



**أثر أسلوب النمذجة في خفض الألم الاجتماعي  
لدى طلاب المرحلة الإعدادية**

**إعداد**

**م.م. فيصل جمعه نجم الدليمي**

**المديرية العامة لتربية ديالى**



## Abstract

The current study aims at identifying the modeling effect style in reducing the social pain among students of preparatory stage, In order to achieve the aim of the research and choosing its hypotheses, the experimental approach with two groups ( experimental group and controlling group ) has been used with (pre-test and re-test ). The sample of this research is divided randomly into two groups: experimental and control with (10) student for each group, and the researcher has adopted ( Al-Khayyat ,2014) to scale the social pain among students of preparatory stage, , and the researcher has built up the pedagogical style according to modeling style which consists of (10) sessions, two sessions within a week which aims at reducing the social pain among students of preparatory stage , the suggested style on experimental group has been applied while the control group hasn't been exposed to any style , the result of the research has approved that the suggested pedagogical style has the effect in reducing the social pain among students of preparatory stage students. According to this result, this study has reached to some of conclusions and led to some numbers of recommendations and suggestions.

## مستخلص البحث:

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على (أثر أسلوب النمذجة في خفض الألم الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الإعدادية)، ولتحقيق هدف البحث واختيار فرضياته استخدم المنهج التجريبي ذا التصميم ذو المجموعتين {مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة مع اختبار (قبلي-بعدي)}، وقد شملت عينة البحث (٢٠) طالباً من طلاب المرحلة الإعدادية اختيروا بالطريقة القصدية ممن حصلوا على أعلى الدرجات على مقياس الألم الاجتماعي، وقد قسمت عينة البحث إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية وبالطريقة العشوائية بواقع (١٠) طالب لكل مجموعة، وقد تبنى الباحث مقياس الألم الاجتماعي الذي أعده (الخياط، ٢٠١٤) لقياس مستوى الألم الاجتماعي، وقام الباحث ببناء الأسلوب الإرشادي وفق أسلوب النمذجة ويتكون من (١٠) جلسات وبواقع جلستين في الأسبوع والذي يهدف إلى خفض الألم الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الإعدادية، وقد طبق الأسلوب المقترح على المجموعة التجريبية فيما لم تخضع المجموعة الضابطة لأي أسلوب، وقد أثبتت نتائج البحث أن لأسلوب النمذجة أثراً واضحاً في خفض الألم الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الإعدادية، وفي ضوء النتائج أفضت الدراسة إلى بعض التوصيات والمقترحات.



## الفصل الأول

### التعريف بالبحث:

#### أولاً: - مشكلة البحث (Problem of the Research): -

أدت التغيرات الاجتماعية والاقتصادية التي تعرض لها بلدنا العراق بسبب آثار سنوات من الحروب والإرهاب وظهور حالات جديدة من تهجير ونزوح العوائل، إلى ظهور مشكلة الألم الاجتماعي في المؤسسات التربوية، لاسيما بين طلاب المرحلة الإعدادية الذين يمثلون مرحلة المراهقة التي تمتاز بالتغيرات النفسية والجسمية الحادة.

وتعدّ مشكلة الألم الاجتماعي من المشكلات التي تؤثر تأثيراً سلبياً في الجانب الاجتماعي والنفسي للفرد، إذ تؤثر هذه المشكلة في حياة الإنسان وسلوكه وتصرفاته وصحته النفسية، وتؤثر في الحياة الاجتماعية للفرد، وفي علاقاته مع الآخرين، وتسبب له الاضطرابات النفسية المختلفة، كما يؤدي الألم الاجتماعي إلى تكوين الشخصية غير السوية (النوري، ١٩٩٨: ١).

وإن للضغوط الأسرية والعلاقات الاجتماعية وعدم التوافق الأسري بين الوالدين أو مع الإخوة وعدم التوافق في المدرسة وسوء التوافق الاجتماعي ورفض الجماعة له هذا ما يزيد من الصراعات ويؤجج التوتر النفسي وسوء التوافق الشخصي والاجتماعي وعدم الاختلاط مع الآخرين وعدم التكيف الاجتماعي وغيرها، وقلة التوجيه والرعاية الأسرية في المدرسة والمجتمع مما يؤدي إلى الشعور بالألم النفسي والألم الاجتماعي (زهران، ١٩٧٨: ٥٣٢).

والطالب يعيش حالة من القلق والاضطراب والخيبة الشديدة، وما أكثر الطلاب الذين يتعرضون إلى صدمات نفسية واجتماعية وتربوية وأخلاقية وضعف في مواجهة التحديات وضعف في مواجهة الألم النفسي والألم الاجتماعي، ولاسيما مع تطور المجتمعات مما يتسبب في مشكلات وإحراجات عديدة لأسرهم والقائمين على أمور التربية (Selekman, 2006: p.256).

وبما إن للتوجيه النفسي والإرشاد التربوي حق لكل طالب في المدرسة، لذا من الممكن توظيفها لكل مرحلة من مراحل الدراسة المختلفة، ومن الضروري أن تقدم هذه الخدمات التربوية والتعليمية وملحقاتها بصورة منظمة ومخطط لها على شكل برنامج إرشادي أو أسلوب إرشادي لخدمة هذا الجيل، وتخفيف ما يعانيه من

مشكلات وما يتعرضون له من مواقف قد تكون محرجة لهم ولأسرهم، وتقديم الخدمات الإرشادية المناسبة لتحقيق التوافق والصحة النفسية.

ومن خلال إحساس الباحث من خلال عمله مرشداً تربوياً لمدة تزيد عن (٢٤) سنة في المدارس الثانوية ومن خال احتكاكه بزملائه المرشدين التربويين والطلاب، يرى أن مشكلة زيادة الشعور بالألم الاجتماعي التي يعاني منها أبناؤنا الطلاب وقد قدم الباحث استفتاء استطلاعية، إلى (١٠) من المرشدين التربويين في قضاء بعقوبة وكانت إجاباتهم تؤكد وجود زيادة في الشعور بالألم الاجتماعي لدى الطلاب بنسبة (٩٠٪) وكذلك إجابات (٢٠) مدرس من المدرسين في المدارس الإعدادية أو الثانوية وبنسبة (٨٠٪) وكذلك إجابات (٥) مدراء من مدراء المدارس الإعدادية أو الثانوية وبنسبة (١٠٠٪) وكانت إجاباتهم تؤكد وجود زيادة الشعور بالألم الاجتماعي عند الطلاب، وحسب السؤال التالي:-

(هل يعاني طلاب المرحلة الإعدادية من الألم الاجتماعي؟).

وبناءً عليه تتجلى مشكلة البحث الحالي في الإجابة عن السؤال الآتي :-

هل لأسلوب النمذجة أثر في خفض الألم الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الإعدادية ؟

ثانياً:- أهمية البحث (The Importance of Research):-

أن الاهتمام بالطلاب ضرورة تنموية وأمنية وحاجة ملحة؛ لتَقْدُم المجتمع فهم قادة المستقبل، وانتشار المشكلات التربوية والنفسية والاجتماعية بين الطلاب يكون عائقاً للنمو السليم والصحة النفسية وبالتالي يكون عائقاً لتَقْدُم مجتمعهم الذي ينتمون إليه (المحارب، والنعيم، ٢٣: ١٤٤٥: ١٠).

فالأساليب الإرشادية عنصر مهم وجوهري في العملية التربوية، ومن الوسائل الضرورية في تكوين جماعة تسودها الألفة والمحبة والاحترام، فضلاً عن قدرتها على مساعدة الجماعة الإرشادية على التخلص مما يواجهها من أزمات ومشكلات في الجوانب التي أعدت لها تلك الأساليب الإرشادية. ولذلك كان الهدف الرئيسي للأسلوب الإرشادي هو الوصول بالفرد إلى التوافق النفسي والاجتماعي وتوفير الجو الملائم في المدرسة والمجتمع (الحياي، ١٩٨٩: ٢٠٨). ويعد أسلوب النمذجة من الفنيات التي تتصف بالمرونة والسهولة عند تنفيذها في مواقف ومواقع مختلفة، إذ يكون لها أثر مهم في اكتساب المهارات اللغوية والاجتماعية والشخصية والمهنية وتستعمل النمذجة في البرامج الاجتماعية والتربوية وتحتاج إلى إعداد وتخطيط مسبق خصوصاً في المواقف التعليمية (سهيل، ٢٠٠٧: ٥٥). وعليه تم بناء الأسلوب الإرشادي وفق النظرية المعرفية الاجتماعية



(النمذجة) في خفض الألم الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الإعدادية والذي تضمنت مجموعة من الأنشطة والفعاليات لخفض الألم الاجتماعي ومن هنا تتجلى أهمية البحث في الجانبين النظري والتطبيقي :

## • الجانب النظري:-

أ- يساعد هذا البحث في فتح آفاق جديدة للباحثين في ما بعد لإجراء المزيد من الدراسات والبحوث العلمية في هذا المجال.

ب- يساهم البحث الحالي في سد فراغاً في المكتبة العراقية ولو بجزء متواضع.

ج- إثارة اهتمام المرشد التربوي بأهمية الألم الاجتماعي وعلاقته بنجاح الطالب الأكاديمي ووقايته منها.

## • الجانب التطبيقي:-

أ- تزويد المرشد التربوي بأسلوب إرشادي يمكن تطبيقه على (الطلاب، الطالبات).

ب- تزويد المختصين بأداة تحدد مستوى الألم الاجتماعي لدى (الطلاب، الطالبات).

ج- تزويد وزارة التربية بجانب تطبيقي عملي تستطيع من خلاله تدريب المرشد التربوي على قياس الألم الاجتماعي وعلاجه.

## ثالثاً:- هدف البحث (The Objective of Research):-

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على أثر أسلوب النمذجة في خفض الألم الاجتماعي من خلال التحقق من الفرضيات:-

١. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين رتب درجات أفراد المجموعة

الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الألم الاجتماعي.

٢. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين رتب درجات أفراد المجموعة

التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الألم الاجتماعي قبل تطبيق البرنامج الإرشادي وبعده.

٣. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين رتب درجات أفراد

المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي على مقياس الألم الاجتماعي.

رابعاً: - حدود البحث (The Limits of Research): -

يتحدد البحث الحالي بطلاب المرحلة الإعدادية والثانوية في مركز قضاء بعقوبة والتابعة إلى المديرية العامة لتربية محافظة ديالى للدراسة الصباحية للعام الدراسي (٢٠١٥ - ٢٠١٦).

خامساً: - تحديد المصطلحات (Definition of term): -

١- الأثر (The Effect): عرفه كل من:

- ابن منظور (١٩٨٥) لغوياً:

((هو بقية الشيء في الشيء)) (ابن منظور، ١٩٨٣: ١٩).

- الحفني (١٩٩١):

بأنه مقدار التغير الذي يطرأ على المتغير التابع بعد تعرضه لتأثير المتغير المستقل (الحفني، ١٩٩١: ٢٥٣).

