩	البعد التاسع: الإبداع	**٠,٩٩٦	٠,٠١
١٠	البعد العاشر: التركيب الشخصي	**٠,٦٧٠	٠,٠١
١٢	البعد الحادي عشر: القيم الدينية	**٠,٧٤٣	٠,٠١

يتضح من الجداول السابقة أن جميع العبارات دالة عند مستوى ٠,٠١ مستوى ٠,٥ وهذا يعطي دلالة على ارتفاع معاملات الاتساق الداخلي كما يشير إلى مؤشرات صدق مرتفعة وكافية يمكن الوثوق بها.

٤- ثبات المقياس

قام الباحث باستخدام طريقة معامل ألفا كرونباخ لجميع أبعاد الذات والدرجة الكلية كما في الجدول التالي:

جدول رقم (٩)

يوضح معامل ألفا كرونباخ لجميع أبعاد الذات والدرجة الكلية

م	الأبعاد	معامل ثبات الفاكرونباخ
١	البعد الأول: الإدراك العالي للحقيقة	**٠,٨٩
٢	البعد الثاني: تقبلهم لأنفسهم وتقبلهم للآخرين	**٠,٨٨
٣	البعد الثالث: التلقائية والبساطة	**٠,٨٨
٤	البعد الرابع: التركيز على المشكلات أكثر من التركيز على الذات	**٠,٨٨
٥	البعد الخامس: الاستقلالية	**٠,٨٨
	البعد السادس: التجديد المستمر	**٠,٨٨
١	البعد السابع: الاهتمام الاجتماعي	**٠,٩٠
٢	البعد الثامن: العلاقات الاجتماعية	**٠,٨٨
٣	البعد التاسع: الإبداع	**٠,٨٨
٤	البعد العاشر: التركيب الشخصي	**٠,٨٨
٥	البعد الحادي عشر: القيم الدينية	**٠,٨٨
	الدرجة الكلية	** ٠,٩٤

يتضح من الجدول رقم (٩) أن قيمة معامل الثبات للدرجة الكلية للمقياس (٠,٩٤) وهي قيمة تدل على ثبات المقياس.

ثبات التجزئة النصفية:

قام الباحث قام الباحث باستخدام طريقة التجزئة النصفية كما في الجدول التالي:

جدول رقم (١٠)

يوضح معاملات التجزئة النصفية

أجزاء المقياس	عدد العبارات	معامل الفا كرومباخ	معامل سبيرمان براون	معامل جتمان للتجزئة النصفية
الجزء الأول	٣١	٩٠٦ ،٠	(٠ ،٨٧٦)	(٠ ،٨٧٦)
الجزء الثاني	٣١	٩١٣ ،٠		

يتضح من الجدول رقم (١٠) أن قيمة معامل ألفا كرومباخ تراوحت ما بين (٩٠٦ ،٠ - ٩١٣ ،٠) وبلغت قيمة معامل جتمان للتجزئة النصفية (٠ ،٨٧٦) وهي قيم مرتفعة تدل على ثبات المقياس.

ثانياً: البرنامج الإرشادي القائم على الإرشاد غير الموجه لتنمية تحقيق الذات:

الهدف العام للبرنامج:

يهدف البرنامج الإرشادي القائم على الإرشاد غير الموجه إلى تنمية تحقيق الذات لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية، وذلك في ضوء نظرية الإرشاد غير الموجه عند علماء نظرية الذات.

الأهداف الإجرائية للبرنامج:

- ١- بناء العلاقة المهنية بين الباحث وأفراد العينة.
- ٢- إكساب أفراد العينة المعلومات والمعارف اللازمة لفهم تحقيق الذات من حيث تعريفه، ومظاهره وأهميته، والأساليب الموصلة إليه.
- ٣- تنمية المهارات الإيجابية لدى أفراد العينة وذلك باستخدام الفنيات الإرشادية المناسبة لتنمية تحقيق الذات.
- ٤- التعرف على صفات الشخص المحقق لذاته.
- ٥- التعرف على أصل المشكلة التي تعيق فهم الذات وتحقيق الذات لدى المسترشد
- ٦- تنمية مهارات تكوين الصداقات، والاتصال والتواصل مع الآخرين، وبناء الذات

٧- زيادة وعي أفراد العينة بإمكاناتهم الذاتية واستثمارها.

الفنيات الإرشادية:

سيتم استخدام عدة فنيات إرشادية وعلاجية وفقاً لنظرية الإرشاد غير الموجه:

١- فنية تقبل المشاعر:

وهي فنية تتلخص في ضرورة أن يتقبل المرشد المشاعر الموجبة التي يعبر عنها المسترشد بالكيفية نفسها التي يتقبل بها المشاعر السالبة بشرط ألا تتم مقابلة المشاعر الموجبة بالاستحسان أو المدح بل يتم تقبل المشاعر الموجبة كجانب من الشخصية لا يقل ولا يزيد قدراً عن المشاعر السالبة.

٢- فنية عكس المشاعر:

وتمثل هذه الفنية أهمية كبرى في العلاج غير التوجيهي وهي تعني ببساطة شديدة تكرار المقاطع الأخيرة التي يقولها للمسترشد أو إعادة محتوى ما يقوله للمسترشد أو تكرار ما يقوله المسترشد أو جانب مما يقوله بنبرة صوت تبين للمسترشد فهم المعالج له ، ولكن دون استحسان أو استهجان أي إعادة صياغة مشاعر المسترشد في كلمات تعكس جوهرها حيث يحاول المعالج أن يعرض للمسترشد مرآة لفظية تمكن المسترشد من أن يرى ذاته بدرجة أكثر وضوحاً وتفيدة في التخلص من الصراعات الانفعالية التي تكون مدمرة لتحقيق الذات.

٣- فنية توضيح المشاعر:

وتعني "إعادة إقرار جوهر ما يحاول المسترشد قوله "أي إنه عندما يختلط الأمر على المسترشد في محاولته التعبير عن مشاعره، فإن مهمة المرشد عندئذٍ تتمثل في مساعدته على استيضاح هذه المشاعر حتى يتسنى له التعبير عنها بوضوح، ولكن بشرط ألا يتجاوز المرشد ما يعبر عنه المسترشد بالفعل. لأنه من الخطر الحقيقي في تقويل المسترشد ما لم يقل (حسين ٢٠١٢ م، ١٠٧: ١٠٨).

٤- فنية اللاتوجيهية:

واللاتوجيهية عند روجرز تعني عدم التوجيه أو النصح أو التأويل أو الإرشاد المباشر من جانب المرشد للمسترشد ، وإنما السماح للنزعة الحقيقية لدى الشخص بأن تنبثق فالمرشد لا يفعل أي شيء لتوجيهه (المعطيات) التي يتم التعبير عنها بمعنى أنه لا يطرح أي تساؤلات من شأنها توجيهه المقابلة ولا يطلق أي تقييمات من شأنها استحثاث الدفاع أو إعاقه التعبير ويكون دور المعالج مقصوراً على استجابات المسترشد وعكسها وتوضيحها (عياش ٢٠٠٨)

الوسائل المستخدمة:

جهاز حاسب آلي، جهاز، عرض بوربوينت، سبورة، أقلام سبورة، أوراق عمل.

تنفيذ البرنامج:

يستغرق تنفيذ البرنامج ثلاثة أسابيع حيث تضمن (٩) جلسات إرشادية مدة كل منها (٤٥) دقيقة، بمعدل ثلاث جلسات أسبوعياً.

مكان الجلسات:

ستتم جلسات البرنامج الإرشادي في قاعة مصادر التعلم في المدرسة بعد تهيئة القاعة من حيث المقاعد والطاولات لتناسب مع بيئة تطبيق الإرشاد غير الموجه.

محتويات البرنامج:

سيتم تطبيق البرنامج على مدى (٩) جلسات إرشادية جماعية، والجدول التالي يوضح محتويات الجلسات الإرشادية.

جدول (١١)

الجلسات الإرشادية الجماعية

رقم الجلسة	موضوع الجلسة
الجلسة الأولى	الجلسة الافتتاحية.
الجلسة الثانية	تقدير الذات.
الجلسة الثالثة	التنظيم الهرمي للحاجات الإنسانية.
الجلسة الرابعة	تحقيق الذات.
الجلسة الخامسة	أبعاد الذات الإنسانية.
الجلسة السادسة	الاستبصار لتنمية تحقيق الذات.
الجلسة السابعة	بناء الذات.
الجلسة الثامنة	مهارات التواصل وبناء الصداقات.
الجلسة التاسعة	الجلسة الختامية.

