

## The Effectiveness of Electronic Counseling Program in Improving the Level of Self-Concept Among a Sample of Adolescents in Light of Digital Transformation

Azhar Hamid Abbas Khalaf

General Directorate of Education in Anbar, Ministry of Education, Anbar, Iraq

[azharhameed806@gmail.com](mailto:azharhameed806@gmail.com)

**KEYWORDS:** Electronic guidance, Digital transformation, Self-concept, Counseling Program.



<https://doi.org/10.51345/v37i1.1247.g624>

### ABSTRACT:

The current research aims to identify the role of electronic psychological counseling in improving self-concept in the digital transformation among a sample of adolescents. The researcher adopted a quasi-experimental approach. The original research sample consisted of (65) students who scored low on the Self-Actualization Scale. (20) students were randomly selected from these students and divided into two groups: (10) a control group and (10) an experimental group. The electronic counseling program was administered to the experimental group only. The researcher adopted the Self-Actualization Scale prepared by Al-Muqaddadi (1996), as it is compatible with the nature of the sample, who are adolescents in middle school. This scale consisted of (11) eleven dimensions. The electronic guidance program, consisting of (9) nine electronic guidance sessions, was implemented. The researcher used the Mann-Whitney test for small samples to determine the differences between the control and experimental groups, and the Wilcoxon test to determine the differences between the pre- and post-measurements of the experimental group. The researcher found, through the research results, that there were statistically significant differences at a significance level of (0.05), indicating the validity of the second hypothesis regarding the effectiveness of the electronic guidance program based on (non-directed) electronic guidance in improving the self-esteem of adolescent students in the experimental group. The results of the Mann-Whitney test also indicate the presence of statistically significant differences between the experimental group and the control group in the level of self-actualization after implementing the program. In light of the results, the researcher presented a number of recommendations and proposals.

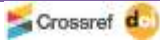
## فاعلية برنامج ارشادي الكتروني في تحسين مستوى مفهوم الذات لدى عينة من المراهقين في ظل التحول الرقمي

ازهار حميد عباس خلف

المديرية العامة للتربية في الانبار، وزارة التربية، الانبار، العراق

[azharhmed806@gmail.com](mailto:azharhmed806@gmail.com)

الكلمات المفتاحية | الارشاد الالكتروني، التحول الرقمي، مفهوم الذات، البرنامج الارشادي



<https://doi.org/10.51345/v37i1.1247.g624>

### ملخص البحث:

يهدف البحث الحالي الى التعرف على فاعلية برنامج ارشادي نفسي الكتروني في تحسين مفهوم الذات في ظل التحول الرقمي عند عينة من المراهقين وقد اعتمدت الباحثة المنهج شبه التجريبي. تكونت عينة البحث الاصلية من (65) طالبا ممن حصلوا على درجات منخفضة على مقياس تحقيق الذات. اختير منهم بالطريقة العشوائية (20) طالبا تم تقسيمهم بالطريقة العشوائية الى مجموعتين (10) طلاب مجموعة ضابطة (10) طلاب مجموعة تجريبية وتم تقديم البرنامج الارشادي الالكتروني الى المجموعة التجريبية فقط وقد اعتمدت الباحثة مقياس تحقيق الذات من اعداد المقدادي (1996م) كونه يتلاءم مع طبيعة افراد العينة وهم المراهقين في المرحلة الإعدادية وتكون هذا المقياس من (11) أحد عشر بعدا. وطبق البرنامج الارشادي الالكتروني الذي تكون من (9) تسع جلسات ارشادية الكترونية واستخدمت الباحثة (اختبار مان وتني) للعينات الصغيرة لمعرفة الفروق بين المجموعة الضابطة والتجريبية. واختبار (ولكو كسن) لمعرفة الفروق بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية. وقد وجدت الباحثة من خلال نتائج البحث ان هناك فروق دالة احصائيا عند مستوى دلالة (05—0) مما يشير الى صحة الفرض الثاني الى وجود فاعلية للبرنامج الارشادي الالكتروني القائم على الارشاد الالكتروني (غير الموجة) في تحسين مستوى الذات عند الطلبة المراهقين. المجموعة التجريبية. كما تشير النتائج باختبار مان وتني الى وجود فروق دالة احصائيا عند المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في مستوى تحقيق الذات بعد تطبيق البرنامج وقدمت الباحثة في ضوء النتائج عدد من التوصيات والمقترحات.

### مشكلة البحث:

ان عملية تحسين فاعلية الارشاد الأكاديمي الالكتروني امرا مهما في نجاح العملية التربوية بصوره عامة ومستقبل هذا الارشاد يعتمد على توفير بيانات للمرشد والمسترشد عن فوائده. ورغم ان الارشاد الأكاديمي والالكتروني يحظى باهتمام في الوقت الحالي الا انه هناك العديد من الصعوبات التي تواجهه وهذا ناتج من عدم استفادة بعض الطلبة والطالبات من هذا النوع من الارشاد بصوره صحيحة وقد يعود السبب الى زيادة اعداد الطلبة وعدم استطاعة المرشد من متابعة جميع المسترشدين وهذا مما جعل

المؤسسات التربوية تهتم بهذا النوع من الارشاد الا وهو الارشاد الالكتروني. وبما ان هذا النوع من الارشاد حديث رغبت الباحثة التعرف على هذا النوع من الارشاد ومدى إمكانية استخدامه وان كانت هناك معوقات تحول دون استخدامه.

وبما اننا اليوم نعيش في واقع بما يسمى بالتحول الرقمي فتبدوا لنا مشكلة الدراسة يبدووا باستخدام تقنيات التحول الرقمي في الارشاد النفسي للطلبة في المرحلة الإعدادية في المدارس و المؤسسات التربوية حيث توجد اتجاهات حديثة باتجاه استخدام تقنية التحول الرقمي في تطوير أساليب الارشاد النفسي في المدارس الإعدادية مما فرض على هذه المؤسسات توفير كافة مستلزمات ومتطلبات التحول الرقمي الفعال لخدمة ذلك ويبدو لنا واضحا ان المؤسسات التربوية تبدي اهتماما في مجال الارشاد النفسي وتطوره ومع تزايد اعداد الطلبة واتساع الرقعة الجغرافية وضرورة ان يكون للأهل دور في المساندة والعمل على توفير الصحة النفسية للطلبة وان يكون لهم الدور الهام في دعم العملية الارشادية باعتبار الأسرة ركن مهم من اركان العملية التربوية و اساس في الوقاية والعلاج في المدارس الإعدادية وهذا مما يجعل من الضروري ربط الارشاد النفسي بنظم التكنولوجيا والاتصالات الحديثة والتحول الرقمي لاسيما وان هذا التطور الخاص بالتحول الرقمي وتقنياته اصبح مهما جدا في المحيط التربوي والتحصيل للطلبة.