٢- أسلوب النمذجة (The Model Style): عرفه كل من:

- إرفورد وإيفز وبرينت وينج (٢٠١٢):

وهي عملية يتعلم بها الأفراد من خلال مشاهدة الآخرين (إرفورد، وإيفز، وبرينت، وينج، ٢٠١٢: ٢١١).

- أبو أسعد (٢٠١٣):

وهي العملية التي يمثلها سلوك الفرد أو الجماعة النموذج كحافز للأفكار المتشابهة أو المواقف من خلال عملية التعلم بالمراقبة والشخص يلاحظ النموذج ويحاول ان يقلده، وتعتبر طريقة النمذجة من أكثر الطرق فعالية في تعديل السلوك ويتم ذلك من خلال تقديم نماذج لهذا السلوك (أبو أسعد، ٢٠١٣: ١٣٣-١٣٦).

٣- الألم الاجتماعي (The Social Pain): عرفه كل من:

- باولبي (Bowlby, 1973):

التجربة التوتيرية التي تنجم عن الشعور بمسافة الابتعاد السيכולوجي عن الآخرين المقربين أو عن المجموعة الاجتماعية (Bowlby, 1973.P.211).

- ماكدونالد و ليري (Macdonald & Leary, 2003):

استجابة عاطفية محددة تجاه إدراك الفرد بأنه مبعد عن علاقات يرغب فيها ، أو بأنه مبخس تقديره من لدن أشخاص أو مجاميع اجتماعية يرغب في إقامة علاقة معهم (Macdonald & Leary, 2003, p.25).



## ٤ - المرحلة الإعدادية (Preparatory stag):

### • (وزارة التربية، ٢٠٠٨):

وهي مؤسسة تربوية تقبل الطلبة بعد اجتيازهم الامتحانات الوزارية في المدارس المتوسطة ومهمة هذه المؤسسات هو تمكين الطلبة من بلوغ مستوى أعلى من المعرفة والمهارة مع تنويع بعض الميادين الفكرية والتطبيقية وتوهمهم في الدخول إلى الجامعة (وزارة التربية، ٢٠٠٨: ٤٠).

## الفصل الثاني

### الإطار النظري ودراسات سابقة

#### أدبيات الألم الاجتماعي:-

#### مفهوم الألم (Pain):-

الألم هو الشعور الذي ندركه بوجود شيء مزعج في جزء من جسم الإنسان أو عدة أجزاء وبذلك لا يمكن أن يكون الألم حيادياً أو تصاحبه مشاعر حيادية، إذ لا بد من أن تصاحبه حالة وجدانية سارة أو غير سارة تكسبه معنى خاصاً بالنسبة لكل إنسان (الحجار، وآخرون، ١٩٨٦: ٦٩). والألم يسيطر على حياة الفرد ويتدخل في مجرياتها فتجد نفسك غارقاً في بحر من المشاعر القوية التي غالباً ما تكون سلبية، كالحزن والغضب (سوانسون، ٢٠٠٦: ٩٧).

فالألم إذن خبرة غير عادية في حياة الإنسان ولهذا لا يمكن أن يُنسى ولا يمكن أن تُنسى أياً من الظروف التي صاحبت حدوثه وإدراكه وفي كل خبرة ألم يحتفظ بها الإنسان في ذاكرته يوجد إنسان آخر إنسان شاهد على حدوث الألم أو إنسان ساهم ويسبب في حدوث الألم أو إنسان تدخل ليخفف هذا الألم أو يزيله بمعنى أن الألم يدخل في تركيب نسيج العلاقات الاجتماعية يدخل بعداً مهماً في علاقة إنسان بإنسان آخر (صادق، ١٩٨٤: ٣١).

#### الألم الاجتماعي (Social pain):-

إن أكثر علماء النفس اتفقوا على أنعدام التواصل الاجتماعي والرفض الاجتماعي يؤثر في الأفراد عند وصفهم لتجاربهم في الرفض الاجتماعي أو فقدان أو النفي فهم غالباً ما يستخدمون تعبيراً عن الألم الجسدي يعكس الشعور المؤلم لديهم وذلك لإيصال ما يشعرون به ويتذمرون من وجود شعور مؤلم، إن استخدام كلمات

الألم الجسدي لوصف مشاعر الرفض الاجتماعي أو فقدان هو شيء مألوف في لغة الأفراد (Macdonald&Leary,2005,p.131).

ولا شك إن تحديد سبب الألم ومعرفة مصدره بدقة من الأمور الضرورية لعلاج الألم الاجتماعي مستقبلاً، وإن كان يصعب أحياناً تحديد مصدره من أخطر أنواع الآلام، فقد تتحول إلى آلام تهدد راحة الإنسان زمناً طويلاً ويختلف الألم من شخص الآخر فقد يكون الألم الاجتماعي حاداً، لأحد الأشخاص، وقد تسبب ألماً أخف لشخص آخر، وأحياناً ويكون الألم عند بعض الناس متضخماً، بينما يكون اعتيادياً عند الآخر ومن المؤكد إن الألم ينشأ لدى الفرد بوصفه مصدراً للمعاناة ليس فقط بسبب إصابة عضوية معينة، وإنما بسبب إصابات نفسية عديدة، ومنها ما تكون ككفارة يقدمها الفرد لإزالة الشعور بالذنب إذا ارتكب إثماً معيناً وأحياناً يكون الشعور بالذنب ناتجاً عن أفكار آثمة تراود الفرد بين حين وآخر فقد يكون ناتجاً عن مشاكل ذات طابع عضو يوك ذلك يُعد الأفضل فيما يتعلق بالنتائج، فهو إشارة واضحة من مواقف اللوعة القاسية الناتجة عن فقدان عزيز أو عضو من أعضاء الجسم، وهو بذلك يعبر عن مشاعر الحزن والأسى (الجبوري، ٢٠١٢: ١٦٨).

#### أعراض الألم الاجتماعي:-

- لقد أشار بوس (Buss,1980) إلى أن شعور الألم الاجتماعي يتضمن عدداً من الأعراض منها:
١. مشاعر أو عواطف ذاتية، مثل الشعور بالحزن أو الخوف أو الوحدة أو الانزعاج.
  ٢. سلوكيات ظاهرة، مثل تجنب مصادر الأذى أو الألم والانسحاب متمثلة بأبعاده الأربعة الارتباك، والشعور بالخزي، وقلق الجمهور، والخلج.
  ٣. تعبيرات فسيولوجية من شأنها مساعدة الجسم على أداء السلوك ألتجنيبي أو الدفاعي، مثل زيادة التعرق والاحمرار أو الارتعاش (الريحاني، ١٩٨٨: ٨١).

#### الأسباب المؤدية إلى الألم الاجتماعي:-

- ١ - الاستبعاد الاجتماعي (Social Exclusion).
- ٢ - ضعف المساندة الاجتماعي (Social Support).
- ٣ - العزلة الاجتماعية (Social Isolation).
- ٤ - خفض تقدير الذات (Hurt Feelings).



٥- الفقر والحرمان (poor&deprivation).

٦- القلق الاجتماعي (The social Anxiety) (الخياط، ٢٠١٤: ١٦-٢٠).

وقد تبنى الباحث نظرية الألم الاجتماعي لـ (Macdonld&Leary,2003). في (الألم الاجتماعي):-

ترى نظرية الألم الاجتماعي أنّ المدركات الحسية (الإدراك الحسي) للإقصاء (الاستبعاد) الاجتماعي أو الخط من قيمة الفرد يؤديان إلى الشعور بالألم (pain affect) وليس إلى الإحساس بالألم (pain sensation).

وقد تم تعريف الألم الاجتماعي على وجه الخصوص بأنه (استجابة عاطفية محددة تجاه إدراك الفرد بأنه مبعّد عن علاقات يرغب بها أو مبخس تقديره من لدن أشخاص أو مجاميع اجتماعية يرغب في إقامة علاقة معهم) (Macdonld&Leary,2003 : p.25).

ويرى ماكدونالد وليري (Macdonld&Leary,2003) أنّ المشاعر المؤلمة تأتي مرتبطة بما يخبره (يعيشه) الفرد من حالة الاستبعاد لأنّ الضغوطات الشديدة جداً تجعل انتظام حالة الاستبعاد أمراً خطراً على الفرد، وتقترح نظرية الألم الاجتماعي على وجه التحديد أن منظومة الألم تجهز الفرد بأمرين مهمين من أمور التكيف، لتساعد على مواجهة التهديد بالاستبعاد وهما :-

١- إحداث رد فعل سريع لمواجهة ذلك التهديد.

٢- تجهيزه بأحد مصادر العقاب لتعليم أعضاء جسم الفرد كيفية تجنب منبه التهديد (Blanchard,1990: p.124-133).

وعليه تبنى الباحث نظرية الألم الاجتماعي لـ (Macdonld&Leary,2003) في (الألم الاجتماعي) للأسباب الآتية :-

١. تم تبنيتها من قبل (الخياط، ٢٠١٤) في بناء مقياس الألم الاجتماعي.

٢. كونها ملائمة في تشخيص متغير البحث وهو (الألم الاجتماعي).

٣. تطابق النظرية مع متغير البحث الحالي وهو (الألم الاجتماعي) واستنادها إلى أسس وقواعد واضحة المعالم.

٤. تعدّ هذه النظرية من الاتجاهات العقلية والمعرفية والتي يمكن تطبيقها في المدارس الإعدادية.

ثانياً: دراسات سابقة:-

• دراسة الواسطي (٢٠١٠):

(الالم الاجتماعي وعلاقته بالتحمل النفسي لدى الممرضات في مستشفيات بغداد)،

يستهدف البحث التعرف على العلاقة بين الألم الاجتماعي و التحمل النفسي لدى الممرضات في مستشفيات بغداد، إذ قامت الباحثة ببناء مقياسين لقياس متغيرات البحث: مقياس (الألم الاجتماعي)، ومقياس (التحمل النفسي)، وشملت عينة البحث ( ٢٢٥ ) ممرضة في مدينة بغداد، وتمت معالجة البيانات إحصائياً باستعمال (المتوسط الحسابي، الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، إلغا كرونباخ، الالتواء، التفرطح، الوزن النسبي، الاختبار التائي، تحليل التباين الثنائي)، وبعد تحليل البيانات إحصائياً توصل البحث إلى العديد من النتائج أهمها، إن هنالك ثلاثة مستويات للألم الاجتماعي لدى الممرضات، وكانت أعلى نسبة هي المستوى المتوسط، ويليه العالي ثم المستوى المنخفض، وإن الممرضات لديهن تحمل نفسي عند مقارنة بالمتوسط الفرضي، وأن العلاقة بين الألم الاجتماعي والتحمل النفسي علاقة عكسية، أي أن الممرضات يعانن من ألماً اجتماعياً عالياً، يقابله تحمل نفسي منخفض (الواسطي، ٢٠١٠).