إجراءات البحث:

ولتحقيق أهداف البحث والوصول إلى النتائج المطلوبة تم إتباع الإجراءات الآتية:

- التحقق من تكافؤ المجموعة التجريبية والضابطة من حيث العمر.
- التحقق من تكافؤ المجموعة التجريبية والضابطة على مقياس تحقيق الذات - القياس القبلي.

ومن الإجراءات الأخرى التي قام بها الباحث ما يلي:

- الحصول على خطاب رسمي لتسهيل مهمة الباحث في تطبيق مقياس البحث على عينة البحث.
- تطبيق مقياس تحقيق الذات على أفراد عينة البحث، وإخضاع المجموعة التجريبية للبرنامج الإرشادي.
- إدخال البيانات على الحاسوب لإجراء التحليل الإحصائي باستخدام برنامج التحليل الإحصائي (SPSS).

أساليب المعالجة الإحصائية:

لاستخلاص نتائج البحث وتحقيق أهدافه والإجابة عن فرضياته تم استخدام الأساليب الإحصائية

التالية:

- معامل ارتباط "بيرسون" لحساب صدق الاتساق الداخلي لمقياس البحث، واستخدام ومعامل ألفا كرونباخ للتحقق من ثبات المقياس.
- استخدام اختبار Mann-Whitney لتحديد مستوى تكافؤ المجموعات عينة البحث (التجريبية والضابطة)
- استخدام اختبار Wilcoxon واختبار Mann-Whitney للإجابة عن فرضيات البحث، وتحديد فعالية البرنامج الإرشادي في تنمية تحقيق الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية.

الفصل الرابع

النتائج ومناقشتها

- مقدمة.
- نتائج الفرض الأول ومناقشتها.
- نتائج الفرض الثاني ومناقشتها.

مقدمة:

يتناول هذا الفصل النتائج المتعلقة بالفروض ومناقشتها، في ضوء الإطار النظري للبحث، وكما يتناول أيضا النتائج التي أسفرت عنها الدراسات السابقة. وفيما يلي عرض تفصيلي لنتائج الدراسة التي تم التوصل إليها في ضوء فروض البحث، وأهدافه، مع تفسير النتائج:

نتائج الفرض الأول ومناقشتها:

ينص الفرض الأول على أنه " توجد فروق بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في مستوى تحقيق الذات بعد تطبيق البرنامج الإرشادي، وذلك لصالح المجموعة التجريبية ". وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدم الباحث اختبار مان ويتني للتعرف على دلالة الفروق بين درجات طلاب المجموعة الضابطة ودرجات المجموعة التجريبية في درجات القياس البعدي على مقياس تحقيق الذات.

والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (١٢)

دلالة الفروق بين متوسط الرتب باستخدام اختبار مان وتني (Mann-Whitney) وذلك للكشف عن الفروق بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في مستوى تحقيق الذات

المجموعة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة z	مستوى الدلالة
المجموعة التجريبية	١٠	١٣,٩٠	١٣٩,٠٠	٢,٥٧٣-	٠,٠٠١
المجموعة الضابطة	١٠	٧,١٠	٧١,٠٠		

يتضح من جدول (١٢) نتائج اختبار مان وتني Mann-Whitney لتحديد الفروق بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة، حيث تشير النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0,05$)، كما تبين النتائج إلى أن قيمة " z " بلغت (٢,٥٧٣-) عند مستوى دلالة (٠,٠٠١)، كما بلغت قيمة متوسط الرتب للمجموعة التجريبية (١٣,٩٠) بينما بلغت قيمة متوسط الرتب للمجموعة الضابطة (٧,١٠)، وهذا ما يؤكد قبول الفرضية وعدم رفضها، حيث كانت قيمة متوسط

الرتب للمجموعة التجريبية اعلى من متوسط الرتب للمجموعة الضابطة، مما يدل على ارتفاع مستوى تحقيق الذات لدى المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة بعد تطبيق البرنامج.

ويفسر الباحث هذه النتيجة من خلال إن المجموعة التجريبية قد تأثرت بدرجة واضحة بالبرنامج الإرشادي الذي كان هدفه تنمية تحقيق الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية، كما أن خضوع الطلاب إلى الجلسات الإرشادية التي تم تنفيذها بالبرنامج كانت ذات فعالية في توضيح مفهوم تحقيق الذات، وان التعليمات والتوجيهات الإرشادية التي تضمنها البرنامج الإرشادي كان لها دور في تنمية تحقيق الذات.

وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسات كل من العامري (١٩٩٣م). والشعراوي (١٩٩٥) التي أشارت بنتائجها إلى وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة بعد تعرض المجموعة التجريبية للبرنامج الإرشادي الذي تم إعداده لأغراض تنمية تحقيق الذات لدى عينة البحث، وذلك ما يجعل نتيجة الدراسة الحالية تتوافق مع نتائج أغلب الدراسات الأخرى التي تم إجراؤها لغايات تنمية تحقيق الذات، وبذلك تحقق صحة الفرض الأول من فروض البحث.

نتائج الفرض الثاني ومناقشتها:

ينص الفرض الثاني على أنه " توجد فعالية للبرنامج الإرشادي في تنمية تحقيق الذات".

ولاختبار صحة هذا الفرض فقد استخدم الباحث اختبار ولكوكسن Wilcoxon. لتحديد مدى فعالية البرنامج الإرشادي في تنمية تحقيق الذات لدى المجموعة التجريبية، وذلك بالمقارنة بين القياس القبلي والبعدي، والجدول التالي يوضح نتائج ذلك.

جدول (١٣) دلالة الفروق بين متوسط الرتب باستخدام اختبار ولكوكسن (Wilcoxon) وذلك للكشف عن الفروق بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى تحقيق الذات.

المتغيرات	العدد	متوسط الرتب	قيمة z	مستوى الدلالة
الرتب ذات الإشارة السالبة	٢٠	٥٠،١٠	٣،٩٢٠ -	٠،٠٠٠
الرتب ذات الإشارة الموجبة	٠	٠		
الرتب المتساوية		٢٠		

يبين الجدول (١٣) نتائج اختبار ولكوكسن (Wilcoxon). لتحديد الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية، حيث تشير النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند

- تقديم برامج تدريبية للمعلمين تساهم في مساعدة الطلاب على تنمية تحقيق الذات نظرا للدور الكبير للمعلم في التأثير على الطلاب.
- تقديم برامج ارشادية لأولياء الأمور للاهتمام بتحفيز أبنائهم لتحقيق ذواتهم.
- تضمين المناهج الدراسية موضوعات تتعلق بتحقيق الذات.
- إيلاء موضوع تحقيق الذات الاهتمام من جميع العاملين بالميدان التربوي كتقديم دورات وعقد ندوات ومحاضرات تتعلق بتحقيق الذات.

البحوث المقترحة:

استكمالاً لمتطلبات البحث الحالي، يقترح الباحث القيام بالإجراءات التالية:

١. إجراء بحوث مشابهة حول الأساليب التربوية وعلاقتها بتحقيق الذات والتي لم يتناولها البحث الحالي.
٢. إجراء بحوث مشابهة حول تحقيق الذات وعلاقته بمتغيرات ديموغرافية ونفسية مثل العوامل الاجتماعية والأسرية لأفراد عينة الدراسة لم يتناولها البحث الحالي.
٣. إجراء بحوث علمية على الطلاب مشابهة للبحث الحالي في مراحل دراسية أخرى.
٤. إجراء دراسات مقارنة بين الطلاب في مراحل دراسية مختلفة حول متغيرات البحث الحالي.
٥. إجراء دراسات مقارنة بين أبناء المطلقات الذين يعيشون مع آبائهم أو أمهاتهم في مستوى تحقيق الذات.
٦. إجراء دراسة متعمقة للتعرف على تحقيق الذات لدى الطالب ودوافعه، والعوامل التي تؤثر عليها.
٧. إجراء دراسة من أجل مقارنة أثر العلاج الإرشادي الجماعي والفردى على تنمية مستوى درجة تحقيق الذات لدى الطلاب.
٨. إجراء بحوث مشابهة مبنية على نظريات أخرى.