ان فاعلية الارشاد النفسي الأكاديمي وخاصة الالكتروني يعد امرا ضروريا للعملية التربوية بمجملها كما ان مستقبل هذا النوع من الارشاد يعتمد على الحصول على بيانات ملموسة عن فوائده. ورغم أهمية هذا النوع من الارشاد النفسي الالكتروني الا ان هذا النوع من الارشاد تعترضه العديد من المشكلات والعقبات بسبب عدم الاستفادة منه ترجع الى زيادة اعداد الطلبة وعدم قدرة المرشد الأكاديمي النفسي من متابعة جميع الطلبة في مديريات التربية والتواصل معهم ولهذا السبب أقدمت المؤسسات التربوية في مديريات التربية على اطلاق مثل هكذا نظام ارشادي الكتروني ولو بأعداد قليلة تجريبية و ارادت الباحثة التعرف الى هذه التجربة من خلال اعتماد برنامج ارشادي الكتروني لمجموعة من الطلبة لمعرفة أهميته: وبناء على ما تقدم يمكن تلخيص مشكلة البحث بالسؤال التالي: ما هو دور الارشاد الالكتروني في تحسين مفهوم الذات في ظل التحول الرقمي عند عينة من المراهقين.

### أهمية البحث:

تكمن أهمية البحث الحالي كون البحث الذي تسعى الباحثة لإيجازه بانه لا يوجد على حسب علمها دراسات الا القليل تناولت هذا الموضوع وبذلك من المتوقع ان يسهم البحث الى اثراء المكتبة العربية والعراقية على وجه الخصوص بشيء جديد كما ان هذه الدراسة تسهم في إعطاء صورة عن الارشاد

الأكاديمي الالكتروني ومدى تطبيقه في المدارس العراقية وهل هناك معوقات تواجه القائمين على تطبيقه وقد يوفر البحث بعض الحلول التي من الممكن تطبيقها من اجل التغلب على المشكلات التي تواجه الارشاد الأكاديمي الالكتروني في المؤسسات التربوية والتعليمية خلال الفترة الحالية وخاصة في التعليم الثانوي والتي تنتسب اليه عينة البحث من اجل مساعدة المسؤولين.

### الأهمية النظرية:

تبدو لنا الأهمية النظرية للبحث من كونه موضوعا جديرا بالدراسة والبحث حيث الاهتمام واضحا في جميع المجالات وخصوصا الجوانب التربوية والاهتمام بموضوع الارشاد النفسي من خلال استخدام التقنيات الخاصة بالتحول الرقمي للطلبة واضحة في الكثير من المؤسسات التربوية بعد الوقوف على هذه الظاهرة وحجمها اثر على قدر كبير من الأهمية كون طلبة المرحلة الثانوية يمثلون مرحلة عمرية حرجة وهم عماد المستقبل ولهم دورا هاما في المجتمع مما يتطلب ان يكون هناك اهتمام بهذا الجانب الا وهو الارشاد النفسي الالكتروني والاستفادة من تقنيات التحول الرقمي في تزويد المختصين في المجال وكذلك المكتبة العربية والعراقية بمصدر مهم في معيار استخدام تقنيات التحول الرقمي في الارشاد النفسي بما يمكن ان تسهم نتائج هذا البحث في رفع مستوى الإرث العلمي في مجال الارشاد النفسي باستخدام تقنيات التحول الرقمي.

### الأهمية التطبيقية:

يسهم هذا البحث في تطوير قدرات المرشدين النفسيين بما يتلاءم واحتياجات الطلبة وتوجهاتهم الحديثة بالاستفادة من تقنيات التحول الرقمي الحديثة والتي تساعد الطلبة على إيصال الرسالة الارشادية النفسية. كما يسهم الارشاد النفسي الى توجيه انظار إدارات المدارس والمؤسسات التربوية الى ضرورة تشخيص واقع استخدام تقنيات التحول الرقمي من قبل المرشدين النفسيين ومعالجة جوانب الضعف ان وجدت من اجل المساهمة في توظيف تلك المهارات المكتسبة في العملية الارشادية بصورة سليمة. وان يستفيد من هذه الدراسة في وضع التوصيات التي تعد مرشدا رئيسا للتعامل مع تقنيات التحول الرقمي من اجل توفير أفضل الخدمات النفسية والارشادية بجودة عالية لها دورا مهما في خدمة طلبة المرحلة الإعدادية مجتمع البحث في مؤسسات وزارة التربية متمثلا بعينة البحث وهم عينة من المراهقين في مرحلة الدراسة الإعدادية في مدينة الرمادي كما يمكن الاستفادة من نتائج البحث في تقديم بعض التوصيات التي

تمكن المرشد من التعامل مع تقنيات التحول الرقمي في توفير خدمات الارشاد النفسية عالية الجودة من الطلبة المراهقين في الإعدادية في وزارة التربية.

### اهداف البحث:

يهدف البحث الحالي التعرف على فاعلية برنامج ارشادي نفسي الكتروني في تحسين مفهوم الذات عند عينة من المراهقين ظل التحول الرقمي..

### فرضيات البحث:

**الفرضية الأولى:** توجد فروق دالة بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في تحسين مفهوم الذات بعد تطبيق البرنامج الارشادي الالكتروني ولصالح المجموعة التجريبية.  
**الفرضية الثانية:** وجود فاعلية للبرنامج الارشادي النفسي الالكتروني في تحسين مفهوم الذات.