• دراسة الخياط ٢٠١٤:-

(أثر برنامج إرشادي في خفض الألم الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الإعدادية)

يهدف البحث الحالي التعرف على أثر برنامج إرشادي في خفض الألم الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الإعدادية و تكونت عينة البحث من (٢٠) طالباً من طلاب المرحلة الإعدادية موزعين بطريقة عشوائية على مجموعتين، (مجموعة تجريبية) و(مجموعة ضابطة)، وبواقع (١٠) طلاب في كل مجموعة، وقد تم إجراء التكافؤ للمجموعتين في بعض المتغيرات وقام الباحث ببناء مقياس الألم الاجتماعي الذي تكون من (٤٠) فقرة وتم استخراج الصدق الظاهري، والثبات بطريقتين هما، إعادة الاختبار إذ بلغ (٨٨ ، ٠)، والفاكرونباخ وقد بلغ (٩٠ ، ٠). وكذلك قام الباحث بتطبيق برنامج إرشادي ب(أسلوب الإرشاد الواقعي) تم تنفيذه من خلال برنامج إرشادي اعد لغرض خفض الألم الاجتماعي، وقد تكون البرنامج من (١٢) جلسة إرشادية وبواقع (ثلاث جلسات) في الأسبوع زمن الجلسة الواحدة (٤٥) دقيقة. وقد أظهرت النتائج أن للبرنامج الإرشادي أثراً في خفض الألم الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الإعدادية (الخياط، ٢٠١٤).



## الفصل الثالث

### إجراءات البحث

أولاً: منهج البحث Approach of Research:-

أعتمد البحث منهج البحث التجريبي، إذ تشير كلمة تجريبي إلى المعرفة التي تم الحصول عليها بواسطة الملاحظة، والطريقة التجريبية هي طريقة تستخدم في البحث لإثبات فروض معينة يفترضها الباحث ويحاول البرهنة عليها عن طريق التجربة (قطامي، وبرهوم، ٢٠٠٧: ٥٧).

ثانياً: التصميم التجريبي: (Experiment Design)

توجد نماذج متعددة من التصميمات التجريبية، وعلى الباحث اختيار التصميم التجريبي المناسب لاختبار صحة النتائج المستنبطة من الفروض، ويتوقف اختيار التصميم على طبيعة الدراسة والشروط والظروف التي تجري فيها (عبدالحفيظ، وباهي، ٢٠٠٠: ١١٢). وتبعاً لطبيعة هذا البحث فقد تطلب الأمر استخدام التصميم التجريبي (القبلي - أبعدي) ذي المجموعتين التجريبية والضابطة (Mouly, 1970: p.335). إذ يرى (واينر) إن هذا التصميم يمنح الباحث قدراً مقبولاً من الثقة (نيل، ١٩٨٢: ٧٥).

ثالثاً: مجتمع البحث (Population of the Research):-

يقصد بالمجتمع (Population) المجموعة الكلية من العناصر (Universes) التي يسعى الباحث إلى أن يعمم عليها النتائج ذات العلاقة بالمشكلة المدروسة (عودة، ١٩٩٢: ١٠٦). ويتكون مجتمع البحث الحالي من:

أ- مجتمع المدارس:-

يتوزع أفراد مجتمع البحث الحالي على (١٦) مدرسة موزعين على المدارس الثانوية أو الإعدادية في مدينة بعقوبة ضمن المديرية العامة لتربية ديالى للعام الدراسي (٢٠١٥-٢٠١٦) والجدول (١) يوضح ذلك.

ب- مجتمع الطلاب:

يشتمل مجتمع البحث على طلاب المرحلة الإعدادية للدراسة الصباحية في مركز مدينة بعقوبة وللعام الدراسي (٢٠١٥-٢٠١٦) والبالغ عددهم (٤٦٤٨) طالباً موزعين على المدارس المذكورة \* بحسب الجدول رقم (١).

جدول رقم (١)

أفراد مجتمع البحث موزعين حسب الموقع والمدرسة والعدد

| العدد | الموقع         | اسم المدرسة          | ت       | العدد   | الموقع         | اسم المدرسة       | ت |
|-------|----------------|----------------------|---------|---------|----------------|-------------------|---|
| ٩٢    | حي اليرموك     | ث. طرفة بن العبد     | ٩       | ٥٧٢     | بعقوبة المركز  | ع. المركزية       | ١ |
| ٢٣٠   | بعقوبة المركز  | ث. ألجواهي للمتميزين | ١٠      | ٥١٠     | حي اليرموك     | ع. الطلع النضيد   | ٢ |
| ٧٣    | المجمع الصناعي | ث. السلام            | ١١      | ٣٥٧     | بعقوبة الجديدة | ع. الشريف الرضي   | ٣ |
| ٢٢٥   | بعقوبة الجديدة | ث. بلاط الشهداء      | ١٢      | ٧٢٧     | حي المصطفى     | ع. المعارف        | ٤ |
| ٣٨    | حي اليرموك     | ث. حي المعلمين       | ١٣      | ٥١٩     | بعقوبة المركز  | ع. جمال عبدالناصر | ٥ |
| ٢٣    | حي الصناعة     | ث. النجف الأشرف      | ١٤      | ٥٠٥     | حي التحرير     | ع. ديالى          | ٦ |
| ٥٥    | حي اليرموك     | ث. الشام للبنين      | ١٥      | ٦١      | بعقوبة المركز  | ث. الحسن بن علي   | ٧ |
| ٤٠٤   | حي اليرموك     | ع. الفلق             | ١٦      | ٢٥٧     | حي التحرير     | ع. ضرار بن الازور | ٨ |
| ١١٤٠  |                |                      | ٣٥٠٨    | المجموع |                |                   |   |
| ٤٦٤٨  |                |                      | المجموع |         |                |                   |   |



#### رابعاً: عينة البحث (Sample of Research):-

يقصد بعينة البحث جزء من المجتمع الذي تجري عليه الدراسة يختارها الباحث بغية إجراء دراسته على وفق قواعد خاصة لكي تمثل المجتمع تمثيلاً صحيحاً (عريفج، ١٩٩٢: ١٠٨). وتم تطبيق مقياس الألم الاجتماعي على (١٥٠) طالباً من طلاب الصف الخامس الإعدادي في إعدادية الشريف الرضي للبنين.

#### ج- عينة الجلسات الإرشادية:-

قام الباحث بالخطوات الآتية لاختيار عينة الجلسات الإرشادية:-

- جرى تطبيق مقياس الألم الاجتماعي على (١٥٠) طالباً من طلاب الصف الخامس الإعدادي في إعدادية الشريف الرضي للبنين.
- اختار (٢٠) طالباً من الذين حصلوا على درجات أعلى من الوسط الفرضي والبالغ (١٠٠) على مقياس الألم الاجتماعي وقد تراوحت درجاتهم ما بين (١٢٤-١٤٦) درجة، وتم اختيارهم بالطريقة القصدية.
- تم توزيع الطلاب بشكل عشوائي على مجموعتين إحداهما ضابطة والأخرى تجريبية بواقع (١٠) طلاب في كل مجموعة كما موضح في الجدول رقم (٢).

\* أعداد الطلاب أخذت من مديرية تربية ديالى / قسم الإحصاء

جدول رقم (٢)

عينة الطلاب موزعة على مجموعتين التجريبية والضابطة

| عدد الطلاب | المجاميع           |
|------------|--------------------|
| ١٠         | المجموعة التجريبية |
| ١٠         | المجموعة الضابطة   |
| ٢٠         | المجموع            |

#### خامساً: - تكافؤ المجموعتين (The Effecincy of Couple groups) :-

العوامل التي أجرى الباحث التكافؤ عليها بين المجموعتين هي (تكافؤ المجموعتين في درجات الاختبار القبلي على مقياس الألم الاجتماعي، التحصيل الدراسي للأب، التحصيل الدراسي للأم، مهنة الأب، مهنة الأم، عائديه السكن، الحالة الاقتصادية، عمر الطلاب بالأشهر). واتضح أن جميعها غير دال إحصائياً.

#### سادساً: أدوات البحث (Research of Tools):-

لتحقيق أهداف البحث الحالي لابد أن تتوافر لدى الباحث أداتين الأولى مقياس الألم الاجتماعي لدى طلاب الصف الخامس الإعدادي، والثانية بناء أسلوب إرشادي ب(أسلوب النمذجة) لخفض الألم الاجتماعي .

#### أولاً: مقياس الألم الاجتماعي:-

تم تبني مقياس (الخياط، ٢٠١٤) ملحق (١) والذي يتألف من (٤٠) فقرة توزعت إلى مجالين هما (مجال الإقصاء الاجتماعي (العزل)، ومجال تقدير الذات) حيث قام الباحث بتحديد بدائل المقياس وأوزانها بالاعتماد على المدرج الرباعي للتقدير إزاء كل فقرة، إذ أعطيت كل فقرة درجة تتراوح بين (١-٤)، تعطى الدرجة (٤) إذا أشر المستجيب على البديل (تنطبق علي دائماً)، والدرجة (٣) إذا أشر المستجيب على البديل (تنطبق علي غالباً)، والدرجة (٢) إذا أشر المستجيب على البديل (تنطبق علي أحياناً)، والدرجة (١) إذا أشر المستجيب على البديل (لا تنطبق علي أبداً). وبذلك فإن أعلى درجة ممكنة للمجيب (١٦٠) درجة واقل درجة ممكنة (٤٠) درجة وبمتوسط نظري مقداره (١٠٠) درجة. وقام الباحث باستخراج الخصائص السايكومترية للمقياس من التميز (حيث كانت الفقرات جميعها مميزة والصدق الظاهري والصدق البناء ومؤشرات الثبات بطريقة إعادة الاختبار وكان معامل الارتباط (٠,٨٨)، وطريقة ألفا كرونباخ بلغ (٠,٩٠) وقام الباحث بعرض المقياس على مجموعة من الخبراء لمعرفة مدى ملائمة المقياس لقياس الألم الاجتماعي وبعد هذا بمثابة الصدق الظاهري للمقياس.

#### مؤشرات صدق المقياس وثباته:

##### ١ - الصدق الظاهري:-

فقد تم عرضه على مجموعة من المختصين في العلوم التربوية والنفسية (ملحق، ٢) للحكم على صدق فقرات مقياس الألم الاجتماعي وكانت نسبة الاتفاق (١٠٠٪) للخبراء على مقياس الألم الاجتماعي.



## ٢- الثبات:-

### حساب الثبات بطريقة إعادة الاختبار:-

تم تطبيق المقياس على عينة (٣٠) طالباً تم اختيارهم بصورة عشوائية، ثم قام الباحث بإعادة تطبيق المقياس على المجموعة نفسها بعد مرور (١٤) يوماً من التطبيق الأول، وباستخدام (معامل ارتباط بيرسون) لدرجات التطبيقين (درجات التطبيق الاول -درجات التطبيق الثاني) وبلغ معامل الثبات (٠,٨٥) وهو مؤشر ارتباط جيد للثبات.

### ثانياً:- إجراءات بناء الأسلوب الإرشادي:-

يقصد بالأسلوب الإرشادي هي الأنشطة والممارسات والسلوكيات التي يؤديها المرشد في إطار نظرية إرشادية أو أكثر تتناسب مع الفرد أو الجماعة موضوع الإرشاد وتحقق أهداف محددة لصالح المسترشد (حمد، ٢٠١٣: ٨).

