



(٥٧١) (٥٩٧)

العدد الثامن  
والعشرون

تأثير اسلوب ارشادي التفهم الواعي في خفض الحزن لدى الطلبة الايتام

أ. م . د . عدي جبر كاظم القرشي

المديرية العامة لتربية واسط

aodayjaber1976@gmail.com

المستخلص :

استهدف البحث الحالي معرفة تأثير الاسلوب الارشادي التفهم الواعي في خفض الحزن لدى الطلبة الايتام , من خلال التحقق من الفرضيات التي استخدمت في البحث الحالي باستخدام المنهج التجريبي , تكونت عينة البحث من ( ١٦ ) طالب من متوسطة المختار للبنين التابعة لمديرية تربية واسط / قسم تربية العزيزية , تم توزيعها عشوائياً على مجموعتين متساويتين تجريبية واخرى ضابطة , واستخدم الباحث مقياس الحزن الذي تم بناءه في البحث الحالي وتكون من (٢٠) فقرة , وتم استخراج الخصائص السايكومترية للمقياس , بلغ عدد الجلسات للبرنامج (١٢) جلسة مدة الجلسة (٤٥) دقيقة لمدة (٤) اسابيع بواقع (٣) جلسات اسبوعياً , اظهرت نتائج البحث تأثير الاسلوب الارشادي التفهم الواعي في خفض الحزن لدى الطلبة الايتام , وفي ضوء ذلك قدم الباحث مجموعة من التوصيات والمقترحات .

الكلمات الافتتاحية : الاسلوب الارشادي , التفهم الواعي , الحزن , الطلبة الايتام .

### The effect of the conscious understanding counseling method in reducing sadness among orphan students

Asstistant .Prof . Dr . Oday Jabur Kaduem Al-Quraishi

Governorate General Directorate of Education Wasit

aodayjaber1976@gmail.com

#### Abstract :

The current research aimed to know the effect of the conscious understanding guidance method in reducing sadness among orphan students, by verifying the hypotheses used in the current research using the



experimental method. The research sample consisted of (16) students from Al-Mukhtar Intermediate School for Boys affiliated with Wasit Education Directorate / Azizia Education Department. They were randomly distributed into two equal groups, an experimental group and a control group. The researcher used the sadness scale that was built in the current research and consisted of (20) paragraphs. The psychometric properties of the scale were extracted. The number of sessions for the program was (12) sessions, with a session duration of (45) minutes for a period of (4) weeks, at a rate of (3) sessions per week. The research results showed the effect of the conscious understanding guidance method in reducing sadness among orphan students. In light of this, the researcher presented a set of recommendations and suggestions .

**Keywords** : counseling style, conscious understanding, grief, orphan students .

#### الفصل الاول : مشكلة البحث والحاجة اليه

يعدّ الحزن من المشاعر السلبية ويمثل مشكلة للفرد لها اثار عدة نفسية كانت او جسدية وهو من الاحاسيس المحببة والباعثة للإحباط واليأس لاسيما اذا رافقه فقدان الدعم والاسناد والرعاية والاهتمام نتيجة فقد احد الوالدين او كلاهما اذ تنعكس مشاعر الحزن على السلوك الاجتماعي , والافراد هؤلاء يكونوا اكثر انعزالية ويفتقدون للتكيف مع الآخرين , وأشارت دراسات عدة كدراسة (ثابت, ٢٠٠٧) ان الافراد الذين فقدوا احد الوالدين لديهم حزن بشكل كبير (ثابت, ٢٠٠٧, ص ٢٧) . فالأيتام يكونوا اكثر عرضة للحزن واكثر صعوبة عليهم من الافراد الآخرين وايضا يكونوا اكثر ضعفاً من حيث القدرة على التكيف وان يقيموا علاقات اجتماعية سوية وكل ذلك له اثر عليهم ويتسبب ذلك بضغوطات نفسية واجتماعية كبيرة , وهذا ما اكدته دراسة (Adam,2013) اذ اجريت تلك الدراسة على الايتام واتضح من تلك الدراسة ان الحزن يؤدي الى زيادة الاجهاد عند الايتام (Adam,2013,p:23). ووفقاً للعالم (ادلر) ان الحزن ينشأ لدى الايتام الذين فقدوا احساس الاهتمام واستشعروا الرعاية التي من المفترض ان يتلقوها من خلال التنشئة الاسرية كما ان مشاعر الحزن تؤدي لزيادة القلق عند الايتام (Szuhan,2021,p:60).

ويرى سيلجمان ان مرحلة المراهقة تعدّ من المراحل المأزومة بالنسبة للمراهقين واسماها بمرحلة العاصفة التي تكون مليئة بالحيرة والقلق والاضطراب الشديد ويواجهون فيها صدمات نفسية , والحزن



يعدّ من اهم اسبابها من حيث ان الطلبة المراهقين يكونون احوج في تلك المرحلة الى الاهتمام والرعاية الابوية لان لها اهمية كبيرة في البناء والدعم النفسي والاسناد الاجتماعي (Selegman,2006,p:255).

وتتجلى مشكلة البحث الحالي ان الحزن يعد من الامور المؤثرة نفسياً وصحياً على جوانب عدة لدى المراهقين وبالذات الطلبة في مرحلة المتوسطة لذا كان من المهم ان نقدم لهم برنامج ارشادي لخفض الحزن حيث يؤدي الى مشكلات متعددة لهم وهم في مقتبل العمر , لذا تبلورت مشكلة البحث بالإجابة عن السؤال الآتي : هل هناك تأثير للأسلوب الارشادي النظم الواعي في خفض الحزن لدى الطلبة اليتام ؟.

وتأتي اهمية البحث الحالي من اهمية الاسرة واهمية الابناء ونشأتهم نشأة صحيحة من خلال الدعم والتشجيع والحب والرعاية والاهتمام والتربية والقيم والمعتقدات والثقة بالنفس وايضا نمو شخصياتهم بشكل سوي بعيداً عن المشكلات والاضطرابات وتحقيق النجاح الدراسي ومواجهة المشكلات التي تعترضهم بحياتهم , وايضاً اهمية هذه الشريحة في المجتمع الا وهي شريحة الطلبة اليتام فهم بحاجة للاهتمام والرعاية كما ان المرحلة التي يمرون بها وهي مرحلة المراهقة والتي تعدّ مرحلة مفصلية وولادة ثانية وفق علماء النفس التي من الممكن ان ينحرف بها الابناء الذين يعوزهم الدفء والحنان الاسري نتيجة تعرضهم لليتم لاسيما اذا لم يتلقوا الرعاية والاهتمام في الاسر البديلة لهم , وفي المدرسة من قبل الارشاد التربوي الذي له الدور الكبير في تحقيق الصحة النفسية والتوازن النفسي والاجتماعي للطلاب نتيجة اليتيم حيث لا يستطيع تجاوز تلك المرحلة من دون يد العون والمساعدة النفسية , ان الارشاد النفسي يهدف الى مد يد العون والمساعدة الى الفرد ويحدد مشكلاته وينمي قدراته واستعداداته وصولاً لتحقيق الذات وتعتبر البرامج الارشادية خير وسيلة وضرورة ملحة بالنسبة للأفراد وما يقدمه من المساعدة والخدمات لتحقيق ذلك مستخدماً اساليب ارشادية ثبت فعاليتها في المساعدة لحل المشكلات السلوكية والنفسية , ومن هذه الاساليب اسلوب النظم الواعي الذي يرى (بيك) ان هذا الاسلوب يعد اسلوباً فعالاً في مساعدة الفرد في تحقيق الاهداف المبتغاة لتخفيف الحزن وهو من بين الاساليب الارشادية التي يمكن ان يوظفها المرشد التربوي في حل المشكلات النفسية للطلبة (Mb&Kocovski,2016,p:110) . ويعدّ هذا الاسلوب وهو من الاساليب المعرفية السلوكية التي لها دور في خفض الحزن عن كيفية الرجوع الى ما هو متوفر هنا وترك اشكال التفكير التلقائية غير المجدية , كذلك يؤدي الى اكتساب وتعلم مهارات



تخفف من التوتر والقلق والانفعالات المؤلمة والوعي بالمشكلات الداخلية والخارجية وتبني اتجاه منفتح في تقبل الواقع كما هو (كوري، ٢٠١١، ص ٢٠٤). ويرى بيك (Beck, 1976) ان طريقة الفرد بالتفكير في تفسيره للأشياء تساعد على التكيف في المواقف المختلفة بالحياة (Beck, 1976, p:300).