### مصطلحات البحث:

1. التحول الرقمي: وهو عملية تحسين الخدمات وزيادة التفاعل بين المرشد والمسترشد وتطوير أساليب جديدة وتحقيق التواصل بصورة أفضل بين مختلف الدوائر والمؤسسات (Tsamkoy,et,al2021p10)  
وتعرفه الباحثة اجرائيا: استخدام الوسائل التكنولوجية الحديثة بدلا من الوسائل والنظم القديمة في طريقة العرض او الشرح في عملية الارشاد.
2. تقنيات التحول الرقمي: هو استخدام تقنيات جديدة في التفاعل مع المرشد عن بعد بهدف تحقيق أفضل فاعلية في المواقف المحددة وتجاوز المشكلات التي تواجه المرشدين في هذه الخدمات (chenonal.2020,p290)  
وتعرفه الباحثة اجرائيا: هو عملية توظيف التقنيات التكنولوجية الحديثة لتقديم الخدمات للمرشدين وفق النظريات النفسية والتربوية الحديثة من اجل تحقيق الأهداف التي تسعى اليها بفاعلية وبنجاح.
3. الارشاد النفسي:  
هو عملية تقديم الخدمة والمساعدة النفسية للمسترشدين من خلال التفاعل بين المرشد النفسي المدرب بهدف مساعدة المرشدين على تجاوز المشكلات النفسية والعاطفية التي يتعرضون لها خلال حياتهم (سالم:2020: ص 16).  
وتعرفه الباحثة اجرائيا:

هو عدد من الأساليب الارشادية والتقنيات المساعدة التي تقدمها المرشدة التربوية لمساعدة الافراد في تطوير أساليب جديدة للتعامل مع المشكلات وتحسين صحتهم النفسية.

4. المرشد النفسي: وهو الشخص المتخصص الذي يستخدم مجموعة من الأساليب والسياقات في المدارس من اجل تحسين جودة حياة الافراد وتعزيز صحتهم النفسية من خلال الارشاد النفسي. (Razeej.2021).

وتعرفة الباحثة اجرائيا: هو الشخص المتخصص والمعد مهنيا وعلميا وتتوفر لديه القدرة على فهم الافراد ومشكلاتهم النفسية ويتمكن من مساعدتهم في تطوير استراتيجيات متعددة لتجاوز المشكلات التي تواجههم وتحقيق التحسن في مستوى الذات لديهم.

5. تحقيق الذات:

هو حاجة الفرد لكي يعبر عن ذاته بصورة مباشرة او غير مباشر للوصول لأقصى ما يمكن تحقيقه من قدرات بهدف اشباع حاجاته والوصول الى حالة من التوازن ومساعدته في استخدام إمكاناته وقدراته من اجل خدمته والمجتمع والقيام بالدور المسند الية بصورة صحيحة. (السبعوي:2010: 35)

## إطار نظري ودراسات سابقة:

### الإطار النظري:

#### 1- التحول الرقمي:

يعرف التحول الرقمي هو عملية استخدام التقنيات التكنولوجية الحديثة من اجل تطوير أداء المنظمات والهيئات بصورة واضحة وهو يمكن القول عنه بانه الاعتماد بصورة تامة على التقنيات الرقمية من اجل اجراء نقلة مهمة في رؤية المنظمة ومنهجها وتشجيع المرونة التي تسهل التكيف ويرى (Ngoc:2022) ان التحول الرقمي في التعليم عباره عن تبديل العمليات التقليدية الى عمليات رقمية في كافة المستويات التعليمية والتركيز على استخدام شبكات الانترنت وربط الإدارات والمؤسسات التعليمية فيها.

وتشير (الشامسي 2023) ان التحول الرقمي ليس الحصول على البيانات فقط وانما يسعى الى إيجاد نظام تعليمي يمتلك فعالية عالية ويقدم خدمات تعليمية بصورة متكاملة من خلال برامج تقدم الجودة في الحياة بصورة رقمية متكاملة (مصطفى وعبد الحفيظ:2023:190).

## الأهداف التي يسعى اليها التحول الرقمي:

- التحول الرقمي في الجامعات والمؤسسات التربوية والمدارس يشتمل مجموعة اهداف تسعى الى تعزيز التعليم والبحث وإدارة المؤسسات بصورة فعالة عن طريق استخدام وسائل التكنولوجيا الحديثة ومن أهدافها:
1. تطوير ثقافة التحول الرقمي وتحقيق العقلية الرقمية للمرشدين والطلبة على حد سواء وتطوير نواتج العملية التعليمية وزرع مهارات جديدة ومتعددة عند الطلبة وتوفير الوقت والجهد وتطوير وتحسين الأداء في المستويات التعليمية والإدارية كافة وتطوير طرق الاتصال بين جميع الجهات الإدارية والمشرفين والطلبة وتحسين جودة التعليم والتدريس. (عيد:2022: 67)
  2. إيجاد منصات تعليمية عبر شبكة الانترنت تسمح للطلاب من خلالها الوصول الى المواد الدراسية بسهولة وتوسيع تقنيات تفاعلية من اجل تعزيز وتشجيع المشاركة الفاعلة للطلاب في عملياتهم التعليمية والمشاركة الفعالة للطلاب في تلك العمليات وتعزيز التقييم عبر الشبكة وإيجاد رصد مستمر لأداء الطلبة. (عفيفي:2022: 893)
  3. العمل من اجل توفير قواعد بيانات ومصادر بحثية عبر الشبكة وتطوير وتعزيز التعاون والمشاركة بين الباحثين من خلال التواصل عبر شبكة الانترنت ومشاركة البيانات والمشاريع واستخدام التقنيات والتحليل البياني لإيجاد نوع من التوصيات والبيانات البحثية (مصطفى وعبد الحفيظ:2023: 177).
  4. توسيع التعلم الافتراضي والواقع المعزز من اجل إيجاد تجارب تعليمية جديدة واستخدام الذكاء الاصطناعي لتخصيص الطلبة وعمل تقديرات مهمة وواضحة للأداء من اجل التقليل من استهلاك الورق وتوفير الجهد والوقت من خلال تطبيقات الأتمتة في إدارة التعليم وتطوير وتحسين الموارد البشرية استنادا الى بيانات الإنجاز الفصلي (الشهري والجبلي:2023: 53)
  5. إيجاد فرص تعليمية عبر الانترنت للأفراد الذين يجدون صعوبة في الوصول الى الجامعات التقليدية بسبب البعد المكاني او بسبب عوامل اجتماعية وتقديم المواد التعليمية بعدة لغات وتوفير ترجمة فورية من اجل تعزيز التواصل مع الطلبة في مختلف الثقافات (جميبي:2023: 237).
  6. تسهيل وتبسيط الإجراءات الإدارية بواسطة التطبيقات الرقمية وتعزيز الشفافية وتوفير معلومات دقيقة وتعزيز الأمان والحماية من خلال تطوير استراتيجيات الامن السيبراني (الحسيني: 2022: 309).