### • تخطيط الأسلوب الإرشادي (Counseling Style):-

يعتمد الأسلوب الإرشادي على أسلوب النمذجة لخفض الألم الاجتماعي، وقد قام الباحث ببناء الأسلوب وفق خطوات أساسية في بناء الأسلوب الإرشادي:-

١- تطبيق مقياس الألم الاجتماعي على (١٥٠) طالباً من طلاب المرحلة الإعدادية لأجل إعداد الأسلوب الإرشادي، وفي ضوء النتائج تم تحديد المشكلات ودرجة حدتها إذ عدت الفقرة الحائزة على أكثر من (٥, ٢) درجات مشكلة، وفي ضوء ذلك يمكن تحديد الحاجات في الأسلوب.

٢- أعتمد الباحث على أنموذج بوردرز و دروري (Borders & Drury: 1992)، في بناء الأسلوب الإرشادي والذي يستند على:-

أ- تقرير وتحديد حاجات الطلاب.

ب- كتابة وإعداد أهداف البرنامج وغاياته.

ج- تحديد الأولويات.

د- اختبار وتنفيذ نشاطات البرنامج.

هـ- تقويم وتقدير مدى كفاءة البرنامج. (Borders&Dryru, 1992:487-495).

#### أ- تقرير وتحديد حاجات الطلاب:-

كانت الخطوة الأولى التي قام بها الباحث هي الوقوف عند حاجات الطلاب في المرحلة الإعدادية في ما يتعلق بمفهوم الألم الاجتماعي وقد تحقق ذلك من خلال تطبيق مقياس الألم الاجتماعي على عينه مكونه من (١٥٠) طالباً من طلاب المرحلة الإعدادية وتم حساب الوسط المرجح والوزن المتوي لكل فقرة من فقرات المقياس.

#### ب - أهداف الأسلوب:-

تم صياغة الهدف العام للأسلوب الإرشادي وهو خفض الألم الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الإعدادية، وقد حددت الأهداف للجلسات الإرشادية والت يجرى تحديدها في الأسلوب على وفق حاجات الطلاب وبحسب أولوياتها وأهميتها.

#### ج - تحديد الأولويات:-

تم تحديد الفقرات التي تجاوزت الوسط المرجح والبالغ قيمته (٥, ٢)، أي الفقرات التي فوق درجة القطع وبذلك تم تحديد عناوين الجلسات الإرشادية ومن ثم تم عرضها على الخبراء وقد أخذ الباحث بآرائهم وأجرى التعديلات اللازمة وتوصل الى الصيغة النهائية.

#### د - اختيار وتنفيذ نشاطات الأسلوب:-

طبق الباحث الإرشاد الجمعي باستخدام أسلوب النمذجة واستطاع الباحث إن يحقق (١٠) جلسات إرشادية استغرقت كل منها (٤٠) دقيقة. وقد استعمل الباحث في هذا الأسلوب عدد من النشاطات هي:-

#### ١ - تقديم الموضوع:-

أن أسلوب المحاضرات والمناقشات الجماعية يؤدي إلى نتائج هامة في تعديل اتجاهات المسترشدين نحو أنفسهم والآخرين ومشكلاتهم (زهران، ١٩٨٠: ٣٠٩).

#### ٢ - المناقشة الجماعية:-

وهي طريقة إرشادية علمية تربوية تستهدف تغيير بعض السلوكيات والأفكار والمعتقدات الخاطئة لدى المسترشدين، ومن خلال المناقشة يرى المرشد الأفكار التي يحملها أفراد المجموعة ويحاول أن يفهمها ويوضح الأفكار غير المفهومة وتصحيحها للمسترشدين حتى لا تختلط الأفكار وتكون ضارة أكثر مما تكون نافع. ويناقش المرشد موضوع الجلسة مع أفراد المجموعة الإرشادية وذلك من أجل سماع آرائهم وأفكارهم حول الموضوع.



### ٣- النمذجة Modeling:-

وهي العملية التي ينتج من خلالها تعلم سلوك من خلال ملاحظة الفرد لسلوك الآخرين (صالح، ١٩٨٨: ١٥٥). وشملت تقديم أنموذج حي من الطلاب وكذلك سرد قصص تتفق مع محتوى جلسات الأسلوب وهي (عرض فلم عن موضوع الجلسة، توزيع نشرة جداريه حول موضوع الجلسة).  
أنواع النمذجة:-

- أ- النمذجة الحية :- يقوم النموذج بتأدية السلوكيات المستهدفة بوجود الشخص الذي يراد تعلمه تلك السلوكيات وفي هذا النوع من النمذجة لا يطلب من الشخص تأدية سلوكيات النموذج وإنما مجرد مراقبتها فقط.
  - ب- النمذجة الرمزية أو المصورة:- يقوم المسترشد بمشاهدة سلوك النموذج فقط من خلال الأفلام أو القصص أو الكتاب أو وسائل أخرى وهذا النموذج يمكن استخدامه أكثر من مرة في الجلسات الإرشادية أو العلاجية.
  - ت- النمذجة من خلال المشاركة:- يقوم المسترشد من خلال هذا النموذج بمراقبة نموذج حي أولاً ثم يقوم بتأدية الاستجابة بمساعدة وتشجيع المرشد وأخيراً فإنه يؤدي الاستجابة بمفرده (الفسفوس، ٢٠٠٦: ٥٤).
- ولكي ينجح المسترشد في تعلم السلوك المنمذج يجب توفر أربع عمليات وهي:-
- أ- الانتباه:- أن يكون المسترشد قادراً على حضور عرض النمذجة.
  - ب- الاحتفاظ:- أن يكون المسترشد قادراً على حفظ ما لاحظته من النموذج، والانتباه والاحتفاظ مرحلتين مطلوبتين لإكساب السلوك.
  - ت- إعادة الإنتاج:- أن يكون المسترشد قادراً حركياً على إعادة السلوك المنمذج.
  - ث- الدافعية:- أن يمتلك المسترشد الدافعية سواء داخلياً (دافعية داخلية) أم من خلال التعزيز الخارجي لأداء السلوك المستهدف. فإعادة الإنتاج والدافعية ضرورية لأداء السلوك (إرفورد وآخرون، ٢٠١٢: ٢١٢-٢١٣).

#### ٤- لعب الدور:-

يفيد هذا بشكل خاص في المهارات الاجتماعية حيث يلعب المرشد مع أفراد المجموعة نوع من السلوك الصحيح بدل من السلوك الخاطئ.

#### ٥- التعزيز الاجتماعي:-

يعد التعزيز من أكثر الفنيات الإرشادية استخدامًا وتأثيرًا على السلوك، وخاصة في المجال المدرسي والتربوي وتتلخص طريقته في تقديم مكافآت أو معززات رمزية أو تعزيز معنوي بهدف تقوية السلوكيات لدى المسترشد (بطرس، ٢٠١٠: ١٧٠) مثل: (أحسن، بارك الله فيك).

#### والتعزيز يأخذ صور ثلاثة:-

■ **التعزيز الخارجي:-** ويتمثل في تقديم مكافئة أو إثابة أو إبعاد عقاب فالإثابة تؤدي إلى دفع الفرد لتكرار السلوك المحتذى، والعقاب يؤدي إلى انطفاء السلوك الممارس.

■ **التعزيز البديل:-** يتم عادة حين يكافأ أو يعاقب سلوك الآخرين، فإثابة سلوك الآخر تزيد من ميل الملاحظ لتمثل السلوك نفسه، كما أن عقاب السلوك الناتج عن الآخر يثبته بالشخص عن ممارسة نوع السلوك نفسه.

■ **التدعيم الذاتي:-** أن للأفراد القدرة على مكافأة أو عقاب أنفسهم وفق نوع السلوك الناجم عنهم (داود والعبدي، ١٩٩٠: ٧٨-٧٩).

#### ٦- التغذية الراجعة (Feed Back):-

هي تعبير لفظي مباشر تمنح لمجموعة بعد إتمام عمل أو قول معين وتكون على نوعين هما) الايجابية والتصحيحية (فالتغذية الراجعة الايجابية تهدف إلى تعزيز الاستجابة الصحيحة فضلاً عن تقديم التشجيع للأفراد حتى يستمروا عليها (Kelly, 1982: 141)، أما التغذية الراجعة التصحيحية تهدف إلى تعديل الاستجابة الخاطئة مع إضافة مقترحات لأجل الحصول على الاستجابة الصحيحة والاستمرار عليها (Easter & Fredracson, 1980: 160) وقد استعمل الباحث التغذية الراجعة بنوعها على نحو مباشر للحصول على استجابات مرغوب فيها.



## ٧- التقييم (Evaluation):-

هو عملية إصدار حكم على شيء وفق معلومات صادقة وثابتة (الإمام، ١٩٩٠: ١٦). وهو يتم في نهاية كل جلسة لمعرفة مدى فهم أفراد المجموعة الإرشادية لما دار في الجلسة من خلال إجراء تلخيص لمحاوِر الجلسة وإظهار أهم النقاط الايجابية والسلبية وطرح أسئلة لمعرفة مدى ما تحقق من أهداف الجلسة.

## ٨- التدريب ألبيتي (Home training):-

يهدف التدريب ألبيتي إلى إعطاء المسترشد فرصة لتوظيف أفكاره الجديدة حالما تحدث والتعبير عن مشاعره بحرية (إبراهيم، ١٩٩٨: ٣١٧). وقد قام الباحث بتكليف أفراد المجموعة التجريبية بنشاطات ينجزونها خارج الجلسة ويقدم الباحث الشكر والثناء لأفراد المجموعة التجريبية الذين أنجزوا التدريب في الجلسة اللاحقة.

## ه- تقييم كفاءة البرنامج الإرشادي:-

وهي العملية التي من خلالها تحدد فعاليات البرنامج الإرشادي ، وهذه العملية تكون أكثر فعالية إذا ما انجزت في إطار يعتمد على مبادئ وأسس محددة (الساعدي، ٢٠٠٢: ٨٥).

ويتضمن البرنامج ثلاثة أنواع من التقييم:

### (أ) التقييم التمهيدي:

ويتمثل بالإجراءات التي يقوم بها الباحث بدءاً بأجراء الاختبار القبلي وتحديد الحاجات وعرضها على الخبراء لمعرفة صلاحيتها من خلال عناوين الجلسات والنشاطات والفعاليات التي تتضمنها فضلاً عن عملية التكافؤ بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة.

### (ب) التقييم البنائي:

والذي يتمثل بمجموعة التساؤلات التي تجري خلال الجلسة الإرشادية وفي نهايتها وسماع الآراء التي تسهم في اغناء الجلسات الإرشادية.

### (ج) التقييم النهائي:

ويتمثل هذا النوع من التقييم في الاختبار البعدي الذي يجري على المجموعتين التجريبية والضابطة، ويتم من خلال النتائج للحكم على فاعلية البرنامج الإرشادي.

### الصدق الظاهري الأسلوب (Face Validity of the Style):-

تم عرض الأسلوب على مجموعة من الخبراء والمحكمين والمتخصصين في الإرشاد التربوي (ملحق، ٢) لمعرفة مدى مناسبة الأنشطة والفعاليات المستخدمة لتحقيق الأهداف وقد حصل الأسلوب على نسبة عالية من الاتفاق بلغت (١٠٠٪) وأخذ الباحث بالتوجيهات والملاحظات والتعديلات التي قدمها الخبراء من أجل الوصول إلى المستوى المطلوب للأسلوب.

