



ISSN: 1994-4217 (Print) 2518-5586(online)

Journal of College of Education

Available online at: <https://eduj.uowasit.edu.iq>

**Prof. Dr. Sanaa Ali
Hassoun**

**The Open Educational
College / Diyala Center**

Email:

sanaalihakoun@gmail.com

Keywords:

*program , problem free
talk , positive reflex
vanity*

Article info

Article history:

Received 1. April.2022

Accepted 11May 2022

Published 1. August.2022



The effect of a counseling program in a problem-free speaking style in developing the positive reflexive vanity of widows

A B S T R A C T

The current research aims to know (the effect of a counseling program in a problem-free speaking style in developing the positive reflexology of widows), and to achieve the objectives of this research, the experimental method was adopted to verify the hypotheses of the current research, as the research sample consisted of (20) widows from those who obtained The lowest score on the reflexive pride scale that was adapted to the scale (Ikhlas Abees 2020), the sample was selected from and the Social Welfare Institution / Diyala, and the sample was distributed randomly between two equal groups, and the program prepared to be applied to the experimental group was used, while the control group was not exposed to the indicative program The researcher adopted a modern cognitive method that is free from problems, and the number of sessions was (12 sessions).

It was presented to a group of experts in this field, and they supported the validity of the program. To process the research data, several statistical methods were adopted (Pearson correlation coefficient, Colmcurve-Samir Nouf selection, and Wilcoxon test), and it reached the most prominent results. There are no statistically significant differences at the level of (0.05) between the scores of the experimental group and the control group in the post-test. In the light of the results, the researcher came up with a number of conclusions, recommendations and suggestions.

© 2022 EDUJ, College of Education for Human Science, Wasit University

DOI: <https://doi.org/10.31185/eduj.Vol48.Iss1.2953>

أثر برنامج إرشادي بأسلوب الحديث الخالي من المشاكل في تنمية الزهو المنعكس الايجابي لدى الأرمال

أ.م.د. سناء علي حسون

الكلية التربوية المفتوحة / مركز ديالى

ملخص البحث

يهدف البحث الحالي الى معرفة (أثر برنامج إرشادي بأسلوب الحديث الخالي من المشاكل في تنمية الزهو المنعكس الايجابي لدى الأرمال) ، وتحقيقاً لأهداف هذا البحث تم اعتماد المنهج التجريبي للتحقق من فرضيات البحث الحالي ، اذ تكونت عينة البحث من (20) أرملة من اللذين حصلوا على أقل درجة على المقياس الزهو المنعكس الذي تم تكيف المقياس (اخلاص عبيس 2020) ، وتم اختيار العينة من ومؤسسة الرعاية الاجتماعية / ديالى ، وتم توزيع العينة بطريقة عشوائية بين مجموعتين متساويتين، واستعمل البرنامج المعد تطبيقه على المجموعة التجريبية ، بينما لم تتعرض المجموعة الضابطة للبرنامج الإرشادي واعتمدت الباحثة أسلوب المعرفي الحديث الخالي من المشاكل وبلغ عدد الجلسات (12 جلسة) تم عرضه على مجموعة من الخبراء في هذا المجال، وقد أيدوا صلاحية البرنامج ولمعالجة بيانات البحث تم اعتماد عدة وسائل احصائية(معامل ارتباط بيرسون ، واختيار كولمكورف - سميير نوف ، واختبار ولكوكسن) ،وقد توصل إلى ابرز النتائج لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين رتب درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي، وخرجت الباحثة في ضوء النتائج بعدد من الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات 0

الكلمات المفتاحية : برنامج ، الحديث الخالي من المشاكل ، الزهو المنعكس الايجابي

مشكلة البحث Research Problem :

يعد الجانب الاجتماعي احد الجوانب المكونة لشخصية الفرد اذ ان انتماء الفرد لمجموعة اجتماعية او حبه وميوله نحوها قد يكسبه مكانة اجتماعية وتقدير اجتماعي وشعور ذاتي ايجابي (الكيال وشوبو ، 1990 : 77) .

فحينما يربط الفرد نفسه بنجاحات الاخرين في المجموعة التي ينتمي اليها وبما يتميزون به ومدى وضوح هوياتهم الذاتية والمكانة الاجتماعية التي يتمتعون بها فانه يفخر بهذه الانجازات والنجاحات التي يحققها الاخرين المنتمي اليهم ولكن الفرد احيانا في ضل هذا الانتماء يفقد عزمته وارادته نحو التميز والابداع والانجاز الذاتي ويشبط من قدراته وامكانياته نحو وضع الاهداف وتحقيقها ورسم الطموحات ويقلل من القدرة على الانجازات في وقت يكتفي الفرد بالتباهي والزهو بما يحققه الاخرين من انجازات في الجماعة التي ينتمي اليها (Caildini، al ،1976 :372).

فالتباهي لدى الفرد نتيجة لما يكسبه هؤلاء من امتيازات وانجازات لا ما يكسبه او يحققه هو بإمكاناته الفردية ومجهوده الذاتي او ما يحققه بمساعدة الاخرين او بتلقي العون والمساندة منهم لتحقيق الطموحات والانجازات المرغوبة لديه اذ يكتفي بانجازات الاخرين من نجاح اكايمي تو مكانة اجتماعية او سياسية مرموقة مما قد يؤدي الى اضعاف مواهبه وقدراته وانطفائها وعدم توظيفها في الحياة اليومية ، وهذا ما يصنع زهو منعكس لدى بالفرد (Wann ،1995: 33) .

وإن تكامل البناء أو التكوين الأسري من الركائز الأساسية التي تساعد على تماسك التنظيم الأسري، ومن ثم الحفاظ على قدرته على الأداء الاجتماعي السليم لوظائفه الاجتماعية، ويشمل البناء الأسري الأب والأم والأبناء ، والأسرة كالكائن الحي تتعرض لأزمات داخلية وخارجية كما يحدث في حالة نضج الفرد، فإن تحولات مهمة تحدث في حياته، ومن أخطر الأزمات التي تعترض وتهز التماسك الأسري فقدان أحد مكوناتها، مما ينعكس على تماسكها ويعرضها للانهايار ويعوقها عن الأداء الفعال لوظائفها الاجتماعية . ويعتبر تعرض المرأة للترمل من أهم هذه التغيرات التي تطرأ على الحياة الزوجية بشكل عام وعلى الزوجة بشكل خاص.

وفي كل المجتمعات تقريباً يحتمل أن تصبح المرأة أرملة أكثر من حدوث الترميل بين لرجال ، ويرجع ذلك إلى ارتفاع نسبة الوفيات بين الرجال عنها بين النساء ، وعلاوة على ذلك فإن وفاة الزوج تتسبب في وجود مجموعة من الطقوس والشعائر الأكثر تعقيداً بسبب الآثار التي يرى المجتمع أنها تترتب على وفاته، وتعد وفاته خسارة لا تعوض بالنسبة للأسرة كلها(شكري، 1981:206)0

وتتبقى مشكلة البحث الحالي من زيادة حالات الترميل في المجتمع العراقي بشكل كبير الأمر الذي يشكل تحدياً خطيراً للمجتمع ووفقاً لبيانات احصائية أشارت اليها مؤسسة رعاية الاجتماعية للمرأة في قضاء بعقوبة (2851) حالة ترميل لعام 2006-2008 وتدعيها لمشكلة البحث قامت الباحثة بتوجيه استبانة استطلاعية الى (30) ارملة ومن خلال أجابتهن تبين ان عينة البحث لديها زهو منعكس و تركزت مشكلة البحث التي سعت الباحثة لدراستها، من خلال الإجابة عن السؤال الآتي :-

- هل البرنامج ارشادي بأسلوب الحديث الخالي من المشاكل اثر في تنمية الزهو المنعكس الايجابي لدى امهات الصم والبكم 0

أهمية البحث **The Importance of Research** :-

أصبح الإرشاد ضرورة ملحة في الاهتمام بالأفراد ورعايتهم رعاية شاملة ومتكاملة في جميع النواحي، فلم تعد الخدمات الارشادية والنفسية ترفاً بل اصبحت ضرورة للناس جميعاً لتواكب الكثير من المشكلات والصعوبات التي تواجه الناس والايفاء بحاجاتهم وتصدي لمشكلاتهم النفسية (اليقوبي، 2002: 15) .