7. تشجيع التفاعل والتواصل بين المرشدين والمسترشدين خلال وسائل التواصل الاجتماعي غير منصات الانترنت وإيجاد منتديات ثقافية لمناقشة الافكار.

8. هدف التحول الرقمي في الجامعات والمؤسسات التعليمية والمدارس الى تحسين جودة التعليم للوصول الى المعرفة وتطوير الجامعات والمؤسسات التعليمية.

### أهمية التحول الرقمي:

للتحول الرقمي أهمية كبيرة في الجامعات ومؤسسات التعليم إذ يساهم في تحسين العمليات الإدارية والتعليمية بشكل واسع وتبدوا أهميته من حيث ابتكار أساليب تدريسية جديدة والتعلم من خلال التطبيقات والأنشطة التفاعلية.

تطوير العلاقة بين المرشدين والمسترشدين من خلال إيجاد بيانات رقمية تفاعلية وتغيير البيئة التعليمية لتوفير احتياجات المرشدين وجعل عملية التقييم أفضل وأكثر عدالة (ال ثملان واخرين:3022:497) كما ان التحول الرقمي يوفر التكلفة والجهد والوقت على المؤسسات التعليمية والتربوية وتسهيل العمليات وتحسين جودتها. وإيجاد مناخ ملائم من الابداع والمنافسة من اجل الوصول لنواتج تعليمية أفضل وانشاء بيئة تعليمية رقمية آمنة يمكن الوصول اليها بسهولة وإيجاد منصات للاتصال والتواصل الرقمي بما يعزز من تواصل المؤسسة التعليمية مع الطلبة المرشدين والمجتمع المحيط ومساعدة الافراد على مواصلة التعلم واكتساب مهارات جديدة على مدى الحياة من خلال الانضمام الى الدورات والبرامج التعليمية عبر شبكة الانترنت. (الشهري والجليلي:2023:56).

كما ان التحول الرقمي يتيح للطلبة والمرشدين الوصول الى مصادر متعددة ومتنوعة من المعلومات بسرعة مما يساهم في البحث عن المواد الدراسية والمصادر البحثية بشكل أكثر فاعلية وتسمح هذه التقنيات للطلبة المشاركة في المناقشات عبر الانترنت والتواصل مع زملائهم واساتذتهم بسهولة ويسر وهذا ما يعزز من مشاركتهم الفاعلة فضلا ان التحول الرقمي يسمح بتوفير تجارب تعليمية مثل التعلم عبر الواقع الافتراضي والمعزز وتساعد هذه التجارب الطلبة على معرفة المفاهيم بصورة أفضل. (عيد:2022:59). التحول الرقمي يساعد الطلبة المتعلمين والمرشدين في فهم اهداف ومتطلبات الدراسة بصورة أفضل وهذا مما يزيد من شفافية العملية التعليمية والنظام الرقمي ويقدم توجيها للطلبة ودعمهم في مساراتهم التعليمية واختياراتهم المهنية ويمكنهم من استخدام التقنيات الرقمية لتنظيم وإدارة الوقت وتطوير مهاراتهم الدراسية والعلمية والذاتية (النمري:2022:ص5)

ان التحول الرقمي حسب راي الباحثة كذلك يسهم في زيادة التفاعل بين الطلبة على مستوى العالم باستخدام منصات الانترنت للتعليم والمشاركة في مشاريع ومناقشات واسعة على مستوى دولي كما انها تقدم تقييم للأداء الطلابي ومتابعتهم ومعرفة مستويات التقدم عبر الزمن من اجل تحقيق أهدافهم التعليمية والأكاديمية فهو يحسن تجربة التعلم ويساعدهم على تحقيق أهدافهم بشكل أفضل وتوفير الفرص التعليمية المبتكرة والمستدامة.

## 2- الارشاد النفسي:

الارشاد النفسي هو علم وفن له استعمالات متعددة ليصف مجالاً واسعاً من النشاطات وقد تناوله العديد من الكتاب بتعريفات متعددة وكل تعريف يعبر عن وجهة نظر كاتبة وتخصصه وخبراته ويعرف على انه عملية يحدث فيها الاسترخاء لبيئة ذات المسترشد في إطار الامن الذي توفره تلك العلاقة مع المسترشد والتي يتم من خلالها إدراك الخبرات المستبعدة في ذات جديدة (العتيبي: 2023: 38)..

والإرشاد عبارته عن مساعدة من فرد الى اخر محتاج تلك المساعدة ويسعى اليها من اجل تجاوز مشكلاته ورفع امكانياته على الاختيار الجيد والتوافق وهو تحقيق توافق الفرد مع الحياة عن طريق مساعدته في استخدام قدراته استخداماً صحيحاً وهو احدى قنوات الخدمة النفسية المقدمة للأفراد بهدف التغلب على الصعوبات التي تواجه الفرد او الجماعة وتعيق توافقتهم وانتاجيتهم وهو يستند على الفرد ذاته او الجماعة بهدف تغيير النظرة والتفكير ومشاعر واتجاهاتهم نحو المشكلة ونحو الموضوعات الأخرى التي ترتبط بها ونحو العالم المحيط بهم (منصور وحاسم: 2021"411:

وتعتقد الباحثة ان الارشاد النفسي هو عملية تعلم اجتماعي قائمة على أساس العلاقة المباشرة بين شخصين احدهما يعاني من مشكلة ويحتاج الى مساعدة والثاني هو الشخص المتخصص المؤهل علمياً وفتياً لتقديم المساعدة للمسترشد لمواجهة اضطرابات او مشكلات تعترضه والتخلص منها وهي تهدف الى مساعدة الفرد لكي يفهم ذاته ويدرس شخصيته ويعرف مشكلاته ويحدها ويطور إمكانياته وقدراته في إيجاد حلول لمشكلاته والوصول الى الصحة النفسية التي تؤدي به الى التوافق والتوصل الى حلول لها

دراسات سابقة: دراسات عربية واجنبية:

دراسات عربية تناولت برامج ارشادية لتنمية تحقيق الذات:

1. دراسة العامري (1993) الامارات العربية المتحدة

هدفت هذه الدراسة التعرف على مدى فاعلية برنامج ارشادي في تنمية تحقيق الذات وتكونت عينة الدراسة من (68) طالبة تم توزيعهن الى مجموعتين وتم مكافئتهن من حيث العمر واشتمل البرنامج (18) جلسة ارشادية على مدى تسعة أسابيع بواقع جلستين أسبوعيا اشتملت تمارين وانشطة مختلفة مشتقة من النظرية السلوكية والإنسانية وقد اشارت النتائج بفاعلية البرنامج الارشادي المستخدم في تنمية قدرات الطالبات في تحقيق الذات فيما لم تجد اختلاف حسب التخصص الدراسي. (العامري:1993)

## 2. دراسة الشعراوي (1995) مصر

وقد هدفت الدراسة الى معرفة فاعلية برنامج ارشادي في تنمية تحقيق الذات عند عينة من طلبة الجامعات بلغت (40) طالبا وطالبة تم توزيعهم الى أربع مجموعات من الجنسين بكل مجموعة عدد (10) طلاب موزعين الى مجموعتين تجريبيتين ومجموعتين ضابطين من الذكور والاناث وتوصلت النتائج الى فاعلية للبرنامج الارشادي في تنمية تحقيق الذات عند عينة الدراسة. (الشعراوي:1995: 18)

## 3. دراسة السفاضة (2011) الأردن

هدفت الدراسة الى معرفة فعالية برنامج ارشادي في تنمية مفهوم الذات الاجتماعية عند عينة من طلبة جامعة مؤتة وهل للنوع والتخصص الدراسي اختلاف او تأثير وتكونت عينة الدراسة من (40) طالبا وطالبة من طلبة كلية العلوم التربوية والذين حصلوا على درجات منخفضة على مقياس مفهوم الذات الاجتماعية المطور لأغراض هذه الدراسة وقد قسموا الى مجموعتين بالتساوي الأولى تجريبية خضعت للبرنامج الارشادي المكون من (15) جلسة ارشادية والمجموعة الضابطة لم تتلقى أي معلومات وأشارت النتائج الى عدم وجود فروق دالة احصائيا في متوسطات أداء افراد المجموعتين على المقياس القبلي واطهرت النتائج وجود فروق دالة احصائيا في متوسطات أداء افراد المجموعتين على المقياس البعدي في تنمية مفهوم الذات الاجتماعية وأشارت كذلك بعدم وجود فروق دالة احصائيا في مفهوم الذات تبعا لتغير النوع الاجتماعي والتخصص الدراسي والتفاعل بينهما.

## دراسات اجنبية:

### 1. دراسة براون وتيستر (Brown2022) 2020م بريطانيا

وعنوانها الارشاد عبر الانترنت واستخدمت التحليل الوصفي لخدمات العلاج النفسي عبر شبكة الانترنت وقد هدفت هذه الدراسة الى التعرف على التطور الحاصل في خدمة الارشاد النفسي الالكتروني غير الموجة واستخدم فيها المنهج الوصفي الارتباطي باستخدام الاستبانة أداة للبحث مكونة من (30) فقره وتكونت عينة الدراسة من (67) طالبا وطالبة من الجامعات البريطانية وتوصلت النتائج الى ان الارشاد النفسي غير الموجة الالكتروني يقدم من قبل المرشدين متخصصون بالإرشاد النفسي ولديهم خبرات متفاوتة وان المسترشدين المبحوثين (762) يقيمون في الولايات المتحدة الامريكية ويوجد عدد قليل منهم في بريطانيا (713) و(77) في استراليا وقد توصلت الدراسة ان الاناث يبلغن القسم الأكبر من العينة المستفيدة من خدمات الارشاد الالكتروني من طلبة الجامعات الإنكليزية ويتلقين تلك الخدمات الارشادية متمثلة في جلسات قصيره تتراوح ما بين جلسة واحدة الة (100) جلسة للطالبة الواحدة بصورة عامة. وان الارشاد الالكتروني يعتمد الفترة القصيرة وان كما اشارت الى ان (52%) من الطلبة تلقوا جلسات لمدة لا تزيد عن الشهر وكانت الفئات العمرية المستهدفة ما بين (18-22) سنة وان (43%) من الطلبة تلقوا النوعين من الارشاد الالكتروني والتقليدي ولم تظهر الدراسة فروقا في مكان السكن والسنة الدراسية والمعدل الدراسي التراكمي.

## 2. دراسة براون 2022م (Bronn2022) الولايات المتحدة الامريكية

(اتجاهات الطلاب حول الارشاد الالكتروني في الجامعات الامريكية) لقد استهدفت الدراسة تعرف اتجاهات الطلاب نحو الارشاد النفسي الالكتروني من خلال التحول الرقمي مستخدمة المنهج الوصفي المسحي واستخدمت استبانة من (30) فقره على طلبة الجامعات الامريكية وكانت العينة تتكون من (119) طالبا وطالبة في احدى جامعات أمريكا وتوصلت النتائج الى ان (89.2%) من الطلبة قد استفادوا من الخدمات التي يقدمها الارشاد الالكتروني باستخدام تقنيات التحول الرقمي كما اشارت النتائج الى ان (64.4%) قسم لديهم اتجاهات إيجابية نحو الارشاد النفسي الالكتروني معتمدين على أساليب التحول الرقمي عبر شبكات التواصل الاجتماعي ويرونه بديلا ملائما للتعامل مع قضايا الصحة النفسية كما أوضحت الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاتجاه نحو الارشاد النفسي ناتجة عن متغير الجنس. وعدد ساعات استخدام الشبكة خلال الأسبوع. (براون 2022 Bronn)

منهج البحث وإجراءاته:

استخدمت الباحثة المنهج شبه التجريبي حيث يعد مناسباً لمشكلة البحث الحالية وأهدافها وهو المنهج الذي يقوم على دراسة العلاقة بين متغيرين على ما هم عليه في الواقع دون التحكم في المتغيرات (القحطاني: 1425 هجري: 188).