#### اهداف البحث :

يستهدف البحث الحالي التعرف على :

- ١- الحزن لدى الطلبة الايتام .
  - ٢- بناء برنامج ارشادي وفق اسلوب (التفهم الواعي) في خفض الحزن لدى الطلبة الايتام .
  - ٣- تأثير الاسلوب الارشادي (التفهم الواعي) في خفض الحزن لدى الطلبة الايتام .
- ولتحقيق الاهداف هذه وضع الباحث الفرضيات الاتية :
- \*الفرضية الاولى : لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسط رتب درجات الطلبة الايتام للمجموعة التجريبية (التفهم الواعي) قبل البرنامج وبعده على مقياس الحزن .
- \*الفرضية الثانية : لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسط رتب درجات الطلبة الايتام للمجموعة الضابطة قبل البرنامج وبعده على مقياس الحزن .
- \*الفرضية الثالثة : لا يوجد تأثير للأسلوب الارشادي (التفهم الواعي) بين المجموعتين (التجريبية والضابطة) في الاختبار البعدي في خفض الحزن لدى الطلبة .

#### حدود البحث :

يتحدد البحث الحالي بالطلبة الايتام الذكور في المرحلة المتوسطة لمديرية تربية واسط / قسم تربية العزيزية للعام الدراسي ٢٠٢٤/٢٠٢٥.

#### تحديد المصطلحات :

اولاً: تأثير

عرفه الحنفي ١٩٩٤:

مقدار التغيير الذي يطرا على المتغير التابع بعد تعرضه لتأثير المتغير المستقل (الحنفي

١٩٩٤، ص ٢٣٥) .

ثانياً: الاسلوب الارشادي :



طريقة خاصة لاكتساب الافراد المعلومات والسلوك من اجل تحقيق اهداف معينة  
(Allman&Jaff,1978,p:552) .

التعريف الاجرائي :

هو مقدار التأثير الحاصل لأسلوب التفهم الواعي المستخدم في البحث الحالي مقاس بمعيار تم  
التوصل اليه من خلال معادلة القيمة الزائية .

ثالثاً: اسلوب التفهم الواعي :

عرفه : Beck,1990

احد الاساليب المهمة والمؤثرة المستخدمة في مساعدة الافراد على تقبل الواقع كما هو وتحمل  
الانفعالات المؤلمة وفهم ذواتهم والتخلص من الافكار السلبية وكذلك هو عملية تتضمن زيادة واضحة  
في سلوك الفرد من حيث دقة الملاحظة ووعيه بالمشيريات الداخلية والخارجية في اللحظة الاخيرة  
وتبني اتجاهات منفتحة لتقبل الواقع كما هو موجود والتقييم والحكم على المواقف الحاضرة ( )  
( Beck,1990,p:324 ) .

رابعاً: الحزن

عرفه : Wordeen 1987

استجابة طبيعية تضم مجموعة من السلوكيات والمشاعر كردة فعل طبيعية لفقد شخص عزيز  
وهو شعور طبيعي يمكن التخلص منه للأفراد الاسوياء (Wordeen,1987,p:16) .

التعريف الاجرائي : الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطلبة الايتام عن طريق الاجابة عن فقرات  
مقياس الحزن الذي تم بناءه على وفق نظرية وليام ووردين للحزن .

خامساً: الطلبة الايتام :

هم الطلبة من الذكور في المرحلة المتوسطة, و الذين فقدوا الاب او الام او كلاهما ولم يبلغوا سن

الرشد (ابن منظور ,٢٠٠٣,ص ١٣) .

**الفصل الثاني : الاطار النظري**

سيتناول الباحث في هذا الفصل مفاهيم الدراسة الحالية وهي الحزن , والتفهم الواعي .

**اولاً: الحزن**

يعد مفهوم الحزن من التجارب المؤلمة على الانسان اذ ان فقد احد الوالدين او كلاهما من  
الخبرات القاسية جداً التي تمر على الفرد وما ينتج عنها من اثار نفسية لا تمحى وان الفرد يجب ان



يكون صبوراً قوياً لكي يتخطى فكرة الحزن والفقد ، ووفقاً للدراسات هناك نوعان للحزن الاول الحزن الطبيعي ، والاخر غير الطبيعي الاول يكون هنا تجربة طبيعية والتدخل يكون بسيطاً بعيداً عن اي تدخل طبي ، اما الحزن غير الطبيعي يكون شديداً وفترته اطول ويفوق تحمل الفرد وهنا لابد من تقديم المساعدة والمعالجة مع الاشخاص الذين لا يستطيعون تجاوزه ويضم سلوكيات ومشاعر (Worden,1987,p:22).

### نظرية الحزن (وليام ووردن) :

يعدّ العالم الأمريكي وليام ووردن واضع النظرية في القرن الماضي التي تنص على ان الحزن يعدّ طبيعياً وضرورياً للفرد في مواجهة الموت او فقدان ويعدّ مساعداً في المواقف والاحداث الصعبة والحزن يساعد الفرد كيفية التعامل مع الفقد والخسارة والتكيف معها ويعزز النمو الشخصي والنفسي للفرد وهو سلوك واسع ومتنوع كالمشاعر والاحاسيس الجسدية والادراك والسلوكيات ، والتعبير عن المشاعر تتأثر بشخصية الفرد وخبراته السابقة وطبيعة الفقد والعلاقة وناحية القرب من الشخص المتوفى والحالة النفسية والاجتماعية والصحية المرافقة (Worden,2013,p:45).

ووصف ووردن مشاعر الحزن لدى الفرد من خلال البكاء المستمر والغضب والشعور بالذنب والعودة للذات والقلق والشعور بالعجز وفقدان الاحساس وانعدامها ، ويشمل الحزن مجالات وفقاً لووردن هي المجال العاطفي وهو استجابات عاطفية ومشاعر يتخللها الاحساس بالذنب والغضب والخوف والالم ، والمجال الجسدي من خلال الشعور بالإجهاد والتعب وضعف القدرة لا نجاز الاعمال ، والمجال المعرفي وهو ايضاً يتمثل بضعف القدرة على التركيز وتنظيم الافكار والتخطيط للمستقبل ، والمجال الاجتماعي وهو السلوكيات التي يتبناها الفرد بعد فقدانه لشخص عزيز وتضعف لديه الرغبة في الاختلاط مع الاخرين او المشاركة بالأنشطة الاجتماعية ، المجال الصحي وهو شعور الفرد بفقدان الشهية للطعام والارق وصعوبة النوم والمرض (Worden,2018,p:24).

### ثانياً: التفهم الواعي

يرى بيك ان اسلوب التفهم الواعي يتضمن زيادة في سلوك الافراد من حيث الدقة في الملاحظة والوعي بالمشاعر الداخلية والخارجية في اللحظة الحاضرة ومساعدة الافراد على تبني اتجاهات منفتحة من اجل تقبل الواقع والافراد يكونون على وعي تام والذي يعمل على زيادة التركيز والخبرة الحاضرة التي يعيشها الان (كوري، ٢٠١١، ص ٣٩٢). ويعد اسلوب التفهم الواعي من اساليب الارشاد المعرفي السلوكي المؤثرة وايضاً المهمة التي تساعد الافراد لتقبل الواقع وتحمل الانفعالات



المؤلمة وفهم ذواتهم والابتعاد عن الافكار السلبية حيث ينمي الشعور لديهم بالتوافق الاجتماعي والذاتي الذي يساعدهم كي يكونوا قادرين لمواجهة التحديات والصعاب التي تعترض حياتهم وكيفية التعامل مع المواقف التي تبعث على الاحباط بكل وعي وايجابية , والتفهم الواعي تدريب لكيفية الرجوع الى ما هو موجود هنا والتخلي عن بعض انماط التفكير التلقائية غير المجدية وكذلك وضع الجسد في حالة من الاسترخاء والتأمل وخفض التوتر والالتزام والقبول المبني على تشجيع المسترشدين لتقبل الاحاسيس غير السارة ويهدف الاسلوب الى تمكين الافراد من ما يجري داخل انفسهم وخارجها والتقليل من التوتر والمرونة بالحياة والتعامل مع الافكار المشوهة الدخيلة وان يلتزم الفرد بالهدوء بالمواقف الانفعالية كذلك خفض اثار المشكلات النفسية (Solokolov,2018,p:27).

ولأسلوب التفهم الواعي فنيات هي كالآتي :

١- تنظيم الانفعالات : جهود الفرد للسيطرة على الحالة الانفعالية وتحسينها وتعديلها ومن ثم اعادة توجيهها .

٢- التسامح مع اليأس: تعني ان الفرد تجاوز حاجات الجسد وتخطي الحواجز النفسية وتحرر من حاجات الجسد .

