

فاعلية برنامج ارشادي بأسلوب التفاعل التبادلي التكاملي في تنمية الالتزام الذاتي لدى طالبات المرحلة الاعدادية

ابتسام ابراهيم شحل، أ.م.د. نهاية جبر خلف

الجامعة المستنصرية/ كلية التربية

المستخلص

يهدف البحث الحالي التعرف على مستوى الالتزام الذاتي لدى طالبات المرحلة الاعدادية و بناء برنامج ارشادي قائم على اسلوب التفاعل التبادلي التكاملي في تنمية الالتزام الذاتي لدى طالبات، وللتعرف على فاعلية الاسلوب في تنمية الالتزام الذاتي من خلال التحقق من الفرضيات الآتية:-

١- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية اسلوب التفاعل التبادلي التكاملي في الاختبار القبلي والبعدي على مقياس الالتزام الذاتي.

٢- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسطات درجات الطالبات المجموعة التجريبية والضابطة على مقياس الالتزام الذاتي.

- استخرج فاعلية اسلوب التفاعل التبادلي التكاملي في تنمية الالتزام الذاتي لدى طالبات المرحلة الاعدادية من خلال استخدام معادلة ماك جوجيان.

- ولتحقق من هدف البحث واختبار فرضياته استخدم المنهج التجريبي

وقد تم اعداد مقياس الالتزام الذاتي وفق نظرية (باندورا Bandura) مكون من (٢٤) فقرة وزعت على ثلاث مجالات، واستخراج الخصائص الاحصائية للمقياس وتبينت ان جميع الفقرات متميزة ودالة احصائية، كذلك تم استخراج الخصائص السيكومترية للمقياس (الصدق الظاهري وصدق البناء)، وصمم البرنامج الارشادي مستند الى اسلوب التفاعل التبادلي التكاملي للمنظر (بيرن Berne) وتم تخطيط الجلسات الارشادية وعددها (١٢) جلسة ارشادية بواقع جلستين في الاسبوع ومدة الجلسة (٤٥) دقيقة، وتمت معالجة البيانات باستخدام الحقيبة الاحصائية (spss)، طبقت على العينة البالغة (٢٠) طالبة للمجموعتين التجريبية والضابطة بواقع (١٠) طالبات لكل مجموعة، اجري التكافؤ للمجموعتين وفق متغير (الذكاء، العمر، التحصيل الدراسي للوالدين) و اظهرت النتائج:

- عينة البحث لديهم التزام ذاتي بدرجة متوسطة حيث بلغت القيمة التائية المحسوبة (١,٨٢) وهي اصغر من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٨)

- توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسط درجات المجموعة التجريبية في الاختبار القبلي والبعدي على مقياس الالتزام الذاتي.

- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط درجات المجموعة التجريبية ومتوسط درجات المجموعة الضابطة في مقياس الالتزام الذاتي البعدي.

- توجد فاعلية للبرنامج الارشادي (اسلوب التفاعل التبادلي التكاملي) في تنمية الالتزام الذاتي لدى طالبات المجموعة التجريبية . وفي ضوء نتائج البحث تم تحديد التوصيات والمقترحات.

الكلمات المفتاحية: فاعلية، برنامج ارشادي، التفاعل التبادلي التكاملي، الالتزام الذاتي.

The Effectiveness of a Counseling Program using the method of Integrative Interaction Approach in developing self – commitment among students

Ibtisam Ibrahim Shahl Dr. Nehaia Gabar Khalaf

Abstract

The current research aims to identify self-discipline among middle school students and build a counseling program based on the method of Integrative Interaction Approach in developing Self – commitment among female students ,and to discipline by verifying the effectiveness of the method in developing self – discipline by verifying the following hypotheses.

1- There are no statistically significant differences at the level (0.05) between the mean scores of scores of the experimental group, the integrative interactive interaction method, in the pre and post on the self- commitment scale

2- There are no statistically significant differences at the level (0.05) between the mean scores of of the experimental and control student on the self- commitment scale.

Prep by using the McGoughean equation.

In order to achieve the goal of the research and test its hypotheses, the experimental method was used. The Self – commitment scale was prepared according to the theory (Bandura) consisting of (24) items distributed over three areas, and the extraction of the statistical characteristics of the scale and it was found that all the paragraphs are complementary and statistically significant, For the scale (virtual honesty and constructive), the extension program was designed based on the method

of integrative mutual interaction of the iandscape were (12) counseling sessions, at the rate of two sessions per week and the session was (45) minutes. The data was processed using the statistical bag (spss). applied to the adult (20) students of the experimental and control groups by (10) students for each group, the equivalence of the two group was measured according to the variable (intelligence, age, educational attainment of the parents) and the results showed.

- There are statistically significant differences the level (0.05) between the mean scores of the experimental group, the pre and post test, on the self- commitment scale.

- There are statistically significant differences between the mean scores of the experimental group and the mean scores of the control group in the counseling program (style of integrative reciprocal interaction) in developing the self- commitment of the students of the experimental group.

In the Light of the research results recommendations and proposals were identified.

Keywords: Effectiveness, Counseling Program, Integrative Interaction Approach, self – commitment.

المقدمة

اهتم العلماء منذ اواخر القرن الثامن عشر وحتى الان بمفهوم الالتزام الذاتي تعريفه وتفسيره واسبابه، ومن ابرز العلماء المنظر باندورا (Bandura) فالالتزام هو قدرة الفرد على استعمال الوعي الذاتي حتى يدرك مشاعره بشكل سليم ويفهم ميوله وردود افعاله اتجاه الآخرين والمواقف والاحداث، فكل فرد يولد ولديه القدرة على الالتزام لذاته والسيطرة عليها، لكن بعض الافراد يكون الالتزام لديه اكثر من غيره، فالفرد ذو الاداء الناجح سواء كان في المدرسة او في اي مجال اخر يعتمد على قدره في الالتزام الذاتي، فهذا الامر ضروري ومهم للفرد لكونه يتحرك نحو هدف بعيد وقدرته على مواجهة التحدي، فالفرد الذي يظهر لديه ضعف في قدراته على السيطرة على ذاته يصل الى عواقب غير مرغوب بها فعلى الفرد الوعي بأهمية الالتزام الذاتي يبعده ذلك عن الفشل وتحقيق النجاح في حياته ومجالاتها وحل المشكلات وتحدي الصعاب.

واسلوب التفاعل التبادلي التكاملي للمنظر بيرن (Bearn) يهتم بدراسة التفاعلات داخل شخصية الفرد في وضعيات مختلفة ومتعددة ومركزة على المفاهيم، والدراسة الحالية تهتم بالتعرف على فاعلية البرنامج الارشادي بأسلوب التفاعل التبادلي التكاملي في تنمية الالتزام الذاتي لدى طالبات الدراسة الاعدادية.

المبحث الاول

المطلب الأول: مشكلة البحث

يعتمد الانسان على نظريته لما يملكه من معتقدات يستطيع فيها الفرد ان يفسر الاحداث ويفهم المواقف لكونه يفهم ذاته، وتكون لديه بصيرة افضل لأفعاله وافكاره ويكون مدركا لسلوكه واكثر استبصارا وقدرة على التغلب وتجاوز الازمات، وعندما يواجه الانسان صعوبات في التزامه الذاتي ينتج عن ذلك اضطرابات ومشكلات نفسية ويولد لديه القلق الاجتماعي والاكتئاب ويواجه الكثير من الصعوبات والعقبات في حياته اليومية، فالالتزام الذاتي يجعل الفرد متحمسا اكثر ومواظبا في اتخاذ القرارات المصيرية والحاسمة وهذا يقوده لتحقيق اهدافه (Kirschenbaum, 1987: 77-104).

اما انخفاضه يجد الفرد صعوبة في اتخاذ القرارات ويصدر عنه سلوكيات غير مقبولة وغير سوية منها اقدام على التعدي على الآخرين والغضب الشديد فقدان الثقة بالعلاقات الاجتماعية والعديد من السلوكيات التي تكون نتيجة لضعف قدرة الفرد على المواجه للمواقف في حياته (Arslan, at, el, 2015: 95).

ويتضمن الالتزام مجموعة من البدائل على الفرد ان يتمسك باختياره للأهداف والقيم والمعتقدات ولا بد من الاشارة الى انه لا يكون ثابت ومطلق، فانقضاء وعدم المبالاة للتطور، ان الذي يمتلك هوية يكون قادرا مدى الحياة على تطوير نفسه مع ملاحظة الاستقرار والثبات على ما هو تم اختياره، فالتغير قد يحدث نتيجة تعدد الخبرات وتغيرها وتراكمها، لا يكون بصورة عشوائية انما هو نتاج لمراجعة والمتابعة المستمرة لأهدافه وما حققه منها (Theodorakis, y, 1996: 176).