المراجع

- البجاري، أحمد يونس محمود (٢٠١٠م): أثر برنامج إرشادي في تعديل مفهوم الذات لدى طلاب كلية التربية، مجلة أبحاث كلية التربية الأساسية، كلية التربية جامعة الموصل، مج ١١، العدد (١)، ص ص ٣٧-٦١.
- بركات، زياد (٢٠٠٩) علاقة مفهوم الذات بمستوى الطموح لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة وعلاقتها ببعض المتغيرات، المجلة الفلسطينية للتربية المفتوحة عن بُعد، فلسطين، مج ١، ع ٢، (٢٠٠٨)، ص ص ٢١٩ - ٢٥٥.
- جاسم، عامر سعيد ورسول، إيناس وحبيب، شيماء وعبد الجبار، زينب (٢٠١١ م) تحقيق الذات والشعور بالجودة وعلاقتها بدقة مهارات كرة اليد لطالبات كلية التربية الرياضية في جامعة بابل، مجلة علوم التربية الرياضية، ع ٤، ص ٣٥٧
- الجعط، خيرية عبدالله (٢٠٠٩): إشكاليات تعليم الكبار وعلاقتها بتحقيق الذات لديهم. مؤتمر تعليم الكبار بين الواقع والمأمول - مصر، ص ص ١ - ١٧
- حجازي، أحمد توفيق (٢٠١٢): التوكيدي الوثائق بنفسه عالياً ومحقق لذاته، كنوز المعرفة، عمان، الأردن، ط ١
- حسين، طه عبد العظيم (٢٠١٢ م) الإرشاد النفسي، دار الفكر، عمان، الأردن، ط ٤
- الحموي، منى (٢٠١٠ م) التحصيل الدراسي وعلاقته بمفهوم الذات (دراسة ميدانية على عينة من تلاميذ الصف الخامس -الحلقة الثانية - من التعليم الأساسي في مدراس محافظة ريف دمشق، مجلة جامعة دمشق للعلوم التربوية، سوريا، س ٢٦، ملحق (٢٠١٠)، ص ص ١٧٣ - ٢٠٨.
- الحياي، صبري بردان (٢٠٠٨) الإرشاد والتوجيه بين القرآن الكريم وبعض النظريات الحديثة، دار صفاء، عمان، الأردن، ط ١.
- خفاجي، محمد عبد المنعم (٢٠٠٢) الإسلام وتحقيق الذات، دار الوفاء، الإسكندرية، مصر
- زهران، حامد عبد السلام (٢٠٠٥م): التوجيه والإرشاد النفسي، عالم الكتب، القاهرة، مصر، ط ٣ ج ١.
- زيادة، أحمد رشيد (٢٠١٢): تحقيق الذات بين النظرية والتطبيق، مؤسسة الوراق، عمان، الأردن،
- الزيود، نادر فهمي (٢٠٠٨): نظريات الإرشاد والعلاج النفسي، دار الفكر، عمان، الأردن، ط ٢.
- الدحادحة، باسم محمد علي (٢٠١٣) مهارات القيادة في الإرشاد الجمعي للمجموعات الصغيرة، مكتبة الفلاح، الصفاة، الكويت.
- دويك، كارول (٢٠٠٦) نظريات الذات ودورها في الدافعية والشخصية والنمو، ترجمة: ماهر أبو هلال وعبد القادر العمادي وعلي رداوي، دار الكتاب الجامعي، غزة، فلسطين، ط ١.

- السبعاوي، فضيلة عرفات (٢٠٠٩م): تحقيق الذات وإدارة العطاء، دار صفاء، عمان، الأردن
- السفاسفة، محمد إبراهيم (٢٠١١م): أثر برنامج إرشادي جمعي في تنمية مستوى الذات لدى عينة من طلبة جامعة مؤتة، *المجلة الأردنية للعلوم الاجتماعية*، مج (٤)، (٢٠١١)، ص ص ١١٦ - ١٣٢.
- شحاتة، إيهاب سيد محمود (٢٠١٢م): فاعلية برنامج إرشادي في تنمية إدارة الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة عين شمس.
- الشعراوي، صلاح فواد (١٩٩٥م): أثر برنامج إرشادي في تنمية تحقيق الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية، *مجلة كلية التربية (جامعة بنها)* - مصر، مج ٦، ع (يوليو) ص ص ٣٧٥ - ٣٧٧.
- شوستروم (١٩٨٦) : اختبار التوجه الشخصي وتحقيق الذات ، تعريب طلعت منصور وفيولا البيلاوي ، مكتبة الأنجلو المصرية .
- الصفتي، مصطفى زايد محمد (١٩٩٧م) تحقيق الذات ودافعية التواد لدى طلاب الجامعة بالبيئات الحضرية وشبه الحضرية، *مجلة كلية التربية، أسيوط، مصر*، ع ١٣، ج ٢ ص ص ٢٤١-٢٧٨.
- الظاهر، قحطان أحمد (٢٠١٠) مفهوم الذات بين النظرية والتطبيق، دار وائل، عمان، الأردن، ط ٢
- العامري، فاطمة سالم سعيد. (١٩٩٣). مدى فاعلية برنامج إرشادي في تنمية تحقيق الذات لدى عينة من طلاب كلية التربية بجامعة الإمارات العربية المتحدة. رسالة ماجستير غير منشورة جامعة عين شمس: كلية التربية
- عبد الله، هشام وخوجة، خديجة (٢٠١٤م): الإرشاد النفسي الجماعي، جدة، خوارزم العلمية، ط ١
- عبد الله ، محمد قاسم (٢٠١٢): نظريات الإرشاد والعلاج النفسي، دار الفكر، عمان ، الأردن، ط ١
- عفيفي ، أسماء فاروق محمود (٢٠٠٢): هيئة التحرير. التطرف وعلاقته بالحاجة إلى تحقيق الذات لدى طلاب الجامعة. *مجلة الإرشاد النفسي -مصر* ، س ١٠ ، ع ١٥ ، (٢٠٠٢) ، ص ص ٣٢٤ - ٣٢٨.
- عقل، محمود عطا حسين (٢٠٠٠م): الإرشاد النفسي والتربوي، الرياض، الخريجي، ط ٢
- عمر، عمرو رفعت (٢٠٠٥م): العلاقة بين الإيثار وتحقيق الذات وأبعاد الشخصية لدى طلاب كلية التربية ببور سعيد ومدى تأثرها بممارسة الأنشطة الطلابية. *مجلة الإرشاد النفسي*، ع (٩) ص ص ٣٣ - ٣٥.
- عياش ، ابراهيم محمد (٢٧ / ٨ / ٢٠٠٨) تاريخ الاطلاع (١٤ / ٤ / ٢٠١٤) من
- www.ahewar.org/debat/show.art.asp?aid

- الغمارى، صالح والطائي، إيمان (٢٠٠٨): الحاجات الإرشادية لطلبة جامعة عمر المختار في ضوء المتغيرات. *مجلة المختار للعلوم الإنسانية*، ليبيا، ع ٦.
- طويل ، علي حسين وعلي ، فراس محمود و نقولا ، إيناس بهنام (٢٠٠٩) :تقويم مستوى الاستقرار النفسي لدى العاملين في وحدات التربية الرياضية و الفنية في كليات جامعة الموصل وعلاقته بتحقيق الذات ، مجلة أبحاث كلية التربية ، جامعة الموصل ، ص ص ٣٤٨ — ٣٩٥ .
- الطواب، سيد محمود (١٩٨٦م) أثر خبرة النجاح والفشل في الموقف التعليمي على تقدير الذات لدى تلاميذ المدرسة الإعدادية، مصر، ع ٤ ص ص ٢٩٩ - ٣٢٦.
- كوري، جيرالد (٢٠١٣ م): النظرية والتطبيق في الإرشاد والعلاج النفسي، ترجمة سامح وديع الخفش، دار الفكر، عمان، الأردن، ط٢
- الفرماوي، حمدي علي (٢٠٠٨): الحاجات النفسية في حياة الناس اليومية: قراءة جديدة في هرم ماسلو، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، ط١.
- فريدة ، رجاح بوروبي و عنبر، نصيرة (٢٠٠٩): تصميم برنامج إرشادي لتوكيد الذات لدى المراهقين، ضمن الملتقى الدولي الأول حول "الإرشاد النفسي ، جامعة تيزي وزو.
- مبروك، رشا محمد (٢٠١١م): الحاجات النفسية في ضوء نظرية ماسلو (دراسة مقارنة بين المبصر والكيف، *مجلة كلية التربية ببورسعيد - مصر*، ع ١٠، (٢٠١١) ، ص ص ٥٩ - ٨٨.
- المعروف، صبحي عبد اللطيف (٢٠١٢) نظريات الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي، الوراق، عمان، الأردن
- المفدى، عمر عبد الرحمن (١٩٩٣م): مصادر إشباع الحاجات النفسية للشباب في المرحلتين المتوسطة والثانوية، *مجلة رسالة الخليج العربي*، السعودية، س ١٣ ع ٤٦ ص ص ٨٥ - ١٣٢.
- النعيم، عبداللطيف بن صالح (٢٠١٠ م) المتغيرات المؤثرة على الشعور بتحقيق الذات لدى عضو هيئة التدريس بكلية الشريعة في محافظة الأحساء بالمملكة العربية السعودية *المجلة العلمية للبحوث والدراسات التجارية - مصر* ، س ٢٤ ، ع ٣، ص ص ٢٦٥ - ٣٣٢
- الوهبي، عائشة خلفان. (٢٠٠٩). فاعلية برنامج إرشادي جمعي في تنمية مفهوم الذات لدى طلبة كلية الرستاق. *رسالة ماجستير غير منشورة*، نزوى- سلطنة عمان: جامعة نزوى.
- Akcaya, Cengiz & Akyolb, Bertan (٢٠١٢) Self-actualization needs and education of participants in lifelong education centers, **Social and Behavioral Sciences**, v (٤٦) ٣٤٥٦ – ٣٤٥٩
- Apinuntavech ,et al (٢٠٠٩) The effectiveness of a program designed to enhance the self-esteem of female adolescents of the Rajavithi home for Girls Mahidol University Bangkok, Thailand, **Department of**

Psychiatry, Faculty of Medicine Siriraj Hospital, Mahidol University, Bangkok, Thailand.