٣- خفض التوتر: اي الوصول لحالة التفهم الواعي من خلال وضع الجسد في حالة الاسترخاء والتأمل لمساعدة الفرد وملاحظة الاحاسيس في الجسد وكيفية التعامل مع مصادر التوتر الداخلية والخارجية بطرق بناءة .

٤- القبول والالتزام :تعني اتاحة الفرصة للفرد للتعبير عن مشاعره وافكاره وانفعالاته وتقبل الافكار والمشاعر التي سبق وان انكرها بالماضي (بيك, ٢٠٠٧, ص ٢١٠).

٥- ملء الفراغات :هدف هذه الفنية التعرف على الافكار التلقائية التي تسبق المشاعر غير السارة

٦- الابعاد والتركيز : يعتقد بيك ان الطريقة التي ينظر بها الافراد موضوعياً الى الافكار والمواقف المختلفة وتحمل هذه الطريقة اعتراف الفرد بان الافكار التلقائية ليست هي الواقع ولا يوثق بها وهي مسيئة وهدف هذه الفنية التعرف على الافكار ومن ثم استبدالها بأفكار اخرى ايجابية (بيك, ٢٠٠٧, ص ٢١١) .

٧- التدريب البيتي : اي تطبيق لما تعلمه الافراد بالجلسة الارشادية ويقوم المرشد بتكليف الافراد بتدريبات بيتية لما تعلموه بالجلسة الارشادية وهنا تلعب هذه الفنية دوراً مميزاً في زيادة الفعالية للإرشاد المعرفي السلوكي .



### الفصل الثالث: منهجية البحث وإجراءاته

يشتمل على منهج البحث ونوع التصميم وعرض مجتمع البحث وعيناته وأداتي البحث الخاصة

به .

#### أولاً: منهج البحث

لتحقيق أهداف البحث الحالي استخدم الباحث المنهج التجريبي الذي يمكننا من استخدام الفرضيات للتعرف على تأثير أسلوب التفهم الواعي في خفض الحزن لدى الطلبة الأيتام وهو أفضل منهجيه لدراسة المشكلات النفسية والتربوية (عودة, ١٩٨٥, ص ١١٩) .

#### ثانياً: التصميم التجريبي :

يعني الهيكل الأساس للتجربة ووصف الجماعة التي يتكون منها أفراد التجربة (العيسوي, ٢٠٠٠, ص ٨٠) . ولغرض تحقيق أهداف البحث استخدم الباحث تصميم المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة , والجدول (١) يبين ذلك .

-اختار الباحث (١٦) طالب بعد إجراء الاختبار القبلي للذين حصلوا على درجات مرتفعة على مقياس الحزن .

- توزيع أفراد العينة على مجموعتين بالطريقة العشوائية البسيطة الى مجموعتين تجريبية وأخرى ضابطة بواقع (٨) طلاب من الأيتام لكل مجموعة .

- استخدام الأسلوب الإرشادي التفهم الواعي مع أفراد المجموعة التجريبية أما أفراد المجموعة الضابطة فلا تتعرض الى أسلوب إرشادي .

-إجراء الاختبار البعدي على المجموعتين (التجريبية والضابطة) لمعرفة الفروق ودلالاتها وتأثير الأسلوب الإرشادي (التفهم الواعي) في خفض الحزن لدى الطلبة الأيتام , كما في جدول (١) .

#### جدول ( ١ )

التصميم التجريبي المستخدم في البحث

| المجموعة<br>التجريبية | اختبار قبلي | التفهم الواعي |             |
|-----------------------|-------------|---------------|-------------|
|                       |             | بدون معالجة   | اختبار بعدي |
| المجموعة<br>الضابطة   |             |               |             |



### ثالثاً : مجتمع البحث

تكون مجتمع البحث الحالي من الطلبة الايتام في المرحلة المتوسطة في المدارس التابعة لمديرية تربية واسط - قسم تربية العزيزية والبالغ عددهم ( ١٩٥ ) طالبا في (٥) مدارس للبنين كما في جدول ( ٢ ) .

### جدول ( ٢ )

مجتمع البحث موزع حسب المدارس

| ت | اسم المدرسة       | عدد الطلبة الكلي | عدد الايتام |
|---|-------------------|------------------|-------------|
| ١ | م. المختار للبنين | ٤١٦              | ٥٠          |
| ٢ | م. الفرزدق للبنين | ٣٦٠              | ٣٤          |
| ٣ | م. اجنادين للبنين | ٤٢٣              | ٤٤          |
| ٤ | م. براثا للبنين   | ٣٧٠              | ٢٨          |
| ٥ | م. الاسياد للبنين | ٤٠٧              | ٣٩          |
|   | المجموع           | ١٩٧٦             | ١٩٥         |

### رابعاً : عينة التحليل الاحصائي

من اجل ذلك اجرى الباحث التحليل الاحصائي لمقياس الحزن وقام بتطبيق مقياس الحزن الذي تم بناءه على وفق نظرية الحزن لـ (وليام ووردن) على عينة مكونة من ( ١٠٠ ) طالباً من

الايتام اختيروا بطريقة قصدية من (٥) مدارس تابعة لمديرية تربية واسط/ قسم تربية العزيزية كما مبين في الجدول (٣) .

### جدول ( ٣ )

عينة التحليل الاحصائي

| ت | اسم المدرسة       | عدد الطلبة من الايتام |
|---|-------------------|-----------------------|
| ١ | م. المختار للبنين | ٢٠                    |
| ٢ | م. الفرزدق للبنين | ٢٠                    |
| ٣ | م. أجنادين للبنين | ٢٠                    |



|     |                     |
|-----|---------------------|
| ٢٠  | ٤ م.براثا للبنين    |
| ٢٠  | ٥ م. الاسياد للبنين |
| ١٠٠ | المجموع             |

#### خامساً : عينة التطبيق (التصميم التجريبي)

تكونت عينة التطبيق لمقياس الحزن النهائية من ( ١٠٠ ) طالب من الايتام , تم اختيارهم بالطريقة القصدية من الذين حصلوا على درجات اعلى من الوسط الفرضي على المقياس والبالغ (٦٠) درجة , وقد بلغت عينة التطبيق للبرنامج الارشادي للمجموعتين التجريبية والضابطة (١٦) طالباً بواقع (٨) طلاب لكل مجموعة وتم اختيارها من متوسطة المختار للبنين للأسباب الآتية , وجود اعداد مناسبة من الطلبة الذين حصلوا على درجات اعلى من المتوسط والبالغ ( ٦٠ ) درجة عند تطبيق مقياس الحزن , كذلك الباحث يعمل مرشداً تربوياً في المدرسة المذكورة , ووجود قاعة من اجل تنفيذ البرنامج الارشادي .

#### سادساً : ادوات البحث

لتحقيق اهداف البحث قام الباحث بالاتي :-

- أ- بناء مقياس الحزن وفق نظرية ووردن (Worden,1987) .
- ب - بناء برنامج ارشادي بأسلوب التفهم الواعي وفقاً لنظرية بيك .
- ١- مقياس الحزن , قام الباحث ببناء مقياس للحزن يلائم طبيعة البحث وعينته وفق نظرية الحزن لـ (وليام ووردن) .
- ٢- تحديد المفهوم : اعتمد تعريف وليام ووردن حيث عرفه "استجابة طبيعية تضم مجموعة من السلوكيات والمشاعر كردة فعل طبيعية لفقد شخص عزيز وهو شعور طبيعي يمكن التخلص منه للأفراد الاسوياء" (Worden,1987,p : 16).
- ٣- تحديد مجالات المقياس : حدد الباحث مجالات المقياس وفق النظرية المتبناة وتضمنت المجالات (المجال العاطفي , المجال الجسدي , المجال المعرفي , المجال الاجتماعي , المجال الصحي) .
- ٤- تحديد فقرات المقياس وصياغتها : من اجل ذلك اعتمد الباحث الاتي في اعداد الفقرات وفق نظرية الحزن ان يكون محتوى الفقرة واضح , وان تحتوي الفقرة على فكرة واحدة , استخدام المفردات



اللغوية السهلة وغير المعقدة , وايضاً تكون بعيدة عن الملل وغير مطولة , وتكون المقياس من (٢٠) فقرة ولكل مجال (٤) فقرات ووضع امام كل فقرة ثلاثة بدائل عرضت على عدد من المحكمين كما في ملحق (١) .

٥- اعداد تعليمات المقياس: اتسمت التعليمات بالوضوح وتم توضيحها للمستجيبين وان الغرض من الدراسة هو غرض علمي فقط .

٦- تحديد أوزان البدائل وطريقة التصحيح : تم تحديد ثلاثة بدائل وأعطيت درجات تتراوح من (٣- ٢ - ١) حيث تعطى (٣) للمستجيب الذي اختار (تتطبق علي دائماً) و (٢) للمستجيب الذي اختار (تتطبق علي احياناً) ودرجة (١) اذا اختار المستجيب (لا تتطبق علي ابدأ) .

