بسم الله الرحمن الرحيم

جامعة الأزهر بغزة
عمادة الدراسات العليا
كلية التربية
قسم علم النفس

فاعلية برنامج إرشادي لتنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى طالبات المرحلة الثانوية بمحافظة خان يونس

إعداد الباحثة:
نفوذ سعود أبو سعدة

إشراف:
أ. د. صلاح الدين أبو ناهية
أستاذ علم النفس - عميد كلية التربية الأسبق - جامعة الأزهر بغزة

قدمت هذه الرسالة استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في التربية
(اختصاص علم النفس)

1433هـ - 2012م

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

جامعـــــة الأزهـــــر – غـــــزة
عمـادة الدراسـات العليـا والبحـث العلمـي
كليـــــــــة التربيـــــــــة
ماجســـــتير علـــــم الـــــنفس

نتيجة الحكم على أطروحة ماجستير

بناءً على موافقة عمادة الدراسات العليا بجامعة الأزهر – غزة على تشكيل لجنة المناقشة والحكم على أطروحة الطالبة/ **نفوذ سعود عبد الفتاح أبو سعدة**، المقدمة لكلية التربية لنيل درجة الماجستير في علم النفس وعنوانها:

فاعلية برنامج إرشادي لتنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى طالبات المرحلة الثانوية بمحافظة خانيونس

والمكونة من السادة :

أ. د. صلاح الدين أبو ناهية	مشرفاً ورئيساً
د. أسامة حمدونة	مناقشاً داخلياً
أ. د. نظمي أبو مصطفى	مناقشاً خارجياً

وتمت المناقشة العلنية يوم الإثنين بتاريخ 2012/06/11م.

وبعد المداولة أوصت اللجنة بمنح الطالبة/ **نفوذ سعود عبد الفتاح أبو سعدة**، درجة الماجستير في التربية تخصص علم النفس.

توقيع أعضاء لجنة المناقشة والحكم :

أ. د. صلاح الدين أبو ناهية .....

د. أسامة حمدونة .....

أ. د. نظمي أبو مصطفى .....

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

بسم الله الرحمن الرحيم

﴿ يَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ
دَرَجَاتٍ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ ﴾

صدق الله العظيم

(المجادلة: 11)

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

إهداء

* * * * * * *

إلى كل معلم علمني حرفاً ...

إلى كل ولي أمر يحلم أن يرى ابنه في طليعة جيل الغد

إلى كل مرشد وكل مربٍ حريص على مصلحة أبناء فلسطين

إلى من علمني الشموخ والكبرياء والعزة والدي رحمه الله

إلى نبراس حياتي من ترعاني بدعواتها وحنانها أمي الحبيبة

إلى رفيق دربي من يشاركني فرحتي وآمالي زوجي العزيز

إلى شذى عمري وأملي بمستقبل مشرق ابني الغالي

إلى من أرى النور بعيونهم إخوتي وأخواتي الأحباء

إلى كل من غرس فيَّ الأمل والطموح

أهدي جهدي المتواضع هذا ...

* * * * * * *

الباحثة

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

شكر وتقدير

انطلاقاً من قوله تعالى ﴿وَمَن يَشْكُرْ فَإِنَّمَا يَشْكُرُ لِنَفْسِهِ﴾ (لقمان: 12)، وقوله صلى الله عليه وسلم "مَنْ لَمْ يَشْكُرِ النَّاسَ لَا يَشْكُرِ اللَّهَ عَزَّ وَجَلَّ"، وبعد أن منّ الله عليّ بإتمام هذه الرسالة، وإخراجها إلى حيز الوجود، فإنه لا يسعني إلا أن أنسب الفضل لأهله بعد الله سبحانه وتعالى، وأشكر هذا الصرح العظيم المتمثل في جامعة الأزهر، والمحتضنة لأعرق الكليات "كلية التربية"، والمنبثق منها "قسم علم النفس"، التي أتاحت لي فرصة إتمام مسيرة البحث العلمي.

كما أتقدم بجزيل الشكر وعظيم الامتنان لمن تابع هذه الدراسة منذ أن كانت فكرة، **أستاذي الفاضل أ. د./ صلاح الدين أبو ناهية**، الذي شرّفني بإشرافه على هذه الرسالة، والذي لم يدخر من بحر علمه وفيض عطائه شيئاً، فقد منحني من وقته وجهده الكثير، ومن علمه الشيء الوفير، فله مني خالص الشكر والتقدير.

والشكر موصول أيضاً إلى عضويّ لجنة المناقشة، **أستاذي الفاضل أ. د./ نظمي أبو مصطفى**، الذي تعلمت منه الكثير في مرحلة البكالوريوس، خاصة في مجال البحث العلمي، فكان خير أب وخير معلم، **ود./ أسامة حمدونة**، محتضن جميع طلبة علم النفس، وكيف لا!! وهو رئيس قسم علم النفس بالجامعة، يعمل على راحة ومساندة جميع طلبة التخصص، وذلك على تفضلهما بالموافقة على مناقشة هذه الرسالة، وإثرائها بآرائهما السديدة والقيّمة، لتكون على أفضل صورة إن شاء الله.

ولا يفوتني أن أتقدم بخالص الشكر وأطيب الدعاء للأساتذة الأفاضل، الذين تفضلوا بتحكيم البرنامج الإرشادي وساعدوني بوضع ملاحظاتهم وأفكارهم وتوجيهاتهم، لهم مني كل الشكر والتقدير.

وبكل الامتنان والشكر والتقدير أتوجه لمديرة مدرسة الخنساء الثانوية بخان يونس **الأستاذة الفاضلة/ نجوى مصبح**، ونائب المدير **الأستاذ الفاضل/ حمدان أبو هجرس**، وسائر الهيئة التدريسية فيها، لما قدموه من دعم ومساندة وتسهيلات أثناء تطبيق إجراءات الدراسة، فأسأل الله تعالى أن يجزيهم عني خير الجزاء.

والشكر موصول أيضاً للطبيب النفسي **الدكتور/ يوسف عوض الله**، لما بذله من جهد في تجميع وترجمة الدراسات الأجنبية التي تتعلق بالدراسة، وكذلك لما بذله من جهد في ترجمة ملخص الدراسة إلى اللغة الانجليزية، ولما له من فضل في تشجيعي ودعمي ومساندتي، فله مني أجمل تحية.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

كما أتوجه بجزيل الشكر **للأستاذ/ محمد عبد الهادي** لما قدمه من جهد في طباعة وتنسيق الرسالة، فله مني أطيب الدعاء.

ولا يفوتني طبعاً أن أخط عظيم تقديري وعرفاني وحبي إلى **والدتي الحبيبة** التي غمرتني بدعائها ورضاها عني طيلة السنوات الماضية، أدعو لها بدوام الصحة والعافية.

والشكر موصول أيضاً إلى **رفيق دربي زوجي العزيز**، وإلى **قرة عيني ابني الحبيب**، لما تحملاه من أجلي على مدار السنوات الماضية، ولما قدماه لي من دعم ومساندة، جزاهما الله عني خير الجزاء.

أما الشكر الخاص .. فهو **لأخوتي وأخواتي وجميع عائلتي** الذين كان لهم أطيب الأثر في دعمي وتشجيعي والأخذ بيدي ومساندتي، فلهم مني كل الحب والفخر والاعتزاز.

ولا يفوتني أن أتقدم بخالص الشكر وعظيم الامتنان لحبيبة عمري **صديقتي الغالية الأستاذة/ هيا مطر**، والتي لم تألُ جهداً في تشجيعي ودعمي ومساندتي، فلها مني كل الحب والتقدير.

والشكر موصول أيضا **لشقائق النعمان .. إخوتي في الله/ فايز بشير، محمد أبو دوابه، أسامة أبو ركبه**، الذين كان لهم الفضل في مساعدتي ومساندتي، فلهم مني كل الشكر والامتنان.

هؤلاء من ذكرتهم فشكرتهم، أما من نسيتهم فهم أولى الناس بالشكر والتقدير، وأخيراً أدعو الله سبحانه وتعالى أن يكون هذا العمل خالصاً لوجهه الكريم، وأن ينال الرضا والقبول، فحسبي أنني اجتهدت، والكمال لله وحده، فإن وفقت فمن الله، وإن قصرت فعذري هو قوله سبحانه وتعالى ﴿قَالُواْ سُبْحَانَكَ لاَ عِلْمَ لَنَا إِلاَّ مَا عَلَّمْتَنَا إِنَّكَ أَنتَ الْعَلِيمُ الْحَكِيمُ﴾ (البقرة: 32).

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

Abstract

Effectiveness of the heuristic For Improving the academic ambition level among secondary schools' girls in Khan Younis Governorate.

This study is one of the studies that focused on the improve the academic ambition level at secondary stage, and it will help students to be creative and effective in their performance .

The purpose of the study was to :
identify the effectiveness of heuristic program to improve the academic ambition level at secondary stage of girls in Khan Younis Governorate.

Sample:
The study sample consisted of (40) students of 11th literary class at Al-Khansa'a Secondary girls school, for the scholar year 2011/2012, which is followed to the ministry of high education, and their age's range between 16-17 years.
And they were chosen from the original society members of study who have got low marks in Academic Ambition Standard , and they were divided into two equal event groups: experimental and controller, and each group consists of (20) student.

Tools:
- The academic ambition level standard of the secondary stage students, which prepared by Mr. Salah Al-Deen Abu Nahia (1986).
- The suggested heuristic program for improving the academic ambition level of secondary stage girls, which prepared by / the researcher.
- The photographed intelligence test, Ahmed Zaki Saleh (1978).
- Form of the economic and social level estimation of Palestinian family, which prepared by / Mr. Nazmy Abu Mustafa (2010).

Statistics :
- Person's correlation coefficient.
- Spareman's-Brown predicated equation
- Alpha's chronpache equation
- Man's-Witney equation.
- T-test.
- Eata's square coefficient test.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

Results :

- There are differences of statistically significant between the average of experimental's group members and the average of controller's group members of the followed standard in the academic ambition standard.
- There are differences of statistically significant between the average of experimental's group members in the previous standard and the average of the same group's members in the followed standard in the academic ambition standard.
- There is no difference of statistically significant between the average of experimental's group members in the followed standard and the average of the same group's members in the sequential standard in the academic ambition standard.
- There is an effectiveness of the heuristic program for improving the academic ambition standard of the experimental's group members.

Recommendations :

- The level of The academic ambition with it's dimensions, and total degree among the members of the study population is located at a relatively low to medium level.
- Provision of right, fruitful, and stimulation scholar environment , which suits for students scholar atmosphere helping them to improve their creative and educational level, and increasing their academic ambition.
- Preparing guided and educational programs by the educational guiders and the specialists in psychology to help student and show them their abilities, capabilities and interests , then planning aims suit with these abilities.
- Designing another guide programs that can improve the academic ambition level and vocational ambition of students in all scholar stages.
- Adoption of the used program in this study and applying it in all secondary school in Gaza Strip.

Suggestions :

- The study highlighted the need of a survey to evaluate the problem among other schools.
- More studies should focus on academic ambition and its relations with the stressful situations, which the students of the Gaza Strip live.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ملخص الدراسة

- **هدفت الدراسة إلى:** التعرف إلى فاعلية برنامج إرشادي لتنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى طالبات المرحلة الثانوية بمحافظة خان يونس.

- **ولتحقيق هذا الهدف اختارت الباحثة:** عينة مكونة من (40) طالبة من طالبات الصف الحادي عشر آداب، بمدرسة الخنساء الثانوية بنات، في محافظة خان يونس، للعام الدراسي 2012/2011م، والتابعة لوزارة التربية والتعليم، وتتراوح أعمارهن ما بين (16-17) سنة، وقد تم اختيارهن من أفراد المجتمع الأصلي للدراسة، اللواتي حصلن على درجات متدنية في مقياس مستوى الطموح الأكاديمي، وقد تم تقسيمهن إلى مجموعتين متكافئتين، تجريبية، وضابطة، قوام كل مجموعة (20) طالبة.

- **كما وضعت الباحثة الفروض التالية:**

1. توجد نسب مئوية متفاوتة في مقياس مستوى الطموح الأكاديمي لدى أفراد مجتمع الدراسة.
2. **لا** توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية ومتوسط درجات أفراد المجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياس مستوى الطموح الأكاديمي.
3. **لا** توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس القبلي ومتوسط درجات أفراد المجموعة نفسها في القياس البعدي على مقياس مستوى الطموح الأكاديمي.
4. **لا** توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي ومتوسط درجات أفراد المجموعة نفسها في القياس التتبعي على مقياس مستوى الطموح الأكاديمي.
5. لا توجد فاعلية للبرنامج الإرشادي لتنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى أفراد المجموعة التجريبية.

- **وقد استخدمت الباحثة الأدوات التالية:**

1. مقياس مستوى الطموح الأكاديمي لدى طلبة المرحلة الثانوية، إعداد: صلاح الدين أبو ناهية (1986).
2. البرنامج الإرشادي لتنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى طالبات المرحلة الثانوية، إعداد: الباحثة.
3. اختبار الذكاء المصور لأحمد زكي صالح (1978).
4. استمارة تقدير المستوى الاجتماعي الاقتصادي للأسرة الفلسطينية، إعداد: نظمي أبو مصطفى (2010).

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- **كما استخدمت الأساليب الإحصائية التالية:**

1. معامل ارتباط بيرسون.
2. معادلة سبيرمان – براون التنبؤية.
3. معادلة ألفا كرونباخ.
4. معادلة مان وتني.
5. اختبار (ت).
6. اختبار مربع معامل إيتا.

- **وقد أظهرت نتائج الدراسة ما يلي:**

1. أن مستوى الطموح الأكاديمي بأبعاده ودرجته الكلية لدى أفراد مجتمع الدراسة، يقع عند مستوى متدن نسبياً إلى متوسط.
2. وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية ومتوسط درجات أفراد المجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياس مستوى الطموح الأكاديمي.
3. وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس القبلي ومتوسط درجات أفراد المجموعة نفسها في القياس البعدي على مقياس مستوى الطموح الأكاديمي.
4. عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي ومتوسط درجات أفراد المجموعة نفسها في القياس التتبعي على مقياس مستوى الطموح الأكاديمي.
5. وجود فاعلية للبرنامج الإرشادي لتنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى أفراد المجموعة التجريبية.

- **وفى ضوء النتائج أوصت الباحثة بما يلي:**

1. توفير بيئة مدرسية سليمة ومحفزة ومثمرة، تهيئ للطلبة جواً دراسياً يساعدهم على رفع المستوى التعليمي والإبداعي لديهم، ويزيد من مستوى طموحهم الأكاديمي.
2. إعداد برامج تربوية وإرشادية من قبل المرشدين التربويين، والمختصين في علم النفس، لمساعدة الطلبة وتبصيرهم بما لديهم من قدرات وإمكانات وميول، وبالتالي وضع أهداف وطموحات تتناسب مع هذه القدرات.
3. تصميم برامج إرشادية أخرى، من شأنها تنمية مستوى الطموح الأكاديمي، والمهني، لدى الطلبة في جميع المراحل الدراسية.
4. تبني البرنامج المستخدم في الدراسة الحالية من قبل دائرة الإرشاد والتربية الخاصة في وزارة التربية والتعليم، وتطبيقه في جميع المدارس الثانوية في قطاع غزة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

قائمة المحتويات

العنوان	الصفحة
الفصل الأول: مدخل إلى الدراسة	1
مقدمة.	2
مشكلة الدراسة.	5
أهمية الدراسة.	6
أهداف الدراسة.	7
مصطلحات الدراسة.	7
حدود الدراسة.	9
الفصل الثاني: الإطار النظري للدراسة	10
المحور الأول: الإرشاد النفسي:	11
مفهوم الإرشاد النفسي.	11
طرق الإرشاد النفسي.	15
الإرشاد الفردي:	15
مفهوم الإرشاد الفردي.	16
الإرشاد الجماعي:	17
مفهوم الإرشاد الجماعي.	18
عناصر الإرشاد الجماعي.	20
مجالات استخدام الإرشاد الجماعي.	20
مستويات تقديم الخدمات في الإرشاد الجماعي.	21
أهداف الإرشاد الجماعي.	22
مكان الإرشاد الجماعي.	22
عدد الجلسات والفترة الزمنية لجلسات الإرشاد الجماعي.	23
خطوات الإرشاد الجماعي.	24
مزايا استخدام أسلوب الإرشاد الجماعي.	27
الفنيات والأساليب الإرشادية المستخدمة في الإرشاد الجماعي.	28
البرنامج الإرشادي:	39

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

مفهوم البرنامج الإرشادي.	39
من يخطط للبرامج الإرشادية وينفذها؟	40
أهداف البرامج الإرشادية.	40
مصادر بناء محتوى البرنامج الإرشادي.	41
الإطار النظري للبرنامج.	42
خطوات بناء البرامج الإرشادية.	42
الجماعة الإرشادية:	47
أهداف الجماعة الإرشادية.	48
الأسس والمبادئ الهامة للجماعة الإرشادية.	49
خصائص الجماعة الإرشادية الفاعلة.	49
تشكيل الجماعة الإرشادية.	50
القوى المؤثرة في نجاح الجماعة الإرشادية.	54
المحور الثاني: مستوى الطموح:	57
تعريفات مستوى الطموح.	58
تعريفات مستوى الطموح الأكاديمي.	61
نمو مستوى الطموح.	62
خصائص الفرد الطموح.	63
العوامل المؤثرة في مستوى الطموح الأكاديمي:	64
العوامل الشخصية.	64
العوامل البيئية والاجتماعية.	73
الاتجاهات المختلفة في تفسير مستوى الطموح:	77
نظرية القيمة الذاتية للهدف.	77
نظرية الفريد ادلر Alfred Adler.	78
نظريه المجال للعالم كيرت ليفين Kurt levin.	79
تفسيرات مستوي الطموح.	80
كيفية قياس مستوى الطموح.	81
تعقيب على الإطار النظري.	84

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الفصل الثالث: دراسات سابقة	85
دراسات عربية اهتمت بمستوى الطموح.	86
دراسات أجنبية اهتمت بمستوى الطموح.	98
التعقيب على الدراسات السابقة.	101
فروض الدراسة.	107
الفصل الرابع: إجراءات الدراسة	108
أولاً: منهج الدراسة.	109
ثانياً: مجتمع الدراسة.	109
ثالثاً: عينة الدراسة.	109
رابعاً: أدوات الدراسة.	110
متغيرات الدراسة.	122
ضبط المتغيرات قبل التجريب.	123
خامساً: الأساليب الإحصائية.	126
سادساً: خطوات الدراسة.	127
الفصل الخامس: عرض نتائج الدراسة ومناقشتها	129
نتائج الفرض الأول ومناقشتها.	130
نتائج الفرض الثاني ومناقشتها.	132
نتائج الفرض الثالث ومناقشتها.	135
نتائج الفرض الرابع ومناقشتها.	137
نتائج الفرض الخامس ومناقشتها.	139
*التوصيات.	141
*البحوث المقترحة.	142
*المراجع.	143
*الملاحق.	

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

قائمة الجداول

الرقم	العنوان	الصفحة
جدول (1)	توزيع الفقرات على أبعاد مقياس مستوى الطموح الأكاديمي.	111
جدول (2)	ارتباط درجة كل فقرة من فقرات مقياس مستوى الطموح الأكاديمي مع درجة البعد الذي تنتمي إليه.	112
جدول (3)	ارتباط درجة كل بعد من مقياس مستوى الطموح الأكاديمي مع الدرجة الكلية للمقياس.	113
جدول (4)	معاملات ثبات التجزئة النصفية لمقياس مستوى الطموح الأكاديمي.	114
جدول (5)	قيمة (ت) للفرق بين متوسطي درجات مستوى الطموح الأكاديمي لدى أفراد المجموعتين، التجريبية والضابطة.	123
جدول (6)	قيمة (ت) للفرق بين متوسطي درجات العمر الزمني لدى أفراد المجموعتين، التجريبية والضابطة.	124
جدول (7)	قيمة (ت) للفرق بين متوسطي درجات التحصيل الدراسي لدى أفراد المجموعتين، التجريبية والضابطة.	125
جدول (8)	قيمة (ت) للفرق بين متوسطي درجات الذكاء لدى أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة.	125
جدول (9)	قيمة (ت) للفرق بين متوسطي درجات الوضع الاجتماعي الاقتصادي لدى أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة.	126
جدول (10)	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوزن النسبي لدرجات أفراد مجتمع الدراسة على مقياس مستوى الطموح الأكاديمي.	130
جدول (11)	الفرق بين متوسطي درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي لمستوى لطموح الأكاديمي.	132
جدول (12)	الفرق بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية على القياسين القبلي والبعدي لمستوى لطموح الأكاديمي.	135
جدول (13)	الفرق بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية على القياسين البعدي والتتبعي للطموح الأكاديمي.	137

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

جدول (14)	قيمة (ت) ومربع معامل إيتا 2 η وحجم التأثير للتحقق من فاعلية البرنامج الإرشادي في تنمية مستوى الطموح الأكاديمي.	140

قائمة الملاحق

الرقم	العنوان	الصفحة
ملحق (1)	مقياس مستوى الطموح الأكاديمي.	153
ملحق (2)	جلسات البرنامج الإرشادي.	157
ملحق (3)	البرنامج الإرشادي.	165
ملحق (4)	خطاب تحكيم البرنامج الإرشادي.	270
ملحق (5)	أسماء السادة المحكمين للبرنامج الإرشادي.	271
ملحق (6)	اختبار الذكاء المصور لأحمد زكي صالح.	272
ملحق (7)	استمارة تقدير الوضع الاجتماعي الاقتصادي للأسرة الفلسطينية.	281
ملحق (8)	نموذج ذكريات الماضي.	283
ملحق (9)	نموذج زهرتي الجميلة.	284
ملحق (10)	نموذج معرفة الذات.	285
ملحق (11)	نموذج كيف تغيرين أفكارك الخاطئة ؟	286
ملحق (12)	نموذج اختيار التخصص المناسب.	287
ملحق (13)	نموذج موازنة الأبدال.	288
ملحق (14)	نموذج التقييم النهائي للبرنامج الإرشادي.	289
ملحق (15)	ورقة تسهيل مهمة.	290

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الفصل الأول

مدخل إلى الدراسة

- مقدمة.
- مشكلة الدراسة.
- أهمية الدراسة.
- أهداف الدراسة.
- مصطلحات الدراسة.
- حدود الدراسة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الفصل الأول

مدخل إلى الدراسة

مقدمـة:

مما لا شك فيه أن لكل إنسانٍ أهداف وغايات معينة يضعها لنفسه ويسعى إلى بلوغها وتحقيقها من خلال المثابرة وبذل الجهد، وتحمل المسؤولية، وتذليل العقبات التي قد تواجهه أو تعترض طريقه، كلٌ حسب إمكاناته وقدراته الذاتية، وظروفه البيئية المحيطة، فكل فرد منا يملك طاقة إيجابية دافعة وموجهة لسلوكه نحو تحقيق أهدافه المنشودة، وهذا ما يطلق عليه مستوى الطموح، حيث يحدد مستوى الطموح للفرد ماذا يريد أن يكون، وما هي الوظيفة التي يريد أن يعرف من خلالها، وما هي طبيعة الصورة التي يرغب أن يكون عليها مستقبلاً، وما هو القرار الذي يجب أن يتخذه بالنسبة لأدائه المقبل، أو حتى ما ينتظر منه القيام به في مهمة معينة.

لذلك فإن مستوى الطموح الأكاديمي من أهم السمات التي يجب أن نعمل على غرسها في نفوس أبنائنا منذ الصغر، ونعمل على تنميتها في جميع مراحل نموهم المختلفة، وذلك لما له من تأثير في حياة الفرد والجماعة، ولما يترتب عليه من زيادة في النشاط والدافعية نحو الإنجاز، ولما له من أهمية في حفز دافعية الأفراد نحو التعلم المثمر، وبقدر ما يكون مستوى الطموح الأكاديمي مرتفعاً لدى الفرد، بقدر ما يكون شخصاً متميزاً يسعى إلى تطوير نفسه وخدمة مجتمعه ووطنه، ولعل الكثير من إنجازات الأفراد وتقدم الأمم والشعوب يرجع إلى توفير القدر المناسب من مستوى الطموح الأكاديمي.

وقد كان اصطلاح الطموح شائعاً على نحو غير دقيق، حتى جاءت بحوث ليفين وتلاميذه، فحددت مفهوم الطموح وأجرت الكثير من الدراسات التجريبية وانتهت إلى تحديده بمصطلح مستوى الطموح (كاميليا عبد الفتاح، 1990: 7).

ويشير غالب المشيخي (2009: 93) أن مستوى الطموح هو مستوى التقدم والنجاح الذي يود الفرد أن يصل إليه في أي مجال يرغبه من خلال معرفته لإمكاناته وقدراته والاستفادة من خبراته التي مر بها، أما مستوى الطموح الأكاديمي فترى سناء آل أطيمش (2005: 16) أنه المستوى العلمي الذي يتطلع إليه الفرد ويسعى لتحقيقه من خلال النجاح والتفوق في مجال دراسته.

فالطموح يعتبر من العوامل والسمات الهامة التي ساعدت فيما نشهده من تطور سريع في العالم، خاصة في الآونة الأخيرة، فهو الدافع الذي شحذت به الهمم، ورتبت به الأفكار للارتقاء والسمو بمستوى الحياة من مرحلة لأخرى، وبوجود الطموح لدى الإنسان فإنه لا يوجد سقفاً للتطور العلمي والحضاري، فهو من العوامل الهامة فيما يصدر عن الإنسان من نشاطات وأفكار، وهو ما يحدد مدى تقدم وتطور الأمم (علاء القطناني، 2011: 44).

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وقد حظي مفهوم مستوى الطموح بعناية علماء النفس، لأنه يسهم إسهاماً كبيراً في عملية التعليم، ويلقي الضوء على العوامل التي تحدد مستقبل الفرد وأهدافه، حيث يشير نظمي أبو مصطفى (1990: 51) إلى أن مستوى الطموح يرتبط بعدة عوامل منها: العوامل الشخصية، والعوامل الاجتماعية، ومن أهم العوامل الشخصية: فكرة الفرد عن نفسه واحترامه لها، الذكاء، شعور الفرد بالنجاح والفشل، الثواب والعقاب، الصحة النفسية، أما العوامل الاجتماعية المؤثرة في مستوى الطموح فهي تتمثل في: اتساع ومرونة البيئة الاجتماعية، توقعات الآباء من الأبناء، الأقران والجماعة المرجعية.

إن فكرة الفرد عن نفسه من العوامل المهمة التي تسهم في رسم مستوى طموحه، وتوجيه سلوكه، وهي الصورة التي يكونها الفرد عن نفسه من حيث ما يتسم به من صفات وقدرات، ويرى غالب المشيخي (2009: 97) أن الصورة التي يضعها الفرد عن ذاته لها دوراً بارزاً في مستوى طموحه، فيجب على الفرد أن لا يكون مغروراً يرى في نفسه القوى الخارقة القادرة على فعل كل شيء، والتي في وسعها تحقيق كل الأهداف، حتى لا يرتطم بأرض واقع إمكاناته، وفي المقابل إن الفرد الذي يقلل من تقديره لذاته ويضع لها صورة مشوهة لن يستطيع أبداً تحقيق طموحه، وذلك إما لشكه في قدراته، أو خوفاً من الفشل، وفي كلا الحالتين لا يستطيع الفرد تحقيق مستوى طموحه.

وقد أشارت نتائج دراسة زياد بركات (2008) أن هناك علاقة ارتباط موجبة بين مستوى الطموح ومفهوم الذات، أي كلما كان مفهوم الفرد عن ذاته موجباً كلما ارتفع مستوى طموحه، كما أثبتت دراسة رشا الناطور (2008) وجود علاقة ارتباط بين مستوى الطموح وبين تقدير الذات، أي أن هناك علاقة وثيقة بين مستوى الطموح وفكرة الفرد عن ذاته، حيث يزداد احترام الفرد لنفسه وتقديره لذاته إذا حقق مستوى طموحه.

ومن العوامل الهامة أيضاً في رسم مستوى الطموح، ذكاء الفرد ودرجة اتزانه الانفعالي، فالذكي أقدر على فهم نفسه والحكم على قدراته وميوله وما تتطلبه الأعمال المختلفة من قدرات وصفات، لذا لا يكون مستوى طموحه مسرفاً في البعد عن الواقع أي عن مستوى اقتداره، أما المصاب بمرض نفسي وغير المتزن انفعالياً فكثيراً ما يرسم لنفسه مستوى طموحٍ عالٍ كنوعٍ من التعويض عن عدم شعوره بالأمن وعن شعوره بالنقص (أحمد راجح، 1999: 131).

ومن الدراسات التي أشارت إلى العلاقة بين الذكاء ومستوى الطموح، دراسة أحمد أبو زايد (1999) حيث أثبتت وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح بين مرتفعي ومنخفضي القدرات الابتكارية لدى الطلبة لصالح ذوي القدرات الابتكارية المرتفعة، ودراسة توفيق شبير (2005) حيث بينت وجود علاقة بين مستوى الطموح ومستوى الذكاء لدى الطلبة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

كما يتأثر مستوى الطموح عند الفرد بالخبرات السابقة سواء أكانت خبرات نجاح أو فشل، فالنجاح يؤدي بصاحبه إلى الشعور بالراحة والرضا عن النفس، فيكون بمثابة تعزيز، وبالتالي يسعى الفرد إلى رفع مستوى طموحه بعد كل نجاح، بينما الفشل قد يؤدي إلى الشعور بالإحباط، وبالتالي يسعى الفرد إلى خفض مستوى طموحه بعد كل فشل، ويشير أحمد راجح (1999: 31) إلى أن الفرد يشعر بالنجاح ويزداد اعتباره وتقديره لنفسه متى بلغ مستوى طموحه، أما إن قصر عن بلوغه شعر بالفشل والنقص والحرمان وهبط تقديره لنفسه، فكأن مستوى الطموح معياراً يحكم به الفرد على نجاحه فيما يقوم به من أعمال ويستهدف تحقيقه من غايات.

ومن العوامل الشخصية التي لها صلة بمستوى الطموح أيضاً هي الصحة النفسية، حيث أن الشخص السوي يكون لديه تقارب بين مستوى طموحه ومستوى كفاءته أو اقتداره، وفي المقابل فإن الاضطرابات الشخصية قد تحدث عندما يكون هناك بعد بين مستوى طموح الفرد ومستوى اقتداره، أي بين ما يرغب فيه وبين ما يقدر عليه بالفعل، حيث يولد فيه الشعور بالنقص والعجز وكره الذات (عبد ربه شعبان، 2010: 66).

وتؤكد ذلك كاميليا عبد الفتاح (1990: 62) حيث تقول أن مستوى الطموح يرتبط ارتباطاً وثيقاً بتكوين الشخصية في أبعادها المختلفة، البيولوجية والنفسية والاجتماعية، وكلما كان الطموح قريباً من إمكانيات الشخص كلما كان الفرد قريباً من الاتزان الانفعالي والصحة النفسية، كما هو قريباً من بلوغ أهدافه واطراد تقدمه ونجاحه.