- Babakhan , fieldNarges (۲۰۱۱) The effects of social skills training on self- esteem and aggression ,**Social and Behavioral Sciences**, v (۳۰) ۱۰۶۵ – ۱۰۷۰.
- Corey , gerald (۲۰۰۸) **theory & practice of group counseling**, belmont,u.s.a
- Esmailinasab, Maryam a, Malek Mohamadi, Davoudb,Ghiasvand, Zahrac.
- Bahrami, somayeh (۲۰۱۱) Effectiveness of life skills training on increasing self-esteem of high, school students- **Social and Behavioral Sciences** ,vol (۳۰) , ۱۰۴۳ – ۱۰۴۷) , ۱۰۴۳ – ۱۰۴۷ (۳۰) ۱۰۶۵ – ۱۰۷۰.
- Wade, paul (۲۰۱۰) Relationship between pessimistic attributions and self-actualization in college students as measured by the SASQ and the SISA
۹۸ page

الملاحق

- ملحق (١) مقياس تحقيق الذات.
- ملحق (٢) أسماء السادة المحكمين لمقياس تحقيق الذات.
- ملحق (٣) البرنامج الإرشادي.
- ملحق (٤) أسماء السادة المحكمين للبرنامج الإرشادي.
- ملحق (٥) خطاب الموافقة على تطبيق أدوات البث.

ملحق (١)
مقياس تحقيق الذات



المملكة العربية السعودية

وزارة التعليم العالي

جامعة الملك عبد العزيز

برنامج الدراسات العليا التربوية

قسم علم النفس التربوي والإرشاد

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

أخي الطالب/.....

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته،

يقوم الباحث بإعداد مشروع بحثي بعنوان (فعالية برنامج إرشادي قائم على الإرشاد غير الموجه في تنمية تحقيق الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية في منطقة حائل) ويعد هذا المشروع البحثي متطلب للحصول على درجة الماجستير في التوجيه والإرشاد التربوي.

فأرجو التكرم بالإجابة على جميع الأسئلة المطروحة بكل دقة ووضوح وأمانة، علماً بأن جميع الإجابات سوف تحاط بالسرية والاهتمام الشديدين، حيث أن ما نهدف إليه هو خدمة البحث العلمي ومن ثم خدمة المنطقة والمجتمع السعودي، وفقنا الله لما فيه الخير، إنه على ذلك لتقدير.

وتقبلوا تحياتي،،،

الباحث/ محمد جزاء السليمي

استمارة الاستبيان

أولاً: البيانات الأولية عن الطالب:

الاسم:

العمر: الصف:

ثانياً: عبارات وأسئلة تتعلق بتحقيق الذات:

فيما يلي مجموعة من العبارات التي تشعر بها في أوقات متفاوتة، والمطلوب منك الإجابة عليها بصراحة ووضوح وذلك بوضع علامة (√) في الفئة الموجودة أمام العبارة التي تناسبك.

استبانة تحقيق الذات

العدد	الرقم	الفقرات	موافق بشدة	موافق	متردد	غير موافق	غير موافق بشدة
الإدراك العالي للحقيقة	١	أشعر بالسعادة لسعادة الآخرين					
	٢	أشعر بأنني على خلق					
	٣	أعتبر نفسي مميز بين زملائي وأقراني					
	٤	أترفع عن هفوات الآخرين تجاهي					
	٥	أقبل وجهة النظر المخالفة لرأيي					
	٦	شخصيتي قوية وأشكل بين زملائي نقطة محورية					
تقبلهم لأنفسهم وتقبلهم للآخرين	٧	أقبل قدراتي العقلية كما هي					
	٨	أقبل قدراتي البدنية كما هي					
	٩	أشعر بالرضا عن مستوى الأعمال التي أقوم بها					
	١٠	أقبل سلوكياتي الإخلاقية					
	١١	أتعامل مع الآخرين بمودة					
	١٢	أقبل الآخرين على اختلاف آرائهم					
التقانية والبساطة	١٣	تعجبني طريقتي الخاصة في عمل الأشياء					
	١٤	أعبر عن رأيي بصراحة ووضوح					
	١٥	أرى الأشياء بحجمها الطبيعي					
	١٦	سلوكياتي تتصف بالثبات النسبي					
	١٧	أعبر لغيري عن مشاعري تجاهه					
	١٨	أقول ما أريد قوله دون تحفظ					
	١٩	أقدم وجهة نظري لموضوع ما بغض النظر عن وجهة نظر أخرى					
	٢٠	أساهم في حل مشاكل الآخرين ضمن قدراتي					
	٢١	أساهم في حل مشاكل الآخرين ضمن قدراتي					
	٢٢	أقدم المسأأة قدم عدة لمن يحتاجها					

البعد	الرقم	الفقرات	موافق بشدة	موافق	متردد	غير موافق	غير موافق بشدة
	٢٣	أشعر بالسعادة لمساعدة الآخرين					
	٢٤	أشعر بالالتزام نحو المشكلات الاجتماعية					
	٢٥	أجتهد في محاولة إسعاد الآخرين					
	٢٦	أشعر بالمتعة والسعادة أثناء تأدية عملي					
	٢٧	يثق الآخرين بقدرتي على مساعدتهم					
	٢٨	أتجنب إيذاء مشاعر الآخرين					
	٢٩	أدافع عن وجهة نظري الخاصة بطريقة منطقية					
	٣٠	أعتمد على قدرتي الخاصة في إنجاز ما يوكل إلي					
الاستقلالية	٣١	أستغل أوقات فراغي بأشياء نافعة					
	٣٢	أقوم بواجباتي اليومية بحماس					
	٣٣	أستمتع برؤية الظواهر الكونية					
التجديد المستمر	٣٤	أبحث عن حلول جديدة للمشكلات					
	٣٥	أقترح حلولاً للمشاكل الاجتماعية					
	٣٦	أشارك في الندوات التي تخص المجتمع					
الاهتمام الاجتماعي	٣٧	أندمج مع من حولي					
	٣٨	أدافع عن حقوق الآخرين بطريقة عادلة					
	٣٩	أحاور الآخرين بأفكاري وأرى أنها تلقى استحساناً					
	٤٠	أفرح لفرح الآخرين وأحزن لحزنهم					
	٤١	علاقاتي بالآخرين يسودها الدفء					
	٤٢	أقترح حلولاً للمشاكل الاجتماعية					

المجال	الرقم	الفقرات	موافق بشدة	موافق	متردد	غير موافق	غير موافق بشدة
العلاقات الاجتماعية	٤٣	أنتقي أصدقائي بتركيز					
	٤٤	أتمتع بشهرة بين زملائي					
	٤٥	أشعر بأن الآخرين يريدون كسب صداقتي					
	٤٦	أساعد كل من يطلب المساعدة					
	٤٧	أدعو الآخرين وأقبل دعواتهم					
	٤٨	استمتع بالبداية بأحاديث مع معارف جدد وغرباء					
	٤٩	أحاول إيجاد حلول جديدة لمشكلة اعترضتني					
	٥٠	أجيد كتابة الشعر والقصة					
الابداع	٥١	أحاول إيجاد طرق جديدة لإنجاز عملي					
	٥٢	أستطيع أن أواجه المواقف غير المألوفة بكفاءة					
	٥٣	أنا مستقل في رأيي					

المجال	الرقم	الفقرات	موافق بشدة	موافق	متردد	غير موافق	غير موافق بشدة
الاستبانة	٥٤	عندما يطلب مني عمل شيء فإنني أصر على معرفة السبب					
	٥٥	أناقش الآراء ولو إنها ممن أتق بهم					
	٥٦	أتقبل وجهة نظر الآخرين					
	٥٧	أتقبل النقد الموجه إلي وأناقشه					
	٥٨	أشعر بالراحة والطمأنينة أثناء أدائي للصلاة					
	٥٩	أستمتع بالعبادات بعيداً عن أنظار الآخرين					
	٦٠	أقدم النصيحة للآخرين بالتالي هي أحسن					
	٦١	أشعر بالسعادة عندما أبر بوالدي					
٦٢	أستعين بالله في كل شؤوني						

انتهت الاستبانة مع شكري لكم.