لذا فإن للبرامج الارشادية سواء كانت نمائية او وقائية و علاجية اهمية لمعالجة مشكلات الفرد وفقاً لأساليب علمية وتقنية تعمل على توافق الفرد مع نفسه وبيئته ومن تلك الاساليب أسلوب (الحديث الخالي من المشاكل) ، ويعتبر وسيلة هادفة لانتزاع الحديث الذي يكشف عن نقاط القوة لدى المسترشد وهو احد الاساليب التي تتبع الارشاد المختصر كما يمكن استخدامه في بداية الجلسات او طول مسار العلاج او عند دخول اعضاء جدد (المسعود وملكوش، 2012:271) .

إن المرأة تمثل ركناً رئيسياً في البناء الاجتماعي ، تتأثر بما يجري من تفاعلات بين منظوماته، وهي مطالبة بالتأثير فيه دعماً للحياة وإن سلامة المجتمع مرهونة بدور المرأة فيه ، والنساء أقرب احتمالاً للترميل من الرجال؛ لأن المرأة عادة تعيش أطول والرجال يميلون إلى الزواج من المرأة الأصغر سناً ، والرجال الأرملة أقرب من النساء الأرملة في تكرار الزواج، ومن المحتمل أن ذلك يعود إلى الفروق النوعية في السعادة الزوجية، وإحساس الأرملة الجديدة بالاستقلالية (سميث، 2009:628)0

وترى الخولي(1983) أن الأدوار الجديدة لكل من الأرملة والأرملة تختلف في جوانب عديدة، ويرجع هذا الاختلاف في المحل الأول إلى اختلاف الجنس ، ذلك ولأسباب عديدة يكون الدور الجديد للأرملة أكثر صعوبة في مجال التوافق سيكولوجيا واجتماعياً إذا قورن بدور الأرملة (الكندري، 1992:217) 0

وتكمن أهمية البحث الحالي في تحقيق ما يأتي :-

أولاً:- الجانب النظري **The Theoreticai Side** :-

1. إنها من اولى الدراسات المحلية التجريبية في تنمية الزهو المنعكس الايجابي فلا توجد بحوث تجريبية تناولت هذا المتغير وحاجة المكتبات العراقية اليه ومكاتب الباحثين الاجتماعيين .
2. يسهم البحث الحالي بتكوين رؤية واضحة لمفهوم الزهو المنعكس الايجابي .
3. إثارة عناية المؤسسات التي تعنى بشؤون المرأة ومركز أبحاث الطفولة والأمومة بجانب من جوانب المعاناة التي تواجه النساء الارامل .

ثانياً: الجانب التطبيقي The Practicai Side :-

1. تأتي أهمية البحث كونه يتناول شريحة مهمة من النساء الأرامل .
2. يزود المرشدون التربويون ببرنامج إرشادي بأسلوب (الحديث الخالي من المشاكل) للإفادة منهما في العملية الإرشادية إذا ثبت نجاح البرنامج .
3. يسهم البحث في تقديم مقياس الزهو المنعكس الايجابي يمكن تطبيقه من العاملين في مجال الإرشاد النفسي والباحثين الاجتماعيين.

هدف البحث

- يهدف البحث الحالي التعرف على أثر برنامج ارشادي بأسلوب (الحديث الخالي من المشاكل) في تنمية الزهو المنعكس الايجابي لدى الأرامل من خلال اختيار الفرضيات الصفرية الآتية:
1. لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (0,05) بين متوسط رتب الدرجات المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي على مقياس الزهو المنعكس الايجابي.
 2. لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (0,05) بين متوسط رتب الدرجات المجموعة الضابطة في التطبيقين القبلي والبعدي على مقياس الزهو المنعكس الايجابي.
 3. لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (0,05) بين متوسط رتب الدرجات المجموعتين التجريبية والضابطة في التطبيق البعدي على مقياس الزهو المنعكس الايجابي.

حدود البحث Research Limitation :-

الحدود المكانية : وزارة العمل والشؤون الاجتماعية لمركز قضاء بعقوبة / محافظة ديالى 0

الزمانية: العام (2021 - 2022 م)

الحدود البشرية: مجتمع النساء الأرامل واللاتي سجلن في دائرة شؤون المرأة للرعاية الاجتماعية / محافظة ديالى .
الموضوعية: الزهو المنعكس(الاجياي) لدى النساء الأرامل .

تحديد المصطلحات Definition of the terms:

فيما يأتي تعريف بالمصطلحات التي وردت في البحث الحالي :

اولاً: أثر (The effect)

- لغة (ابن منظور،2005) : هو بقية الشيء والجمع أثار وخرجت في أثره أي بعده، والتأثير هو أبقاء الأثر(ابن منظور،2005: 19)0
- اصطلاحاً(الحنفي،1975) : (هو النتيجة التي تترتب على حادثة او ظاهرة في علاقة بسبب ما)(الحنفي،1975: 259).

ثانياً: البرنامج الإرشادي (Counseling technique):

- عرفة بوردرز وديرير(1992،Border&drya)

مجموعة من الأنشطة يقوم بها المسترشدون في تفاعل وتعاون بما يعمل على توظيف طاقاتهم وإمكاناتهم فيما يتفق مع ميولهم وحاجاتهم واستعداداتهم في جو يسوده الأمن والطمأنينة وعلاقة الود بينهم وبين المرشد
(Border&drya,1992,p.461).

التعرف النظري :-اعتدت الباحثة تعريف (Border&drya,1992) تعريفا نظريا تستند عليه.

ثالثا: اسلوب الحديث الخالي من المشاكل:

- عرفه ميكينبوم (Mechenbum, 1974):- بأنه الكلام الداخلي الذي يقلل من الية النشاط السلوكي غير المتوافق ويزودنا بأساس لتقديم سلوك متوافق (باترسون, 1990, 122).

التعريف النظري :- اعتمدت الباحثة تعريف (Mechenbum, 1974) تعريفا نظريا كون الاستراتيجيات والفنيات المستخدمة فيه تتلاءم مع متغير البحث.

التعريف الاجرائي للباحثة: هو اسلوب يتضمن مجموعة من الانشطة والفعاليات (طرح الأسئلة، الاصغاء، الحوار والمناقشة، التعزيز، التقويم ، التدريب البيئي) من اجل مساعدة المسترشد في التكلم بحرية واستخدام ما يقوله المسترشد في تنمية جوانب القوة لديه بدل من جوانب الضعف .

رابعا: الزهو المنعكس Relected Glory :

- عرفه سالديني (Cialdini ، 1976): نزعة لدى الفرد تساعده على توجيه سعيه الشخصي للحصول على القبول والتقدير من خلال ربط نفسه بالنجاحات التي يحققها الاخرون (Cialdini,et,al1976:371).

- التعريف النظري للباحثة: -اعتمدت الباحثة تعريف سالديني (Cialdini ، 1976) تعريفا نظريا في بناء المقياس

- التعريف الاجرائي للباحثة :- بأنه الدرجة الكلية التي تحصل عليها المستجيبة من خلال اجابتها على فقرات المقياس الزهو المنعكس الايجابي المستخدم في هذه الدراسة .

خامسا: الأرملة:

1. عرفه ابن منظور فيقول : "امرأة أرملة لا زوج لها ، وأرملت المرأة إذا مات عنها زوجها". (ابن منظور ، 447، 2005)0
التعريف الإجرائي: تلك المرأة التي تعرضت لفقد شريك حياتها بسبب الموت، وما قد ينجم عن ذلك من تعرضها للعديد من التغيرات والمشكلات الصحية، النفسية أو الاجتماعية أو الاقتصادية. والتي طبق عليها مقياس الزهو المنعكس الايجابي .