وفي ضوء ما تقدم، يتبين أن مستوى الطموح يتأثر ببعض العوامل الشخصية التي يمكن التأثير فيها من خلال الإرشاد الجماعي– وهو إحدى طرق الإرشاد النفسي التي تجمع المرشد النفسي مع عدد من المسترشدين الذين تجمعهم مشكلة واحدة، بهدف التغيير في أفكارهم، واتجاهاتهم، وسلوكياتهم، وتحقيق التوافق النفسي والصحة النفسية لديهم– ومن هذه العوامل: فكرة الفرد عن نفسه واحترامه لها، شعور الفرد بالنجاح والفشل، الصحة النفسية، وبالتالي رأت الباحثة أنه من الممكن الاستفادة من تلك العوامل في تصميم برنامج إرشادي لتنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى طالبات المرحلة الثانوية، حيث لاحظت الباحثة من خلال عملها مرشدة تربوية في مدرسة للمرحلة الثانوية بنات، ومن خلال اللقاءات الفردية والجماعية للطالبات، أن مستوى الطموح الأكاديمي لدى الطالبات متدنٍ جداً، وظهر ذلك في انخفاض مستوى التحصيل الدراسي بشكل واضح، وتدني الدافعية نحو الدراسة، وكذلك أيضاً في تفكير الغالبية العظمى من الطالبات في أمور الحب والزواج فقط، ضاربات بعرض الحائط أي أهداف أو طموحات مستقبلية قد يسعين إلى تحقيقها، وبالتالي شعرت المرشدة

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

(الباحثة) بوجود مشكلة حقيقية تحتاج للتدخل المهني المخطط والمنظم ومن هنا ظهرت فكرة الدراسة الحالية من أجل تصميم برنامج إرشادي يساعد في تنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى الطالبات في المرحلة الثانوية، خاصة وأن جميع الدراسات والبحوث المتعلقة بمستوى الطموح الأكاديمي، حاولت التعرف على العوامل والمتغيرات المؤثرة فيه، ولكن لم تحاول أيٌّ منها – حسب علم الباحثة – تصميم برنامج إرشادي لتنميته.

مشكلة الدراسة:

تتمحور مشكلة الدراسة الحالية في السؤال الرئيس التالي:

" ما فاعلية برنامج إرشادي لتنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى طالبات المرحلة الثانوية بمحافظة خان يونس؟ "

وينبثق من السؤال الرئيس الأسئلة الفرعية التالية:

1. ما مستوى الطموح الأكاديمي لدى طالبات المرحلة الثانوية بمحافظة خان يونس؟
2. إلى أي مدى توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية ومتوسط درجات أفراد المجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياس مستوى الطموح الأكاديمي؟
3. إلى أي مدى توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس القبلي ومتوسط درجات أفراد المجموعة نفسها في القياس البعدي على مقياس مستوى الطموح الأكاديمي؟
4. إلى أي مدى توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي ومتوسط درجات أفراد المجموعة نفسها في القياس التتبعي على مقياس مستوى الطموح الأكاديمي؟
5. إلى أي مدى توجد فاعلية للبرنامج الإرشادي لتنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى أفراد المجموعة التجريبية؟

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة النظرية والتطبيقية فيما يلي:

الأهمية النظرية:

ترجع أهمية الدراسة النظرية إلى ما يلي:

1. ندرة الدراسات التي اهتمت بموضوع الدراسة –حسب علم الباحثة– فهي تعد إسهاماً في هذا المجال، فعلى الرغم من إجراء العديد من الدراسات والأبحاث الميدانية التي تناولت متغير مستوى الطموح الأكاديمي، إلا أنه لم تُجْرَ دراسات تناولت تصميم برنامج إرشادي لتنميته، ومن هنا جاءت الحاجة الماسة لمثل هذه الدراسة.
2. أهمية العينة المستخدمة وهي طالبات المرحلة الثانوية باعتبارها مرحلة حاسمة في تحقيق الأهداف المستقبلية.
3. إثراء المكتبة النفسية بموضوع يتسم بالندرة في البيئة الفلسطينية.
4. توجيه أنظار المختصين والمسئولين في وزارة التربية والتعليم إلى أهمية ودور الإرشاد النفسي في تنمية جوانب الشخصية لدى الطلبة.

الأهمية التطبيقية:

تتمثل أهمية الدراسة التطبيقية فيما يلي:

1. إعداد برنامج إرشادي لتنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى طالبات المرحلة الثانوية، الأمر الذي يساعد الباحثين الفلسطينيين في إعداد دراسات ميدانية تخدم مراحل تعليمية أخرى، حيث أننا بحاجة إلى إجراء المزيد من البحوث والدراسات النفسية وما تخلفه من نتائج يمكن توظيفها في مجال الإرشاد النفسي في غزة.
2. تزويد المرشدين التربويين في المرحلة الثانوية ببعض المعارف والأنشطة والمهارات التي قد يستخدمونها في جلسات الإرشاد الجماعي أو حصص التوجيه الجمعي مما ينعكس إيجاباً على السمات الشخصية لدى الطلبة.
3. استفادة المرشدين النفسيين في مدارس المرحلة الثانوية من تطبيق البرنامج الإرشادي لتنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى الطلبة في هذه المرحلة، الأمر الذي يساعدهم على تطوير أنفسهم وخدمة مجتمعهم ووطنهم.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

أهداف الدراسة:

ترمي الدراسة الحالية إلى تحقيق ما يلي:

1. التعرف إلى مستوى الطموح الأكاديمي لدى طالبات المرحلة الثانوية بمحافظة خان يونس.
2. التعرف إلى الفروق بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية ومتوسط درجات أفراد المجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياس مستوى الطموح الأكاديمي.
3. التعرف إلى الفروق بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس القبلي ومتوسط درجات أفراد المجموعة نفسها في القياس البعدي على مقياس مستوى الطموح الأكاديمي.
4. التعرف إلى الفروق بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي ومتوسط درجات أفراد المجموعة نفسها في القياس التتبعي على مقياس مستوى الطموح الأكاديمي.
5. التعرف إلى فاعلية البرنامج الإرشادي لتنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى أفراد المجموعة التجريبية.

مصطلحات الدراسة:

1. الفاعلية:

أ. تعريف الفاعلية مفاهيمياً :

هي "القدرة على تحقيق النتيجة المقصودة وفق معايير محددة مسبقاً، أوهي القدرة على انجاز الأهداف والوصول إلى النتائج المرجوة بأقصى حد ممكن" (محمد السيد علي، 2011: 39).

ب. تعريف الفاعلية إجرائياً:

هي "مدى قدرة البرنامج الإرشادي على تحقيق نتائج ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح الأكاديمي لدى أفراد المجموعة التجريبية".

2. البرنامج الإرشادي:

أ. تعريف البرنامج الإرشادي اصطلاحاً:

هو "مجموعة من الخطوات المحددة والمنظمة، تستند في أساسها على نظريات وفنيات ومبادئ الإرشاد النفسي، وتتضمن مجموعة من المعلومات والخبرات والمهارات والأنشطة المختلفة، والتي تقدم للأفراد خلال فترة زمنية محددة، بهدف مساعدتهم في تعديل سلوكياتهم وإكسابهم سلوكيات ومهارات جديدة تؤدى بهم إلى تحقيق التوافق النفسي وتساعدهم في التغلب على المشكلات التي يعانونها في معترك الحياة" (طه عبد العظيم حسين، 2004: 283).

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ب. تعريف الباحثة للبرنامج الإرشادي:

هو "مجموعة من المعارف والأنشطة والمهارات التي يقدمها المرشد النفسي لمجموعة من المسترشدين الذين تجمعهم مشكلة واحدة، من خلال إجراءات إرشادية مخططة ومنظمة، في فترة زمنية محددة، مستنداً فيها إلى نظريات الإرشاد النفسي المختلفة، ومستخدماً طرق وأساليب عديدة، وذلك بهدف تحقيق الأهداف العامة والخاصة المراد الوصول إليها في مواجهة تلك المشكلة".

ج. تعريف البرنامج الإرشادي إجرائياً:

هو "مجموعة من المعارف والأنشطة والمهارات المختلفة، التي تقدمها الباحثة لأفراد المجموعة التجريبية، من خلال إجراءات إرشادية مخططة ومنظمة، في فترة زمنية محددة، مستندة فيها إلى الإستراتيجية الانتقائية، أي اختيار فنيات إرشادية عديدة تقوم على نظريات إرشادية مختلفة، مثل: المحاضرة والمناقشة، العصف الذهني، السيكودراما، لعب الأدوار، التقييم الموضوعي للحدث، التفريغ الانفعالي، الاسترخاء، النمذجة، الرسم، التعزيز، التساؤل، التغذية الراجعة، الواجبات المنزلية، وذلك بهدف تنمية مستوى الطموح الأكاديمي لديهم".

3. مستوى الطموح الأكاديمي:

أ. تعريف مستوى الطموح الأكاديمي اصطلاحاً:

هو "الهدف الممكن الذي يضعه الفرد لنفسه في المجال الأكاديمي، يتطلع إليه ويسعى لتحقيقه بالتغلب على ما يصادفه من عقبات ومشكلات تنتمي إلى هذا المجال، ويتفق هذا الهدف والتكوين النفسي للفرد وإطاره المرجعي، ويتحدد حسب خبرات النجاح والفشل التي مر بها، ويقاس من خلال مدى تقدير الفرد لذاته وإمكاناته في تخطي العقبات والمشكلات المرتبطة بالمجال الأكاديمي" (صلاح الدين أبو ناهية، 1999: 26).

ب. تعريف مستوى الطموح الأكاديمي إجرائياً:

هو "الدرجة التي تحصل عليها الطالبة موضع الدراسة في مقياس مستوى الطموح الأكاديمي".

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

حدود الدراسة:

تتحدد الدراسة الحالية بما يلي:

1. **الموضوع** وهو فاعلية برنامج إرشادي لتنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى طالبات المرحلة الثانوية.

2. **المنهج المتبع** وهو المنهج التجريبي الذي حاولت الباحثة من خلاله التعرف إلى فاعلية برنامج إرشادي لتنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى طالبات المرحلة الثانوية، باستخدام المجموعتين المتكافئتين، التجريبية والضابطة، مع قياسات قبلية وبعدية وتتبعية، مع ضبط المتغيرات التي قد تؤثر على مستوى الطموح الأكاديمي لدى الطالبات مثل: العمر، مستوى التحصيل، مستوى الذكاء، المستوى الاجتماعي الاقتصادي للأسرة.

3. **العينة المستخدمة** والمكونة من (40) طالبة من طالبات الصف الحادي عشر آداب، بمدرسة الخنساء الثانوية بنات، في محافظة خان يونس، للعام الدراسي 2012/2011م، والتابعة لوزارة التربية والتعليم، وتتراوح أعمارهن ما بين (16-17) سنة، واللاتي حصلن على درجات متدنية في مقياس مستوى الطموح الأكاديمي، وقد تم تقسيمهن إلى مجموعتين متكافئتين، تجريبية، وضابطة، قوام كل مجموعة (20) طالبة.

4. **أدوات الدراسة** وهي:
   - مقياس مستوى الطموح الأكاديمي لدى طلبة المرحلة الثانوية، إعداد: صلاح الدين أبو ناهية (1986).
   - البرنامج الإرشادي المقترح لتنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى طالبات المرحلة الثانوية، إعداد: الباحثة.
   - اختبار الذكاء المصور، إعداد: أحمد زكي صالح (1978).
   - استمارة تقدير المستوى الاجتماعي الاقتصادي للأسرة الفلسطينية، إعداد: نظمي أبو مصطفى (2010).

5. **الأساليب الإحصائية** وهي: معامل ارتباط بيرسون، ومعادلة سبيرمان– براون التنبؤية، ومعادلة ألفا كرونباخ، ومعادلة مان وتني، واختبار (ت)، واختبار مربع معامل إيتا.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الفصل الثاني
الإطار النظري للدراسة

- المحور الأول: الإرشاد النفسي.
- المحور الثاني: مستوى الطموح.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الفصل الثاني

الإطار النظري للدراسة

المحور الأول:

الإرشاد النفسي:

يعد تصميم البرنامج الإرشادي خطوة من خطوات الإرشاد الجماعي، والإرشاد الجماعي أسلوب أو طريقة من طرق الإرشاد النفسي بشكل عام، وعليه فقد ارتأت الباحثة أن تتحدث في البداية عن الإرشاد النفسي بإيجاز، مروراً بالإرشاد الجماعي للتحدث عنه بإسهاب، وصولاً للبرنامج الإرشادي، والجماعة الإرشادية للتحدث عنهما بشيءٍ من التفصيل.

مفهوم الإرشاد النفسي:

الإرشاد النفسي هو العلاقة المهنية المتبادلة والمتفاعلة بين طرفين أحدهما متخصص وهو المرشد النفسي والآخر هو المسترشد، حيث يسعى المرشد النفسي إلى مساعدة المسترشد في فهم ذاته واستغلال طاقاته حتى يصل إلى أقصى درجة من التوافق النفسي والاجتماعي.

ويشير صالح الداهري (2000: 19) إلى أن الإرشاد النفسي خدمة نفسية متطورة تتضمن مجموعة من الأنشطة التي يقوم بها المرشد النفسي بغية مساعدة الفرد على فهم نفسه وإدراك قدراته، واستثمار هذه القدرات في حل المشكلات التي يواجهها في مختلف جوانب حياته الشخصية والاجتماعية.

فالإرشاد النفسي مصطلح يستطيع كل واحد أن يفهمه، لكن لا يوجد اثنان يفهمانه بالطريقة نفسها، وهذا يعنى أن هناك المئات من التعريفات لهذا المصطلح، ويرجع السبب في عدم الاتفاق على تعريف للإرشاد إلى تعدد مجالاته، واختلاف نظرياته (صالح الخطيب، 2007: 20).

ولتوضيح مفهوم الإرشاد النفسي ستعرض الباحثة بعض التعريفات التي وردت حول هذا المفهوم:

1. تعريف الإرشاد في اللغة:

- **في لسان العرب:** رشَدَ: في أسماء الله تعالى الرشيد: هو الذي أرشد الخلق إلى مصالحهم، أي هداهم ودلهم عليها، الرُشد والرَشد والرَشَاد: نقيض الغي، ورَشَد الإنسان بالفتح، ويرشِد رُشداً بالضم، ورَشِد بالكسر، ويرشَد رَشَداً رشاداً، فهو راشِد ورشِيد، وهو نقيض الضلال إذا أصاب وجه الأمر والطريق، وفي الحديث الشريف: "عليكم بسنتي وسنة الخلفاء الراشدين من بعدي"، الراشد: اسم فاعل من رَشَد يرشِد رَشَداً، وأرشدته أنا، ورَشَد أمره: رشِد فيه، وأرشَده الله إلى الأمر، ورَشَّده:

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

هداه، واسترشَده: طلب منه الرُشد، واسترشَد لأمره: اهتدى له، والإرشاد: الهداية والدلالة (جمال الدين ابن منظور، 2003: 216-217).

- **في المنجد:** رشَدَ رُشداً ورشاداً، ورشِد رَشَداً: اهتدى واستقام، ورشَّدَه، وأرشَده إلى كذا وعليه وله: هداه، واسترشَده: طلب منه الرُشد، ورَشَد لأمره: اهتدى له، والرُشْد: الاستقامة على طريق الحق، ضد الغي، والمراشد: مقاصد الطرق (هيئة المطبعة الكاثوليكية، 2002: 261).

- **في أبجد القاموس العربي الصغير:** رشَدَ رُشْداً ورَشَاداً: اهتدى، وعرف طريق الرَشَاد: أي الاستقامة، والرُشْد: الاستقامة والهدى، وسن الرُشْد: السن التي يبلغ عندها الولد سن الرجال (هيئة الأبحاث والترجمة بالدار، 2000: 197).

- **كما وردت معاني كثيرة في القرآن الكريم لمصطلح إرشاد ومنها:** الرُشْد، رُشْداً، الرَشاد، مُرشِداً.

✓ **الرُشْد:** ﴿لَا إِكْرَاهَ فِي الدِّينِ قَد تَّبَيَّنَ الرُّشْدُ مِنَ الْغَيِّ﴾ (البقرة: 256)، بمعنى الشيء الواضح الجلي.

✓ رُشْداً: ﴿وَابْتَلُوا الْيَتَامَى حَتَّى إِذَا بَلَغُوا النِّكَاحَ فَإِنْ آنَسْتُم مِّنْهُمْ رُشْدًا فَادْفَعُوا إِلَيْهِمْ أَمْوَالَهُمْ﴾ (النساء: 6)، بمعنى وصول الفتى البلوغ، وقدرته على إدارة أحواله ومعيشته.

✓ **الرَشَاد:** ﴿وَقَالَ الَّذِي آمَنَ يَا قَوْمِ اتَّبِعُونِ أَهْدِكُمْ سَبِيلَ الرَّشَادِ﴾ (غافر: 38)، بمعنى طريق الحق والصدق.

✓ **مُرشِداً:** ﴿وَمَن يُضْلِلْ فَلَن تَجِدَ لَهُ وَلِيًّا مُّرْشِدًا﴾ (الكهف: 17) بمعنى الواعظ الذي يهدي غيره إلى الصواب والحق (محمد سعفان، 2005: 9-10).

مما سبق يتضح أن كلمة الإرشاد في اللغة تعني الهدي إلى طريق الصواب وبالتالي فالإرشاد النفسي عندما يهدف إلى المساعدة في حل المشكلات واتخاذ القرارات سواء الأسرية أو المهنية أو الشخصية، فهو يهدي إلى طريق الصواب.

2. تعريف الإرشاد النفسي في الاصطلاح:

لقد اطلعت الباحثة على مجموعة من التعريفات الخاصة بمفهوم الإرشاد النفسي منذ منتصف القرن العشرين، حتى العقد الأول من الألفية الثالثة، ومنها ما يلي:

- **عرف جود Good (1945)** الإرشاد النفسي بأنه: "مساعدة فردية وشخصية في المشكلات التربوية والمهنية والشخصية" (صالح الخطيب، 2007: 21).

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- **وعرفه روجرز Rogers (1951)** بأنه: "العملية التي تشعر فيها الذات بالارتياح من خلال العلاقة الإرشادية التي تتم بين المرشد والمسترشد" (منذر الضامن، 2003: 16).

- **كما عرفه ببينسكى وببينسكى Pepinisky & Pepinisky (1954)** بأنه: "عملية مشتملة على التفاعل بين مرشد ومسترشد في وضع خاص انفرادي، يستهدف مساعدة المسترشد على تغيير سلوكه حتى يتمكن من إشباع حاجاته بطريقة مرضية" (ناصر الدين أبو حماد، 2006: 6).

- **وكذلك عرفه جلانز Glanz (1962)** بأنه: "عملية تفاعلية تنشأ عن علاقة فردين أحدهما متخصص هو المرشد، والآخر المسترشد، ويقوم المرشد من خلال هذه العلاقة بمساعدة المسترشد على مواجهة مشكلة تغيير أو تطوير سلوكه وأساليبه في التعامل مع الظروف التي يواجهها" (سهام أبو عيطة، 2002: 18).

- **كما عرفه جونز Jones (1970)** بأنه: "عملية إرشاد الفرد إلى الطرق المختلفة التي يستطيع عن طريقها اكتشاف واستخدام إمكاناته وقدراته وتعليمه ما يمكنه من أن يعيش في أسعد حال ممكن بالنسبة لنفسه وللمجتمع الذي يعيش فيه" (صالح الداهري، 2000: 23).

- **وعرفه شيرتزر، وستون Shertzer & Stone (1974)** بأنه: "مساعدة الفرد في تنمية إمكاناته وقدراته من خلال حل مشكلاته" (منذر الضامن، 2003: 17).

- **وكذلك أيضاً عرفته الجمعية الأمريكية للإرشاد (1980)** بأنه: "تطبيق لوسائل وأدوات الإرشاد النفسي في الميادين المرتبطة بالعلوم السلوكية، بهدف المساعدة في حل المشكلات واتخاذ القرارات سواء الأسرية أو المهنية أو الشخصية" (محمد سليمان، 2000: 15).

- **كما عرفته الجمعية الأمريكية لعلم النفس (1981)** بأنه: "الخدمات التي يقدمها اختصاصيون في علم النفس الإرشادي للمسترشد، وفق مبادئ وأساليب دراسة السلوك الإنساني عبر مراحل نموه المختلفة، لتأكيد الجوانب الإيجابية في شخصيته وتحقيق التوافق النفسي لديه، وإكسابه مهارات جديدة تساعد على تحقيق مطالب النمو، والتوافق مع الحياة، واتخاذ القرار" (سهام أبو عيطة، 2002: 16).

- **ثم عرفه سبليت Splete (1984)** بأنه: "علاقة بين مرشد مؤهل ومدرب كفء، وبين شخص يبحث عن مساعدة كي يفهم ذاته، ويعمل على تحسين قراره وحل مشكلاته ونموه نمواً سليماً" (منذر الضامن، 2003: 16).

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- **وعرفه جلادنج Gladding (1992)** بأنه: "نشاط مهني قصير المدى قائم على نظرية، وتوجهه معايير أخلاقية وقانونية، ويركز على مساعدة الأفراد الذين هم في الأساس أسوياء نفسياً، من أجل المشكلات النمائية الموقفية" (صالح الخطيب،2007: 21).

- **وكذلك عرفه "بشير الرشيدي، وراشد السهل"** بأنه: "ممارسة مهنية متخصصة تتضمن تطبيق مبادئ ونظريات علم النفس في تعديل سلوك المسترشدين، بهدف مساعدتهم على تحقيق أقصى إشباع ممكن لحاجاتهم، وفق إمكاناتهم الشخصية ومعايير المجتمع" (بشير الرشيدي، وراشد السهل، 2000: 26).

- **كما عرفه "صالح الداهري"** بأنه: "خدمة نفسية متطورة تتضمن مجموعة من المناشط التي يقوم بها المرشد النفسي، بغية مساعدة الفرد على فهم نفسه وإدراك قدراته واستثمار هذه القدرات في حل المشكلات التي يواجهها في مختلف حياته الشخصية والاجتماعية" (صالح الداهري، 2000: 19).

- **ثم عرفه "أحمد الزبادي، وهشام الخطيب"** بأنه: "عملية تهدف إلى مساعدة الفرد على فهم نفسه وقدراته وإمكاناته، من خلال علاقة واعية مخططة للوصول به إلى المساعدة وتجاوز المشكلات التي يعانى منها، من خلال دراسته لشخصيته ككل جسمياً، واجتماعياً، وانفعالياً، حتى يستطيع التوافق والتكيف مع نفسه ومجتمعه ومع الآخرين" (أحمد الزبادي، وهشام الخطيب، 2001: 12).

- **وعرفه "حامد زهران"** بأنه: "عملية بناءة تهدف إلى مساعدة الفرد لكي يفهم ذاته ويدرس شخصيته ويحدد مشكلاته وينمي إمكاناته، ويحل مشكلاته في ضوء معرفته ورغبته وتعليمه وتدريبه لكي يصل إلى تحديد وتحقيق أهدافه، وتحقيق الصحة النفسية والتوافق شخصياً وتربوياً ومهنياً وزواجياً وأسرياً" (حامد زهران، 2002: 12-13).

- **وكذلك عرفته "سمية جميل"** بأنه: "مساعدة الفرد على فهم الحاضر، والإعداد للمستقبل، ليأخذ مكانه المناسب في المجتمع، ويحقق التكيف الشخصي والتربوي والمهني" (سمية جميل، 2005: 17).

- **كما عرفه "سامي ملحم"** بأنه: "العملية التي يحدث فيها تعديل لبنية الذات لدى العميل في إطار الأمن الذي توفره العلاقة مع المرشد والتي يتم فيها إدراك الخبرات المستبعدة في ذات جديدة" (سامي ملحم، 2010: 52).

مما سبق يتضح بأن الإرشاد النفسي اختصاص علمي يقوم به أشخاص مؤهلون علمياً وعملياً، يهدف إلى مساعدة الأفراد في مواجهة مشكلاتهم وتعديل سلوكاتهم، فهو علاقة مهنية بين

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

مرشد ومسترشد يملؤها الدفء والخصوصية والسرية والتفهم والالتزام، بحيث تؤدي هذه العلاقة إلى فهم المرشد للمسترشد وبالتالي مساعدته على فهم نفسه والاستبصار بقدراته وإمكاناته، ودفعه إلى استغلال هذه القدرات والإمكانات إلى أقصى درجة ممكنة ما يؤدي إلى التوافق النفسي مع الذات ومع الآخرين.

طرق الإرشاد النفسي:

تتعدد الأساليب والطرق المستخدمة في الإرشاد النفسي، لأن كل طريقة إرشادية تنطلق من نظرية إرشادية مختلفة، وبالتالي يجب على المرشد ألا ينحاز لإطار نظري دون آخر أو لطريقة إرشادية دون أخرى، ولكن يجب أن يكون على خبرة ودراية كافية لتحديد أفضل أو أنسب طريقة للأعراض التي تظهر على الحالة.

ويرى صبري الحياني (2011: 66-67) أن مما يستوجب تنوع طرق الإرشاد هو اختلاف الناس في تنوع وحدة المشكلات التي يعانون منها، فقد يشعر أحدهم بالمعاناة والتعاسة لدرجة كبيرة من الحالة التي يعاني منها، في حين تكون هذه المشكلة عند آخر حالة عادية، أو قد تكون مصدراً لارتباكه لفترة محددة ويستطيع أن يتصرف معها بصورة صحيحة إلا أنه يحتاج إلى بعض المساعدة من المرشد.

وهناك طريقتان رئيسيتان للإرشاد النفسي هما الإرشاد الفردي، والإرشاد الجماعي:

أولاً: الإرشاد الفردي:

يعد الإرشاد الفردي النقطة الرئيسية في برامج التوجيه والإرشاد والتي تتفرع منها أنشطة متعددة، وهو يعني تلك العلاقة المخططة بين المرشد المتخصص في الإرشاد النفسي، والمسترشد الذي يعاني من مشكلة لا يستطيع أن يصل إلى حل لها بمفرده فيلجأ إلى طلب المساعدة والعون للتخلص منها، وفيه يعطي المرشد الحرية للمسترشد في عرض مشكلته، والكشف عما لديه من أفكار ومشاعر وخبرات، وبالتالي يحاول المرشد مساعدة المسترشد في الاستبصار بمشكلته ووضع الخيارات الملائمة ومن ثم اختيار الأنسب، ويستخدم الإرشاد الفردي للتعامل مع الحالات الفردية التي تحتاج من المرشد التعامل مع المسترشد ومع مشكلاته بشيء من الفردية والخصوصية، لأن الطريقة الإرشادية التي تناسب أحد الأفراد قد لا تناسب غيره، فلكل فرد ظروفه وأسبابه.

وقد بدأ الإرشاد الفردي لمعالجة المشكلات الانفعالية الحادة أو المشكلات الخاصة التي لا يستطيع الفرد البوح بها، وهي المشكلات التي تعيق التكيف النفسي والاجتماعي للفرد ولا يستطيع إيجاد حل لها للوصول إلى الراحة والاطمئنان، ما لم تقدم له المساعدة من المرشد النفسي (صبري الحياني، 2011: 67).

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ويرى أحمد أبو أسعد (2009: 123) أنه من الوظائف الرئيسية للإرشاد الفردي تبادل المعلومات وإثارة الدافعية لدى الفرد وتفسير المشكلات ودفع خطط العمل المناسبة، وإن كان يحتاج هذا النوع من الإرشاد إلى توافر عدد كبير من الأخصائيين لمواجهة الحاجات الفردية للإرشاد.

مفهوم الإرشاد الفردي:

لتوضيح مفهوم الإرشاد الفردي ستعرض الباحثة بعض التعريفات التي وردت حول هذا المفهوم:

- **عرفه "صالح الداهري"** بأنه: "عملية إرشاد مسترشد واحد وجهاً لوجه في كل جلسة، وتعتمد فعاليته أساساً على العلاقة الإرشادية المهنية بين المرشد والمسترشد" (صالح الداهري، 2000: 14).
- **عرفه "محمد السفاسفة"** بأنه: "تقديم المساعدة إلى مسترشد واحد وجهاً لوجه، من خلال علاقة مباشرة، تفاعلية، متبادلة بينهما، يسعى من خلالها المسترشد إلى طلب العون والمساعدة لمواجهة مشكلاته التي جاء بها إلى المرشد والتبصر بها، وتلقي الإرشاد والتوجيه حولها" (محمد السفاسفة، 2003: 105).
- **عرفه "صلاح الدين العمرية"** بأنه: "علاقة متفاعلة متبادلة بين المرشد المتخصص في الإرشاد النفسي، والعميل الذي يطلب المساعدة والعون للتخلص من مشكلاته التي دفعته للمجيء إلى المرشد" (صلاح الدين العمرية، 2005: 161).
- **عرفه "هادى ربيع"** بأنه: "علاقة متفاعلة ومتبادلة بين شخصين أحدهم المرشد، والآخر هو العميل أو المسترشد الذي يطلب المساعدة والعون، للتخلص مما يعانيه من مشاكل والتي دفعته للمجيء إلى المرشد" (هادى ربيع، 2008: 30).
- **عرفه "سامي ملحم"** بأنه: "إرشاد عميل واحد وجهاً لوجه قي كل مرة، وتعتمد فعاليته أساساً على العلاقة الإرشادية المهنية بين المرشد والعميل، وهذه العلاقة تتم في إطار الواقع وفي ضوء الأعراض وفي حدود الشخصية ومظاهر النمو" (سامي ملحم، 2010: 274).
- **عرفه "صبري الحياني"** بأنه: "علاقة متفاعلة متبادلة بين شخصين أحدهما المرشد المتخصص في الإرشاد النفسي، والآخر المسترشد الذي يعاني من مشكلة لا يستطيع أن يصل إلى حل لها بمفرده فيلجأ إلى طلب المساعدة والعون للتخلص من المشكلة التي دفعته للمجيء إلى المرشد" (صبري الحياني، 2011: 67-68).

ويمكن القول أن الإرشاد الفردي طريقة من طرق الإرشاد النفسي تستخدم مع المشكلات الخاصة التي لا يرغب المسترشد طرحها أمام الآخرين، وعندما تكون حالة المسترشد معقدة جداً

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وتحتاج إلى تركيز خاص واهتمام بالغ من المرشد النفسي، يتميز بالسرية ويسوده التفاهم والتقبل والثقة ويحتاج إلى جلسات متعددة لكي يتم الوصول إلى نتيجة، ويستخدم الإرشاد الفردي في الحالات ذات المشكلات التي يغلب عليها الطابع الفردي والخاصة جداً، كما في الحالات التي لا يمكن تناولها بفاعلية عن طريق الإرشاد الجماعي.

ثانياً: الإرشاد الجماعي:

يقال أن الإنسان اجتماعي بطبعه، أي أنه لا يستطيع العيش بمفرده، ولديه حاجات نفسية واجتماعية لا يمكن إشباعها إلا من خلال الجماعة مثل الحاجة إلى الحب والأمن والانتماء والتقدير الاجتماعي، فالإنسان منذ طفولته يبدأ بتعلم سلوكه وضبطه، واكتساب اتجاهاته وقيمه ومبادئه، من خلال علاقته بالآخرين، ويرى محمد السفاسفة (2003: 116) أن الإنسان بحكم تكوينه يولد ولديه نزعتان أو ميلان هما: النزعة الفردية التي تدفعه إلى تحقيق ذاته وتأكيدها، وأنه شخص مميز له شخصيته الفريدة التي يعتز بها ويسعى إلى تطويرها، والنزعة الاجتماعية التي تدفعه لأن يكون عضواً في جماعة، فهو كائن بيوجتماعي، يهتم في تكوين العلاقات الاجتماعية والمسؤولية الاجتماعية والتفاعل الاجتماعي الذي تحدده القيم والمعايير والضوابط الاجتماعية والاتجاهات المكتسبة المستقلة، النابعة من المجتمع الذي يعيش فيه.

فالفرد يعدل سلوكه، أو يغيره كرد فعل لموقف الجماعة التي تحيط به، إلا أنه أحياناً يصعب عليه تحقيق توافقه وتعديل سلوكه، ويحتاج إلى من يقف بجانبه لمساعدته في اكتشاف ذاته وتحقيقها وتوجيهها، وهذا ما يهدف إليه الإرشاد الجماعي (سهام أبو عيطة، 2002: 290).