ملحق (٢)

قائمة بأسماء المحكمين لمقياس تحقيق الذات

قائمة بأسماء المحكمين لمقياس تحقيق الذات

الاسم	الجامعة	المرتبة
د. حسن الزهراني	جامعة حائل	أستاذ مساعد بكلية التربية قسم علم النفس
د. جمال الهواري	جامعة حائل	أستاذ مساعد بكلية التربية قسم علم النفس
د. السر أحمد سليمان	جامعة حائل	أستاذ مساعد بكلية التربية قسم علم النفس
د. مصلح المجالي	جامعة حائل	أستاذ مساعد بكلية التربية قسم علم النفس
د. ناجي الخشاب	جامعة حائل	أستاذ مساعد بكلية التربية قسم علم النفس

ملحق (٣)
البرنامج الإرشادي



المملكة العربية السعودية

وزارة التعليم العالي

جامعة الملك عبد العزيز

برنامج الدراسات العليا التربوية

قسم علم النفس التربوي والإرشاد

برنامج إرشادي قائم على الإرشاد غير الموجه في تنمية تحقيق الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية

مقدم من الطالب

محمد جزاء عاتق السليمي

إشراف

الدكتور هشام إبراهيم عبدالله

أستاذ الإرشاد النفسي المشارك

برنامج الدراسات العليا التربوية - جامعة الملك عبدالعزيز

١٤٣٥هـ - ٢٠١٤م

مقدمة:

الحمد لله رب العالمين، والصلاة والسلام على أشرف الأنبياء والمرسلين نبينا محمد بن عبد الله الأمين، وعلى آله وأصحابه أجمعين، وبعد.

يعد تحقيق الذات حاجة نفسية ضرورية لكل إنسان، ومرحلة لكي يصلها المرء لا بد له أن يشبع حاجات كثيرة كالحاجات الفسيولوجية وحاجات نفسية كثيرة تتعلق بالأسرة والتعليم والمجتمع، لذلك فالقلق الذي يشعر به الكثيرون في حياتهم أو عدم الرضا، قد يكون نتيجة نقص في تحقيق إشباع حاجة نفسية ما، أو تعثر على طريق تحقيق إنجاز يؤدي إلى تحقيق الإنسان لذاته. حيث هناك من يرى أن تحقيق إنجاز في المجال العملي قد يكون خطوة لديه على طريق تحقيق الذات، وآخر يرى أن الدخل المادي الكبير هو الغاية الكبرى التي إن تحققت فإنها ستوصله إلى حالة الاستقرار والرضا عن النفس، وآخرون بالتأكيد يرون تحقيق الذات في أسرة سعيدة أو أبناء صالحين وناجحين.

فتحقيق الذات هو كل ذلك بالتأكيد، ولكن كل منا يبحث عن النقص لديه ليملاه بإنجاز أو نجاح وفق تقديره لمدى أهمية هدفه).

ويعرف الباحث تحقيق الذات self-actualization التعريف الإجرائي: (بأنه الدرجة التي

يحصل عليها الطالب على مقياس تحقيق الذات من إعداد الباحث)

البرنامج الإرشادي Counseling Program:

ويقصد بالبرنامج الإرشادي مجموعة من الإجراءات المخططة المنظمة في ضوء أسس نظرية وقواعد علمية بهدف تقديم الخدمات الإرشادية على المستويات الوقائية والعلاجية والنمائية، وبأنه دراسة للواقع وتحديد للمشاكل والأهداف والحلول، وأنه ثابت نسبياً ويتطلب المراجعة المستمرة، ويعتبر الأساس لبناء الخطط الإرشادية (عبدالله وخوجة ٢٠١٤ م: ٤٥).

ويتكون البرنامج في صورته النهائية من تسع جلسات إرشادية تستغرق كل جلسة ٤٥ دقيقة وتم تطبيق البرنامج الإرشادي على مدى ثلاثة أسابيع بواقع ثلاث أيام من كل أسبوع بغرفة المصادر بالمدرسة

الهدف العام للبرنامج:

يهدف البرنامج الإرشادي القائم على الإرشاد غير الموجه إلى تنمية تحقيق الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية.

الأهداف الإجرائية للبرنامج:

- ١- بناء العلاقة المهنية بين الباحث وأفراد العينة.
- ٢- إكساب أفراد العينة المعلومات والمعارف اللازمة لفهم تحقيق الذات من حيث تعريفه، ومظاهره وأهميته، والأساليب الموصلة إليه.

٣- تنمية المهارات الإيجابية لدى أفراد العينة وذلك باستخدام الفنيات الإرشادية المناسبة لتنمية تحقيق الذات.

٤- التعرف على صفات الشخص المحقق لذاته.

٥- التعرف على أصل المشكلة التي تعيق فهم الذات وتحقيق الذات لدى المسترشد

٦- تنمية مهارات تكوين الصداقات، والاتصال والتواصل مع الآخرين، وبناء الذات

٧- زيادة وعي أفراد العينة بإمكاناتهم الذاتية واستثمارها.

الفنيات الإرشادية:

سيتم استخدام عدة فنيات إرشادية وعلاجية وفقاً لنظرية الإرشاد غير الموجه:

١- فنية تقبل المشاعر **Feelings Acceptance Technique**:

وهي فنية تتلخص في ضرورة أن يتقبل المرشد المشاعر الموجبة التي يعبر عنها المسترشد بالكيفية نفسها التي يتقبل بها المشاعر السالبة بشرط ألا تتم مقابلة المشاعر الموجبة بالاستحسان أو المدح بل يتم تقبل المشاعر الموجبة كجانب من الشخصية لا يقل ولا يزيد قدرًا عن المشاعر السالبة.

٢- فنية عكس المشاعر **Feelings Reflection Technique**:

وتمثل هذه الفنية أهمية كبرى في العلاج غير التوجيهي وهي تعني ببساطة شديدة تكرار المقاطع الأخيرة التي يقولها للمسترشد أو إعادة محتوى ما يقوله للمسترشد أو تكرار ما يقوله المسترشد أو جانب مما يقوله بنبرة صوت تبين للمسترشد فهم المعالج له ، ولكن دون استحسان أو استهجان أي إعادة صياغة مشاعر المسترشد في كلمات تعكس جوهرها حيث يحاول المعالج أن يعرض للمسترشد مرآة لفظية **Verbal mirror** تمكن المسترشد من أن يرى ذاته بدرجة أكثر وضوحاً وتفيدته في التخلص من الصراعات الانفعالية التي تكون مدمرة لتحقيق الذات.

٣- فنية توضيح المشاعر **Feelings Clarification Technique**:

وتعني "إعادة إقرار جوهر ما يحاول المسترشد قوله "أي إنه عندما يختلط الأمر على المسترشد في محاولته التعبير عن مشاعره، فإن مهمة المرشد عندئذٍ تتمثل في مساعدته على استيضاح هذه المشاعر حتى يتسنى له التعبير عنها بوضوح، ولكن بشرط ألا يتجاوز المرشد ما يعبر عنه المسترشد بالفعل. لأنه من الخطر الحقيقي في تقويل المسترشد ما لم يقل (حسين ٢٠١٢ م، ١٠٧: ١٠٨)

٤- فنية اللاتوجيهية **Non-directedness Technique**:

واللاتوجيهية عند روجرز تعني عدم التوجيه أو النصح أو التأويل أو الإرشاد المباشر من جانب المرشد للمسترشد ، وإنما السماح للنزعة الحقيقية لدى الشخص بأن تنبثق فالمرشد لا يفعل أي شيء لتوجيه (المعطيات) التي يتم التعبير عنها بمعنى أنه لا يطرح أي تساؤلات من شأنها توجيه المقابلة ولا

يطلق أي تقييمات من شأنها استحثاث الدفاع أو إعاقاة التعبير ويكون دور المعالج مقصوراً على استجابات المسترشد وعكسها وتوضيحها (عياش، ٢٠٠٨: ١١).

الوسائل المستخدمة:

جهاز حاسب آلي، جهاز عرض من الكمبيوتر (داتا شو)، عرض بوربوينت، سبورة، أقلام سبورة، أوراق عمل.

تنفيذ البرنامج:

يستغرق تنفيذ البرنامج ثلاثة أسابيع حيث تتضمن (٩) جلسات إرشادية مدة كل منها (٤٥) دقيقة، بمعدل ثلاث جلسات أسبوعياً.