٧- التحليل المنطقي لفقرات مقياس الحزن : تم ذلك من خلال عرض المقياس على عدد من المحكمين في التربية وعلم النفس كما في ملحق (١) , وقيمة مربع كاي المحسوبة لجميع الفقرات هي اكبر من القيمة الجدولية والبالغة (٣,٨٤) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (١) . والجدول رقم (٤) يوضح ذلك .

#### جدول (٤)

التحليل المنطقي لفقرات مقياس الحزن

| الدلالة<br>(٠,٠٥) | قيمة مربع كاي |          | غير<br>الموافقون | الموافقون | عدد<br>المحكمين | ارقام الفقرات | مجالات<br>الحزن |
|-------------------|---------------|----------|------------------|-----------|-----------------|---------------|-----------------|
|                   | الجدولية      | المحسوبة |                  |           |                 |               |                 |
| دالة              | ٣,٨٤          | ٥        | -                | ٥         | ٥               | ٢٠,١٩,١٨,١٧   | العاطفي         |
| دالة              |               | ٥        | -                | ٥         |                 | ١٦,١٥,١٤,١٣   | الجسدي          |
| دالة              |               | ٤,٢٥     | ١                | ٤         |                 | ١٢,١١,١٠,٩    | الصحي           |
| دالة              |               | ٥        | -                | ٥         |                 | ٨,٧,٦,٥       | الاجتماعي       |
| دالة              |               | ٥        | -                | ٥         |                 | ٤,٣,٢,١       | المعرفي         |

قيمة مربع كاي الجدولية تساوي (٣,٨٤) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (١) .



٨- التحليل الاحصائي لفقرات مقياس الحزن: ان القوة التمييزية لفقرات المقياس من أهم الخصائص السيكمترية التي يجب التحقق منها (Ebel,1972,p:392). وتم استخراج ذلك من خلال مؤشرات صدق البناء :-

#### ١- حساب القوة التمييزية لفقرات :

هو مدى قدرتها على التمييز بين ذوي المستويات العليا وذوي المستويات الدنيا بالنسبة للصفة التي تقيسها الاداة , و الهدف من حساب القوة التمييزية هو تقديم المعلومات عن الفروق الفردية بين الافراد في استجاباتهم على المقياس فالتمييز يعطي مؤشراً لفعالية تمييز المفحوصين ذوي الاداء العالي وذوي الاداء المنخفض على المقياس (فيركسون ,١٩٩١, ص ٥١٥) . واستخدم الباحث اسلوب المجموعتين الطرفيتين لحساب القوة التمييزية لفقرات المقياس من عينة التطبيق البالغ عددها (١٠٠) طالب من الايتام , وبعد تطبيق المقياس رتبت الدرجات ترتيباً تنازلياً من اعلى درجة الى ادنى درجة على مقياس الحزن , وتم اعتماد نسبة ( ٢٧%) تصاعدياً و(٢٧%) تنازلياً من افراد العينة في كل مجموعة وكانت الاعداد تتراوح (٢٧) طالبا لكل من المجموعتين العليا والدنيا , واعتمد على معادلة الاختبار التائي للعينتين المستقلتين لاختبار الفروق بين المجموعتين العليا والدنيا لكل فقرة من فقرات مقياس الحزن اذ عدت القيمة التائية المستخرجة مؤشراً لجميع الفقرات , وقد تبين ان جميع الفقرات مميزة عند مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٥٢) كما في جدول (٥) .

#### جدول (٥)

القوة التمييزية لمقياس الحزن بأسلوب العينتين الطرفيتين

| ت | المجموعة العليا |                   | المجموعة الدنيا |                   | القيمة التائية المحسوبة |
|---|-----------------|-------------------|-----------------|-------------------|-------------------------|
|   | الوسط الحسابي   | الانحراف المعياري | الوسط الحسابي   | الانحراف المعياري |                         |
| ١ | ١,٨٧٦           | ٠,٩٥٧             | ١,٧٨٦           | ٠,٧٤١             | ٦,٨٧٦                   |
| ٢ | ٢,٥٩٣           | ٠,٧٥٤             | ١,٧٥٣           | ٠,٨٦٥             | ٦,٥٦٩                   |
| ٣ | ١,٩٨٥           | ٠,٤٦٢             | ١,٧٨٩           | ٠,٨٧٦             | ٥,٩٧٦                   |
| ٤ | ١,٩٠٥           | ٠,٦٦٤             | ١,٤٥٦           | ٠,٥٦٧             | ٨,٩٨٧                   |
| ٥ | ١,٧٣٣           | ٠,٧٨٦             | ١,٨٧٢           | ٠,٧٤٣             | ٧,٠٩٨                   |
| ٦ | ١,٧٩٤           | ٠,٥٤٨             | ١,٩٨٧           | ٠,٦٥٤             | ٦,٠٥٤٣                  |



|    |       |       |       |       |       |
|----|-------|-------|-------|-------|-------|
| ٧  | ١,٣٤٢ | ٠,٦٧٤ | ١,٧٥١ | ٠,٩٨٧ | ٨,٦٥٤ |
| ٨  | ١,٨٩٧ | ٠,٦٠٩ | ١,٦٤٢ | ٠,٦٥٤ | ٦,٠٩٧ |
| ٩  | ١,٨٥٦ | ٠,٧٥١ | ١,٨٦٤ | ٠,٥٦٨ | ٥,٦٧٨ |
| ١٠ | ١,٨٦٨ | ٠,٦٩٤ | ١,٥٤٣ | ٠,٦٥١ | ٩,٦٥٤ |
| ١١ | ١,٣٢٩ | ٠,٥٤٢ | ١,٦٢٣ | ٠,٤٩٩ | ٨,٠٢١ |
| ١٢ | ١,٥٠٩ | ٠,٨٣٤ | ١,٨٩٦ | ٠,٦٦٧ | ٧,٩٠٦ |
| ١٣ | ١,٦٨٤ | ٠,٩٤٥ | ١,٦٢١ | ٠,٦٣٤ | ٥,٠٠٧ |
| ١٤ | ١,٨٣٤ | ٠,٤٩٨ | ١,٩٨٧ | ٠,٤٥٨ | ٦,٣٣٢ |
| ١٥ | ١,٠٩٨ | ٠,٧٥٣ | ١,٧٥٢ | ٠,٧٤٩ | ٧,٥٦٥ |
| ١٦ | ١,٧٦٦ | ٠,٦٤٣ | ١,٨٦٢ | ٠,٤٧٠ | ٥,٨٩٧ |
| ١٧ | ١,٦٩١ | ٠,٥٩٧ | ١,٥٩١ | ٠,٥٦٤ | ٦,٩٥٤ |
| ١٨ | ١,٩٥٧ | ٠,٤٣٢ | ١,٩٨٧ | ٠,٦٧٠ | ٦,٠٩٨ |
| ١٩ | ١,٨٨٧ | ٠,٧٣٤ | ١,٧٣٥ | ٠,٨٤٤ | ٨,٤٢١ |
| ٢٠ | ١,٦٩٣ | ٠,٦٣٣ | ١,٨٦٧ | ٠,٥٨١ | ٥,٩٥٨ |

#### - صدق الفقرات :

أ- علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس (الاتساق الداخلي) لحساب معامل الارتباط بين درجات افراد العينة على كل فقرة من فقرات المقياس ودرجاتهم الكلية , استخدم معامل الارتباط بيرسون لاستخراج العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية للمقياس , واعتمد الباحث عينة التحليل الاحصائي ذاتها لاستخراج القوة التمييزية للفقرات البالغة ( ١٠٠ ) طالب (فيركسون, ١٩٩١ , ص ٥٠١) . وبعد حساب الدلالة المعنوية لمعامل الارتباط ولكل فقرة من فقرات المقياس اتضح ان جميع الفقرات كانت ذات دلالة معنوية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية ( ٩٨ ) اذ تكون الفقرة مميزة عندما يكون معامل ارتباطها ( ٠,٠٩٨ ) والجدول ( ٦ ) يوضح ذلك .

