اثر برنامج تدريبي لتشخيص تصورات – أنا متكونة – المقترحة لتحسين جودة – أنا – بالطريقة الذاتية لدى طلبة كلية التربية الرياضية

أ.م.د.حيدر حسن اليعقوبي

ملخص البحث

يتمثل البحث الحالي في خمسة فصول : الأول التعريف بالبحث والذي يبين فيه مشكلة البحث التي يمكن تمثيلها في السؤال الآتي : إلى أي مدى يمكن أن تساعد تصورات (أنا متكونة) حول مساعدة الأشخاص في تشخيصهم الذاتي لصور أناتهم في المواقف الايجابية منها Positive والسلبية أيضا Negative ؟ في حين الأهمية النظرية فيما ينتجه البحث من الإضافة المعرفية حول تصورات (أنا متكونة) كما إن الأهمية التطبيقية تستوضح من خلال بناء وتطبيق مقياس تشخيص تصورات (أنا متكونة) المقترحة والفاعلية للبرنامج التوجيهي في سبل التشخيص على تلك التصورات ومن ذلك فان أهداف البحث تتمثل في بـ: بناء برنامج توجيهي يعتمد على تصورات (أنا متكونة) في عملية التشخيص الذاتي و بناء مقياس تشخيص تصورات (أنا متكونة) المقترحة وأيضا التعرف عن فاعلية البرنامج التدريبي في سبل التشخيص على تصورات

(أنا متكونة) ومنه حدد الفرضيات الصفرية الأربعة الآتية : لا توجد فروق ذا دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) في سبل التشخيص على تصورات(أنا متكونة)للمجموعة الضابطة بين الاختبار القبلي والبعدي لدى طلبة كلية التربية الرياضية – لا توجد فروق ذا دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) في سبل التشخيص على تصورات (أنا متكونة)للمجموعة التجريبية بين الاختبار القبلي والبعدي لدى طلبة كلية التربية الرياضية – لا توجد فروق ذا دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) في سبل التشخيص على تصورات (أنا متكونة)بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار ألبعدي لدى طلبة كلية التربية الرياضية – لا توجد فروق ذا دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) في سبل التشخيص على تصورات (أنا متكونة) بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار المرجأ لدى طلبة كلية التربية الرياضية علما إن مجالات البحث تمثلت بـ:المجال البشري:- طلاب (طلبة وطالبات) كلية التربية الرياضية جامعة كربلاء – المجال المكاني :- كلية التربية الرياضية الدراسة الصباحية – المجال ألزماني :- للمدة من 2011/1/5 م الثلاثاء ولغاية 2011/6/20 م الاثنين (خمسة أشهر وخمسة عشرة يوما) – للعام الدراسي الجامعي (2010-2011) كما حددت تعريفات البحث المتمثلة في البرنامج التدريبي Training Program – تصورات أنا متكونة Constituted Ego – تحسين Improvement

في حين الفصل الثاني تمثل في : الإطار النظري للبحث الذي شمل أمرين الأول نظريات معاصرة في علم النفس في تفسير (أنا) تمثلت في نظرية كل من ذات ظاهرية – الذات الذاتية والموضوعية – سيكولوجية انشغالات الأنا- الذات التجريبية – نظرية ألانا – أساليب الأنا – الذات المستخلصة – الذات المعرفية التعددية . أما الثاني الأمر الثاني فتناول تصورات – أنا متكونة- المقترحة بمكوناتها (الملهم الإلهي – فاعلية الدفعة العقلية – فاعلية العقل المتدبر – فاعلية العقل المبتكر – فاعلية أنا متكونة) وان الفصل الثالث : منهجية البحث وإجراءاته الميدانية تمثل في منهج البحث المتمثل في (المنهج التجريبي) ومجتمع البحث البالغ عددهم أثناء التجريب (166) لذا اختيرت عينة البحث بنسبة (10 %) ومن ذلك فقد كان عدد العينة التجريبية الكلي (17) طالب وطالبة اختيروا على وفق أمرين : (الرغبة الشخصية و العشوائية في الاختيار) كما استعمل في البحث ثلاث أدوات تمثلت في (A) الاستمارة أسلوب حالات التشخيص الأسبوعي حول صورة(أنا متكونة) (B) مقياس سبل التشخيص على تصورات (أنا متكونة) (C)البرنامج التدريبي في تحديد والتشخيص الذاتي لصور (أنا متكونة) التي تعتريهم تمثل المقياس حالات صورة (أنا متكونة) من (16) فقرة سيقت بالأسلوب التقريرات ألفظية الايجابية وبخيارات من نوع (ثلاثي) على النحو الآتي:(تمثلني – تمثلني إلى حد ما – لا تمثلني) ليمثل مكونين أساسيين هما:

أ.م.د.حيدر حسن اليعقوبي/ جامعة كربلاء/ كلية التربية لعلوم الصرفة

(ممارسة السلوك جراء المواقف السارة التي تبعث في نفوس السعادة والارتياح صورة (A)) و(ممارسة السلوك جراء المواقف التي تزعج وتشعر بتألم وضيق صورة (B)) وبهذا فكانت أعلى درجة للمقياس (48) واقل درجة على المقياس (16) بوسط فرضي (32).

تم التحقق من التحليل المنطقي للفقرات فضلا عن الخصائص السيكومترية للفقرات من خلال القوة التمييزية للفقرات وصدق الفقرات (علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس) كما تم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس في كل من صدق المقياس بطريقتين

(الصدق الظاهري و صدق البناء) كما تم التحقق من ثبات المقياس بطريقتين أيضا هما : (طريقة إعادة الاختبار باستخدام معامل ارتباط (Pearson Correlation) بدرجة (0.71) وحساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية باستعمال معامل الارتباط (Pearson Correlation) بدرجة (0.64) وصحح من خلال معادلة التصحيح (Spearman –Brown) بدرجة (0.78) ولزيادة التأكد عمد الباحث إلى التحقق من معامل الاغتراب وكان بدرجة (0.22) كما تم التحقق من الخطأ المعياري للمقياس الذي كان بلغ الانحراف المعياري للمقياس (2) إذ بلغ (*1.54) عندما كان معامل الثبات (0.64) إذ استخرج بطريقة التجزئة النصفية وبلغ قيمة (*2.13) عندما كان معامل الثبات (0.71) إذ استخرج والمقياس أصبح جاهزا للتطبيق (ملحق 7) والمعروض على عينة البحث (ملحق 8) بعد توزيع الفقرات بصورة عشوائية

كما اعد (البرنامج التدريبي لتشخيص صورة – أنا متكونة – وتحسنها بالطريقة الذاتية) من خلال (أهداف من البرنامج التدريبي) وتمثل في التعبير عن مشاعرهم ومشكلاتهم التي تحدث يوميا وبصورة متكررة من غير تردد – تطوير قدرتهم على عملية التشخيص الذاتي حول صورة (أنا) وبدقة – تطوير عمل التشخيص الذاتي من اجل تعديل صورة (أنا) السلبية إلى صورة (أنا) الايجابية فضلا عن (أنشطة البرنامج التدريبي) الأنشطة الاجتماعية – الأنشطة الرياضية و(خطوات البرنامج التدريبي) كما بين (وقت ومدة البرنامج التدريبي) المستغرق بجلساته الأربعة من تاريخ (5/9 ولغاية 5/30 من العام 2011) بواقع جلسة واحدة في الأسبوع حيث استوضح فيه (الجلسة الأولى–5/9 الاثنين) بيان صورة مشاعرهم ومشكلاتهم التي تحدث يوميا وبصورة متكررة(الجلسة الثانية–5/16 الاثنين) تطوير قدرتهم على التشخيص الذاتي حول صورة (أنا) (الجلسة الثالثة–5/23 الاثنين) تطوير قدرتهم على تعديل صورة (أنا) السلبية إلى صورة (أنا) الايجابية (الجلسة الرابعة–5/30 الاثنين) تأكيد تطوير قدرتهم على التشخيص الذاتي والتعديل حول صورة (أنا) السلبية إلى صورة (أنا) الايجابية . كما تم تحديد ساعة ونصف مدة الجلسة الواحدة

تناول الفصل الرابع : عرض وتحليل ومناقشة النتائج من خلال الإجابة على الفرضيات الصفرية وان الفصل الخامس تمثل في: الاستنتاجات: فاعلية البرنامج التدريبي في مساعد الأفراد العينة التجريبية (المجموعة التجريبية) في قدرتهم على إدراك مشاعرهم ومشكلاتهم التي تحدث يوميا وبصورة متكررة فضلا عن قدرتهم على عملية التشخيص الذاتي حول صورة (أنا) وبدقة و الذاتي من اجل تعديل صورة (أنا) السلبية إلى صورة (أنا) الايجابية – من خلال نتائج المجموعة الخاضعة للتجريب في البحث (المجموعة الضابطة) وجد إن الأفراد يعانون من مشاعرهم نحو التصورات (أنا) السلبية إلا أنهم لا يدركونها وبالتالي تصعب عليهم سبل التعديل نحو صورة (أنا) الايجابية – قدرة الأفراد في رسم التصورات الذهنية حول صورة (أنا) السلبية التي يشعرون بها –إمكانية التشخيص الذاتي حول صورة (أنا) السلبية التي يشعرون بها وبسهولة عندما يوجهون بالتدريب نحوها – ساعد البرنامج إلى حد ما في تعديل صورة (أنا) السلبية إلى صورة (أنا) الايجابية من خلال تنشطه إدراكهم نحو واقع (أنا) التي يعيشونها – ومنه تم التوصيات والاقتراحات . استعمل البحث (21) مصدرا توزعت على (14) عربية و(7) أجنبية

After a training program for the diagnosis of perceptions – Constituted Ego – the proposed
To improve the quality – Ego – the way of self among the students of the Faculty of Physical Education

A. M. Haider Hassan Yacoubi d Faculty of Education of Pure Science - University of Karbala

The current research in five chapters: the first definition of research, which shows where the research problem that can be represented in the following question: To what extent can help perceptions (I made up) about helping people diagnosed with the self-images Onathm in positive attitudes, including Positive and negative too Negative? While the importance of theory in shaping research in the addendum of knowledge about the perceptions of (I made up) as the importance of applied clarify through the construction and application of standard diagnostic scenarios (I made up) of the proposed and effectiveness of the program guiding the diagnostic tests on those perceptions, and so the objectives of the research is to : building orientation program depends on the perceptions of (I made up) in the process of self-diagnosis and building scale diagnosis of perceptions (I made up) of the proposed and also to identify the effectiveness of the training program in diagnostic tests on the perceptions of (I made up) and from select assumptions zero the following four: there are no differences statistically significant at the level of (0.05) in the ways of diagnosis on perceptions (I made up) to set the control between the pre-testing and post to the students of the Faculty of Physical Education - there are no differences statistically significant at the level of (0.05) in the ways of diagnosis on perceptions (I made up) for the group test between the pre-testing and post to the students of the Faculty of Physical Education - there are no differences statistically significant at the level of (0.05) in the ways of diagnosis on perceptions (I made up) between the two groups of experimental and control in the post-test among the students of the Faculty of Physical Education - there are no differences statistically significant at the level of (0.05) in the ways of diagnosis on perceptions (I made up) between the two groups of experimental and control in the test delayed the students of physical education note that the research was to: the human sphere: - students (male and female students) Faculty of Physical Education University of Karbala - spatial domain - Faculty of Physical Education study morning - temporal area: - for the duration of the M 5/1/2011 20/6/2011 Tuesday for the very PM Monday (five months and fifteen days) - university for the academic year (2011-2010) also identified the definitions of research in the training program Training Program - I made up scenarios Constituted Ego - improve Improvement

While the second chapter is on: the theoretical framework of the research, which included two first theories of modern psychology in the interpretation of (I) was in the theory of all of the same virtual - self-subjective and objective - the psychology of the concerns of the ego - self-pilot - the theory of ego - the methods of ego - the self- learned - self-knowledge pluralism. The second is the second addressed the perceptions - I made up - proposed its components (the divine inspiration - the effectiveness of mental installment - the effectiveness of prudential reason - the effectiveness of the innovative mind - I made up the effectiveness of)

And Chapter III: research methodology and procedures of the field represented in the research methodology of (experimental method) and the research community's during experimentation (166) so selected sample (10%), and so has the number of sample experimental total (17) students were chosen on according to two things: (a desire personal and random selection), as used in the search three tools was the ((A form is a method of diagnosis weekly on the image (I made up) ((B standard means of diagnosis on perceptions (I made up) ((C Training Program in determining the diagnosis and self-images (I made up) by Taatarém

Represent a measure of image (I made up) from (16) paragraph cited style allied casualties Olfezah positive and options of the type (three) as follows: (represent me - represent me to some extent - does not represent me) to represent the two components essential are: (the practice of behavior by the attitudes good emitting in the hearts of happiness and satisfaction of the image (A)) and (exercise behavior by situations that upset and feel Btalm and narrow image (B)) and this was the highest degree of the scale (48) and less on the Richter scale (16) central Varzi (32).