مكان الجلسات:

ستتم جلسات البرنامج الإرشادي في قاعة مصادر التعلم في المدرسة.

محتويات البرنامج:

سيتم تطبيق البرنامج على مدى (٩) جلسات إرشادية جماعية، والجدول التالي يوضح محتويات الجلسات الإرشادية.

الجلسة الأولى:

عنوان الجلسة	الجلسة الافتتاحية
الهدف العام للجلسة	تمهيد وتعارف
الأهداف الإجرائية	<p>١- التعارف بين أعضاء الجماعة والمرشد.</p> <p>٢- التعريف بالبرنامج من حيث أهدافه وعدد جلساته ومدة كل جلسة.</p> <p>٣- بناء الثقة بين المرشد وأعضاء الجماعة وبين الأعضاء أنفسهم.</p>
الوسائل المستخدمة	جهاز حاسب آلي _ جهاز عرض داتا شو _ سبورة _ أقلام سبورة _ أوراق عمل
الفيئات المستخدمة	المحاضرة، المناقشة الهادفة، الحوار الهادف، تقبل المشاعر، فنية عكس المشاعر، توضيح المشاعر، فنية اللاتوجيهية
إجراءات الجلسة	<ul style="list-style-type: none"> - الترحيب بأعضاء الجماعة الارشادية. - يقدم المرشد نفسه للأعضاء بالتعريف بنفسه ومؤهلاته العلمية وخبرته العملية في مجال الإرشاد. - يطلب من كل عضو تقديم نفسه لزملائه. - يصف المرشد البرنامج متضمنا الأهداف التي يسعى إلى تحقيقها من خلال تطبيق هذا البرنامج وعدد جلسات البرنامج ومدة كل جلسة. - يؤكد المرشد على أهمية الالتزام بمواعيد الجلسات وأهمية التفاعل معها. - عرض بطاقة قواعد السلوك الجيد في البرنامج الإرشادي. - التأكيد على ثقته بأعضاء الجماعة وثقته بنجاح البرنامج. - التأكيد على سرية جميع ما يدور داخل الجلسات. - التأكيد لأعضاء الجماعة ضرورة إبداء الرأي مهما كان مخالفاً وضرورة التحدث بصراحة.

الجلسة الثانية:

عنوان الجلسة	تقدير الذات
الهدف العام للجلسة	إكساب أفراد العينة المعلومات والمعارف اللازمة لفهم تقدير الذات من حيث تعريفه، وأبرز سمات الأشخاص ذوي تقدير الذات المرتفع، وأسباب ضعف تقدير الذات، حيث أنه يأتي قبل تحقيق الذات
الأهداف الإجرائية	<p>١- توضيح وشرح مفهوم تقدير الذات.</p> <p>٢- التحدث عن أبرز سمات الأشخاص ذوي تقدير الذات المرتفع</p> <p>٣- مناقشة الأسباب التي تؤدي إلى ضعف تقدير الفرد لذاته.</p>
الوسائل المستخدمة	جهاز حاسب آلي _ جهاز عرض داتا شو _ سبورة _ أقلام سبورة _ أوراق عمل
الفنيات المستخدمة	المناقشة الجماعية، الحوار، التساؤل، الاستفسار، تقبل المشاعر، عكس المشاعر، توضيح المشاعر، اللاتوجيهية.
إجراءات الجلسة	<p>١- الترحيب بأعضاء الجماعة وشكرهم على الالتزام بموعد الجلسة.</p> <p>٢- مراجعة ما دار في الجلسة السابقة.</p> <p>٣- التمهيد بموضوع الجلسة السابقة ومراجعتها، لكي يتم الربط بين الجلسات.</p> <p>٤- طرح عدة أسئلة للتعرف على تقدير الذات وسمات الأشخاص ذوي التقدير الذاتي المرتفع من خلال استئثار أفكار المرشدين ويقوم الباحث بعد ذلك بتعديل بعض هذه المفاهيم ومن هذه الأسئلة:-</p> <p>س: ما تقدير الذات</p> <p>س: ماهي أبرز سمات الأشخاص أصحاب الحس المرتفع بتقدير الذات؟</p> <p>س: ما هي الأسباب التي تؤدي إلى ضعف تقدير الفرد لذاته؟</p> <p>ثم يقوم المرشد بعرض شرائح (power point) توضيح</p>

عنوان الجلسة	تقدير الذات
	مفهوم تقدير الذات. ثم تتم الإجابة على أسئلة واستفسارات المسترشدين حول موضوع النقاش. ٥- تلخيص ما دار في الجلسة وإعطاء الواجب المنزلي.
الواجب المنزلي	تحدث عن الصعوبات التي تتوقع في حالة شعورك بضعف في تقدير الذات؟

عنوان الجلسة	التنظيم الهرمي للحاجات الإنسانية
الهدف العام للجلسة	تعريف الطلاب التسلسل الهرمي للحاجات الإنسانية.
الأهداف الإجرائية	<p>١- تعريف أفراد المجموعة معنى تحقيق الذات من وجهة نظر ماسلو.</p> <p>٢- معرفة صفات الشخص المحقق لذاته عند ماسلو.</p> <p>٣- إطلاع أفراد العينة على شكل (هرم الحاجات عند ماسلو).</p> <p>٤- عرض أمثلة ونماذج.</p>
الوسائل المستخدمة	جهاز حاسب آلي _ جهاز عرض (داتا شو) _ سبورة _ أقلام سبورة _ أوراق عمل.
الفيئات المستخدمة	المناقشة الجماعية، الحوار، التساؤل، الاستفسار، تقبل المشاعر، عكس المشاعر، توضيح المشاعر، اللاتوجيهية
إجراءات الجلسة	<p>١- الترحيب بأعضاء الجماعة وشكرهم على الالتزام بموعد الجلسة.</p> <p>٢- مراجعة ما دار في الجلسة السابقة ومناقشة الواجب المنزلي.</p> <p>٣- يقوم المرشد (الباحث) بتعريف مفهوم تحقيق الذات من وجهة نظر العالم ماسلو ثم مناقشته مع الأعضاء.</p> <p>٤- يبين المرشد صفات الشخص المحقق لذاته بأنه منفتح على الخبرات ووثق في كيانه العضوي ثم يتوافر فيه مركز تقييم داخلي (الرقابة الذاتية)</p> <p>وكذلك مستعد للتحويل إلى عملية (أي: ممارسة للعقل والفكر) ويعني الانفتاح على الخبرات تصور الواقع كما هو دون تشويه والاستجابة للموقف الجديد كما هو وليس كما يريده المرء ليطابق نمودجا متصورا من قبل ومن خلال الانفتاح على الخبرات يتم التوصل إلى معلومات متوفرة حول الموقف ومن خلال الإدراك المباشر لكل من النتائج المرضية وغير المرضية فإن الفرد يتمكن من تصحيح اختياراته الخطأ وبذلك يتولد الإحساس بالثقة والضبط الذاتي</p> <p>Self – Governance.</p> <p>٥- يقوم المرشد بعرض شكل هرم ماسلو بحاجياته المشهورة ومناقشة أعضاء الجماعة في ذلك.</p>

عنوان الجلسة	التنظيم الهرمي للحاجات الإنسانية
	٦- يقوم المرشد بعرض مجموعة من النماذج لأشخاص حققوا ذواتهم
	٧- شكر الأعضاء على المشاركة والتفاعل وتحديد الواجب المنزلي.
الواجب المنزلي	ماذا عليك أن تفعل الآن لتحقيق ذاتك؟

الجلسة الرابعة:

عنوان الجلسة	تحقيق الذات
الهدف العام للجلسة	إكساب أفراد العينة المعلومات والمعارف اللازمة لفهم تحقيق الذات من حيث تعريفه، ومظاهره وأهميته، والأساليب الموصلة إليه.
الأهداف الإجرائية	<p>١- توضيح وشرح مفهوم تحقيق الذات.</p> <p>٢- التحدث عن مظاهر الشخص لمحقق لذاته.</p> <p>٣- مناقشة الأساليب الموصلة إلى تحقيق الذات.</p>
الوسائل المستخدمة	جهاز حاسب آلي _ جهاز عرض داتا شو _ سبورة _ أقلام سبورة _ أوراق عمل
الفنيات المستخدمة	المناقشة الجماعية، الحوار، التساؤل، الاستفسار، تقبل المشاعر، عكس المشاعر، توضيح المشاعر، اللاتوجيهية.
إجراءات الجلسة	<p>١- الترحيب بأعضاء الجماعة وشكرهم على الالتزام بموعد الجلسة.</p> <p>٢- مراجعة ما دار في الجلسة السابقة ومناقشة الواجب المنزلي.</p> <p>٣- التمهيد بموضوع الجلسة السابقة ومراجعتة، لكي يتم الربط بين الجلسات.</p> <p>٤- طرح عدة أسئلة للتعرف على تحقيق الذات ومظاهره من خلال استئارة أفكار المسترشدين بالأسئلة ويقوم الباحث بعد ذلك بتعديل بعض هذه المفاهيم ومن هذه الأسئلة:-</p> <p>س: ما مفهوم تحقيق الذات ؟</p> <p>س: ماهي المظاهر التي تميز الشخص المحقق لذاته ؟</p> <p>س: ماهي الأساليب الموصلة لتحقيق الذات ؟</p> <p>ثم يقوم الباحث بعرض شرائح (power point)توضح مفهوم تحقيق الذات ومظاهر الشخص المحقق لذاته والأسباب الموصلة لذلك.</p> <p>ثم تتم الإجابة على أسئلة واستفسارات المسترشدين حول موضوع النقاش.</p> <p>٥- تلخيص ما دار في الجلسة وإعطاء الواجب المنزلي.</p>
الواجب المنزلي	تحدث عن الصعوبات التي تتوقعها في حالة شعورك في ضعف في تحقيق الذات؟

الجلسة الخامسة:

عنوان الجلسة	أبعاد الذات الإنسانية
الهدف العام للجلسة	تعريف الطلاب بأبعاد الذات الإنسانية.
الأهداف الإجرائية	<p>١- تعريف الطلاب بأبعاد الذات الإنسانية عند روجرز.</p> <p>٢- الإحاطة بأبعاد الذات المنبثقة عن نمو الوعي بالذات</p> <p>٣- مساعدة الطلاب في الكشف عن ذواتهم.</p>
الوسائل المستخدمة	جهاز حاسب آلي _ جهاز عرض داتا شو _ سبورة _ أقلام سبورة _ أوراق عمل.
الغيات المستخدمة	الحوار، المناقشة الجماعية، النمذجة، التغذية الراجعة الإيجابية، التعزيز، التساؤل، الاستفسار، تقبل المشاعر، عكس المشاعر، توضيح المشاعر، اللاتوجيهية.
إجراءات الجلسة	<p>١- الترحيب بأعضاء الجماعة وشكرهم على الالتزام بموعد الجلسة.</p> <p>٢- مراجعة ما دار في الجلسة السابقة ومناقشة الواجب.</p> <p>٣- إعطاء فكرة عامة عن الذات عند روجرز حيث يعد الذات بمثابة النواة للشخصية التي تنتظم من حولها كل مشاعر الفرد وأفكاره وتقييماته وكل ما يدخل في مجال حياته أو يمت إلى هذا المجال</p> <p>بصلة يمكن القول إن للذات أربعة أبعاد هي:</p> <p>الذات الحقيقية: وهي تعني ما يكونه الفرد في الحقيقة فعلاً وقد يكتشف كل منا أو يقترب منه بقدر ما.</p> <p>الذات المدركة: وهي ما يعتقد المرء أنه نفسه وذلك في ضوء تقييمه وإدراكه لها من خلال تفاعلاته مع الآخرين والبيئة التي يعيش فيها وقد تكون الذات المدركة واقعية أو غير واقعية.</p> <p>الذات الاجتماعية: وهي صورة المرء عن نفسه كما يعتقدونها موجودة لدى الآخرين ممن يعيش معهم ، وهي تتشكل من إدراكاته لكيف يفكرون فيه ويتوقعون منه.</p> <p>الذات المثالية: تصور الذات كما يتمنى المرء أن يحققه ويحب أن يكونه نمو الشخصية.</p> <p>الكشف عن الاحتياجات الجديدة المكتسبة: التي تكون أكثر إلحاحاً من عملية التقييم عندما ينمو الوعي بالذات ويتميز مفهومها كشيء مستقر</p>

أبعاد الذات الإنسانية	عنوان الجلسة
<p>يوجه السلوك وتظهر معه وهي:</p> <p>الحاجة إلى الاعتبار الايجابي: يتمثل في الحصول على تقدير الآخرين، خاصة ممن لهم أهمية في حياته ويتم عندما يدرك الفرد نفسه.</p> <p>أن عملية الإشباع ذاتها متبادلة بمعنى إنه ذاته مشبع لحاجة شخص آخر.</p> <p>الحاجة إلى اعتبار الذات: تنشأ هذه الحاجة (التقدير) نتيجة لخبرات الطفل بإشباع أو إحباط حاجته إلى الاعتبار الايجابي من الآخرين فإذا ما اكتسب الطفل تقديراً معيناً من الآخرين استدمجه في ذاته ثم نجده يتصرف بالكيفية نفسها تبعاً لقيم الآخرين وأحكامهم عنه ليمارس تقدير الذات.</p> <p>٤- مناقشة الأعضاء بالكشف عن ذواتهم الحقيقية وعناصر خبرتهم الشخصية وعندئذ يتوصل الأفراد إلى شخصياتهم الحقيقية وعناصر خبرتهم الشخصية وذواتهم بحيث لا يفتنون بالانصياع الآلي لتوقعات الآخرين ، ويظهر الشخص عندما يرتفع تحقيقه لذاته.</p> <p>٥- تلخيص ما دار في الجلسة وإعطاء الواجب المنزلي.</p>	
<p>اكتب تصورا عاما عن الذات الإنسانية كما مر بك.</p>	<p>الواجب المنزلي</p>

عنوان الجلسة	الاستبصار لتنمية تحقيق الذات
الهدف العام للجلسة	التدريب على مهارة الاستبصار بأسباب المشكلة.
الأهداف الإجرائية	<p>١- مساعدة أفراد المجموعة لاستغلال طاقاتهم وإمكاناتهم</p> <p>٢- مساعدة أفراد المجموعة وذلك بتنمية جانب الإحساس بالثقة بالنفس ومهارة الضبط الذاتي.</p> <p>٣- معرفة أهمية الاستبصار للتحقيق الإيجابي للذات في ما هو عالم افتراضي يعيشه المراهقون في العصر الحاضر.</p>
الوسائل المستخدمة	جهاز حاسب آلي - جهاز عرض داتا شو- سبورة - أقلام سبورة - أوراق عمل
العمليات المستخدمة	لحوار، المناقشة الجماعية، النمذجة، التغذية الراجعة الإيجابية، التعزيز، التساؤل، الاستفسار، تقبل المشاعر، عكس المشاعر، توضيح المشاعر، اللاتوجيهية.
إجراءات الجلسة	<p>١- حث أفراد المجموعة لاستغلال طاقاتهم وإمكاناتهم في أن الصراع بين تحقيق الذات (بوصفها حاجة غريزية) والتحقيق الإيجابي للذات (أي تحقيق الذات وفقاً للمعايير الاجتماعية والأخلاقية السائدة في المجتمع.</p> <p>٢- إعطاؤهم تصور واضح بأهمية تنمية جانب الإحساس بالثقة بالنفس ومهارة الضبط الذاتي.</p> <p>٣- توضيح أهمية تنمية تحقيق الذات إذ يعد تحقيق الذات حاجة نفسية ضرورية لكل إنسان، ومرحلة لكي يصلها المرء لابد له أن يشبع حاجات كثيرة كالحاجات الفسيولوجية وحاجات نفسية كثيرة تتعلق بالأسرة والتعليم والمجتمع، وكل منا يبحث عن النقص لديه ليملاه بإنجاز أو نجاح وفق تقديره لمدى أهمية هدفه، إنه الدافع الرئيس الذي يسعى الإنسان لإشباعه.</p> <p>٤- التعرّيج على التأثير السلبي لوسائل التقنية الحديثة وكيف يمكننا أن نخدم المجتمع من خلال وسائل التقنية الحديثة ؟ ذلك لمعرفة أهمية الاستبصار للتحقيق الإيجابي للذات في ما هو عالم افتراضي يعيشه المراهقون في العصر الحاضر.</p>

عنوان الجلسة	الاستبصار لتنمية تحقيق الذات
	٥- تلخيص ما دار في الجلسة وإعطاء الواجب المنزلي.
الواجب المنزلي	اكتب مشكلة افتراضية وضع الحلول المقترحة.