#### جدول (٦)

معاملات ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس الحزن

| رقم الفقرة | معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية | رقم الفقرة | معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية |
|------------|------------------------------------|------------|------------------------------------|
| ١          | ٠,٥٦٣                              | ١١         | ٠,٤٥٥                              |
| ٢          | ٠,٦٧٤                              | ١٢         | ٠,٥١٢                              |



|       |    |       |    |
|-------|----|-------|----|
| ٠,٤٥٢ | ١٣ | ٠,٤٧٤ | ٣  |
| ٠,٦٠٥ | ١٤ | ٠,٦٣٣ | ٤  |
| ٠,٤٨٧ | ١٥ | ٠,٤٥٦ | ٥  |
| ٠,٦٤٣ | ١٦ | ٠,٨٥١ | ٦  |
| ٠,٤٨٩ | ١٧ | ٠,٤٥٨ | ٧  |
| ٠,٨٦٤ | ١٨ | ٠,٦٠٢ | ٨  |
| ٠,٤٥٦ | ١٩ | ٠,٦٣٣ | ٩  |
| ٠,٥١٢ | ٢٠ | ٠,٥٠٥ | ١٠ |

### ٣- علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي اليه :

مقياس الحزن تكون من خمسة مجالات ,استخدام معامل ارتباط بيرسون يبين درجة كل فرد على كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي اليه ( Allen & Yen,1979,p:124). وقد تبين ان معاملات الارتباط دالة احصائياً عند مقارنتها بالقيمة الجدولية والبالغة (٠,٠٩٨) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٩٨) والجدول (٧) يوضح ذلك .

#### جدول ( ٧ )

علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي اليه

| رقم المجال | المجال  | عدد الفقرات | ارقام الفقرات | قيم معامل ارتباط الفقرات بالدرجة الكلية للمجال |
|------------|---------|-------------|---------------|------------------------------------------------|
| ١          | العاطفي | ٤           | ١٧            | ٠,٤٦٦                                          |
|            |         |             | ١٨            | ٠,٨٥٦                                          |
|            |         |             | ١٩            | ٠,٥٦٣                                          |
|            |         |             | ٢٠            | ٠,٤٥٧                                          |
| ٢          | الجسدي  | ٤           | ١٣            | ٠,٦٤٥                                          |
|            |         |             | ١٤            | ٠,٥٧٣                                          |
|            |         |             | ١٥            | ٠,٦٣٢                                          |
|            |         |             | ١٦            | ٠,٥٠٩                                          |
| ٣          | الصحي   | ٤           | ٩             | ٠,٥٦٤                                          |
|            |         |             | ١٠            | ٠,٥٤٣                                          |



|       |    |   |           |   |
|-------|----|---|-----------|---|
| ٠,٧٣٢ | ١١ |   |           |   |
| ٠,٦٣٦ | ١٢ |   |           |   |
| ٠,٤٥٦ | ٥  | ٤ | الاجتماعي | ٤ |
| ٠,٥١٢ | ٦  |   |           |   |
| ٠,٧٥٩ | ٧  |   |           |   |
| ٠,٧١٤ | ٨  |   |           |   |
| ٠,٥٤٩ | ١  | ٤ | المعرفي   | ٥ |
| ٠,٤٥٩ | ٢  |   |           |   |
| ٠,٥٢٢ | ٣  |   |           |   |
| ٠,٦١١ | ٤  |   |           |   |

#### الاثبات :

الاثبات هو دقة المقياس وعدم تناقضه مع نفسه واتساقه فيما يعطيه من معلومات عن سلوك الفرد (النبهان , ٢٠٠٤, ص ٢٣٧). وللتحقق من ذلك استخدم الباحث الاتي :-

#### أ- الاختبار وإعادة الاختبار :

اي تطبيق الاختبار على مجموعة من الافراد ثم يعاد تطبيقه بعد أسبوعين على المجموعة نفسها ثم يحسب معامل الارتباط بين التطبيقين لاستخراج معامل الثبات , وقد بلغ الثبات لمقياس الحزن ( ٠,٧٨ ) وهو ثبات جيد (عبد الرحمن , ٢٠٠٨, ص ١٨٠) .

#### ب- معادلة الفا كرونباخ :

اي حساب الارتباطات بين درجات فقرات المقياس جميعها على اساس ان الفقرة عبارة عن مقياس قائم بحد ذاته , وقد بلغ معامل الثبات ( ٠,٨٠ ) وهو ثبات جيد يمكن الاعتماد عليه (Nunnally, 1978, p:230) .

#### المؤشرات الاحصائية :

ان الظواهر النفسية تتوزع توزيعاً اعتدالياً بين افراد المجتمع , واستخراج مؤشرات احصائية للمقياس تبين مدى قرب توزيع افراد العينة من التوزيع الطبيعي , والجدول (٨) يوضح ذلك .

#### جدول ( ٨ )

المؤشرات الاحصائية لمقياس الحزن



| المؤشرات الاحصائية | القيمة |
|--------------------|--------|
| الوسط الحسابي      | ٤٣,٧٨  |
| الوسيط             | ١١,٣٦٣ |
| المنوال            | ٥٨,٠٠  |
| الانحراف المعياري  | ٨,٢٥١  |
| الالتواء           | -٠,٠٠٧ |
| التفرطح            | ٠,٠٠٦  |
| المدى              | ٢٤,٠٠  |
| اقل درجة           | ١٨,٠٠  |
| اعلى درجة          | ٥٩,٠٩  |

#### الوسائل الاحصائية :

استخدم الباحث الاتي :-

- ١- معامل ارتباط بيرسون لاستخراج ثبات المقياس وعلاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس .
- ٢- معادلة الفاكرونباخ لاستخراج الثبات بطريقة الاتساق الداخلي للمقياس .
- ٣- (T, test) لعينة واحدة استخدم لقياس الحزن .
- ٤- ولكوكسن للتحقق من الفرضيات لأهداف البحث .
- ٥- مان وتني للعينات المتوسطة وللتحقق من المقارنات الثنائية البعدية لفرضيات البحث .

#### البرنامج الارشادي :

بناء البرنامج الارشادي بأسلوب التفهم الواعي , حيث اعتمد الباحث في بناء البرنامج

الارشادي على خطوات بوردر (Border& Dryra,1992,p: 487) .

وتكونت خطوات البرنامج الارشادي كالاتي :-

- تحديد درجات الطلبة .
- كتابة الاولويات .
- تحديد اهداف البرنامج .
- تحديد نشاطات البرنامج وتنفيذه .
- تقويم نهائي لكافية البرنامج .



من اجل انجاز هدف البحث الحالي الذي يتمثل بالتعرف على تأثير اسلوب التفهم الواعي في خفض الحزن لدى الطلبة الايتام يلائم طبيعة البحث واهدافه في الارشاد وفنيات الاسلوب هي (تنظيم الانفعالات , التسامح مع اليأس , خفض التوتر , القبول والالتزام , ملء الفراغات , الابداع والتركيز , التدريب البيتي ). وجدول رقم (٩) يوضح الجلسات الارشادية بأسلوب التفهم الواعي للمجموعة التجريبية ومواعيد انعقادها

### جدول (٩)

#### الجلسات الارشادية ومواعيدها

| ت  | الجلسة      | الموضوعات                | الوقت    | التاريخ و اليوم    |
|----|-------------|--------------------------|----------|--------------------|
| ١  | الاولى      | الافتتاحية               | ٦٠ دقيقة | ٢٠٢٤/١١/٣ الاحد    |
| ٢  | الثانية     | المرونة في التفكير       | ٤٥ دقيقة | ٢٠٢٤/١١/٦ الاربعاء |
| ٣  | الثالثة     | الاحساس بالهوية          | ٤٥ دقيقة | ٢٠٢٤/١١/١٠ الاحد   |
| ٤  | الرابعة     | التفاعل مع الاخرين       | ٤٥ دقيقة | ٢٠٢٤/١١/١١ الاثنين |
| ٥  | الخامسة     | الانتماء                 | ٤٥ دقيقة | ٢٠٢٤/١١/١٤ الخميس  |
| ٦  | السادسة     | الثقة بالنفس             | ٤٥ دقيقة | ٢٠٢٤/١١/١٧ الاحد   |
| ٧  | السابعة     | الضبط الانفعالي          | ٤٥ دقيقة | ٢٠٢٤/١١/١٨ الاثنين |
| ٨  | الثامنة     | قدرة الذات على المواجهة  | ٤٥ دقيقة | ٢٠٢٤/١١/٢١ الخميس  |
| ٩  | التاسعة     | تحمل المسؤولية           | ٤٥ دقيقة | ٢٠٢٤/١١/٢٤ الاحد   |
| ١٠ | العاشرة     | الحديث الايجابي مع الذات | ٤٥ دقيقة | ٢٠٢٤/١١/٢٨ الخميس  |
| ١١ | الحادية عشر | التقبل                   | ٤٥ دقيقة | ٢٠٢٤/١٢/١ الاحد    |
| ١٢ | الثانية عشر | الختامية                 | ٦٠ دقيقة | ٢٠٢٤/١٢/٣ الثلاثاء |

وفيما يأتي نقدم مثالا توضيحياً لإدارة الجلسات الارشادية وايضاً يوضح كيفية الاستخدام للاستراتيجيات السابقة التي تم استعراضها من اجل دعم الاسلوب الارشادي كما ننوه ان الجلسات للبرنامج تم اشتقاقها من فقرات مقياس الحزن الذي بني لتحقيق اهداف البحث , كما موضح بجدول (١٠).