ولعل أهمية الإرشاد الجماعي تكمن في أهمية الجماعة في حياة الإنسان، فالجماعة الإرشادية تمثل الأسرة التي ينتمي إليها الفرد، ويتعلم منها سلوكيات واتجاهات وقيم جديدة، كما يتعلم كيفية حل مشاكله والتعبير عن أفكاره ومشاعره، حيث يتميز الإرشاد الجماعي بفاعليته وتأثير أفراد المجموعة الإرشادية بعضهم على بعض، نتيجة الحوار والمناقشة الهادفة والموجهة، ويرى صبري الحياني (2011: 69) أن الإرشاد الجماعي هو عبارة عن طرق علاجية يؤكد فيها المرشد على استخدام طرق التعامل بين أفراد المجموعة، بهدف مساعدة هؤلاء على أن يتخطوا الصعوبات التي تواجههم، وتأتي منطقية أو مسوغات الإرشاد الجماعي من حيث أن الفرد نشأ في جماعة تعد النواة الأولى التي يعيش فيها، وله علاقات مختلفة معها، ولا يستطيع العيش بدونها وخاصة في المراحل الأولى من حياته، فهو بحاجة إليها وهي بحاجة إليه ويتأثر بأخلاقياتها وسلوكها، وهذا النوع من الإرشاد يتم بين المرشد النفسي، ومجموعة من المسترشدين الذين لديهم مشكلات عامة يرغبون بمشاركة المرشد في حلها.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

فالإرشاد الجماعي يقدم فائدة لأفراد المجموعة لا تتوفر في ظروف الحياة العادية، حيث أن الأفراد من خلال العلاقات التي يبنونها مع الآخرين في الإرشاد الجماعي يستطيعون الاستبصار بمشكلاتهم، ومن ثم يفهمون حقيقة ذواتهم، ويتعرفون على أهدافهم في الحياة، ويتعاملون معها بما يتناسب مع إمكاناتهم وقدراتهم ويذكر صالح الخطيب (2007: 159) أن الإرشاد الجماعي يستند إلى التسليم بأثر الجماعة على سلوك الفرد، وما تمثله ديناميا تها من عامل جذب للأفراد، حيث أثبتت الدراسات الميدانية نجاح الإرشاد الجماعي في التعامل مع العديد من المشكلات النفسية والتربوية والاجتماعية.

كما تشير سهام أبو عيطة (2002: 293) إلى أن الإرشاد الجماعي إما أن يكون إرشاداً وقائياً يساعد الأفراد في التغلب على الصعوبات قبل أن تصبح مشكلة حقيقية، أو إرشاداً علاجياً يساعد الأفراد الذين يعانون من مشاكل حقيقية وخطرة تتطلب تغيير السلوك والتوافق مع الجماعة.

وعليه فإن المسترشدين في الإرشاد الجماعي هم أفراد طبيعيون قادرون على حل مشاكلهم بأنفسهم، ولكن قد يكون هناك أسباب منعتهم من ذلك، لذا فهم يحتاجون إلى من يشاركهم في تحقيق هذا الهدف سواء من خلال المرشد الذي يمتلك الخبرة والمهارة، أو من خلال وجودهم مع أشخاص آخرين لديهم نفس المشكلة ويحملون نفس الصفات، ما يتيح لهم الفرصة لتعلم اتجاهات وسلوكيات جديدة وإحداث التغيير المطلوب.

مفهوم الإرشاد الجماعي:

قامت الباحثة بالاطلاع على مجموعة من التعريفات الخاصة بمفهوم الإرشاد الجماعي، وفيما يلي أهمها:

- **عرف روجرز Rogers (1970) الإرشاد الجماعي** بأنه: "مكان يأتي إليه الناس لمعرفة أنفسهم بشكل أفضل مما هو متوفر لهم في الحياة العادية" (سامي ملحم، 2010: 276).

- **عرفه جازدا وآخرون Gazda et, al (1978)** بأنه: "عملية تفاعل ديناميكية متبادلة، وذات هدف مشترك، وموجهة نحو تغيير السلوك والتفكير، وتقوم هذه العملية على المشاركة اللفظية للمشاعر والأحاسيس والأفكار، وتهتم بالتوصل إلى فهم أفضل للذات والى تحقيق مفهوم ذات أعمق وأقوى، وتعمل على التأثير في السلوك وتغيير الاتجاهات" (صالح الخطيب، 2007: 55).

- **عرفه واليس، ولويس Wallace & Lewis (1990)** بأنه: "عملية تضم مجموعة من الناس يجتمعون بشكل منتظم وهم يرون أنفسهم من وجهة نظرهم الخاصة، ووجهة نظر الآخرين بأنهم من الناحية النفسية يعتمدون على بعضهم البعض ويتفاعلون من أجل تحقيق أهداف مشتركة" (سامي ملحم، 2010: 276).

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- **عرفه** "**بشير الرشيدي، وراشد السهل**" بأنه: "عملية ديناميكية اجتماعية منظمة تفاعلية وتبادلية ينتظم فيها مجموعة من الأفراد يعانون من صعوبات أو مشكلات نفسية أو اجتماعية أو سلوكية معينة ويحملون هموماً مشتركة، يحاولون بالتعاون مع قائد لهم (المرشد) الوصول إلى تحقيق أهداف مشتركة لتجاوز ما يعانون منه من خلال لقاءات يتم الإعداد لها مسبقاً" (بشير الرشيدي، وراشد السهل، 2000: 204).

- **عرفه** "**حامد زهران**" بأنه: "إرشاد عدد من المسترشدين الذين يحسن أن تتشابه مشكلاتهم واضطراباتهم في جماعات صغيرة كما يحدث في جماعة إرشادية أو فصل دراسي" (حامد زهران، 2002: 321).

- **عرفه** "**محمد سعفان**" بأنه: "أسلوب إرشادي يقدم به خدمات الإرشاد النفسي لعدد من المسترشدين لا يقل عن (3) أعضاء، اجتمعوا معاً بحرية ليشكلوا جماعة إرشادية لها تنظيم رسمي متفق عليه ولها أهداف متفق عليها أيضاً، وتتضمن إحداث التغيير في أفكارهم واتجاهاتهم وسلوكياتهم بغرض تحسين توافقهم الشخصي والاجتماعي، وتمتعهم بالصحة النفسية الايجابية، ويقود الجماعة الإرشادية مرشد نفسي مؤهل علمياً للعمل مع الجماعة، وتحدث التغييرات نتيجة تنفيذ برنامج إرشادي مخطط له من قبل المرشد النفسي والأعضاء، ونتيجة العلاج التلقائي غير المخطط له الناتج من التفاعل الدينامي بين الأعضاء" (محمد سعفان، 2006: 44).

- **عرفه** "**ناصر الدين أبو حماد**" بأنه: "مناقشة المشكلة المشتركة بين المجموعة الإرشادية بطريقة تعاونية حيث يتم اكتشاف أفكارهم واتجاهاتهم حول المشكلة من أجل تغيير سلوكياتهم نحو هذه المشكلة والعمل على تعديلها حيث يتعلم أفراد المجموعة الإرشادية من خلال الجلسات الإرشادية الثقة بالآخرين والإصغاء لهم وتعلم التواصل الاجتماعي وبناء الصداقة" (ناصر الدين أبو حماد، 2008: 168).

- **عرفه** "**عطا الله الخالدي**" بأنه: "إرشاد عدد من المسترشدين الذين تتشابه مشكلاتهم واضطراباتهم معاً في جماعات صغيرة، وهو إحدى الوسائل التي يعتمد عليها الإرشاد النفسي حيث يرتكز الإرشاد على المجموعة كلها" (عطا الله الخالدي، 2009: 13).

- **عرفه** "**أحمد أبو أسعد**" بأنه: "التقاء المرشد التربوي مع عدد من الطلبة الذين تتشابه قضاياهم من خلال المجموعة الإرشادية بعد أن يتم تشكيلهم في مجموعات يتراوح عدد أعضاء المجموعة الواحدة مابين (5-7) أعضاء، ويمكن أن يصبحوا عشرة أشخاص وفق أسس وخصائص متعارف عليها، يهدف إلى تعليم المسترشدين التعبير عن آرائهم ومشاعرهم وتعديل أفكارهم غير الملائمة" (أحمد أبو أسعد، 2009: 130).

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- **عرفته "آمنة زقوت"** بأنه: "خدمة إرشادية تقدم لمجموعة متجانسة تتراوح مابين(5–12) مسترشداً، تتفق ميولهم وحاجتهم الإرشادية إلى حد ما، بهدف حل مشكلة يعانون منها من خلال التفكير فيها، ووضع الحلول المناسبة لها، حيث يعبرون فيها عن واقع رؤيتهم وكيفية معالجته" (آمنة زقوت، 2010: 4).
- **عرفه "سعيد العزة"** بأنه: "العملية التي يستخدم فيها التفاعل الجماعي أي التفاعل بين أفراد الجماعة لتسهيل فهم الفرد لذاته فهماً أكثر عمقاً، وقبول الإنسان لذاته قبولاً أكثر عمقاً" (سعيد العزة، 2010: 405).

وفي ضوء التعريفات السابقة نجد أن الإرشاد الجماعي عملية ديناميكية، تفاعلية، اجتماعية، تتكون من المرشد النفسي ومجموعة من الأفراد الذين يعانون من مشكلات متشابهة، تهدف إلى تحقيق الأهداف الإرشادية التي جاءت من أجلها الجماعة، وتعمل على التأثير في السلوك وتغيير الأفكار والاتجاهات، وتحسين التوافق الشخصي والاجتماعي لدى المسترشدين.

عناصر الإرشاد الجماعي:

يتضمن الإرشاد الجماعي العناصر التالية: (محمد سعفان، 2006: 16-20).

1. المسترشدين الذين تجمعهم خصائص مشتركة مثل وجود مشكلة لديهم لها أعراض متشابهة.
2. المشكلة وهي موقف غير مرغوب، أو حالة نفسية سلبية، أو عجز عن أداء عمل، أو تبني أفكار واتجاهات سلبية، وقد تكون المشكلات شخصية أو بيئية أو مختلطة ناتجة عن تفاعل العوامل الذاتية مع الظروف الاجتماعية مثل العزلة الاجتماعية والاغتراب.
3. المرشد النفسي وهو شخص مؤهل علمياً لممارسة مهنة الإرشاد النفسي، وهو المسئول عن تقديم الخدمات الإرشادية وفق خطوات تبدأ بالتشخيص، ثم التخطيط لبرنامج إرشادي مناسب لحل المشكلة، ثم تنفيذه وتقويمه.
4. الجماعة الإرشادية وهي الجماعة المراد تطبيق البرنامج الإرشادي عليها.

مجالات استخدام الإرشاد الجماعي:

تتعدد مجالات استخدام الإرشاد الجماعي حيث يستخدم في المجال التربوي، والمهني، والديني، والأسري، كما يستخدم أيضاً مع الحالات الآتية:

1. إرشاد الأطفال من خلال إشراكهم في جماعات اللعب والنشاط الحر للتعبير عن مشكلاتهم.
2. إرشاد الآباء والأمهات الذين يتبعوا أساليب التربية الخاطئة في تنشئة أولادهم.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

3. إرشاد المراهقين الذين يلجئون إلى إثارة الشغب داخل المدرسة، وممارسة العدوانية تجاه المدرسين ومع بعضهم البعض.
4. إرشاد المسنين، حيث تظهر مشكلات اجتماعية لديهم مع تقدم السن كالعزلة والوحدة (طه عبد العظيم حسين، 2004: 228-229).
5. أصحاب الحالات ذات المشكلات العامة المشتركة.
6. حالات التمركز حول الذات والانطواء والخجل والصمت والشعور بالنقص (عطا الله الخالدي، 2009: 17).
7. حالات التحويل الذي يطرأ في عملية الإرشاد، من علاقة التحويل ذات البعد الواحد بينه وبين المرشد، إلى علاقة متعددة الأبعاد بينه وبين أعضاء الجماعة، وبذلك يسهل التخلص التدريجي من التحويل (حامد زهران، 2002: 324).

مستويات تقديم الخدمات في الإرشاد الجماعي:

تختلف الخدمات الإرشادية المقدمة باختلاف الأهداف المطلوب تحقيقها، ويمكن تصور ثلاثة مستويات يمكن تقديم الخدمات الإرشادية من خلالها، في ضوء الأهداف المطلوب تحقيقها في كل مستوى كالتالي: (محمد سعفان، 2006: 29).

- **المستوى الأول (خدمات وقائية):** وفيه يتم تعليم المسترشد الأفكار والمفاهيم والاتجاهات والأنماط السلوكية الإيجابية حتى يحقق ذاته ويتمتع بالصحة النفسية.
- **المستوى الثاني (خدمات تدريبية):** وفيه يتم تعليم المسترشد وتدريبه على مهارات تساعده على تحقيق إنجاز أكبر وتوافق أفضل، مثل التدريب على الحديث أمام الآخرين والتدريب على العمل التعاوني.
- **المستوى الثالث (خدمات علاجية):** وفيه يتم تقديم خدمات إرشادية لحل مشكلة ما، أو خفض اضطراب انفعالي لدى مجموعة من الأشخاص فيهم خصائص تشابه كثيرة.

وبناء على ما تقدم فإن الباحثة قامت بتقديم خدمات علاجية (إرشادية) لأفراد المجموعة التجريبية تم من خلالها تقديم المعارف والأنشطة المختلفة التي تعمل على تنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى أفراد المجموعة، من خلال مساعدتهم على: تطوير مفهوم الذات، تنمية الثقة بالنفس، إثارة الدافعية نحو التعلم، تعديل الأفكار اللاعقلانية، كما تم تقديم خدمات تدريبية تم من خلالها تنمية الجوانب الشخصية لدى أفراد المجموعة التجريبية من خلال تدريبهم على مجموعة من المهارات مثل: مهارة التخطيط للمستقبل وتحديد الأهداف، مهارة إدارة الوقت، مهارة استخدام طرق المذاكرة السليمة، مهارة حل المشكلات بطريقة علمية.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

أهداف الإرشاد الجماعي:

يهدف الإرشاد الجماعي إلى مساعدة أفراد المجموعة الإرشادية في حل مشكلاتهم وإيجاد طرق بديلة للتعامل معها، كما يهدف إلى تعديل سلوكاتهم واتجاهاتهم وأفكارهم غير الملائمة، ومن ثم التكيف نفسياً واجتماعياً، من خلال تقديم خدمات إرشادية متنوعة، صحية ونفسية وتربوية واجتماعية.

وستعرض الباحثة بعض الأهداف العامة للإرشاد الجماعي كما يلي:

1. إشباع حاجات الفرد السيكولوجية والإحساس بالأمن والتقبل والاحترام، والكشف عن جوانب القوة والضعف لديه، وفهم نفسه بشكل أعمق (سعيد العزة، 2006: 92).
2. وضع خطط خاصة لتغيير بعض السلوكيات، ومتابعة تلك الخطط (صالح الخطيب، 2007: 165).
3. تعليم الجماعة طرق التفاعل الاجتماعي والتكافل واحترام الآخرين، والعلاقات الإنسانية والاجتماعية.
4. تعليم أعضاء المجموعة طرق حل المشكلات وتعديل سلوكاتهم بطرق غير مباشرة (عطا الله الخالدي، 2009: 15).
5. تحقيق استقلالية الذات وتحمل المسؤولية تجاه النفس والآخرين (سعيد العزة، 2010: 23).
6. الكشف عن جوانب شخصية المسترشد ودوافعه وصراعاته ومشاعره حيث تساعد المرشد في فحصها وتحليلها (وجاد العجوري، 2007: 38).
7. إثارة دافعية الفرد للحديث عن مشكلة خاصة لديه عند مشاهدته أفراد المجموعة يتحدثون عن مشاكلهم (أحمد أبو أسعد، 2009: 131).

مكان الإرشاد الجماعي:

يفضل عقد جلسات الإرشاد الجماعي في مكان آمن وهادئ يتوفر فيه الراحة النفسية للأفراد بعيداً عن الضوضاء والمقاطعة وإزعاج الآخرين، وكذلك يفضل أن يكون المكان مريح وواسع بحيث يتيح أن تكون الجلسة دائرية، ما يساعد على رؤية وتفاعل أفراد المجموعة مع بعضهم البعض بحرية، كما يتيح إلى ممارسة الأنشطة المختلفة، ويشير صالح الخطيب (2007: 173) إلى ضرورة أن تعقد جلسات الإرشاد الجماعي في غرف واسعة، ومناطق مفتوحة تتسع لوجود طاولات ومقاعد وما يلزم من أدوات أخرى، أما في المدارس فيمكن استخدام مباني الألعاب الرياضية، وقاعات الاجتماعات ثنائية الغرض، أو الغرف الدراسية الواسعة حينما تكون غير مشغولة.

كما يضيف ناصر الدين أبو حماد (2006: 207) أن إعداد المكان للإرشاد الجماعي يتضمن إعداد حجرات الإرشاد الجماعي المتسعة والأثاث المناسب والأدوات المطلوبة والأجهزة اللازمة

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

حسب أسلوب الإرشاد الجماعي، مثل: إعداد مكان كمسرح في استخدام أسلوب التمثيل النفسي المسرحي، ويتوقف اختيار المكان على نوع المشكلة المطلوب حلها، ولذا فكلما كان المكان أقرب إلى البيئة الطبيعية للفرد، كان ذلك أفضل.

وبالتالي فإن الباحثة اختارت المكتبة المدرسية لتنفيذ جلسات البرنامج الإرشادي، حيث أن المكان مريح وهادئ، وواسع يتيح للجلوس بشكل دائري، ومهيأ من حيث الأثاث المناسب والأدوات المطلوبة والأجهزة اللازمة لممارسة الأنشطة المختلفة.

عدد جلسات الإرشاد الجماعي والفترة الزمنية لكل جلسة:

يمكن للجلسات الإرشادية أن تستمر لفترة طويلة أو قصيرة حسب نوعية وعمق المشكلة، فمشكلة التأخر الصباحي مثلاً لا تحتاج لعدد جلسات كما في مشكلة التأخر الدراسي، ويشير محمد السفاسفة (2003: 122) إلى أن العدد الأمثل للجلسات الإرشادية هو بحدود (8-10) جلسات، وهى كافية لبرنامج الإرشاد الجماعي، ولكن إمكانية الاستمرار فيها يعتمد على نوع الجماعة وأهدافها المحددة.

كما يرى صالح الخطيب (2007: 173) أن طول وقصر الجلسات الإرشادية يعتمد على اهتمامات الأعضاء، وعلى رغبة المرشد، ويفضل تحديد مدة لانتهاء العملية الإرشادية، لأن ذلك يساعد المسترشدين على إنجاز الكثير في مدة أقل، وإذا ما احتاجت المجموعة لمزيد من الوقت فيمكن لها أن تناقش ذلك وتقرر ما تراه مناسباً من الوقت لانجاز مهماتها.

أما بالنسبة لعدد اللقاءات الأسبوعية ومدتها فإن ذلك يحتاج إلى اتفاق مسبق بين المرشد والأعضاء، ويرى بعض المرشدين أن وجود لقاء واحد في الأسبوع يفي بالغرض ويكفي لتحقيق أهداف الجلسة الإرشادية، في حين يرى مرشدون آخرون بأن الأمر يحتاج إلى أكثر من لقاء في الأسبوع، ولكن في جميع الحالات يستطيع المرشد اتخاذ القرار المناسب بعد دراسة الأمر ككل ومن جميع الجوانب، كما أن من المفيد إجراء مناقشة مع الأعضاء لمراعاة ظروف الأعضاء والوقت المناسب لهم لتحقيق أفضل اتفاق بهدف المشاركة في تحمل مسؤولية المحافظة على هذه اللقاءات في مواعيدها، أما بالنسبة للفترة الزمنية للجلسة الواحدة فهي تتراوح بين ساعة وساعتين، ويتوقف هذا بدرجة كبيرة على ظروف الأعضاء والعمر الزمني لهم، فمن المعروف بالنسبة للأطفال أن تتراوح مدة الجلسة الواحدة بين (45-60) دقيقة، بينما تتراوح مدة الجلسة مع المراهقين بين (60-90) دقيقة، في حين تتراوح مدة الجلسة مع الراشدين بين (90-120) دقيقة (بشير الرشيدي، وراشد السهل، 2000: 224-225).

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وبناء على ما تقدم قامت الباحثة عند تطبيق البرنامج الإرشادي بتنفيذ (20) جلسة إرشادية لتتناسب مع الهدف منه وهو تنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى أفراد المجموعة التجريبية، بواقع جلستين كل أسبوع، وكانت مدة الجلسة (90) دقيقة تقريباً.

خطوات الإرشاد الجماعي:

تتمثل خطوات الإرشاد الجماعي بما يلي:

1. الإعداد لعملية الإرشاد من خلال استعداد المرشد للقيام بدوره في عملية الإرشاد الجماعي، فهو مسئول عن تهيئة الجو الإرشادي المناسب واختيار الطريقة المناسبة للإرشاد،ومن خلال تشكيل المجموعة الإرشادية، فهي إما طبيعية قائمة فعلاً مثل جماعة طلاب الصف، أو جماعة مصطنعة يكونها المرشد بهدف الإرشاد، حيث تتكون الجماعة الإرشادية من أفراد يشتركون بالهدف الإرشادي والمشكلة الإرشادية، وكذلك من خلال إعداد المكان المناسب من حيث الحجرات المتسعة والأثاث المناسب، والأدوات والأجهزة اللازمة حسب أسلوب الإرشاد الجماعي (ناصر الدين أبو حماد، 2008: 168-170).

وقد قامت الباحثة باختيار طالبات المجموعة الإرشادية من أفراد المجتمع الأصلي للدراسة، اللواتي حصلن على درجات متدنية في مقياس مستوى الطموح الأكاديمي، وقد تم تقسيمهن إلى مجموعتين متكافئتين، تجريبية، وضابطة، قوام كل مجموعة (20) طالبة، بحيث تم تطبيق البرنامج الإرشادي على المجموعة التجريبية فقط، وكذلك قامت بإعداد المكان المناسب من حيث الأثاث والأدوات المطلوبة والأجهزة اللازمة لتنفيذ جلسات البرنامج الإرشادي وهو المكتبة المدرسية.

2. جمع معلومات عن أفراد المجموعة وتصنيفهم وفق مشكلاتهم بهدف تحديد أعضاء المجموعة وتحديد حجمها بناءً على الهدف من العلاج، ونوعية المشكلة، وعادةً يتحدد العدد من (4-12) مسترشداً في الحالات التي تتعلق بمناقشة النواحي الشخصية والانفعالية، وقد يصل العدد إلى (24) مسترشداً في حالة معالجة مشكلات دراسية أو سلوكية، على أن يقسم كل (8) مسترشدين في مجموعة متفرعة (سهام أبو عيطة، 2002: 299).

وعليه فقد قامت الباحثة بجمع المعلومات اللازمة عن أفراد المجموعة التجريبية من خلال تطبيق مقياس مستوى الطموح الأكاديمي على أفراد المجتمع الأصلي للدراسة، ومن ثم اختيار الطالبات اللواتي حصلن على درجات متدنية على المقياس، وقد تم تقسيمهن إلى مجموعتين متكافئتين، تجريبية، وضابطة، وبالتالي كان عدد أفراد المجموعة التجريبية التي تم تطبيق البرنامج عليها (20) طالبة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

3. تحديد دور كل من المرشد والمسترشد في الجلسة الإرشادية، واختيار الطريقة الإرشادية المناسبة، وتحديد أهداف الإرشاد الجماعي فيما إذا كان علاجاً لمشكلته، أو للوقاية من حدوثها، أو لمنع تحولها إلى أزمة، أو لمساعدة الأفراد على التوافق مع المواقف الحياتية وتحقيق النمو الكامل (رافدة الحريري، وسمير الإمامي، 2011: 42-43).

ويتم تحديد أهداف الإرشاد الجماعي باستخدام مقاييس تتصل بالمشكلة أو الصعوبات التي يواجهها الفرد فضلاً عن مقابلة كل مسترشد لتحديد المشكلات التي دفعت كل منهم لطلب الإرشاد، وملاحظة المسترشدين أثناء الجلسات لتحديد أنواع السلوك التي تحتاج للانتباه، أما تحديد دور المسترشد فيكون من خلال احترام آراء الآخرين والالتزام بأداء المهام المطلوبة منه وعدم استخدام المقاومة السلبية كالصمت واللامبالاة (ناصر الدين أبو حماد، 2006: 209-210).

وقد كان الهدف من الإرشاد الجماعي الذي قدمته الباحثة لأفراد المجموعة التجريبية إرشادياً من أجل تنمية مستوى الطموح الأكاديمي المتدني لديهم، ومن ثم تحقيق النمو الكامل لهم من خلال تدريبهم على مجموعة من المهارات التي من شأنها أن تعمل على تنمية الجوانب الشخصية المختلفة لديهم، وقد تم تحديد أهداف الإرشاد الجماعي باستخدام مقياس مستوى الطموح الأكاديمي عندما أشار إلى درجات متدنية بشكل واضح.

4. تكوين علاقة متبادلة بين أفراد المجموعة، من خلال تعريف أنفسهم ومناقشة مشكلة كل فرد منهم بعد عرضها، وتقييم أرائهم من جميع أعضاء المجموعة (سهام أبو عيطة، 2002: 299).
ويشير صالح أبو عباة، وعبد المجيد نيازي (2001: 176) إلى أن أسلوب الاتصال الذي يستخدمه المرشد واللغة التي يتحدث بها قد تؤثر في العلاقة المهنية، فكلما استخدم المرشد أسلوباً مناسباً يتفق مع قدرات وإمكانيات الأعضاء وتحدث بلغة مبسطة ومفهومة كلما ساعد على زيادة ثقة الأعضاء به، وبقدرته على مساعدتهم والتفاهم معهم.

وقد قامت الباحثة في مرحلة البدء والتحضير بإنشاء علاقة متبادلة بين أفراد المجموعة، وكسر الجمود بينهم، من خلال أنشطة التعارف المختلفة في الجلسة الأولى، ومن خلال عرض الأهداف والتوقعات من البرنامج في الجلسة الثانية.

5. استخدام طرق الإرشاد الجماعي مثل لعب الأدوار، والتمثيل الانفعالي، والمناقشة أو المحاضرة، والواجب البيتي، وتعد طريقة لعب الأدوار من أشهر أساليب الإرشاد الجماعي حيث يعطى كل فرد من المجموعة دور يعرض فيه الدور الواقعي للمشكلة، ثم يطلب من جميع أفراد الجلسة الإرشادية المشاركة في مناقشة المشكلة بهدف التنفيس الانفعالي (رافدة الحريري، وسمير الإمامي، 2011: 43).

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وقد اختارت الباحثة فنيات إرشادية عديدة، تقوم على نظريات إرشادية مختلفة، منها: المحاضرة والمناقشة، العصف الذهني، السيكودراما "تكنيك المتجر السحري"، "تكنيك الإسقاط المستقبلي"، لعب الأدوار، التقييم الموضوعي للحدث "تكنيك المرح والدعابة"، التفريغ الانفعالي، الاسترخاء، النمذجة، الرسم، التعزيز، التساؤل، التغذية الراجعة، الواجبات المنزلية.

6. التنفيذ وتحقيق الأهداف الإرشادية من خلال المقترحات والحلول اللازمة لحل المشكلة، ويكون دور المرشد من خلال تقديم الدعم والتعزيز بين المسترشدين وتشجيعهم على تبادل الخبرات (ناصر الدين أبو حماد، 2008: 172).

ويرى صالح أبو عباة، وعبد المجيد نيازي (2001: 180) أنه أثناء قيام أعضاء المجموعة بتنفيذ الأعمال والمهام المطلوبة منهم، يقوم المرشد بتوفير الدعم والمساندة والتشجيع، والمعلومات التي تساعدهم في تنفيذ العمل بصورة صحيحة، كما يعمل على مساعدتهم لتجاوز الصعوبات التي قد تعترض طريقهم وتمنعهم من تحقيق أهدافهم، مع أهمية التزام المرشد بحق أعضاء الجماعة في تقرير مصيرهم واختيار الأعمال والحلول والأساليب التي يرغبون، شريطة عدم وجود أي تهديد على حياة الأعضاء، أو ضرر بمصالحهم ومصالح الآخرين.

وقد قامت الباحثة بتقديم العديد من المعارف والمهارات والأنشطة لأفراد المجموعة التجريبية، والتي من شأنها أن تعمل على تنمية مستوى الطموح الأكاديمي لديهم، حيث ركزت الباحثة عند اختيارها لتلك المعارف والمهارات على مواطن الضعف التي لاحظتها لدى أفراد المجموعة التجريبية عند تطبيق مقياس مستوى الطموح الأكاديمي، كما ركزت على العوامل الشخصية التي تؤثر سلباً على مستوى الطموح الأكاديمي، من أجل العمل على تنميتها وتعزيزها وبالتالي تنمية مستوى الطموح الأكاديمي لديهم.

7. انتهاء الجلسة الإرشادية بناء على ما تم الاتفاق عليه عند تحديد الفترة الزمنية للجلسة، أو بناءً على طلب المجموعة المسترشدة، ويتم في نهاية الجلسة استخدام استمارة معدة من قبل المرشد بهدف جمع المعلومات عن شعور واتجاهات المسترشدين، ومدى تأثير المرشد والمجموعة المسترشدة في تحقيق أهداف المسترشد (سهام أبو عيطة، 2002: 301).

حيث أن هذه الاستمارة تعد بمثابة تقييم لعملية الإرشاد الجماعي، والتعرف إلى رأي المسترشدين حول البرنامج الإرشادي المقدم إليهم، ويرى صالح أبو عباة، وعبد المجيد نيازي (2001: 183-184) أن أيسر طريقة يمكن استخدامها لتقويم العمل سؤال أعضاء المجموعة عما استفادوه من هذا العمل، وما المصالح التي تحققت لكل عضو فيهم، أو ما التغييرات التي حدثت في حياتهم نتيجة التدخل الجماعي.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وقد قامت الباحثة بتقييم كل جلسة من جلسات البرنامج من خلال نشاط التقييم والإنهاء في نهاية كل جلسة، للتأكد من تحقيق الأهداف المرجوة منها، وتقديم التغذية الراجعة اللازمة، كما قامت بتقييم البرنامج الإرشادي من خلال تطبيق استمارة التقييم النهائي للبرنامج الإرشادي، من أجل الوقوف على نقاط القوة والضعف في البرنامج الإرشادي، ومن أجل التأكد من تحقيق البرنامج لأهدافه العامة والخاصة.

مزايا استخدام أسلوب الإرشاد الجماعي:

يتميز الإرشاد الجماعي بمجموعة من الصفات التي تضفي عليه أهمية خاصة وتجعله طريقة مثالية للتعامل مع المشاكل النفسية، ومن أهم مزايا الإرشاد الجماعي هو توفير الوقت والجهد، ففي حين أن المرشد في الإرشاد الفردي يتعامل مع مسترشد واحد، فهو في الإرشاد الجماعي يتعامل مع مجموعة من المسترشدين لديهم نفس المشكلة، كما أن التفاعل والمشاركة في الإرشاد الجماعي يساعد في اكتساب اتجاهات جديدة بشكل أسرع، ويمكن إجمال أهم مميزات الإرشاد الجماعي بالآتي:

1. يعتبر الإرشاد الجماعي من أفضل أساليب الإرشاد والتوجيه من الناحية الاقتصادية، فقد يعوض النقص الحاصل في إعداد المرشدين، أو المعالجين النفسيين، كما يتيح للمرشد التعامل مع أكبر عدد ممكن من المسترشدين مقارنةً مع الإرشاد الفردي في المؤسسة الواحدة (محمد السفاسفة، 2003: 119).
2. يمكّن المرشد النفسي من التحقق من صحة فروضه العلمية، وذلك عندما يقارن بين فروضه العلمية والمهنية وبين معطيات التجربة الفعلية داخل الجلسة الإرشادية (محمد سعفان، 2006: 190-191).
3. يساعد أعضاء الجماعة على تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي من خلال التأثير المتبادل والتفاعل بين أفراد الجماعة (طه عبد العظيم حسين، 2004: 230).
4. يتيح فرصة الاستفادة من أخطاء الغير والاتعاظ بها حين يسمع قصصهم وتواريخ حياتهم منهم (حامد زهران، 2002: 335).
5. المسترشد يصبح أكثر إدراكاً بأن المشكلة التي تواجهه تواجه غيره أيضاً، أي أنه ليس الوحيد في الميدان، فالآخرين مثله لديهم شعور بالذنب أو القلق أو العداء (ناصر الدين أبو حماد، 2006: 211).
6. ازدواجية دور المسترشد تساعده في التغلب على مشكلته، فهو يقوم بتعديل سلوكه بناء على نقده لسلوك الأعضاء الآخرين في الجماعة الإرشادية، وعلى نقد الآخرين لسلوكه (سهام أبو عيطة، 2002: 301).