الجلسة السابعة:

عنوان الجلسة	بناء الذات
الهدف العام للجلسة	التركيز على أهمية بناء الذات لدى الطالب.
الأهداف الإجرائية	<p>١- توضيح مفهوم بناء الذات.</p> <p>٢- التذكير بأهمية بناء الذات على الشخصية.</p> <p>٣- معرفة خطوات بناء الذات.</p>
الوسائل المستخدمة	جهاز حاسب آلي - جهاز عرض داتا شو - سبورة - أقلام سبورة - أوراق عمل.
الفيئات المستخدمة	الحوار، المناقشة الجماعية، النمذجة، التغذية الراجعة الإيجابية، التعزيز.
إجراءات الجلسة	<p>١- الترحيب بأعضاء الجماعة وشكرهم على الالتزام بموعد الجلسة.</p> <p>٢- مراجعة ما دار في الجلسة السابقة ومناقشة الواجب.</p> <p>٣- سؤال الأعضاء عن ماذا يعني بناء الذات.</p> <p>٤- يقوم المرشد بشرح مفهوم بناء الذات، ثم مناقشة هذا المفهوم مع الأعضاء من خلال طرح مجموعة من الأسئلة مع الأعضاء، وبعد مناقشة الإجابة عن الأسئلة نخلص منها بالاستنتاجات التي تدل أن لبناء الذات خطوات).</p> <p>٥- يقوم المرشد بشرح الخطوات اللازمة التي لا بد من إمام الفرد بها لبناء ذاته.</p> <p>٦- شكر الأعضاء على المشاركة والتفاعل وتحديد الواجب المنزلي.</p>
الواجب المنزلي	يكتب الأعضاء عن عوائق بناء الذات وكيف يتغلبون عليها؟

الجلسة الثامنة:

عنوان الجلسة	مهارات التواصل وبناء الصداقات
الهدف العام للجلسة	أن يتعرف الأعضاء على مهارة التواصل وبناء الصداقات.
الأهداف الإجرائية	<p>١- أن يعي الأعضاء أهمية تحسين مهارة التواصل.</p> <p>٢- أن يحسن الأعضاء مهارة بناء صداقات إيجابية.</p> <p>٣- أن يتدرب الأعضاء على مهارة التواصل وبناء الصداقات.</p>
الوسائل المستخدمة	جهاز حاسب آلي _ جهاز عرض داتا شو _ سبورة _ أقلام سبورة _ أوراق عمل
العمليات المستخدمة	لحوار، المناقشة الجماعية، النمذجة، التغذية الراجعة الإيجابية، التعزيز، التساؤل، الاستفسار، تقبل المشاعر، عكس المشاعر، توضيح المشاعر، اللاتوجيهية.
إجراءات الجلسة	<p>١- الترحيب بأعضاء الجماعة وشكرهم على الالتزام بموعد الجلسة.</p> <p>٢- مراجعة ما دار في الجلسة السابقة ومناقشة الواجب.</p> <p>٣- شرح مبسط لمعنى مهارات التواصل وأهميته وضرورته.</p> <p>٤- إيضاح أهميته في كسب رضا الآخرين دونما أن تخسر شيئاً.</p> <p>٥- إيضاح أهمية بناء الصداقات من خلال تكوين علاقات متبادلة طابعها الود والاحترام والتقدير.</p> <p>٦- عرض مجموعة من الأمثلة من الحياة على أهمية إجادة مهارة التواصل وتدريب الأعضاء على كيفية اختيار الصديق بعرض الصفات الإيجابية التي نختار الأصدقاء من خلالها غالباً.</p> <p>٧- تلخيص ما دار في الجلسة.</p> <p>٨- شكر الأعضاء على المشاركة والتفاعل وتحديد الواجب المنزلي.</p>
الواجب المنزلي	ما هي الصفات الشخصية التي لا ترضى أن تكون في صديقك؟

الجلسة التاسعة:

عنوان الجلسة	الجلسة الختامية
الهدف العام للجلسة	تطبيق الاختبار البعدي.
الأهداف الإجرائية	١- إتقان المهارات التي تم التدريب عليها أثناء تطبيق البرنامج. ٢- تطبيق مقياس تحقيق الذات من إعداد الباحث.
الوسائل المستخدمة	جهاز حاسب آلي – سبورة – أقلام سبورة.
الفيئات المستخدمة	المناقشة الجماعية – الحوار الهادف.

ملحق (٤)

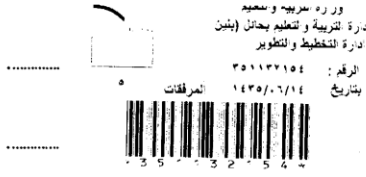
قائمة بأسماء المحكمين للبرنامج الإرشادي

قائمة بأسماء المحكمين للبرنامج الإرشادي

المرتبة	الجهة	الاسم
أستاذ مساعد بكلية التربية قسم علم النفس	جامعة حائل	د. حسن الزهراني
أستاذ مساعد بكلية التربية قسم علم النفس	جامعة حائل	د. السر أحمد سليمان
مشرف توجيه وإرشاد	إدارة التربية والتعليم بحائل	أ. محمد الحليان

ملحق (٥)

خطاب الموافقة على تطبيق أدوات البحث



المملكة العربية السعودية

وزارة التربية والتعليم

الرمز (٢٨٠)

الإدارة العامة للتربية والتعليم بمنطقة حائل

إدارة التخطيط والتطوير

البحوث والدراسات

الموضوع : تسهيل مهمة الباحث / محمد بن جزاء السليمي

المكرم / مدير كتيفزة الثانوية وفقه الله

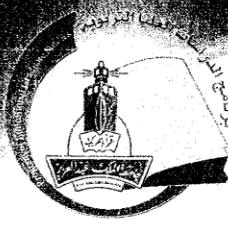
السلام عليكم ورحمة الله وبركاته ، وبعد :

إشارة إلى خطاب سعادة وكيل برنامج الدراسات العليا التربوية في جامعة الملك عبد العزيز والمؤرخ في ١٣/٤/١٤٣٥ هـ . بشأن تطبيق أداة دراسة بعنوان (فاعلية برنامج إرشادي قائم على الإرشاد غير الموجه لتنمية تحقيق الذات لدى طلاب الثانوية) .. للطلاب: محمد بن جزاء السليمي .. وذلك استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في التوجيه والإرشاد التربوي من جامعة الملك عبد العزيز. أمل التكرم بالتعاون مع الباحث ، وتسهيل مهمته في تطبيق أداة الدراسة وتزويده بالبيانات اللازمة لدراسته .

والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته ،،،

مديرة التخطيط والتطوير

مها بنت عماش الشمري



حفظه الله

سعادة / المدير العام للتعليم بمحافظة حائل

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته ، ، ،

انطلاقاً من أهمية التعاون المتبادل بين الجامعة وبين مختلف قطاعات المجتمع ولحاجة بعض المواد لدراسات تطبيقية تتم عن طريق الزيارات الميدانية أو التدريب العملي للجهات التابعة لكم ، فإننا نأمل من سعادتكم تسهيل مهمة الطالب لاستكمال متطلبات المادة العلمية وفقاً للمعلومات الموضحة أدناه .
الكلية : برنامج الدراسات العليا التربوية .
القسم : ماجستير التوجيه والإرشاد التربوي.

الهدف من الزيارة :

تسهيل مهمة الطالب العلمية في تطبيق موضوع البحث وذلك خلال الفصل الدراسي الثاني (١٤٣٤ / ١٤٣٥ هـ)

موضوع البحث	بيانات الطالب
فاعلية برنامج ارشادي قائم علي الارشاد غير الموجه لتنمية تحقيق الذات لدى طلاب الثانوية	الاسم محمد جزاء السليمي
	الرقم الجامعي ١٣٠١٢٩١
	الجوال

رئيس الشعبة
الاسم / د. خالد بن حسن التميمي
التوقيع :

المشرف على البحث
الاسم / د. محمد بن عبد الله
التوقيع :

وكيل برنامج الدراسات العليا التربوية

د. عمر بن محمد باداود

العميد المساعد للتعليم العالي
د. محمد بن عبد الله السليمي

المرفقات

Date: ١٤٣٥ / ٤ / ١٢ التاريخ

الرقم : Ref:

هاتف : ٦١١١٧ - ٦٩٥١١١٦ فاكس : ٦٩٥٢٨٨٨ ص.ب. : ٨٠٢٦٩ ج.د. : ٢١٥٨٩

Tel: 61117 - 6951116 Fax: 6952888 P.O.BOX 80269 Jeddah 21589 E-MAIL : p.e.g.s@msn.com

Kingdom of Saudi Arabia
Ministry of Higher Education
King Abdulaziz University
Program of Educational Graduate Studies



**The effectiveness of the counseling program based on indirect
counseling, to improve the self-actualization among high school
students**

Research project within the requirements for obtaining a master's degree in
Education Counseling and Guidance

Prepared by
Al saleemi, mohammad jazaa

Supervised by
Dr. Hisham Ibrahim Abdullah
Associate Professor of psychological counseling
Program of Educational Graduate Studies
King Abdulaziz University

١٤٣٥ - ٢٠١٤