### جدول (١٠)

#### (انموذج لإدارة الجلسات الارشادية )

#### (الجلسة السادسة)



مدة الجلسة : ٤٥ دقيقة

الجلسة السادسة : الثقة بالنفس

| عنوان الجلسة       | الثقة بالنفس                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|--------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| هدف الجلسة         | مدى حاجة افراد المجموعة الارشادية بأن يكون لديهم ثقة بالنفس                                                                                                                                                                                                                                               |
| الفنيات            | تقديم الموضوع , المناقشة التسامح مع اليأس                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| الانشطة والفعاليات | *شكر المجموعة الارشادية كونهم حضروا الجلسة<br>*المتابعة والمناقشة للتدريب البيتي مع افراد المجموعة<br>*موضوع الجلسة الثقة بالنفس وتعريفه<br>*المناقشة مع المجموعة الارشادية لموضوع الجلسة<br>*ما اسباب ضعف الثقة بالنفس<br>*بيان اهمية الثقة بالنفس<br>*تطبيق فنية التسامح مع اليأس مع المجموعة الارشادية |
| التقويم البنائي    | المراجعة للجلسة الارشادية وما حصل فيها بشكل مختصر والتعرف على اراء المجموعة الارشادية بالجلسة .                                                                                                                                                                                                           |
| التدريب البيتي     | الطلب من المجموعة الارشادية ان يذكروا الاسباب التي تؤدي الى ضعف الثقة بالنفس .                                                                                                                                                                                                                            |

ادارة الجلسة السادسة

هدف الجلسة :

الفنيات المستخدمة :

- الترحيب بأفراد المجموعة الارشادية ولاطمئنان عن احوالهم .
- متابعة التدريب البيتي لأفراد المجموعة الارشادية .
- تقديم الشكر لأفراد المجموعة الارشادية لالتزامهم بأداء التدريب المنزلي والحضور وايضاً التزامهم بالجلسات الارشادية .
- تقديم موضوع الجلسة الارشادية وهو الثقة بالنفس .
- بعد ذلك يكون الحديث عن موضوع الثقة بالنفس والذي يعني ايمان الفرد واعتقاده بقدراته وامكاناته والقدرة على النجاح (perry,2011 , p : 15) .



والامر المهم هو جعل الفرد واثقاً بنفسه وايضاً احترامه وتقديره لذاته الذي يكون ضمن الحدود المقبولة من خلال شعوره بالتفاؤل والاطمئنان , ان ثقة الفرد باستعداداته وقدراته وامكانياته ومهاراته وتمكنه من تحقيق وتنفيذ اهدافه الذاتية وبالتالي تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي وايضاً امكانية توظيف تلك الامكانيات والقدرات في مواجهة المشكلات التي تعترضه بشكل فاعل .

-يطلب الباحث من افراد المجموعة الارشادية ان يشاركوا رأيهم ومعلوماتهم عن الثقة بالنفس ونستمع باهتمام لكل ما يقوله وتشاركهم ببعض المداخلات .

وبعد ذلك يوضح الباحث اسباب ضعف الثقة بالنفس لدى الافراد بنقاط وهي :

- \*الشعور بالنقص .
- \* الحرمان بأنواعه .
- \* كثرة التعرض للعقاب البدني والنفسي .
- \*كثرة الانتقاد من الاخرين .
- بعدها يوضح الباحث اهمية الثقة بالنفس بنقاط وهي :
- \*القدرة على تقبل الذات والعيش بسلام وطمأنينة .
- \*القدرة على اصدار القرارات السليمة وكذلك حل المشكلات والتعامل مع الازمات المختلفة .
- \*القدرة على بناء علاقات ايجابية .
- \*القدرة على تحقيق الاهداف .

بعد ذلك يوضح الباحث فنية الحوار السقراطي والتي تعني توليد الافكار العقلانية والعملية من طريق طرح اسئلة على الفرد تتطلب افكار واضحة يقدمها عن اطره المعرفية وبذلك يعتاد الفرد على كشف الحقائق بنفسه من خلال ممارسة النشاط الذهني والاعتماد على التفكير الذاتي ( Beck,1990,p: 209 ) .

تطبيق فنية الحوار السقراطي مع افراد المجموعة الارشادية حيث قام الباحث بطرح سؤال على افراد المجموعة الارشادية .

التقويم البنائي :اعادة كل ما دار في الجلسة الارشادية مع افراد المجموعة الارشادية .

التدريب البيئي : يطلب من افراد المجموعة الارشادية ذكر الاسباب التي تدفع بهم الى فقدان الثقة بالنفس .

الفصل الرابع :عرض النتائج وتفسيرها



في هذا الفصل يتم عرض النتائج التي تم التوصل اليها وصولاً للتوصيات والمقترحات ومن اجل ذلك تم التحقق من الفرضيات الآتية :

- ١- الهدف الاول التعرف على الحزن لدى الطلبة الايتام من عينة التصميم التجريبي البالغ عددها ( ١٠٠ ) طالب وتم حساب المتوسط الحسابي للعينة اذ بلغ ( ٦٩,٥٤ ) وبانحراف معياري ( ١١,٧٥٢ ) وبمقارنته مع المتوسط الفرضي لمقياس الحزن البالغ ( ٦٠ ) باستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة اتضح ان القيمة التائية المحسوبة بلغت ( ٥,٨٧٦ ) وهي اكبر من القيمة الجدولية والبالغة ( ١,٩٨ ) عند مستوى دلالة ( ٠,٠٥ ) وبدرجة حرية ( ٩٩ ) وهي دالة احصائياً , ويدل ذلك على وجود حزن لدى الطلبة الايتام والجدول ( ١١ ) يوضح ذلك .
- جدول ( ١١ )

الاختبار التائي لعينة واحدة لمقياس الحزن

| متغير الحزن   | العدد | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | الوسط الفرضي | القيمة التائية |          |
|---------------|-------|-----------------|-------------------|--------------|----------------|----------|
|               |       |                 |                   |              | المحسوبة       | الجدولية |
| مستوى الدلالة | ١٠٠   | ٦٩,٥٤           | ١١,٧٥٢            | ٦٠           | ٥,٨٧٦          | ١,٩٨     |
| دالة          |       |                 |                   |              |                |          |

- ٢- الهدف الثاني : تأثير اسلوب التفهم الواعي في خفض الحزن لدى الطلبة الايتام , من خلال الفرضية الاتية :

-الفرضية الاولى : لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى ( ٠,٠٥ ) بين متوسط رتب درجات افراد المجموعة التجريبية قبل البرنامج وبعده على مقياس الحزن ولاختبار صحة الفرضية استخدم الباحث اختبار ولكوكسن , وظهر ان القيمة المحسوبة تساوي ( صفر ) وهي اصغر من القيمة الجدولية ( ٦ ) عند مستوى دلالة ( ٠,٠٥ ) مما يشير الى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط رتب افراد المجموعتين التجريبية قبل البرنامج وبعده لصالح نتائج الاختبار البعدي وبذلك ترفض الفرضية الصفرية وتقبل البديلة كما في الجدول ( ١٢ ) .

جدول ( ١٢ )

قيمة ولكوكسن لمعرفة الفروق في المجموعة التجريبية في الاختبار القبلي والبعدي

| المجموعة | المقارنة | العدد | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | مجموع الرتب | متوسط الرتب | قيمة ولكوكسن |          | مستوى الدلالة |
|----------|----------|-------|-----------------|-------------------|-------------|-------------|--------------|----------|---------------|
|          |          |       |                 |                   |             |             | المحسوبة     | الجدولية |               |



|          |   |     |      |     |       |       |   |        |           |
|----------|---|-----|------|-----|-------|-------|---|--------|-----------|
| ٠,٠٥     |   |     |      |     |       |       |   |        |           |
| دالة     |   |     | ٤,٤٠ | ٤٥  | ٢,٧٨٦ | ٧٦,١١ |   | القبلي | التجريبية |
| لصالح    | ٦ | صفر | صفر  | صفر | ١,٥١١ | ٤٣,٣٢ | ٨ | البعدي |           |
| الاختبار |   |     |      |     |       |       |   |        |           |
| البعدي   |   |     |      |     |       |       |   |        |           |

قيمة ولكوكسن الجدولية تساوي (٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) .