### خطوات تنفيذ الأسلوب الإرشادي:-

اعتمد الباحث ترتيب خطوات الأسلوب الإرشادي حسب أهميتها وأولويتها من خلال آراء الخبراء المختصين بالإرشاد النفسي والتوجيه التربوي والأخذ بنظر الاعتبار ترتيب الجلسات الإرشادية حسب حاجة الطلاب وتسلسلها المنطقي.

- تم اختيار عينة البحث ممن حصلوا على أعلى الدرجات على مقياس الألم الاجتماعي والبالغ عددهم (٢٠) طالباً، وتم توزيعهم بصورة عشوائية إلى مجموعتين (تجريبية، وضابطة) وبواقع (١٠) طالب لكل مجموعة.
  - تم تنفيذ الأسلوب الإرشادي على (المجموعة التجريبية) ولم تخضع (المجموعة الضابطة) لأي أسلوب.
  - حددت عدد الجلسات بـ (١٠) جلسات إرشادية بواقع جلستين أسبوعياً ليومي الاثنين والأربعاء من كل أسبوع.
  - عُدت الدرجات التي حصل عليها أفراد المجموعة التجريبية والضابطة على مقياس الألم الاجتماعي قبل بدء تطبيق البرنامج بمثابة نتائج الاختبار القبلي.
  - تم تحديد يوم الاثنين الموافق ٢٩/٢/٢٠١٦ موعداً للجلسة الأولى للمجموعة التجريبية.
  - حدد مكان عقد الجلسات في مختبر الحاسوب ليومي الاثنين (١٥، ١)، والأربعاء (١٥، ١٠) من كل أسبوع.
  - تحديد موعد لتطبيق الاختبار البعدي لمقياس (الألم الاجتماعي) الأربعاء الموافق ١٣/٤/٢٠١٦.
- وقد اعتمد الباحث على الإرشاد الجماعي في تحقيق الجلسات الإرشادية وتألف الأسلوب الإرشادي من (١٠) جلسات إرشادية جماعية استغرقت كل منها (٤٠) دقيقة، وتم وضع التسلسل ويوم وتاريخ انعقاد



الجلسات الإرشادية وموضوعاتها ومدة الجلسة بعد عرضها على المتخصصين في قسم الإرشاد النفسي والتوجه التربوي، كما موضح في جدول (٣) يوضح ذلك.

الجدول (٣)

الجلسات الإرشادية موزعة حسب التسلسل واليوم والتاريخ وعنوانها ومدتها

| تسلسل الجلسة | اليوم    | التاريخ | عنوان الجلسة        | مدة الجلسة |
|--------------|----------|---------|---------------------|------------|
| الأولى       | الاثنين  | ٢/٢٩    | الجلسة الافتتاحية   | ٤٠ دقيقة   |
| الثانية      | الأربعاء | ٣/٢     | العلاقات الاجتماعية | ٤٠ دقيقة   |
| الثالثة      | الاثنين  | ٣/٧     | تقبل الذات          | ٤٠ دقيقة   |
| الرابعة      | الأربعاء | ٣/٩     | الثقة بالنفس (أ)    | ٤٠ دقيقة   |
| الخامسة      | الاثنين  | ٣/١٤    | الثقة بالنفس (ب)    | ٤٠ دقيقة   |
| السادسة      | الأربعاء | ٣/١٦    | قوة الإرادة         | ٤٠ دقيقة   |
| السابعة      | الأربعاء | ٣/٢٣    | التمتع بالحياة      | ٤٠ دقيقة   |
| الثامنة      | الاثنين  | ٣/٢٨    | توكيد الذات         | ٤٠ دقيقة   |
| التاسعة      | الأربعاء | ٣/٣٠    | الانتهاى إلى الأسرة | ٤٠ دقيقة   |
| العاشرة      | الاثنين  | ٤/٦     | الجلسة الختامية     | ٤٠ دقيقة   |

وسيقوم الباحث بعرض ثلاث جلسات من الجلسات الإرشادية وكالاتي:-

الجلسة الثالثة / تقبل الذات مدتها ٤٥ / دقيقة

| الموضوع                | تقبل الذات                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| الحاجات                | تقبل الذات                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| هدف الجلسة             | حب الطالب لذاته دون قيد أو شرط                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| الأهداف                | <ul style="list-style-type: none"> <li>• أن يتقبل ذاته على حالها.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| السلوكية               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• أن يقدر نقاط قوته وسماته الايجابية.</li> <li>• أن يتعرف على نقاط ضعفه وعيوبه.</li> <li>• أن يتقبل أخطائه التي تحدث من آن لآخر.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| الاستراتيجيات والفنيات | <ul style="list-style-type: none"> <li>- المناقشة - التغذية الراجعة</li> <li>- النمذجة - التعزيز الاجتماعي</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| الأنشطة المقدمة        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• يقوم الباحث بتقديم الموضوع بقوله (إنَّ قبول الذات يعني في الأساس احترام المرء لذاته مع اعترافه في ذات الوقت بنقاط ضعفها وجوانب قصورها، وينبغي أن نلاحظ أن قبول الذات لا يعني بالضرورة حب كل شيء في أنفسنا لكن ما يعنيه بالضبط هو عدم الإنكار أو التبرؤ من جوانب سلبية معينة في أجسادنا، فقبول الذات يتضمن الاعتراف بحقائق أو بواقع يتعلق بذاتنا، فمثلا قد يتقبل المرء حقيقة كونه قصير القامة، والاهم من ذلك هو أن قبول الذات لا يغفل الحاجة إلى التغير أو النمو الذاتي فعلى العكس يمكنك أن تتغير فقط بعد أن تتقبل حقيقة ذاتك).</li> <li>-يقوم الباحث بذكر خطوات لتقبل الذات ومناقشتها:مثلا</li> </ul> |



|                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                 | <ul style="list-style-type: none"><li>• اقبل ذاتك على حالها هذه.</li><li>• قدر نقاط قوتك وسمايتك الايجابية.</li><li>• تعرف على نقاط ضعفك أو عيوبك.</li><li>• تقبل أخطائك التي تحدث من آن لآخر.</li><li>• كن أعز صديق لنفسك.</li><li>• تحدث لنفسك بشكل مباشر.</li><li>• كرر الأجراء مع بقية نقاط قوة شخصيتك.</li><li>• عندما تنتهي ، أبتسم لنفسك قائلا (أحب ذاتي).</li><li>- يقوم الباحث بتقديم طالب ضعيف البصر وهو من الطلاب المتفوقين ويصاحب كثير من الطلاب ولا يؤثر عليه بل يمتلك القوة والعزيمة لمواجهة هذا الموقف , فيجب علينا احترامه وتقديره وكلنا معرضين لمثل هذه المواقف.</li><li>- تقديم التغذية الراجعة لكل المواقف التي قدمها أفراد المجموعة وتقديم التعزيز الاجتماعي للمشاركين .</li></ul> |
| التقويم البنائي | <ul style="list-style-type: none"><li>• يقوم أفراد المجموعة بإصدار أحكامهم على مدى استفادتهم من الجلسة الإرشادية .</li></ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| التدريب البيئي  | <ul style="list-style-type: none"><li>• تكليفهم أفراد المجموعة بكتابة مواقف مر بك يعبر عن تقبل الذات.</li></ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |

| الموضوع                | الثقة بالنفس                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| الحاجات                | حاجة الطلاب الى زيادة الثقة بالنفس.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| هدف الجلسة             | - تنمية الثقة بالنفس .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| الأهداف السلوكية       | <p>١. أن يتعرف الطلاب على معنى الثقة بالنفس.</p> <p>٢. أن يتعرف الطلاب على الجوانب الإيجابية للثقة بالنفس.</p> <p>٣. أن يتعرف الطلاب على كيفية زيادة الثقة بالنفس.</p> <p>٤. أن يتعرف الطلاب على كيفية تعزيز الثقة بالنفس.</p> <p>٥. أن يكون الطلاب واثقين من أنفسهم.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| الاستراتيجيات والفنيات | <p>- المناقشة - لعب الدور - التغذية الراجعة</p> <p>- النمذجة (عرض فلم عن الثقة بالنفس) - التعزيز الاجتماعي</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| الأنشطة المقدمة        | <p>- يقوم المرشد بتقديم التحية لأفراد المجموعة والسؤال عن أحوالهم.</p> <p>- متابعة الواجب البيتي وثناء الطلاب الذين أكملوا الواجب البيتي وتشجيع الذين لم يكتبوه.</p> <p>- يقوم المرشد بتعريف الثقة بالنفس وهي (أيمان الشخص بقدراته وقابلياته). ويقوم المرشد بمناقشتهم ويطلب المرشد من الطلاب بإعادة التعريف بأسلوبه الخاص وتقديم التعزيز الاجتماعي للذين ساهموا في إعادة التعريف وتشجيع الآخرين.</p> <p>- يقوم المرشد بعرض فلم يدل على الثقة بالنفس والثبات على الصبح وعدم التردد.</p> <p>- يقوم أحد الطلاب بتمثيل دور طالب خرج من الامتحان ويقول له طالب آخر أن جوابك خاطئ فيصمم على أن جوابه صحيح وهذا يدل على ثقته بنفسه.</p> |
| التقويم البنائي        | <p>- يسأل المرشد الطلاب عن الجوانب الإيجابية للثقة بالنفس.</p> <p>- تلخيص ما دار في الجلسة.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |



التدريب البيتي - يطلب المرشد من كل طالب أن يكتب موقفاً مربيه وشعر بقوة الثقة بالنفس.