الفصل الثاني

المحور الاول :

نظرية الهوية الاجتماعية لتفسير الزهو المنعكس Social identity theory to explain Reflected Glory

أول من أشار الى هذا المفهوم هو (روبروت سالديني (Robert, cialdini 1976) وزملائه في منتصف السبعينات اذ يعد الزهو المنعكس من احد المفاهيم المهمة في تشكيل هوية الفرد اذ أن الافراد حين يحددون ويختارون لأنفسهم مجموعة اجتماعية ينتمون اليها ليس سعيا فقط لتميز انفسهم بل لتفوق مجموعتهم التي ينتمون اليها.

(1976:370 cialdini)

فالأفراد الذين يربطون انفسهم بنجاحات الاخرين سواء كانت هذه النجاحات فوز مدرستهم بمسابقة او بمعلم ناجح فانهم يسعون من خلال هذا الارتباط الى تميز انفسهم بشكل إيجابي عن الاخرين والذي يعمل بنظرهم على تعزيز تقدير الذات لديهم واحساسهم بهويتهم الاجتماعية والأكاديمية وعلى العكس من ذلك حين يميل الافراد الى عزو فشلهم لاسباب خارجية بدلا من الأسباب الداخلية الكامنة وراء ذلك الفشل او الإخفاق والغرض من ذلك هو الحفاظ على الشعور بالقيمة الذاتية لديهم مما يشير أيضا الى أن هذا المفهوم (الزهو المنعكس) له صلة وارتباط بنظرية العزو اذ تم تطوير هذا المفهوم من خلال ما قام به سالديني وزملائه عن طريق اجرائهم لدراسات وبحوث كثيرة من اجل دراسة هذا المفهوم والتعمق به وكانت من بين هذه الدراسات التجريبية التي اجراها دراسته لطلبة الجامعة ومدى تمتعهم بالزهو المنعكس من خلال ارتباطهم وانتمائهم للفريق الرياضي الخاص بهم و الذي يشجعونه وكانت دراسات سالديني وزملائه هومن تبعه فيما بعد قد شملت مجالات عدة

منها (الانتخابات السياسية، كبار السن في المؤسسات خاصة بهم ، مشجعي كرة القدم ، طلبة الجامعة (cialdini,et;al,1976,p37).

أن الشعور بالزهو المنعكس يدل على وجود التعاطف بين الافراد ويؤكد المنظرين بأن التعاطف هو ميل الافراد ليكونوا محبين ومتعاطفين وان يختبروا مشاعر الاخرين وافكارهم وعواطفهم نحوهم بشكل غير مباشر اذ أكد المنظرين والباحثين على ان الزهو المنعكس سلوك اجتماعي متضمن الجانب الإيجابي اذ يبعث في الفرد حب الاخرين ومساعدتهم بطريقة معنوية وان التركيز على السلوكيات والقيم الاجتماعية الإيجابية يجعل الافراد يجعل الافراد يستمدون شعوراً بالمعنى والقيمة وذلك من خلال التعاطف مع الاخرين وحب الخير لهم من زملاء وأصدقاء او أي شخصية يشعرون بالانتماء اليها تملك نجاحاً في أي مجال من مجالات الحياة ويتباهون بها 0 مبررات تبني الباحثة نظرية الهوية الاجتماعية :

- ❖ تعد من أولى النظريات التي فسرت الزهو المنعكس الايجابي بشكل واضح .
- ❖ بينت النظرية كيف أن الزهو المنعكس سلوك اجتماعي يخدم أفراد المجتمع وله اتجاهين الإيجابي والسلبي.
- ❖ لها الفضل في فتح آفاق امام الباحثين والاكاديميين لدراسة الزهو المنعكس وتفسيره في مجالات الحياة الأخرى مثل (المجال التربوي ،المجال الاجتماعي).
- ❖ تضمنت النظرية عدد من الدراسات التجريبية للزهو المنعكس والتي تؤكد على وجود هذا المتغير.

المحور الثاني

أسلوب الحديث الخالي من المشاكل

نظرية ميكنيوم (العلاج السلوكي المعرفي) Cognitive –Behavior Modification :

مؤسس هذه النظرية هو دونالد هيربرت ميكنيوم (Donald Herbart Meichenb) الذي رأى أن عملية التعلم لا يمكن أن تقتصر على مثير واستجابة كما ترى النظرية السلوكية، بل إن هناك عوامل أخرى لها دوراً في عملية التعلم وهي التفكير، والإدراك، والبناءات المعرفية، وحديث الفرد الداخلي مع نفسه، وكيف يعزو الأشياء، وهذه العوامل جميعها تتدخل في عملية التعلم وتتوسط بين المثير والاستجابة والذي لها دور في التأثير على سلوك الفرد (بطرس، 2010: 178).

كما أكد على أهمية العوامل المعرفية وتأثيرها في تغيير السلوك وتعديله، وقد ركز على الحوار الداخلي أو الحديث الذاتي سعياً إلى تغييره ، إذ إن هذا التغيير في الحديث الذاتي يصل بالفرد إلى تغييرات في التفكير والشعور والسلوك، فالسلوك يتأثر بمظاهر متنوعة من الأنشطة الشخصية التي يؤديها الفرد اثناء سلوكه تشمل الاستجابات البدنية وردود الفعل الانفعالية والمعارف والتفاعل الداخلي المتبادل بين الأشخاص، والحديث الذاتي يُعد أحد هذه الأنشطة . (الشناوي، 1994: 123).

وفي الإرشاد السلوكي المعرفي يظهر التشابه واضحاً بين (بيك)، (أليس) و(ميكنيوم) الذي أوجد طريقة في الإرشاد أطلق عليها (التدريب على التحدث مع الذات) (Self-talk training) دمج فيها بين نظرية التعلم الاجتماعي والمنهج السلوكي، وبفضل سنوات عديدة من البحث استطاع هو ومساعدوه تطوير حقيبة إرشادية للأشخاص الذين يتحدثون مع أنفسهم (Self-talk) لتحسين أدائهم السلوكي، إذ لم يركز ميكنيوم على المعتقدات العامة أو الاتجاهات، كما فعل (أليس وبيك)، إنما كزر على الأشياء التي يقولها الافراد لأنفسهم قبل وأثناء وبعد إنجازهم لأعمالهم، وليس هدف الإرشاد من تحديد أو قياس هذا (الحديث مع الذات) من حيث معقوليته أو لا معقوليته بل هدف الإرشاد هو تغيير هذا الحديث أو الحوار مع الذات من حالة يتراجع فيها الفرد أو ينهزم إلى حالة يواجه فيها المواقف المهددة له (صالح، 2011، 490).

وبذلك فإن محور الإرشاد في هذه النظرية يرتكز على تغيير الأشياء التي يقولها المسترشد لنفسه، أي التي يحدث بها نفسه وذلك بشكل مباشر أو بشكل ضمني ،الأمر الذي يؤدي الى حدوث سلوك وانفعالات تكيفية بدلا من السلوك والانفعالات

غير المتكيفة، وبذلك فإن الإرشاد يركز على تعديل التعليمات الذاتية التي يحدث بها المسترشدون أنفسهم، ونتيجة لذلك يمكنهم أن يتعاملوا مع المواقف والمشكلات التي يواجهونها (بترس، 2008: 188).