وقد وجدت الباحثتان تدني في الالتزام الذاتي وضعفه عن حدوده، وما هو مقبول اجتماعيا في فئة الطالبات في المرحلة الاعدادية، الامر الذي حفزهما على الاهتمام بهذا الموضوع والبحث عن الوسائل ومنها البرامج الارشادية بأسلوب التفاعل التبادلي التكاملي لغرض تنمية الالتزام الذاتي بالقدر الممكن الذي يساعدن للعبور الى المراحل العمرية اللاحقة بشكل افضل، ان مشكلة البحث الحالي تكمن بالإجابة عن التساؤلات الآتية:-

هل هناك فاعلية للبرنامج الارشادي القائم على اسلوب التفاعل التبادلي التكاملي (Approach Integrative Interaction) في تنمية الالتزام الذاتي (Self - commitment) لدى طالبات المرحلة الاعدادية.

المطلب الثاني: أهمية البحث

الالتزام الذاتي (Self - commitment) يعد عاملا مهما وضروريا وذلك لكونه يساهم بالتحكم في نزاعات الفرد الداخلية والمثيرات الخارجية وتحويله من كائن سلبي الى ايجابي فعال فالالتزام الذاتي المنخفض ما هو الا نتيجة صعوبة في اتخاذ القرارات واصدار استجابات غير سوية مثل الغضب عدم تقبل، وفقدان العلاقات الاجتماعية مع الآخرين وغيرها من السلوكيات التي تؤدي الى عدم القدرة لمواجهة المواقف المتعددة في الحياة (Akin&Arslan, at, el, 2015: 15).

وفي الوقت الحاضر نحن بحاجة لتنمية الالتزام الذاتي لدى الطالبات وهذا ما اشارت له نتائج دراسة (احمد، ٢٠١٤) فمن الضروري تنمية الالتزام الذاتي، لكونه وسيلة مساعدة للأفراد تعمل على رفع التزامهم الذاتي، فالأفراد بطبيعتهم اجتماعيين يبتعدون عن العزلة (احمد، ٢٠١٤: ١٢٦).

أشارت نتائج دراسة الشخانية (٢٠١٠) وجود علاقة بين الالتزام الذاتي (Self – commitment) والكفاءة الذاتية (Self-Efficacy) و التعامل مع المشكلات والقلق التي تواجه الفرد خلال حياته وان عدم تكيف الفرد يعود الى عدم قدرته على التوافق مع الحياة (الشخانية، ٢٠١٠: ٣٣).

وذكرت الأدبيات ان التوافق النفسي الناجح هو شعور الفرد انه ملتزم بمشاعره وافكاره وسلوكه هذه القدرة تولد لديه شعورا انه فردا يتعامل مع ضغوطات وصعوبات الحياة (الالوسي، ٢٠٠١: ١٥).

والالتزام هو جهاز يستعمله الافراد للتحكم ومراقبة سلوكهم واقوالهم وافكارهم، والتغلب على المعوقات والصعوبات التي تعترضه (Waller, 2011: 88)، وان الفرد الذي لديه التزام ذاتي تكون له القدرة على التمسك بقراراته والسيطرة على افعاله لكونها تنبع من ذاته وليست من الرغبة (Theodorakis.y, 1996: 178).

وقد اشار (Holton, 2003) الى ارتباط الالتزام الذاتي (Self - commitment) بقوة الارادة اذا اعتقد ان قوة الارادة عنصر اساسي في الالتزام الذاتي فسلوك الافراد لا يتحدد من خلال رغبتهم ولكن يرتبط بقوة الارادة والاصرار على قرارات الفرد الصحيحة (Holton, 2003: 39-67) اما نتائج دراسة (Rudolf 1995) بينت الالتزام الذاتي هو احد محركات الفاعلية الفردية واساس ومدى الذات وعلاقتها بالآخرين (Rudolf & et al, 1995).

والالتزام الذاتي له اهمية لا نه يمس شخصية الفرد بشكل عام وشخصية الطالبة بشكل خاص لما يترتب على الطالبة ضبط النفس في علاقاتها مع زميلاتها ومدرستها، وتكون ملتزمة انفعاليا ولها القدرة على السيطرة على الانفعال الحاد وسلوكيتها ورغبتها في اشباع حاجاتها بصورة انية وقدرتها على تأجيلها للموقف المناسب وكذلك القدرة على التوافق مع البيئة المدرسية والانسجام مع الضوابط ومقاومة جميع الاغراءات سواء مادية او غيرها (Seligman & Duckworth, 2006: 940).

والارشاد النفسي يقدم الخدمات للأفراد في كافة مراحل حياتهم، لذلك فان هذه الخدمات تهدف الى مساعدة الافراد لاكتساب المهارات الاجتماعية والارشاد النفسي والشخصية وفهم مطالبهم التوافقية ومساعدتهم للوصول الى الحلول المناسبة، فالارشاد له دور مؤثر على تغير سلوك الافراد (Munro, 1979: 56). فالعملية الارشادية دورها مهم من خلال مساعدة الطالبة عن طريق مجموعة اجراءات وفنيات لكي يفهموا انفسهم ومساعدتهم للوصول الى اشباع حاجاتهم في الحاضر والمستقبل، فالارشاد عملية تعلم يترتب من خلالها نضج ونمو الافراد (الخالدي، ٢٠٠٨: ١٠).

والارشاد النفسي علاقة مهنية وصلة انسانية متبادلة فمن خلالها يتم التفاعل بين الطرفين (المرشد والمسترشد)، فهو عملية مخططة ومستمرة وبناءة، تهدف الى تشجيع ومساعدة الفرد، لكي يعرف ذاته ويفهم نفسه وخبراته الشخصية والعقلية والجسمية والانفعالية والاجتماعية، ويحدد حاجاته واشباعها ويتخذ قراراته في ضوء معرفته لنفسه، بالإضافة الى التدريب والتعليم الذي يقدمه المرشد او الوالدين سواء في المدارس او الاسرة (برزان، ٢٠١٦: ١٥)، فالخدمات الارشادية اصبحت مؤشرا لتقدم المجتمع واهتمامه ورقيه برعاية افراد، فبعد تعديل السلوك تكون لها اهدافها الاساسية وهي تحسين اداء الافراد وتوافقهم وتحسين ظروف حياتهم (التميمي، ٢٠١٤: ١٩).

ان المدارس النفسية متعددة واساليب الارشاد فيها مختلفة لكنها تشترك وتقوم على البحث لمصادر اجهاد الفرد، وتعمل على اعادة تأهيله نفسيا واجتماعيا في حدود قابلياته الشخصية (عكاشة، ١٩٧٧: ٢١٩).

اولا :- الاهمية النظرية (Theoretical side):

١- اهمية البحث الحالي تتمثل في دراسة الالتزام الذاتي (Self - commitment) والقاء الاضواء على هذه المشكلة لدى الطالبات للدراسة الاعدادية .

٢- يعرض البحث الحالي اسلوب التفاعل التبادلي التكاملي لتنمية وتحسين الالتزام لدى الطالبات الدراسة الاعدادية.

ثانيا : - الاهمية التطبيقية (The Practical side)

١- بناء مقياس للالتزام الذاتي لتشخيص الطالبات المتدني لديهن .

٢- بناء برنامج ارشادي بأسلوب (التفاعل التبادلي التكاملي) في تنمية الالتزام الذاتي لدى طالبات المرحلة الاعدادية.

المطلب الثالث: أهداف البحث

استهدف البحث الحالي التعرف على:-

- التعرف على الالتزام الذاتي لدى طالبات الدراسة الاعدادية.

- بناء برنامج ارشادي بأسلوب التفاعل التبادلي التكاملي (بيرن Berne)، لتنمية الالتزام الذاتي لدى طالبات المرحلة الاعدادية، ولتحقيق الهدف اعلاه اشقت الفرضية الصفرية الاتية :

- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين رتب درجات المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الالتزام الذاتي.

- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين رتب درجات المجموعتين التجريبية اسلوب التفاعل التبادلي التكاملي والمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي على مقياس الالتزام الذاتي.

- فاعلية اسلوب التفاعل التبادلي التكاملي في تنمية الالتزام الذاتي لدى طالبات الدراسة الاعدادية.

حدود البحث

يتحدد البحث الحالي بالاتي:-

طالبات المرحلة الاعدادية الدراسة الصباحية التابعة للمديرية العامة لتربية بغداد الرصافة الاولى للعام الدراسي (٢٠٢٢-٢٠٢٣).

المطلب الرابع: تحديد المصطلحات

تم تحديد لاهم المصطلحات الواردة في البحث الحالي كما يلي :-

فاعلية (Affection) عرفها الحنفي (١٩٩٥):

هو مقدار او كمية التغير التي تطرأ على المتغير التابع بعد ان يتعرض للمتغير المستقل وتأثيره (الحنفي، ١٩٩٥: ٢٥٣).