الجلسة السادسة / قوة الإرادة مدتها: ٤٥ دقيقة

| الموضوع                | قوة الإرادة                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| الحاجات                | <ul style="list-style-type: none"> <li>- حاجة الطلاب إلى:-</li> <li>- معرفة معنى الإرادة ومعنى قوة الإرادة وصفات الشخص الذي يتمتع بقوة الإرادة ومعرفة أساليب تقوية الإرادة.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| هدف الجلسة             | <ul style="list-style-type: none"> <li>- مساعدة الطالب في تنمية قوة الإرادة.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| الأهداف السلوكية       | <p>أن يعرف الطالب:-</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>١- معنى الإرادة وقوة الإرادة.</li> <li>٢- صفات الطالب الذي يتمتع بقوة الإرادة.</li> <li>٣- أساليب تقوية الإرادة.</li> <li>٤- التمتع بإرادة قوية.</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| الاستراتيجيات والفنيات | <ul style="list-style-type: none"> <li>- النمذجة المصورة (عرض فلم عن قوة الإرادة) .</li> <li>- النمذجة الحية.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| الأنشطة المقدمة        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- يقوم المرشد بتقديم التحية لأفراد المجموعة والسؤال عن أحوالهم.</li> <li>- متابعة لتدريب البيتي و الشاء على الطلاب الذين أكملوا التدريب البيتي وتشجيع الذين لم يكتبوه.</li> <li>- يقوم المرشد بتعريف الإرادة وهي عمل موجه نحو هدف معين .</li> <li>- يقوم المرشد بتعريف قوة الإرادة وهو إمكانية الفرد في إصدار قرارات او اتخاذ القرارات بما ينسجم مع قدراته في الحياة اليومية دون تدخل أحد وهذا ما يدل على ثقته بنفسه .</li> <li>- يقوم المرشد بعرض فلم عن قوة الإرادة ويناقش الطلاب.</li> </ul> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                            |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- يقوم المرشد بعرض نموذج حي من أعضاء الهيئة التدريسية بقوة إرادته وتصميمه إلى تحقيق هدفه والوصول إلى غايته.</li> <li>- يقوم المرشد بسؤال المجموعة عن صفات الشخص الذي يتمتع بقوة الإرادة.</li> <li>- يقوم المرشد بتقديم التعزيز إلى الطلاب وذلك عن طريق المدح والثناء عليهم</li> </ul> |                            |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- تلخيص ما دار في الجلسة.</li> <li>- تحديد السلبيات والإيجابيات وتوضيح ما كان غير مفهوم.</li> </ul>                                                                                                                                                                                   | <p>التقويم<br/>البنائي</p> |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- يطلب المرشد من الطلاب أن يذكروا موقفاً مر بهم يدل على قوة الإرادة وتحمل المسؤولية وعدم التردد .</li> </ul>                                                                                                                                                                          | <p>التدريب<br/>أليتي</p>   |

#### سابعاً: الوسائل الإحصائية:-

أستخدم الباحث عدداً من الوسائل الإحصائية في البحث الحالي وهي:

١. الاختبار التائي (T-test) لعينة واحدة (لمعرفة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي).

$$t = \frac{\bar{x} - \mu}{\frac{s}{\sqrt{n}}}$$

(البياقي واثناسيوس: ١٩٧٧، ٢٥٤)

٢. الوسط المرجح (لمعرفة حدة الفقرة).

$$\bar{X} = \frac{t_1*4+t_2*3+t_3*2+t_4*1}{n}$$

(الكندي، ١٩٨٥: ١٠٤-١٠٥).

$$\frac{\text{الوزن المثوي}}{\text{الدرجة القصوى}} = \text{الوزن المثوي}$$

(الكندي، ١٩٨٥: ١٠٤-١٠٥).

٤. معامل ارتباط بيرسون (لمعرفة معامل الثبات).

$$R_{xy} = \frac{N \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{\{n_1 \sum x^2 - (\sum x)^2\} \{n_2 \sum y^2 - (\sum y)^2\}}}$$



(البياتي، واثناسيوس، ١٩٧٧: ١٨٣).

٥. اختبار كمولوجروف - سميرنوف (لمعرفة تكافؤ المجموعتين).  $K =$

$$f * \sqrt{\frac{n1*n2}{n1+n2}} \quad (\text{الدردير، ٢٠٠٦: ١٤١}).$$

٦. اختبار ولكوكسن (اختبار صحة الفرضية الأولى والفرضية الثانية). (البياتي، ١٩٨٤:

١٧١).

٧. اختبار (مان - وتني) لمعرفة صحة الفرضية الثالثة

$$Ua = n1n2 + \frac{n1(n1-1)}{2} - Ra$$

$$Ub = n1n2 + \frac{n2(n2-1)}{2} - Rb$$

## الفصل الرابع

### عرض النتائج ومناقشتها

سيضمن هذا الفصل عرض النتائج التي توصل إليها البحث الحالي على وفق فرضياته، وتفسيرها ومناقشتها في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة وكما يأتي تحقيقاً لهدف البحث الحالي (التعرف على أثر أسلوب النمذجة في خفض الألم الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الإعدادية) أظهرت نتائج التحليل الإحصائي أن متوسط درجات أفراد عينة البحث والبالغ عددهم (١٥٠) طالباً كان (١٠٤, ١٠٢) درجة وبانحراف معياري (١٣, ١٩) درجة والجدول (٤) يوضح ذلك .

#### جدول (٤)

نتيجة الاختبار التائي لعينة واحدة لدرجات العينة على مقياس الألم الاجتماعي

| عينة البحث | الوسط الحسابي | الانحراف المعياري | الوسط النظري | القيمة التائية |          | درجة الحرية | مستوى الدلالة | دلالة الفرق  |
|------------|---------------|-------------------|--------------|----------------|----------|-------------|---------------|--------------|
|            |               |                   |              | المحسوبة       | الجدولية |             |               |              |
| ١٥٠        | ١٠٢, ١٠٤      | ١٣, ١٩            | ١٠٠          | ٦٥, ٣١         | ٢, ٣٢    | ١٤٩         | ٠, ٠٥         | دال إحصائياً |

وباستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة لمعرفة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي، تبين أن القيمة التائية المحسوبة (٦٥, ٣١) وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية (٢, ٣٢)، وأن الفرق دال إحصائياً عند مستوى (٠, ٠٥) وبدرجة حرية (١٤٩) وهذا يؤشر على ارتفاع الألم الاجتماعي لدى أفراد العينة.

وللتعرف على أثر الأسلوب الإرشادي في خفض الألم الاجتماعي من خلال التحقق من الفرضيات:-

الفرضية الأولى: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠, ٠٥) بين رتب درجات أفراد المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الألم الاجتماعي.

ولاختبار صحة هذه الفرضية استخدم (اختبار ولكوكسن) لعينتين مترابطتين لمعرفة دلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي، إذ تبين أن القيمة المحسوبة (٢٢, ٥) غير دالة إحصائياً عند موازنتها بالقيمة الجدولية (٨) وعند مستوى دلالة (٠, ٠٥) وهذا يعني قبول الفرضية الصفرية أي لا توجد فروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة، والجدول (٥) يوضح ذلك.



جدول (٥)

درجات المجموعة الضابطة على مقياس الألم الاجتماعي القبلي والبعدي والفرق بينها والرتب الموجبة والسالبة وقيمة (W) المحسوبة والجدولية

| ت | المجموعة الضابطة |                 | الف<br>رق<br>قبلي<br>-<br>بعدي | رتبة<br>الفرق | الرتب<br>الموجبة | الرتب<br>ب<br>السالبة | قيمة W   |          | مستوى<br>الدلالة | دلالة<br>الفروق |
|---|------------------|-----------------|--------------------------------|---------------|------------------|-----------------------|----------|----------|------------------|-----------------|
|   | درجات<br>القبلي  | درجات<br>البعدي |                                |               |                  |                       | المحسوبة | الجدولية |                  |                 |
| ١ | ١٢٥              | ١٣٠             | ٥-                             | -             |                  | -                     |          |          |                  |                 |
|   |                  |                 |                                | ٨,٥           |                  | ٨,٥                   |          |          |                  |                 |
| ٢ | ١٢٦              | ١٢٨             | ٢-                             | -             |                  | -                     |          |          |                  |                 |
|   |                  |                 |                                | ٣,٥           |                  | ٣,٥                   |          |          |                  |                 |
| ٣ | ١٢٧              | ١٣٠             | ٣-                             | ٦-            |                  | ٦-                    |          |          |                  |                 |
| ٤ | ١٢٩              | ١٢٧             | ٢+                             | ٣,٥+          | ٣,٥+             | ٥                     |          |          |                  |                 |
| ٥ | ١٣١              | ١٣٣             | ٢-                             | -             |                  | -                     |          |          |                  |                 |
|   |                  |                 |                                | ٣,٥           |                  | ٣,٥                   |          |          |                  |                 |
| ٦ | ١٣٣              | ١٣٤             | ١-                             | ١-            |                  | ١-                    |          |          |                  |                 |
| ٧ | ١٣٥              | ١٣١             | ٤+                             | ٧+            | ٧+               |                       |          |          |                  |                 |

|  |  |  |  |      |       |      |    |       |       |             |
|--|--|--|--|------|-------|------|----|-------|-------|-------------|
|  |  |  |  |      | ٣,٥+  | ٣,٥+ | ٢+ | ١٣٥   | ١٣٧   | ٨           |
|  |  |  |  |      | ٨,٥+  | ٨,٥+ | ٥+ | ١٣٣   | ١٣٨   | ٩           |
|  |  |  |  |      | ١٠+   | ١٠+  | ٨+ | ١٣٢   | ١٤٠   | ١٠          |
|  |  |  |  | W -  | W +   |      |    | ١٣١,٣ | ١٣٢,١ | المت<br>وسط |
|  |  |  |  | -    | ٣٢,٥+ |      |    | ٣     | ١     |             |
|  |  |  |  | ٢٢,٥ | ٥     |      |    |       |       |             |

الفرضية الثانية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدى على مقياس الألم الاجتماعي قبل تطبيق الأسلوب الإرشادي وبعده.

ولاختبار صحة هذه الفرضية استخدم (اختبار ولكوكسن) لعيتين مترابطين؛ لمعرفة دلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدى، إذ تُبين أن القيمة المحسوبة (صفر) وهي دالة إحصائية عند موازنتها بالقيمة الجدولية (٨) وعند مستوى دلالة (٠,٠٥) وهذا يعني رفض الفرضية الصفرية وقبول الفرضية البديلة، أي توجد فروق بين المجموعة التجريبية قبل تطبيق الأسلوب الإرشادي وبعده ولصالح الاختبار البعدى والجدول (٦) يوضح ذلك:



جدول (٦)

درجات المجموعة التجريبية على الألف الاجتماعي قبل تطبيق الأسلوب وبعده والفرق بينهما والرتب الموجبة والسالبة وقيمة (W) المحسوبة والجدولية

| المجموعة<br>التجريبية | الرتب<br>الموجبة | الرتب<br>السالبة | الفرق<br>بين الرتب | قيمة W   |          | مستوى<br>الدلالة | دلالة<br>الفرق           |
|-----------------------|------------------|------------------|--------------------|----------|----------|------------------|--------------------------|
| درجات                 | درجات            | درجات            | درجات              | المحسوبة | الجدولية |                  |                          |
| ١٢٤                   | ٨٨               | ٣٦+              | ١                  | ١        | ٨        | ٠,٠٥             | الفرق<br>دالة<br>إحصائية |
| ١٢٥                   | ٨٧               | ٣٨+              | ٢                  | ٢        | ٨        | ٠,٠٥             | الفرق<br>دالة<br>إحصائية |
| ١٢٨                   | ٨٦               | ٤٢+              | ٣                  | ٣        | ٨        | ٠,٠٥             | الفرق<br>دالة<br>إحصائية |
| ١٣٠                   | ٨٢               | ٤٨+              | ٧                  | ٧        | ٨        | ٠,٠٥             | الفرق<br>دالة<br>إحصائية |
| ١٣٢                   | ٨٣               | ٤٩+              | ٨                  | ٨        | ٨        | ٠,٠٥             | الفرق<br>دالة<br>إحصائية |
| ١٣٤                   | ٨٩               | ٤٥+              | ٦                  | ٦        | ٨        | ٠,٠٥             | الفرق<br>دالة<br>إحصائية |
| ١٣٦                   | ٩٢               | ٤٤+              | ٥                  | ٥        | ٨        | ٠,٠٥             | الفرق<br>دالة<br>إحصائية |
| ١٣٧                   | ٩٤               | ٤٣+              | ٤                  | ٤        | ٨        | ٠,٠٥             | الفرق<br>دالة<br>إحصائية |
| ١٣٩                   | ٨٩               | ٥٠+              | ٩,٥                | ٩,٥      | ٨        | ٠,٠٥             | الفرق<br>دالة<br>إحصائية |
| ١٤٠                   | ٩٠               | ٥٠+              | ٩,٥                | ٩,٥      | ٨        | ٠,٠٥             | الفرق<br>دالة<br>إحصائية |

|        |      |    |  |  |     |     |  |  |  |  |
|--------|------|----|--|--|-----|-----|--|--|--|--|
| المتوس | ١٣٢، | ٨٨ |  |  | W   | W   |  |  |  |  |
| ط      | ٥    |    |  |  | -   | ٥٥+ |  |  |  |  |
|        |      |    |  |  | صفر |     |  |  |  |  |

الفرضية الثالثة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي على مقياس الألم الاجتماعي.