Been verified by rational analysis of the vertebrae as well as the characteristics of psychometric paragraphs

through the power the discriminatory clauses and sincerity of paragraphs (relationship paragraph class overall scale) as verification of properties of psychometric of the scale in each of the sincerity of the scale in two ways (honesty virtual and true construction) also verified the stability of scale in two ways, too, (the way the retest using the coefficient of correlation (Pearson Correlation) degree (0.71) and calculate the stability in a retail mid-term use of the correlation coefficient (Pearson Correlation) degree (0.64) and corrected by the equation of the correction (Spearman-Brown) degree (0.78) To further ensure deliberately researcher to check the coefficient of alienation and the degree of (0.22) also verified the standard error of measurement, which)*was reached the standard deviation of the measure (2) The amounted to (1.54 when the reliability coefficient (0.64), as extracted in a retail mid-term and total value of (2.13) when the reliability coefficient (0.71) as extracted and the scale is ready* for the application (Appendix 7) and before the sample (Appendix 8) after the distribution of random paragraphs
Also prepared (training program for the diagnosis of a picture - I made up - and improve the way of self) through (objectives of the training program) and represent the expression of their feelings and problems that occur daily and frequently without hesitation - to develop their ability to process self-diagnosis on the image of (I) and accurately - develop the work of self-diagnosis in order to modify the image (I) the negative image of (I) positive as well as (the activities of the training program) social activities - sports activities, and (steps of the training program) and between (time and duration of the training program) takes Bgelsath four from the date of (9 / 5 until 30 / 5 of the year 2011) by one session a week, where requested clarification of the (first meeting of -9 / 5 Monday) depict the feelings and problems that occur daily and frequently (second session -16 / 5 Monday) to develop their ability to Self-diagnosis on the image of (I) (Session III -23 / 5 Monday) to develop their ability to modify the image (I) the negative image of (I) positive (Session IV -30 / 5 Monday) confirmed the development of their ability to self-diagnosis and adjustment on the image (I) the negative image of (I) positive. Have been identified and a half hours per session length
Turning to chapter IV: presentation and analysis and discussion of results by answering the assumptions zero, and Chapter V is on: Conclusions: the effectiveness of the training program in helping individuals sample empirical (experimental group) in their ability to understand their feelings and problems that occur daily and more frequently as well as their ability to process Self-diagnosis on the image of (I) and accurately and self in order to modify the image (I) the negative image of (I) positive - through the Group's results of controlled experimentation in the search (control group) found that individuals suffering from feelings about perceptions (I) negative but they are not being recognized and thus harder for them to ways of adjustment towards the image (I) the positive - the ability of individuals in shaping perceptions of the mental on the image of (I) the negative they feel - the possibility of self-diagnosis on the image of (I) the negative they feel and easily when directing training etc - helped program to some extent to modify the image (I) the negative image of (I) through activated by the positive perception about the reality of (I) in which they live - and it was the recommendations and suggestions. Use the Find (21) was distributed on the source (14) and Arab (7) foreign

1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث Significance of the Research

لقد بات الاهتمام بالسلوك الإنساني بصورته الدقيقة من ابرز معالم تطلعات علم النفس المعاصر وراحت كل تلك الاتجاهات العامة التي تتناول طبيعة السلوك بصورته السطحية في طي النقد والنسيان . حيث إن دراسة السلوك ودلالاته الحقيقية الدقيقة اقرب للبحث العلمي الجديد في علم النفس الجديد المعاصر من غيره . في وقت إن الاهتمام بالصورة التي تتعايشها الشخصية في المواقف السارة منها والمؤلمة أصبح امرأ ضروريا للغاية فالشخص مازال يتعرض إليها بأنواعها ودرجاتها المختلفة جراء العديد من التغيرات الطارئة الاجتماعية منها والاقتصادية ولربما السياسية أيضا وعلى وجه الخصوص مجتمعنا العربي والمحلي – العراقي – فكان لزما على البحث العلمي تسليط ضوء بالاهتمام حول آثار تلك الظروف بحلوها ومرها ومدى الصورة التي تنشئها الشخصية حيالها

ولما إن التصورات التي ناشدة بها (أنا متكونة) من حيث وضع صورة معالم الشخصية في المواقف تلك تعد من مقترحات المعرفة العلمية النفسية بصورتها الأولية كان من الأفضل الاهتمام بتصوراتها من اجل الكشف عن صوابها من خطئها من حيث مساعد الأشخاص في تعريف الذاتي بصور(أنا) الخاصة بهم جراء تلك المواقف المحزنة والسعيدة على حد سواء ومن هذا يأتي البحث الحالي كمحاولة أولية في بيان فاعلية التشخيص من قبل الأشخاص المتمثل في طلبة كلية التربية الرياضية . إذ إن طلبة الجامعة يعدون من الأشخاص الذين يمكنهم تشخيص صور أناتهم على وفق المواقف التي تعتريهم أثناء أدائهم النظري أو العملي الرياضي ومن ذلك تستوضح للباحث الأهمية النظرية فيما ينتجه البحث من الإضافة المعرفية حول تصورات (أنا متكونة) كما إن الأهمية التطبيقية تستوضح من خلال بناء وتطبيق مقياس تشخيص تصورات – أنا متكونة – المقترحة والفاعلية للبرنامج التوجيهي في سبل التشخيص على تلك التصورات

2-1 مشكلة البحث The Problem of the Research

إن مشكلة البحث العلمي اليوم أضحت في نقدا شديد باستعمالها المتغيرات النفسية والاجتماعية والتربوية العامة غير تلك التي تلوج في أعماق الشخصية وتحللها لتصل إلى نتائج السلوك بدقة متناهية وهذا ما يضيع صورة البحث العلمي النفسي وبالتالي باتت الاهتمامات الدقيقة بالشخصية أمرا قلما نجده في النظريات النفسية مقتصرة على المعالم العامة والعريضة منها .. كما يلحظ العديد من الباحثين قلة تناول الأبحاث التي تهتم بالمواقف Positive والأخرى Negative ومدى تأثيرها في صورة موقف الشخص حيال التأثيرات التي تعتريه والذي تعيشه الشخصية الإنسانية وبالتالي يمكن تمثيل مشكلة البحث في السؤال الآتي : إلى أي مدى يمكن أن تساعد تصورات (أنا متكونة) حول مساعدة الأشخاص في تشخيصهم الذاتي لصور أناتهم في المواقف الايجابية منها Positive والسلبية أيضا Negative ؟

3-1 أهداف البحث

يهدف البحث الحالي بـ:

1-3-1 بناء برنامج توجيهي يعتمد على تصورات – أنا متكونة – في عملية التشخيص الذاتي

1-3-2 بناء مقياس تشخيص تصورات – أنا متكونة –

1-3-3 التعرف عن فاعلية البرنامج التدريبي في سبل التشخيص على تصورات – أنا متكونة –

1-4 فرضيات البحث

من خلال أهداف البحث يستطيع الباحث تحديد الفرضية الصفرية العامة بـ:

1-4-1 لا توجد فروق ذا دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) في سبل التشخيص على تصورات (أنا متكونة) للمجموعة الضابطة 1-4-2 بين الاختبار القبلي والبعدي لدى طلبة كلية التربية الرياضية

1-4-3 لا توجد فروق ذا دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) في سبل التشخيص على تصورات (أنا متكونة) للمجموعة التجريبية بين الاختبار القبلي والبعدي لدى طلبة كلية التربية الرياضية

1-4-4 لا توجد فروق ذا دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) في سبل التشخيص على تصورات (أنا متكونة)بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار ألبعدي لدى طلبة كلية التربية الرياضية

1-4-5 لا توجد فروق ذا دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) في سبل التشخيص على تصورات (أنا متكونة)بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار المرجأ لدى طلبة كلية التربية الرياضية

1-5 مجالات البحث

يتحدد البحث الحالي بـ:

1-5-1 المجال البشري:- طلبة كلية التربية الرياضية جامعة كربلاء

1-5-2 المجال المكاني :- كلية التربية الرياضية / الدراسة الصباحية

1-5-3 المجال ألزماني :- للمدة من 2011/1/5 م الثلاثاء ولغاية 2011/6/20 م الاثنين (خمسة أشهر وخمسة عشرة يوما) للعام الدراسي الجامعي (2010-2011)

1-6 مصطلحات البحث

1-6-1 البرنامج التدريبي Training Program

بتعريف (مكتب اليونسكو الإقليمي للتربية في الدول العربية 1993): يعتبر نشاط منظم مخطط يقدم إلى المتدربين لتحسين وتطوير المستوى المهاري والمعرفي لديهم (مكتب اليونسكو الإقليمي للتربية في الدول العربية 16:1993) وعلى وفق تعريف (حسن 2000): اعتبره مخطط منظم لمجموعة موضوعات ونشاطات وفعاليات التي تهدف إلى إكساب المعرفة وتطوير المهارات في مدة زمنية معينة (حسن 14:2000) إلا إن (ألعبيدي2001):أشار إليه في كونه مجموعة من الأنشطة منظمة ومخطط لها يتضمن بناء أو تطوير موقف سلوكي في ضوء أهداف البرنامج ومعطياته ويرمي إلى تطوير أداء المتدربين واكتسابهم مجموعة من التقنيات بهدف تقويم أدائهم وتحقيق أهدافهم بكفاءة (ألعبيدي2001 :29) ويعرفه الباحث على أنها نشاطات مخططة معتمدة على تنظيم الأهداف التي وضعت من اجله

2-6-1 تصورات أنا متكونة Constituted Ego

السلوك الايجابي (A) لصورة (CE_A) أنا الايجابية والسلوك السلبي (B) لصورة (CE_B) أنا السلبية المشاهدة والمحسوسة للفرد حال تعرضه للمواقف السارة أو المزعجة والتي تعرب عن دور العقل المدبر في معالجتها وسبل العقل المبتكر في إنتاجيتها جراء الدفعات العقلية من مصدر الإلهام

(اليعقوبي . 2011 : 24)

3-6-1 تحسين Improvement

بين (احمد 2007) على أنها عملية بنائية تهدف لتحسين الأداء النهائي والتي تستند على الإحساس العام للحكم على الأشياء (احمد 2007: 60) ويعرفه الباحث في كونها إجراءات معرفية نظرية بنائية تسعى إلى تحقيق أفضل نوعية من التحسين نحو القرارات النفسية المتخذة من قبل الخاضعين لها

2- الإطار النظري ودراسات سابقة

2-1 الإطار النظري للبحث

2-1-1 نظريات معاصرة في علم النفس في تفسير (أنا)

2-1-1-1 (سنيج وكومز) في ذات ظاهرية Phenomenal Self

أشارا (سنيج وكومز) إلى الذات في كونها ذات ظاهرية Phenomenal Self ويعتقدان بذلك إن علم النفس يقبل الفكرة الشائعة وهي (الوعي سبب للسلوك وان ما يعتقده الشخص وما يستشعره يحدد ما سوف يفعله) وبالتالي فلا وجود للاوعي في مفهومهما للذات في وقت يتراوح وعي الذات عندهما في الارتفاع والانخفاض

2-1-1-2(Land Holm's) في الذات الذاتية والموضوعية

بين مفهوما– الذات الذاتية والذات الموضوعية – (Land Holm's في عام 1940) حيث إن الذات الذاتية عنده يمثلها بالرموز ومنها الكلمات التي يعي الشخص بها الواقع والذات الموضوعية هو كل ما يعتقه الآخرون عنه من خلال الذات الذاتية .

2-1-1-3(Sherif and Cantrill's) في سيكولوجية انشغالات الأنا

وعلى الرغم من إن (Sherif and Cantrill's) لم يميزا بوضوح بشكل كبير بين –الذات كموضوع والانا كعملية في السلوك الإنساني – إلا إنهما أشارا إلى مفهوم (الأنا) في نظريتهما في كتابهما الموسوعي (سيكولوجية انشغالات الأنا)[1] في 1947 حيث بينا – الأنا – مجموعة من الاتجاهات ومن ذلك فهي – الذات – في حقيقتها موضوع وليست أنا فاعلة كما أشارت إليها النظرية التحليلية لفرويد بل وراحا إلى ابعد من ذلك فقلا إن –ألانا– عندما تنشغل أو تبالي لا كثر من موضوع فأنها تكون أكثر من موضوع للسلوك فتدفعه فأنها تنشط وتوجه وتضبط السلوك الإنساني بمعنى وجود دوافع لانوية تقوم بنفس العمل لدفع السلوك .

2-1-1-4(Sarbin's) في الذات التجريبية

اقترح (Sarbin's) في عام 1952 إن للشخص أكثر من ذات فهنالك الذات البدنية والذات المستقبلية والذات الاجتماعية إذ تكسب هذه الذوات الأبنية التحتية للبناء المعرفي الكلي للشخص من خلال الخبرة وأنها تتكون بانتظام ارتقائي ابتداءا من تكوين الذات البدنية وانتهاء بالذات الاجتماعية .