البرنامج الارشادي (Counseling Program) عرفه (عبد العظيم ٢٠١٣) هو مجموعة خطوط منظمة وقائمة على اساس علمي هدفها تقديم خدمات تساعد الفرد او الجماعة لفهم والتعرف على مشاكلهم للوصول الى الحلول وتنمي المهارات والقدرات للأفراد حتى يحققوا نموهم السوي في جميع المجالات من حياتهم، ويتم ذلك عن طريق جلسات ارشادية منظمة تسودها علاقة متفهمة متبادلة بين طرفين المرشد والمسترشد (عبد العظيم، ٢٠١٣ : ١٥).

اسلوب التفاعل التبادلي التكاملي (Integrative Interaction Approach)

عرفه العالم بيرن (Berne) هو اسلوب علاجي نفسي فردي وجمعي هدفه اعادة بناء والتنظيم للانسان ويركز ويهتم على تفاعل والتليل للعلاقات الاجتماعية وذلك بانتقال بين ادوار حالات الانا (الوالد، الراشد، الطفل) (باترسون، ١٩٩٠ : ٣١٨).

التعريف النظري التفاعل التبادلي التكاملي
اعتمدت الباحثة في تعريف اسلوب التبادل التكاملي على المنظر بيرن (Berne, 1963).

التعريف الاجرائي
اسلوب التفاعل التبادلي التكاملي يتضمن مجموعة من الفنيات (التساؤل، التحديد، المواجهة، التوضيح، التثبيت، الالعاب، الحميمية، المسليات، المعززات، قواعد الاتصال).

الالتزام الذاتي (Self – commitment)
عرفه غيث (٢٠٠٩)

هو العمل الذي يقوم به الفرد يدفعه شعوره لتحقيق هدف مرغوب من خلال اقناعه بمعايير الاجتماعية والذاتية والاخلاقية ومدى توافقه واندماجه معها (غيث، ٢٠٠٩ : ٧١).

رضوان (٢٠٠٩)

هو قناعة الفرد الداخلية وخبرته بأن لديه تأثير على مواقف حياته من خلال الالتزام بانفعالاته ودوافعه في مواقف معينة، وتأجيل ما لم يستطيع اشباعه في الوقت الحالي (رضوان، ٢٠٠٩ : ١٨٠).

باندورا (Bandura 1997)

هو سيطرة الفرد على دوافعه ومشاعره وفعاله ويكون لديه القدرة على التحكم بها ويوجهها باستخدام اساليب معرفية ودراسة العواقب التي تترتب عليها (Bandura, 1983).

التعريف النظري لـ (الالتزام الذاتي)

تبنت الباحثة تعريف (باندورا Bandura ١٩٩٧).

التعريف الاجرائي لـ (الالتزام الذاتي)

الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب عن طريق اجابته على الفقرات مقياس الالتزام الذاتي.
المرحلة الاعدادية

"هي المرحلة الدراسية الثالثة في سلم النظام التعليمي في العراق بعد المرحلة الابتدائية والمتوسطة ومدة الدراسة فيها ثلاث سنوات يقبل الطالب في الدراسة الاعدادية من اكمل الدراسة المتوسطة او مابعدالها" (وزارة التربية، ١٩٨١ : ٨١).

المبحث الثاني

الاطار النظري

المطلب الاول : مفهوم الالتزام الذاتي

يعتبر مفهوم الالتزام الذاتي من المفاهيم التي اهتم علم النفس الاجتماعي بها، فمنذ القدم بدء الاهتمام فيما يخص الأدوار وتطوير الشخصية للفرد، وذلك لكونه يتضمن اعادة تقييم الشخص لنفسه ومدى قابليته للسيطرة على السلوك وذلك من خلال التعديلات التي يجريها بالعوامل الداخلية والتي تجعل الشخص يلتزم ذاتيا بالقوانين المجتمعية من خلال مراقبته للذات مما يجعلها تسير بالاتجاه المناسب والصحيح (Fink & Kraus, 2008: 23).

الالتزام هو مفهوم يرتبط بعدد من مفاهيم مثل الحديث مع الذات، ارادة ووعي وعزم الذات للسلوك التصدي للمثيرات فالالتزام الذاتي هو عملية تحكم واستقلال الافراد ذاتيا بأفعالهم الخاصة، فالفرد يوجه ويعد نشاطاته حتى تتلائم مع اهدافه ويركز على كيفية تنشيط وتغيير سلوكه في اشكال متنوعة (Paris, 2001: 89).

استخدم مفهوم الالتزام الذاتي بمجالات مختلفة في علم النفس و اشار فيها ان الفرد يمتلك توقعات ناجحة وميله الى الاعتقاد بأن لديه امكانية كافية لتحقيق رغباته وميوله وطموحاته، وهذا ما اكدته الدراسات والابحاث ان الفرد الذي يمتلك احساس عال بالالتزام الذاتي له القدرة التأثير في مواقف حياته، وكذلك التحكم والسيطرة على جميع الضغوط التي يتعرض اليها، ويقوم باستخدام استراتيجيات والخطط والبرامج معرفية وسلوكية قوية محكمة، لكي يضمن سيرته ونفوذه على المواقف والاحداث (عبد العزيز، ٢٠١٠ : ١٣٧).

نظرية التعلم الاجتماعي (البيرت باندورا) Albert Bandura

وضع عالم النفس (باندورا Bandura, 1977) نظريته فيرى فيها ان عملية الالتزام الذاتي تعود الى كفاءة الفرد ومعتقداته الذاتية، وتظهر خلال ادراكه المعرفي لخبراته وقدراته المتعددة الشخصية، ومدى سيطرته في استجاباته وتوافقه خلال افعاله، وثقته بنفسه في مواجهة كل ضغوط التي يمر بها في حياته، لذلك يكون الالتزام الفرد على ما يقوم بانجازه ومثابرتة والجهد ومقداره وتقويمه لذاته ومدى قدرته على مقاومة الفشل، فالفرد تكون لديه فكرة او افكار عن ذاته بأنه لديه القدرة على السيطرة وتوجيه ذاته وانه فرد مواظب ومجتهد وتصرفه جميل، وله تأثير فعال في حياته ومتطلبات البيئة، ويتأثر في الكيفية والطريقة التي يدركها لذاته (Bandura, 1977 : 195).

فإذا كان تصرف الفرد يتحدد بناء على العقاب والتدعيم، فسوف يتصرف الآخرين مثل دورات أو طواحين الرياح، ويكون انتقالهم في اتجاه متضارب لكي يصل الى التوافق مع ما يقع عليه من تأثيرات، لكن الافراد يضعون مستوى معين لسلوكهم وتكون الاستجابة لا فعالهم بطريقة تضمن عقاب أو تعزيز الذات. فالالتزام الذاتي هو سيطرة على الاستجابة الانفعالية والعقلية والسلوكية، في مواقف حل المشاكل والصراع المتباينة والمختلفة التي تعترض للفرد.

وحدد (باندورا Bandura) الالتزام هو قدرة الفرد على سيطرة بسلوكه الخاص، وهو القوة المحركة للفرد وشخصيته، فالأفراد يملكون قابلية وقدرة على السيطرة لسلوكهم، فعندما يكون الافراد لديهم افكار مناسبة وغير مناسبة عن السلوك، ويختار التصرف تبعاً لذلك عند الملاحظة واصدار احكام ذاتية ومقارنتها مع معايير وضعها لنفسه او موجودة في المجتمع.

واضاف (باندورا Bandura) ان الالتزام الذاتي هو عملية التحكم على استجابة سلوكية، عقلية انفعالية باستخدام الاسلوب المعرفي في مواقف متباينة ومختلفة يصدر عنها تعزيز للذات .

وأشار الى التكيف الاجتماعي له الآليات والالتزام هو الية منها، يمارسها الافراد عندما يلاحظون ان سلوكهم غير مقبول اجتماعياً من الآخرين، فيقوم بتعديل وتغيير وتنظيم سلوكه، ثم يعمل على مكافئة الذات كلما حقق اهداف مرغوبة (عبد الرحمن، ١٩٩٨: ٦٥٤).

المطلب الثاني :- الاسلوب التفاعلي التبادلي التكاملي (ابريك بيرن Berne)

التحليل التبادلي (تحليل المعاملات) هو نظرية للتواصل والشخصية، تم تطويرها على يد المنظر (ابريك بيرن Berne)، وهو الذي درس التحليلية في مجال التحليل النفسي، لكنه حول هذا الاتجاه لعدم رضائه عن التحليل النفسي، فكون نظرية في العلاج واكد على اهمية تحليل التفاعل الاجتماعي في بلورة وصقل شخصية الانسان، فدعى في نظريته وصول الفرد الى امكانياته ودرجات نموه بأقصى درجة والتكيف الاجتماعي، وكذلك وصوله الى الشخصية المستقبلية، والتخلص من انا الطفل والابوي المسيطرة على الشخصية للفرد (الخواجا، ٢٠٠٩ : ٢٠٧). فافترض (بيرن Berne) وجود " حالات الانا " (الراشد، الوالد، الطفل) واهتم بالظواهر داخل الذات عن طريق التبادل العلائقي (المعاملات).