-الفرضية الثانية: لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسط رتب درجات الطلبة الايتام المجموعة الضابطة قبل البرنامج وبعده على مقياس الحزن ولاختبار

صحة هذه الفرضية استخدم اختبار ولكوكسن وظهر ان القيمة المحسوبة تساوي (١٨,٢) وهي اكبر من القيمة الجدولية والبالغة (٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) مما يشير الى عدم وجود فروق معنوية ذات دلالة قبل البرنامج وبعده , وبذلك تقبل الفرضية الصفرية كما موضح بالجدول ( ١٣ ) .

جدول ( ١٣ )

قيمة ولكوكسن لمعرفة الفروق في المجموعة الضابطة في الاختبار القبلي والبعدي

| المجموعة | المقارنة | العدد | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | مجموع الترتيب | متوسط الترتيب | قيمة ولكوكسن | مستوى الدلالة (٠,٠٥) |
|----------|----------|-------|-----------------|-------------------|---------------|---------------|--------------|----------------------|
|          |          |       |                 |                   |               |               | المحسوبة     | الجدولية             |
| الضابطة  | القبلي   | ٨     | ٧٣,٢٠           | ٢,٦٢٨             | ٢٩,٤          | ٥,٧٥          | ١٨,٢         | ٦                    |
|          | البعدي   |       | ٧٤,٢١           | ١,٧٥٦             | ١٧,٣          | ٣,١١          |              |                      |

قيمة ولكوكسن الجدولية تساوي ( ٦ ) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) .

-الفرضية الثالثة: لا يوجد تأثير للأسلوب الارشادي التفهم الواعي في خفض الحزن لدى الطلبة الايتام ,لمعرفة حجم اثر الاسلوب الارشادي التفهم الواعي بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي في خفض الحزن لدى الطلبة الايتام وبواقع (٨) من الطلبة الايتام في كل مجموعة وبعد تطبيق مقياس الحزن (البعدي) تم استخدام اختبار (مان - وتني ) للعينات المتوسطة وحساب حجم الاثر بدلالة القيمة الزائفة (٠,٦٨) تبين ان قيمة معامل الارتباط والبالغة (٠,٧٩) اكبر من درجة القطع البالغة (٠,١٤) ويشير ذلك ان هناك حجماً كبيراً للبرنامج الارشادي بأسلوب التفهم الواعي في خفض الحزن لدى الطلبة الايتام والجدول (١٤) يوضح ذلك .



## جدول ( ١٤ )

حجم الاثر للمتغير المستقل التفهم الواعي على المتغير التابع الحزن

| المجموعة  | الاختبار | العينة | القيمة<br>الزائية | معامل<br>الارتباط | مربع معامل<br>الارتباط | حجم الاثر |
|-----------|----------|--------|-------------------|-------------------|------------------------|-----------|
| التجريبية | البعدي   | ٨      | ٢,٨٩٥             | ٠,٧٩              | ٠,٦٨                   | كبير      |
| الضابطة   |          | ٨      |                   |                   |                        |           |

حجم الاثر كبير عندما يكون مربع معامل الارتباط اكبر من ( ٠,١٤ )

## تفسير النتائج :

بعد استعراض النتائج التي تم التوصل اليها يتضح تأثير البرنامج الارشادي بأسلوب التفهم الواعي في خفض الحزن لدى الطلبة الايتام في المجموعة التجريبية عند مقارنتها بالمجموعة الضابطة , فيما يتعلق بتأثير اسلوب التفهم الواعي في خفض الحزن لدى الطلبة الايتام تبين

١٩

وجود تأثير للبرنامج الارشادي وذلك من خلال الفروق التي ظهرت في نتائج الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية , وفي نتائج الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة لصالح المجموعة التجريبية وهذا يعني ان الاساليب والفنيات والانشطة المستخدمة في البرنامج الارشادي لها دور في ادراك افراد المجموعة الارشادية , وان اسلوب التفهم الواعي له دور وتأثير في مساعدة افراد المجموعة الارشادية في خفض الحزن لدى افراد المجموعة الارشادية حيث نقدم فلسفة هذا الاسلوب وفق بليك ان الافكار والمعتقدات السلبية التي يحملها الفرد عن نفسه والآخرين والاحداث المحيطة به قد تتحول الى نمط تفكير معين (بيك , ٢٠٠٧, ص ٢١٢) . وفي كثير من الاحيان يكون الفرد غير مدرك تماماً لهذه الافكار وتكون ذات تأثير على اسلوب استمتاعه بخبراته .

## التوصيات :

من خلال نتائج البحث التي تم التوصل اليها يوصي الباحث بالاتي :-

- ١- على وزارة التربية توظيف المقياس في البحث الحالي (مقياس الحزن) على فئات اخرى.
- ٢- ان يوظف البرنامج الارشادي بأسلوب التفهم الواعي في خفض الحزن لد الطلبة الايتام.
- ٣- على وزارة التربية ان تدرب المرشدين التربويين على هذا الاسلوب وان يستخدموه لحل مشكلات الطلبة الايتام .



### المقترحات :

يقترح الباحث الآتي :-

١- ان تتم دراسة تجريبية تعتمد اسلوب التفهم الواعي على عينات اخرى كأبناء المطلقين او الطلبة الذين يعانون من التفكك الاسري .

٢- اجراء دراسة بمتغيرات البحث الحالي على عينات اخرى كالطلبة ذوي الاحتياجات الخاصة او الطلبة ذوي الامراض المزمنة .

المصادر العربية :

١.ابن منظور، أبو الفضل جمال الدين محمد بن مكرم (٢٠٠٣): لسان العرب، الطبعة السابعة ، مصر ، دار صادر .  
٢.بيك، جوديث (٢٠٠٧): العلاج المعرفي الأسس والأبعاد ، ترجمة : طلعت مطر، الطبعة الأولى، المركز القومي للترجمة، القاهرة، مصر .

٣.ثابت، عبد العزيز (٢٠٠٧): استراتيجيات التأقلم للأطفال المصابين بصدمات نفسية الذين فقدوا والديهم ، مجلة الشبكة العربية للعلوم النفسية.

٤.جورج إي. فيركسون (١٩٩١): التحليل الإحصائي في التربية وعلم النفس، ترجمة هناء محسن العقيلي، بغداد: دار الحكمة للطباعة والنشر .

٥.الحنفي، عبد المنعم (١٩٩٤): موسوعة علم النفس والتحليل النفسي، القاهرة، مكتبة مدبولي للنشر والتوزيع.

٦.عبد الرحمن، سعد (٢٠٠٨): القياس النفسي: النظرية والتطبيق، الطبعة الأولى، القاهرة، مصر، العربية للنشر والتوزيع.

٧.عودة، أحمد سليمان (١٩٨٥): القياس النفسي، القاهرة، مصر، دار الفكر العربي.

٨.العيسوي، عبد الرحمن (٢٠٠٠): التربية النفسية للأطفال والمراهقين، الطبعة الأولى، بيروت، لبنان، المكتبة الحديثة.

٩.كوري، جيرالد (٢٠١١): النظرية والتطبيق في الإرشاد والعلاج النفسي، ترجمة : سامح وديع الخفش، عمان، الأردن، دار الفكر للنشر والتوزيع.

١٠.النبهان ، موسى (٢٠٠٤):اساسيات القياس في العلوم السلوكية ، دار الشروق للنشر والتوزيع ، عمان ، الاردن .

المصادر الاجنبية :

11.Adam. T. Morris al j pain (2013) : the indirect Effect of positive parenting on the relationship between parent outcomes after the death of child .

12.Allen ,M .J& Yen ,W.M (1979):Introduction measure Theory ,California ,Book ,col



13.Allmanal & jaff DL(1978): Abnor and psychology ica the ifecycle tlarber of row publishers.

14. Beck ,A .T , (1976): Cognitive therapy and emotional disorder ,new york International University press .

15 - ----- (1990 ) :Cognitive therapy of personality disorder ,new york ,Guilford .

16.Borders & dryra L.D Sander ,MD(1992): Comprend save School counseling programs ,Areview For policy markers –Journal counseling and Development.

17.Eble R. L. (1972): Essentials of educational measurement, prentice Hall- Inc, Englewood cliffs, New Jersey.

Nunlly,J.G.(1978):Psychometric c ,Mc Graw .Hill, New ,York .\*

18.Perry,P.(2011): Consent Analysis :Confidence self –confidence ,Nursing from :218-230 .