ولاختبار صحة هذه الفرضية استخدم (اختبار مان وتني) لعينات متوسطة الحجم؛ لمعرفة دلالة الفروق بين المجموعة الضابطة والتجريبية، إذ تبين أن القيمة المحسوبة (صفر) وهي دالة إحصائية عند موازنتها بالقيمة الجدولية (٢٣) عند مستوى دلالة (٠,٠٥)، وهذا يعني رفض الفرضية الصفرية وقبول الفرضية البديلة أي توجد فروق بين المجموعة التجريبية والضابطة بعد تطبيق الأسلوب الإرشادي ولصالح المجموعة التجريبية والجدول (٧) يوضح ذلك:



جدول (٧)

درجات افراد المجموعتين التجريبية والمجموعة الضابطة على مقياس الألم الاجتماعي في الاختبار البعدي ورتبهما وقيمة (U) المحسوبة والجدولية.

| تسلسل الطالب | المجموعة التجريبية |        | المجموعة الضابطة |        | قيمة U   |          | مستوى الدلالة | دلالة الفروق       |
|--------------|--------------------|--------|------------------|--------|----------|----------|---------------|--------------------|
|              | الدرجة             | الرتبة | الدرجة           | الرتبة | المحسوبة | الجدولية |               |                    |
| ١            | ١٣٠                | ١٣,٥   | ٨٨               | ٥      | صفر      | ٢٣       | ٠,٠٥          | الفرق دال إحصائياً |
| ٢            | ١٢٨                | ١٢     | ٨٧               | ٤      |          |          |               |                    |
| ٣            | ١٣٠                | ١٣,٥   | ٨٦               | ٣      |          |          |               |                    |
| ٤            | ١٢٧                | ١١     | ٨٢               | ١      |          |          |               |                    |
| ٥            | ١٣٣                | ١٧,٥   | ٨٣               | ٢      |          |          |               |                    |
| ٦            | ١٣٤                | ١٩     | ٨٩               | ٦,٥    |          |          |               |                    |
| ٧            | ١٣١                | ١٥     | ٩٢               | ٩      |          |          |               |                    |
| ٨            | ١٣٥                | ٢٠     | ٩٤               | ١٠     |          |          |               |                    |
| ٩            | ١٣٣                | ١٧,٥   | ٨٩               | ٦,٥    |          |          |               |                    |
| ١٠           | ١٣٢                | ١٦     | ٩٠               | ٨      |          |          |               |                    |
|              |                    | ١٥٥=١ر |                  | ٥٥=٢ر  |          |          |               |                    |
| المتوسط      |                    | ١٣١,٣  | المتوسط          | ٨٨     |          |          |               |                    |

تفسير النتائج ومناقشتها: (Raising & defining the results)

- من خلال استعراض النتائج التي توصل إليها البحث الحالي أظهرت نتائج التحليل الإحصائي بأنه:-
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الألم الاجتماعي. وقد توصل البحث الى انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين رتب درجات المجموعة التجريبية قبل تطبيق الأسلوب وبعده. وقد توصل البحث الى أنه توجد فروق بين المجموعة التجريبية قبل تطبيق الأسلوب الإرشادي وبعده.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات المجموعة الضابطة والتجريبية في الاختبار البعدي. وقد توصل البحث إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات المجموعة التجريبية قبل تطبيق الأسلوب الإرشادي وبعده على مقياس الألم الاجتماعي ولصالح الاختبار البعدي. وقد اتفقت هذه النتيجة مع دراسة (الجبوري، ٢٠١٢)، و(دراسة الخياط، ٢٠١٤).
- وفي ضوء نتائج البحث الحالي يمكن استخلاص الاستنتاجات الآتية:
- أن لأسلوب النمذجة والفنيات المتبعة التي تضمنها الأسلوب الإرشادي أثر واضح في خفض الألم الاجتماعي لدى الطلاب.
- إن للأنشطة والفعاليات والاستراتيجيات التي تضمنها الأسلوب الإرشادي أثر واضح في خفض الألم الاجتماعي لدى الطلاب.
- حاجة الطلاب إلى البرامج والأساليب الإرشادية في تنمية السلوك المرغوب وتخفيض السلوك غير المرغوب فيه .
- وفي ضوء النتائج التي توصل إليها البحث الحالي يوصي الباحث بما يأتي:
- التوصيات:-**
- الاستفادة من الأسلوب الإرشادي الذي تم بنائه من قبل المرشدين التربويين في مدارسهم لخفض الألم الاجتماعي لدى الطلاب.
- إقامة ندوات إرشادية باستمرار للمرشدين التربويين، وأولياء أمور الطلاب، وحث الطلاب على التعاون والمحبة والشعور بالآلام الآخرين.
- التأكيد على وزارة التربية لتدريب المرشدين التربويين باستخدام الأساليب الحديثة والبرامج الإرشادية في إرشاد الطلاب.
- ضرورة الاستفادة من المقياس لمعرفة مستوى الألم الاجتماعي لدى الطلاب ومساعدتهم على خفضه.



## المقترحات:-

- إجراء دراسة لمعرفة أثر أساليب إرشادية أخرى (التحدث مع الذات، العقلاني العاطفي، إيقاف التفكير) في خفض الألم الاجتماعي.
  - إجراء دراسة مماثلة على طالبات المرحلة الإعدادية.
  - استخدام الأسلوب الإرشادي مع عينات أخرى.
  - إجراء دراسة أثر برنامج إرشادي في خفض الألم الاجتماعي لدى طلاب دور الدولة.
-

## المصادر

### العربية والأجنبية

- إبراهيم، عبدالستار (١٩٩٨): الاكتئاب اضطراب العصر الحديث فهمه وأساليب علاجه، سلسلة عالم المعرفة، الكويت.
- ابن منظور، جمال الدين محمد بن مكرم الأنصاري (٢٠٠٥): لسان العرب، المجلد الأول، دار المعارف، القاهرة، مصر.
- أبو أسعد، أحمد عبداللطيف (٢٠١٣): الإرشاد المدرسي، ط ٣، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- إرفورد، د. برادلي ت، إيفر، سوزان ه، برينت إملي م، ينج، كاترين ا (٢٠١٢): ٣٥ أسلوباً على كل مرشد معرفتها، ترجمة: هالة فاروق المسعود، مراجعة: د. رياض محمد أمين ملكوش، ط ١، دار الراية للنشر والتوزيع، الأردن، عمان.
- الإمام، مصطفى محمود (١٩٩٠): التقويم والقياس، مطبعة جامعة بغداد، بغداد.
- بطرس، بطرس حافظ (٢٠١٠): المشكلات النفسية وعلاجها، ط ٢، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان الأردن.
- البياني، عبدالجبار توفيق واثناسيوس، زكريا (١٩٧٧): الإحصاء الوصفي والاستدلالي في التربية وعلم النفس، مطبعة مؤسسة الثقافة العمالية، بغداد.
- \_\_\_\_\_ (١٩٨٤): التحليل الإحصائي في البحوث التربوية والنفسية والاجتماعية ( الطرق اللامعلمية )، ط ٢ مؤسسة الكويت للتقدم العلمي، الكويت.
- الجبوري، زينب حسن فليح (٢٠١٢): اثر العلاج المعرفي السلوكي في تخفيف الألم النفسي لدى طالبات كلية التربية الرياضية، الجامعة المستنصرية.
- الحجار، محمد حمدي، وآخرون، (١٩٨٦): علم النفس السريري، جامعة دمشق.
- الحفني، عبدالمنعم (١٩٩١): موسوعة علم النفس والتحليل النفسي، مكتبة مدبولي، القاهرة.
- حمد، ليث كريم (٢٠١٣): الإرشاد النفسي في التربية والتعليم أدبيات برامج دراسية، المطبعة المركزية، جامعة ديالى، العراق.



- الحياتي، عاصم محمود (١٩٨٩): الإرشاد التربوي والنفسي، دار الكتب للطباعة والنشر، الموصل.
- الخياط، عمران حيدر عزيز (٢٠١٤): أثر برنامج إرشادي في خفض الألم الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الإعدادية، رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية للعلوم الإنسانية، جامعة ديالى.
- الخيلاني، كمال محمد (٢٠٠٨): الألم الاجتماعي وعلاقته بالذاكرة الصدمية والإخفاقات المعرفية، أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية الآداب، جامعة بغداد، العراق.
- داود، عزيز حنا والعبيدي، ناظم هاشم (١٩٩٠): علم النفس الشخصية، مطابع التعليم العالي، بغداد.
- الريحاني، سليمان (١٩٨٨): برامج تعديل السلوك والمخاوف المرضية، ط ١، قسم الإرشاد التربوي والصحة النفسية، عمان، الأردن.
- زهران، حامد عبدالسلام (١٩٧٨): الصحة النفسية والعلاج النفسي، ط ٢، عالم الكتب، القاهرة.
- زهران، حامد عبدالسلام (١٩٨٠): التوجيه والإرشاد النفسي، الطبعة الثانية، عالم الكتب، القاهرة.
- شهيل، حسن احمد (٢٠٠٧): أثر الفاعلية الذاتية في خفض مستوى السلوك الفوضوي لدى طلاب المرحلة المتوسطة، رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية الآداب، الجامعة المستنصرية.
- سوانسون، دايفيد (٢٠٠٦): الألم المزمن، ترجمة مركز التعريب والبرمجة، مطبعة دار العربية للعلوم.
- صادق، عادل (١٩٨٤): الألم النفسي والعضوي، كلية الطب، عين الشمس، القاهرة.
- صالح، قاسم حسين (١٩٨٨): الشخصية بين التنظير والقياس، مطبعة جامعة بغداد، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، بغداد.
- عبدالحفيظ، إخلاص محمد والباهي، مصطفى حسن (٢٠٠٠): طرق البحث العلمي والتحليل الإحصائي في المجالات التربوية والنفسية والرياضية، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- عريفج، سامي وآخرون (١٩٩٢): البحث العلمي: مفهومه وأدواته وأساليبه، دار الفكر، عمان، الأردن.
- عودة، أحمد سليمان، وملكاوي، فتحي (١٩٩٢): أساسيات البحث العلمي في التربية والعلوم الإنسانية، ط ٢، جامعة اليرموك، مكتبة الكتاب، اربد، الاردن.
- الفسفوس، عدنان أحمد (٢٠٠٦): أساليب تعديل السلوك الانساني، السلسلة الإرشادية رقم (٢)، المكتبة الالكترونية، أطفال الخليج [WWW.gulfkids.com](http://WWW.gulfkids.com).