2-1-1-5(Bertocci's) ونظريته حول ألانا

وقد احتار Bertocci's بين ألانا والذات في عام 1945 فهو يرى إن الذات ماهي إلا نشاط موحد مركب للإحساس والتذكر والتصور والإدراك والحاجة والشعور والتفكير ومن ناحية أخرى يجد إن الأنا مجموعة من القيم التي يمكن أن تتجسد في شكل السمات

2-1-1-6(Symond's) وأساليب الأنا

---

1) **The Psychology of ego–involvements**

يعتقد (Symond's) إلى إن – أنا – أساليب التي يستجيب بها الشخص لنفسه وهي :

a) كيف يدرك الشخص نفسه ..

b) ما يعتقده انه نفسه ..

c) كيف يقيم نفسه ..

d) كيف يحاول من خلال مختلف الأفعال تعزيز نفسه أو الدفاع عنها ومن هذا يعتقد Symond's إن هنالك تفاعل بين الذات والانا حيث إذا كانت عمليات ألانا عنده فعالة في مواجهة كل من المطالب الداخلية والواقع الخارجي فان الشخص عندئذ سيميل إلى إن يرى في نفسه رأيا حسنا – في أنا متكونة ايجابيا .

2-1-1-7 (Hilgard's) في الذات المستخلصة

أشار (Hilgard's) إلى بما يسمى بالذات المستخلصة (Inferred Self) وهو إن الميكانزمات التي يستعملها الشخص نتاج عن الشعور بالذنب إذ قال :((فان الذنب فمعناه إن تدرك الذات كوسيط قادر على الاختيار الحسن والسيئ)) وان أي فهم للدفاعات النفسية للشخص تتبين من خلال حالات الذات.

2-1-1-8 الذات عند طروديك ومارتينو 2003 في المعرفية التعددية

فقد بينا إن الذات في حقيقتها نسبية ومحلية أيضا فهي تختلف في أنشطتها الثقافية من ثقافة إلى كما بيناه في كتابهما [1] وبالتالي تنمو وتشغل آلياتها المتنوعة وتساهم في أغناء المعارف وأحيانا أخرى إلى افتقارها كما أنها تعمل على أن توفر للذهن هندسة مرنة مكونة من نظام امبريقي وآخر مفهومي مجرد يتعاونان ويتكاملان فيما بينهما في معالجة لوضعيات مركبة أو لبناء معارف جديدة وبهذا فان الأشخاص ومنهما الأطفال في سن صغير وفي مرحلة الرضاعة فهم ليس مجرد ذات حسية حركية كما يعتقد على ذلك بياجيه وإنما يتوفر على كفاءة مبكرة أحيانا ذات طبيعة مجردة (رزق 2009 : 217)

2-1-1-9 تصورات – أنا متكونة– المقترحة

جراء الإجراءات التجريبية [2] على العديد من السلوكيات التي مارسوها الأفراد – طلبة الجامعة من الذكور والإناث – تم التوصل على نحو أولي إلى إن تصورات حول (أنا متكونة) Constituded Ego تتمثل في محددات الشخصية الإنسانية والتي تسمى بالفاعلية النفسية ونوضحها على النحو الأتي :

2-1-1-10-1 الملهم الإلهي Efficiency of The Divine Inspired

---

1) le développement cognitif.théories actuelles de la pensée en contextes.

2) من خلال الباحث (الأستاذ المساعد الدكتور حيدر اليعقوبي)

إذ تعد وظيفة هذه الفاعلية منح القدرة في التدبير العقلي وهي قوة روحية تدبيرية تعمل على التغيرات المختلفة في أساليب تعقل الأحداث كما ورد في الآية الكريمة ﴿أَنْزَلَ الْكِتَابَ الَّذِي جَاءَ بِهِ مُوسَى نُورًا وَهُدًى لِلنَّاسِ ﴾[1] ومنه يمكن ملاحظة إن هناك قوتين لهذه الفاعلية النفسية هي (النور ومن ثم الهداية نحو هذا النور) التي لها الفاعلية الأولية في علاج المواقف التي يمر بها الأفراد

2-1-1-10-2 فاعلية الدفعة العقلية Efficiency of The Mentality Thrust

التي لها ارتباط وثيق بالفاعلية الأولى – الملهم الإلهي أو مصدر الإلهام – والتي تحكم بفاعليتها (أنا المتكونة) ولها صورة الإشارة أو الومض التي تتأتى للشخص بين الحين والآخر على وفق تلك الفاعلية – فاعلية الملهم الإلهي –

إن الدفعة العقلية صورة العناية الموقفية للملهم الإلهي اتجاه – أنا – لذا فهي تجددية بتجدد واقع الذي يحكم – أنا – فكلما اعترت – أنا – صورة للمواقف الاجتماعية وغيرها التي تضطرب العقل المدبر جاءت لتحكم من جديد لتحقيق صورة – أنا الجديد أنا متكونة جديدة – وبالتالي فهي أيضا متجهة وواقعية وذا حكمة لها صور متعددة وتدرك بأكثر من حل لمشكلة – أنا – لها مجموعة من الصفات منها :

a) السرعة – سرعة الوجود والماهية حول موقف – أنا –
b) المنطقية – بتعاملها وواقع – أنا – الحالية لتكوينها
c) الشمولية – لا تتعلق بموقف واحد الذي يعترض – أنا – مهما كانت حالته
d) الإحاطة – إشاراتها محيطة جراء شموليتها حكمتها وتتبدل تتجلى بالهيئة التي لها علاقة بالواقع الخاص بالإنسان

وبالتالي فحضورها أنيق وليس حدا في وجودها . محكومة عند الإنسان بالعقل ومتجهة نحو العقل المتدبر تؤثر في الضغوط الاجتماعية على – أنا – التي نلحظها في السلوك النفسي الإنساني

2-1-1-10-3 فاعلية العقل المتدبر Efficiency of The Mastermind

هي التي يسقط على أحاسيسنا من سلوكيات الأفراد الآخرين جراء فاعلية – الدفعة العقلية – ذات المنشي فاعلية الملهم الإلهي – والتي لها ثنائية القطب قطب A الايجابي وقطب B السلبي

كما أنها قوة تدبيرية له صورة عصبية ميكانيكية ممنوحة على الدوام من قبل الملهم الإلهي بصورة القدرة والاتجاه (الدفعة المتعقلة) ومتأثرة بـ (أنا) لها إمكانية التنظيم وتوجيه الأداء في حالتي الاتجاه وهو مصدر ضبط (أنا متكونة) في عاملين الأول (الملهم الإلهي) بالقدرة الممنوحة والمتجهة بصورة (الدفعة المتعقلة) وهي سمة تجددية والثاني بإرضاء واقع أنا

2-1-1-10-4 فاعلية العقل المبتكر Efficiency of The Creative Mind

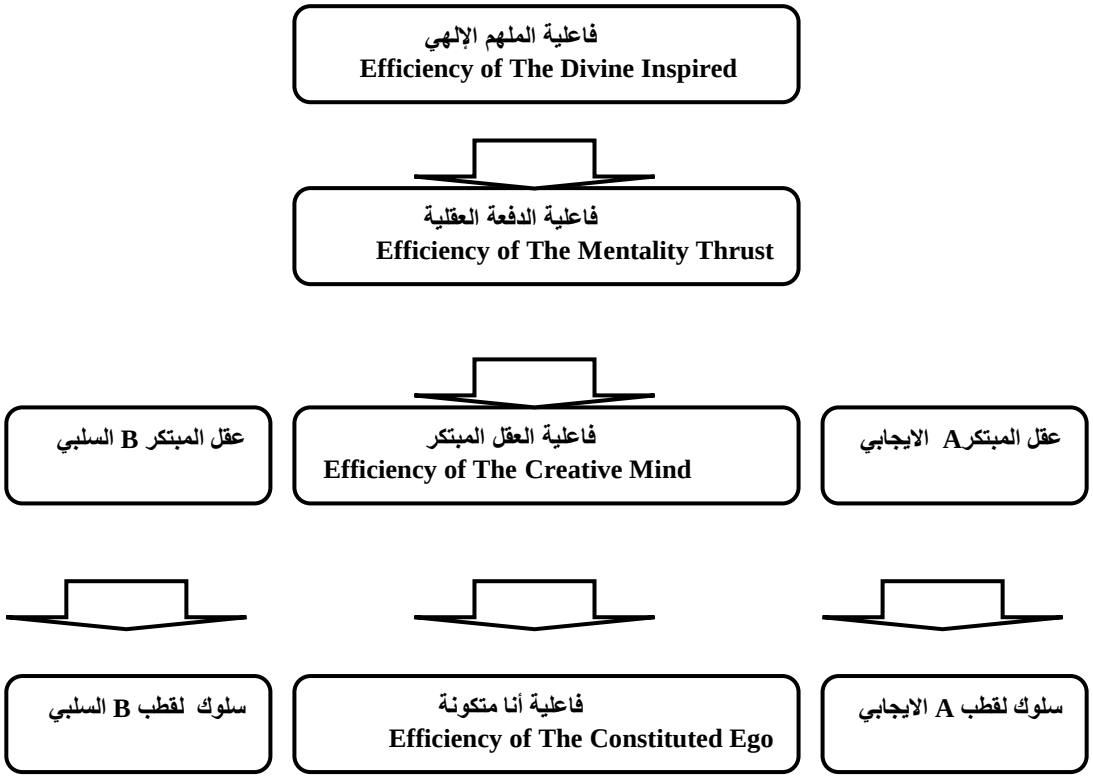
[1] (الأنعام 91)

وهي معتمد – فاعلية العقل المدبر – إلا إن من خصوصياتها الابتكار وتوسيع المعارف حول ما أنتجه العقل المدبر وإن الارتقاء بالعقل المبتكر ذا الدفعة المتعقلة – بالعقل المتدبر – دلالة على الإنتاجية المميزة لصورة – أنا – وقد يكون فعالا أو يكون فعالا بحق سواء باتجاهيه الايجابي أو السلبي لصورة – أنا متكونة – الجديدة للشخص الذي يسعى لتكوينها في واقعه الاجتماعي . إن تجددية – العقل المبتكر– على الرغم من كونها فذة إلا أنها محدودة أيضا – بتدبيرات العقل المتدبر – ذلك الذي يجعلها في إطار التجددية والتغير . فالعقل المدبر ينتج الاتجاه ويأتي العقل المبتكر لإنتاجيته ليتلائم وتوافق صورة – أنا المتكونة – الايجابية منها أو السلبية .. بمعنى إن دور العقل المبتكر العمل على فاعلية التوافق أو للحصول على توافق اتجاه (الايجابي أو السلبي) للعقل المدبر . وبافتراض إن العقل المدبر سعى لان يحقق – أنا ايجابية – التدبير في ممارسة سلوك الصدق .. فان العقل المبتكر يعمل على إيجاد أفضل مواقف صور – أنا ايجابية – لمواقف هذا النوع من السلوك

2-1-1-10-5 فاعلية أنا متكونة Efficiency of The Constituted Ego

عند التحدث عن – أنا متكونة – فالإشارة بذلك على النقيض من – أنا الأولى – فهي التي بداءت تستعمل العقل المتدبر والعقل ألابتكاري على أساس الدفعات العقلية من الملهم الإلهي للشخص على وفق المبداء :

(إن الزمن يسير جنبا إلى جنب حول حيز – أنا الآن) وهي على النقيض من – أنا الأولى – فهي التي بداءت تستعمل العقل المتدبر والعقل ألابتكاري على أساس الدفعات العقلية من الملهم الإلهي للشخص والتي يعني بها الحيز الجديد الذي يعيشه الشخص بحيث يكون ذلك الحيز مبعدا كل مستلزمات الحيز السابق ويعطي للشخص حيز جديد يسمى – أنا – على اعتبار إن أي صورة من – أنا – لايمكن أن ترجعنا إلى حيز – أنا – سابقة لان الزمن يسير جنبا إلى جنب حول حيز – أنا الآن أو أنا في واقع أنا الآن – وهي صورة تجددية بالنسبة للشخص عندما تحسن – أنا – الجديدة مستلزمات التفوق (اليعقوبي 2011 : 24 – 66) والمبين في الشكل (1)



شكل (1) تصورات – أنا متكونة – المقترحة

2-2 الدراسات النظرية والمشابهة

لا توجد دراسة تتبنى التنظير الخاص بـ (أنا متكونة) وتعد هذه الدراسة الأولى من نوعها

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

3-1 منهج البحث

3-1-1 المنهج التجريبي Experimental procedure

إن استعمال التجربة العلمية Experiment في دراسة الظاهرة أو الموضوع فانه يهدف إلى التفسير و التنبؤ وإنْ كان قد يتضمن الوصف أيضاً لذا فالبحوث التجريبية تعدّ من أدق البحوث التي يتم فيها السيطرة على متغيرات البحث (Kerlinger,1979:300) ولما إن مفهوم – أنا متكونة – يعد من المفهومات المعاصرة المقترحة لذا عمد الباحث لاستعملها في التجريب العلمي