19.Selegman ,M .D , (2006 ) : Working with Self –harming a dolescents : Acollaborative ,strength – based tharpyapproach .New York .W.W. Norten &company

Sockolov ,Matthew (2018): Practicing Mind Fullness. \*

20.Szuhany ,K .L. Malgaroil,M,Miron,C.D&Simon, N.M.(2021):Prolonged grief disorder :course ,Diajnosis Assessment ,and treatment .focus (American Psychiatric publishing ),161-17.

21.Worden ,J.W. (1987): Grief counseling and grief therapy :Ahandbook for the mental health practioner .(IST Edition ) New York : Springer Publishin.

\*----- (2013): Grief Counseling &Greif therapy ;a and book For the mental practitioner .(1<sup>st</sup> Edition)New York Springer publishing company .

\*----- (2018): Grief counseling and grief therapy : book for the mental health practioner ,New York : Springer.

الملاحق

### ملحق ( ١ )

اسماء المحكمين الذين حكموا على صلاحية المقياس والجلسات الارشادية

| ت | اسماء المحكمين والقابهم العلمية | مكان العمل                       |
|---|---------------------------------|----------------------------------|
| ١ | أ. د. سهيلة جواد كاظم           | كلية التربية / جامعة واسط        |
| ٢ | أ. م. د. نبيل عباس رشيد         | كلية التربية / جامعة المستنصرية  |
| ٣ | أ. م. د. جعفر عبيد العامري      | كلية التربية / جامعة بابل        |
| ٤ | أ. م. د. خالد ابراهيم الوائلي   | الكلية التربوية المفتوحة / بغداد |



كلية التربية/ جامعة واسط

ه. أ. م. د. صلاح عدنان الشمري

## ملحق ( ٢ )

مقياس الحزن بصورته الاولى

الأستاذ الفاضل .....المحترم

تحية طيبة ...

يروم الباحث إجراء دراسة بعنوان (تأثير برنامج ارشادي التفهم الواعي في خفض الحزن لدى الطلبة الايتام ) وتحقيقاً لأهداف الدراسة تطلب بناء مقياساً للحزن وتكون المقياس من (٢٠) فقرة موزعة على خمس مجالات (العاطفي ,الجسدي ,الصحي ,الاجتماعي , المعرفي ) , وبثلاث بدائل هي (تتطبق علي كثيراً , تتطبق علي احياناً , لا تتطبق علي ابدأ ) و بأوزان ( ١,٢,٣ ) ونظراً لما تتمتعون به من خبرة علمية يرجى أبداء آرائكم العلمية في صلاحية المقياس والمجالات والبدائل وتعديل ما ترونه مناسباً خدمة للبحث العلمي .

١- المجال :العاطفي :شعور الطالب بالحرمان من العطف والحزن بسبب فقدان احد الوالدين او كلاهما  
(Worden,2018,p: 50).

| ت | الفقرات                                                    | صالحة | غير صالحة | التعديل |
|---|------------------------------------------------------------|-------|-----------|---------|
| ١ | اشعر انه ينقصني كثير من الود والمحبة .                     |       |           |         |
| ٢ | لدي حرمان من عطف الوالدين او احدهما .                      |       |           |         |
| ٣ | مشاعر الغيرة شديدة لدي بعد فقدان .                         |       |           |         |
| ٤ | طالما ينتابني شعور بالحزن والبكاء بعد فقدان احد الوالدين . |       |           |         |

٢- المجال الجسدي :مشاعر الضعف وقلة الرغبة بأداء الاعمال ( Worden,2018,p: 51).

| ت | الفقرات                                | صالحة | غير صالحة | التعديل |
|---|----------------------------------------|-------|-----------|---------|
| ١ | ليس لدي رغبة بالقيام بالأعمال .        |       |           |         |
| ٢ | اشعر بالضعف في اداء واجباتي الدراسية . |       |           |         |
| ٣ | ليس لدي الرغبة في الاستيقاظ صباحاً .   |       |           |         |
| ٤ | اشعر بالتعب حتى وان لم اقم باي عمل .   |       |           |         |

٣- المجال الصحي : العزوف عن الطعام والنوم والاحساس بالمرض (Worden,2018,p: 51).

| ت | الفقرات | صالحة | غير صالحة | التعديل |
|---|---------|-------|-----------|---------|
|---|---------|-------|-----------|---------|



|   |                                |  |  |  |
|---|--------------------------------|--|--|--|
| ١ | دقات قلبي متسارعة .            |  |  |  |
| ٢ | اشعر بالصعوبة في النوم .       |  |  |  |
| ٣ | اشعر اني مريض .                |  |  |  |
| ٤ | ليس لدي الرغبة بتناول الطعام . |  |  |  |

٤- المجال الاجتماعي: مشاعر الضعف وانعدام المحبة عند تواجدي مع الاخرين ( Worden,2018,p:51) .

| ت | الفقرات                               | صالحة | غير صالحة | التعديل |
|---|---------------------------------------|-------|-----------|---------|
| ١ | اميل الى الابتعاد عن الاخرين .        |       |           |         |
| ٢ | مشاركتني بالأنشطة الاجتماعية معدومة . |       |           |         |
| ٣ | اشعر ان زملائي لا يحبوني .            |       |           |         |
| ٤ | اتضايق عند وجودي مع زملائي الطلبة .   |       |           |         |

٥- المجال المعرفي: تحكمني الافكار المضطربة والمشوشة بعيداً عن التنظيم ( Worden,2018,p: 52) .

| ت | الفقرات                         | صالحة | غير صالحة | التعديل |
|---|---------------------------------|-------|-----------|---------|
| ١ | مشاعر الانتقام تراودني .        |       |           |         |
| ٢ | قدرتي على تنظيم افكاري معدومة . |       |           |         |
| ٣ | لدي الرغبة بعدم اكمال دراستي .  |       |           |         |
| ٤ | ارفض تقبل الرأي الاخر .         |       |           |         |

ملحق ( ٣ )

مجلة العلوم الأساسية  
مقياس الحزن بصورته النهائية للعلوم الأساسية

عزيري الطالب ...

تحية طيبة ...

نضع بين يديك مجموعة من الفقرات يرجى قراتها بدقة واختيار بديل واحد من البدائل الموضوعية امام كل فقرة وذلك من خلال وضع علامة ( √ ) في حقل البدائل الذي ينطبق عليك لذا يأمل الباحث تعاونك بالإجابة وستكون المعلومات لأغراض البحث العلمي ولا يطلع على الاجابة احد سوى الباحث لذا لا حاجة لذكر الاسم .

| ت | الفقرات                  | تنطبق علي دائماً | تنطبق علي احياناً | لا تنطبق علي ابداً |
|---|--------------------------|------------------|-------------------|--------------------|
| ١ | مشاعر الانتقام تراودني . |                  |                   |                    |



|    |                                               |  |  |
|----|-----------------------------------------------|--|--|
| ٢  | قدرتي على تنظيم افكاري معدومة .               |  |  |
| ٣  | لدي الرغبة بعدم اكمال دراستي .                |  |  |
| ٤  | ارفض تقبل الرأي الاخر .                       |  |  |
| ٥  | أميل الى الابتعاد عن الآخرين .                |  |  |
| ٦  | مشاركتي بالأنشطة الاجتماعية معدومة .          |  |  |
| ٧  | اشعر ان زملائي لا يحبوني .                    |  |  |
| ٨  | أتضايق عند وجودي مع زملائي الطلبة .           |  |  |
| ٩  | دقات قلبي متسارعة .                           |  |  |
| ١٠ | اشعر بالصعوبة في النوم .                      |  |  |
| ١١ | اشعر اني مريض .                               |  |  |
| ١٢ | ليس لدي الرغبة بتناول الطعام .                |  |  |
| ١٣ | ليس لدي رغبة بالقيام بالأعمال .               |  |  |
| ١٤ | اشعر بالضعف في اداء واجباتي .                 |  |  |
| ١٥ | ليس لدي الرغبة في الاستيقاظ صباحاً .          |  |  |
| ١٦ | اشعر بالتعب حتى وان لم اقم باي عمل .          |  |  |
| ١٧ | اشعر انه ينقصني كثير من الود والمحبة .        |  |  |
| ١٨ | لدي حرمان من عطف الوالدين .                   |  |  |
| ١٩ | مشاعر الغيرة شديدة لدي بعد فقدان .            |  |  |
| ٢٠ | ينتابني شعور بالبكاء بعد فقدان احد الوالدين . |  |  |

# JOB



مجلة العلوم الأساسية  
Journal of Basic Science



Print -ISSN 2306-5249

Online-ISSN 2791-3279

العدد الثامن والعشرون

٢٠٢٥ م / ١٤٤٦ هـ



مجلة العلوم الأساسية  
للعلوم التربوية والنفسية وطرائق التدريس للعلوم الأساسية