- قطامي، نايفة وبرهوم، محمد (٢٠٠٧): طرق دراسة الطفل، دار الشروق للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- الكندي، عبد الله رمضان (١٩٨٥): مبادئ الاحصاء واساليب التحليل الاحصائي، منشورات ذات السلاسل، ط ١.
- المحارب، ناصر بن إبراهيم والنعيم، موسى بنت فهد (١٤٢٣) هـ: المشكلات الاجتماعية والنفسية للمراهقين في المملكة العربية السعودية، جامعة الملك سعود.
- النوري، أمل مهدي صالح (١٩٩٨): الحرمان العاطفي وعلاقته بالعدوان لدى المراهقين، رسالة ماجستير (غير منشورة)، العراق.
- نيل، جوك. م وليبرت، روبرت. م (١٩٨٢) التجريب في العلوم السلوكية، ترجمة موفق الحمداني وعبدالعزیز الشيخ، مطبعة جامعة بغداد، بغداد.
- الواسطي، نيران يوسف جبر (٢٠١٠): الالم الاجتماعي وعلاقته بالتحمل النفسي لدى الممرضات في مستشفيات بغداد، الجامعة المستنصرية، كلية التربية، رسالة ماجستير (غير منشورة).
- وزارة التربية (٢٠٠٨): نظام المدارس الثانوية، رقم (٢)، الجمهورية العراقية، بغداد.

- Blanchard, R. J. & Blanchard, D. C. (1990): **An ethoexperimental analysis of defense, fear and anxiety**, In N. McNaughton & G. Andrews (Eds.) *Anxiety* (pp. 124 – 133). Dunedin: Otago University Press.
- Borders & dryra L. D. Sander, MD (1992): **Comprehensive school counseling programs**, Areview for policy markers–Journal counseling and Development.
- Bowlby, J. (1973): **Attachment and loss** (Vol. 2). New York: Basic Books.
- Easter ,R. & Freeperson , L . (1980) : **Perfecting Social Skills**, A. Guide to Inter Personal behavior development ,New York.



- Ebel ,R.L (1972): **Essentials of education measurement**(2nd.Ed)  
practice hall Englewood Cliffs. New Jers.Kelly,1982:
- MacDonald, G., Leary, M. R., &Boksman, K. (2003): **Rejection-  
myopia: Selffocused attention, self-esteem, and feelings of security  
in romantic relationships.**
- Mouly (1970) : **The Seince of Education Research** . Vein Hold  
company.
- Selekman ,M.D.(2006). **Wonking with Self-harming Adolescents: A  
collaborative, Strength-based tharpy approach.** New York. W.W.  
Norton &comean.

ملحق (١)

مقياس الألم الاجتماعي

بصيغته النهائية

جامعة ديالى

كلية التربية للعلوم الإنسانية

قسم العلوم التربوية والنفسية / الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي

عزيزي الطالب :-

عزيزتي الطالبة :-

يروم الباحث إجراء بحثه الموسوم (أثر أسلوب النمذجة في خفض الألم الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الإعدادية)، ويعرف الألم الاجتماعي بأنه :-

(استجابة عاطفية محددة تجاه أدراك الفرد بأنه مبعد عن علاقات يرغب بها أو بأنه مبخس تقديره من لدن أشخاص أو مجاميع اجتماعية).

وقد وضع أمامك مجموعة من الفقرات تقيس الألم الاجتماعي يرجى التفضل بقراءتها بشكل دقيق والإجابة عنها للتعبير عن موقفك منها ، علماً أن أجابتك تستخدم لأغراض البحث العلمي فقط ولا حاجة لذكر الاسم.

مع فائق شكرنا وتقديرنا

تعليمات تطبيق المقياس :-

الإجابة على فقرات المقياس بوضع علامة (✓) بجانب كل فقرة وتحت المستوى الذي ينطبق عليك ،

وكما موضح في المثال التالي :-

| ت  | الفقرة                  | تنطبق عليّ دائماً | تنطبق عليّ غالباً | تنطبق عليّ أحياناً | لا تنطبق عليّ أبداً |
|----|-------------------------|-------------------|-------------------|--------------------|---------------------|
| ١. | أنا وحيد في هذه الدنيا. |                   | ✓                 |                    |                     |

الباحث



## فيصل جمعه نجم الدليمي

| ت  | الفقرة                                | تنطبق عليّ دائماً | تنطبق عليّ غالباً | تنطبق عليّ أحياناً | لا تنطبق عليّ أبداً |
|----|---------------------------------------|-------------------|-------------------|--------------------|---------------------|
| ١  | أشعر بفراغ كبير                       |                   |                   |                    |                     |
| ٢  | تنقصني الثقة بنفسي                    |                   |                   |                    |                     |
| ٣  | أفتقد إلى الزميل الحميم               |                   |                   |                    |                     |
| ٤  | إنني غير راضٍ عن نفسي                 |                   |                   |                    |                     |
| ٥  | أحس أني منعزل عن العالم               |                   |                   |                    |                     |
| ٦  | أكره التواضع الذي يشعرني بالدونية     |                   |                   |                    |                     |
| ٧  | حديث الناس لا معنى له                 |                   |                   |                    |                     |
| ٨  | أشعر بأنني أكره ذاتي                  |                   |                   |                    |                     |
| ٩  | ليس لدي القدرة في التعبير عن مشاعري   |                   |                   |                    |                     |
| ١٠ | أنا عضو غير مهم في أسرتي              |                   |                   |                    |                     |
| ١١ | أنفرد بنفسي                           |                   |                   |                    |                     |
| ١٢ | أشعر بعدم الرضا عن مظهري الخارجي      |                   |                   |                    |                     |
| ١٣ | فقدت فرصتي في أن أكون الأفضل          |                   |                   |                    |                     |
| ١٤ | قدرتي تمنعني من أداء أي عمل           |                   |                   |                    |                     |
| ١٥ | أحب البقاء وحيداً في الفرصة المدرسية  |                   |                   |                    |                     |
| ١٦ | أميل إلى التقليل من شأن نفسي          |                   |                   |                    |                     |
| ١٧ | أنعزل عن الضيوف عند زيارتهم لمنزلنا   |                   |                   |                    |                     |
| ١٨ | يتتابني شعور بأنني لا أصلح لشيء أبداً |                   |                   |                    |                     |
| ١٩ | أنا وحيد في هذه الدنيا                |                   |                   |                    |                     |

|    |                                                 |  |  |  |
|----|-------------------------------------------------|--|--|--|
| ٢٠ | أشعر أي شخص فاشل                                |  |  |  |
| ٢١ | أتحاشى الاختلاط بالناس                          |  |  |  |
| ٢٢ | إنني لا أملك الكثير لأفخر به                    |  |  |  |
| ٢٣ | أفضل بقائي في البيت على الخروج                  |  |  |  |
| ٢٤ | أجد صعوبة في التفكير عندما أكون ضمن مجموعة      |  |  |  |
| ٢٥ | إنني شخص ضائع                                   |  |  |  |
| ٢٦ | أعتقد أن مكائتي الاجتماعية أقل من الآخرين       |  |  |  |
| ٢٧ | أبتعد عن المحلات والساحات المزدحمة بالناس       |  |  |  |
| ٢٨ | أتألم عندما لا أحصل على تقدير أساتذتي واحترامهم |  |  |  |
| ٢٩ | إلقائي التحية على الآخرين ضعيفة                 |  |  |  |
| ٣٠ | أن زملائي لا ينصتون باهتمام إلى ما أقوله        |  |  |  |
| ٣١ | أعتقد أي شخص غير مرغوب فيه                      |  |  |  |
| ٣٢ | لست راضياً عن والدي لأنها لا يقدراني            |  |  |  |
| ٣٣ | آرائي تختلف عن آراء أفراد أسرتي                 |  |  |  |
| ٣٤ | أشعر بالفشل قبل اقتحامي المواقف                 |  |  |  |
| ٣٥ | أتجنب إقامة العلاقات مع الآخرين                 |  |  |  |
| ٣٦ | أعاتب نفسي كلما تذكرت عيوبي                     |  |  |  |
| ٣٧ | أجد نفسي - غير راغب بأي عمل حتى لو كان ممتعاً   |  |  |  |
| ٣٨ | أتوجس الشر في نيات الآخرين                      |  |  |  |



|    |                                              |  |  |  |
|----|----------------------------------------------|--|--|--|
| ٣٩ | أحس أن زملائي لا يسألون عني عندما أغيب عنهم  |  |  |  |
| ٤٠ | أشعر بالقلق عندما أدخل قاعة أجتمع فيها الناس |  |  |  |

## ملحق (٢)

### أسماء السادة الخبراء

مرتبة حسب الحروف الهجائية ودرجاتهم العلمية ومكان عمله للمقياس والأسلوب الإرشادي

| ت | اسم الخبير واللقب العلمي             | مكان العمل                                    | للمقياس | لأسلوب |
|---|--------------------------------------|-----------------------------------------------|---------|--------|
| ١ | أ. د. سالم نوري صادق                 | جامعة ديالى / كلية التربية للعلوم الإنسانية   | *       | *      |
| ٢ | أ. م. سامي مهدي صالح                 | جامعة ديالى / كلية التربية للعلوم الإنسانية   | *       |        |
| ٣ | أ. د. عدنان عباس محمود المهداوي      | جامعة ديالى / كلية التربية للعلوم الإنسانية * | *       | *      |
| ٤ | أ. م. د. خنساء عبدالرزاق العبيدي     | مديرية تربية ديالى / معهد الفنون الجميلة      | *       | *      |
| ٥ | أ. م. د. زهرة موسى جعفر              | جامعة ديالى / كلية التربية للعلوم الإنسانية   | *       |        |
| ٦ | أ. م. د. سميرة علي حسن               | جامعة ديالى / كلية التربية للعلوم الإنسانية   | *       | *      |
| ٧ | أ. م. د. عبدالكريم محمود صالح الطائي | مديرية تربية ديالى / معهد المعلمين            | *       | *      |

|    |                                |                                             |   |   |
|----|--------------------------------|---------------------------------------------|---|---|
| ٨  | أ.م.د. لطيفة ماجد محمود        | جامعة ديالى / كلية التربية للعلوم الإنسانية | * |   |
| ٩  | أ.م.د. محمد إبراهيم الجبوري    | جامعة ديالى / كلية التربية للعلوم الإنسانية | * |   |
| ١٠ | أ.م.د. مظهر عبد الكريم العبيدي | جامعة ديالى / كلية التربية للعلوم الإنسانية | * |   |
| ١١ | م.د. هيام قاسم محمد            | مديرية تربية ديالى / متوسطة أم سلمى         | * | * |
| ١٢ | م.م. عمران حيدر عزيز الخياط    | جامعة ديالى / كلية التربية للعلوم الإنسانية | * |   |