3-2 مجتمع البحث

يتمثل مجتمع البحث من طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة كربلاء وبحسب مراحلهم الدراسية الأولية ونوع الجنس لهم البالغ عددهم أثناء التجريب (166) طالب وطالبة موزعين على النحو الآتي :

(المرحلة الأولى) (50) طالب وطالبة وبالتفصيل (14) طالب و (36) طالبة و (المرحلة الثانية) (51) طالب وطالبة وبالتفصيل (32) طالب و (19) طالبة و(المرحلة الثالثة) (36) طالب وطالبة وبالتفصيل (14) طالب و (22) طالبة و(المرحلة الرابعة) (29) طالب وطالبة وبالتفصيل (8) طالب و (21) طالبة والمبينة في جدول (1)

جدول (1) مجتمع البحث

ت	المرحلة الدراسية	نوع الجنس				المجموع
		طلبة	%	طالبات	%	
1	المرحلة الأولى	14	20.59	36	36.73	50
2	المرحلة الثانية	32	47.06	19	19.39	51
3	المرحلة الثالثة	14	20.59	22	22.45	36
4	المرحلة الرابعة	8	11.76	21	21.43	29
المجموع		68	% 100	98	% 100	166

3-3 عينة البحث

تم اختيار المجموع التجريبية من مجتمع البحث المذكور آنفا التي يجري عليها الباحث البرنامج التدريبي بنسبة

(10 %) ومن ذلك فقد كان عدد العينة التجريبية الكلي (17) طالب وطالبة اختيروا على وفق أمرين :

(الرغبة الشخصية و العشوائية في الاختيار) والمبين في جدول (2)

جدول (2) عينة البحث

ت	المرحلة الدراسية	عدد طلبة	نسبة 10 %	التقريب	عدد طالبات	نسبة 10 %	التقريب	المجموع	مجموع النسب
1	المرحلة الأولى	14	1.4	1	36	3.6	4	50	5
2	المرحلة الثانية	32	3.2	3	19	1.9	2	51	5
3	المرحلة الثالثة	14	1.4	2	22	2.2	2	36	4
4	المرحلة الرابعة	8	0.8	1	21	2.1	2	29	3
مجموع		68		7	98		10	166	17

3-4 الأدوات والوسائل المستخدمة في جمع المعلومات

ويقصد بها الوسيلة أو الطريقة التي يستطيع الباحث من خلالها حل مشكلة مهما كانت تلك الأدوات بيانات – عينات – أجهزة (محجوب 1988 : 133) وقد استعمل الباحث ثلاث أدوات التي أعانته على إيجاد حلّ لمشكلة البحث الحالي ومن ثم الوصول إلى تحقيق الأهداف التي تم وصفها من قبل الباحث وهذه تمثلت بـ : (A) الاستمارة أسلوب حالات التشخيص الأسبوعي حول صورة(أنا متكونة) (B) مقياس سبل التشخيص على تصورات (أنا متكونة) (C)البرنامج التدريبي في تحديد والتشخيص الذاتي لصور (أنا متكونة) التي تعتريهم

3-4-1 أدوات البحث

3-4-1-1 إعداد استمارة حالات التشخيص الأسبوعي حول صورة – أنا متكونة –

اعد الباحث استمارة لصورة تكوين – أنا – على طوال أسبوعا واحد لكل أفراد عينة البحث الحالي إذ تصف هذه الاستمارة التشخيصية من تعليمات الاستجابة الحرة التي تمثلت في كون كل فرد من أفراد العينة يمر بمجموعة من المواقف منها السارة التي تبعث في نفوسنا السعادة والارتياح أو الانشراح وأخرى تعمل على إزعاجنا وشعورنا بالتألم والحزن والضيق ومن هذا فالمواقف السارة التي تبعث في نفوسنا السعادة والارتياح يرمز لها (A) كما إن المواقف التي تزعجنا وتشعرنا بتألم وضيق يرمز لها (B) ومنه الاستجابة لتلك المواقف ولا داعي لذكر طبيعة هذا الموقف فقط اشر إليه بالرموز المحددة وان تكتب تلك الاستمارة يوم بيوم عند المساء مكتفيا فقط بتحديد المتغيرات : نوع الجنس (بنت – ولد و العمر الزمني و الحالة الاجتماعية (متزوج – أعزب – مطلق – أرمل) (ملحق 2)

3-4-1-2 الصدق الظاهري لاستمارة حالات التشخيص الأسبوعي حول صورة – أنا متكونة –

تم عرض الاستمارة على عينة من خبراء في التربية وعلم النفس (ملحق 1) البالغ عددهم (12) خبيرا يستقصي فيه الباحث السلامة الموضوعية في إعداد الاستمارة (ملحق 3) وبعد جمع استجاباتهم وباستخدام

الإحصائي (Chi-square One Sample Test) عند مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية بالغة (1) في تكرارات إجاباتهم لذا فقد كانت القيمة المحسوبة (5.33) وهي قيمة اكبر من القيمة الجدولية البالغة (3.84) وهذا يعنى إن لا فرق بين الخبراء في قبولهم الاستمارة وقد استوضح بعضا منهم قسم من التعديلات وقد اخذ الباحث بها

3-4-1-2 مقياس حالات صورة – أنا متكونة –

3-4-1-2-1 مكونات مقياس حالات صورة – أنا متكونة –

بما إن صورة – أنا متكونة –أحد أهم المتغيرات التي تناولها البحث الحالي لذا تطلب ذلك بناء أداة ملائمة لقياس هذا المتغير وقد استعان الباحث بالأدبيات التي تم ذكرها آنفا [1] ولذلك قام المقياس على الاعتبارات النظرية الآتية:

3-4-1-2-1-1 تحديد دور كل من صورة العقل المتدبر الايجابي (A)– صورة أنا الايجابية – وصورة العقل المتدبر السلبي (B) – صورة أنا السلبية – واعدها الباحث كمكونات لمقياس صورة – أنا متكونة – التي يقوم بها الطلبة وعلى النحو الآتي :

3-4-1-2-1-1-1 ممارسة السلوك جراء المواقف السارة التي تبعث في نفوس السعادة والارتياح صورة (A)

3-4-1-2-1-1-2 ممارسة السلوك جراء المواقف التي تزعج وتشعر بتألم وضيق صورة (B)

3-4-1-2-1-2 مفهومات التي ناشدت بها – أنا متكونة – من مثل : (الملهم الإلهي Efficiency of The Divine Inspired – فاعلية الدفعة العقلية Efficiency of The Mentality Thrust – فاعلية العقل المتدبر Efficiency of The Mastermind – فاعلية العقل المبتكر Creative Mind – Efficiency of The فاعلية أنا متكونة Efficiency of The Constituted Ego) استعملت في التحليل عن اختيار(صورة أنا الايجابية) و(صورة أنا السلبية)

3-4-1-3 إجراءات بناء مقياس حالات صورة – أنا متكونة –

3-4-1-3-1 صلاحية مكونات مقياس حالات صورة – أنا متكونة –

[1] راجع الإطار النظري للبحث الحالي

على وفق ما تم الإشارة إليه في مكونات مقياس حالات صورة – أنا متكونة – تم عرض هذا المكونان على عينة من الخبراء التربية وعلم النفس والتربية الرياضية (ملحق 1) البالغ عددهم (12) خبيرا يستقصي فيه الباحث المواقف التي تعتري الطالب السارة منها والموزعة بشكل عام في إعداد الاستمارة

(ملحق 4) وبعد جمع استجاباتهم وباستخدام الإحصائي (Chi-square One Sample Test) عند مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية بالغة (1) في تكرارات إجاباتهم تبين إن مكون (ممارسة السلوك جراء المواقف السارة التي تبعث في نفوس السعادة والارتياح صورة (A)) كان بقيمة (8.33) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (3.84) كما أن مكون

(ممارسة السلوك جراء المواقف التي تزعج وتشعر بتألم وضيق صورة (B)) كان بقيمة (5.33) وهي كبر من القيمة الجدولية البالغة (3.84) أيضا وهذا يعنى إن لا فرق بين الخبراء في قبولهم مكونات المقياس الحالي والمبينة في جدول (3)

جدول (3) صلاحية المكونات المتعلقة مكونان صورة – أنا متكونة – للإحصائي Chi-square One Sample Test

مكونان صورة – أنا متكونة –	الموافقون	غير	قيمة كا2	قيمة كا2	مستوى الدلالة
ممارسة السلوك جراء المواقف السارة التي تبعث في نفوس السعادة والارتياح صورة (A)	11	1	8.33	3.84	0.05 دال
ممارسة السلوك جراء المواقف التي تزعج وتشعر بتألم وضيق صورة (B)	10	2	5.33		

3-4-1-3-2 عدد فقرات المقياس

حدد الباحث بصورة أولية (30) فقرة للمقياس وقد توزعت بالمناصفة بواقع (15) فقرة لمكون

(ممارسة السلوك جراء المواقف السارة التي تبعث في النفوس السعادة والارتياح صورة (A)) و(15) فقرة لمكون (ممارسة السلوك جراء المواقف التي تزعج وتشعر بتألم وضيق صورة (B)) والمبين في جدول (4)

جدول (4) مكونان صورة (أنا) والفقرات المقترحة

ت	مكونان صورة – أنا متكونة –	عـــــدد الفقرات

أولا	ممارسة السلوك جراء المواقف السارة التي تبعث في نفوس السعادة والارتياح صورة (A)	15
ثانيا	ممارسة السلوك جراء المواقف التي تزعج وتشعر بتألم وضيق صورة (B)	15
المجمـوع		30

3-4-1-3-3 إعداد فقرات مقياس حالات صورة – أنا متكونة –

3-4-1-3-3-1 طلب الباحث من عينة أخرى تمثلت بطلبة (طلاب وطالبات) قسم كل من:

(التاريخ والجغرافية واللغة الانكليزية وآدابها) أن يجيبوا على (استبيان استطلاعي) تمثل في السؤال الآتي : ((اذكر ثلاث فقط من المواقف اليومية حدثت اليوم بالتحديد .. التي عملت على إزعاجك ومللك وأخرى ثلاث بعثت فيك المسرة والارتياح)) .. (ملحق 5) وقد حصل الباحث على العديد من تلك المواقف التي أفادته في صياغة الفقرات

3-4-1-3-3-2 اعد الباحث (30) فقرة على النحو الأولي صاغها على شكل عبارات لفظية وبالأسلوب الايجابية تتبعه ثلاث خيرات من البديل من (1-3) على التتابع من الأعلى إلى الأدنى عند تصحيح المقياس وتم عرض الفقرات بصيغتها الأولية على خبير في اللغة العربية لتقويمها لغوياً [1] كما اعد الباحث تعليمات المقياس التي تضمنت كيفية الإجابة عن فقراته وحث المجيب على الدقة في الإجابة وقد أخفى الهدف من المقياس كي لا يتأثر المجيب به عند الإجابة كما طلب من المستجيب الإجابة بصراحة وعدم ترك أي فقرة دون إجابة مع عدم الحاجة إلى ذكر أسمائهم .