مبررات استخدام أسلوب الحديث الخالي من المشاكل :

- أنه يعتمد على أساس نظري وهي نظرية (تعديل السلوك المعرفي) لميكنيوم وهي من النظريات ذات الفلسفة الواضحة.
- يركز على أن تغيير السلوك والأفكار الخاطئة والسلبية للفرد وتحويلها الى افكار ايجابية ويجب أن يكون نابغاً من الفرد نفسه ، لأن التغيير بهذه الطريقة يكون أكثر فاعلية وأطول مدة.
- يعد من الأساليب الإرشادية الجيدة التي تستخدم في تنمية الزهو المنعكس الايجابي ، وللمرشد التربوي دور فعال فيها.
- أثبتت عدد من الدراسات فاعلية هذا الأسلوب في معالجة المشكلات النفسية والاضطرابات السلوكية، ومنها دراسة (الخالدي، 2019)
- اهتمام الأسلوب بالجانب الذاتي لدى الشخص، وبذلك فهو يعد من الأساليب الجيدة في تغيير السلوك بطريقة ذاتية.

الفصل الثالث

إجراءات البحث/ سنستعرض الإجراءات التي تمت لتحقيق أهداف البحث وهي :-

أولاً:- التصميم التجريبي:- تم اعتماد المجموعتين التجريبية والضابطة كما تم إجراء الاختبارين القبلي و البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة والاختبار المرجئ و الجدول(1) يوضح ذلك.

جدول(1) التصميم التجريبي

| عينة البحث | المجموعة التجريبية | اختبار قبلي | البرنامج الإرشادي | اختبار بعدي | اختبار مرجئ |
|------------|--------------------|-------------|-------------------|-------------|-------------|
| | المجموعة الضابطة | اختبار قبلي | بدون برنامج | اختبار بعدي | |

ثانياً:- مجتمع البحث:- يتضمن المجتمع الأصلي للبحث الحالي النساء الارامل في مركز قضاء بعقوبة محافظة ديالى للعام (2021-2022) و البالغ عددهن (2851) أرملة من النساء الارامل في بعقوبة .

ثالثاً:- عينة البحث:- تم اختيار عينة البحث الحالي البالغ عددها (100) ارملة بصورة قصدية شملت الارامل في مركز قضاء بعقوبة اللاتي يرتدن الرعاية الاجتماعية/ التابعة الوزارة الشؤون الاجتماعية ، وقد اعتمدت الباحثة اخذ عينة البحث من مجموع النساء الارامل 0

تم القيام بالخطوات الاتية عند اختبار عينه البحث الحالي :-

1. تطبيق مقياس الزهو المنعكس على عينة البحث 0
2. اختيار (20) أرملة من الذين حصلوا على درجات اقل من الوسط الفرضي البالغ(90) درجة و تراوحت درجاتهم بين(-150 30) على مقياس الزهو المنعكس 0
3. توزيع عينة البحث بشكل عشوائي إلى مجموعتين أحدهما ضابطة و الأخرى تجريبية بواقع (10) في كل مجموعة، كما موضح في الجدول (2).

جدول(2)

توزيع العينة على المجموعتين التجريبية و الضابطة

| المجموع | عدد العينة | المجاميع |
|---------|------------|--------------------|
| 10 | 10 | المجموعة التجريبية |
| 10 | 10 | المجموعة الضابطة |
| 20 | 20 | المجموع |

التكافؤ بين المجموعتين:- اجري التكافؤ بين المجموعتين في بعض العوامل التي قد تؤثر في سلامة التجربة وهي(درجة الزهو المنعكس قبل البدء بالتجربة , التحصيل الدراسي الازمالي ، مهنة الازمالي).
 أولاً:-درجة الزهو منعكس قبل البدء بالتجربة/ للتأكد من ان المجموعتين (التجريبية والضابطة) متكافئتين في هذا المتغير تم استعمال (اختبار مان- وتني Man – Whitney test) ، حيث بلغت القيمة المحسوبة(44) والقيمة الجدولية (23)وعند مستوى (0,05) وهي غير دال إحصائياً مما يشير إلى تكافؤ في هذا المتغير ، و الجدول(3) يوضح ذلك.

جدول (3)

قيمة اختبار مان وتني المحسوبة والجدولية لدرجات المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار القبلي

| دلالة الفروق | مستوى الدلالة | قيمة U مان وتني | | المجموعة الضابطة | | المجموعة التجريبية | | تسلسل المعلمة |
|--------------|---------------|-----------------|----------|------------------|--------|--------------------|--------|---------------|
| | | الجدولية | المحسوبة | الرتبة | الدرجة | الرتبة | الدرجة | |
| غير دالة | 0,05 | 23 | 44 | 2 | 71 | 1 | 70 | 1 |
| | | | | 3 | 73 | 4 | 74 | 2 |
| | | | | 5.5 | 77 | 5.5 | 77 | 3 |
| | | | | 7 | 78 | 8 | 80 | 4 |
| | | | | 10.5 | 83 | 9 | 81 | 5 |
| | | | | 13.5 | 86 | 10.5 | 83 | 6 |
| | | | | 13.5 | 86 | 12 | 84 | 7 |
| | | | | 18 | 88 | 15.5 | 87 | 8 |
| | | | | 18 | 88 | 15.5 | 87 | 9 |
| | | | | 20 | 89 | 18 | 88 | 10 |
| | | | | R= 111 | 819 | R= 99 | 811 | المجموع |
| 11.1 | 81.9 | 9.9 | 81.1 | المتوسط الحسابي | | | | |

ثانياً: - التحصيل الدراسي للأرملة :-

رتبت الباحثة مستويات التحصيل الدراسي الأرملة تبعاً لنوع المؤهل العلمي الذي تحمله إلى ثلاثة مستويات (ابتدائي، ثانوي، جامعي)، وتم استعمال اختبار (كولموجروف - سميرونوف) لغرض اختبار الفرق بين المجموعتين (التجريبية والضابطة) حيث أظهرت النتائج بأنه لا يوجد فرق ذو دلالة احصائية بين المجموعتين عند مستوى (0.05) حيث كانت القيمة المحسوبة تساوي (0.447) والقيمة الجدولية (1.36) وبذلك تكون المجموعتين متكافئتين في هذا المتغير، والجدول (4) يوضح ذلك :

جدول (4)

قيمة اختبار (كولموجروف - سميرونوف) لمتغير التحصيل الدراسي للمجموعتين التجريبية والضابطة

| مستوى الدلالة | قيمة K-S | | التحصيل الدراسي للأرملة | | | العدد | المجموع | المتغير |
|------------------|----------|----------|-------------------------|-------|---------|-------|-----------|----------------------------|
| | الجدولية | المحسوبة | جامعي | ثانوي | ابتدائي | | | |
| 0.05 | | | | | | | | |
| غير دالة | 1.36 | 0.447 | 6 | 3 | 1 | 10 | التجريبية | التحصيل الدراسي للأرملة |
| | | | 5 | 3 | 2 | 10 | الضابطة | |

مهنة الأرملة :

قسمت الباحثة مستويات مهنة الأرملة تبعاً لنوع العمل الذي تزاوله إلى مستويين (موظفة، ربة بيت) وتم استعمال اختبار (كولموجروف - سميرونوف) وعند اختبار الفرق بين المجموعتين (التجريبية والضابطة) لمهنة أظهرت النتائج أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين المجموعتين (التجريبية والضابطة) عند مستوى (0.05)، حيث كانت القيمة المحسوبة تساوي (0.447) والقيمة الجدولية (1.36) وبذلك تكون المجموعتين متكافئتين في هذا المتغير، والجدول (5) يوضح ذلك:

جدول (5)

قيمة اختبار (كولموجروف - سميرونوف) لمتغير مهنة الأرملة للمجموعتين التجريبية والضابطة

| دلالة الفرق | قيمة K-S | | مهنة الأرملة | | العدد | المجموع | المتغير |
|-------------|----------|----------|--------------|-------|-------|-----------|-----------------|
| | الجدولية | المحسوبة | ربت بيت | موظفة | | | |
| 0.05 | | | | | | | |
| غير دالة | 1.36 | 0.447 | 3 | 7 | 10 | التجريبية | مهنة الأرملة |
| | | | 1 | 9 | 10 | الضابطة | |