اذ هدفت الباحثة التعرف على فعالية برنامج ارشادي قائم الارشاد غير الموجة الكتروني (متغير مستقل) لدراسة مستوى تحسين مفهوم الذات (متغير تابع) لدى عينة من المراهقين في المرحلة الإعدادية في مدينة الرمادي للعام الدراسي 2023-2024م

يستخدم هذا المنهج لدراسة تأثير المتغير المستقل على المتغير التابع وان من اهداف هذا المنهج شبه التجريبي انشاء علاقة نسبية بين المتغيرات من خلال تصميم الموقف التجريبي حيث يجري تغيير عامل او أكثر ذات العلاقة بموضوع الدراسة من اجل تحديد الأثر الناتج من المتغير.

وقد قامت الباحثة باختيار أحد التصميمات الخاصة بالمنهج شبه التجريبي المتمثل بالقياس قبل تطبيق البرنامج الارشادي وبعده لمجموعة تجريبية وأخرى ضابطة وذلك وفق الخطوات التالية:

-توزيع افراد عينة البحث على مجموعتين (تجريبية وضابطة) توزيعاً عشوائياً  
تطبيق مقياس تحقيق الذات من اعداد المقدادي (1996م) ويتكون من أحد عشر بعداً وهي:

1. البعد الأول: الإدراك العالي للحقيقة
2. البعد الثاني: وهو تقبلهم لأنفسهم وللآخرين
3. البعد الثالث: التلقائية والبساطة:
4. البعد الرابع: التركيز على المشكلات أكثر من التركيز على الذات
5. البعد الخامس: الحاجة الى الاستقلالية
6. البعد السادس: التحديد المستمر للتذوق.
7. البعد السابع الاهتمام الاجتماعي
8. البعد الثامن: العلاقات الاجتماعية
9. البعد التاسع: الابداع
10. البعد العاشر: التركيب الشخصي الديمقراطي
11. البعد: الحادي عشر القيم الروحية

مجموع العبارات (62) عبارته وقد اعتمدت الباحثة مقياس ليكرت الخماسي لتقدير الدرجات وهو إعطاء: 5 للموافق بشدة و 4 للموافق و 3 للمتردد و 2 لغير الموافق و 1 لغير الموافق بشدة. وعلى عكس

ذلك الفقرات السلبية وتتراوح درجات الإجابة ما بين (62-310). على كلا المجموعتين (التجريبية والضابطة) اختبار قبلي.

اخضاع المجموعة التجريبية للمتغير المستقل (البرنامج الارشادي الالكتروني لتنمية تحقيق الذات) وحجة عن المجموعة الضابطة. اختبار المجموعة التجريبية اختبار (قياس بعدي) لقياس الأثر الناتج عن ادخال المتغير المستقل وهو (البرنامج الارشادي) وهو القائم على الارشاد غير الموجة (الالكتروني) لتنمية تحقيق الذات لدى عينة البحث من المراهقين في المرحلة الإعدادية في ضوء نظرية الارشاد غير الموجة عند علماء هذه النظرية، ومن الأهداف الإحرائية التي يسعى اليها البرنامج:

1. إيجاد علاقة مهنية بين المرشد (الباحث) والمسترشدين افراد عينة البحث من المراهقين
2. حصول افراد عينة البحث على المعلومات اللازمة لفهم تحقيق الذات من جميع جوانبه.
3. تنمية المهارات إيجابية عند افراد العينة من المراهقين باستخدام فنيات الارشاد التي تناسب وإجراءات تحقيق الذات.
4. معرفة الصفات الشخصية للمسترشد المحقق لذاته.
5. العمل على تنمية مهارات وتكوين صداقات ومهارات التواصل الاجتماعي مع الاخرين بما يحقق بناء الذات
6. معرفة أصل المشكلة التي تعترض تحقيق فهم الذات وتحقيقها عند المسترشدين.
7. تطوير وزيادة الوعي عند افراد العينة بقدراتهم وامكاناتهم الذاتية واستثمارها على أفضل وجه.

### محتويات البرنامج:

وقد تكون البرنامج من تسع جلسات ارشادية الكترونية غير موجهة وتكونت من المحتويات:

جدول يبين رقم الجلسة وعنوانها:

الجلسة الأولى	الافتتاحية
الجلسة الثانية	تقدير الذات
الجلسة الثالثة	التنظيم الهرمي للحاجات الإنسانية
الجلسة الرابعة	تحقيق الذات
الجلسة الخامسة	ابعاد الذات الإنسانية
الجلسة السادسة	الاستبصار وتنمية تحقيق الذات الإنسانية
الجلسة السابعة	العمل على بناء الذات
الجلسة الثامنة	تعليم المسترشدين مهارات التواصل وتكوين الصداقات
الجلسة التاسعة	الجلسة الختامية

## مجتمع البحث:

تم تحديد مجتمع من الطلاب الذين يدرسون في المرحلة الثانوية في مدينة الرمادي لاختيار الطلاب الذين لديهم تحقيق الذات منخفض.

## عينة البحث:

تكونت عينة البحث الاصلية من (65) طالبا اختبروا ممن حصلوا على درجات منخفضة على مقياس تحقيق الذات (القبلي) اختبر منهم عشرين طالبا بالطريقة العشوائية وتم تقسيم المجموعة بطريقة عشوائية الى مجموعتين مجموعة تجريبية تكونت من (10) طلاب ومجموعة ضابطة تكونت من (10) طلاب كذلك وقد اجرت تكافؤا بين المجموعتين التجريبية والضابطة من حيث العمر والدرجات: وقد استخدمت الباحثة اختبار مان وتني لتحديد الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية وفقا لاستجاباتهم على مقياس تحقيق الذات.