3-4-1-3-3 التحليل المنطقي للفقرات

تم عرض فقرات مقياس حالات صورة – أنا متكونة – (ملحق 6) على (14) خبيراً من المختصين في العلوم التربوية والنفسية (ملحق 1) وطلب منهم إبداء رأيهم في مدى صلاحية فقرات المقياس حيث عدّ كل فقرة صالحة عندما تكون قيمة (Chi-square One Sample Test) المحسوبة دالة عند

(3.84)مستوى(0.05) وهي توازي نسبة (80%) من آراء الخبراء وبعد جمع استجاباتهم تبين إن مكون(ممارسة السلوك جراء المواقف السارة التي تبعث في نفوس السعادة والارتياح صورة (A)) قد كانت الفقرات كل من

(1-2-3-5-6-7-8-9-11-12-13-15) دالة إحصائيا في حين الفقرات (4- 10- 14) غير دالة والمكون(ممارسة السلوك جراء المواقف التي تزعج وتشعر بتألم وضيق صورة (B)) فقراته الدالة هي

[1] الخبير في اللغة العربية الأستاذ المساعد الدكتور حسن الفياض

(16-17-19-20-21-22-23-24-27-28-29-30) فـي حـين الفقرات (18-25-26) غيـر دالـة ومن ذلك تم الاستبقاء على (24) فقرة والمبينة في جدول (5)

جدول (5) التحليل المنطقي للفقرات مقياس حالات صورة (أنا متكونة)

مكونا حالات صورة – أنا متكونة –	عدد الفقرات	تسلسل الفقرات	الفقرات	الموافقون	غير الموافقين	قيمة كا2 المحسوبة	قيمة كا2 الجدولية	مستوى الدلالة
ممارسة السلوك جراء المواقف السارة التي تبعث في نفوس السعادة والارتياح صورة (A)	15	1-15	1-2-3-5-6-7-8-9-11-12-13-15	11	3	4.571	3.84	دال عند 0.05
			4- 10 -14	10	4	2.571		غير دال عند 0.05
ممارسة السلوك جراء المواقف التي تزعج وتشعر بتألم وضيق صورة (B)	15	16-30	16-17-19-20-21-22-23-24-27-28-29-30	12	2	7.142		دال عند 0.05
			18-25-26	8	6	0.286		غير دال عند 0.05
	30	30						

3-4-1-3-4 حساب الخصائص السيكومترية للفقرات

تم حساب الخصائص السيكومترية لمقياس حالات صورة – أنا متكونة – من خلال :

3-4-1-3-4-1 القوة التمييزية للفقرات طبقت فقرات المقياس على العينة البالغ (120)[1] طالباً وطالبة من كلية التربية في جامعة كربلاء (قسم التاريخ والجغرافية واللغة الانكليزية وآدابها) بغية التحقق من فهم طبيعة لهذه الفقرات وبعد تصحيح الإجابات واستخراج النتائج رتبت درجات أفراد العينة من أعلى درجة إلى اقل درجة وحددت المجموعتان المتطرفتان في الدرجة بنسبة (27%) في كل مجموعة إذ بلغ في كل مجموعة (32.4) طالباً وطالبة تراوحت درجات المجموعة العليا بين (51-66) درجة ودرجات المجموعة الدنيا (45-29) درجة وأستخدم الاختبار التائي (t-test) لعينتين مستقلتين في حساب الفروق بين المجموعتين في درجات كل فقرة من فقرات المقياس على أساس أن القيمة التائية المحسوبة تمثل القوة التمييزية للفقرات (Neil Jackson , 1975 : 267) & وقد أظهرت نتائج التحليل الإحصائي أن (ثلاث) فقرات من المكون

[1] تم اختيار هذا العدد من الطلبة على وفق اقتراح عالمة النفس Anne Anastasi فيما إن كل فقرة تعادل خمسة من أفراد عينة التحليل (Anastasi , 2000: 206) الإحصائي علما إن (0.05) = 1.980 لمستوى دلالة لاختبار ذي نهايتين

(ممارسة السلوك جراء المواقف السارة التي تبعث في نفوس السعادة والارتياح صورة (A)) وهي فقرة (12- 6-8) غير دالة كما إن (فقرتان) من المكون (ممارسة السلوك جراء المواقف التي تزعج وتشعر بتألم وضيق صورة (B)) وفقراته (22-30) أيضا غير دالة عند مستوى (0.05) لأنها كانت اصغر من القيمة الجدولية البالغة (1.980) ولذلك استبعدت واسبقي المقياس على (19) موزعة على المكونين في مقياس حالات صورة – أنا متكونة –

3-4-1-3-4-2 صدق الفقرات استعمل الباحث في حساب صدق الفقرة على معامل ارتباط بيرسون (خطاب .353:2009) إذ أشارت (Anastasi) إلى إرتباط الفقرة بمحك داخلي أو خارجي مؤشر لصدقها وحينما لا يتوفر محك خارجي مناسب فإن الدرجة الكلية للمجيب تمثل أفضل محك داخلي في حساب هذه العلاقة (Anastasi , 2000: 206) ومنه استعمل الباحث علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس وقد تبين إن الفقرة(1) في مكون (ممارسة السلوك جراء المواقف السارة التي تبعث في نفوس السعادة والارتياح صورة (A)) ضعيفة والفقرتان (19-28)من المكون (ممارسة السلوك جراء المواقف التي تزعج وتشعر بتألم وضيق صورة (B)) ضعيفتان أيضا لذا تم استبعادهما ومن هذا فقد استبقي للمقياس (16) فقرة والمبينة في جدول (6)

جدول (6) القوة التمييزية لفقرات مقياس حالات صورة (أنا متكونة)[1] وعاملات صدقها

[1] (درجة الحرية = 118) (قيمة R الجدولية = 0.195) (قيمة T الجدولية = 1.98)

مكون	ت	رقم الفقرة	القوة التمييزية للفقرة	معامل صدق الفقرة	مكون	ت	رقم الفقرة	القوة التمييزية للفقرة	معمل صدق للفقرة
ممارسة السلوك جراء المواقف السارة التي تبعث في نفوس السعادة والارتياح	1	1	2.001	0.33	ممارسة السلوك جراء المواقف التي تزعج وتشعر بالم وضيق صورة (B)	13	16	5.6328	0.73
	2	2	6.6341	0.66		14	17	3.5550	0.62
	3	3	5.7722	0.72		15	19	2.101	0.41
	4	5	4.3477	0.67		16	20	2.0032	0.51
	5	6	0.880	0.21		17	21	3.2376	0.61
	6	7	3.3437	0.64		18	22	1.342	0.28
	7	8	1.818	0.11		19	23	4.0032	0.77
	8	9	2.7781	0.65		20	24	6.2376	0.74
	9	11	3.0011	0.72		21	27	7.0032	0.88
	10	12	0.611	0.16		22	28	2.122	0.45
	11	13	2.6001	0.55		23	29	4.0023	0.76
	12	15	3.4114	0.70		24	30	1.776	0.13

3-4-1-3-5 الخصائص السيكومترية للمقياس

3-4-1-3-5-1 صدق المقياس Scale Validity

أستخرج لمقياس حالات صورة – أنا متكونة – مؤشرين للصدق هما :

3-4-1-3-5-1-1 الصدق الظاهري Face Validity يعد هذا النوع من الصدق من الخصائص المهمة في بناء الاختبارات والمقاييس فهو من الإجراءات المرغوب فيها من إعداد المقياس (أبو حطب 89:1979) وهذا تم عرضه على مجموعة من الخبراء المختصين في العلوم التربوية والنفسية آنفا [1] الذي أكدوا فيه على صلاحية كل فقرة من الفقرات لقياس ما وضعت من أجل قياسه (Ebel , 1972 : 555)

3-4-1-3-5-1-2 صدق البناء Construct Validity يوصف على انه أكثر أنواع الصدق تمثيلاً لمفهوم الصدق المفهوم – صدق مفهوم صورة أنا متكونة – في القياس ويقصد به أيضا مدى قياس المقياس النفسي لتكوين فرضي أو مفهوم نفسي معين (ربيع 1994 :98) وقد تحقق الباحث من هذا الافتراض من خلال إستبعاد الفقرات غير المميزة والإبقاء على الفقرات المميزة .

3-4-1-3-5-2 ثبات المقياس Scale Reliability

[1] راجع التحليل المنطقي للفقرات

يعد الثبات أحد مؤشرات التحقق من دقة المقياس واتساق فقراته في قياس ما يجب قياسه (Cracker & Algine , 1986 : 126) ولحساب الثبات طبق المقياس ذات الفقرات (16) على عينة مكونة من (100) طالبة أختيروا بالأسلوب العشوائي من كلية العلوم في جامعة كربلاء وقد تم حساب الثبات بطريقتين هما :

3-4-1-3-5-2-1 طريقة إعادة الاختبار Test – Retest قام الباحث باستخراج الثبات بتطبيق المقياس على العينة وبعد مرور (14) يوماً من التطبيق طبق المقياس على العينة نفسها مرة ثانية وبعد الانتهاء من التطبيق حسب ثبات المقياس بحساب درجات هذه العينة مع درجاتها في التطبيق الأول وأستخدم معامل ارتباط

(Pearson Correlation) بين درجات التطبيقين فكان معامل الارتباط (0.71) وهو يعد معامل ثبات جيد .

3-4-1-3-5-2-2 حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية Split-Half Reliability

بعد ذلك تم حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية على الاستجابات في الاستمارات المجمعة في المرحلة الثانية

وذلك من خلال تقسيم فقرات المقياس على نصفين(فقرات فردية وفقرات زوجية) [1] وباستعمال معامل الارتباط (Pearson Correlation) تبين إن معامل الثبات بهذه الطريقة كان (0.64) وهو مؤشر لمعامل جيد ولما إن معامل ثبات التجزئة لا يقيس التجانس الكلي للمقياس لأنه ثبات لنصف الاختبار(تقدير ثبات نصف الاختبار) (ألفقي 2005: 44) لذا استعمل الباحث معادلة التصحيح (Spearman –Brown) إذ بلغ فيها الثبات (0.78) ولزيادة التأكد عمد الباحث إلى التحقق من معامل الاغتراب إذ أشار (فؤاد البهي السيد ,1979) إلى أن الاغتراب يقيس عكس ما يقيسه الارتباط أي انه يؤكد الناحية التي لا ترتبط فيها الظواهر العددية وتأسيسا على ذلك كان معامل الاغتراب للثبات (0.22) وهذا ما يدلل على الارتباط أكثر من استقلال جزئي المقياس .

3-4-1-2-6 الخطأ المعياري للمقياس Standard Error of Measurement

تتبين أن الدرجة التي يحصل عليها الفرد في أي مقياس تتضمن قدرا من الخطأ حيث لا تكون معبرة عن السمة المراد قياسها لدى الفرد (فاخوري 1994: 302) ويكون الخطأ المعياري مؤشراً من مؤشرات دقة المقياس إذ يبين مدى اقتراب درجات الفرد على المقياس من الدرجة الحقيقية (Ebel,1972:429) لان الخطأ المعياري عبارة عن انحراف معياري متوقع لنتائج اختبار أي فرد (Nunnaly,1978:218) وبهذا كلما كان الخطأ المعياري صغيرا دل ذلك على دقة الدرجات المستحصلة من الاختبار أما إذا كان الخطأ كبيرا فان ذلك يدل على أن الدرجات غير دقيقة وقد قام الباحث بتطبيق معادلة الخطأ المعياري للمقياس الذي بلغ الانحراف المعياري للمقياس (2) إذ بلغ (*1.54) عندما كان معامل الثبات (0.64) واستخرج بطريقة التجزئة النصفية وبلغ قيمة (*2.13) عندما كان معامل الثبات (0.71) إذ استخرج بطريقة إعادة الاختبار .

[1] ثمان فقرات تأخذ التسلسل الفردي وثمان فقرات تأخذ التسلسل الزوجي

3-5 وصف المقياس

مقياس حالات صورة – أنا متكونة – يتكون من (16) فقرة سيقت بالأسلوب التقريرات ألفظية الايجابية وبخيارات من نوع (ثلاثي) على النحو الآتي:(تمثلني – تمثلني إلى حد ما – لا تمثلني) ليمثل مكونين أساسيين هما:(ممارسة السلوك جراء المواقف السارة التي تبعث في نفوس السعادة والارتياح صورة (A)) و(ممارسة السلوك جراء المواقف التي تزعج وتشعر بتألم وضيق صورة (B)) وبهذا فكانت أعلى درجة للمقياس (48) واقل درجة على المقياس (16) بوسط فرضي (32).

تم التحقق من التحليل المنطقي للفقرات فضلا عن الخصائص السيكومترية للفقرات من خلال القوة التمييزية للفقرات وصدق الفقرات (علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس) كما تم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس في كل من صدق المقياس بطريقتين (الصدق الظاهري و صدق البناء) كما تم التحقق من ثبات المقياس بطريقتين أيضا هما : (طريقة إعادة الإختبار باستخدام معامل إرتباط (Pearson Correlation) بدرجة (0.71) وحساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية باستعمال معامل الارتباط (Pearson Correlation) بدرجة (0.64) وصحح من خلال معادلة التصحيح (Spearman –Brown) بدرجة (0.78) ولزيادة التأكد عمد الباحث إلى التحقق من معامل الاغتراب وكان بدرجة (0.22) كما تم التحقق من الخطأ المعياري للمقياس الذي كان بلغ الانحراف المعياري للمقياس (2) إذ بلغ (*1.54) عندما كان معامل الثبات (0.64) إذ استخرج بطريقة التجزئة النصفية وبلغ قيمة (*2.13) عندما كان معامل الثبات (0.71) إذ استخرج والمقياس أصبح جاهزا للتطبيق (ملحق 7) والمعروض على عينة البحث (ملحق 8) بعد توزيع الفقرات بصورة عشوائية

3-6 البرنامج التدريبي لتشخيص صورة – أنا متكونة – وتحسنها بالطريقة الذاتية

استعمل الباحث الإرشاد الجمعي متمثلا في المزج بين أسلوب المحاضرة والمناقشة الجماعية من خلال (إلقاء المحاضرة التي تساعد الطلبة على تشخيص صورة (أنا) المتكونة لديهم ومن ثم يتخللها ويليها المناقشة حول أفضل صورة من التشخيص كمعالجة ذاتية لديهم حيث بين (Schariach 1985) إن التدريب على المهارات الاجتماعية في المناقشات الجماعية تكون أكثر فاعلية (Schariach 1985 ; 33-47)

3-6-1 أهداف البرنامج التدريبي

يهدف البرنامج إلى :