وضح (بيرن Berne) المقاربة للتحليل التبادلي انها " نظرية اجتماعية تركز على تحليل التفاعلات في طرف شامل ومنتهى معتمدة في ذلك على الحالات الداخلية للفرد" (Cardon, 1981: 11).

وعرفها ايضا : " الوحدة الاساسية للتفاعلات الاجتماعية والتي تعتمد على دراسة حالات الانا التي يوظفها الفرد اثناء تفاعل مع الآخرين" (Cuillaneux, 2013: 14).

نظرية التحليل التبادلي (Analyse Transactionnelle) واختصارها بالرمز "T A"

تأسست على يد طبيب النفسي الأمريكي (اريك بيرن ١٩٥٠ - ١٩٧٠) " يهدف تحليل التبادلات لزيادة الوعي لدى الفرد وفهم افضل لما يحدث هنا والان في العلاقات بين شخصين او مجموعات" (الخواجا، ٢٠٠٩ : ٢٠٧).

بدعت فكرة النظرية بمجال عملي بعيدا عن التنظير عندما كان (بيرن Berne) يختبر الحدس الاكلينيكي لمعرفة مهنة مجند قادم للاستشارة بصفته منتسب بالجيش، واكتشف ان لديه القدرة للتكوين المميز التركيبي للذات الانسانية بعدد من الحالات للذات، ومن خلال تطبيقاته في مجال الاكلينيكي، وخاصة في العلاج بدأ بتحديد خطوات النظرية:

١- تحليل التركيبي (Analyse Structurale)

ويمثل التركيبي للشخصية وما يدور داخل الافراد من سلوكيات وحوادث واستراتيجيات، وتحديد حالات للذات ومجال نشاطها بعضها لبعض.

٢- تحليل التفاعل (Analyse Transactionnelle)

هو طريقة تفاعل متداخلة لحالات الانا لشخص ما وحالات اخرى للانا موضوع التفاعل، لذلك سميت النظرية على اسم الثاني للمراحل بالرغم من الاهمية للمرحلة الاولى.

التشخيص لحالات الانا Ego States

هي نمط متماسك، ثابت، متين من التفكير Thinking والسلوك Behavior والشعور Feeling، يقوم بها الافراد في وقت واحد (www.rpi.edu)، فهي المفهوم الذي يدل على هناك رغبة كامنة لدى كل فرد لثلاث حالات من الانا، وهناك نموذجين اساسيين لهذه الحالات :

١- نموذج تركيبي Structional Model

٢- نموذج وظيفي Functional Model (ابو جادو، ٢٠٠٩ : ٢١٤).

٣- بنية الشخصية

٤- تتكون الشخصية عند (بيرن) من النظام الثلاثي للانا Ego هي الراشد (Adult) الوالد (Parent) والطفل (Child)، ويقصد بهذه حالات العقل وترتبط بها انماط سلوكية كما هي

* **الانا الوالد Parent Ego state**، تتمثل بالأنشطة المعرفية والقائمة ايضا على التقمص فكل البالغين والافراد لديهم اباء سواء كانوا حقيقيين او بدلاء.

* **الانا الراشدة The Adult Ego State** هي تمثل الاداء الداخلي النفسي وترتكز على تقدير احتمالات، واتخاذ قرارات ايجابية وكل فرد بداخله (أنا راشد) وهي ضرورية للبقاء وتنظيم الأنشطة الوالدية، وحالة الانا الطفل وهي تتوسط بين الاثنين (الشناوي، ١٩٩٤ : ٣٤٨).

* **الانا الطفل The Child Ego State** كل راشد كان من قبل طفل، وذكريات ومخلفات هذه الطفولة تظل الى نهاية حياته(ملحم، ٢٠١٠ : ١٤٥).

المبحث الثالث

منهجية البحث واجراءاته

المطلب الاول: منهجية البحث اتبع الباحثان المنهج التجريبي لتحقيق اهداف البحث الحالي.

المطلب الثاني: مجتمع البحث community of Research

لقد شمل المجتمع للبحث الحالي طالبات مرحلة الاعدادية لمديريات تربية محافظة بغداد للدراسة الصباحية للعام الدراسي (٢٠٢١ - ٢٠٢٢)، والبالغ عددهم (١٠٧٩٠١) طالبة، ولقد تم الحصول على هذا العدد من قسم التخطيط التربوي في وزارة التربية.

المطلب الثالث :- عينات البحث Research Samples**■ عينة التحليل الاحصائي Statistical Analyzing Sample**

هو المجموعة الجزئية من المجموعة الكلية (عودة والخليلي، ٢٠٠٠: ١٥) فهي ممثلة للمجتمع ولها خصائص مشتركة لمجتمع الدراسة (ابو صالح وعوض، ٢٠١٠: ١٧٠)، حيث بلغت العينة (٢٠٠) طالبة تم اختيارهن بشكل عشوائي من مجتمع البحث المتمثل بطالبات الدراسة الاعدادية لمحافظة بغداد.

■ عينة التصميم التجريبي Experimental Design

لاختيار عينة التجربة للأسلوب الارشادي التفاعلي التكاملي، قامت الباحثتان بالإجراءات التالية:

١- طبق مقياس الالتزام الذاتي على طالبات الصف الرابع الاعدادي عينة التصميم التجريبي والبالغة عددهم (١٠٠) طالبة. تحديد الطالبات ممن يعانون من انخفاض مستوى الالتزام الذاتي، حيث شملت العينة للتصميم التجريبي (٢٠) طالبة، تم توزيعهم بطريقة العشوائية الى مجموعتين، بواقع (١٠) طالبات لكل مجموعة التجريبية (١٠) طالبات للمجموعة الضابطة.

المطلب الرابع: اداتا البحث

لتحقيق هدف البحث يتطلب بناء اداتا للحصول على النتائج وهي :-

- مقياس الالتزام الذاتي .
- برنامج ارشادي بأسلوب التفاعل التبادلي التكاملي (بيرن Berne)

مقياس الالتزام الذاتي

اطلعت الباحثتان على الادبيات والدراسات السابقة لم تحسلا على مقياس يتلائم فقراته مع عينة البحث الحالي لذلك كان عليهن اعداد مقياس لقياس الالتزام الذاتي لدى طالبات الدراسة الاعدادية. وحسب ما حددها Allen & Yen (1979) في بناء المقاييس والاختبارات النفسية ندرجها كالآتي:-

-اعتماد نظرية باندورا (Bandura) لتحديد مفهوم الالتزام الذاتي و مجالاته الاساسية.

- مجالات مقياس الالتزام الذاتي هي:-

المجال الاول : الضبط والتحكم الذاتي : هو قدرة الفرد على ضبط الافعال والسلوك والمشاعر، وقدرته على التحكم والسيطرة وتقويمه لجميع المواقف والتمسك بالأنظمة الاجتماعية والشخصية .

المجال الثاني :- الملاحظة الذاتية : هو نظرة الشخص الى ذاته وسلوكه ومراقبته لها خلال المواقف الحياتية المختلفة، وإدراك الانتباه للتمييز بينهما وملاحظة ما يترتب على السلوك من نتائج.

المجال الثالث :- تخطيط الاهداف : التخطيط يشير الى امكانية الفرد في تحديد اهدافه المرغوبة لتحقيقها خلال التعلم وعند استعمال مهارات التنظيم المناسب لتحقيق اهداف يسعى لها (Bandura,1991: 953).

صلاحية فقرات المقياس:

ان اعداد التعليمات للمقياس يعتبر مطلب اساسي في بناء المقاييس النفسية، ويجب ان تتميز بالوضوح، ولا يتم الاشارة الى الهدف بطريقة مباشرة، وذلك لكونها تؤثر على اجابة المجيب فيزيق الاجابة (علام، ١٩٨٦: ٤٤).

للتحقق من الصلاحية لفقرات مقياس الالتزام الذاتي ومجالاته قامت الباحثتان بعرضه على خبراء من المتخصصين وعددهم (١٢) خبير في تخصص الارشاد والصحة النفسية والقياس والتقويم وعلم النفس وعرضه بصيغته الاولى لبيان آراءهم وملاحظاتهم بخصوص التعريف للمتميز ومجالاته وكذلك بيان آرائهم في صلاحية الفقرات وملائمتها لقياس الظاهرة التي وضعت لأجلها . وبعد جمع الاجابات من المحكمين وملاحظاتهم، اعتمدت الباحثتان النسبة المئوية في الحكم على آراءهم للإبقاء على الفقرة في المقياس، والفقرة التي لم تحصل على نسبة مئوية اقل من (٨٠%) تحذف من المقياس. وبهذا فقد حصلت جميع الفقرات على النسبة المئوية بلغت (١٠٠%)، وعدد الفقرات للمقياس هي (٢٤ فقرة) بصيغته النهائية، وبهذا عدت جميع فقرات المقياس بمجالاته الثلاثة صالحة

التحليل الاحصائي لفقرات مقياس الالتزام الذاتي.