جدول (1)

المجموعات	عدد الحالات	متوسط الرتب	قيمة Z	قيمة U	مستوى الدلالة عند 0,001
المجموعة التجريبية	10	10/12	2642,0	3,46	لا توجد فروق
المجموعة الضابطة	10	10/05			

من الجدول (1) أعلاه يتبين عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند (0.05) بين درجات مقياس تحقيق الذات على افراد المجموعتين في نتائج القياس القبلي اذ بلغت قيمة (Z) (0.2642) وبدلالة إحصائية (0.001) وهي قيمة اعلى من 0.025 مما يشير الى عدم وجود فروق في درجات تحقيق الذات على القياس القبلي وهذا ما يؤكد لها بوجود تكافؤ بين المجموعتين وبذلك يمكن ان يعزى الاختلاف في نتائج القياس البعدي للبرنامج الارشادي كما استخدمت الباحثة اختبار مان وتني كما يبين ذلك الجدول (2).

جدول (2) يبين نتائج اختبار مان وتني للكشف عن الفروق بين المجموعة الضابطة والتجريبية وفقا لمتغير العمر

المجموعة	عدد الحالات	متوسط الرتب	قيمة Z	قيمة U	مستوى الدلالة عند 0,05
المجموعة التجريبية	10	12,10	0,2770	46	لا توجد
المجموعة الضابطة	10	10,05			

ويتبين من الجدول (2) أعلاه: لا توجد فروق دالة احصائيا عند مستوى (0,05) بين المجموعة التجريبية والضابطة وفقا لمتغير العمر وهي نتيجة اعلى من (0,05) وبذلك يؤكد تكافؤ المجموعتين وتجانسها في العمر.

## النتائج:

### نتائج الفرض الأول:

توجد فروق دالة احصائيا بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في مستوى تحقيق الذات بعد تطبيق البرنامج الارشادي الالكتروني وذلك لصالح المجموعة التجريبية وللتحقق صحة الفرض استخدمت الباحثة اختبار مان وتني للتعرف على دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في درجات مقياس تحقيق الذات وكما مبين في الجدول 3 ادناه

جدول (3) يبين دلالة الفروق بين متوسط الرتب باستخدام اختبار مان وتني وذلك للكشف عن الفروق بين المجموعة التجريبية والضابطة في مستوى تحقيق الذات.

المجموعة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة عند 0,001
المجموعة التجريبية	10	13,91	138,50	5730,2	دالة
المجموعة الضابطة	10	12,7	00,72		

ويتضح من الجدول (3) أعلاه نتائج اختبار مان وتني لتحديد الفروق بين المجموعة التجريبية والضابطة حيث تشير النتائج الى وجود فروق دالة احصائيا عند مستوى دلالة (0,001) وتشير النتائج كذلك الى ان قيمة (Z) (2/5780) عند مستوى دلالة (0/001) فيما كانت قيمة متوسط الرتب للمجموعة التجريبية (138/50) وبلغت مجموع الرتب للمجموعة (13/91) والمجموعة الضابطة (7/12) وهذا ما يؤكد قول الفرضية حيث كانت قيمة متوسط الرتب للمجموعة التجريبية اعلى من متوسط رتب المجموعة الضابطة وهذا يدل على ارتفاع مستوى تحقيق الذات عند المجموعة التجريبية مقارنة مع نتائج المجموعة الضابطة بعد تطبيق البرنامج وترى الباحثة ان هذه النتيجة ان المجموعة التجريبية قد تأثرت بالبرنامج الارشادي الالكتروني الذي كان يهدف الى تحسين مفهوم الذات لدى عينة البحث من المراهقين في المرحلة الإعدادية في مدينة الرمادي ,مما ينسجم مع اهداف البحث وما توصلت اليه نتائج بعض الدراسات السابقة.

### نتائج الفرض الثاني:

ويشير الى وجود فاعلية للبرنامج الارشادي الالكتروني في تحسين تحقيق الذات ولمعرفة صحة الفرض الثاني فقد استخدمت الباحثة (اختبار ولكوكسن) لتحديد مدى فعالية البرنامج الارشادي الالكتروني في تحسين مستوى الذات لدى المجموعة التجريبية بالمقارنة بين القياس القبلي والبعدي وكما في الجدول (4).

جدول (4) يوضح دلالة الفروق بين متوسط الرتب باستخدام اختبار ولكوكسن لمعرفة الفروق بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى تحقيق الذات.

المتغيرات	العدد	متوسط الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة عند 0,05
الرتب السالبة	20	09,50	890,3	دالة
الرتب الموجبة	0	0		
الرتب المتساوية	20			

من الجدول (4) أعلاه تشير النتائج الى وجود فروق دالة احصائيا عند مستوى دلالة 0/50 كما تبين النتائج ان قيمة (Z) بلغت (3/890) عند مستوى دلالة (0/005) وهذا يشير الى صحة الفرض الثاني بوجود فاعلية للبرنامج الارشادي الالكتروني القائم على الارشاد غير الموجة في تحسين مستوى الذات، كما يشير اختبار ولكوكسن في الجدول السابق وجود فروق بين القياس القبلي والبعدي في مستوى تحسين الذات بعد تطبيق البرنامج على المجموعة التجريبية اذ كانت الفروق تشير لصالح القياس البعدي على اعتبار ان مستوى تحسين الذات قد ارتفع عند المجموعة التجريبية في القياس البعدي ناتج عن تطبيق البرنامج الارشادي الالكتروني، وترى الباحثة ان هذه النتيجة راجعة الى فاعلية البرنامج الارشادي الذي تم تطبيقه على افراد المجموعة التجريبية في تحسين مستوى الذات لديهم وان التعليمات كان لها دور في تنمية تحسين مستوى الذات عند عينة البحث وهذا ما يتماشى مع نتائج بعض الدراسات السابقة.