3-6-1-1 التعبير عن مشاعرهم ومشكلاتهم التي تحدث يوميا وبصورة متكررة من غير تردد

3-6-1-2 تطوير قدرتهم على عملية التشخيص الذاتي حول صورة (أنا) وبدقة

3-6-1-3 تطوير عمل التشخيص الذاتي من اجل تعديل صورة (أنا) السلبية إلى صورة (أنا) الايجابية

3-6-2 أنشطة البرنامج التدريبي

تم ترجمة أهداف البرنامج إلى مجموعة من الأنشطة التي سيتم استعمالها والتي تمثلت في :

الأنشطة الاجتماعية : وتهدف إلى تنمية مهارة التشخيص صورة (أنا) من اجل إدراك عدد الصور السلبية منها والايجابية

الأنشطة الرياضية : وتهدف إلى إشاعة روح التعاون من اجل عمليات التشخيص عدد الصور السلبية منها والايجابية

3-6-3 خطوات البرنامج التدريبي

تم تنفيذ البرنامج أثناء الفصل الدراسي الثاني من العام الجامعي (2010-2011) ويشمل البرنامج أربعة جلسات وكل منها تتضمن نشاطا واحدا ومرة نشاطان و تبدأ هذه الجلسات باطلاع أعضاء الجماعة التجريبية على جدول أعمال الجلسة اليومية ومن ثم تترك الحرية في اختيار طبيعة ذلك النشاط الذي يروقهم وقد تم اختيار القاعة الرياضة الكبرى في الجامعة لإجراءات البرنامج التدريبي وبعد الانتهاء من البرنامج تم تطبيق أداة البحث القياسية على المجموعتين التجريبيتين (التجريبية والضابطة)لبيان اثر فاعلية واستمرارية البرنامج

3-6-4 وقت ومدة البرنامج التدريبي

استغرق البرنامج بجلساته الأربعة من تاريخ (5/9 ولغاية 5/30 من العام 2011) بواقع جلسة واحدة في الأسبوع حيث استوضح فيه (الجلسة الأولى-5/9 الاثنين) بيان صورة مشاعرهم ومشكلاتهم التي تحدث يوميا وبصورة متكررة(الجلسة الثانية-5/16 الاثنين) تطوير قدرتهم على التشخيص الذاتي حول صورة (أنا) (الجلسة الثالثة-5/23 الاثنين) تطوير قدرتهم على تعديل صورة (أنا) السلبية إلى صورة (أنا) الايجابية (الجلسة الرابعة-5/30 الاثنين) تأكيد تطوير قدرتهم على التشخيص الذاتي والتعديل حول صورة (أنا) السلبية إلى صورة (أنا) الايجابية . كما تم تحديد ساعة ونصف مدة الجلسة الواحدة

3-6-5 جلسات البرنامج التدريبي

(الجلسة الأولى) قام الباحث بالاقاء محاضرة عن المشاعر النفسية والمشكلات التي تعتري الشخص طوال الأسبوع وفي اليوم الواحد أيضا وتضمن المحاضرة تعريفا واقعيا للمشاعر والمشكلات اليومية ثم أعطي فرصة لأعضاء المجموعة التجريبية الفرصة في نقاشهم في كون ما يمرون به طول اليوم الواحد تمثل مشكلات وان كانت بسيطة ونوع الإحساس الشعوري اتجاهه (الجلسة الثانية) في هذه الجلسة قدم لعينة البحث التجريبية نشاطا رياضيا من اجل مناقشتهم حوله واكتشاف تلك المشاعر جراء المشكلات التي تعتريهم أثناء ممارستهم هذا النوع من النشاطات والتي تكون لهم صورة (أنا) السلبية وإدراكها ذاتيا من خلال هذا النوع من النقاشات (الجلسة الثالثة) بين الباحث قدرتهم حول عملية التشخيص صورة (أنا) السلبية وبالإمكانية من عمليات التعديل الذاتي إلى صورة (أنا) الايجابية من خلال استعمال نشاطا اجتماعيا فيما بين الجماعة التجريبية (الجلسة الرابعة) كانت هذه الجلسة وضيفتها فقط التأكيد حول القدرة على التشخيص صورة (أنا) السلبية وإمكانية التعديل الذاتي إلى صورة (أنا) الايجابية في المواقف الرياضية والاجتماعية وكانت عبارة عن مجموعة أسئلة تطرح عليهم ليتم الإجابة عليها من قبلهم

3-7 الوسائل المنطقية و الإحصائية

3-7-1 الوسائل المنطقية :

3-7-1-1 النسبة المئوية

3-7-2 الوسائل الإحصائية :

3-7-2-1 مربع كأي ..... Chi-square One Sample Test

3-7-2-2 الاختبار التائي لعينتين مستقلتين .....T-test

3-7-2-4 معامل ارتباط .....Pearson Correlation

3-7-2-5 معادلة التصحيح .....Spearman –Brown

3-7-2-6 الخطأ المعياري للمقياس .....Standard Error of Measurement

3-7-2-7 الإحصاءات اللامعلمي للعينات المتوسطة ..... Mann- Whitney U Test

4- عرض وتحليل ومناقشة النتائج

4-1 عرض النتائج

لكي يتم التوصل للنتائج فقد اعتمد الباحث الإجابة على فرضيات البحث وعلى النحو الأتي :

4-1-1 لا توجد فروق ذا دلالـة إحصـائية عند مستوى (0.05) فـي سبل التشـخيص علـى تصـورات – أنـا متكونة – للمجموعة الضابطة بين الاختبار القبلي والبعدي لدى طلبة كلية التربية الرياضية

من خـلال (ملحق 9) وباستعمال الإحصـائي (Mann– Whitney U Test) للإحصـاءات اللامعلميـة للعينـات المتوسـطة تبين أن المجموع الضـابطة – الاختبـار القبلـي (N1 = 8) مجموع رتبها (U1= 37) بقيمة

(Mann– Whitney U Test = 15) وهي قيمة الأصغر والمجموعة الضابطة الاختبار ألبعدي

(N2 = 8) مجموع رتبها (U2= 100) بقيمة (Mann– Whitney U Test = 48) وهي القيمة الأكبر مقارنـة القيمـة الصـغرى البالغـة (Mann– Whitney U Test = 15) بالقيمـة الجدوليـة البالغـة (15) عند مستوى (0.05) للمجموعات ذو الاتجاهين نجد أن قيمة المحسوبة متوازنة مع القيمة الجدولية

القرار : قبول الفرضية الصفرية ورفض الفرضية البديلة التي تنص على عدم وجود فرق بين الاختبار القبلي وألبعدي للمجموعـة الضـابطة وهذا يعنـي أن الطلبـة لـم يستفيدوا من الواقـع من غير وجـود أسـاليب توجيهيـة منظمة حول تشخيص

تشخيص صورة – أنا متكونة – لديهم وجدول (7) يبين ذلك

جدول (7) الفرق في الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة وفقا إلى اختبار Mann– Whitney U Test

المجموع الضابطة – الاختبار القبلي		المجموعة الضابطة الاختبار ألبعدي	
الدرجة	الرتبة	الدرجة	الرتبة
20	5	44	16
19	4	32	11
21	6	43	15
18	2	29	9
22	7	31	10
25	8	37	12
17	1	41	14
19	4	39	13
8 = N1		8 = N2	
U1= 37 Mann– Whitney U Test = 15		U2= 100 Mann– Whitney U Test = 48	

4-1-2 لا توجد فروق ذا دلالـة إحصـائية عند مستوى (0.05) فـي سبل التشـخيص علـى تصـورات – أنـا متكونة – للمجموعة التجريبية بين الاختبار القبلي والبعدي لدى طلبة كلية التربية الرياضية

من خلال (ملحق 9) وباستعمال الإحصائي (Mann– Whitney U Test) للإحصاءات اللامعلمية للعينات المتوسطة تبين أن المجموع التجريبية – الاختبار القبلي (N1 = 8) مجموع رتبها (U1= 49) بقيمة (Mann– Whitney U Test = 3) وهي قيمة الأصغر والمجموعة التجريبية الاختبار ألبعدي (N2 = 8) مجموع رتبها (U2= 87) بقيمة (Mann– Whitney U Test = 35) وهي القيمة الأكبر مقارنة القيمة الصغرى البالغة (Mann– Whitney U Test = 3) بالقيمة الجدولية البالغة (15) عند مستوى (0.05) للمجموعات ذو الاتجاهين نجد أن قيمة المحسوبة اقل من القيمة الجدولية

القرار : رفض الفرضية الصفرية وقبول الفرضية البديلة التي تنص على وجود فرق بين الاختبار القبلي وألبعدي للمجموعة التجريبية وهذا يعني أن البرنامج حقق الفائدة على نطاق المجموعة التجريبية في كيفية تشخيص صورة – أنا متكونة – لديهم وجدول (8) يبين ذلك

جدول (8) الفرق في الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية وفقا إلى اختبار Mann– Whitney U Test

المجموع التجريبية – الاختبار القبلي		المجموعة التجريبية الاختبار ألبعدي	
الدرجة	الرتبة	الدرجة	الرتبة
19	2.5	20	5.5
21	9	33	14
20	5.5	31	13
20	5.5	27	12
21	9	39	15
22	11	34	16
18	1	21	9
20	5.5	19	2.5
8 = N1		8 = N2	
U1= 49 Mann– Whitney U Test = 3		U2= 87 Mann– Whitney U Test = 35	

4–1–3 لا توجد فروق ذا دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) في سبل التشخيص على تصورات – أنا متكونة – بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار ألبعدي لدى طلبة كلية التربية الرياضية

من خلال (ملحق 9) وباستعمال الإحصائي (Mann– Whitney U Test) للإحصاءات اللامعلمية للعينات المتوسطة تبين أن المجموع التجريبية – الاختبار ألبعدي (N1 = 8) مجموع رتبها (U1= 48) بقيمة (Mann– Whitney U Test = 4) وهي قيمة الأصغر والمجموعة الضابطة الاختبار ألبعدي(N2= 8) مجموع رتبها (U2= 88) بقيمة (Mann– Whitney U Test = 36) وهي القيمة الأكبر

مقارنة القيمة الصغرى البالغة (Mann– Whitney U Test = 4) بالقيمة الجدولية البالغة (15) عند مستوى (0.05) للمجموعات ذو الاتجاهين نجد أن قيمة المحسوبة اقل من القيمة الجدولية

القرار : رفض الفرضية الصفرية وقبول الفرضية البديلة التي تنص على وجود فرق بين الاختبار ألبعدي بين المجموعة التجريبية و الضابطة وهذا يعني أن البرنامج حقق الفائدة على نطاق المجموعة التجريبية في الاختبار ألبعدي في كيفية تشخيص صورة – أنا متكونة – لديهم وجدول (9) يبين ذلك

جدول (9)الفرق في الاختبار ألبعدي بين المجموعة التجريبية والضابطة وفقا إلى اختبار Mann– Whitney U Test

المجموع التجريبية – الاختبار ألبعدي		المجموعة الضابطة الاختبار ألبعدي	
الدرجة	الرتبة	الدرجة	الرتبة
20	2	44	16
33	9	32	8
31	6.5	43	15
27	4	29	5
39	12.5	31	6.5
34	10	37	11
21	3	41	14
19	1	39	12.5
8 = N1		8 = N2	
U1= 48 Mann– Whitney U Test = 4		U2= 88 Mann– Whitney U Test = 36	

4–1–4 لا توجد فروق ذا دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) في سبل التشخيص على تصورات – أنا متكونة – بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار المرجأ لدى طلبة كلية التربية الرياضية

من خلال (ملحق 9) وباستعمال الإحصائي (Mann– Whitney U Test) للإحصاءات اللامعلمية للعينات المتوسطة تبين أن المجموع التجريبية – الاختبار المرجأ (N1 = 8) مجموع رتبها (U1= 91.5) بقيمة (Mann– Whitney U Test = 39.5) وهي قيمة الأكبر والمجموعة الضابطة الاختبار المرجأ (N2= 8) مجموع رتبها (U2= 44.5) بقيمة (Mann– Whitney U Test = 7.5) وهي القيمة الأصغر

مقارنة القيمة الصغرى البالغة (Mann– Whitney U Test = 7.5) بالقيمة الجدولية البالغة (15) عند مستوى (0.05) للمجموعات ذو الاتجاهين نجد أن قيمة المحسوبة اقل من القيمة الجدولية

القرار : رفض الفرضية الصفرية وقبول الفرضية البديلة التي تنص على وجود فرق بين الاختبار المرجأ بين المجموعة التجريبية و الضابطة وهذا يعني أن البرنامج حقق الفائدة طويلة الأمد على نطاق المجموعة التجريبية في الاختبار المرجأ في كيفية تشخيص صورة – أنا متكونة – لديهم وجدول (10) يبين ذلك

جدول (10) الفرق في الاختبار المرجأ بين المجموعة التجريبية والضابطة وفقا إلى اختبار Mann– Whitney U Test