رابعاً:- أداتا البحث:- للتحقق من أهداف البحث تم اعتماد الأداتين الآتيتين:-

أولاً: تم تكيف مقياس الزهو المنعكس الذي اعدته (اخلاص عبيس 2022) ،(رسالة ماجستير غير منشورة في كلية العلوم الانسانية / جامعة كربلاء ، ويتكون هذا المقياس من (30) فقرة ، وكانت بدائل الاستجابة خماسية فأعطيت الدرجة (5) للبدل (تطبق علي تماما الدرجة (4) للبدل (تطبق علي غالباً)والدرجة (3) للبدل (تطبق علي احيانا) والدرجة (2) للبدل (تطبق علي نادرا) والدرجة (1) للبدل (لا تطبق علي) لل فقرات الايجابية ،وبالتالي فان اعلى درجة يحصل عليها المستجيب على المقياس هي (150) واقل درجة (30) ، والوسط الفرضي (90)درجة 0

تم استخراج صدق الاداة بأكثر من طريقة وهي (صدق الظاهري ، وصدق البناء)0

تم استخراج القوة التمييزية للمقياس باستخدام طريقة(المجموعتان المتطرفتان) ، وتم استخراج ثبات المقياس بطريقتين هما :

1. معامل الاتساق الداخلي بطريقة التجزئة النصفية ، وقد كان مقدار الثبات (0,82)

2. معامل الاتساق الخارجي طريقة اعادة الاختبار ، وقد كان مقداره (0,84)0

ثانياً: البرنامج الإرشادي:

تعد تحديد الحاجات الخطوة الرئيسة في البرنامج الإرشادي، إذ قامت الباحثة بتطبيق مقياس الزهو المنعكس الايجابي على مجموعة من الارامل في مقر منظمة الرسول الأمين (100) أرملة وارتأت الباحثة ان جميع الفقرات تعد حاجات إرشادية ضرورية للعينة لذا قامت باعتماد جميع الفقرات في تحديد الحاجات الإرشادية للبرنامج الارشادي والجدول (6) يوضح ذلك

جدول (6) يبين الحاجات الإرشادية

| ت | الفقرة | عنوان الجلسة |
|----|--|---------------------|
| 1 | أباهي بنفسي من خلال نجاحات اولادي واخواني | الانفتاح على الخبرة |
| 2 | اشعر بالارتياح لأني انتمي الى اصدقاء ناجحين | |
| 3 | ما يمتلكه اولادي من مهارات وقدرات تجعلني اشعر بالفخر | |
| 4 | اشعر بالفخر عندما اشاهد استاذي على التفاز | التفاؤل |
| 5 | افتخر بحصول استاذي على ترقية علمية | |
| 6 | افخر بأستاذي المعروف دوليا واقلما | |
| 7 | أشعر بالفرح عندما أشاهد أستاذي في محفل علمي | تحمل المسؤولية |
| 8 | افتخر بانتمائي لجامعة عريقة | |
| 9 | أباهي بأصدقائي المتميزين | |
| 10 | اشعر بالنجاح لاقتراني بزملاء ناجحين | الثقة بالنفس |
| 11 | اشعر بالفخر لانتمائي لأسرتي العلمية | |
| 12 | المتعة الحقيقية لي عندما ارى زملائي يحققون نجاحات دراسية | |
| 13 | اشعر بالبهجة عندما يكون قسمي افضل الاقسام | التعبير عن المشاعر |
| 14 | اجد نفسي عندما اشارك زملائي انجازاتهم | |
| 15 | افتخر بزملائي الذين يسخرون طاقاتهم لعمل الخير | |

| | | |
|-------------------------|----|---|
| تعقل الذات | 16 | اتباهى بزملائي المنتمين الى فرق تطوعية انسانية |
| | 17 | اتباهى بزميلي الذي مدحه الاستاذ لتفوقه في القاء المحاضرة |
| | 18 | اشعر بالفخر عندما اشارك اصدقائي نشاطاتهم |
| الدافعية للإنجاز | 19 | احترم واقدر ذاتي باختياري للأصدقاء ذوي الاخلاق الرفيعة |
| | 20 | افتخر عندما ينجز زملائي عملا ضمن مسؤولياتهم |
| الدافعية للإنجاز | 21 | ينظر لي الاخرين نظرة جيدة لامتلاكي اصدقاء جيدين |
| | 22 | افتخر لوجودي مع زملاء معروفين بسعة جيدة |
| | 23 | اشعر بالزهو عندما ارى اصدقائي يحترمون من حولهم |
| الثقة بالنفس | 24 | اشعر بالسعادة عندما ينجز اصدقائي اعمالهم بجودة عالية |
| | 25 | يفرحني تغلب زملائي على الصعوبات التي تواجههم |
| قدرة الذات على المواجهة | 26 | يسعدني بان يكون زملائي يمتازون بشخصية اجتماعية مرموقة |
| | 27 | اشعر بالسعادة عندما يوفي زملائي بوعدهم |
| التوافق الاجتماعي | 28 | اشعر بالسعادة عند تواجدي مع زملاء ناجحين |
| | 29 | اشعر بالتقدير لان ارتباطي بأصدقاء ناجحين يسعد عائلتي |
| | 30 | اشعر بالفرح عندما يمدحني والدي لتواصلتي مع اصدقائي الناجحين |

يلي تحديد الحاجة تصميم البرنامج الإرشادي الذي يفي هذه الحاجة ويتم تنظيم عملية التصميم البرنامج الإرشادي بالخطوات التالية :

أ. تحديد اهداف البرنامج :

الأهداف هي الغايات التي يؤمل تحقيقها من البرنامج الإرشادي ، وهذه الاهداف هي عبارة عن نتائج يجري تصميمها واقرارها مسبقا ، والهدف العام من البرنامج هو تنمية الزهو المنعكس لدى الارامل 0

ب. تحديد نوع المهارات في البرنامج :

بعد ان يتم تحديد الاحتياجات الإرشادية او المهارات الملائمة لهذه الاحتياجات ، والتي سيعمل البرنامج الإرشادي على إكسابها او صقلها لدى افراد المجموعة التجريبية0

ج - اختيار وتنفيذ نشاطات البرنامج:-

طبق الإرشاد الجمعي باستخدام استراتيجيات وفنيات اسلوب الحديث الخالي من المشاكل ، و استطاعت الباحثة تحقيق (12) جلسة إرشادية بواقع جلستين اسبوعيا والزمن المستغرق لكل جلسة (45) دقيقة وجدول (7) يوضح ذلك ، واستعملت الباحثة في هذا البرنامج عدد من النشاطات وتضمن الأسلوب مجموعة من الانشطة والفعاليات التي استخدمتها الباحثة لغرض تحقيق الهدف من البحث ومنها (الحديث الذاتي ، التعليمات الذاتية ، الحوار الداخلي ،التغذية الراجعة).

جدول (7)

جلسات البرنامج الإرشادية وتواريخها

| ت | الجلسة | عنوانها | تاريخ انعقادها |
|-----------------|--------------|--------------------------|----------------------|
| 1 | الأولى | التهيؤ للبرنامج الإرشادي | الخميس 2021/11/11 |
| 2 | الثانية | الانفتاح على الخبرة | السبت 2021/11/13 |
| 3 | الثالثة | التفأول | الخميس 2021/11/18 |
| 4 | الرابعة | تحمل المسؤولية | السبت 2021/11/20 |
| 5 | الخامسة | الثقة بالنفس | الخميس 2021/11/25 |
| 6 | السادسة | التعبير عن المشاعر | السبت 2021/11/27 |
| 7 | السابعة | تقبل الذات | الخميس 2021/12/2 |
| 8 | الثامنة | الدافعية للإنجاز | السبت 2021/12/4 |
| 9 | التاسعة | الثقة بالنفس | الخميس 2021/12/9 |
| 10 | العاشرة | قدرة الذات على المواجهة | السبت 2021/12/11 |
| 11 | الحادية عشرة | التوافق الاجتماعي | الخميس 2021/12/16 |
| 12 | الثانية عشرة | الختامية | السبت 2021/12/18 |
| الاختبار البعدي | | | الثلاثاء 2021 /12/28 |

د- تقويم البرنامج:- سيقوم البرنامج الإرشادي من خلال -

1- التقويم التمهيدي: ويتلخص بالإجراءات التي تمت قبل البدء بالبرنامج والمتمثلة في صدق البرنامج و تكافؤ العينة وتحديد الحاجات.