ان من الخطوات الاساسية لبناء المقاييس هو التحليل الاحصائي، لأنه يساعد على الكشف عن الخصائص السيكمترية ، وهذا يساعد الباحثين في الاختيار لفقرات المناسبة واستبدال وتعديل الفقرة الغير مناسبة مما يساعد على زيادة الصدق والثبات للمقياس (Anastasi & Urbina, 1997: 19) والتحليل الاحصائي يعد اهم وافضل من التحليل المنطقي، لكونه الاخير لا يساعد على الكشف عن الصدق للفقرات بشكل دقيق و لكونه يركز على التمعن الظاهري للفقرة فلذلك يتأثر بالحكم الذاتي للفرد (فرج، ١٩٨٠: ٣٣١-٣٣٢).

وعلماء القياس النفسي يتفقوا على الاهمية من التحقق للقوة التمييزية لمعاملات الصدق والفقرات وفيما يلي اجراءات التي قامت بها الباحثتين للتحليل الاحصائي:-

القوة التمييزية للفقرات:

اشار ابل (Ebel, 1972) ان هدف اجراء تميز الفقرات هو ابقاءها على الفقرات الجيدة اما الفقرة التي لا تميز المفحوص فتستبعد من المقياس (Ebel, 1972: 393)،

ولأجل ذلك استخدمت الباحثتان أسلوب المجموعتين المتطرفتين وعلاقة الفقرة بالدرجة الكلية بعد جمع استجابات الطالبات للمقياس وتصحيحها، وطبق الاختبار التائي (t-test) لعينتين مستقلتين للتعرف على دلالة الفروق بين متوسطي المجموعة العليا و الدنيا ، وكما موضح في الخطوات الآتية:-

١. تصحيح اجابات الطالبات عن المقياس وتم التحديد للدرجة الكلية التي حصلن عليها كل واحدة على المقياس.

٢. تحديد الدرجة الكلية للاستمارات، حسب مجموع الدرجات للفقرات.

٣. رتبت الاستمارات تنازلياً لكل أسلوب من اعلى درجة إلى اوطأ درجة.

٤. تحديد النسبة (٢٧%) للمجموعة العليا، البالغة (٥٤) استمارة، و(٢٧%) للمجموعة الدنيا البالغة (٥٤) استمارة أيضاً، وبذلك يكون قد تم فرز مجموعتين اقصى تمايز واكبر حجماً.

٥. استعملت الباحثتان الاختبار التائي (t-test) لعينتين مستقلتين وذلك لاختبار الفروق بين متوسط درجات المجموعة العليا والدنيا في كل فقرة وتعد القيمة التائية مؤشر لتمييز جميع الفقرات عند مقارنتها بالقيمة الجدولية (١,٩٦). وكانت جميع الفقرات مميزة عند مستوى دلالة (٠,٠٥)، وبدرجة حرية (١٠٦)، وبذلك يصبح المقياس بصورته النهائية مؤلف من (٢٤) فقرة ملحق (١) والجدول (١) يوضح ذلك.

جدول (١) القوة التمييزية لفقرات مقياس الالتزام الذاتي

ت الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة	مستوى دلالة ٠,٠٥
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
1	3.167	1.950	1.537	1.239	5.257	دالة
2	3.574	1.644	1.667	1.166	7.055	دالة
3	4.167	0.423	2.556	1.003	11.029	دالة
4	4.796	0.762	2.204	1.219	13.443	دالة
5	3.907	1.170	1.093	0.401	16.963	دالة
6	4.574	0.815	2.519	1.397	9.471	دالة
7	2.963	1.517	1.056	0.231	9.266	دالة
8	4.426	1.109	2.130	1.518	10.134	دالة
9	4.074	1.242	2.019	1.394	9.382	دالة
10	3.481	1.314	1.648	0.482	9.765	دالة
11	2.889	1.777	1.278	0.787	6.179	دالة
12	3.426	1.487	1.352	0.872	8.967	دالة
13	3.463	1.239	1.907	0.559	8.528	دالة
14	3.648	1.494	1.519	0.966	8.921	دالة
15	4.833	0.694	2.204	1.571	11.415	دالة
16	4.185	0.585	1.611	0.940	17.327	دالة
17	4.407	1.367	1.889	1.396	9.607	دالة
18	3.778	1.610	1.481	1.077	8.837	دالة
19	4.537	0.770	1.611	1.140	15.856	دالة
20	3.963	1.273	1.389	0.920	12.215	دالة
21	4.852	0.596	1.426	0.964	22.541	دالة
22	4.870	0.478	2.222	1.003	17.765	دالة
23	3.981	1.296	1.833	1.424	8.316	دالة
24	4.111	0.769	1.667	0.911	15.282	دالة

■ علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية :

تعتبر الدرجة الكلية للمقياس هو محتوى السلوك التي تقيسه في الاختبار، فالفقرة الواحدة تسير في نفس مسار المقياس، ودرجة الارتباط عندما تكون عالية يدل ذلك على ان تجانس الفقرات في قياس الظاهرة المراد قياسها في الاختبار، لذلك يعتبر الأسلوب هذا من اساليب الجيدة و الدقيقة لحساب اتساق الداخلي للفقرات في المقياس (الزوبعي وآخرون، ١٩٨١: ٣٦)، واستعملت الباحثتان للغرض اعلاه معامل ارتباط بيرسون (Person correlation coefficient) للتعرف على العلاقة الارتباطية بين درجة كلّ فقرة والدرجة الكلية للمقياس، حيث تكونت العينة من (٢٠٠) طالبة، وتبين بأن كل معاملات الارتباط دالة احصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠٥) حيث كانت قيم معامل الارتباط بالدرجة الكلية اكبر من القيمة الجدولية البالغة (٠,١٣٩) بدرجة حرية (١٩٨) عند مستوى دلالة (٠,٠٥). والجدول (٢) يوضح ذلك.

جدول (٢) معامل الارتباط درجة كل فقرة بالدرجة الكلية للمقياس

الفقرة	معامل ارتباط بيرسون	الفقرة	معامل ارتباط بيرسون	الفقرة	معامل ارتباط بيرسون
1	0.418	9	0.543	17	0.538
2	0.524	10	0.704	18	0.556
3	0.751	11	0.432	19	0.717
4	0.679	12	0.550	20	0.641
5	0.716	13	0.539	21	0.753
6	0.623	14	0.557	22	0.779
7	0.616	15	0.584	23	0.521
8	0.558	16	0.791	24	0.692

■ **علاقة درجة الفقرات بدرجة المجال التي تنتمي اليه :**

ان الترابط للمجال فيما بينها يظهر من خلال ارتباط الفقرات بالدرجة الكلية للمكون الذي ينتمي لها (عودة، ١٩٩٨: ١٠٢)، ولتحقق من ذلك استخدم معامل ارتباط بيرسون لحساب معامل الارتباط بين الدرجات الطالبات لكل فقرة من فقرات المقياس وبين الدرجة الكلية، تبين ان جميع معاملات الارتباط دالة احصائيا عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٩٨) وعند مقارنتها بالقيمة الحرجة (٠,١٣٩) وهذا المؤشر يدل على ان فقرات الاختبار ينتمي الى مجالاتها وكما موضح بالجدول رقم (٣).

جدول (٣) معاملات الارتباط بيرسون بين كل فقرة والمجال الذي تنتمي اليه

الضبط والتحكم الذاتي		الملاحظة الذاتية		تخطيط الاهداف	
ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط
1	0.550	9	0.610	17	0.581
2	0.616	10	0.684	18	0.618
3	0.740	11	0.534	19	0.721
4	0.681	12	0.636	20	0.681
5	0.734	13	0.626	21	0.788
6	0.627	14	0.626	22	0.797
7	0.672	15	0.617	23	0.606
8	0.636	16	0.773	24	0.736

المطلب الخامس : الخصائص السيكومترية للمقياس :-**صدق المقياس**

صدق المقياس يتمثل بانه يقيس فعلا السمة او الصفة المراد قياسها ولا يقيس صفة اخرى بدل منها ومن الخصائص الواجب توفرها في المقياس هو الصدق (ملحم، 2000: 273)، ولتحقق من ذلك اعتمدت الباحثة المؤشرات الاتية:-

الصدق الظاهري Face Validity

يرى كل من آلن وبين (Allen & Yen, 1979) ان الصدق الظاهري يتم التحقق منه عندما نحصل على قرار او حكم من مختص بأن هذا المقياس يناسب السمة او الصفة او المفهوم المطلوب قياسه (Allen & Yen, 1979: 96)، وتم التحقق من ذلك لمقياس الالتزام الذاتي وذلك بعرضه على مجموعة من خبراء مختصين في الارشاد النفسي علم النفس النمو والقياس والتقويم والبالغ عددهم (١٢) محكما، واخذ بأرائهم وتوجيهاتهم وملاحظاتهم من حيث :

- صلاحية فقراته في قياسها لما وضعت من اجله، وملائمة فقراته للمجال الذي استخدم فيه، والقيام بالتعديلات اللازمة (حذف، اضافة، دمج، تعديل) وعدلت بعض الفقرات كصيغة لغوية من المقياس، واعتمدت نسبة اتفاق ٨٥% فأكثر.