المجموع التجريبية – الاختبار المرجأ		المجموعة الضابطة الاختبار المرجأ	
الدرجة	الرتبة	الدرجة	الرتبة
41	15	18	1
35	13	22	5.5
39	14	29	9
21	3.5	30	10
25	7	19	2
31	11	21	3.5
43	16	26	8
33	12	22	5.5
8 = N1		8 = N2	
U1= 91.5 Mann– Whitney U Test = 39.5		U2= 44.5 Mann– Whitney U Test = 7.5	

2-4 تحليل النتائج وتفسيرها

من خلال نتائج البحث يمكن التوصل إلى الآتي :

4-2-1عدم وجود فرق بين الاختبار القبلي وألبعدي للمجموعة الضابطة من خلال توفر البيانات التي أعربت عن وجود القيمة الصغرى البالغة (Mann- Whitney U Test = 15) وهي توازن القيمة الجدولية [1]يعني بذلك أن الطلبة الذين لم يتعرضوا للبرنامج التوجيهي لم يستفيدوا من الواقع من غير وجود أساليب توجيهية منظمة حول تشخيص صورة – أنا متكونة – لديهم أي إن العشوائية لا تعمل على مساعدة الفرد في الكشف عن صورة – أنا السلبية والايجابية – للأفراد

4-2-2 وجود فرق بين الاختبار القبلي وألبعدي للمجموعة التجريبية من خلال توفر البيانات التي أعربت عن وجود القيمة الصغرى البالغة (Mann- Whitney U Test = 3) وهي قيمة اقل من القيمة الجدولية يعني أن البرنامج حقق الفائدة على نطاق المجموعة التجريبية في كيفية تشخيص صورة – أنا متكونة – لديهم وهذا يدلل على فاعلية البرنامج التوجيهي المعد في هذا البحث والذي يساعد على التشخيص الذاتي حول صورة – أنا متكونة –

4-2-3 وجود فرق بين الاختبار ألبعدي بين المجموعة التجريبية و الضابطة من خلال توفر البيانات التي أعربت عن وجود القيمة الصغرى البالغة (Mann- Whitney U Test = 4) وهي قيمة اقل من القيمة الجدولية يعني أن البرنامج حقق الفائدة على نطاق المجموعة التجريبية في الاختبار ألبعدي في كيفية تشخيص صورة – أنا متكونة – لديهم وهذه الفرضية تؤكد الاستنتاج السابق من حيث فاعلية البرنامج التدريبي

4-2-4 وجود فرق بين الاختبار المرجأ بين المجموعة التجريبية و الضابطة من خلال توفر البيانات التي أعربت عن وجود القيمة الصغرى البالغة (Mann- Whitney U Test = 7.5) وهي قيمة اقل من القيمة الجدولية يعني أن البرنامج حقق الفائدة طويلة الأمد على نطاق المجموعة التجريبية في الاختبار المرجأ في كيفية تشخيص صورة – أنا متكونة – لديهم ويشير بذلك والى الأثر طويل الأمد في تعلم الأفراد – طلبة كلية التربية الرياضية – في متابعتهم لذواتهم بذاتهم حول الكشف عن صورة – أنا السلبية والايجابية – لهم

5- الاستنتاجات و التوصيات و المقترحات

5-1 الاستنتاجات

من خلال نتائج البحث والتحليل النفسي لها يمكن الاستنتاج الأتي :

[1] البالغة (15) راجع عرض النتائج

1- فاعلية البرنامج التدريبي في مساعد الأفراد العينة التجريبية (المجموعة التجريبية) في قدرتهم على إدراك مشاعرهم ومشكلاتهم التي تحدث يوميا وبصورة متكررة فضلا عن قدرتهم على عملية التشخيص الذاتي حول صورة (أنا) وبدقة و الذاتي من اجل تعديل صورة (أنا) السلبية إلى صورة (أنا) الايجابية

2- من خلال نتائج المجموعة الخاضعة للتجريب في البحث (المجموعة الضابطة) وجد إن الأفراد يعانون من مشاعرهم نحو التصورات (أنا) السلبية إلا أنهم لا يدركونها وبالتالي تصعب عليهم سبل التعديل نحو صورة (أنا) الايجابية

3- قدرة الأفراد في رسم التصورات الذهنية حول صورة (أنا) السلبية التي يشعرون بها

4- إمكانية التشخيص الذاتي حول صورة (أنا) السلبية التي يشعرون بها وبسهولة عندما يوجهون بالتدريب نحوها

5- ساعد البرنامج إلى حد ما في تعديل صورة (أنا) السلبية إلى صورة (أنا) الايجابية من خلال تنشطه إدراكهم نحو واقع (أنا) التي يعيشونها

5-2 التوصيات

من خلال استنتاجات البحث يمكن أن يوصي الباحث في الآتي :

1- الاهتمام بالبرامج التدريبية والتوجيهية إلى صورة (أنا) السلبية لأنها تعمل على تعديل حياتهم اليومية والعملية

2- استعمال هذا النوع من البرامج التدريبية واستمارته التشخيصية حول صورة (أنا) في مركز البحثية والنفسية والاجتماعية

3- تفيد نتائج البحث الحالي في التعرف عن صورة (أنا) للأفراد

5-3 المقترحات

على أساس التوصيات يمكن طرح المقترحات الآتية :

1- الاهتمام بتطوير البحوث العلمية الاكادمية حول صورة – أنا متكونة الايجابية منها والسلبية –

2- إجراء دارسات نفسية مماثلة وعلاقتها بمتغيرات التي ناشد بها صورة – أنا متكونة الايجابية منها والسلبية –

3- استعمل صورة – أنا متكونة الايجابية منها والسلبية – في العديد من مجالات الحياة المختلفة الفردية منها والمجتمعية

4- إجراء بحث بعنوان (بروفيل إدراك – أنا متكونة – على عينة مراجعي مركز الخدمة النفسية والاجتماعية)

المصادر

.. القران الكريم

1) .. احمد. إبراهيم احمد (2007): تطبيق الجودة والاعتماد في المدارس . القاهرة : دار الفكر العربي

2) .. أبو حطب ، فؤاد . (1979) : القدرات العقلية ، ط2 : مكتبة الانجلو المصرية .

3) .. ألعبيدي, حازم بدري (2001): اثر برنامج تدريبي في خفض التعب النفسي لدى العاملين في المؤسسات الاجتماعية, (رسالة ماجستير غير منشورة) كلية الآداب, جامعة بغداد.
4) .. السيد , فؤاد بهي (1979):علم النفس الإحصائي وقياس العقل البشري القاهرة : دار الفكر العربي .
5) .. ألفقي , إسماعيل محمد (2005) التقويم والقياس النفسي والتربوي . القاهرة : دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع
6) .. اليعقوبي . حيدر (2011): أنا المتكونة – تقلبات السلوك وتفسيراتها – العلاج في علم النفس ألتجددي جودة تحسين (أنا) الطريقة المبتكرة في العلاج النفسي – العلاج بتحسن (أنا) الفرد بالطريقة الذاتية . ط1.العراق : دار الأضواء[1]
7) .. حسن, هدى حسين (2000): بناء برنامج تدريبي في المهارات الإدارية– لمديري المدارس الإعدادية في محافظة بغداد, (أطروحة دكتوراه غير منشورة) كلية التربية, الجامعة المستنصرية.
8) .. خطاب . علي ماهر . (2009) : الإحصاء الاستدلالي في العلوم النفسية والتربوية والاجتماعية . ط1 . القاهرة : مكتبة الانجلو المصرية
9) .. ربيع ، محمد شحاتة . (1994) : قياس الشخصية ، الإسكندرية : دار المعرفة الجامعية
10) .. رزق . أمينة محمد (2009) : نظريات الشخصية . سوريا . جامعة دمشق : منشورات جامعة دمشق
11) .. فاخوري ,مها (1994): اختبارات الشخصية , مجلة الثقافة النفسية , لبنان : بيروت
12) .. محجوب . وجيه(1988): طرائق البحث العلمي ومناهجه، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل
13) .. مكتب اليونسكو الإقليمي للتربية في الدول العربية (1993): دور المدرس في تنمية المجتمع المحلي, ط1, عمان, الأردن.
14) .. Anastasi, Anne. (2000): Psychological Testing. New York. Prentice – Hell
15) .. Crocker. L& Algin. J(1986):Introduction to classical and modern test theory. New York. C.B.S. college publishing
16) .. Ebel. R.L (1972): Essentials of Educational measurement. New York. Prentice. Hall – Inc
17) .. Kerlinger,F.N.(1979):Foundations of Behavioural Research (2nd ed). London, Holt Rine hart & Winston
18) ..Nunnaly J.(1978):Psychometric theory , 2nd edition, , Mc Grawe . Hill Book,Inc,New.york.
19) .. Neil .J.A & Jackson . D . N , 1975 : An Evaluation of Item Selection Strategies in Personality Scale Construction . Educational end Psychology .Vol 30 . No 3
20) Schariach. A (1985 Social group work with Institutionalized elders : A task – centered approach . Social Work with groups . Vol 13
21)

الملاحق

(ملحق1) ملحق الخبراء والمختصون

ت	اسم الخبير	اللقب العلمي	التخصص	الجامعة	خيارات الاستشارة		
					1	2	3
1	عامر الحيدري	م . د	طبيب نفسي	جامعة كربلاء	❁	❁	❁

[1] Constituded Ego – The Inconsistency of behavior and Its Comments – The Remedy in new Psychology .. The Created Method in Psychological remedy – The Remedy for the Improvement of (Ego) by Subjective Method

2	خالد النجار	أ. د	علم النفس	جامعة القاهرة	۞	۞	۞	۞
3	شاكر مبدر جاسم	أ. د	أرشاد نفسي	جامعة بغداد	۞	۞	۞	۞
4	ناجح السلطاني	أ. د	علم النفس النمو	جامعة كربلاء	۞	۞	۞	۞
5	حامد الدفاعي	أ. م . د	علم النفس التربوي	جامعة كربلاء	۞	۞	۞	۞
6	خالد عطا	أ. م . د	علم النفس	جامعة القاهرة	۞	۞	۞	۞
7	أميرة جابر	أ. م . د	أرشاد نفسي	جامعة الكوفة	۞	۞	۞	۞
8	فاضل عبيد ألشمري	أ. م . د	طرائق التدريس	جامعة كربلاء	۞	۞	۞	۞
9	عزيز كريم وناس	م . د	اختبارات ومقاييس	جامعة كربلاء	۞	۞	۞	۞
10	حبيب على طاهر	م . د	التربية الرياضية	جامعة كربلاء	۞	۞	۞	۞
11	حاتم الكرعاوي	م . د	التربية الرياضية	التربية المفتوحة	۞	۞	۞	۞
12	علي الفتلاوي	م	طرائق التدريس	جامعة كربلاء	۞	۞	۞	۞
13	آلاء جميل صالح	م . م	علم النفس النمو	جامعة الكوفة				۞
14	شيماء عبد الباقي	م . م	علم النفس	جامعة القاهرة				۞

1. الصدق الظاهري لاستمارة حالات التشخيص الأسبوعي حول صورة – أنا متكونة –
2. مكونات مقياس حالات صورة – أنا متكونة –
3. التحليل المنطقي للفقرات

(ملحق 2)

الاستبانة خبراء – أسلوب حالات التشخيص الأسبوعي حول صورة – أنا متكونة –

السيد الخبير المحترم

تحية طيبة

يروم الباحث إجراء بحثه الموسوم ((اثر برنامج تدريبي لتشخيص تصورات – أنا متكونة – المقترحة لتحسين جودة – أنا – بالطريقة الذاتية لدى طلبة التربية وعلم النفس)) وقد عرف الباحث صورة – أنا متكونة – على أنها صورة السلوك الايجابي

(A) أو السلبي (B) المشاهدة والمحسوسة للفرد حال تعرضه للمواقف السارة أو المزعجة والتي تعرب عن دور العقل المدبر في معالجتها وسبل العقل المبتكر في إنتاجيتها جراء الدفعات العقلية من مصدر الإلهام . ولما إنكم تتمتعون بالخبرة الميدانية العالية نرجو الإجابة (موافق) أو (غير موافق) وذلك من خلال وضع علامة (√) أمام الخيار المناسب الذي يمثلكم حول أسلوب حالات التشخيص الأسبوعي حول صورة – أنا متكونة –

	الخيارات	
	موافق	غير موافق
أسلوب حالات التشخيص الأسبوعي حول صورة – أنا متكونة –		

عزيزي الطالب ..... عزيزتي الطالبة
تحية طيبة

- **نمر في اليوم الواحد (in The One Day) بمجموعة من المواقف منها السارة التي تبعث في نفوسنا السعادة والارتياح أو الانشراح وأخرى تعمل على إزعاجنا وشعورنا بالتألم والحزن والضيق**
- **لذا فالمواقف السارة التي تبعث في نفوسنا السعادة والارتياح نرمز لها (A) كما إن المواقف التي تزعجنا وتشعرنا بتألم وضيق نرمز لها (B)**
- **فقط نرجو تحديد تلك المواقف سواء أكانت (A) أو (B) عند المساء بعد تذكرها كل يوم بيومه .. ولا داعي لذكر طبيعة هذا الموقف فقط اشر إليه بالرموز المحددة**
- **ولا تنسى أن تتذكرها يوم بيوم عند المساء .. إن العمل الذي تقوم به هو يختص بالبحث العلمي ولا داعي لذكر الاسم فقط تحديد الأتي :**