### التوصيات:

في ضوء نتائج البحث تتقدم الباحثة بعدد من التوصيات منها:

1. استخدام البرنامج الارشادي الالكتروني القائم على الارشاد غير الموجة في المراحل الدراسية الأخرى.
2. قيام المرشدين المتخصصين بتقديم برامج ارشادية مماثلة تهدف الى تنمية تحقيق الذات.
3. استخدام أساليب وبرامج ارشادية مختلفة لتنمية تحقيق الذات لعينات أخرى من الطلبة.

### المقترحات:

وفي ضوء النتائج تقترح الباحثة ما يلي:

1. اجراء بحوث مشابهة حول الأساليب والبرامج الارشادية وعلاقتها بتحسين مستوى الذات لم يتناولها البحث الحالي.
2. اجراء دراسة تتضمن برامج ارشادية الكترونية لأولياء الأمور من اجل تطوير مستويات أبنائهم وتحسين مستويات الذات لديهم.

## المصادر:

1. فهد (2011م) واقع الاستفادة من خدمات الارشاد في الجامعات السعودية -المجلة السعودية للتعليم العالي 6 (43-71)، الحسيني، امان (2022م) تحديات التحول الرقمي في التعليم بالجامعات المصرية وروى مستقبلية لتطوير سبل التعلم بما .المجلة المصرية لبحوث الاعلام - القاهرة -15-92.
2. العتيق، وفاء (2022م) العلاقة بين الارشاد النفسي الالكتروني ومستوى الذكاء العاطفي لدى عينة من الطالبات في المرحلة الثانوية بمحافظة جدة -المجلة السعودية للعلوم التربوية الرياض 23 (11) ص 33-54..
3. العامري، فاطمة سالم سعيد (1993م) مدى فاعلية برنامج ارشادي في تنمية تحقيق الذات لدى طلبة المرحلة الإعدادية بمجلة كلية التربية - جامعة الامارات العربية المتحدة.
4. العقاد عصام (2022) الاتجاه نحو خدمات الارشاد والعلاج النفسي عبر الفضاء الالكتروني لدى عينة من الشباب الجامعي -المجلة الدولية للتنمية -الرياض (15) ص71-88.
5. عفيفي، محمود (2022م) أثر التحول الرقمي على التعليم والتعلم في مجال دراسات الاعلام. دراسة ميدانية في ضوء البناء الاجتماعي -مجلة البحوث الإعلامية جامعة الازهر -القاهرة (875-942).
6. عيد، باسم (2022م) دور التحول الرقمي كاليه لتفعيل أداء العملية التعليمية في التعليم الجامعي (دراسة ميدانية في جامعة المنصورة) -مجلة الدراسات الإنسانية بجامعة المنصورة القاهرة (27) (2) ص 91-149.
7. السفسافه، محمد إبراهيم (2011) أثر برنامج ارشادي جمعي في تنمية مستوى الذات لدى عينة من طلبة جامعة مؤتة -المجلة الأردنية للعلوم الاجتماعية مجلد (4) (20) ص 116-132..
8. السعواي ن فضيلة عرفات (2009م) تحقيق الذات وإدارة العطاء، دار صفاء عمان، الأردن.
9. سالم، محمد (2020م) فاعلية الارشاد الالكتروني في تقديم الخدمات الارشادية والنفسية من وجهة نظر المرشدين واولياء الأمور في محافظة سلفيت -مجلة الابراهيمية للدراسات النفسية والتربوية -الجزائر (12) ص 13-32.
10. جميعي، بان (2023م) أثر التحول الرقمي على التعليم الجامعي 2021 -الارشاد النفسي من التقليدية الى الارشاد والعلاج عن بعد -دراسة في اتجاهات المسترشدين من طلبة الجامعة في ضوء متغيرات الخجل وقلق التفاعل وبعض العوامل الديمغرافية -المجلة الدولية للتنمية-الرياض (15) ص 73-92.
11. ال شمائل، ميعاد والشنيقي، امال (2022م) التحول الرقمي في مكاتب التعليم في مدينة الرياض من وجهة نظر المشرفات التربويات -المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية -القاهرة 6(27) ص 491520
12. الشعراوي، صلاح فواد (1995) أثر برنامج ارشادي في تنمية تحقيق الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية - مجلة كلية التربية (جامعة بنها) مصر مجلد 6 ع (يوليوس) ص 275-377.
13. =الشهري، ريم والجيلي، نسيم (2023م) أثر تفعيل الأنظمة الالكترونية ضمن خطة التحول الرقمي على تحسين تجربة المستفيد في وزارة التعليم العالي بالسعودية المجلة الدولية للتنمية الرياض العدد 12- (1) ص 43-59.
14. النمري، ماهر (2023م) أثر التحول الرقمي بمدارس التعليم العام في مواجهة التحديات والتطورات المستمرة في العالم من وجهة نظر المعلمين بمنطقة مكة المكرمة - مجلة العلوم النفسية والتربوية والتعليمية -7 (30) ص (1-18).
15. مصطفى، يوسف وعبد الحفيظ، عزه (2023م) متطلبات التحول الرقمي لتحقيق جودة التعليم الفني في مصر -مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية -القاهرة 17(9) ص 177-227.
16. المطيري، جهز (2021م) الارشاد النفسي من التقليدية الى الارشاد والعلاج عن بعد دراسة في اتجاهات المسترشدين من طلبة الجامعة في ضوء متغيرات الخجل وقلق التفاعل الاجتماعي وبعض العوامل الديمغرافية - المجلة الدولية للتنمية -الرياض 10(1) ص 73-92.
17. Brown (2022) on line counseling Attitude and prudential utliliztion by college students  
C.henonk wodas universal unpaid had master theses Humboldt s  
&Keith Richard &Toby par Shoupingperntand(2022).
18. Wong.k.p.Benn&Tam c.l&Wang.c.p (2022) prefernces forandor -face to face counseling among university. Students in malasia frontiers in psychdog 22(9) p.64-7  
Tsamkoy danyaov.(2021) Emotional intelligence.its rwlaton ship to psychological among midll shooll:

- Razing faisl Hamdi (2021) ENOTIONAD INTELLIGENCE Among middle school students .19  
canastcusthesi thess tikrit university college education for Hauman science.
- Brown(2022) online counseling Attitade and puential utllion bycolle g stidents unenverst .20  
unpublis heel masterthesis Hamblaldt state.