صدق البناء Construct Validity

يعتبر صدق البناء من اكثر الانواع تمثيلا للصدق، فهو قياس المقياس لمفهوم نفسي او تكوين الفرضي (ربيع، ١٩٩٤: ٩٩)، وأشار كل من كرونباخ وميهل (Kronbach & Meehl) حيث اعتبر صدق البناء مؤشر مهم لتوضيح الفروق بين الافراد والجماعات في القياس للمفهوم او الموضوع المعين، فمنطقيا نفترض ان الافراد من الممكن ان يختلفون في الخاصية المراد قياسها فيما بينهم، لذلك فالتحقق من القوة التمييزية للفقرات يعد مؤشرا لصدق البناء.

لتحقيق ذلك فقد اعتمدت عينة التحليل الإحصائي البالغ عددها (٢٠٠) طالبة، استعمل معامل ارتباط بيرسون (Person Correlation) تبين ان جميع المجالات تقيس مفهوم الالتزام الذاتي، فكانت معاملات الارتباط لكل مجال ذات دلالة احصائية، فكانت قيمها المحسوبة اعلى من القيمة الحرجة (٠,١٣٩) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٩٨) وهذا مؤشر لصدق البناء يعتبر جيد، الجدول رقم (٤) موضح ذلك.

الجدول (٤) مصفوفة الارتباطات الداخلية لاختبار الالتزام الذاتي

المجالات	الدرجة الكلية	الضبط والتحكم الذاتي	الملاحظة الذاتية	تخطيط الاهداف
الدرجة الكلية	1	0.919	0.915	0.938
الضبط والتحكم الذاتي		1	0.770	0.789
الملاحظة الذاتية			1	0.789
تخطيط الاهداف				1

ثبات المقياس Reliability:

الثبات يشير الى التباين في مجموعات قياسات متكررة لفرد واحد (ثورنديك و هيجن ١٩٨٦: ٧٣) ومن خلال سلسلة الاجراءات لقياس التساق لدرجات الاستجابة ومنها الاتساق الخارجي (External Consistency) ولتحقيق ذلك عندما تكون نتائج المقياس ذاتها فيما اذ نعيد نفس التطبيق خلال فترة زمنية معينة، لتحقيق الاتساق الداخلي (Internal Consistency) اذا كانت فقرات المقياس تقيس سمة او صفة ذاتها (Holt & Irving, 1971: 60). لمعرفة الثبات للمقياس الالتزام الذاتي استخدمت الباحثان في استخراج الثبات بطريقتين:

أ- طريقة الاختبار - إعادة الاختبار Test- Retest Method:

لحساب الثبات بطريقة الاختبار اعيد تطبيقه المقياس على عينة الطالبات تكونت من (٤٠) طالبة، بفترة زمنية فاصلة مقدارها (١٤) يوم عن التطبيق الاول، بعدها حسب معامل ارتباط بيرسون بين التطبيقين حيث بلغ (٠,٨٧) وتعتبر القيمة مؤشرا جيد لاستقرار الاجابات للطالبات على المقياس عبر الفترة الزمنية.

ب- معادلة ألفا كرونباخ Cronbach's Alpha:

هذه الطريقة تعد من الطرق التي تفضل لقياس معامل الثبات، لكونها تقيس التجانس والاتساق الداخلي في الفقرات للاختبار (Anstasi and Urbina, 1997: 95)، اي ان فقرات المقياس تقيس جميعها الصفة نفسها فعلا، وتعتمد الطريقة هذه على اتساق أداء الطالبات من فقرة لأخرى لذا أستخرج معامل الثبات بالطريقة هذه لدرجات استمارات العينة البالغة (٢٠٠) طالبة، وباستخدام معادلة كرونباخ فبلغ معامل ألفا (٠,٨٥) وهو ثبات جيد.

المبحث الرابع**المطلب الاول : بناء برنامج ارشادي**

ان الاختيار للبرنامج الارشادي لا يأتي من فراغ، وانما اتباعا لنظرية محددة وتصميم البرنامج يتم ضمن محكات اهمها ان يكون هناك اساس نظري صحيح واضح مدعما بالدراسات العلمية للمفاهيم التي يتضمنها البرنامج والاسباب لهذه الظاهرة ومتغيرات التي ترتبط بها، والبرنامج يستجيب لميول الطلبة ودوافعهم وكذلك مدى ملائمة الثقافية والاجتماعية للأفراد من حيث محتواها، فالبرنامج الارشادي هو مجموعة منظمة من الاجراءات المخططة لها، بناء على اساس علمية تعتمد على المبادئ والقياسات والهدف منها مساعدة الافراد وتقديم الخدمات لكي يفهموا مشاكلهم ويتوصلوا الى الحلول واتخاذ القرارات (ابوسعدي، ٢٠١٨: ٣٤٣).

ويهدف البرنامج الارشادي الى ارشاد الافراد وتوعيتهم وتوجيههم بموضوعات لها علاقة بمراحل اعمارهم المختلفة وبينتهم النفسية بكل ما يحيط بهم في المدرسة، المنزل والمجتمع.

المطلب الثاني : الخطوات في بناء البرنامج الارشادي :-

* اسلوب التفاعل التبادلي التكامل (بيرن)، اتبعت الباحثتان الخطوات التالية في بناء البرنامج الارشادي

- تحديد الاهداف، الاعتماد على النظرية المتبناة، تحديد مواضيع الجلسات، الفنيات.
- حددت المواضيع للجلسات في العملية الارشادية بالاعتماد على الفقرات لمقياس الالتزام الذاتي في البرنامجين، اضافة الى ذلك الفنيات التي استخدمت في الجلسات، وقد قامت الباحثة بصياغة عناوين الجلسات الارشادية الاجرائية وقد عرضت على عدد من المختصين والخبراء .
- التحكم للبرنامج والتقويم (صدق):
- قبل التطبيق للبرنامج يتم عرضه على متخصصين للتأكد من الصدق وقدرته على استنباط التغير المستهدف، ويكون مناسب للفئة المطلوبة والمستفيدة من البرنامج، وان تكون الاساليب المستخدمة له مناسبة (الدريني، كمال، ٢٠٠٦: ١٠) وعلى ذلك عرض البرنامج على مختصين وخبراء وتمت جهوزية البرنامج النهائية.
- المستفيد من البرنامج
- الفئة المستفيدة من البرنامج هن طالبات المرحلة الاعدادية (الصف الرابع العام) وذلك لاهمية هذه الفئة والمرحلة العمرية التي هن بها والتي تعتبر ركيزة اساسية للمجتمع، فتتميز هذه المرحلة (مرحلة المراهقة) بتغيرات في افكارهن ومشاعرهن فعلينا تذليل العقبات التي تواجههن والصعوبات لكي يتكيفن مع حاضرنهن ومستقبلهن.
- مكان الارشاد
- تم تطبيق الجلسات للبرنامج الارشادي في اعدادية البسالة للبنات التابعة لمديرية تربية الرصافة الاولى / بغداد وقامت ادارة المدرسة بتوفير المكان المناسب لانعقاد الجلسات.
- المدة الزمنية للتطبيق البرنامج
- وزعت الباحثتان الطالبات على مجموعتين تجريبية وضابطة وطبقت على المجموعة الاولى اسلوب التفاعل التبادلي التكامل، وتركت المجموعة الضابطة دون تطبيق، وكان عدد الجلسات (١٢) جلسة ارشادية امتدت لفترة زمنية بلغت (٦ اسابيع) بمعدل

جلستين لكل مجموعة في الاسبوع، ابتداء من يوم الاحد بتاريخ ٢٠٢٢/١١/٦ لغاية يوم الخميس بتاريخ ٢٠٢٢/١٢/١٥، استغرقت الجلسة الواحدة (من ٤٠ الى ٤٥) دقيقة، وكانت مواعيدها الساعة العاشرة صباحا ليوم الاحد والثلاثاء، وبعد الانتهاء من الجلسات اجريت الباحثان اختبار بعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة.

المبحث الخامس :

عرض النتائج والتوصيات والمقترحات

تضمن الفصل عرض النتائج وتفسيرها والمناقشة في ضوء اهداف وفرضيات البحث :

الهدف الاول: طبقت الباحثتان مقياس الالتزام الذاتي على (١٠٠) طالبة وكما في الجدول (٥)، تم حساب المتوسط الحسابي حيث بلغ (٩١،٦٨) وانحراف معياري قدره (١٦،٩١) درجة، وبلغ المتوسط الفرضي (٧٢) درجة، وبلغت القيمة التائية المحسوبة (١،٨٢٧) وهي اصغر من القيمة الجدولية البالغة (١،٩٨) بدرجة حرية (٩٩) وهذا يعني ان عينة الطالبات يمتلكون التزام ذاتي بشكل متوسط .