2- التقويم البنائي: ويتلخص بإجراء عملية التقويم عند نهاية كل جلسة من خلال توجيه الأسئلة للمسترشدين ومتابعة التدريبات عند بدء كل جلسة

3- التقويم النهائي: ويحصل ذلك من خلال القياس البعدي المقياس الزهو المنعكس لإفراد المجموعة التجريبية لتحديد مستوى التغير الحاصل في السمة المقاسة0

الصدق الظاهري للبرنامج:- نعني بالصدق الظاهري هو قيام عدد من الخبراء المختصين بتقدير مدى تمثل فقرات المقياس للسمة المراد قياسها (Ebel, 1972, (79)، وعرض البرنامج على مجموعة من الخبراء و المتخصصين في التربية وعلم النفس(الملحق/1) لمعرفة مدى مناسبة الأنشطة والفعاليات المستخدمة لتحقيق الأهداف و قد حصل البرنامج على نسبة عالية من الاتفاق بلغت (90%) و اخذ الباحثة بالملاحظات و التعديلات التي قدمها الخبراء من اجل الوصول إلى المستوى المطلوب للبرنامج.

تطبيق البرنامج الإرشادي: بعد اختيار عينة البحث ، و تحديد التصميم التجريبي و إعداد أدواته و الفنيات المعتمدة ،قامت الباحثة بالإجراءات الآتية:

- 1- اختير (20) ارملة بصورة قصديه ممن حصلوا على اقل درجات على مقياس الزهو المنعكس ، وتم توزيعهم بصورة عشوائية و بالتساوي إلى مجموعتين تجريبية عددها(10) ومجموعة ضابطة عددها(10) ، التقت الباحثة بالأرامل المجموعة التجريبية للتعرف عليهم و تعريفهم بطبيعة العمل الإرشادي في البرنامج و أخلاقياته كما بلغهم عن مكان الجلسات الإرشادية و زمانها.
- 2- حدد عدد الجلسات الإرشادية للمجموعة التجريبية(12) جلسة بواقع جلستين أسبوعيا ، وقد طلبت من أفراد المجموعة التجريبية الحفاظ على سرية ما يدور خلال الجلسات الإرشادية.
- 3- حدد مكان الجلسات الإرشادية الساعة بين (12) من أيام السبت والخميس من كل أسبوع.
- 4- عدت الدرجات التي حصلت عليها أفراد المجموعتين التجريبية و الضابطة على مقياس الزهو المنعكس قبل البدء بتطبيق البرنامج بمثابة نتائج الاختبار القبلي.
- 5- تحديد موعد للاختبار البعدي على مقياس الزهور المنعكس 2021 /12/28 الثلاثاء 0

وفيما يأتي نموذج لجلسات البرنامج إرشادية الذي أعدته الباحثة :-

ادارة الجلسة العاشرة : قدرة الذات على المواجهة

- ترحب المرشدة بالمسترشدات وتشكرهن على الحضور وتقوم بالاستفسار عن التدريب البيتي وتقدم الشكر للمسترشدات اللاتي أنجزن الواجب ، ثم بعد تأكد من شعورهن بالراحة والهدوء .
- تقوم المرشدة بتقديم موضوع الجلسة وهو (قدرة الذات على المواجهة)0
- تقوم المرشدة بتوضيح معنى "قدرة الذات على المواجهة " تعني قدرة الفرد على التعديل او التغيير من مستوى خصائصه او صفاته المميزة لسيطرة على الذات حيث تسمح له بالتوافق المرن للضغوط الداخلية والخارجية والمواجهة الفعالة للشدائد والمحن"(Block,1989:245) 0
- تطبق المرشدة فنية (فحص الذات) من خلال مناقشة الباحثة المسترشدات لمفهوم قدرة الذات على المواجهة وتستمع الى مداخلتهن وتصحح المفاهيم المغلوطة فيها وتثني على الصائبة منها وتشجع المرشدة المسترشدات للتفكير ذواتهن واكتشافها بانفسهن ليتعرفن على مدى تمتعهن بقدرة ذات عالية على المواجهة.
- المسترشدة (ايغان): رغم ماممرت به من تجربة قاسية وهي فقدان زوجي الا اني كنت قادرة على التعامل مع الموقف بشكل طبيعي على عكس النساء الاخريات اللاتي ينهار حياتهن وعزيمتهن عند حدوث الوفاة واحمد لله على هذه القوة 0
- المسترشدة (زينة) : لم تعد لي القدرة على تحمل أي موقف صعب كون حالتي كانت كافية ان تحط من عزيمتي عندما أرى اولادي وبنات يفتقدون حنان الاب وكبروا ولازالوا متأثرين بوفاة والدهم 0
- المسترشدة (سحر) أي قوة وانا وحيدة بدون سند ولدي ابنتنا ولدي مسؤولية كبيرة وانا اليوم نفسي كثيرا بانني وحيدة وغير قادرة على توفير حياة سعيدة الولادي .
- تضيف المرشدة قائلة " أن الشعور بعدم الارتياح والهم والقلق المتعلق بالحوادث و الشعور بالضيق وانشغال الفكر وترقب الشر وعدم الارتياح تجاه مشكلة مستقبلا متوقعة أو وشيكة الحدوث كلها صعوبات ومشكلات يجب على الفرد أن تكون له القدرة في مواجهتها فكثرة الإحداث التي يتعرض لها الشخص والتي تحيط به من جميع الجوانب تؤدي به إلى القلق والخوف والتعب والإرباك ومن ثم عدم إتقان العمل أو الواجب المدرسي بشكل جيد ، وربما يؤدي إلى شعور الفرد باليأس من الحياة لذلك أوجب علينا أن نتعلم كيفية مواجهة تلك المشكلات بشكل صحي ومنطقي فلا بد للفرد من إن يقلق ولكن يجب ان يكون قلقه إيجابي يدفعه ويوجهه إلى الاجتهاد والمثابرة في كل مجالات حياته وان يكون حافز للانجاز وتحقيق اهداف خاصة والشعور بالسعادة والرضا.

- تقوم المرشدة بتقويم مدى استفادة المسترشدات من الجلسة من خلال تخلص ما دار فيها وبيان سلبيات وايجابيات الجلسة ومن ثم توجه المرشدة عدد من الاسئلة:-
- ما المقصود بقدرة الذات على المواجهة؟
- ما الأفضل مواجهة الذات و الواقع أم الانسحاب والهروب والاستغراق في خيال سلمي؟.
- تطلب المرشدة من المسترشدات تسجيل بعض المواقف الصعبة والتي تمكنت المسترشدة من مواجهتها بقوة وحزم .