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الفنيات والأساليب الإرشادية المستخدمة في الإرشاد الجماعي:

يستخدم المرشد النفسي في الإرشاد الجماعي العديد من الأساليب الإرشادية مثل: المناقشة والمحاضرة، السيكودراما، السوسيودراما، لعب الأدوار، النادي الإرشادي، التقييم الموضوعي للحدث، التغذية الراجعة، التساؤل، وغيرها من الأساليب التي تساعد في تحقيق الأهداف المرجوة منه، ويرى حامد زهران (2002: 326-327) أن أساليب الإرشاد الجماعي تتعدد حسب عدة معايير مثل: أعضاء الجماعة ومشكلاتهم النفسية من حيث مدى التشابه أو الاختلاف، طريقة تكوين الجماعة، مدى التركيز على دور المرشد أو دور المسترشدين، مدى استغلال دينامية الجماعة في عملية الإرشاد من حيث التلقائية أو الإعداد المسبق، حدود الانفتاح أو الانغلاق للجلسات الإرشادية، نوع النظرية التي يتبعها المرشد، المكان الذي تتم فيه الجلسات الإرشادية.

وفيما يلي تفصيل للفنيات والأساليب الإرشادية المستخدمة في الإرشاد الجماعي:

1. التمثيل النفسي المسرحي (السيكودراما Psychodrama):

تتلخص فكرة السيكودراما في مشاركة أحد أفراد المجموعة الإرشادية في أداء موقف تمثيلي من مواقف الحياة، على المسرح أمام المرشد وباقي الأفراد، حيث يقوم بدور البطل الرئيسي، ويمثل الباقين أدوار الأشخاص المهمين في حياته مثل الوالدين والإخوة والمعلم وغيرهم، وقد يشترك المرشد في التمثيل بغرض التوجيه والتفسير، أما عن تأليف الموضوع فيقوم به المسترشدين أنفسهم حسب ما يقتضيه الموقف، وقد يساعد المرشد في التأليف، ومن خلال هذا العرض فإن المسترشد يكشف عن مشاعره وعلاقاته وآرائه في العوامل ذات الصلة بمشكلته، وبعد التمثيل يبدأ الأعضاء في مناقشة أحداث التمثيلية والتعليق عليها واستعراض مايمكن استنتاجه من مواقف الممثلين وخبراتهم ومشكلاتهم.

حيث ابتكر هذه الطريقة المحلل النفسي الأمريكي يعقوب مورينو Moreno، إذ بدأ باستخدام هذا الأسلوب في فينا عام (1921)، وأسس أول مسرح للعلاج النفسي عام (1927) في مدينة نيويورك (صالح الخطيب، 2007: 186).

ويعرف تشارلز راكروفت C. Rycroft (1972) السيكودراما بأنها "نمط من أنماط العلاج النفسي وفيها يطلب من المسترشد أو المريض أن يمثل دوراً في دراما معينة، أي من عمل درامي مفعم بالانفعالات ذات الصلة بالألم أو الأعراض التي يعانى منها، أو المشاكل التي تدفعه إلى طلب العلاج، ويشترك بقية أعضاء فريق التمثيل في بقية الأدوار" (سعيد العزة، 2010: 413).

وهي أسلوب جمعي يتم من خلاله تشجيع المسترشد على أداء دور ما للتعبير عن انفعال معين يرتبط بحالته، دون تحضير مسبق أو التدريب على هذا الدور، وذلك لمساعدة المسترشد في الاندماج بدوره، وإطلاق العنان لمشاعره في الظهور على طبيعتها، فإن الإرشاد هذا يتم على مسرح

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

حقيقي وأمام جمهور من الحاضرين، ويمكن القول أن السيكودراما هي نوع من لعب الأدوار التي تهدف إلى اكتشاف المهارات والخبرات الوجدانية، التي يتعامل من خلالها الفرد مع المواقف الحياتية المتنوعة (محمد السفاسفة، 2003: 126).

ويشير سعيد العزة (2010: 414) إلى أن المبدأ الأساسي في السيكودراما هو التلقائية التي يعرفها مورينو بأنها قدرة الشخص على مواجهة كل موقف جديد على نحو سليم وبطريقة تلقائية، وما تهدف إليه السيكودراما هو أن تنمي في الفرد القدرة على لعب أدواره في الحياة على نحو خلاق يمكنه من مواجهة مطالب الحياة في المواقف الجديدة، و يتم أولاً في السيكودراما تقديم أعضاء الجماعة إلى بعضهم البعض ويشعروا بالألفة، ثم يعرضون مشاكلهم، ثم يرتبون هذه المشاكل بالترتيب الذي يرغبون أن يناقشوها على أساسه، ثم يتم تحديد أول مشكلة، وبعد تحديد الأدوار يناقش المرشد مع المسترشدين أدوارهم بحيث تظهر كما لو كانت طبيعية، وبعد أن يقدم الممثلون الأدوار يناقشها أعضاء الجماعة، ويشجع المعالج المناقشة والأسئلة ويحاول أن يجعل كل عضو يدلي برأيه في الأدوار.

ومما يساعد على تقبل أسلوب السيكودراما وانتشاره هو مرونته وقابليته للتعامل مع مختلف المواقف، وإمكانية استخدامه مع جميع أنواع المشاكل وعلى جميع فئات الأعمار، إذ لا يحتاج الأمر سوى وجود مشكلة ومجموعة من الأفراد، ومرشد مدرب على تقنيات هذا الأسلوب، حيث يعتمد هذا الأسلوب بصورة خاصة على التلقائية، ويذكر حامد زهران (2002: 329) فوائد التمثيل النفسي المسرحي في كونه يكشف عن نواحي هامة في مشكلات العملاء، وعن جوانب هامة في شخصية العميل ودوافعه وحاجاته وصراعاته ودفاعاته ومشاعره، مما يفيد في عملية الإرشاد، كما يفيد في التنفيس الانفعالي والتحرر من التوتر النفسي والقدرة على التعبير عن النفس والاستبصار بالذات، كما يساعد في تدريب العملاء على مواجهة مواقف عملية واقعية يخافون مواجهتها، كما أن التفسير الذي يلي التمثيلية يفيد تشخيصياً وإرشادياً.

تكنيكات السيكودراما:

من خلال السيكودراما يقوم المرشد باستخدام مجموعة من التكنيكات التي تساعد في تحقيق الأهداف من الإرشاد الجماعي ومنها:

أ. أسلوب عرض الذات:

وفيه يقوم المسترشد بتقديم نفسه وأسرته وإخوته عن طريق تمثيل أدوارهم، ويمكن أن يقوم هو بدور الأب ثم تقوم مسترشدة أخرى بدور الأم وهكذا، حتى يدرك العلاقة بين والديه ويقوي العلاقة معهما عن طريق فهمه لهما (محمد سعفان، 2006: 174).

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ب. أسلوب الصدمة السيكودرامية:

حيث يطلب من الفرد استرجاع خبرة مؤلمة ما زالت تؤرقه ويقوم بتمثيلها، حيث يختار المرشد أحد أفراد المجموعة بتمثيل موقف مؤلم ويشجع الفرد على استرجاع هذه الخبرة (طه عبد العظيم حسين، 2004: 237).

ج. أسلوب مناجاة النفس:

وفيه يتم إعداد منولوج بين الشخص ونفسه عما يعتمل داخله من مشاعر وأفكار، ويكون دور المعالج مساعدته على إخراج ذلك في صورة لفظية (سعيد العزة، 2010: 415).

حيث يقوم الفرد بمناجاة نفسه والتحدث معها حول ما يدور داخله من مشاعر وأفكار وتوجيهات، فيكون دور المرشد مساعدته على إخراج ذلك بصورة لفظية، بمعنى أن يفكر المسترشد بصوت عال، ويعبر عن دوافعه وأفكاره، بحيث يرى الآخرون ما بداخله (محمد السفاسفة، 2003: 127).

د. أسلوب المتجر السحري:

وفيه يقوم العميل بشراء صفة جديدة يود لو اتصف بها، مع التخلص مؤقتاً من صفة لديه يراها غير مرغوبة، وعند استخدام هذا الأسلوب تتم إقامة متجر على المسرح، ويكون هناك ذات مساعدة تقوم بدور البائع، ويطلب من البطل دخول المتجر كزبون لشراء ما يريده (طه عبد العظيم حسين، 2004: 237).

ويستخدم أسلوب الدكان السحري مع الأشخاص الذين لا يكون لديهم وضوح في تقييم الأمور، أو الذين لديهم شكوك حول أهدافهم، أو الذين يواجهون صعوبة في اختيار الأولويات في قيمهم، حيث تكون الذات المساعدة أو البطل نفسه هو صاحب الدكان السحري المليء بأصناف كثيرة متخيلة، وهذه الأصناف ليست للبيع، بل للمقايضة، بمعنى أن الشخص يستبدل الأشياء التي يمتلكها بالأشياء التي يرغب فيها (صالح الخطيب، 2007: 192).

هـ. أسلوب تفسير الأحلام:

وفيه يصف المسترشد حلمه على المسرح، ثم يتم تحليل الحلم مع الأعضاء ومع المرشد (محمد سعفان، 2006: 174).

حيث أن الحلم هو بعض مكونات اللاشعور التي تسبب للفرد الكبت والمعاناة النفسية، فيعبر عن مشاعره وأحاسيسه تلقائياً وبحرية، فيفرغ بعض انفعالاته (محمد السفاسفة، 2003: 128).

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

و. أسلوب المعالجة من بعد:

ويتم فيه علاج الطفل دون علمه وهو غائب عن طريق الأنا المساعدة التي تكون على اتصال دائم بالطفل، وتقوم بتمثيل المواقف المضطربة أمام المعالج بالاشتراك مع بعض الأشخاص المحيطين بالطفل، وغالباً ما تتبع هذه الطريقة مع الأطفال، وتقوم الأم أو الأب بدور الأنا المساعدة (سعيد العزة، 2010: 417).

ز. أسلوب الساعة:

ويتمثل ذلك في رسم ساعة على الأرض توضح عليها ساعات اليوم، وكل فرد يطلب منه أن يضع نفسه حيث الساعة المفضلة لديه أكثر من غيرها، ويطلب منه توضيح سبب اختياره، والهدف من استخدامها هو استبصار الفرد بنفسه (طه عبد العظيم حسين، 2004: 237).

ح. الأسلوب الثنائي المزدوج:

وفيه تقف الذات المساعدة وراء بطل المسرحية وتقوم بالتمثيل معه، أو حتى التحدث بدلاً منه، لتساعده في أن يبقى متواصلاً في التعبير عن مشاعره، وتزوده بالدافعية المطلوبة ليقول أشياء لم يقم بالتعبير عنها لغاية الآن (صالح الخطيب، 2007: 191).

ط. الأسلوب الثنائي المتعدد:

ويمكن استخدامه عندما يكون لدى البطل مشاعر متناقضة، فقد يشترك ثنائيان أو أكثر في المسرحية ويمثلان جوانب مختلفة للبطل (المرجع نفسه: 191).

ي. أسلوب المرآة:

ويستخدم حين يكون المريض عاجزاً عن التعبير عن نفسه بالكلام، فيتم وضع ذات مساعدة في جزء خاص من سلوك المسترشد في موقف سيكودراما، وتستمر الذات المساعدة في تمثيل دور المسترشد بكل أبعاده ومشكلاته حتى أن المعالج يناديها باسمه، فترى الشخصية المريضة نفسها من خلال عينها، مما يعطي المريض رؤية لنفسه كما يراه الآخرين (آمنة زقوت، 2010: 42).

ك. أسلوب تبادل الأدوار:

يقوم المرشد في هذا الأسلوب بعكس دور البطل حينما يظهر له أن البطل قد يستفيد من النظر إلى الأمور بعين الشخص الذي يختلف معه، مما يساعده على تفهم وجهة النظر الأخرى، كما يساعده في الوصول لحل المشكلة بنفسه.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ويرى محمد السفاسفة (2003: 127) أن هذا الأسلوب يتضمن طلب المرشد من المسترشد القيام بدور معاكس للدور الذي يقوم به، فأحياناً يقوم بدور الأب، ثم يعكس الدور ليقوم بدور الابن، مما يؤدي إلى اكتشاف سلبيات الدور الجديد، ومظاهر سلوكه المرفوضة لديه.

ل. أسلوب الإسقاط المستقبلي:

ويتمثل المضمون الحقيقي له في أن الفرد يحاول تصور نفسه عندما يصبح شخصاً بالغاً، والهدف منه زيادة وعي الفرد بذاته (طه عبد العظيم حسين، 2004: 237).

ويشير صالح الخطيب (2007: 192) إلى أن أبطال المسرحية يعرضون رغباتهم المستقبلية، حيث يزودهم هذا الأسلوب بالتبصر بأهدافهم وأولوياتهم، ويمكنهم من معرفه التغيرات المطلوبة في أنفسهم من أجل الحصول على ما يريدون.

م. أسلوب البديل:

ويستخدم عند تغلغل النزاعات والاضطرابات التي يعاني منها الفرد على مستوى الذات، فيتم وضع ذات مساعدة جانب المسترشد المضطرب،تتفاعل معه كما لو أنها هي الذات المضطربة وتساعده في الوصول إلى الحل (سعيد العزة، 2010: 416).

ويضيف محمد السفاسفة (2003: 127) أن المرشد يطلب من أحد أفراد المجموعة القيام بدور البديل للبطل (المسترشد) بحيث يقف خلفه على المسرح وكأنه ظله، فيقوم البديل بمساعدة البطل على التعبير.

ن. أسلوب الكرسي العالي:

ويتمثل في قيام الفرد بالجلوس في مكان مرتفع ومحدد كما لو كان في مكان أطول أو أعلى من الأفراد الآخرين في الجماعة، وذلك لكي يبدو وكأنه في موقف أقوي للتعبير عن مشاعره بهدف التنفيس الانفعالي (طه عبد العظيم حسين، 2004: 237).

وقد استخدمت الباحثة في الجلسة الثامنة والتي كانت بعنوان تطوير الذات، تكنيك المتجر السحري، حيث أعدت الباحثة مسبقاً بطاقات مرسوم فيها صفات حسنة وطيبة، وبطاقات أخرى مرسوم فيها صفات سيئة، كما أعدت زاوية في القاعة على شكل دكان أو متجر، علقت فيه البطاقات المرسوم فيها الصفات الحسنة والطيبة، ووضعت البطاقات المرسوم فيها الصفات السيئة في سلة لتستخدمها المشاركات في عملية المقايضة، ثم طلبت من إحدى المشاركات الجلوس فيه على أنها البائع، وطلبت من باقي المشاركات الذهاب للمتجر كزبون لمقايضة البائع وليس للشراء، بحيث تستبدل الصفات

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

السيئة التي لا تحبها في نفسها بصفات جميلة ترغب فيها من المتجر، ثم أعطت الباحثة المجال لكل مشاركة للتحدث عن الصفات التي استبدلتها، وما هو شعورها أثناء عملية المقايضة، ومن ثم قامت بتعزيز الصفات الايجابية لدى المشاركات والثناء عليها، وحثهن على التخلص من الصفات السلبية لديهن.

كما استخدمت الباحثة في الجلسة الثانية عشر والتي كانت بعنوان التخطيط للمستقبل وتحديد الأهداف، تكنيك الإسقاط المستقبلي، حين تخيلت نفسها في آخر عمرها وهي تسرد ماذا أنجزت في حياتها.

2. التمثيل الاجتماعي المسرحي (السوسيودراما):

تتناول السوسيودراما المشكلات ذات الطابع الجماعي، المتصلة بوظيفة الجماعة أو بنائها، وتعالج مشاكل اجتماعية أو اقتصاديه، أو قضايا عامة في المجتمع، ولا تركز على مشكلة فردية خاصة، كما في السيكودراما، لأن أهم ما فيها هو الجماعة (صالح الخطيب، 2007: 193).

وعليه فإن السوسيودراما تعتبر توأما للسيكودراما، إلا أن السوسيودراما تركز على المشاكل التي تواجه الجماعة أكثر مما تركز على المشاكل الخاصة التي تواجه كل فرد على حدة.

3. لعب الأدوار:

يعد هذا الأسلوب أقل تعقيداً من أسلوب السيكودراما ويمكن بواسطته تناول أي موقف بسبب القلق أو الاضطراب للمسترشد، ويساعد لعب الدور في مواجهة المواقف الحقيقية خارج إطار المجموعة، فقد يطلب مثلاً من المسترشد الذي يعانى من الخجل وبمساعدة أحد أعضاء المجموعة أن يؤدي دور من يتحدث إلى المدير أو المعلم بجرأة وشجاعة، ويطلب إليه أن يؤدي الدور كما لو أن شخص آخر يعرفه قد قام به ويود لو كان مثله، وأكثر ما يستخدم هذا الأسلوب في مواجهة المواقف الاجتماعية (صالح الخطيب، 2007: 193).

ويضيف محمد سعفان (2006: 174) أن فريدريك بيرلز F. Perls مؤسس ومطور العلاج الجشطلتي وضع بعض التكنيكات للعب الأدوار منها الدراما والعمل الخيالي، حوار المتسلط والضحية (القوى والضعيف)، والكرسي الخالي.

وبناءً على ما تقدم ترى الباحثة أن التمثيل إذا استخدم بشكل تلقائي للتعبير عن المشكلة، في المواقف ذات الطابع النفسي أطلق عليه السيكودراما، وإذا استخدم في المواقف ذات الطابع الاجتماعي أطلق عليه السوسيودراما، ويكون الهدف منهما مساعدة المسترشد على تنمية القدرة على اتخاذ

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

القرارات، أما إذا أعطي المسترشد نماذج أو أدوار معينة تتعلق بالمشكلة لكي يتعلمها ويقوم بتمثيلها فيطلق عليه لعب الدور، ويكون الهدف منه مساعدة المسترشد على مواجهة مشكلته بنفسه.

وقد قامت الباحثة باستخدام تكنيك لعب الأدوار في الجلسة الأولى من البرنامج الإرشادي في نشاط الاتصال بالعين للتعارف، وكذلك في الجلسة الخامسة في نشاط الإعلانات التلفزيونية من أجل أن تصبح المشاركات قادرات على التعبير عن الذات من خلال عرض المواهب والصفات الحسنة لديهن، وبالتالي تنمية الثقة بالنفس لديهن، كما استخدمت الباحثة تكنيك لعب الأدوار في الجلسة السابعة في نشاط دولاب الصفات، حيث تقوم المشاركات بالتعبير عن الذات من خلال تمثيل الصفات المختلفة وفي نشاط المتجر السحري، حيث تقوم المشاركات باستبدال الصفات السلبية بأخرى ايجابية، وذلك بهدف تطوير مفهوم الذات لدى المشاركات.

4. التغذية الراجعة:

تستخدم التغذية الراجعة في الإرشاد الجماعي من خلال مراجعة المعلومات التي تم تقديمها، والمهارات التي تم تنفيذها مع أفراد الجماعة الإرشادية، وذلك بهدف تثبيت الأفكار والمعلومات والمهارات الصحيحة، وتصحيح وتعديل الأفكار والمهارات الخاطئة، لدى أفراد الجماعة، ويشير محمد سعفان (2006: 182-183) أن التغذية الراجعة من الفنيات التي تحقق التواصل الجيد في الجلسة الإرشادية، ومن خلالها يتم معرفة الأهداف التي تم تحقيقها والأهداف التي لم تتحقق وأسباب عدم تحقيقها، حيث يتم اطلاع المسترشد بكل ما تم انجازه، من خلال مقارنة سلوك المسترشد في ثلاث حالات هي: السلوك السابق والسلوك الحالي والسلوك المطلوب الوصول إليه، ومن أهدافها تدعيم وتثبيت الأفكار والسلوكيات المرغوبة، وتصحيح الأفكار والسلوكيات غير المرغوبة، وتقديم تفسير لصحة أو عدم صحة الأفكار والسلوكيات.

وقد استخدمت الباحثة أسلوب التغذية الراجعة في جميع جلسات البرنامج الإرشادي من أجل تثبيت الأفكار والمعلومات والمهارات الصحيحة لدى أفراد المجموعة التجريبية، وتصحيح وتعديل الأفكار والمهارات الخاطئة لديهم، وذلك من خلال مراجعة ما تم تنفيذه في الجلسة السابقة ومن خلال مناقشة الواجبات المنزلية مع أفراد المجموعة.

5. المحاضرات والمناقشات الجماعية:

تعد المحاضرات والمناقشات الجماعية أسلوب من أساليب الإرشاد الجماعي التعليمي، حيث يغلب فيها عنصر التعليم، وغالباً الهدف منها هو تغيير الاتجاهات لدى المسترشدين، ويشير طه عبد العظيم حسين(2004: 228) إلى أن المحاضرات والمناقشات الجماعية هي عملية تبادل للأفكار

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

والخبرات بين أفراد الجماعة والمرشد والتي من خلالها يتاح للفرد فرصة التفاعل بين الأعضاء، بما يساعدهم على النمو والشعور بالتقدير والاحترام المتبادل، فهي أسلوب تعليمي يتيح للأعضاء الفرصة في التعبير عن أفكارهم وحل مشكلاتهم أو هي عملية تواصل بين المرشد وأعضاء الجماعة الإرشادية يقدم فيها المرشد أفكار ومعلومات يتم إعدادها وتنظيمها مسبقاً، ويتاح فيها الفرصة لأعضاء الجماعة بطرح الأسئلة والمناقشة حول فكرة أو مشكلة يتم تناولها أثناء المحاضرة.

وتكون المناقشة إما بعد المحاضرة أو أثنائها، فالمناقشة مهمة جداً لأن العميل الذي يستمع إلى المحاضرة هو أدرى من المحاضر بما يحتاج إليه من معلومات يريد معرفتها أو مناقشتها، وهكذا تؤدى المحاضرات والمناقشات الجماعية إلى نتائج هامة في تغيير اتجاهات العملاء نحو أنفسهم ونحو الآخرين ونحو مشكلاتهم (حامد زهران، 2002: 331).

ويرى أحمد أبو أسعد (2009: 134) أن المناقشات تتم ابتداءً بالمشكلات النفسية الاجتماعية العامة ثم تندرج إلى المشكلة النفسية المشتركة الخاصة بأعضاء الجماعة المسترشدين، لذا لابد أن يكون أعضاء المناقشة متجانسين يتشابهون فيما يعانون من مشكلات.

وعادة ما يكون المرشدون هم المحاضرون أو الذين يديرون المناقشات، وقد يدعى أشخاص من تخصصات مختلفة للقيام بذلك مثل الأطباء النفسيين، أو بعض الاجتماعيين أو التربويين أو المهنيين وغيرهم، ويمكن لبعض أعضاء المجموعة المشاركة بإلقاء المحاضرات، ويسمح أحياناً بأن يكون هناك تداخل بين المحاضرات والمناقشات في الجلسة الواحدة، وأن تتضمن بعض الفقرات الترفيهية أو الفنية أو نشاطات حرة أخرى، حتى تبتعد الجلسة عن الشكل الأكاديمي أو التعليمي، وعادة ما تتبع المحاضرة مناقشات جماعية، ويغلب على أسلوب المحاضرات والمناقشات الإرشادية الجانب الوقائي، وبخاصة في المدارس والنوادي وغيرها من الأماكن (صالح الخطيب، 2007: 194).

وفي جميع الأحوال والظروف فإن مواضيع المناقشات ينبغي أن تكون متصلة بجوهر المشكلة، بحيث تمس الواقع الذي يعاني منه أعضاء الجماعة الإرشادية، ويكون المرشد هو محور المناقشات إذ هو يوجه الأسئلة ويوزعها ويستمع لأسئلة الحاضرين ويتعاون معهم إلى أن يتوصلوا إلى الإجابات السليمة.

وقد استخدمت الباحثة المحاضرات والمناقشات في معظم جلسات البرنامج الإرشادي لما لها من أهمية في تغيير الاتجاهات، وإكساب أفراد المجموعة التجريبية المعارف والمعلومات التي تعمل على تنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى الطالبات، مثل: مفهوم الطموح الأكاديمي، العوامل المؤثرة في مستوى الطموح الأكاديمي، أهمية تنمية مستوى الطموح الأكاديمي، معيقات الطموح الأكاديمي، تقنيات تطوير مفهوم الذات، تقنيات تنمية الثقة بالنفس، تقنيات تنمية الدافعية نحو التعلم، كيفية تعديل

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الأفكار اللاعقلانية، كيفية اختيار التخصص المناسب، طرق المذاكرة السليمة، إستراتيجيات التخطيط للمستقبل، أسلوب حل المشكلات، تقنيات إدارة الوقت، وقد تم تقديمها لأفراد المجموعة بطرق مختلفة.

6. التقييم الموضوعي للحدث:

وتستخدم هذه الفنية في تعديل الأفكار اللاعقلانية ولها عدة تكنيكات منها: تكنيك قائمة أسوأ الاحتمالات، حيث يطلب المرشد من العضو أن يحدد توقعاته السلبية التي ستحدث ما لم يقم بعمل ما، ومن ثم مقارنتها مع توقعات باقي الأعضاء لتحديد موقف العضو وتقييمه غير الموضوعي لها، ومنها تكنيك المرح والدعابة، حيث يطلب من كل عضو أن يضحك على أفكاره اللاعقلانية ويتحدث إليها ويتحداها بعدم الاستجابة إليها لكي يعرف ماذا سيحدث، ومنها أيضاً تكنيك لعبة الشائعات حيث يقوم المرشد بإعطاء المسترشد الأول ورقة مكتوب فيها خبر معين ويطلب منه أن يقرأه ثم ينقله بأسلوبه للعضو الجالس بجواره على أن يحتفظ بالورقة، ثم يقوم كل عضو بنقل الخبر بطريقته للعضو الجالس بجواره، حتى يصل إلى آخر عضو فيطلب منه أن يذكر نص الخبر الذي وصله، ثم يتم المقارنة بينه وبين الخبر في الورقة الأولى، من أجل التعرف على الحذف والإضافات والتي تعكس نظرة الإنسان للحياة التي قد تشوه الحقائق في بعض الأحيان (محمد سعفان، 2006: 181-182).

وقد استخدمت الباحثة في الجلسة التاسعة فنية التقييم الموضوعي للحدث، "تكنيك المرح والدعابة"، حيث قامت الباحثة بتوزيع أوراق صغيرة وألوان على المشاركات، وطلبت منهن رسم أفكار أو مشاعر يردن التخلص منها، ومن ثم طيِّها ورميها في سلة المهملات، ثم طلبت منهن أن يضحكن على أفكارهن اللاعقلانية، وتتحدث إليها وكأنها تعرف ما ترمي إليه: لن استجيب إليك هذه المرة لكي أعرف ماذا سيحدث، ومن ثم ناقشت النشاط مع المشاركات، وذلك بهدف تعديل الأفكار الخاطئة المتعلقة بالدراسة والتعليم، وبالتالي تنمية مستوى الطموح الأكاديمي لديهن.

7. النادي الإرشادي:

وهو أسلوب من أساليب الإرشاد الجماعي يقوم على النشاط العلمي والترويحي والترفيهي بصفة عامة، وتتلخص فكرته في قيام المرشد النفسي بإعداد غرفة ألعاب يمارس فيها المسترشدون هواياتهم المختلفة، وفي نهاية الجلسة يجتمع الجميع ليتناقشون تجربتهم أثناء اللعب، وبذلك تنمو مشاعر التفكير التعاوني بين أفراد الجماعة الإرشادية.

ومن رواد أسلوب النادي الإرشادي الأوائل سلافون (1943)، ويبدأ هذا الأسلوب عادة بنشاط رياضي أو فني أو مشاهدة فيلم أو مسرحية، كما وتوجد مجالات أخرى لممارسة الهوايات بما يتناسب وطبيعة كل شخصية، ويكون دور المرشد في هذا الأسلوب محايداً، يتناول ما قد يظهر خلال النشاط

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

من سلوك منحرف بحاجة للتعديل والتصحيح، ويستخدم مع العملاء الذين لا يرغبون بالتردد على العيادات النفسية وذلك لأن واقع الكلام لا يكون مريحاً عند هذه الفئة (هادي ربيع، 2008: 33).

وهناك ميزات ينفرد بها أسلوب النادي الإرشادي، ففيه يسلك العميل على سجيته كما يسلك عادة في حياته اليومية، مما يتيح لقطات ذات قيمة من سلوكه الاجتماعي تفيد في التشخيص وفي عملية الإرشاد، وكذلك فإن وجود إمكانات الألعاب المختلفة تتيح فرصة التنفيس الانفعالي كما في حالة الملاكمة أو المصارعة في حالة الرغبة في تفريغ النزعات العدوانية، كما تنمو من خلاله الصداقات الاجتماعية داخل وخارج الجماعة، ويتضاءل الخجل والانطواء والانسحاب، وهذا كله يؤدي إلى تقليل وتخفيف السلوك العدواني والتخريبي والهدام في إطار الجماعة، ويؤدي إلى اختفاء التوتر والمخاوف، وزيادة الثقة بالنفس والآخرين (حامد زهران، 2002: 332).

ويضيف صالح الخطيب (2007: 194) أن هذا الأسلوب يفيد مع الأفراد الذين يعانون من مشكلة عدم القدرة على تكوين علاقات شخصية بناءة مع الآخرين، ومع الذين يعانون من الرفض والحرمان الأسري أو المدرسي، ويقوم هذا الأسلوب على النشاط العملي فهناك النشاطات الرياضية أو الموسيقية، أو مشاهدة الأفلام والتمثيليات الهادفة، ويتم اجتماع الأعضاء في نهاية النشاطات لمناقشتها.

8. التساؤل:

تعد فنية التساؤل من الفنيات المهمة في الإرشاد الجماعي فالجلسة الإرشادية لا يمكنها أن تخلو من طرح الأسئلة، سواء كانت الأسئلة المفتوحة أو المغلقة، فالمرشد يستخدم التساؤل في افتتاح الجلسة، وأثناء المناقشة، وأثناء العصف الذهني، فهي تساعد على التواصل بين المرشد والمسترشدين وبين المسترشدين أنفسهم، وتفيد في الحصول على المعلومات اللازمة عنهم، وفي تشجيعهم على التعبير عن أنفسهم.