جدول رقم (٥) نتائج الاختبار التائي للتعرف على مستوى الالتزام الذاتي لدى الطالبات

العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط النظري	القيمة التائية	
				المحسوبة	الجدولية
١٠٠	٦٨،٩١	١٦،٩١	٧٢	١،٨٢٧	١،٩٨

الهدف الثاني: بناء برنامج ارشادي قائم على التفاعل التبادلي التكاملي في تنمية الالتزام الذاتي لدى طالبات الصف الرابع الاعدادي وتم تحقيق الهدف في الخطوات والاجراءات التي اتبعتها الباحثتان وقد تم توضيحها في الفصل الرابع.

الفرضية الاولى: لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (٠،٠٥) بين متوسطات درجات طالبات المجموعة التجريبية التي يتم ارشادها باستخدام اسلوب التفاعل التبادلي التكاملي في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس الالتزام الذاتي.

قامت الباحثان باستخدام اختبار "ولكوكون (wilcoxon) للتحقق من صحة الفرضية وكذلك للكشف عن الفروق بين الاختبار القبلي والبعدي، بالنسبة لمتوسطات رتب درجات المقياس (الالتزام الذاتي) للمجموعة التجريبية وقد بلغت قيمة ولكوكون المحسوبة البالغة (صفر) وهي اصغر من القيمة الجدولية البالغة (٨) عند مستوى دلالة (٠،٠٥) . وعليه نرفض الفرضية الاولى وتقبل الفرضية البديلة ، وهذا يعني البرنامج الارشادي القائم على التفاعل التبادلي التكاملي قد اسهم في تنمية الالتزام الذاتي للمجموعة التجريبية.

الفرضية الثانية: توجد فروق ذات دلالة معنوية بين متوسط رتب درجات طالبات المجموعة التجريبية ومتوسط رتب درجات طالبات المجموعة الضابطة في مقياس الالتزام الذاتي البعدي.

للتحقق من هذه المقارنة استخرج متوسط الرتب للمجموعة التجريبية والبالغ (١٥،٥٠) بمجموع رتب (١٥٥)، أما متوسط الرتب للمجموعة الضابطة فبلغ (٥،٥٠) بمجموع رتب (٥٥)، وبلغت قيمة مان ويتي (U) المحسوبة (٠،٠٠٠١) وهي أصغر من القيمة الجدولية والبالغة (٢٣)، وعند مستوى دلالة (٠،٠٥) يعني هذا وجود فروق دالة احصائية بين متوسط الرتب لدرجات لمجموعتي البحث في مقياس الالتزام الذاتي البعدي ولصالح المجموعة التجريبية.

توجد فاعلية للبرنامج الارشادي (اسلوب التفاعل التبادلي التكاملي) في تنمية الالتزام الذاتي لدى طالبات المجموعة التجريبية يساوي او اكبر من نسبة " بليك" المعدلة والبالغة (١،٢). كما في الجدول رقم (٦).

جدول رقم (٦) النسبة المعدلة للكسب (لبليك) في قياس الالتزام الذاتي

المقياس	المجموعة	التطبيق	المتوسط الحسابي	الدرجة النهائية	النسبة المعدلة للكسب لبليك
الالتزام الذاتي	التجريبية	القبلي	٤٢،٥٠٠	١٢٠	١،٢٢
		البعدي	٩٩،٨٠٠		

المناقشة للنتائج وتفسيرها

يتضح من نتائج البحث الذي توصل اليها الباحثتان فاعلية البرنامج الارشادي بأسلوب التفاعل التبادلي التكاملي في تنمية الالتزام الذاتي لدى طالبات الدراسة الاعدادية، ويعود ذلك للجلسات الارشادية وما تضمنته من فعاليات وأنشطة ساهمت في مساعدة الطالبات في تنمية الالتزام الذاتي، فقد وضحت فاعلية البرنامج الارشادي من خلال فروق النتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية،

الاستنتاجات Conclusions

وفقا للنتائج التي توصل اليها البحث الحالي نستنتج ما يأتي:-

فاعلية البرنامج الارشادي بأسلوب التفاعل التبادلي التكاملي في تنمية الالتزام الذاتي لدى طالبات الدراسة الاعدادية.

التوصيات Recommendation

١- مقياس الالتزام الذاتي والذي قامت الباحثة ببنائه يمكن ان يستفاد منه المرشدين والباحثين وتوظيفه للتعرف على الطالبات التين لديهن ضعف في الالتزام الذاتي.

٢- البرنامج الارشادي يمكن تطبيقه والاستفادة منه في ارشاد جمعي للطالبات التي تظهر عليهن ضعف الالتزام الذاتي.

المقترحات Suggestion

■ القيام بدراسة يستند بها الى نظرية بيرن لتنمية متغيرات اخرى لدى طلبة الجامعة.

المصادر

- الألوسي، احمد اسماعيل (٢٠٠١): فاعلية الذات وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلبة الجامعة، (رسالة ماجستير غير منشورة)، كلية الآداب، جامعة بغداد.
- ابو اسعد، احمد عبد الطيف، (٢٠١٨): إرشاد الموهوبين والمتفوقين. ط٣. عمان، الأردن دار المسيرة.
- أبو صالح، محمد صبحي وعوض، عدنان محمد (٢٠١٠) : مقدمة في الإحصاء مبادئ وتحليل باستخدام SPSS، ط٢، عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة .
- احمد، زقاوي (٢٠١٤) : محددات النجاح الدراسي مقارنة سيكولوجية، المركز الجامعي غايزان (الجزائر)، مجلة دراسات للعلوم الانسانية.
- باترسون، س.هـ (١٩٩٢) : نظريات الإرشاد والعلاج النفسي، ترجمة حامد عبد العزيز الفقي، الجزء الثاني، الكويت : دار القلم.
- برزان، جابر احمد (٢٠١٦): الارشاد والتوجيه النفسي، ط١ الجندرية، الاردن، عمان.
- التميمي، د محمود كاظم محمود (٢٠١٦) الارشاد الجامعي، مركز ديور للنشر والتوزيع، الاردن.
- ثورندايك، روبرت وهيجن، اليزابيث (١٩٨٦) : القياس والتقويم في علم النفس والتربية، ترجمة عبدالله الكيلاني وعبد الرحمن عدس، عمان : مركز الكتب الأردني.
- الحفني، عبد المنعم (١٩٩٥) : الموسوعة النفسية، ط١، القاهرة: مكتبة مدبولي.
- الخالدي، عطا الله فؤاد (٢٠٠٨): الإرشاد والعلاج النفسي، ط١، عمان، دار صفار للنشر والتوزيع.
- الدربيني السنين (١٩٨٣) : قياس تقدير الذات في البيئة القطرية بحوث ودراسات الاتجاهات والميول النفسية، مجلد ٧، الجزء ٧
- رضوان، سامر جميل (٢٠٠٩) : الصحة النفسية . ط٣، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان.
- الخواج، عبد الفتاح محمد سعيد (٢٠٠٩): الارشاد النفسي والتربوي بين النظرية والتطبيق، (مسؤوليات وواجبات / دليل الآباء والمرشدين)، الاردن، عمان، الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع.
- ربيع، محمد شحاته (١٩٩٤) : قياس الشخصية، الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.
- الزوبعي، عبدالجليل وآخرون (١٩٨١): الاختبارات والمقاييس، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، جامعة الموصل، العراق.
- الشخانة، أحمد عيد مطيع (٢٠١٠): التكيف مع الضغوط النفسية دراسة ميدانية، دار الحامد، عمان.
- الشناوي، محمد محروس (١٩٩٤) : نظريات الإرشاد والعلاج النفسي، "موسوعة الإرشاد والعلاج النفسي" (١)، الأردن : دار الغريب.
- عبد الرحمن، محمد السيد (١٩٩٨): نظريات الشخصية، دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة.
- عبد العزيز، مفتاح محمد (٢٠١٠): علم نفس الصحة، ط١، عمان-الأردن، دار وائل للنشر.
- عبد العظيم، حمدي عبد الله، (٢٠١٣): مهارات التوجيه والارشاد في المجال المدرسي، سلسلة تنمية مهارات الأخصائي النفسي المدرسي (١). مكتبة اولاد الشيخ للتراث.
- عكاشة، محمد (١٩٧٧) : الطب النفسي المعاصر، دار المعافى المصرية.
- علام، صلاح الدين محمود (١٩٨٦): تطورات معاصرة في القياس النفسي والتربوي، الكويت: مطابع القبس التجارية.
- عودة، أحمد سليمان والخليلي، خليل يوسف (٢٠٠٠) الاحصاء للباحث في التربية والعلوم الإنسانية، ط١، عمان: دار الفكر.
- عودة، احمد سليمان، وملكاوي، فتحي حسن (١٩٩٨) : أساسيات البحث العلمي في التربية والعلوم الإنسانية، ط٢، الأردن : مكتبة الكتاني.
- غيث، محمد عاطف (٢٠٠٩): قاموس علم الاجتماع، الهيئة العامة للكتاب، القاهرة .
- فرج، صفوت (١٩٨٠) : القياس النفسي، القاهرة : دار الفكر.
- ملحم، سامي محمد (٢٠٠٢) : مناهج البحث في التربية وعلم النفس ط٢ عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.
- ملحم، سامي محمد (٢٠١٠) الإرشاد والعلاج النفسي الأسس والنظرية والتطبيق، ط١، عمان: دار المسيرة.
- وزارة التربية (١٩٨١) : نظام المدارس الثانوية رقم (٢) لسنة (١٩٧٧)، المعدل برقم (٧) بغداد العراق .
- Akın, A, & Arslan, S, & Arslan, N, & Uysal, R, & Sahranç, U (2015): Self-control Management and Internet.
- Allen ,M .J.& Yen ,W.M.(1979) Introduction to measurements Theory , California , Brook – Cole California.
- Anastasia, & Urbina, S (1997): Psychological Testing, (7th Ed) New jersey: Prentice Hall.
- Arslan,at,el(2015)Psychological Maltreatment,Emotional and Behaviolal Problems in Adolescentsi The Mediating Role of Resilience and Seif – Esteem. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed>.
- Bandura A, O'Leary, A, C, B, J, D Gossard (1977) Self-efficacy: the exercise of control. New York.
- ----- , A (1983): microanalysis of Action and fear Arousal as afanction of Differential levels of perceived self Efficacy , journal of personality and social psychology ,