نوع الجنس (بنت – ولد)
العمر

أسلوب حالات التشخيص الأسبوعي الخاصة بك

نوع الجنس : **العمر :** **الحالة الاجتماعية :**

DAY CASE	DAY1 السبت	DAY2 الأحد	DAY3 الاثنين	DAY4 الثلاثاء	DAY5 الأربعاء	DAY6 الخميس	DAY7 الجمعة
Case1							
Case2							
Case3							
Case4							
Case5							
Case6							
Case7							

الملاحظات :

1) **أرجو المتابعة اليومية لمدة أسبوع واحد وان تسجل الإجابات كل مساء من اليوم الواحد بعد تذكر تلك الموقف**
2) **الصدق فى الإجابات التى تكتب تساعد على تطوير البحث العلمى ولكم فى المشاركة الفعالة فى تطوير هذا الإنتاج وانتم جزاء منه لأنكم مشتركون به**

(ملحق 3)

	الخيارات	
	موافق	غير موافق
أسلوب حالات التشخيص الأسبوعي حول صورة –	5	7

أنا متكونة –		

(ملحق 4) الاستبانة خبراء – صلاحية المكونات المتعلقة بصورة – أنا متكونة –

السيد الخبير المحترم

تحية طيبة

يروم الباحث إجراء بحثه الموسوم ((اثر برنامج توجيهي لتشخيص تصورات – أنا متكونة – المقترحة لتحسين جودة – أنا – بالطريقة الذاتية لدى طلبة التربية وعلم النفس)) وقد عرف الباحث صورة – أنا متكونة – على أنها صورة السلوك الايجابي (A) أو السلبي (B) المشاهدة والمحسوسة للفرد حال تعرضه للمواقف السارة أو المزعجة والتي تعرب عن دور العقل المدبر في معالجتها وسبل العقل المبتكر في إنتاجيتها جراء الدفعات العقلية من مصدر الإلهام . ومن حدد مكونان أساسيان الذي ناشدة به – أنا متكونة – وهي :

ممارسة السلوك جراء المواقف السارة التي تبعث في نفوس السعادة والارتياح صورة (A)

ممارسة السلوك جراء المواقف التي تزعج وتشعر بتألم وضيق صورة (B)

ولما أنكم من خبراء المتخصصين في التربية وعلم النفس لذا نهيب بكم أن تقدموا لنا المشورة العلمية من خلال موافقتكم من عدمها حول تلك المكونان شاكرين تعاونكم منعا من اجل الخدمة العلمية .

مكونان صورة – أنا متكونة –	الخيارات	
	موافق	غير موافق
ممارسة السلوك جراء المواقف السارة التي تبعث في نفوس السعادة والارتياح صورة (A)		
ممارسة السلوك جراء المواقف التي تزعج وتشعر بتألم وضيق صورة (B)		

الأستاذ المساعد الدكتور – حيدر اليعقوبي

كانت إجاباتهم على النحو الأتي :

مكونان صورة – أنا متكونة –	الخيارات	
	موافق	غير موافق
ممارسة السلوك جراء المواقف السارة التي تبعث في نفوس السعادة والارتياح صورة (A)	8	4
ممارسة السلوك جراء المواقف التي تزعج وتشعر بتألم وضيق صورة (B)	11	1

(ملحق 5) استبيان استطلاعي

عزيزي الطالب .. عزيزتي الطالبة

تحية طيبة

يروم الباحث إجراء بحثه الموسوم ((اثر برنامج تدريبي لتشخيص تصورات – أنا متكونة – المقترحة لتحسين جودة – أنا – بالطريقة الذاتية لدى طلبة كلية التربية الرياضية))

ولما إن كل منا يمر بالعديد من المواقف السارة تسبب لنا السعادة والارتياح وأخرى المزعجة التي تسبب التعاسة والألم النفسي لذا نرجوا منكم الإجابة عن السؤال الآتي :

اذكر ثلاث فقط من المواقف اليومية حدثت اليوم بالتحديد
التي عملت على إزعاجك ومللك وأخرى ثلاث بعثت فيك المسرة والارتياح

مواقف الايجابية : A المواقف المسرة والارتياح

1. ...
2. ...
3. ...

مواقف السلبية : B المواقف إزعاجك ومللك

4. ...
5. ...
6. ...

الأستاذ المساعد الدكتور – حيدر اليعقوبي

(ملحق 6) الاستبانة خبراء – مقياس حالات صورة – أنا متكونة – بصورته الأولية

السيد الخبير المحترم

تحية طيبة

يروم الباحث إجراء بحثه الموسوم ((اثر برنامج توجيهي لتشخيص تصورات – أنا متكونة – المقترحة لتحسين جودة – أنا – بالطريقة الذاتية لدى طلبة التربية وعلم النفس)) وقد عرف الباحث صورة – أنا متكونة – على أنها صورة السلوك الايجابي (A) أو السلبي (B) المشاهدة والمحسوسة للفرد حال تعرضه للمواقف السارة أو المزعجة والتي تعرب عن دور العقل المدبر في معالجتها وسبل العقل المبتكر في إنتاجيتها جراء الدفعات العقلية من مصدر الإلهام . وعلى وفق المكونان المحددان فقد اعد عدد من الفقرات

ولما أنكم من خبراء المتخصصين في التربية وعلم النفس لذا نهيب بكم أن تقدموا لنا المشورة العلمية من خلال موافقتكم من عدمها حول تلك الفقرات من خلال وضع علامة (√) إمام الفقرة شاكرين تعاونكم منعا من اجل الخدمة العلمية .

الأستاذ المساعد الدكتور – حيدر اليعقوبي

الفقرات

المكونان	صورة القائمة	ت	الفقرات	خيارات الإجابة		
				موافق	غير موافق	تحتاج إلى تعديل
ممارسة السلوك	(A)	1	المواقف السعيدة تجعلني منبهجا في لحضتها			
		2	أعيش أجمل لحظات حياتي عندما انشرح			

		3	أنسى من حولي في حال فرحي				
		4	اندم على المواقف المفرحة التي مررت بها				
		5	المواقف اللطيفة أتفاعل معها حتى أنسى نفسي				
		6	تتغير تصرفاتي في مواقف المفرحة				
		7	أعيش ألحظات من يتحدث عني بفخر				
		8	أنا شخص جديد عندما تتوفر لي الفرص				
		9	يأخذني التفكير عميقا عندما يراد تكريمي لعمل ما				
		10	يصعب عليّ تذكر الأشياء عندما أكون سعيدا				
		11	أتغير عندما يعترضني النجاح				
		12	يسرقني الوقت لتحقيق انجازاتي				
		13	الفرح يجعلني أنسى أحزاني التي مررت بها				
		14	أتخيل المواقف السعيدة في حياتي				
		15	أعيش مواقف النجاح متأملا مبتسما				
ممارسة السلوك جراء المواقف التي تزعج وتشعر بتألم وضيق صورة	(B)	16	المواقف المحزنة تجعلني متألما في لحضتها				
		17	أعيش أسوء لحظات حياتي عندما انزعج				
		18	المواقف المؤلمة لا تفارقني لوقت طويل				
		19	انسي واجباتي عندما ابكي حزنا				
		20	وكأنني ليس أنا في مواقف الفشل				
		21	أفكر بمن يتحدث عني				
		22	استعد طويلا قبل السفر				
		23	الحزن يجعلني أنسى أفراحي				
		24	لا أنام سريعا عندما انزعج				
		25	المواقف الضاغطة تجعلني لا أفكر إلا بها				
		26	أتخيل كيف تعرضت لموقف محرج				
		27	أعيش حزني على ما فقدت				
		28	اكتب مذكرتي عن الأحدث الصعبة				
		29	ارغب بالنوم في حال خسارتي				
		30	لا تفارقني الآلام عند حدوثها				

(ملحق 7)

مقياس حالات صورة – أنا متكونة – بصورته النهائية – وصف لطبيعة الفقرات

ت	ت	الفقرات	صورة أنا	خيارات الإجابة		
				تمثلني	تمثلني إلى حد ما	لا تمثلني

1	2	أعيش أجمل لحظات حياتي عندما انشرح	CE_A				
2	3	أنسى من حولي في حال فرحي	CE_A				
3	5	المواقف اللطيفة أتفاعل معها حتى أنسى نفسي	CE_A				
4	7	أعيش ألحظات من يتحدث عني بفخر	CE_A				
5	9	يأخذني التفكير عميقا عندما يراد تكريمي لعمل ما	CE_A				
6	11	أتغير عندما يعترضني النجاح	CE_A				
7	13	الفرح يجعلني أنسى أحزاني التي مررت بها	CE_A				
8	15	أعيش مواقف النجاح متأملا مبتسما	CE_A				
9	16	المواقف المحزنة تجعلني متألما في لحضتها	CE_B				
10	17	أعيش أسوء لحظات حياتي عندما انزعج	CE_B				
11	20	وكأنني ليس أنا في مواقف الفشل	CE_B				
12	21	أفكر بمن يتحدث عني	CE_B				
13	23	الحزن يجعلني أنسى أفراحي	CE_B				
14	24	لا أنام سريعا عندما انزعج	CE_B				
15	27	أعيش حزني على ما فقدت	CE_B				
16	29	ارغب بالنوم في حال خسارتي	CE_B				

(ملحق 8)

مقياس حالات صورة – أنا متكونة – بصورته النهائية – المعروض على عينة البحث

عزيزي الطالب .. عزيزتي الطالبة

تحية طيبة

يروم الباحث إجراء بحثه الموسوم ((اثر برنامج تدريبي لتشخيص تصورات – أنا متكونة – المقترحة لتحسين جودة – أنا – بالطريقة الذاتية لدى طلبة كلية التربية الرياضية)) نهيب بكم الإجابة عن الفقرات الآتية التي تمثل كل فقرة صورة من المواقف التي تمرون بها فقد يكون هذا الموقف يسركم وقد يسبب لكم حالة من الانزعاج .. فلطفا المواقف التي تسركم إدراج أما الفقرة الرمز (A) والموقف الذي يسبب الألم النفسي والانزعاج يدرج أمام الفقرة الرمز (B) ومن ثم وضع علامة (√) أمام الخيار الذي يمثل درجة تأثير الموقف السار والمؤلم من خلال اختياركم إلى الخيارات إما (تمثلني) أو (تمثلني إلى حد ما) أو(لا تمثلني) ولا داعي لذكر الاسم فان البحث يهدف لأغراض البحث العلمي لأغير واليكم أنموذجا لطريقة الحلّ :

ت	الفقرات	صورة أنا	خيارات الإجابة		
			تمثلني	تمثلني إلى حد ما	لا تمثلني
1	أعيش أجمل لحظات حياتي عندما انشرح	CE_A		√	

الأستاذ المساعد الدكتور – حيدر اليعقوبي

الفقرات

ت	الفقرات	صورة أنا	خيارات الإجابة		
			تمثلني	تمثلني إلى حد ما	لا تمثلني
1	أعيش أجمل لحظات حياتي عندما انشرح	CE_A			
2	الفرح يجعلني أنسى أحزاني التي مررت بها	CE_A			
3	أفكر بمن يتحدث عني	CE_B			
4	المواقف المحزنة تجعلني متألما في لحضتها	CE_B			
5	المواقف اللطيفة أتفاعل معها حتى أنسى نفسي	CE_A			
6	ارغب بالنوم في حال خسارتي	CE_B			
7	أنسى من حولي في حال فرحي	CE_A			
8	يأخذني التفكير عميقا عندما يراد تكريمي لعمل ما	CE_A			
9	لا أنام سريعا عندما انزعج	CE_B			
10	وكأنني ليس أنا في مواقف الفشل	CE_B			
11	أعيش ألحظات من يتحدث عني بفخر	CE_A			
12	أعيش أسوء لحظات حياتي عندما انزعج	CE_B			
13	أتغير عندما يعترضني النجاح	CE_A			
14	الحزن يجعلني أنسى أفراحي	CE_B			
15	أعيش مواقف النجاح متأملا مبتسما	CE_A			
16	أعيش حزني على ما فقدت	CE_B			

(ملحق 9)

نتائج البحث للعينة التجريبية والضابطة

ت	المجموعة التجريبية			المجموعة الضابطة		
	تجريبي –	تجريبي –	تجريبي –	ضابطة –	ضابطة –	ضابطة –

	القبلي	بعدي	مرجا	القبلي	بعدي	مرجا
1	19	20	41	20	44	18
2	21	33	35	19	32	22
3	20	31	39	21	43	29
4	20	27	21	18	29	30
5	21	39	25	22	31	19
6	22	34	31	25	37	21
7	18	21	43	17	41	26
8	20	19	33	19	39	22