الوسائل الإحصائية (The statistical Means):

لمعالجة بيانات هذا البحث فقد استخدمت الباحثة الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (S.P.S.S) 0

الفصل الرابع : عرض النتائج و مناقشتها:-

الفرضية الأولى:- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين رتب درجات المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدى على مقياس الزهو المنعكس الايجابي:

للتحقق من صحة هذه الفرضية تم استعمال اختبار (ولكوكسن لعينتين مترابطتين) لمعرفة دلالة الفرق قبل تطبيق البرنامج و بعده اذ تبين ان القيمة المحسوبة تساوي (صفر) و هي دالة احصائيا عند موازنتها بالقيمة الجدولية (8) عند مستوى (0,05) مما يؤكد هذا على رفض الفرضية الصفرية و قبول الفرضية البديلة اي يوجد فرق دال احصائيا بين افراد المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدى ولصالح الاختبار البعدى كما موضح في الجدول (8) وعلى النحو الآتي :-

الجدول (8)

قيمة اختبار ولكوكسن المحسوبة والجدولية لرتب درجات افراد المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدى

| مستوى الدلالة الفرق | قيمة W | | الرتب السالبة | الرتب الموجبة | رتب الفرق | درجات الفرق | المجموعة التجريبية | | ت |
|--|----------|----------|------------------|------------------|--------------|----------------|-----------------------------|-----------------------------|------|
| | الجدولية | المحسوبة | | | | | درجات الاختبار البعدى | درجات الاختبار القبلي | |
| 0,05 دال احصائيا لصالح الاختبار البعدى | 8 | صفر | 4.5 | - | 4.5 | -42 | 111 | 71 | 1 |
| | | | 4.5 | - | 4.5 | -41 | 115 | 74 | 2 |
| | | | 2 | - | 2 | -40 | 117 | 77 | 3 |
| | | | 1 | - | 1 | -39 | 119 | 80 | 4 |
| | | | 4.5 | - | 4.5 | -40 | 122 | 80 | 5 |
| | | | 7.5 | - | 7.5 | -42 | 125 | 83 | 6 |
| | | | 4.5 | - | 4.5 | -41 | 125 | 84 | 7 |
| | | | 7.5 | - | 7.5 | -42 | 129 | 87 | 8 |
| | | | 9.5 | - | 9.5 | -45 | 132 | 87 | 9 |
| | | | 9.5 | - | 9.5 | -45 | 133 | 88 | 10 |
| | | | | | | 55 - W | +W صفر | 55 | 1228 |
| | | | | | 5.5 | 122.8 | 81.1 | المتوسط الحسابي | |

الفرضية الثانية :- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (0,05) بين رتب درجات المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الزهو المنعكس الايجابي:

لاختبار صحة هذه الفرضية تم استعمال اختبار (ولكوكسن لعينتين مترابطتين) لمعرفة دلالة الفرق قبل تطبيق البرنامج و بعده اذ تبين ان القيمة المحسوبة تساوي (24.5) وهي غير دالة احصائيا عند موازنتها بالقيمة الجدولية (8) عند مستوى (0,05) مما يؤكد ذلك على قبول الفرضية الصفرية ورفض الفرضية البديلة اي لا يوجد فرق دال احصائيا بين افراد المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي والجدول (9) يوضح ذلك:

جدول (9)

قيمة اختبار ولكوكسن المحسوبة و الجدولية لرتب درجات المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي

| مستوى الدلالة | قيمة W | | الرتب المسالبة | الرتب الموجبة | رتب الفرق | درجات الفرق | المجموعة الضابطة | | ت | | |
|----------------------------|----------|----------|-------------------|------------------|--------------|----------------|-----------------------------|-----------------------------|------|------|--------------------|
| | الجدولية | المحسوبة | | | | | درجات الاختبار القبلي | درجات الاختبار البعدي | | | |
| 0,05 غير دال احصائيا | 8 | 24,5 | 9 | | 9 | -20 | 91 | 71 | 1 | | |
| | | | 8 | | 8 | -16 | 89 | 73 | 2 | | |
| | | | 7 | | 7 | -10 | 87 | 77 | 3 | | |
| | | | 5.5 | | 5.5 | -9 | 87 | 78 | 4 | | |
| | | | 1 | | 1 | -2 | 85 | 83 | 5 | | |
| | | | | 2 | 2 | +5 | 81 | 86 | 6 | | |
| | | | | 3 | 3 | +6 | 80 | 86 | 7 | | |
| | | | | 4 | 4 | +8 | 80 | 88 | 8 | | |
| | | | | 5.5 | 5.5 | +9 | 79 | 88 | 9 | | |
| | | | | 10 | 10 | +21 | 68 | 89 | 10 | | |
| | | | | _W 30.5 | +W 24.5 | | 55 | | 827 | 819 | المجموع |
| | | | | | | | 5.5 | | 82,7 | 81,9 | المتوسط الحصائي |

الفرضية الثالثة :

لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (0,05) بين رتب درجات في المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي على مقياس الزهو المنعكس الايجابي :

لا اختبار صحة هذه الفرضية تم استعمال اختبار (مان وتتي للعينات متوسطة الحجم) لمعرفة دلالة الفرق بين المجموعتين التجريبية و الضابطة في الاختبار البعدي, تبين ان القيمة المحسوبة تساوي (صفر) و هي دالة احصائيا عند موازنتها بالقيمة الجدولية (23) عند مستوى (0,05) لذا تم رفض الفرضية الصفرية و قبول الفرضية البديلة اي يوجد فرق دال احصائيا بين المجموعة التجريبية و الضابطة بعد تطبيق البرنامج الارشادي ولصالح المجموعة التجريبية ، والجدول (10) يوضح ذلك :

جدول (10)

قيمة اختبار مان وتني المحسوبة و الجدولية لرتب درجات افراد المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي

| مستوى الدلالة | قيمة U | | المجموعة الضابطة | | المجموعة التجريبية | | ت |
|---|----------|----------|------------------|--------|--------------------|--------|--------------------|
| | الجدولية | المحسوبة | الرتبة | الدرجة | الرتبة | الدرجة | |
| 0,05 دال احصائيا لصالح المجموعة التجريبية | 23 | صفر | 10 | 91 | 11 | 111 | 1 |
| | | | 9 | 89 | 12 | 115 | 2 |
| | | | 7.5 | 87 | 13 | 117 | 3 |
| | | | 7.5 | 87 | 14 | 119 | 4 |
| | | | 6 | 85 | 15 | 122 | 5 |
| | | | 5 | 81 | 16.5 | 125 | 6 |
| | | | 3.5 | 80 | 16.5 | 125 | 7 |
| | | | 3.5 | 80 | 18 | 129 | 8 |
| | | | 2 | 79 | 19 | 132 | 9 |
| | | | 1 | 68 | 20 | 133 | 10 |
| | | | R2=55 | 827 | R1=155 | 1228 | المجموع |
| | | | 5,5 | 82.7 | 15,5 | 122.8 | المتوسط الحسابي |

من خلال النتائج التي توصلت اليها الفرضيات تبين :

أولاً: أظهرت النتائج فروقا دالة إحصائية في مستوى الزهو المنعكس الايجابي بين متوسط رتب درجات المجموعتين التجريبتين (التجريبية والضابطة) ولصالح المجموعة التجريبية ، وذلك لأن المجموعة التجريبية قد طبق عليها البرنامج الارشادي المسند الى (الاسلوب الحديث الخالي من المشاكل) في الارشاد والعلاج المعرفي بينما تركت المجموعة الضابطة دون تدخل لبرنامج او معالجة تذكر .