ويرى محمد سعفان (2006: 59) أنه يجب على المرشد مراعاة عدة قواعد عند استخدام فنية التساؤل منها: اختيار الوقت المناسب، التأكد من أن المسترشد مهيأ للإجابة، أن يتلاءم السؤال من حيث الصياغة والمحتوى مع ثقافة المسترشد، أن يوجه السؤال لكسب معلومات جديدة مرتبطة بموضوع الجلسة، أن يتجنب المرشد الأسئلة التي تحمل في طياتها التوبيخ واللوم.
وقد استخدمت الباحثة فنية التساؤل في جميع جلسات البرنامج الإرشادي، سواء في افتتاح الجلسة، أو أثناء المناقشة، وكان لها دور كبير في عملية الاتصال والتواصل بين الباحثة وأفراد المجموعة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

9. مجموعات المواجهة:

ابتكر روجرز Rogers (1970) أسلوب جماعة المواجهة في الإرشاد والعلاج النفسي الجماعي، حيث تتاح فرصة مواجهة أساسية في إطار خبرة جماعية مكثفة، تستمر فترة تتراوح من يومين إلى ثلاثة في كل أسبوع، وذلك لمدة أسبوعين أو ثلاثة، ويستغرق إجمالي الجلسات الإرشادية من (20–60) ساعة، ويمكن استخدام هذا الأسلوب في مراكز الإرشاد أو العيادات النفسية أو المدارس أو النوادي، وتضم جماعة المواجهة (5-10) أفراداً لديهم مشكلات متشابهة، ويكون التركيز فيها على الحاضر "هنا والآن"، ويقوم المرشد بدور الميسر للتفاعل الجماعي، وتنشيط دينامية الجماعة في مناخ آمن نفسياً (حامد زهران، 2000: 333).

وتهدف هذه الطريقة إلى جعل المشاركين فيها أكثر وعياً وارتباطاً بالآخرين، وتحقيق النمو الشخصي، وتنمية العلاقات بين أفراد الجماعة من خلال توفير فرص منظمة تتاح لكل عضو للتعبير عن المشاعر ومن ثم الكشف عن الذات، حيث يجلس المشاركون في شكل دائرة ويشجع كل منهم التعبير عن نفسه بحرية، وتقوم المجموعة بمناقشة هذا الطرح، ما يدعم إحساس الأعضاء بالأمن والقيمة الذاتية وزيادة رغبتهم في إقامة علاقات تواصل ذات معنى بالآخرين (طه عبد العظيم حسين، 2004: 239).

10. التمرينات الروحانية:

وهى طريقة علاجية تهدف إلى تنقية النفس وتهذيب الضمير والتطابق بين الأقوال والأفعال، وتقوية العلاقة بالله، وتقوم هذه الفنية على أسس دينية ونفسية واجتماعية، والأساس العام الذي تقوم عليه أن الإنسان يتكون من الجسد والعقل والانفعال والروح، ولذلك فإن التربية النفسية ينبغي أن تهتم بالتربية الروحانية وإرشادها الديني السليم، وعند ممارسة التمرينات الروحانية يجب الاهتمام بالعمليات الآتية: تغذيه مصادر الثقافة الدينية، الدعاء والاستغفار والتوبة، الصبر الايجابي، تكوين الضمير الحي، ضبط السلوك وتوجيهه دائماً إلى فعل الخير، تحسين العلاقات مع الصغار والضعفاء والشيوخ، الشكر لله (محمد سعفان، 2006: 177-179).

وقد استخدمت الباحثة معظم أساليب الإرشاد الجماعي كما ورد ذكره عقب كل أسلوب، مثل: المحاضرات والمناقشات الجماعية، السيكودراما، التغذية الراجعة ، التقييم الموضوعي للحدث، التساؤل.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

البرنامج الإرشادي:

يعد الإرشاد الجماعي إحدى طرق الإرشاد النفسي الفعالة التي يستخدمها المرشد النفسي في المدرسة لعلاج العديد من مشكلات الطلبة، وذلك حينما تكون تلك المشكلات متشابهة، مما يساعده على توفير الوقت والجهد، وقد يحتاج المرشد عند تنفيذ الإرشاد الجماعي استخدام فنيات ومهارات وأساليب معينة لتحقيق الأهداف التي يود الوصول إليها، فتوضع هذه الفنيات والمهارات والأساليب في إطار يطلق عليه البرنامج الإرشادي.

تعريف البرنامج الإرشادي:

لتوضيح مفهوم البرنامج الإرشادي ستعرض الباحثة بعض التعريفات التي وردت حول هذا المفهوم:

- **عرفه كونوبكا Konopka (1979)** بأنه: "أي نشاط تقوم به الجماعة أثناء اجتماعاتها بحضور أخصائي الجماعة وبقيادة المرشد، بحيث تنفذ أنشطة وفق رغباتها وحاجاتها، حيث يقوم الأخصائي والمرشد معاً بتشخيص حاجات الفرد أو الأفراد ورغباتهم ثم دراسة ذلك بالنسبة للجماعة وأهدافها والقيم المختلفة وأخلاقيات العلاقة الإنسانية" (محمد السفاسفة، 2003: 183).
- **عرفه ستون Stone (1980)** بأنه: "عملية لتسهيل التفاعل بين الفرد وبيئته المحيطة، بغرض الوصول إلى الأهداف المألوفة، وجعلها جزء من سلوك الفرد، وهذا يتم من خلال خطة عمل مصممة بشكل منظم، وتتضمن أهدافاً ووسائل لتحقيقها" (محمد السفاسفة، 2003: 184).
- **عرفه ريبار Reber (1985)** بأنه: "خطة مصممة لبحث أي موضوع يخص الفرد أو المجتمع بشرط أن تكون هادفة لأداء بعض العمليات المحددة" (سعد آل رشود، 2006: 64).
- **عرفه حامد زهران (2002)** بأنه: "مجموعة من الإجراءات المنظمة المخطط لها في ضوء أسس علميه وتربوية، تستند إلى مبادئ وفنيات معينة، تهدف إلى تقديم المساعدة المتكاملة للفرد حتى يستطيع حل المشكلات التي يقابلها في حياته أو التوافق معها" (حسن الصميلي، 2009: 244).
- **عرفه "طه عبد العظيم حسين"** بأنه: "مجموعة من الخطوات المحددة والمنظمة تستند في أساسها على نظريات وفنيات ومبادئ الإرشاد النفسي، وتتضمن مجموعة من المعلومات والخبرات والمهارات والأنشطة المختلفة، والتي تقدم للأفراد خلال فترة زمنية محددة، بهدف مساعدتهم في تعديل سلوكياتهم وإكسابهم سلوكيات ومهارات جديدة تؤدي بهم إلى تحقيق التوافق النفسي وتساعدهم في التغلب على المشكلات التي يعانونها في معترك الحياة" (طه عبد العظيم حسين، 2004: 283).

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- **عرفه "محمد سعفان"** بأنه: "مزيج من الأهداف الخاصة، والإستراتيجية الإرشادية الموجهة لتحقيق هذه الأهداف، والتصميم البحثي الملائم، ومحتوى البرنامج، والإجراءات التنظيمية، وتنفيذ البرنامج وتقويمه، والتنسيق بين كل ما سبق" (محمد سعفان، 2005: 202).
- **عرفه "سعد آل رشود"** بأنه: "تصميم مخطط منظم على أسس علمية يحتوي على مجموعة من الخدمات تساعد على حل المشكلات التي تواجه الأفراد في مجال التكيف والانسجام والتغلب على الاضطرابات النفسية والاجتماعية وفق أهداف التوجيه والإرشاد" (سعد آل رشود، 2006: 64).

وقد قامت الباحثة بتعريف البرنامج الإرشادي بأنه: "مجموعة من المعارف والأنشطة والمهارات التي يقدمها المرشد النفسي لمجموعة من المسترشدين الذين تجمعهم مشكلة واحدة، من خلال إجراءات إرشادية مخططة ومنظمة، في فترة زمنية محددة، مستنداً فيها إلى نظريات الإرشاد النفسي المختلفة، ومستخدماً طرق وأساليب عديدة، وذلك بهدف تحقيق الأهداف العامة والخاصة المراد الوصول إليها في مواجهة تلك المشكلة".

من يخطط للبرامج الإرشادية وينفذها؟ (محمد سعفان، 2005: 206-207).

من الممكن أن يقوم بالتخطيط للبرامج الإرشادية وينفذها كل من:

1. أصحاب نظريات الإرشاد النفسي الذين يخططون للبرامج الإرشادية وينفذونها في ضوء توجهاتهم النظرية.
2. عالم النفس الإرشادي، وهو سيكولوجي محترف ومتخصص في الإرشاد النفسي، وخبراته العلمية تؤهله لوضع برامج إرشادية وتنفيذها.
3. المرشد النفسي، وهو سيكولوجي مدرب مهنياً.
4. أعضاء هيئة التدريس بالجامعات في مجال علم النفس بغرض إجراء بحوث ودراسات.

أما البرنامج الإرشادي المستخدم في الدراسة الحالية فقد قامت بإعداده وتنفيذه الباحثة، وهي تعمل مرشدة نفسية للمرحلة الثانوية، وبالتالي فهي مدربة مهنياً، ولديها الخبرة الكافية في تصميم البرامج الإرشادية.

أهداف البرامج الإرشادية:

تهدف برامج الإرشاد إلى تحقيق أهداف الإرشاد والتوجيه بصفه عامة وهي: تحقيق الذات، تحقيق الصحة النفسية، تحسين العملية التربوية، تحقيق التوافق النفسي، كما تهدف إلى تحقيق أهداف خاصة تختلف باختلاف المستفيدين من البرنامج، وباختلاف نوعية المشاكل التي يعانى منها الأفراد.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ويمكن تحديد الأهداف الخاصة للبرامج الإرشادية التي تقدم للطلاب على سبيل المثال وليس الحصر فيما يلي:

1. تعزيز السلوكيات الايجابية لدى الطلاب.
2. ترسيخ بعض القيم الدينية والخلقية والاجتماعية السوية.
3. مساعدة الطلاب على الاستبصار بمشكلاتهم.
4. تعديل أنماط وأساليب التفكير الخاطئة التي تؤدي إلى سوء التوافق النفسي.
5. مساعدة الطلاب في التعرف على إمكاناتهم وقدراتهم وتوظيفها، مما يساعدهم على تحقيق الذات لديهم (طه عبد العظيم حسين، 2004: 285).
6. التحكم في مختلف الضغوط التي يمكن أن تثار عند التفاعل بالآخرين.
7. زيادة بصيرة الشخص بعيوبه وحسناته من خلال رؤية المعالج وبقية أفراد المجموعة له.
8. معرفة الأهداف المرحلية والهدف الأكبر للشخص وإيضاح معنى وجوده في الحياة وما بعدها (أسامة المزيني، 2006: 78).

مصادر بناء محتوى البرنامج الإرشادي:

لبناء محتوى البرنامج يتم الاعتماد على عدة مصادر منها: (طه عبد العظيم حسين، 2004: 287).

1. الإطار النظري الذي يلقي الضوء على متغيرات الدراسة.
2. الدراسات السابقة العربية والأجنبية التي تتعلق بعمل برامج إرشادية في مجال الدراسة.
3. الدراسة الاستطلاعية الميدانية والتي تتم من خلال الاستبيان المفتوح والتقارير الذاتية لأفراد العينة الاستطلاعية.
4. الاطلاع على الكتب والمؤتمرات والدوريات المتخصصة.
5. المقاييس والأدوات المستخدمة في الدراسة.

وقد أعدت الباحثة البرنامج الإرشادي المستخدم في الدراسة الحالية، من عدة مصادر منها: مقياس مستوى الطموح الأكاديمي المستخدم في الدراسة الحالية، الإطار النظري للدراسة، الدراسات السابقة التي تتعلق بعمل برامج إرشادية في مجال الدراسة الحالية، والمجالات القريبة منها، الاطلاع على الكتب والمراجع ذات العلاقة بالبرامج الإرشادية، وذات العلاقة بالمواضيع المطروحة في البرنامج الإرشادي، تقنيات العقل والجسم، أنشطة الـ "CBI"، البرامج التلفزيونية للدكتور طارق سويدان، والدكتور إبراهيم الفقي، دورات التنمية البشرية، خبرة الباحثة العملية في مجال الإرشاد التربوي في المدارس.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الإطار النظري للبرنامج الإرشادي:

يوجد العديد من النظريات الإرشادية في ميدان الإرشاد النفسي منها: النظرية التحليلية، نظرية الإرشاد السلوكي، نظرية الإرشاد العقلاني الانفعالي، نظرية الإرشاد المعرفي، نظرية التعلم الاجتماعي عند باندورا، الإرشاد الأسري، الإرشاد بالواقع، الإرشاد باللعب وغيرها من النظريات الإرشادية والعلاجية، فهي كثيرة ومتنوعة، وهذا التعدد يفيد في مواجهة المشكلات لدى الأفراد، ويرى طه عبد العظيم حسين (2004: 283) أن البرنامج الإرشادي يمكنه أن يعتمد على نظرية واحدة أو عدة نظريات، ولكن يفضل الاعتماد على أكثر من نظرية إرشادية والاستفادة منها لما تشتمل عليه من فنيات تسهم في فاعلية وايجابية البرنامج الإرشادي، وعلى أساس النظرية الإرشادية التي يستند إليها البرنامج يمكن تحديد الفنيات الإرشادية المستخدمة في البرنامج.

وقد استندت الباحثة في البرنامج الإرشادي إلى الإستراتيجية الانتقائية، حيث اختارت فنيات إرشادية عديدة، تقوم على نظريات إرشادية مختلفة، تتناسب مع الهدف العام والأهداف الخاصة للبرنامج الإرشادي، وتتناسب أيضاً مع العمر الزمني لأفراد المجموعة الإرشادية.

خطوات بناء وتنفيذ البرامج الإرشادية:

قبل البدء في بناء أي برنامج إرشادي، لابد أن يكون واضحاً في أذهان واضعيه خطواته وإجراءاته المحددة التي يسيرون عليها، ومن الخطوات التي يسير فيها بناء البرنامج الإرشادي ما يلي:

1. تحديد أهداف البرنامج، فكل برنامج له أهداف عامة وهي أهداف الإرشاد، وأهداف خاصة بكل برنامج تختلف باختلاف الزمان والمكان والأشخاص وموضوع المشكلة (أسامة المزيني، 2006: 80).

فالبرنامج الناجح الفاعل هو الذي يسعى لتحقيق أهدافه المنشقة من أهداف الإرشاد بشكل عام، سواء كانت هذه الأهداف إنمائية أو وقائية أو علاجية، وقد قامت الباحثة في ضوء التشخيص والتعرف على نواحي الضعف لدى أفراد المجموعة التجريبية، بوضع أهداف عامة إرشادية وإنمائية، تفرع منها العديد من الأهداف الإجرائية، ما ساعد على متابعة العمل وتقويمه.

2. دراسة شاملة لحاجات أفراد الفئة المستهدفة وذلك لتحديد المساعدة المطلوبة التي يحتاجونها، وبالتالي اختيار الأساليب والطرق التي تلبي هذه الحاجات، ويتم مسح الحاجات عن طريق المقابلات والاستفتاءات مع هؤلاء الأفراد (محمد السفاسفة، 2003: 188).

وقد درست الباحثة حاجات أفراد المجموعة التجريبية من خلال تطبيق مقياس مستوى الطموح الأكاديمي على أفراد مجتمع الدراسة، واختيار الطالبات ذوات الدرجات المتدنية جداً على المقياس.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

3. تحديد الإمكانيات المتوفرة والإمكانيات الناقصة التي يجب العمل على توفيرها (أسامة المزيني، 2006: 80).

وقد حاولت الباحثة دراسة الإمكانيات الموجودة في المدرسة للعمل على استغلالها والإفادة منها في تخطيط وبناء البرنامج، وكانت كافية بنسبة (70)%، وبالتالي عملت الباحثة على البحث عن بدائل أخرى وتوفير ما تبقى من احتياجات، مثل اللوح القلاب، جهاز الحاسوب، أقلام الفولماستر، ورق البوستر ..الخ.

4. الإعلام من خلال تسويق فكرة البرنامج وأهدافه وأهميته للمؤسسة والأفراد، بمعنى اقتناع الجهات ذات العلاقة بأهمية البرنامج من أجل دعمه ومساندته وإزالة العوائق في طريقه بدلاً من مقاومته (محمد السفاسفة، 2003: 188).

وقد قامت الباحثة بإقناع مديرة المدرسة والمعلمين بفكرة تطبيق البرنامج الإرشادي على طالبات المدرسة، وبالفعل قامت المديرة والهيئة التدريسية بدعمه ومساندته للنهاية.

5. اختيار الإستراتيجية الإرشادية المناسبة من أجل تحقيق الأهداف التي تم تحديدها، وذلك في ضوء نظرية أو أكثر من نظريات الإرشاد النفسي، حيث يتم اختيار فنيات إرشادية تقوم على نظرية معينة، أو اختيار فنيات إرشادية مختلفة تقوم على نظريات إرشادية مختلفة (محمد سعفان، 2006: 101).

ويشير طه عبد العظيم حسين (2004: 287) إلى أنه يجب اختيار الفنيات الإرشادية للبرنامج بما يتناسب مع العمر الزمني للأفراد المشاركين في البرنامج وهناك العديد من الفنيات التي تستخدم في تحقيق أهداف البرنامج الإرشادي ومنها: المحاضرات والمناقشات، لعب الأدوار، الواجبات المنزلية، التعزيز.

وقد استخدمت الباحثة الإستراتيجية الانتقائية، حيث اختارت الباحثة فنيات إرشادية عديدة، تقوم على نظريات إرشادية مختلفة، منها: المحاضرة والمناقشة، لعب الأدوار، السيكودراما، التقييم الموضوعي للحدث، التغذية الراجعة، الواجبات المنزلية، التعزيز، التساؤل، التأمل والتخيل، الاسترخاء، العصف الذهني، الأنشطة الترفيهية، النمذجة، التفريغ الانفعالي، وذلك بهدف تنمية مستوى الطموح الأكاديمي لديهم.

6. اختيار تصميم تجريبي يتناسب مع المشكلة، ومن أنواع التصميمات المستخدمة في الإرشاد النفسي: تصميم المجموعة الواحدة، تصميم المجموعات، أما تصميم المجموعة الواحدة فيتفرع منها عدة تصميمات منها: تصميم المجموعة الواحدة بقياس بعدي واحد، تصميم المجموعة الواحدة

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

بقياس قبلي وقياس بعدي، تصميم المجموعة الواحدة بقياسات متعددة، أما تصميم المجموعات فيتضمن أيضاً تصميمات فرعية كثيرة منها: مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة، أكثر من مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة، أكثر من مجموعة تجريبية بدون مجموعة ضابطة، وبالنسبة للقياسات في تصميم المجموعات فيمكن أن يتم قياس قبلي وقياس بعدي، ويمكن أن تتعدد القياسات، وأيضا يمكن أن يتم تدخل علاجي واحد، ويمكن أن تتعدد التدخلات العلاجية بتعدد المجموعات (محمد سعفان، 2006: 102-108).

وقد استخدمت الباحثة تصميم المجموعتين المتكافئتين، التجريبية، والضابطة، مع قياسات قبلية وبعدية وتتبعية، حيث طبقت مقياس مستوى الطموح الأكاديمي على المجموعتين قبل وبعد تطبيق البرنامج الإرشادي، من أجل التعرف على مدى فاعلية هذا البرنامج الإرشادي في تنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى أفراد المجموعة التجريبية، كما طبقت مقياس مستوى الطموح الأكاديمي على المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج الإرشادي بشهرين، للتأكد من فاعلية البرنامج على المدى البعيد.

7. اختيار محتوى البرنامج الإرشادي والذي يتكون من ثلاثة أبعاد وهي: المعارف والعمليات المعرفية، الأنشطة، المهارات، ويتم اختيار هذا المحتوى من مصادر متعددة مثل: المواد الدراسية، الكتب والمراجع العلمية، البحوث والدراسات السابقة، النشرات والتقارير التي تنشرها المراكز والمؤسسات العلمية (محمد سعفان، 2005: 235).

وقد احتوى البرنامج الإرشادي المستخدم في الدراسة الحالية على الأبعاد الثلاث: المعارف، والأنشطة، والمهارات، وقد تم اختيارها من مصادر متعددة.

8. التحكيم على البرنامج، أي عرضه – في صورته الأولية قبل استخدامه– على مجموعة من المحكمين في مجال الصحة النفسية، وذلك بهدف التأكد من مدى صلاحية البنود والمواقف التي يتكون منها البرنامج والسيناريوهات التي تقدم لأفراد العينة التجريبية المشاركين في البرنامج، والتأكيد من مدى كفاءته في تحقيق الهدف منه، وإمكانية تنفيذه وتجريبه على عينة صغيرة لحساب الثبات والصدق، وإجراء التعديلات، وإعداد الصورة النهائية للبرنامج (طه عبد العظيم حسين، 2004: 287).

وقد قامت الباحثة بعرض البرنامج الإرشادي في صورته الأولية على مجموعة من الأساتذة المتخصصين في مجال علم النفس والصحة النفسية في عدة جامعات، بهدف التحقق من ملائمة البرنامج الإرشادي لأفراد المجموعة الإرشادية، وللأهداف المرجوة منه، وكذلك التحقق من صحة الإجراءات التطبيقية للبرنامج الإرشادي، وبالتالي تم إجراء التعديلات المطلوبة من قبل الباحثة،

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وفقاً لتعليمات الأساتذة المحكّمين، ومن ثم تم إعداد الصورة النهائية للبرنامج الإرشادي قبل تطبيقه على أفراد المجموعة التجريبية.

9. تحديد الإجراءات التنظيمية للبرنامج الإرشادي، وتشمل: تحديد مراحل البرنامج، والجدول الزمني، والمكان الذي ينفذ فيه البرنامج، وعدد المشاركين في تنفيذ البرنامج (محمد سعفان، 2005: 242).

وقد قامت الباحثة بتقسيم البرنامج الإرشادي إلى أربع مراحل رئيسية، وكانت المرحلة الأولى هي مرحلة البدء والتحضير، خلال الجلسة الأولى والثانية، وتم فيها التعارف، وبناء العلاقات الإنسانية بين الباحثة والمشاركات في البرنامج الإرشادي وبين المشاركات أنفسهن، والوقوف على أهداف البرنامج الإرشادي، وتوقعات المشاركات نحوه، والاتفاق على قواعد الجلسات، أما المرحلة الثانية وهي مرحلة الانتقال، وكانت خلال الجلسة الثالثة والرابعة، وتم فيها إلقاء الضوء على المشكلة الرئيسية وهي تدني مستوى الطموح الأكاديمي لدى أفراد المجموعة التجريبية، وماهيتها، وأسبابها، والمعيقات التي تؤثر سلباً على مستوى الطموح الأكاديمي، أما المرحلة الثالثة وهي مرحلة العمل والبناء، والتي كانت من الجلسة الخامسة إلى الجلسة التاسعة عشر، وقد تم فيها تقديم المعارف والأنشطة المختلفة التي تعمل على تنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى أفراد المجموعة التجريبية من خلال مساعدتهم على: تطوير مفهوم الذات، تنمية الثقة بالنفس، إثارة الدافعية نحو التعلم، تعديل الأفكار اللاعقلانية، اختيار التخصص المناسب، كما تم فيها تنمية الجوانب الشخصية لدى أفراد المجموعة الإرشادية من خلال تدريبهم على مجموعة من المهارات مثل: مهارة التخطيط للمستقبل وتحديد الأهداف، مهارة إدارة الوقت، مهارة استخدام طرق المذاكرة السليمة، مهارة حل المشكلات بطريقة علمية، وأخيراً المرحلة الرابعة وهي مرحلة الإنهاء، خلال الجلسة العشرون، وقد تم فيها تقويم البرنامج الإرشادي وإنهاؤه، من أجل الوقوف على نقاط القوة ونقاط الضعف في البرنامج الإرشادي، والتعرف على مدى تحقيق البرنامج الإرشادي للأهداف المرجوة منه، وهي تنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى أفراد المجموعة التجريبية.

كما حددت الباحثة الفئة المستفيدة من البرنامج وهي مجموعة إرشادية قوامها (20) طالبة من طالبات الصف الحادي عشر آداب في مدرسة الخنساء الثانوية بنات، بمحافظة خان يونس، وكذلك حددت مكان تطبيق البرنامج الإرشادي في مدرسة الخنساء الثانوية بنات، بمكتبة المدرسة، ثم حددت الجدول الزمني للبرنامج الإرشادي حيث كان عدد الجلسات 20 جلسة، بواقع جلستين في كل أسبوع، والفترة الزمنية لكل جلسة 90 دقيقة تقريباً، والفترة الزمنية للبرنامج الإرشادي شهرين ونصف.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

10. تنفيذ البرنامج الإرشادي من خلال اتخاذ الإجراءات اللازمة لتنفيذ كل ما تم التخطيط له (محمد سعفان، 2006: 123).

وقد قامت الباحثة بتنفيذ جلسات البرنامج الإرشادي، وهي (20) جلسة، بواقع جلستين في كل أسبوع، استمرت تقريباً لمدة شهرين ونصف.

11. تقويم البرنامج الإرشادي: ويقصد به إصدار حكم بشأن مدى فاعلية البرنامج الإرشادي للاستمرار في تنفيذه ورفع كفاءته، ولذلك نسعى عند تقويم البرنامج الإرشادي إلى تحديد سلبيات وإيجابيات البرنامج الإرشادي وقياس مدى تحقيقه للأهداف التي تم التخطيط لها والعائد الناتج منه، ولكي يتم تحسين وتطوير البرنامج الإرشادي من خلال تقويمه يشترط أن يكون البرنامج مرناً يسمح بإجراء التعديلات في جوانبه المختلفة (محمد سعفان، 2005: 247-248).

ويشير طه عبد العظيم حسين (2004: 288-289) إلى أن التقييم ينبغي أن يكون مستمراً في كل مراحل البرنامج حتى يمكن تدارك نواحي القصور وتعزيز النواحي الايجابية، وهناك أساليب مختلفة لتقييم البرنامج الإرشادي، ولعل التقييم التجريبي من أكثر الأساليب شيوعاً، حيث تتم المقارنة بين درجات أفراد العينة التجريبية المشاركين في البرنامج، والعينة الضابطة أيضاً، على الأدوات المستخدمة في كل من التطبيق القبلي والبعدي، وكذلك بعد شهرين من الانتهاء من البرنامج كفترة متابعة، ويمكن أيضاً تقييم البرنامج من خلال توزيع استمارة تقييم تظهر من خلالها وجهه نظر المشاركين في البرنامج، ومدى انطباعهم عنه، وذلك لمعرفة وتحديد مدى فاعلية البرنامج في تحقيق الأهداف المرجوة التي وضع من أجلها.

كما يرى محمد السفاسفة (2003: 191) أن التقييم يهدف إلى التحقق من مدى نجاح الخطوات المنفذة، وأن النتاجات لا تختلف عما هو متوقع، أي أن ما تم التوصل إليه في اتجاه تحقيق الأهداف أم لا، وهل يؤدي إلى النتائج المرجوة المنشودة أم لا، ولكي يحقق التقييم ثماراً جيدة، فإنه يجب أن يكون مستمراً، منذ بدء البناء حتى نهاية التنفيذ، وفترة المتابعة.

وقد قامت الباحثة بتقييم كل جلسة من جلسات البرنامج من خلال نشاط التقييم والإنهاء في نهاية كل جلسة، للتأكد من تحقيق الأهداف المرجوة منها، وتقديم التغذية الراجعة اللازمة، كما قامت بتقييم البرنامج الإرشادي من خلال تطبيق نموذج التقييم النهائي للبرنامج الإرشادي، من أجل الوقوف على نقاط القوة والضعف في البرنامج الإرشادي، ومن أجل التأكد من تحقيق البرنامج لأهدافه العامة والخاصة، وكذلك من خلال تطبيق القياس البعدي لمقياس مستوى الطموح الأكاديمي على أفراد المجموعتين، التجريبية، والضابطة، ومقارنة النتائج مع نتائج القياس القبلي، من أجل التعرف على مدى فاعلية البرنامج الإرشادي في تنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

أفراد المجموعة التجريبية ثم قامت بتطبيق مقياس مستوى الطموح الأكاديمي على أفراد المجموعة التجريبية، بعد شهرين من انتهاء البرنامج الإرشادي، للتأكد من فاعلية البرنامج على المدى البعيد.

12. إنهاء الجلسات الإرشادية: حيث أن المرشد النفسي بعد تنفيذ البرنامج الإرشادي وتقويمه والتأكد من مدى تحقيق الأهداف التي من أجلها وضع البرنامج، يأخذ قرار بإنهاء الجلسات الإرشادية، ومن المهم أن يتم الإنهاء بالتدريج حيث يقوم المرشد بتذكير المشاركين في البرنامج والمسترشدين خلال الجلسات القليلة الأخيرة بقرب إنهاء البرنامج، وذلك من خلال استخدام ألفاظاً مناسبة ونبرات صوت تدعو إلى التفاؤل (محمد سعفان، 2005: 257).

وبالفعل فقد قامت الباحثة في الجلسات الأخيرة من البرنامج الإرشادي بتذكير أفراد المجموعة التجريبية بقرب انتهائه، حتى يتهيئوا لذلك، ويحاولوا الاستفادة من جميع المعارف والمهارات والأنشطة المقدمة إليهم في البرنامج الإرشادي.

13. كتابه التقرير النهائي: ويتضمن خطوات البحث أو البرنامج، والنتائج التي تم التوصل إليها، والعقبات التي وجدت عند التنفيذ والمقترحات بشأن التغلب عليها، وعند كتابة التقرير النهائي يفضل تحديد الجهة التي سيرسل إليها التقرير، وسيسلم إليها باليد أو البريد، هذا في حالة أن البرنامج تم بناءً على طلب جهة معينة، أما في حالة البحوث والدراسات فإن الباحث يكون المستفيد من نتائج البرنامج، كما يفضل تلخيص نتائج التقرير لتكون سهلة وواضحة ومفهومة، ويجب ربط النتائج بالأهداف التي تم وضعها من قبل (محمد سعفان، 2006: 123-124).

ويشير طه عبد العظيم حسين (2004: 289) إلى أن هناك بعض الصعوبات التي قد تعترض البرنامج الإرشادي وتعوقه، وهذه الصعوبات منها ما هو مرتبط بتطبيق الأدوات حيث يحجم بعض المشاركين في البرنامج عن الإجابة على كل أسئلة الاختبار، فضلاً عن استجابات البعض من المشاركين قد تكون غير حقيقية وتعكس ما لديهم من مرغوبية واستحسان اجتماعي، وهناك صعوبات قد تكون مرتبطة بالبرنامج فكثيراً ما يشعر البعض من المشاركين بالخجل أثناء الجلسات، ومن ثم ينعكس ذلك في عدم القدرة على التعبير عن مشكلاتهم بصراحة وعدم الاهتمام بالبرنامج.

وقد أوضحت الباحثة نتائج الدراسة الحالية وناقشتها في الفصل الخامس، كما ذكرت الصعوبات التي واجهتها أثناء تطبيق الجلسات الإرشادية في الفصل الرابع مثل: عدم توفر وقت كافي لتطبيق الجلسة الواحدة، وتأخر بعض المشاركات في أول الجلسات عن الموعد المحدد، وعدم وجود برامج إرشادية للتعامل مع تدني مستوى الطموح الأكاديمي، كما ذكرت كيفية التغلب على تلك الصعوبات وبطرق مختلفة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الجماعة الإرشادية:

تتكون الجماعة الإرشادية من أفراد يشتركون في الهدف الإرشادي والمشكلة الإرشادية، فهم يعانون من مشاكل متقاربة، ويكونون علاقات متبادلة مع بعضهم البعض بطرق متعددة، ويناقشون مشكلاتهم المشتركة بهدف تحقيق التعليم المتبادل.

ويشير حامد زهران (2002: 322) إلى أن الجماعة الإرشادية تضم عدداً من الأفراد، وهي إما جماعة طبيعية قائمة فعلاً مثل جماعة طلاب الصف، أو جماعة مصطنعة يكونها المرشد بهدف الإرشاد. كما يضيف محمد السفاسفة (2003: 119) إلى أن المجموعة الإرشادية مكان آمن يتحدث فيه المسترشد عن معاناته وأسراره، بهدف التعبير عما يشعر به، وكيفية اشتقاق الحلول المناسبة لمواجهة تلك المعاناة لتحقيق التكيف النفسي والاجتماعي لدى الفرد.