- (1991): Social Cognitive Theory of Moral Thought and Action, In: Handbook of Moral Behavior and Development, Kurtines WM and Gerwitz JL Vol.1, Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Cardon A (1981), jeux pedagogique et Analyse transactionnelle, Paris, France : leséditions d'organisation.
- Cuillaneux O (2013), Eric Berne et quelque notion danalyse transactionnelle, les couseries de LAPAP
- Eble, R.L (1972) Essentials of Educational Measurement, 2nd.ed. New York: prentice –Hall company.
- Fink, M., Harms, R., & Kraus, S. (2008). Cooperative Flourishing: The impact of operational definitions on the prevalence of high levels of wellbeing, International Journal of wellbeing ,4(1), 62.
- Holahan, C. & Moos. R. (2003): Life stress and health: personality, coping, and Family support in stress resistance. Journal of Abnormal psychology, vol. 39-67.
- Holt, R. & Irving, L (1971) Assessing Personality. New York: Horcouth Brace, Jovanovich.
- Munro, A. (1979) Counseling skills, Approach Methuen Publication M2 New Zealand.
- Paris, S., Paris, A. (2001). Classroom Applications of Research on Self- Regulated Learning. Educational Psychologist. 36 (2):89-101
- Seligman, Clive, & Duckworth, A.L., M.E.P. (2006): Self-discipline outdoes IQ in predicting academic performance of adolescents. Psychological Science, 16, 939-944.
- Kirschenbaum. D.S. (1987): Self- regulatory failure: A review with clinical implications clinical psychology review.
- Theodorakis, Y. (1996) The influence of goals, commitment and self-efficacy . Journal of Applied Psychology, 8, 171-182.
- Waller, Robert James (2011): The Summer Nights Never End...Until They Do, publishing Traders Press

الملاحق
ملحق رقم (١) المقياس بصيغته النهائية

ت	الفقرة	تتطبق عليه دائما	تتطبق عليه غالبا	تتطبق عليه احيانا	تتطبق عليه نادرا	لا تتطبق عليه تماما
١	احترم قيم المجتمع ولا اخرج عنها					
٢	اشعر اني لا ابالي لما يدور حولي من احداث وقضايا					
٣	اتجاهل مبادئ وقيمي حسب الظروف قبل القيام بأي تصرف					
٤	اسارع واشعر بالارتياح بأي عمل اعتقد انه يخدم مجتمعي					
٥	اتمسك بعادات اسرتي وتقاليدها					
٦	اتمرد على المعايير العامة للمجتمع					
٧	احافظ على هدوئي عند ظهور خلافات مع الآخرين					
٨	اجد اصدقائي يفهموا طريقة تفكيري ونصرفاتي					
٩	اعبر عن مشاعري ومعتقداتي بحرية					
١٠	ارى ان مواعيدي غير دقيقة مع الآخرين					
١١	اتمعن بالكلمة قبل ان اتفوه بها					
١٢	اتفحص سلوكي قبل ان افوم به					
١٣	الترم بمواعيدي مع اصدقائي بدقة					
١٤	اساعد الآخرين في اي نشاط او موقف					
١٥	ابعد عن الطريق الصحيح عندما تواجهني اي مشكلة					

١٦	التزم بتطبيق خطتي قبل تنفيذها				
١٧	اتمكن من تحقيق اهدافي مهما واجهتني صعوبات				
١٨	لدي طموحات واهداف اتمسك بها				
١٩	اغبر ادائي عندما لا تتفق اهدافي مع ذاتي				
٢٠	اشعر بقلق عندما لا اعرف ما الذي اريده				
٢١	اعمل وفق الخطة المرسومة لنفسي				
٢٢	افكر بإيجابية عندما اتعامل مع الآخرين				
٢٣	امكانيتي لوضع اهداف للمستقبل ضعيفة				
٢٤	واجه المشكلة بطريقة تناسب نوعها				

ملحق رقم (٢)

فقرات مقياس الالتزام الذاتي وقد حولت الى عناوين الجلسات الارشادية

ت	الفقرات	عناوين الجلسات	الثنائية
١	اشعر اني لابلالي بما يدور حولي من احداث وقضايا	الثبات الانفعالي	الثانية
٢	اتحكم بغضبي وانفعالاتي باستمرار		
٣	اتمرد على المعايير العامة للمجتمع		
٤	احترم قيم المجتمع ولا اخرج عنها	الالتزام بالقيم	الثالثة
٥	اتمسك بعادات اسرتي وتقاليدها		
٦	اتجاهل مبادئ وقيمي حسب الظروف قبل القيام بأي تصرف		
٧	اجد اصدقائي يفهموا طريقة تفكيري وتصرفاتي		
٨	ارى ان مواعيدي غير دقيقة مع الآخرين	تنظيم الوقت	الرابعة
٩	التزم بتطبيق خطتي قبل تنفيذها		
١٠	اضبع اوقات حياتي في أنشطة ليس لها معنى		
١١	اتمعن بالكلمة قبل ان اتفوه بها	مراقبة الذات	الخامسة
١٢	ابعد عن الطريق الصحيح عندما تواجهني اي مشكلة		
١٣	اعبر عن مشاعري ومعتقداتي بحرية		
١٤	اغبر ادائي عندما لا تتفق اهدافي مع ذاتي		
١٥	اسارع واشعر بالارتياح بأي عمل اعتقد انه يخدم مجتمعي	التحكم الذاتي	السادسة
١٦	افكر بإيجابية عندما اتعامل مع الآخرين	التفكير الايجابي	السابعة
١٧	واجه المشكلة بطريقة تناسب نوعها	تحمل المسؤولية	الثامنة
١٨	امكانيتي لوضع اهداف للمستقبل ضعيفة		
١٩	اعمل وفق الخطة الموسومة لنفسي		
٢٠	اساعد الآخرين في اي نشاط او موقف	احترام الآخرين	التاسعة
٢١	احافظ على هدوني عند ظهور خلافات مع الآخرين		
٢٢	اتمكن من تحقيق اهدافي مهما واجهتني صعوبات	قوة الارادة	العاشرة
٢٣	لدي طموحات واهداف اتمسك بها		
٢٤	اشعر بقلق عندما لا اعرف ما الذي اريده	الاسترخاء	الحادي عشر

ملحق رقم (٣) نموذج جلسة ارشادية

عنوان الجلسة	الثنائية الانفعالي
هدف الجلسة	مساعدة الطالبات على الثبات الانفعالي
الفنيات	التساؤل- المناقشة
الأنشطة والفعاليات	- الترحيب بالطالبات، الاستفسار عن التدريب البيتي لمناقشته معهن. - مساعدة الطالبات على الثبات الانفعالي، الاثار التي تنجم عندما يفقد الاتزان الانفعالي. - فنية التساؤل تقوم الباحثة بتوجيه سؤال الى الطالبات بطريقة معينة للحصول على استجابة الانا الراشدة.
التقويم البنائي	تلخيص ما دار في الجلسة والتعرف على الايجابيات والسلبيات
التدريب البيتي	كل طالبة تكتب في دفتر التدريب موقفين الاول احست به انها متزنة انفعاليا والاخر حالة عدم الاتزان الانفعالي ؟