تبين إن أفراد عينة البحث النساء الأرامل لديهن زهو منعكس ايجابي ويمكن تفسير هذه النتيجة وفق أفكار النظرية المتبناة في البحث الحالي نظرية سيالديني (Cialdini) والتي أكدت على إن هنالك سلوكيات مرغوبة اجتماعيا من قبل الافراد الآخرين لذا يسعى الفرد لاتخاذها من اجل الشعور بالتقدير الذاتي وكسب القبول أو الاحترام من خلال التباهي بالنجاحات التي يحققها الآخرين ولأن هذا الشعور يوفر نظرة ايجابية قيمة للآخرين وتعزيز مشاعر الود والحب بينهم ، وخاصة للجماعة او المجموعة التي ينتمي اليها الفرد انتمائه ويصبح لمجموعته الناجحة جزءا من هويته الاجتماعية وهو يحرص دائما على تكوين علاقات مع الزملاء والأصدقاء قد يكون الغرض منها التعويض عن نقص في العلاقات الشخصية وخلق انطباع جيد وإثارة للاهتمام نحوه وما يقوم به من دور ، وتعزيز موقعه الاجتماعي في المجموعة لجعله أكثر كفاءة اجتماعيا وذلك عن طريق الارتباط مع الشخصيات الناجحة في مجال ما ، وهذه تعتبر نتيجة ثابتة في أدب إدارة الانطباع ويصنفه (كوفلين 1995) على انه عرض تقديمي تكتيكي (دفاعاً عن الأنا) والتستر عن الضعف كون لا ينسب لهم ، لذا

فهم يحاولون تعزيز تقييم الصورة الذاتية العامة الايجابية لهم لأنهم يعتبرونها (غير جذابة اجتماعيا) (: lines.2007 0(30

ويرى (مكينبوم) ايضا أن هذا الاسلوب يركز على الحل ومفيد في تأسيس علاقة دافئة تعمل على مناقشة الايجابيات في الحياة ، لأن الحديث الخالي من المشاكل يكشف نقاط القوة ومصادرها لدى المسترشد في التعامل مع الضغوطات الحياتية وما ينتج عنها من مشكلات نفسية او اسرية ، بمعنى ان هذا الاسلوب يعزز الثقة بالنفس ويخفف التوتر الناجم من ضغوطات الحياة فهو يجعل المسترشد يدرك مصادر القوة لديه وفي نفس الوقت يخفض عدم التوازن في القوة المدركة (برادلي ، 2012 : 72).

ثالثا: الاستنتاجات Conclusions :

- 1- ان الزهو المنعكس يعد مشكلة نفسية او الية يلجأ اليها الفرد لمواجهة الظروف الضاغطة وهي في نفس الوقت تتضمن جانبين الإيجابي والسليبي وعلى الفرد التمييز بين هذين الجانبين .
- 2- ان أغلب معاناة النساء الارامل سببها إحساسهن المفرط بالألم وتوبيخ الذات الدائم وعدم الكفاءة والتقييم السلبي لذواتهن وقدراتهن، مما زاد من مشاعر اليأس والشعور بالذنب والتشاؤم والقلق والارتباك وبالتالي التثبث بالآخرين للحصول على تقدير ذات إيجابي من اجل ان يصبحن قادرات على التواصل الاجتماعي والقبول في المجتمع .
- 3- إن الأسلوب الإرشادي الحديث الخالي من المشاكل (احدثا تغيرا كثر ايجابيا في الزهو المنعكس، وبذلك يمكن الاعتماد عليها في بناء البرامج الارشادية وأن الفنيات والأنشطة المقدمة التي تضمنتها الأساليب الارشادية الحديث الخالي من المشاكل له اثرا واضحا وفعالا في تنمية الزهو المنعكس لدى الارامل.
- 4- الدور الإيجابي للإرشاد الجماعي في نمو العلاقات الاجتماعية بين المسترشدين، فأحدى مميزاته هو زيادة التوافق الاجتماعي والتمركز حول الذات والتخلص من الشعور بالعزلة والانطواء نتيجة الظروف العصبية التي يمر بها الافراد.
- 5- حاجة الارامل الماسة الى البرامج الإرشادية المبنية على أسس علمية وفقا لحاجاتهن الاجتماعية والمهنية والنفسية .

رابعا: التوصيات Recommendations:- في ضوء نتائج البحث توصي الباحثة بما يأتي:

- 1- الإفادة من البرنامج الإرشادي المعد في هذه الدراسة من قبل الباحثين في مراكز أبحاث الطفولة والأمومة والمنظمات التي تعنى بشؤون المرأة؛ لتنمية الزهو المنعكس الايجابي لدى الارامل.
- 2- حث مؤسسات الرعاية الاجتماعية، والجمعيات النسائية، ومنظمات المجتمع المدني وتوجيهها للقيام بدورها تجاه النساء الأارامل وزيادة الدعم الحل مشكلاتهن من خلال إعداد مزيد من البرامج مثل (برامج الدعم النفسي، ولقاءات توعية، وورش عمل) بالإضافة الى العمل على تطوير خبرات الباحثين الاجتماعيين المتخصصين في الإرشاد الأسري للعمل مع الاسر المترملة .
- 3- تثقيف المجتمع وتوعيته من خلال وسائل الإعلام؛ لتعزيز مكانة المرأة في المجتمع بصورة عامة والنساء الارامل بصورة خاصة.
- 4- الاهتمام بالرعاية اللاحقة للأرامل؛ بهدف إعادة تأهيلهن نفسيا واجتماعيا بما يساعد في رفع كفاءتهن الاجتماعية.
- 5- حث المؤسسات ووزارة العمل والشؤون الاجتماعية على تفعيل النشاطات التي تؤدي الى تنمية العمل الجماعي وتعزيز الثقة بالنفس والاعتماد على الذات كالنشاطات الترفيهية الجماعية المهرجانات الأدبية والحرف والاعمال اليدوية.

خامسا : المقترحات Suggestions: -استكمالاً للبحث الحالي وتطويراً له تقترح الباحثة إجراء ما يأتي:

- 1- إجراء دراسة مقارنة بين النساء الارامل والنساء الغير ارامل ومعرفة الفروق في الزهو المنعكس لديهن .
- 2- إجراء دراسة لمعرفة أثر أساليب إرشادية أخرى (تغيير القواعد، خفض التفكير) في تنمية الزهو المنعكس الايجابي لدى الارامل .
- 3- اجراء دراسات ارتباطية بين متغير البحث الحالي (الزهو المنعكس الايجابي ومتغيرات أخرى مثل (الارتياح النفسي، معنى حياة وغيرها)

المصادر

- ابن منظور ، أبو الفضل محمد بن مكرم الأنصاري الأفريقي المصري (2005) لسان العرب ، حققه أحمد حيدر ، راجعه عبد المنعم إبراهيم ، منشورات محمد علي ، ببيضون ، دار الكتب العلمية ، بيروت.
- باترسون(1990): نظريات الارشاد والعلاج النفسي ,القسم الرابع، ترجمة حامد عبد العزيز الفقي ،ط4، دار القلم، جامعة الكويت، الكويت0
- بطرس، بطرس حافظ (2010) : المشكلات النفسية وعلاجها ،ط2، دار المسيرة، عمان- الاردن.
- شكري، علياء (1988). الاتجاهات المعاصرة في دراسة الأسرة ، القاهرة، دار المعارف.
- الشناوي، محمد محروس (1994) : العملية الإرشادية والعلاج النفسي، دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة- مصر0
- صالح، صالح مهدي وشامخ، بسمة كريم (2011): التحدث مع الذات وبعض الاضطرابات النفسية والسلوكية، ط1، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان.
- الكندري، أحمد (1992). علم النفس الأسري ، الطبعة الثانية، مكتبة الفلاح، الكويت.
- الكيال ، دحام ، شويو ، عبد الله ، (1990). الحاجات الإرشادية لطلبة الجامعة المستنصرية وطرائق اشباعها .مجلة العلوم التربوية والنفسية . العدد 19.
- يعقوب ، نايف نافذ رشيد (2002) : مركز الضبط وعلاقته بالسلوك العدواني لدى طلبة الصف العاشر الأساس في مدينة أربد ، مجلة كلية التربية، جامعة طنطا ، المجلد الأول ، العدد (31) .
- Borders, I.D& Drory ,Sandra M.D (1992) : **comprehensive school_Counselin g Programs** . Is view for pdiey ? makers and practitioners , journal of counseling and development.
- Cialdini , R. B. , Borden , R. J. , Thorne , A. , Walker , M. R. , Freeman , S. , & Sloan , L. R. (1976) . Basking in reflected glory : Three (football) field studies . Journal of personality and social psychology , 34 (3) , 366 .
- Cialdini , R. B , Borden , R, J, Thorn, A, Walker, M, R, Freeman,S & Sloan,L,R(1976): **Basking in reflected glory :Three(football) field studies**. Journal, of personality and social Psychology , 34,366-375 .