فالجماعة الإرشادية هي أكثر من كونها مجموعة من الناس، بل هم أعضاء مشتركون في الاتجاهات والقيم، ويتقبل بعضهم بعضاً، ويكونون علاقات متبادلة، ويناقشون مشكلاتهم المشتركة بهدف تحقيق التعليم المتبادل (سهام أبو عيطة، 2002: 292).

أما عن عدد أفراد المجموعة الإرشادية فقد تباينت الآراء بين (3-19)، وكلما كان العدد متوسطاً كلما كان أفضل، أما عن الزمن للجلسة الواحدة بين (45-90) دقيقه بمعدل جلستين أسبوعياً للمجموعة المسترشدة (أسامة المزيني، 2006: 85).

وقد قامت الباحثة بتطبيق (20) جلسة على أفراد المجموعة التجريبية، بواقع جلستين في كل أسبوع، استمرت تقريباً لمدة شهرين ونصف، وكانت مدة الجلسة الواحدة (90) دقيقة.

أهداف الجماعة الإرشادية:

1. تزويد الطالب بالثقة حتى يستطيع مواجهة مشاكله وحلها.
2. مساعدة الطالب للبحث عن هويته وأهدافه في الحياة.
3. الحصول على المعلومات الكافية في مجالات الاختيار المتاحة لطموحاته المستقبلية فيما يتعلق بالدراسة أو المهنة (أحمد أبو أسعد، 2009: 131).
4. مساعدة المسترشد في فهم نفسه وإمكاناته، ونقاط القوة والضعف لديه.
5. مساعدة المسترشد في التعبير عن نفسه وإبداء رأيه وأفكاره في جو آمن دون خوف أو تردد.
6. تنمية القدرة على تحمل المسؤولية، وبالتالي تعزيز تقدير الذات لدى المسترشد (محمد السفاسفة، 2003: 119).

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وقد كان الهدف من تكوين الجماعة الإرشادية (المجموعة التجريبية) في الدراسة الحالية، هو تنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى أفراد المجموعة، حيث قامت الباحثة بتوضيح ذلك الهدف لأفراد المجموعة أثناء الجلسة الأولى من البرنامج الإرشادي، الأمر الذي ساعد على إزالة الغموض من أذهان أفراد المجموعة، وبالتالي أصبحوا أكثر انشراحاً وقبولاً للعمل في المجموعة، مما ساهم في تحقيق الهدف بسهولة أكبر.

الأسس والمبادئ الهامة للجماعة الإرشادية: (أسامة المزيني، 2006: 86).

1. الالتزام التام بحضور جميع الجلسات وعدم التغيب.
2. دقة المواعيد والحضور في الوقت المحدد.
3. التأكيد على سرية ما يدور في الجلسات.
4. الاحترام المتبادل بين المشاركين.
5. الحديث باستئذان وعدم المقاطعة.
6. الانفعال في الدور وتنفيذ ما يطلب من المشارك من نشاطات.
7. التعاون بحيث يكون كل واحد مرآة للآخر.
8. قاعدة تجاوزني.
9. الممارسات المنزلية.

وتكون هذه الأسس بمثابة قواعد تحكم العلاقات بين الباحثة وأفراد الجماعة الإرشادية أثناء تطبيق جلسات البرنامج الإرشادي، وقد قامت الباحثة بمناقشة هذه الأسس أو القواعد مع أفراد المجموعة التجريبية في أول جلسة والاتفاق عليها، وقامت بتسجيلها على ورقة بوستر وتعليقها على الحائط في كل جلسة إرشادية.

خصائص الجماعة الإرشادية الفاعلة:

1. هي الجماعة القادرة على تعليم أفرادها مهارات جديدة لمواجهة الصعوبات والتكيف مع الصراع وتشخيص سلوكاتهم.
2. هي الجماعة التي يعرف أفرادها ما هو المتوقع من كل عضو حيث يتم تعريف وتحديد الأدوار والمسؤوليات لكل عضو.
3. هي الجماعة التي يظهر أعضاؤها النشاط في محاولة العمل على تحقيق أهدافهم.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

4. هي الجماعة التي يود أعضاؤها الاحتفاظ بالعضوية لفترة أطول، والتي يظهر فيها التأثير المتبادل للأعضاء حيث يرى الأعضاء أن النشاط فيما بينهم يخفف من التوتر (عطا الله الخالدي، 2009: 12-20).
5. هي الجماعة التي تجنب جمع الأصدقاء والأقارب والمعارف من الطلبة، إذ قد يتعذر مناقشة المشكلة بحرية تامة.
6. هي الجماعة التي تتسم بالثقة المتبادلة والاحتفاظ بما يدور بين المجموعة بسرية تامة (أحمد أبو أسعد، 2009: 131).
7. هي الجماعة التي يوجد داخلها خبرات اجتماعية عريضة، بحيث تكون ممثلة حقيقية لقطاع معين من قطاعات المجتمع (سعيد العزة، 2010: 407).

وقد حاولت الباحثة أثناء تطبيق البرنامج الإرشادي مراعاة تلك الخصائص، وأخذها بعين الاعتبار.

تشكيل الجماعة الإرشادية:

إن تنظيم الجماعة الإرشادية من الخطوات المهمة في الإرشاد الجمعي، ونجاح أي مجموعة إرشادية يتوقف على حسن تنظيم المجموعة والعمل فيها، وتشير كاميليا عبد الفتاح (1998: 45) إلى أنه ليس هناك قوانين جامدة ينبغي إتباعها عند تشكيل الجماعة الإرشادية، بل يرجع الأمر غالباً إلى ذكاء المرشد وخبرته ورؤيته الإرشادية للمشكلات، كما يتوقف على المنهج الإرشادي الذي يتبعه المرشد، فبعض المرشدين يضعون أسساً معينة عند تشكيل الجماعة، والبعض الآخر يتوخى المرونة في التشكيل.

وفي الواقع تتشكل الجماعة الإرشادية في ضوء عدة متغيرات وهي:

1. العمر:

يفضل المرشدون النفسيون أن تكون أعمار أعضاء الجماعة الإرشادية متقاربة ما أمكن، فلا يجوز أن نجمع في الجماعة الإرشادية الواحدة أفراد بأعمار متباينة كالأطفال مع المراهقين أو كبار السن، نظراً لاختلاف الظروف البيئية التي مر كل واحد منهم بها، ويؤكد ذلك محمد السفاسفة (2003: 120) حيث يرى أن الجماعة الإرشادية يفضل أن تكون من أفراد فئة عمرية واحدة، وذلك لتشابه المتطلبات الإنمائية والاهتمامات، والحاجات، فالفروق الكبيرة في العمر تعرقل النقاش المفتوح، وتقلل من احتمالية شعور الأعضاء بالانتماء، والجاذبية، والتماسك، كما يرى طه عبد العظيم حسين (2004: 231) أن الجماعة الإرشادية التي تضم أعضاء متقاربين في السن أفضل، فلا يجوز جمع الأطفال مع المراهقين، ولا وضع المراهقين في جماعة من المسنين.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وقد أخذت الباحثة هذا المتغير بعين الاعتبار حيث قامت باختيار الطالبات من نفس الصف التعليمي، ومن نفس الفئة العمرية، كما قامت بضبط متغير العمر والتحقق من تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة في العمر الزمني من خلال حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للعمر الزمني لأفراد المجموعتين التجريبية والضابطة، إضافة لقيمة اختبار (ت) للكشف عن دلالة الفروق بين المتوسطين، فتبين تكافؤ مجموعتي الدراسة في متغير العمر.

2. الجنس:

يفضل أن يكون أعضاء الجماعة الإرشادية من نفس الجنس حيث تشابه الاهتمامات والميول، ما يزيد من التآلف بين أعضائها، ويشير محمد السفاسفة (2003: 120) إلى ضرورة أن يكون أعضاء المجموعة الإرشادية من نفس الجنس، وذلك بسبب تشابه الرغبات، والأدوار الحياتية والمسؤوليات، والأحاسيس والميول، وحتى التكوين الفسيولوجي، فكل جنس له اهتماماته وميوله وتكوينه الخاص.

وقد قامت الباحثة بتحييد متغير الجنس، حيث تم تطبيق البرنامج الإرشادي على الإناث فقط دون الذكور.

3. الذكاء:

لا بد من تجانس أعضاء الجماعة الإرشادية في القدرات العقلية فهذا التجانس يمثل عاملاً مهماً في تماسك أفراد الجماعة وفي تفاعلهم، خاصة إذا كان المرشد النفسي يعتمد طريقة المناقشة والحوار في جلساته الإرشادية، ويشير أحمد أبو أسعد (2009: 131) إلى أنه ينبغي أخذ عامل الذكاء بعين الاعتبار خوفاً من عزل من هم أقل مستوى من الذكاء والثقافة والشعور بالعزلة والغربة.

فلا يجوز أن يكون هناك فرق كبير في نسبة الذكاء للأعضاء، بمعنى لا يجوز الجمع بين متفوق ومتأخر عقلي، حتى لا يؤدي الوضع إلى عزلة الأقل مستوى، والشعور بالدونية، مما ينعكس سلباً على تماسك الجماعة الإرشادية (محمد السفاسفة، 2003: 121).

وقد أخذت الباحثة هذا المتغير بعين الاعتبار، حيث طبقت على أفراد المجموعة التجريبية اختبار الذكاء المصور لأحمد زكي صالح فاتضح أن هناك تقارب في نسبة الذكاء، كما قامت بضبط متغير الذكاء والتحقق من تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة فيه، من خلال حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للعمر الزمني لأفراد المجموعتين التجريبية والضابطة، إضافة لقيمة اختبار (ت) للكشف عن دلالة الفروق بين المتوسطين، فتبين تكافؤ مجموعتي الدراسة في متغير الذكاء.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

4. نوع الأعراض:

يرى بعض المختصين ضرورة تشابه أعراض أفراد الجماعة الإرشادية، حتى لا تظهر مشكلات جديدة ناشئة عن اختلاف مشكلاتهم، وفي المقابل يرى آخرون أن الجماعة الإرشادية يجب أن تشمل أفراداً لديهم أعراضاً مختلفة، حتى يتمكنوا من التأثير إيجاباً في بعضهم البعض، فالطفل الهادئ يمكن أن يؤثر في الطفل المشاكس للأفضل، ولكن يرى محمد سعفان (2006: 83-84) أن هذه القاعدة لا تصلح في كل الأحوال، ففي بعض الحالات تكون الجماعة الإرشادية هدامة، فالجماعة التي تكون في هياج دائم مثل الأحداث الجانحين يصعب وضعهم مع العصابيين في جماعة واحدة.

ويشير محمد السفاسفة (2003: 121) إلى أن المجموعة الإرشادية يجب أن تتناول مشكلة واحدة هي مشكلة كل المسترشدين، فالمشكلة الواحدة تساعد الأعضاء على الشعور بالانتماء والفهم المتبادل، فيضمن المرشد الحصول على ردود فعل انفعالية صادقة وواقعية، لذلك تتعاون وتتحد وتتكاتف الجهود من كافة الأعضاء لتحقيق أهداف الجماعة، مما يزيد من إنتاجيتها.

كما يرى طه عبد العظيم حسين (2004: 232) ضرورة تشابه الأعراض المرضية بين أفراد الجماعة الإرشادية، وأن تضم أفراد متشابهين في مشكلاتهم، فلا يجوز وضع مرضى نفسيين أو عقليين معهم.

وقد قامت الباحثة بتطبيق البرنامج الإرشادي على طالبات يحملن نفس المشكلة ألا وهي تدني مستوى الطموح الأكاديمي لديهن.

5. حجم الجماعة الإرشادية:

اختلف علماء النفس حول العدد المناسب لأعضاء الجماعة الإرشادية، حيث يرى صبري الحياني (2011: 69) إلى ضرورة ألا يتجاوز عددها (3-20) مسترشد، حتى يسمح للجميع بالمشاركة وطرح الرأي حول الموضوع والاستفادة من الجلسة، في حين يرى محمد السفاسفة (2003: 122) أن الحجم المثالي للمجموعة الإرشادية هو (5-7) مسترشدين، ويرى أنه كلما قل عدد الأعضاء، كلما قل التفاعل كجماعة، وبالتالي تقل فرصة استخدام ديناميات الجماعة، وكلما زاد العدد كلما قلت فرصة الفرد في المشاركة، وبالتالي تقل فرص التعبير للأفراد عن أنفسهم، خصوصاً الأفراد الانسحابيين، كما يرى أن حجم الجماعة يعتمد على عدد من المتغيرات منها: أهداف المجموعة، أعمار الأعضاء، نوع المشكلة المشتركة بين الأعضاء، مقدار الوقت والجهد المتاح للعملية الإرشادية.

ويؤكد سعيد العزة (2010: 407) على ألا يقل حجم الجماعة عن ثلاثة أشخاص، لأن العلاقة الثنائية بين شخصين فقط داخل الجماعة لا يمكن أن تثمر مثلما يكون هناك شخص ثالث

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

يزيد من قوة التفاعل وفعالية التواصل بينهم، كما يتعين أن يكون عدد أفراد الجماعة معقولاً حتى لا تمثل عبئاً ثقيلاً على كاهل القائد، وحتى تستفيد الجماعة من فوائد الإرشاد الجماعي.

وبشكل عام يجب أن يكون عدد الجماعة مناسباً، يسمح بتفاعل كافي بين الأعضاء، وتبادل وجهات النظر بشكل أكبر، وقد قامت الباحثة باختيار الجماعة الإرشادية المستخدمة في الدراسة الحالية مكونة من (20) طالبة، الأمر الذي ساعد على التفاعل والمشاركة بين الطالبات أثناء تطبيق البرنامج الإرشادي.

6. نوع الجماعة الإرشادية:

يجب تحديد ووضع قرار مسبق لما ستكون عليه الجماعة، هل هي جماعة مفتوحة، أم جماعة مغلقة؟ فالجماعة المغلقة لا تسمح لعضو جديد بالانتساب بعد البدء بالجلسات، وتتميز بثبات العدد والمدة الزمنية، أما الجماعة المفتوحة، فتحتوي على أعضاء من مستويات مختلفة من الالتزام، مما يتيح الفرصة لأعضاء جدد بالانتساب إلى الجماعة، وهذا من السلبيات، لأن الأعضاء الجدد لا يملكون التصور حول التطور الذي حصل بين الأعضاء سابقاً، وحول عمل الجماعة (محمد السفاسفة، 2003: 122-123).

وتفضل الباحثة النمط المغلق، لأن خروج بعض الأعضاء من الجماعة قبل انتهاء الجلسات سيمنع من استفادتهم من البرنامج الإرشادي بشكل كامل، كما أن استضافة أفراداً جدد سيؤدي إلى إثارة الفوضى في الجماعة، وسيكون لهؤلاء الأعضاء الجدد تأثير سلبي على تكامل الجماعة الإرشادية وانسجامها.

ويشير صالح الخطيب (2007: 170-171) إلى وجود نمطين آخرين للجماعات الإرشادية فمنها الجماعة الطبيعية وهي التي تم تأسيسها مسبقاً دون تدخل المرشد مثل الأسرة، أو مجموعات النشاط في المدرسة، ويكون الأعضاء معروفين لبعضهم البعض قبل البدء بعملية الإرشاد الجماعي، ولا يحتاجون لعملية انتقاء أو فرز من قبل المرشد، بل يتعامل مع الجماعة بالتشكيلة التي وجدت عليها، وهناك الجماعة الحديثة التكوين، وهي الجماعة التي يقوم المرشد بتكوينها من أفراد لم يسبق لهم التعارف، وذلك من أجل تحقيق أهداف إرشادية مشتركة.

وقد كانت الجماعة الإرشادية المستخدمة في الدراسة الحالية حديثة التكوين، لأن الباحثة اختارت أفرادها بناءً على الدرجات التي حصلوا عليها في مقياس مستوى الطموح الأكاديمي، وهم ذوي الدرجات المتدنية من أفراد المجتمع الأصلي للدراسة، وذلك بهدف تنمية مستوى الطموح الأكاديمي لديهم.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

القوى المؤثرة في نجاح الجماعة الإرشادية:

هناك مجموعة من القوى تؤثر في الجماعة الإرشادية أهمها:

1. **الالتزام:** ويعنى تقبل الأفكار واحترام الآخرين، والالتزام بالمواعيد، حتى تستطيع الجماعة تحقيق أهدافها (محمد السفاسفة، 2003: 123).

وقد كان أفرد المجموعة التجريبية في الدراسة الحالية ملتزمين بقواعد الجلسات، ومنها: السرية التامة، الالتزام بالمواعيد، احترام الآخرين، عدم المقاطعة، الهدوء، عدم الحديث الجماعي، المحافظة على نظافة وترتيب المكان، ما ساعد على تحقيق الأهداف المرجوة من الجلسات الإرشادية.

2. **التوقعات:** وتعني أن يتفهم أعضاء الجماعة ما هو متوقع منهم من عمل تجاه النمو الشخصي الاجتماعي، والتعبير عن المشاعر بحرية وصدق، وإتاحة الفرصة لمناقشة مشاكل الأفراد (عطاالله الخالدي، 2009: 18).

3. **إنشاء الذات:** يعد الإفصاح عن الذات أهم أهداف الإرشاد بكل أشكاله، ودونه لن يتحقق استكشاف للذات، أو فهم لها، أو تقدم نحو التغيير، كما يساعد في بناء ثقة الفرد بنفسه وبالمجموعة، والفرد الذي لا يفصح كثيراً عن نفسه داخل المجموعة تكون لديه نزعة نحو التسرب منها، مما يعطل نمو الثقة والتماسك فيها، وبالتالي لابد من وجود مرشد يمتلك تصوراً كاملاً حول كيفية تشجيع المسترشدين للحديث عن أنفسهم (صالح الخطيب، 2007: 183-184).

وقد أعطت الباحثة المشاركات في البرنامج الإرشادي الفرصة الكافية للتعبير عن أنفسهن والتحدث بحرية ، سواء أثناء المناقشة، أو أثناء تنفيذ الأنشطة المختلفة، أو في التقييم النهائي لكل جلسة، ما ساعد على التفاعل والتواصل بين المشاركات، وصولاً إلى تحقيق الأهداف العامة والخاصة من البرنامج الإرشادي.

4. **المسؤولية:** حيث أن زيادة مسؤولية المسترشدين نحو أنفسهم وتجاه العملية العلاجية تزيد من الفرص المتاحة أمامهم للنمو والتطور ضمن المجموعة الإرشادية، والمشاركة في صنع القرارات وتمنعهم من أن يصبحوا عدوانيين، وعندما يقبل هؤلاء المسترشدين المشاركة في العملية الإرشادية، فإن كل واحد منهم يضع لنفسه أهدافه العلاجية، ويلتزم بالتغيير ويتقبل مسؤولية مساعدة الأعضاء الآخرين لتحقيق أهدافهم، وعندها يتحملوا مسؤولية تطوير واستمرارية المناخ العلاجي للجماعة كلها (سعيد العزة، 2010: 42-43).

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

5. **التفاعل الاجتماعي:** للتفاعل الاجتماعي تأثير فعال، فهو يجعل الأعضاء يندمجون في النشاط الاجتماعي، ويصبح للإرسال والاستقبال الاجتماعي تأثير إرشادي ملموس بين جميع أعضاء الجماعة، فلا يعتمد الإرشاد على المرشد وحده، بل يصبح العملاء أنفسهم مصدراً من مصادر الإرشاد (حامد زهران، 2002: 323).

وقد ظهر ذلك جلياً في جميع جلسات البرنامج الإرشادي في الدراسة الحالية، حيث كانت المشاركات متفاعلات جداً أثناء تنفيذ الأنشطة المختلفة، حيث المناقشات، ومجموعات العمل الصغيرة، والتغذية الراجعة، وكان العمل فيما بينهن بروح الفريق والجماعة.

6. **التقبل:** إن قبول المسترشد من قبل الجماعة يعمل على زيادة وتقوية احترامه لنفسه، ويشجعه على تغيير سلوكه، ويجعل الفرد يحس ويشعر بالأمن والأمان والدفء، وبالتالي يكشف عن ذاته، ويتحدث عن مشاكله بحرية وصراحة (عطا الله الخالدي، 2009: 19).

7. **الجاذبية:** للجماعة جاذبيتها الخاصة لأعضائها، وذلك بتوفيرها لأنشطة جماعية تتيح إشباع حاجات أعضائها وإشعارهم بالأمن وتحقيق الأهداف (حامد زهران، 2002: 323).

فكلما كان هناك انسجام وجاذبية بين أفراد الجماعة الإرشادية، كلما استطاعوا تحقيق الفائدة من الجلسات الإرشادية، وقد لاحظت الباحثة انسجام المشاركات بشكل واضح، متمثلاً في حضورهن لجميع الجلسات والتقيد بالمواعيد، والمشاركة الفعالة، واحترام بعضهن البعض.

8. **التغذية الراجعة:** والمقصود بها التغييرات اللفظية وردود أفعال الآخرين نحو سلوك شخص ما، وهي تعد من أهم عوامل القوة في عمل الجماعة، فهي تمكن المسترشدين من الاطلاع على إدراك الآخرين لسلوكهم وردود أفعالهم نحو ذلك السلوك (صالح الخطيب، 2007: 185).

9. **الانتماء:** يجب على الأفراد الذين عليهم أن يتغيروا أن يكون لديهم شعوراً قوياً بالانتماء للجماعة بحيث يصبحوا أكثر اندماجاً في عملية التفاعل ليزداد شعورهم بالالتزام بالتغيير (سعيد العزة، 2010: 45 -46).

فكلما كانت المشاكل مشتركة بين جميع أفراد الجماعة الإرشادية، كلما زاد انتماء المسترشدين للجماعة وزاد التزامهم نحو العملية الإرشادية، وتحققت أهدافها بشكل أسرع وأيسر.

10. **الأمن:** إن انتماء العميل إلى جماعة إرشادية يؤدي إلى الشعور بالتقبل والتخلص من الشعور بالاختلاف، والاقتناع بأنه ليس وحده الشاذ، وأن المشكلات النفسية تواجه الناس جميعاً، كذلك فإن

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

المسترشد يجد في رفاقه من أعضاء الجماعة سنداً انفعالياً ومجالاً مناسباً للتفريغ الانفعالي، وهذا كله يشعره بالأمن (حامد زهران، 2002: 323).

فعندما يشعر المسترشدون بالأمن داخل الجماعة الإرشادية، فإنهم يستطيعون مناقشة المشاكل التي تواجههم، والتعبير بحرية عن مشاعرهم.

11. **التوتر:** إن وجود بعض الأعضاء في الجماعة غالباً ما يصاحبه بعض التوتر والقلق خاصة في بداية تكوين الجماعة الإرشادية، فالقلق شرط أساسي لحدوث التغيير، أما إذا زاد عن المستوى الطبيعي المقبول، فإنه سيعتبر عائقاً أمام حدوث تقدم حقيقي نحو الأفضل، فالتوتر قوة محركة تحافظ على استمرارية الجماعة، والقلق هو الوقود الذي يجعل الآلة تدور، والمسئول عن قيادتها هو المرشد (محمد السفاسفة، 2003: 125).

12. **الخبرة الاجتماعية:** تتيح الجماعة – كنموذج مصغر للمجتمع– فرصة لتكوين علاقات اجتماعية جديدة، واكتساب خبرات ومهارات اجتماعية تفيد في تحقيق التوافق الاجتماعي، كما أن الجماعة تعمل على إظهار أنماط السلوك الجماعي العام إلى جانب السلوك الفردي الخاص، وأنماط السلوك المعياري إلى جانب أنماط السلوك الشاذ (حامد زهران، 2002: 323).

13. **التماسك:** يؤدي التماسك إلى ثبات الجماعة ودوامها واستمرارها، ويساعد في التقليل من الشعور بالإحباط بين الأعضاء، ويقوي عزيمة الأعضاء، ويجعلهم يلتزمون بمعايير جماعتهم، ويسهمون في نشاطها، وعليه فإن للجماعة المتماسكة تأثير أقوى على أعضائها من أي جماعة أخرى (صالح الخطيب، 2007: 182-183).

14. **معايير الجماعة:** ويقصد بها القوانين الضمنية والصريحة التي تحكم أداء الجماعة، والتي تتضمن العديد من الفعاليات مثل: طريقة معرفة الأعضاء نحو بعضهم، والموضوعات المطروحة للمناقشة، وأساليب التعزيز المستخدمة، والعقوبات التي تنظم سلوك الأفراد (صالح الخطيب، 2007: 183–184).

وبالتالي فإن معايير الجماعة الإرشادية لها تأثير قوي وفعال على سلوك أفرادها، لأنه عندما يتفهم المسترشد شروط الالتحاق بالجماعة، والقواعد التي تحكم العلاقات فيما بينها، ويتقبلها، فإنه لن يستطيع تجاهلها.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

المحور الثاني:

مستوى الطموح:

إن مستوى الطموح هو مستوى الأهداف التي يضعها الفرد لنفسه ويرغب في تحقيقه، أو يشعر أنه قادراً على الوصول إليه، أو هو المستوى الذي يشعر الفرد من خلاله بالميل إلى تذليل العقبات والمجاهدة في عمل شيء بصورة سريعة وجيدة لتحقيق مستوىً عالٍ من التفوق، وبالتالي فهو يعد دافعاً إلى انجاز الأعمال اليومية، ويشير نظمي أبو مصطفى (1990: 43) إلى أن دراسات مستوى الطموح بدأت عند هوب Hoope (1930)، حين قام بالبحث عن علاقة كل من النجاح والفشل بمستوى الطموح، حيث كانت هذه الدراسة بمثابة حجر الأساس الذي انطلقت منه الدراسات اللاحقة.

وقد كان اصطلاح الطموح شائعاً على نحو غير دقيق، حتى جاءت بحوث ليفين وتلاميذه، فحددت مفهوم الطموح وأجرت الكثير من الدراسات التجريبية وانتهت إلى تحديده بمصطلح مستوى الطموح (كاميليا عبد الفتاح، 1990: 7).

ويعتبر اسحق رمزي أول من قدم مصطلح مستوى الطموح للقارئ العربي عام (1946)، من خلال بحثه المعنْوَن بمستوى الطموح، أما أول دراسة عربية تجريبية عن مستوى الطموح كانت دراسة كاميليا عبد الفتاح (1961)، والتي كانت بعنوان: دراسة تجريبية للاتزان الانفعالي وعلاقته بمستوى الطموح، ثم توالت بعدها دراسات عربية عديدة في هذا المجال.

وفيما يلي عرض لمفهوم مستوى الطموح، ونموه، وطبيعيته، وأنواعه، وكيفية قياسه، وعلاقته بالمفاهيم الأخرى، والنظريات المفسرة له.

تعريفات مستوى الطموح:

1. تعريفات الطموح اللغوية:

- **في المنجد في اللغة:** طَمَحَ، طَمْحاً وطُماحاً وطُموحاً بصره إليه: ارتفع نظره شديداً، وطَمَحَ بأنفه: شمخ، طمح الفرس: رفع يديه، وطَمَحَ بالشيء في الهواء: رماه، أطمح بصره إليه: رفعه، الطِمَاح: الكبر والفخر، الطَمّاح: البعيد الطرف والشره، بحر طَمُوح الموج: مرتفع الموج، طَمَحَ، طَمْحاً وطِماحاً وطُموحاً به: ذهب إليه، وطَمَحَ في الطلب: أبعد فيه، وطَمَحَت طِماحاً وطُموحاً الدابة: نشزت وجمحت، وطَمَحَت المرأة على زوجها: جمحت، فهي طامح جمع طوامح، وطوامح وطَمَحات الدهر: شدائده (هيئة المطبعة الكاثوليكية، 2002: 471).
- **في المرام:** طَمَح طَمْحاً وطِماحاً وطُموحاً في الطلب: أبعد فيه، طَمَحَ بأنفة: شمخ، طَمَحَ بصره إلى الشخص: ارتفع ببصره نحوه، وطَمَحَت الدابة: جمحت (مؤنس رشاد الدين، 2000: 549).

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- **في المصباح المنير:** طَمَح ببصره نحو الشيء، يطَمح بفتحتين طُموحاً: استشرف له، وأصله قولهم جبل طامح: عالٍ مشرف (أحمد المقري، 2000: 225).
- **في أبجد القاموس العربي الصغير:** طَمَح طَمْحاً وطِماحاً وطُموحاً في الطلب: أبعد فيه، وطَمَحَ بأنفه: شمخ، وطَمَحَ ببصره إلى الشخص ارتفع ببصره نحوه، وطَمَحَت الدابة: جمحت (هيئة الأبحاث والترجمة، 2000: 269).

مما سبق يتضح أن الطموح في اللغة يعني الارتفاع والعلو، وبالتالي فان الطموح في الاصطلاح عندما يعني مستوى الأهداف والآمال التي يضعها الفرد لنفسه ويود أن يحققها، فهو يؤكد على محاولة الوصول إلى أقصى الأهداف الممكنة.

2. تعريفات مستوى الطموح النفسية:

قامت الباحثة بالاطلاع على مجموعة من التعريفات الخاصة بمستوى الطموح منذ الثلث الأول من القرين العشرين حتى العقد الأول من القرن الحالي كما يلي:

- **يعتبر هوب Hoope (1930)** أول من عرف مستوى الطموح في مجال دراسته عن علاقة النجاح والفشل بمستوى الطموح حيث عرفه بأنه: "أهداف الشخص أو غاياته أو ما ينتظر القيام به في مهمة معينه "، ويتضح من هذا التعريف أن هوب خلط بين الطموح ومستوى الطموح من ناحية، ومن ناحية أخرى فإن هوب تعرض لمستوى الطموح على المستوى الشعوري فحسب، وأغفل الدوافع والحاجات اللاشعورية التي ترمي إلى تحقيق أهداف معينة تكون غير واضحة للفرد ولكنها تؤثر في سلوكه (كاميليا عبد الفتاح، 1990: 7).

- **وعرفه فرانك Frank (1935)** بأنه: "مستوى الإجادة المقبل في واجب مألوف يأخذ الفرد على عاتقه الوصول إليه بعد معرفة مستوى إجادته من قبل في ذلك الواجب" (سناء آل أطيمش، 2005: 16).

- **أما أيزنك Eysenek (1945) فلم يعرف مستوى الطموح بالرغم من دراساته هو وتلاميذه العديدة له، ولكنه عرف الطموح** بأنه: "الميل إلى تذليل العقبات وتدريب القوة والمجاهدة في عمل شيء بصورة سريعة وجيدة لتحقيق مستوى عال، مع التفوق على النفس" (كاميليا عبد الفتاح، 1990: 9).

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- **كما عرفه جاردنر Gardener (1949)** بأنه: "القرار أو البيان الذي يتخذه الفرد لأدائه المقبل" (أكرم الحجوج، 2004: 59).

- **وعرفه دريفر Driver (1952)** بأنه: "الإطار المرجعي الذي يتضمن اعتبار الذات، أو هو المستوى الذي على أساسه يشعر الفرد بالنجاح أو الفشل" (أنور البنا، 2003: 139).

- **ثم عرفه مورتون دوتش Dautch (1954)** بأنه: "الهدف الذي يعمل الفرد على تحقيقه، ومفهوم مستوى الطموح يكون له معنى أو دلالة حين نستطيع أن ندرك المدى الذي تتحقق عنده الأهداف الممكنة" (خالد أبو ندى، 2004: 44).

- **عرفه "محمود الزيادي"** بأنه: "المستوى الذي يتوقع الفرد أن يصل إليه على أساس تقديره لمستوى قدراته وإمكاناته، ويكون مستوى الطموح مرتفعاً إذا كان هذا المستوى الذي يتوقع الفرد الوصول إليه أعلى من مستوى أدائه، ويكون منخفضاً إذا كان أقل من هذا المستوى" (محمود الزيادي، 1961: 25).

- **عرفه بيساوس، وأجاروال Biswas & Aggarwal (1971)** بأنه: "مستوى الأهداف والآمال التي يضعها الفرد لنفسه، ويود أن يحققها، وهذا المستوى يمكن على أساسه أن يحكم الفرد على أدائه إذا كان جيداً أم رديئاً" (محمد النوبي علي، 2010: 55).

- **عرفه إبراهيم قشقوش (1975)** بأنه: "هدف ذو مستوى محدد يتوقع أن يتطلع الفرد لتحقيقه في جانب معين من حياته وتختلف درجة أهمية هذا الهدف لدى الفرد ذاته باختلاف جوانب الحياة، كما تختلف هذه الدرجة بين الأفراد في الجانب الواحد، ويتحدد مستوى هذا الهدف وأهميته في ضوء الإطار المرجعي للفرد" (عبد ربه شعبان، 2010: 58).

- **عرفته "هناء أبو شهبة"** بأنه: "درجة نسبية تختلف من فرد لآخر حسب تقدير الفرد لنفسه وهذه الدرجة تؤثر في خبرات الفرد وتتأثر بها، وهي قمة أهداف الفرد ومحركة سلوكه" (هناء أبو شهبة، 1987: 54).

- **عرفته "كاميليا عبد الفتاح"** بأنه: "سمه ثابتة نسبياً تفرق بين الأفراد في الوصول إلى مستوى معين، يتفق والتكوين النفسي للفرد وإطاره المرجعي، ويتحدد حسب خبرات النجاح والفشل التي مر بها" (كاميليا عبد الفتاح، 1990: 12).

- **عرفته "ثناء الضبع"** بأنه: "اتجاه ايجابي نحو هدف ذي مستوى محدد يتطلع الفرد إلى تحقيقه في جانب معين من حياته، وتختلف درجة أهمية هذا الهدف لدى الفرد ذاته باختلاف جوانب الحياة،

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

كما تختلف هذه الدرجة بين الأفراد في الجانب الواحد، ويتحدد مستوى هذا الهدف وأهميته في ضوء الإطار المرجعي للفرد" (ثناء الضبع، 1995: 270).

- **عرفه "جليل شكور"** بأنه: "رغبة أو شعور يتحكم في سلوك الفرد، الواعي واللاواعي، ويرسم أطر حياته وكيفيتها محدداً أنماطها وشخصية صاحبها، بحيث تحرك هذه الرغبة الفرد عن سابق تصور وتصميم بقصد تحقيق ما ترمي إليه، وتبتغي تأمين الرضا والإشباع الذاتيين، ومن خلال مستوى هذه الرغبة ودرجة النجاح فيها نميز بين الفرد والآخر وبالتالي المجتمع عن باقي المجتمعات" (جليل شكور، 1997: 17-18).

- **عرفه "أحمد راجح"** بأنه: "المستوى الذي يرغب الفرد في بلوغه أو يشعر أنه قادر على بلوغه، وهو يسعى لتحقيق أهدافه في الحياة وإنجاز أعماله اليومية" (أحمد راجح، 1999: 129).

- **عرفه "فاخر عاقل"** بأنه: "مستوى قياس يفرضه الإنسان على نفسه ويطمح إلى الوصول إليه ويقيس إنجازاته بالنسبة إليه، ومستوى الطموح دليل على الثقة، ويتراوح ارتفاعاً وهبوطاً حسب النجاح والإخفاق" (فاخر عاقل، 2003: 263).

- **عرفته "آمال باظة"** بأنه: "الأهداف التي يضعها الفرد لذاته في مجالات تعليمية أو مهنية أو أسرية أو اقتصادية ويحاول تحقيقها، وتتأثر بالعديد من المؤثرات الخاصة بشخصية الفرد أو القوى البيئية المحيطة به" (آمال باظة، 2004: 5).

- **عرفه "محمد معوض، وسيد عبد العظيم"** بأنه: "سمه ثابتة نسبياً تشير إلى أن الشخص الطموح هو الذي يتسم بالتفاؤل والمقدرة على وضع الأهداف، وتقبل كل ما هو جديد، وتحمل الفشل والإحباط" (محمد معوض، وسيد عبد العظيم، 2005: 3).

- **عرفه "غالب المشيخي"** بأنه: "مستوى التقدم والنجاح الذي يود الفرد أن يصل إليه في أي مجال يرغبه، من خلال معرفته لإمكاناته وقدراته والاستفادة من خبراته التي مر بها" (غالب المشيخي، 2009: 93).

- **عرفه "عبد ربه شعبان"** بأنه: "مستوى الأداء المتوقع من الشخص، والقدرة على وضع الأهداف والعمل على تحقيقها في ضوء ما لديه من قدرات، وطاقات، وإمكانيات، وخبرات، والقدرة على المواجهة، وعدم اليأس" (عبد ربه شعبان، 2010: 59).

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- **عرفه "صلاح الدين أبو ناهية"** بأنه: "الهدف الممكن الذي يضعه الفرد لنفسه في المجال الأكاديمي أو التعليمي أو المهني أو الأسري أو الوظيفي، يتطلع إليه ويسعى لتحقيقه بالتغلب على ما يصادفه من عقبات ومشكلات تنتمي إلى هذا المجال، ويتفق هذا الهدف والتكوين النفسي للفرد وإطاره المرجعي، ويتحدد حسب خبرات النجاح والفشل التي مر بها" (صلاح الدين أبو ناهية، 2012: 13).

3. تعريفات مستوى الطموح الأكاديمي:

- **عرف "صلاح الدين أبو ناهية" مستوى الطموح الأكاديمي** بأنه: " الهدف الممكن الذي يضعه الفرد لنفسه في المجال الأكاديمي، يتطلع إليه ويسعى لتحقيقه بالتغلب على ما يصادفه من عقبات ومشكلات تنتمي إلى هذا المجال، ويتفق هذا الهدف والتكوين النفسي للفرد وإطاره المرجعي، ويتحدد حسب خبرات النجاح والفشل التي مر بها، ويقاس من خلال مدى تقدير الفرد لذاته وإمكاناته في تخطي العقبات والمشكلات المرتبطة بالمجال الأكاديمي" (صلاح الدين أبو ناهية، 1999: 26).

- **عرفته "سناء الجبوري"** بأنه: "المستوى العلمي الذي يتوقعه الفرد ويتطلع للوصول إليه في مجال الدراسة" (سناء الجبوري، 2002: 26).

- **عرفته سناء آل أطيمش** بأنه: "المستوى العلمي الذي يتطلع إليه الفرد ويسعى لتحقيقه من خلال النجاح والتفوق في مجال دراسته" (سناء آل أطيمش، 2005: 16).

يتضح من التعريفات السابقة أن الآراء متشابهة إلى حد ما في تناول مستوى الطموح، فمنهم من تناول مستوى الطموح بأنه سمة ثابتة نسبياً تنشأ نتيجة التفاعل الدينامي في جوانب الشخصية المختلفة: المعرفية والوجدانية والنزوعية، ومنهم من نظر إلى مستوى الطموح على أنه مستوى الأداء المتوقع، والقدرة على وضع الأهداف ومحاولة تحقيقها، ومنهم من تناول مستوى الطموح بأنه مستوى الإنجاز الذي يحدده الفرد ويتوقعه، ومنهم من نظر لمستوى الطموح على أنه أهداف وغايات ينتظر من الفرد القيام بها، ومنهم من نظر إليه على أنه مجرد قرار أو بيان يتخذه الفرد بالنسبة لأدائه المقبل، ومنهم من اعتبر مستوى الطموح بأنه إطار مرجعي يتضمن اعتبار الذات، ومنهم من نظر لمستوى الطموح على أنه اتجاه ايجابي نحو هدف معين يتطلع الفرد إلى تحقيقه، ومنهم من اعتبر مستوى الطموح بأنه الميل إلى تذليل العقبات التي تعترض تحقيق الأهداف التي يضعها الإنسان لنفسه في مجال ما.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

أما الباحثة فتميل للتعريفات التي تشير إلى أن مستوى الطموح أهداف ممكنة يضعها الفرد ويحاول تحقيقها من خلال تذليل العقبات، مثل تعريف أيزنك (1945)، وتعريف صلاح الدين أو ناهية لمستوى الطموح العام (2012)، وتعريف صلاح الدين أو ناهية لمستوى الطموح الأكاديمي (1999).

وبالتالي فالباحثة تتبنى تعريف صلاح الدين أبو ناهية (1999)، والذي يشير إلى أن مستوى الطموح الأكاديمي هو "الهدف الممكن الذي يضعه الفرد لنفسه في المجال الأكاديمي يتطلع إليه ويسعى لتحقيقه بالتغلب على ما يصادفه من عقبات ومشكلات تنتمي إلى هذا المجال، ويتفق هذا الهدف والتكوين النفسي للفرد وإطاره المرجعي، ويتحدد حسب خبرات النجاح والفشل التي مر بها، ويقاس من خلال مدى تقدير الفرد لذاته وإمكاناته في تخطي العقبات والمشكلات المرتبطة بالمجال الأكاديمي".

وذلك لأنه يتميز بالوضوح، والشمول، والقابلية للقياس، كما طبق في العديد من الدراسات مثل دراسة خالد أبو ندى (2004)، ودراسة سعاد كلوب (2010)، ودراسة نفين المصري (2011)، وغيرها من الدراسات، فضلاً عن ارتباطه بالمقياس المستخدم في الدراسة الحالية، وهو مقياس مستوى الطموح الأكاديمي، إعداد: صلاح الدين أبو ناهية (1986).

نمو مستوى الطموح:

إن مستوى الطموح ينمو مع نمو الإنسان، فهو يظهر عند الأطفال في مرحلة مبكرة من العمر، إذ يكون طموح الطفل في البداية متمركز حول الحصول على الطعام فقط، ثم يظهر في رغبة الطفل في تخطي الصعوبات مثل محاولته أن يحبو ليصل إلى والدته، أو يقف على قدميه لوحده، ثم يطمح للمشي حتى يتمكن من اكتشاف الأشياء من حوله، وبالتالي فإن هذه السلوكيات تعتبر دلائل على بزوغ مستوى الطموح، ولكن هذا الطموح ينمو ويتمايز بنمو الطفل، فمع دخول الطفل المدرسة ينمو مستوى الطموح لديه، فقد يؤدي واجباته الدراسية لكي يحصل على تصفيق من زملائه في اليوم التالي، وقد يجتهد في دروسه ليحصل على هدية نجاحه آخر العام، أما في مرحلة الشباب فيشير توفيق شبير (2005: 19) إلى أن الفرد يطمح في إنهاء الدراسة، أو الحصول على وظيفة، أو تكوين أسرة، وهذا ما لم يكن يفكر فيه الطفل من قبل، وحتى في مرحلة الرشد فإن مستوى الطموح يختلف من عام إلى آخر لاسيما وإن كان العام الجديد مليئاً بخبرات النجاح والتي تعمل على زيادة مستوى طموحه.

ومما سبق يتضح بأن مستوى الطموح ينمو ويتقدم مع تقدم العمر وزيادة الخبرات السارة والناجحة التي يمر بها الإنسان ما يفيد في توجيه أولياء الأمور والمربين في المدارس لمساعدة الأطفال في تنمية مستويات طموحهم من خلال التعزيز والتدريب على الاستقلال.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

خصائص الفرد الطموح:

هناك عدة صفات يتميز بها الشخص الطموح وهى:

1. لا يقنع بالقليل ولا يرضى بمستواه الحالي، وإنما يحاول أن يصل إلى مستوى أبعد من وضعه الحالي.
2. لا يؤمن بالحظ ولا يترك الأمور تسير بمحض الصدفة.
3. لا يخشى المغامرة أو المنافسة أو الفشل (سعاد كلوب، 2010: 46).
4. لا ينتظر حتى تأتيه الفرصة فأمل الشخص الطموح في تزايد، والنجاح في تحقيق مستوى الطموح يدفعه إلى بذل جهد أكبر حتى يحقق أهداف أعلى (علي الزهراني، 2009: 63).
5. يتحمل الصعاب في سبيل الوصول إلى هدفه ولا يثنيه الفشل عن معاودة جهوده، ويؤمن بأن الجهد والمثابرة كفيلان بالتغلب على الصعاب (عبد ربه شعبان، 2010: 35).
6. النظرة المتفائلة إلى الحياة، والاتجاه نحو التفوق، والميل نحو الكفاح وتحديد الأهداف وتحمل المسؤولية، والاعتماد على النفس، والمثابرة، وعدم الإيمان بالحظ (توفيق شبير، 2005: 20).
7. لا يغضب من تأخر نتائج أعماله، فهو متأكد بأن الصعاب يمكن تجاوزهم بالجهد والعمل والمثابرة، فدافع الانجاز لدى الشخص الطموح دائما مرتفع.
8. متفائل وواقعي وللحياة عنده معنى، وميوله ومفهومه لذاته له ارتباط موجب مع مستوى طموحه (علي الزهراني، 2009: 64).
9. يتمتع بالسواء، ويخلو من الاضطرابات والأمراض النفسية، وازدواجية وانشطار الشخصية (أكرم الحجوج، 2004: 67).

ويذكر غالب المشيخي (2009: 103) بأن هناك سمات مرتبطة بالشخص الطموح هي:

1. يميل إلى الكفاح.
2. لديه القدرة على تحمل المسؤولية.
3. يعتمد على نفسه في إنجاز مهماته.
4. يميل إلى التفوق.
5. يعمل دائماً على النهوض بمستواه وتحقيق الأفضل.
6. لا يعتقد أن مستقبل المرء محدد وأنه لا يمكنه تغييره.
7. يؤمن أن جهد الإنسان هو الذي يحدد نجاحه في أي مجال.
8. يحب المنافسة.
9. متحمس في عمله.
10. يواصل الجهد حتى يصل بعمله إلى الكمال.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

11. واثق من نفسه.
12. يحدد أهدافه وخططه المستقبلية بشكل مناسب.
13. يضع إمكاناته وقدراته في خدمة أهدافه.
14. يضع الخطط للوصول إلى أهدافه.
15. يتحمل الصعاب في سبيل الوصول إلى هدفه.
16. موضوعي في تفكيره.
17. يحب الناس ويجد نفسه في وجوده معهم.
18. يحاول أن يصل إلى مركز مرموق في المجتمع.
19. متكيف مع ذاته ومع بيئته.
20. مستقر انفعالياً ومنتج.

العوامل المؤثرة في مستوى الطموح الأكاديمي:

قسم أيزنك Eysenck العوامل التي تؤثر في مستوى الطموح لدى الفرد إلى نوعين رئيسيين رغم الأثر المتبادل بينهما على الفرد نفسه وهما:

1. **عوامل شخصية:** وتتمثل في الذكاء، فكرة الفرد عن نفسه، خبرات الفرد في النجاح والفشل، الصحة النفسية، التدعيم (الثواب والعقاب).
2. **عوامل بيئية اجتماعية:** وتتمثل في معايير الجماعة والآخرون، أثر الجماعة كمقياس مرجعي لطموح الفرد، الحالة الاجتماعية والاقتصادية والثقافية (علي الزهراني، 2009: 74).

كما أن هناك عوامل شخصية وبيئية أخرى قد تؤثر في مستوى الطموح، فمن العوامل الشخصية: النضج، الدوافع والحاجات، نمو الشخصية، التحصيل الدراسي، أما العوامل البيئية فمنها: الأسرة، اتساع ومرونة البيئة الاجتماعية، توقعات الآباء.

وفيما يلي ستعرض الباحثة أهم هذه العوامل، للتعرف على مدى تأثيرها على مستوى طموح الفرد:

أولاً: العوامل الشخصية:

1- الذكاء:

يتوقف النجاح الدراسي على قدر معين من الذكاء، فالذكاء يلعب دوراً كبيراً في نجاح الفرد الدراسي، وبالتالي فهو يؤثر في مستوى تطلعاته وطموحاته الأكاديمية المستقبلية، فالفرد الذكي أقدر على فهم نفسه والتعرف على قدراته وميوله، ويشير عبد ربه شعبان (2010: 62) إلى أن الأفراد ذوي الذكاء المرتفع يضعون غالباً مستويات طموح تتفق مع قدراتهم، كما تتفق مع الفرص التي تتاح لهم،

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وعلى العكس من ذلك، الأفراد ذوي الذكاء المنخفض يتأثرون بما يستهويهم، فينزعون إلى وضع أهداف بعيدة يجرون ورائها دون أن تكون قدراتهم مهيأة لبلوغ وتحقيق تلك الأهداف.

فالذكاء عامل ذو أثر قوي وفاعل في توجيه الطموح وتعيين مستواه، فكلما كان ذكاء المرء مرتفعاً كانت نسبة النجاح أمامه مرتفعة، وهذا يعني إسهاماً في إعلاء الطموح، ودفعاً في طريق أكثر صعوبة وأكثر تعقيداً، ويعني أيضاً المزيد من رغبة الفرد ومقدرته على مواجهة الأمور، وتصديه بحكمة وعناية لكل المعضلات والوضعيات الصعبة (جليل شكور، 1997: 49).

أي أن الأشخاص الأذكياء يستطيعون الاستبصار بقدراتهم والفرص والإمكانيات المتاحة لهم في البيئة المحيطة، وما قد يواجههم من معيقات تمنعهم من الوصول لأهدافهم، كما يستطيعون وضع الخطط لمواجهة تلك المعيقات، ويرى توفيق شبير (2005: 39) أن مستوى الطموح ودرجته يتوقف على قدرة الفرد العقلية، فكلما كان الفرد أكثر قدرة، كلما كان في استطاعته القيام بتحقيق أهداف أبعد وأكثر صعوبة.

كما أن اختلاف ردة فعل الأفراد تجاه الفشل يؤثر في تحقيق مستويات طموحهم، فالأفراد مرتفعي الذكاء يحددون مستويات طموح واقعية تتناسب مع قدراتهم العقلية والبدنية، ومع الإمكانات البيئية المتاحة، وبالتالي يكون تعرضهم للفشل أقل، حتى وان فشلوا فهم يستطيعون صنع البدائل ولديهم القدرة على الاستمرار في تحقيق مستويات طموحهم، والعكس يكون لدى الأفراد الأقل ذكاء، حيث يغالون في وضع أهداف لا تتناسب وقدراتهم الحقيقية، فيعجزون عن تحقيقها، ومن ثم يفقدون ثقتهم بأنفسهم بسرعة، ولا يستطيعون مواجهة الفشل والمضيّ في طريق الوصول للأهداف.

وقد يؤثر الذكاء أيضاً على مستوى الطموح بشكل غير مباشر من خلال نظرة المجتمع للفرد الأقل ذكاء، على أنه عاجز عن الانجاز والمشاركة في أي عمل إيجابي، فتكون النتيجة أن يكف هذا الفرد عن القيام بأي نشاط إيجابي، وبالتالي قد يميل إلى التعبير غير الواقعي بالارتفاع أو الانخفاض بطريقة مرضية بعيدة عن قدرته ومستوى طموحه (أنور البنا، 2005: 141).
وهنا تظهر لدى هؤلاء الأفراد سمات الانسحاب، ويعجزون عن تحديد الأهداف بصورة واقعية، والعكس من ذلك تكون التوقعات بالنسبة للأذكياء، حيث تقوى لديهم الاتجاهات الايجابية والمشاركة الفعالة، وتزداد ثقتهم بأنفسهم ويحققون مزيداً من النجاح فيرفعون من مستوى طموحهم (غالب المشيخي، 2009: 96).

يتضح مما تقدم أن الذكاء يعتبر مساعداً أو عائقاً لتحقيق الطموح وتحديد مساره، حيث أنه كلما ارتفع مستوى الذكاء لدى الأفراد، ارتفع مستوى الطموح لديهم، وكلما انخفض مستوى الذكاء

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

انخفض مستوى الطموح لديهم، وهذا ما أكدته دراسة توفيق شبير (2005) حيث أثبتت وجود علاقة ارتباطية بين مستوى الطموح ومستوى الذكاء.

2- فكرة الفرد عن نفسه:

تعد فكرة الفرد عن نفسه من العوامل الهامة التي تسهم في رسم مستوى الطموح لدى الفرد، حيث تزداد ثقته بذاته وتقديره واحترامه لها متى بلغ مستوى طموحه، أما إن فشل في تحقيق مستوى طموحه شعر بالدونية وهبط تقديره لنفسه.

ويرى توفيق شبير (2005: 31) أن فكرة الفرد عن نفسه هي الصورة التي يكونها الفرد عن نفسه من حيث ما يتسم به من صفات، وقدرات جسمية وعقلية وانفعالية، هل يرى نفسه ضعيف الجسم أو قوياً، ماهراً أم أخرقاً، رشيقاً أم غليظاً، هل يحسب نفسه ذكياً أم غير ذكي، هل يرى نفسه طموحاً أو مثابراً أو خجولاً أو ودوداً أو سريع الغضب.

ويتوقف قرار الفرد واختياره لمستوى طموحه على هذه الصورة التي يراها لنفسه، فإن كان يظن نفسه غير ذكي تجنب الأعمال التي تتطلب مستوىً عالياً من التفكير والتقدير، وإن كان يشعر أنه مكروه تحاشى الأعمال التي يختلط فيها بالناس، وإن سمع الناس يصفونه على الدوام بأنه أخرق الحركات توقع أن يفشل في الأعمال التي تتطلب مهارة حركية، لذلك فالمغرور المصاب بتضخم خبيث في شعوره بأهميته وتقديره لذاته، نراه يصطنع لنفسه مستوى طموح أعلى بكثير من مستوى اقتداره أي من مستوى قدراته الفعلي، أما المصاب بضمور شديد في تقديره لذاته أو من كان شديد الحساسية لنقد المجتمع فيكون مستوى طموحه في العادة دون مستوى اقتداره بكثير لأنه يرى الفشل خطراً يهدد احترامه لنفسه (أحمد راجح، 1999: 130).

فقد أظهرت دراسة زياد بركات (2008)، أن هناك علاقة ارتباط موجبة بين مستوى الطموح ومفهوم الذات، أي كلما كان مفهوم الفرد موجباً عن ذاته كلما ارتفع مستوى طموحه.
كما أشارت دراسة هارلوك Harlock (1967) إن الاستبصار بالذات يقود إلى بناء طموح واقعي، في حين ضعف الاستبصار بالذات يؤدي إلى بناء مستوى طموح مرتفع جداً، فهو يرى أن للأهداف التي يضعها الفرد لنفسه تؤثر على مفهومه لذاته، لأن الوصول لهذه الأهداف هو الذي يحدد فيما إذا كان الفرد يرى نفسه ناجحاً أم فاشلاً، فإذا تمكن من تحقيق هذه الأهداف شعر بالثقة واحترام الذات، وعندما لا يصل الفرد إلى هذا المستوى العالي فإنه يعود إلي تغيير الذات نتيجة الفشل الذي يؤدي بالفرد إلى وضع مستويات طموح غير واقعية، مرتفعة أو منخفضة (غالب المشيخي، 2009: 98).

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وكثيراً ما تكون فكرة الفرد عن نفسه ناقصة أو غامضة أو غير صحيحة، وذلك لميل الإنسان إلى أن يعمى عن رؤية عيوبه ومثالبه– فنحن نرى أنفسنا كما نحب لا كما هي في الواقع – لكنها عامل بالغ الأثر في توجيه سلوكه ورسم مستوى طموحه، فهي التي توجهه في اختيار أعماله وأصدقائه وزوجته ومهنته وملابسه والكتب التي يقرؤها والأماكن التي يرتادها (أحمد راجح، 1999: 130-131).

يتضح من العرض السابق أن مستوى الطموح وثيق الصلة بفكرة الفرد عن نفسه واحترامه وتقديره لها، فكلما كان مفهوم الفرد لذاته موجباً، كلما ارتفع مستوى طموحه، وكلما كان مفهومه عن ذاته سلبياً، كلما انخفض مستوى طموحه، وهذا ما يؤيد رأي الباحثة بأن بإمكان البرنامج الإرشادي أن يعمل على تنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى الطالبات من خلال التأثير على مفهوم الذات وتنميته لديهن.

3- خبرات الفرد في النجاح والفشل:

يتأثر مستوى طموح الفرد بالخبرات السابقة، سواء كانت خبرات نجاح أو فشل، حيث يكون النجاح بمثابة تعزيز للفرد فيؤدي إلى شعوره بالارتياح والرضا عن النفس، وبالتالي يسعى الفرد إلى رفع مستوى طموحه بعد كل نجاح، أما الفشل فيؤدي بصاحبه إلى الشعور بالإحباط وخيبة الأمل، وبالتالي يسعى الفرد إلى خفض مستوى طموحه بعد كل فشل، فالطالب الذين يود الالتحاق بتخصص العلوم الطبيعية، إن حصل على درجات متدنية في هذا التخصص، يخفض من مستوى طموحه ويلتحق بتخصص العلوم الإنسانية، ويؤكد ذلك غالب المشيخي (2009: 98) حيث يرى بأن للنجاح والفشل أثراً قوياً جداً في طموح الفرد، فإذا ما نجح الفرد وتفوق زاد طموحه، ويظل الفرد مثابراً للمحافظة على ما حصل عليه من تفوق دراسي، ومعنى هذا أن النجاح يدفع بالطموح إلى التقدم والنمو، أما الفشل فيؤدي إلى خفض مستوى الطموح ويصيب بالعجز والإحباط.

فقد دلت التجارب المختلفة، التي أجريت في المدرسة أو المعمل على أن النجاح كثيراً ما يستخدم كدافع هام للتعلم، أما الفشل فقد يؤدي إلى شعور صاحبه بالمرارة والإحباط، وكثيراً ما يكون معرقلاً للتقدم في العلم (فايز الأسود، 2003: 100).

ويقول أحمد راجح (1999: 131) أن الملاحظات الدارجة والتجارب المعملية تدل على أن مستوى الطموح يتغير من آن لآخر تبعاً لما يصادف الفرد من نجاح أو فشل في تحقيق أهدافه، فالنجاح من شأنه رفع هذا المستوى، والفشل من شأنه الهبوط به، فالطلبة الذين يطمحون في أن يكونوا أطباء إن لم يقبلوا بكلية الطب خففوا من مستوى طموحهم واتجهوا إلى كليات أخرى.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ولما كان النجاح والفشل من الخبرات التي تتصل اتصالاً وثيقاً بمستوى الطموح، فقد جذبت اهتمام الباحثين، حيث أجرى هوب Hoope (1930) تجارب على النجاح والفشل بمستوى الطموح، وهو أول من درس مستوى الطموح دراسة معملية منظمة، وأهم ما توصل إليه هوب أن أداءه أقل من مستوى الطموح، والعكس بالعكس، كما يميل مستوى الطموح إلى الارتفاع عقب النجاح والهبوط عقب الفشل فالشخص يعتبر ما قام به نجاحاً أو فشلاً ليس تبعاً لمقدار إجادته فقط بل بالاعتماد على مدى اقترابه من المستوى الذي كان يطمح إليه، ويشعر بالفشل إذا كان ما حققه أدنى مما طمح إليه، ويشعر بالنجاح إذا وصل عمله أو فاق ما كان يطمح إليه (كاميليا عبد الفتاح، 1990: 23).

أي أن مستوى الطموح يتحدد – نسبياً– في ضوء خبرات النجاح والفشل المتكررة، بمعنى أننا وإن كنا نحافظ على مستوى ثابت نسبياً لطموحنا، إلا أننا قد نرفعه أو نخفضه في بعض الأحيان كنتيجة لاختيار الواقع، وذلك في ضوء خبراتنا السابقة من النجاح والفشل، ولذا فإن الدوافع تلعب دوراً هاماً في استمرار الفرد ومثابرته في الوصول إلى مستوى الطموح الذي يريد الوصول إليه (محمد غانم، 2006: 31).

وهناك بعض الدراسات التي تناولت أثر النجاح والفشل على مستوى الطموح منها: دراسة ماير (1970)، ودراسة إبراهيم عبد الملك (1981)، ودراسة كاميليا عبد الفتاح (1984)، والتي ذهبت نتائجها إلي أن مستوى الطموح يميل إلى الارتفاع عقب النجاح، ويميل إلى الهبوط عقب الفشل (أنور البنا، 2005: 143).

وبالتالي فإن مستوى الطموح يتغير ويتبدل تبعاً لما يلاقي الفرد في حياته ويصادف إبان تحقيق أهدافه من نجاح أو فشل، فكما أن النجاح يعلي شأن هذا المستوى فإن الفشل يحبط الإنسان ويقلص مستوى طموحه غير أن هذا النجاح وهذا الفشل ليسا مطلقين، فهما على صلة بواقع المرء، وبمستوى تحقيق الأهداف التي يضعها نصب عينيه، إضافةً إلى مقدار الإشباع الذي يحققه في الواقع (جليل شكور، 1997: 33).

يتضح من العرض السابق أن شعور الإنسان بالنجاح والكفاءة يساعد في رفع مستوى الطموح، في المقابل فإن شعوره بالفشل وعدم الكفاءة فقد يؤدى إلى الإحباط وبالتالي يسهم في خفض مستوى الطموح، ومن هنا قد استفادت الباحثة في تدريب الطالبات أثناء تطبيق البرنامج الإرشادي على الاستفادة من خبرات الفشل في تقوية العزيمة والإرادة نحو تحقيق الأهداف وعدم اليأس عند أول خبرة فشل.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

4- التعزيز (الإثابة):

يلعب التعزيز دوراً كبيراً في تكرار السلوك وتعميقه، فعندما يقوم الطفل الصغير بسلوك مرغوب فيه ويتم تعزيزه أو تشجيعه مباشرةً على هذا السلوك، فسيقوم بتكراره، ويحاول أن يأتي بسلوك أفضل، أي أن التعزيز يعمل على رفع مستوى طموحه، ويرى توفيق شبير (2005: 32) أن الطفل الذي يشعر بأنه مرغوب ومحبوب ويتلقى الرعاية والحنان، يشعر بأهميته وقيمته ما يزيد من ثقته بنفسه، فيخلق لديه أحساساً طيباً نحو ذاته، ويكون لهذا أثره على طموحاته المستقبلية، حيث تتولد لديه رغبة صادقة في المحاولة والمغامرة في حياته دون خوف من الفشل.

ومن المعروف في دراسات مستوى الطموح أن التشجيع والثناء (التعزيز) من شأنه أن يرفع مستوى الطموح، حيث أثبتت الدراسات أن تشجيع الرجل لنشاط المرأة خارج المنزل، ومساهمته في دفعها لتحقيق إمكانياتها، أدى إلى اتساع المجتمع، مما ساعد في رفع مستوى طموحها (كاميليا عبد الفتاح، 151:1990).

وخلاصه القول أن هناك علاقة بين التعزيز ومستوى الطموح، حيث أن التعزيز للسلوكيات المرغوبة وشعور الفرد بحلاوة النجاح، يؤدى إلى المحاولة للقيام بسلوكيات أفضل، ويعمل على تنمية مستوى الطموح لديه، فيختار أبعاداً أصعب، وقد قامت الباحثة باستخدام فنية التعزيز أثناء تطبيق البرنامج الإرشادي على أفراد المجموعة التجريبية ما ساعد في زيادة مستوى الطموح الأكاديمي لديهم.

5- الصحة النفسية وعلاقتها بمستوى الطموح:

لكل فرد منا قدرات وإمكانات وسمات معينة يجب أن يعيها بصورة واقعية كما هي وأن يُدرك نواحي القوة والضعف فيه بحيث يتيح له ذلك استثمار نواحي القوة وتقبل نواحي الضعف، فكثير من الطاقات أهدرت وضاعت بسبب عدم إدراك أصحابها لما يتمتعون به من إمكانات أنعم الله بها عليهم، ومن أهم مظاهر اختلال الصحة النفسية ووجود الاضطرابات النفسية عدم معرفة الشخص لقدراته، إمّا تضخيمها ومبالغة في تقديرها أو التهوين من شأنها، وأما من مظاهر الصحة النفسية تناسب مستوى الطموح والأهداف التي يضعها الفرد لنفسه من أجل تحقيقها، مع قدرات الفرد وإمكاناته الذاتية، والعمل على استثمارها وتحقيقها عن قناعة ورضا.

ويعزز ذلك توفيق شبير (25: 2005) حيث يرى أن الإنسان السوي يتمتع بقدر مناسب من الصحة النفسية، حيث يعطي كل شيء حقه، راضٍ بما وهبه الله له، وشاكراً له ما أنعم عليه، ولكن مثل هذا الرضا لا يمنعه من أن ينظر دائماً إلى الأفضل، ويسعى للوصول إليه، فالإنسان المتوافق نفسياً نجده دائماً يندفع إلى الأمام، يواجه الصعاب ويتحداها، ويضع نصب عينيه هدفاً يتناسب مع ما

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

يمتلك من قدرات وإمكانيات، ويرسم خطته من أجل الوصول إلى ذلك الهدف، ثم ينطلق نحوه بهدوء وثقة، بخلاف الإنسان الذي يعانى دائماً من توترات وصراعات، فنجده يوزع جهده هنا وهناك في حركات عشوائية غير منتظمة ويسلم بالأمر الواقع، بحجة أن هذا نصيبه، ولا يدرى بأنه بمقدار جهده وتعبه، بمقدار ما ينال من نجاح وسعادة، فمن جد وجد ومن زرع حصد، لذلك فإن الإنسان بمقدار ما يمتلك من صحة نفسية، بمقدار ما يمتلك من طموح.

ويرى أحمد راجح (1999: 131-132) أنه من أشد ما ينغص على الفرد حياته ويهيئه لاضطراب الشخصية، بعد الشقة بين مستوى طموحه ومستوى اقتداره، أي بين ما يرغب فيه وبين ما يقدر عليه بالفعل، فهذا يولد فيه الشعور بالنقص والعجز وكذلك الشعور بالذنب واستصغار الذات أو كرهها، فمن أكثر الناس شقاء ذلك الطالب الذي يلتحق بالجامعة فيرسب عاماً بعد آخر إما لنقص في ذكائه أو القدرات والصفات اللازمة للتحصيل الجامعي، هنا يجب أن تستخدم اختبارات الذكاء واختبارات الاستعدادات الخاصة لانتقاء الصالحين للدراسة الجامعية دون غيرهم، فحبذا لو استطاع المرء أن يعرف ما لديه من قدرات وصفات، وما يتسم به من نواحي القوة والضعف حتى يستطيع تحديد مستوى طموحه وفق حقيقته لا وفق رغبته أو خياله، " ورحم الله امرئ عرف قدر نفسه ".

فالشخص السوي هو الذي يضع نصب عينيه مستويات من الأهداف يسعى للوصول إليها، حتى لو كانت في بعض الأحيان بعيدة المنال، فالتوافق السليم ليس معناه تحقيق الكمال دائماً، بل العمل المستمر والدؤوب لتحقيق الأهداف، ولكي يتحقق هذا ينبغي أن تكون الأهداف واقعية في إطار إمكانيات الفرد والظروف المحيطة، حتى لا يتعرض للشعور بالإحباط والفشل.

ويشير فايز الأسود (2003: 103) إلى أن التوافق النفسي والاتزان الانفعالي لدى الفرد لهما دور كبير في التطلع وارتفاع الطموح، لأن القلق والخوف والانطواء والاكتئاب وسوء التوافق النفسي، سبب في تشتتت فكر وعقل الفرد، مما يسبب ضعفاً في الأداء، وتراجعاً في الطموح، وعدم الاكتراث ببلوغ الأهداف.

وتؤكد ذلك كاميليا عبد الفتاح (1990: 62) حيث تقول أن مستوى الطموح يرتبط ارتباطا وثيقاً بتكوين الشخصية في أبعادها المختلفة، البيولوجية والنفسية والاجتماعية، وكلما كان الطموح قريباً من إمكانيات الشخص كلما كان الفرد قريباً من الاتزان الانفعالي والصحة النفسية، كما هو قريباً من بلوغ أهدافه واطراد تقدمه ونجاحه.

فالفرد الذي يبالغ في تقديره لذاته، يضع لنفسه أهدافاً أعلى من مستوى طموحه وقدراته، أما الشخص الذي يقلل من تقديره لذاته يكون مستوى طموحه في العادة دون مستوى اقتداره بكثير، لأنه

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

يرى الفشل خطراً يهدد احترامه لنفسه، وعندما تكون فكرة الفرد عن نفسه ناقصة يرى نفسه كما يجب لا كما هي في الواقع (نظمي أبو مصطفى، 1990: 55).

مما تقدم يتضح بأن الشخص السوي، المتمتع بالصحة النفسية، المتوافق مع نفسه ومع الآخرين، يكون أكثر واقعية في اختيار الأهداف المناسبة لإمكانياته وقدراته، وبالتالي لا يتعرض للشعور بالإحباط والفشل، أما الشخص غير السوي فنجده لا يستطيع أن يرسم لنفسه مستوى طموح يتناسب مع قدراته وإمكانياته، مما يعرضه للكثير من الاضطرابات النفسية ويولد فيه الشعور بالنقص والعجز وكره الذات.

6- النضج وعلاقته بمستوى الطموح:

ترتبط قدرة الفرد على وضع أهدافه المستقبلية بنضجه، فكلما كان الفرد ناضجاً، كلما كان أكثر قدرة على وضع أهدافه المستقبلية، وكان في استطاعته القيام بتحقيق أهدافاً أبعد وأكثر صعوبة، ويرى علي الزهراني (2009: 60) أن النضج يعمل كأحد العوامل المؤثرة في مستوى الطموح، فالفرد الأكثر نضجاً يكون أمامه عدد من الوسائل لتحقيق أهدافه والوصول إليها، وبالتالي فهو يختار أكثرها فاعلية في تحقيق مستوى طموحه.

وبالتالي فإن مستوى الطموح يزداد بزيادة النضج عند الإنسان، حيث أن الإنسان الناضج يستطيع تحديد أهدافه المستقبلية وتحقيقها.

7- نمط الشخصية وعلاقته بمستوى الطموح:

لعل نمط شخصية الفرد يحدد إلى حد بعيد طبيعة مستوى الطموح الذي يريد الفرد الوصول إليه، ويقصد بنمط الشخصية طبيعة السمة الغالبة في الشخصية، والتي تدفع السلوك وتوجهه نحو وجهة معينة (محمد غانم، 2006: 41).

وتشير رشا الناطور (2008: 13) إلى أن هناك علاقة بين نمط شخصية الفرد وبين مستوى طموحه، ويعزز ذلك دراسة أكرم الحجوج (2004)، حيث أثبتت بأن هناك علاقة بين سمات الشخصية ومستوى الطموح، ودراسة الجوهرة الذواد (2002)، حيث بينت وجود علاقة بين سمة الضبط الداخلي، وسمة الضبط الخارجي، وبين مستوى الطموح.

وخلاصه القول أن السمة الغالبة في الشخصية تؤثر في تحديد مستوى الطموح، فلو كانت السمة الغالبة على سبيل المثال الانبساط فسيكون مستوى الطموح مرتفع، إما لو كانت السمة الغالبة في الشخصية الانطواء فسيكون مستوى الطموح متدني... وهكذا.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

8- التحصيل الدراسي:

أكدت العديد من الدراسات على وجود علاقة بين مستوى الطموح ومستوى التحصيل الدراسي، حيث الطلاب ذوي المستوى التحصيلي المرتفع يتمتعون بمستوىً عالٍ من الطموح، بعكس ذوي المستوى التحصيلي المنخفض، ومنها دراسة زياد بركات (2008) حيث أثبتت بأن هناك فروق في درجات الطلاب على مقياس مستوى الطموح تبعاً لمتغير التحصيل الدراسي لصالح الطلاب ذوي التحصيل المرتفع.

9- الدوافع والحاجات وعلاقتها بمستوى الطموح:

تعد الدوافع مجموعة من الرغبات والحاجات والقوى الداخلية المحركة والمنشطة والموجهة للسلوك الإنساني نحو أهداف معينة، حيث تلعب الدوافع دوراً هاماً في استمرار الفرد ومثابرته في الوصول إلى أهدافه ومستوى الطموح الذي يريد الوصول إليه، إذ تشير رشا الناطور (2008: 12) إلى أن مستوى الطموح يتوقف على دوافع الفرد وحاجاته، فإن كان لدى الفرد دافع قوي أو حاجة ملحة يود تحقيقها، فلن يقف في طريقه أي عامل آخر، حيث بينت الدراسات بأنه كلما كان الدافع قوياً، كلما أدى إلى احتفاظ الأفراد بمستوى طموح مرتفع.

ومن المهم أن يكون هذا الدافع نابعاً من داخل الشخص ومن قناعاته الشخصية، بدلاً من أن يكون مفروضاً عليه من الخارج، فالدافع هو المحرك والأساس لاستمرار السلوك حتى يحقق الفرد هدفه، فإذا تحقق السلوك تلاشى الدافع، فقد وجدت الدراسات أن ذوي الحاجة العالية إلى الانجاز يميلون إلى وضع أهداف تتسم بالتحدي والصعوبة، وهم على استعداد أيضاً لاتخاذ مخاطر محسوبة في سبيل تحقيق هذه الأهداف (محمد غانم، 2006: 38-39).

مما تقدم يتضح بأنه كلما كان الدافع نحو تحقيق الأهداف قوياً، كلما تحدى الإنسان الظروف والصعاب والعقبات التي قد تواجهه، في سبيل تحقيق أهدافه، والوصول إلى مستوى الطموح الذي وضعه لنفسه، وقد قامت الباحثة بالاستفادة من موضوع الدوافع في إعداد البرنامج الإرشادي وتطبيقه، حيث قامت بإثارة دافعية أفراد المجموعة التجريبية نحو التعلم خلال الجلستين العاشرة والحادية عشر، الأمر الذي ساعد في تنمية مستوى الطموح الأكاديمي لديهم.

ثانياً: العوامل البيئية والاجتماعية المؤثرة في مستوى الطموح:

تلعب البيئة الاجتماعية دوراً كبيراً في نمو مستوى الطموح، لأن البيئة هي التي توجه الفرد إلى سلوكه وتصرفاته كما أنها تؤثر في تكوين صفاته على المدى الطويل، وهي التي تمد الفرد بمفاهيمه وثقافاته.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ومن العوامل البيئية والاجتماعية المؤثرة في مستوى الطموح ما يلي:

1. الأسرة وعلاقتها بمستوى الطموح:

تلعب الأسرة الدور الأكثر أهمية في تشكيل وصقل شخصية الفرد، وتشكِّل الركن الرئيسي في بلورة آرائه واتجاهاته ومعتقداته، وفي رسم الخطوط العريضة لمسيرة حياته المستقبلية، فالخبرات التي يكتسبها الطفل من الأسرة هي التي تحدد شخصيته، ويشير توفيق شبير (2005: 33) إلى أن الأسرة هي أول مؤسسة اجتماعية تتلقف الطفل، ومن خلالها يتشرب الطفل العادات والتقاليد والقيم واللغة وطريقة التفكير، وبالتالي فإن كيفية معامله الأسرة للطفل مهمة جداً، فإن كانت الأسرة تهتم بالطفل وتعتني به نفسياً، وعاطفياً، وعقلياً، وتشعره بالحب والحنان والسكينة، وتشجعه على السلوك الصواب، وتدفعه للتطلع إلى الأفضل دائماً، فإن هذا سيرفع من مستوى طموحه، أما إذا استخدمت الأسرة الأساليب الخاطئة في تربية الطفل من قسوة، وضرب، وعقاب، وتسلط، وإهمال، وحرمان، فإن ذلك سيؤثر على شخصيته سلباً، وسيعانى التوترات والصراعات النفسية، مما يؤثر سلباً على مستوى طموحه.

كما يرى عبد ربه شعبان (2010: 68) إلى أن الأسرة تلعب دوراً كبيراً في تحديد نمو مستوى الطموح، فالأفراد المنتمين للأسر المستقرة اجتماعياً وبيئياً، هم أقدر على وضع مستويات طموح عالية، ومتناسبة مع إمكانياتهم، ويستطيعون بلوغها أفضل مما لو كانوا ينتمون إلى أسر غير مستقرة.
وهذا ما أكدته دراسات هيرلوك Hurlick (1967)، بأن استقرار الفرد داخل أسرته له دور كبير في مستوى الطموح، فكلما كان مستقراً داخل أسرته كان مستوى طموحه أعلى، كما أن اهتمام الآباء المبكر بما يخص أبنائهم له دور في مستوى الطموح، لأن الآباء يمكن أن يدفعوا أبنائهم لمستويات طموح عالية، ويساعدوهم على وضع صيغة لبلوغ تلك الأهداف (غالب المشيخي، 2009: 99).

وعليه فإن الأسرة تلعب دوراً كبيراً في رفع مستوى الطموح وتنميته، بل وتساعد في تحقيقه وبلوغه، وذلك من خلال توفير جواً يتسم بالاستقرار، والحب، والإشباع، والرعاية.

2. معايير الجماعة والأقران وأثرها في مستوى الطموح:

تلعب الجماعة والأقران دوراً كبيراً في تحديد مستوى طموح الفرد، حيث يتأثر الفرد بطبيعة الجماعة والأقران والأصدقاء والمعارف الذين يتعامل معهم، ويحاول دائماً الوصول إلى مستوى من هم أعلى منه في الجماعة من غنى أو علم أو مهنة، فالطالب مثلاً يتنافس مع أقرانه، ويحاول دائماً الوصول إلى مستوى من هم أعلى منه.

ويشير محمد غانم (2006: 47) إلى أن طبيعة الطموحات السائدة بين الأصدقاء تؤثر في كثير جداً من اختيارات الأشخاص، بل إن كثيراً من الطلاب ما يدخلون تخصص واحد بغض النظر

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

عما إذا كانوا يميلون إلى هذا التخصص أم لا، والسبب أن الطالب – في المرحلة الثانوية تحديداً – لا يريد أن يفارق صديقه الذي قد يعتبره امتداداً طبيعياً لأسرته، بل أحياناً ما يكون الصديق هو البديل الآمن والحقيقي له.

ويرى أكرم الحجوج (2004: 88) أن مستوى طموح الفرد لا يتأثر بموقف الفرد داخل جماعته فحسب، بل يتأثر أيضاً بموقف جماعته من الجماعات الأخرى، ويؤيد ذلك ما توصلت إليه دراسة فستنجر Festinger، حيث بينت أثر مكانة الجماعات الأخرى وتأثيرها على مستوى الطموح لمجموعة من طلاب الجامعة، عندما قارن بينهم وبين مجموعة من طلاب المدارس الثانوية، ومجموعة أخرى من الطلاب الخرجين، فكانت النتيجة أن مستوى طموح طلاب الجامعة كان مرتفعاً جداً عند مقارنتهم بطلاب المدارس الثانوية، ومعتدلاً عند مقارنتهم بمجموعة من طلاب الجامعة، ومنخفضاً عند مقارنتهم بمجموعة من الخريجين.

كما يشير غالب المشيخي (2009: 99) إلى أن جماعة الرفاق لها دور كبير في مستوى الطموح، حيث أن الفرد يتعلم منها ويأخذ الأفكار التي تشكل شخصيته، كما يجعل منها المعيار الذي يقيس به تفوقه ونجاحه الأكاديمي، ومن خلال المنافسة يحاول الوصول إليهم أو إلى مستوى أعلى منهم، ولذلك فإن الجماعة التي يعيش فيها الفرد تمثل المعيار الذي يقيس به أهدافه.

وخلاصه القول فإن الأقران والجماعة المرجعية لهم دور كبير في تحديد مستوى الطموح وتنميته، وبالتالي يجب على الأهل مساعدة أبنائهم في اختيار الأقران المناسبين لمساعدتهم في تحديد مستوى الطموح الذي يتناسب مع قدراتهم وإمكانياتهم.

3. الحالة الاقتصادية والاجتماعية وأثرها على مستوى الطموح:

هناك أثر نسبي للحالة الاقتصادية والاجتماعية للفرد على مستوى طموحه، حيث أن نتائج الدراسات تباينت في هذا الصدد، ففي حين أثبتت دراسة توفيق شبير (2005) وجود علاقة ارتباطية عكسية بين المستوى الاجتماعي والاقتصادي وبين مستوى الطموح، أي كلما كانت الظروف الاقتصادية والاجتماعية صعبة كلما أدى ذلك إلى زيادة مستوى الطموح لدى الأفراد.

فقد أشار علي الزهراني (2009: 65) إلى أن بعض الدراسات كدراسة ايمبى Empey، والتي اهتمت بدراسة أثر الطبقات الاجتماعية والاقتصادية على الطموحات المهنية، توصلت إلى وجود أثر للمستوى الاقتصادي والاجتماعي على مستوى الطموح المهني، حيث كان هناك فروق دالة إحصائياً بين الطلاب من المستويات الاجتماعية العليا والمتوسطة، وأقرانهم من المنتمين إلى المستويات الاجتماعية المنخفضة في مستوى الطموح المهني، لصالح الطلاب من المستويات الاجتماعية العليا

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

والمتوسطة، أي كلما كانت الظروف الاقتصادية والاجتماعية مرتفعة، كلما أدى ذلك إلى زيادة مستوى الطموح لدى الأفراد.

كما يرى فايز الأسود (2003: 107) أن مستوى الطموح يتناسب تناسباً طردياً مع المستوى الاقتصادي الاجتماعي، حيث أن ارتفاع المستوى الاقتصادي الاجتماعي يدفع بالفرد أن يضع لنفسه مستويات طموح مرتفعة، في حين أن انخفاض المستوى الاقتصادي الاجتماعي يدفع بالفرد أن يضع لنفسه مستويات طموح منخفضة، وفي بعض الأحيان يضطر لترك المدرسة للعمل لمساعدة أسرته في تحصيل قوتها اليومي.

ورغم ذلك فقد توصلت دراسة نظمى أبو مصطفي (1990) إلى عدم وجود علاقة موجبة دالة بين مستوى الطموح والمستوى الاقتصادي الاجتماعي، أي ليس هناك أثر واضح للمستوى الاقتصادي الاجتماعي على مستوى الطموح.

وخلاصه القول أن الحالة الاقتصادية والاجتماعية ليس لها ذلك الأثر الواضح على مستوى الطموح، فرغم أن الوضع الاقتصادي والاجتماعي قد يؤثر إيجاباً أو سلباً في تحديد مستوى الطموح وتحقيقه في بعض الأحيان، إلا أنه في أحياناً أخرى لا يكون له أي تأثير فهناك أفراد ليس لديهم أي طموح رغم أن وضعهم الاقتصادي والاجتماعي مستقر جداً، والعكس فهناك أفراد يعيشون ظروف اقتصادية واجتماعية سيئة جداً، ومع ذلك فهم يضعون لأنفسهم مستويات طموح عالية، ويتحدون كل الصعاب، ويحاولون بالإصرار والعزيمة الوصول إليها وتحقيقها كوسيلة للتعويض.

4. توقعات الآباء من الأبناء:

تؤثر توقعات الآباء من الأبناء على طموح الأبناء، فكلما كانت توقعات الآباء قريبة من مستوى طموح الأبناء، فإنهم سيستطيعون تحقيقه بل تنميته أيضاً، لكن إذا كانت توقعات الآباء لا تتفق مع قدرات ورغبات وطموحات الأبناء، فقد يؤدي ذلك إلى انخفاض مستوى طموح الأبناء، لأن معظم الآباء يطالبون أبنائهم بطموحات تتعارض مع قدرات ورغبات واتجاهات أبنائهم، فيفشل الأبناء في تحقيقها.

ويؤكد ذلك أكرم الحجوج (2004: 85) حيث يقول أن الوالدين يرسمان في ذهنيهما صورة لما يجب أن يكون عليه طفلهما في المستقبل، وقد يرجع ذلك إلى إخفاق أو فشل أحدهما أو كلاهما في تحقيق طموحاته أو تطلعاته الشخصية، فيرغب بإشباع حاجاته وتحقيق تطلعاته الشخصية عن طريق طفله، ويوفر له كل الوسائل المساعدة على ذلك، وغالباً ما يفشل الطفل في تحقيق طموحات وتطلعات

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وتوقعات والديه، إما لنقص وضعف قدراته واستعداداته وعدم شعوره بذاته وقيمتها نتيجة لضغط والديه عليه، أو لأن طموحات والديه لم تأخذ في الاعتبار قدراته واستعداداته وميوله.

وقد وجدت الدراسات أن كثيراً من الآباء يسقطون طموحاتهم التي فشلوا في تحقيقها على أبنائهم، ويريدون من أبنائهم تحقيق تلك الطموحات، فالأب الذي فشل أن يكون طبيباً، يريد من ابنه أن يكون طبيباً دون أن يسأل ما إذا كان الابن يمتلك الإمكانيات التي تؤهله لذلك، والمشكلة أيضاً أن الأب الناجح في عمل ما، يريد من ابنه أن يستمر على درب والده، فالطبيب الناجح الذي يمتلك مستشفى خاصة مثلاً، يضع كل أحلامه وطموحاته أن يكمل ابنه مشواره، دون أن يأخذ في الاعتبار طبيعة إمكانيات ابنه، ومن هنا قد يأتي الفشل في تحقيق الأهداف التي وضعها الآباء للأبناء (محمد غانم، 2006: 45-46).

أي أن الآباء دوماً يدفعون أبنائهم لتحقيق ما فشلوا به، ويعملون على إتاحة الفرص المناسبة لذلك، مما يؤدى إلى تشجيع الأبناء إلى الوصول إلى ذلك الطموح، ولكن إذا كان ما فشلوا فيه لا يتناسب مع رغبات وقدرات الأبناء فإن ذلك سيؤدي إلى فشل الأبناء في تحقيقها، وبالتالي تدني مستوى الطموح لديهم.

ومما يذكر أن بعض الآباء يحفزون أولادهم على أن يضعوا لأنفسهم مستويات طموح يعجزون عن بلوغها ولا يقبلون منهم ما دون ذلك ولا يشجعونهم إلا إذا بلغ نجاحهم القمة، وعاقبة هذا توتر نفسي وقلق شديد موصول يصيب الطفل، وشعور بالنقص وشعور بالذنب، لأنه خيب ظن والديه فيه (أحمد راجح، 1999: 132).

ويؤكد ذلك محمد النوبي علي (2010: 51) حيث يرى أن بعض الآباء يعبرون عن رغباتهم المكبوتة، فيحاولوا أن يحققوا في أبنائهم ما عجزوا عن تحقيقه لأنفسهم، وبمعنى آخر فإن هؤلاء الآباء يطبعون طموحهم غير المحقق على أبنائهم، وأحياناً أخرى يكون للأسرة أفراداً من ذوي المكانة الاجتماعية المرموقة، والذين نالوا قدراً مميزاً من التعليم، فمن أجل المحافظة على هذه التقاليد الأسرية، تدفع الأسرة أبنائها إلى الجد والاجتهاد دون مراعاة لقدراتهم أو ميولهم أو اتجاهاتهم وذلك بهدف الوصول إلى المستوى اللائق بالأسرة.

مما سبق يتضح بأن بعض الآباء يحاولون التأثير على أبنائهم في تحديد الأهداف ومستويات الطموح دون النظر أو الاهتمام بقدرات أبنائهم وإمكانياتهم، ما يؤثر سلباً على إمكانية تحقيق تلك الأهداف والطموحات، وبالتالي يمكن الإفادة من هذه الاتجاهات في إعداد ندوات لأولياء الأمور من أجل توعيتهم في كيفية مساعدة أبنائهم على تحديد طموحاتهم وتحقيقها حسب إمكانياتهم وقدراتهم، دون النظر إلى رغبات وطموحات الوالدين أنفسهم فقط.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

5. اتساع البيئة الاجتماعية ومرونتها:

تلعب البيئة التي يعيش فيها الفرد دوراً هاماً في توجيه طموحاته وتحديد مساره، فالبيئة المحيطة هي من تهيئ الظروف الملائمة لتحقيق الأهداف والطموحات، وهي من تضع العقبات والصعوبات التي تعرقل تحقيقها، ويرى نظمي أبو مصطفى (1990: 64) أنه كلما اشتدت معارضة البيئة لتحقيق الأهداف التي يضعها الفرد لنفسه، وكلما كثرت العقبات المادية والثقافية أمام تحقيق الأهداف، وزاد تصلب البيئة، وأصبحت مقيدة لحرية الحركة، وضاق المجال المسموح به لتحقيق الأهداف كلما انخفض مستوى الطموح، لكن كلما كان مجال الحركة مرناً قليل الحواجز، كلما أدى إلى ارتفاع مستوى الطموح.

وبناءً عليه فإن مستوى الطموح يتأثر بالبيئة الاجتماعية، حيث أن اتساع هذه البيئة ومرونتها الاجتماعية وقلة الحواجز والعقبات فيها، سواء كانت عقبات شخصية أو أسرية أو مادية أو مدرسية أو دراسية، يساهم في تحقيق الأهداف وتنمية مستوى الطموح لدى الأفراد.

الاتجاهات المختلفة في تفسير مستوى الطموح:

هناك بعض النظريات التي تناولت مستوى الطموح سواء بشكل مباشر أو غير مباشر منها:

1. نظرية القيمة الذاتية للهدف:

قدمت اسكالونا Escalona (1940) نظرية القيمة للهدف، حيث ترى أنه على أساس القيمة الذاتية للهدف يتقرر الاختيار، بالإضافة إلى احتمالات النجاح والفشل المتوقعة، وفي عبارة بسيطة فإن القيمة الذاتية للنجاح أو وزن النجاح تعتبر نتيجة للقيمة نفسها، ولاحتمالات النجاح (كاميليا عبد الفتاح، 1990: 47).

وتذكر سعاد كلوب (2010: 51) أن **هذه النظرية تحاول تفسير ثلاث حقائق:**

- هناك ميل لدى الأفراد ليبحثوا عن مستوى طموح مرتفع نسبياً.
- كما أن لديهم ميلاً لجعل مستوى الطموح يصل ارتفاعه إلى حدود معينة.
- الميل لوضع مستوى الطموح بعيداً جداً عن المنطقة الصعبة جداً والسهلة جداً.

وتقول اسكالونا Escalona أن هناك فروقاً كبيرة جداً بين الناس فيما يتعلق بالميل الذي يسيطر عليهم، ويتحكم فيهم، لتجنب الفشل أو للبحث عن النجاح، فبعض الناس يظهرون خوفاً شديداً من الفشل فيسيطر عليهم احتمال الفشل، وهذا ينزل من مستوى القيمة الذاتية للهدف (رشا الناطور، 2008: 16).

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

كما تشير اسكالونا Escalona أيضاً إلى وجود بعض العوامل التي تقرر الاحتمالات الذاتية للنجاح والفشل في المستقبل أهمها: الخبرة الشخصية، بناء هدف النشاط، الرغبة والخوف والتوقع، المقاييس المرجعية التي تقوم عليها القيمة الذاتية للمستقبل، الواقعية، الاستعداد للمخاطرة، وجود الفرد داخل أو خارج منطقة الفشل، رد الفعل لتحصيل أو عدم تحصيل مستوى الطموح(علاء القطناني، 2011: 48).

2. نظرية الفريد ادلر Alfred Adler:

يعتبر ادلر Adler مؤسس علم النفس الفردي، وصاحب الكثير من التجديدات التي دخلت على المدرسة السيكودينامية، وهو أحد تلاميذ فرويد الذين انشقوا عنه، ونظريته في الشخصية تقوم على اعتبار أن الإنسان كائن اجتماعي تحركه الحوافز الاجتماعية والأهداف النهائية التي يحاول بلوغها (أكرم الحجوج، 2004: 63).

وقد استخدم ادلر Adler في نظريته عدة مفاهيم منها:

- **الذات الخلاقة:**

وهى الذات التي تدفع الفرد إلى الخلق والابتكار، وتمثل نظاماً شخصياً وذاتياً للغاية، تبحث عن الخبرات التي تساعد على تحقيق أسلوبه الشخصي الفريد والمميز في حياته، وهى في جوهرها أن يصنع الفرد شخصيته (علاء القطناني، 2011: 48).

- **عقدة النقص:**

وهى عبارة عن قصور جسمي أو عقلي أو اجتماعي أو مهني يؤثر على نفسية الفرد، فيشعره بالفردية وعدم الأمن فيلجأ لأنماط سلوكية لتخفيف الشعور بالنقص، وقد يكون الشعور بالنقص حقيقياً، وقد يكون متصوراً، وأي من نوعي النقص قد يدفع الفرد إلى محاولة التغلب على هذا النقص بالتعويض واللجوء إلى السيطرة (أكرم الحجوج، 2004: 64).

- **الكفاح في سبيل التفوق:**

وهو أسلوب حياة يتضمن نظرة الفرد للحياة من حيث التفاؤل والتشاؤم (غالب المشيخي، 2009:99-100).

ويؤمن ادلر Adler بفكرة كفاح الفرد للوصول إلى السمو والارتفاع، وذلك تعويضاً عن مشاعر النقص، كما يعتبر ادلر مبدأ الكفاح من أجل التفوق فطرياً، فالفرد يسعى للكفاح من أجل التفوق من ميلاده وحتى وفاته، وهو الغاية التي ينزع جميع البشر لبلوغها، حيث تعتبر هذه الغاية عامل حاسم في توجيه سلوك الأفراد (توفيق شبير، 2005: 20-21).

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- **أسلوب الحياة:**

وهو الوسائل التي يستخدمها الفرد من أجل الوصول إلى التفوق، فالتفوق هو الهدف النهائي الذي يسعى إليه كل البشر (أكرم الحجوج، 2004: 64).

- **الأهداف النهائية والأهداف الوهمية:**

يؤمن ادلر Adler بأن الفرد الناضج يفرق بين الأهداف النهائية وهى القابلة للتحقيق، وبين الأهداف الوهمية وهى التي لا يضع الفرد فيها اعتباراً لحدود إمكاناته، ويرجع ذلك إلى سوء تقدير الفرد لذاته (علاء القطناني، 2011: 48).

كما يؤكد ادلر Adler أن كل إنسان يتمتع بإرادة أساسية، وبدافع نحو السيطرة والتفوق، فإذا وجد الإنسان نفسه ينقصه شيء فإنه ينساق نحو جعل نفسه متفوقاً بطريقة ما، ومثل هذا الفرد قد يعوض نقصه بجهد صادق منظم (عبد ربه شعبان، 2010: 73).

3. نظريه المجال للعالم كيرت ليفين Kurt Levin:

تعتبر نظرية المجال أول نظرية فسرت مستوى الطموح وعلاقته بالسلوك الإنساني بصفة عامة، وهى النظرية الوحيدة التي تعرضت لتفسير الطموح مباشرة، وقد يرجع السبب في ذلك للأعمال المتعددة التي أسهم بها ليفين Levin وتلاميذه في هذا المجال (كاميليا عبد الفتاح، 1990: 47).
حيث يذكر ليفين Levin عن أثر القوى الدافعية في التكوين المعرفي للمجال، أن هناك عوامل متعددة من شأنها أن تعمل كدوافع للتعلم في المدرسة، وقد أجملها فيما أسماه بمستوى الطموح، حيث يعمل هذا المستوى على خلق أهداف جديدة، حيث أن الفرد بعد أن يشعر بحالة الرضا والاعتداد بالذات، يسعى إلى الاستزادة، ويطمح في تحقيق أهداف أبعد، وإن كانت مترتبة على الأهداف السابقة، إلا أنها في العادة تكون أصعب وأبعد منالاً، وتسمى هذه الحالة العقلية بمستوى الطموح (عبد ربه شعبان، 2010: 74).

وقد دلت دراسة الطموح السيكولوجية على أن الطموح على درجات، فقد يكون مجرد رغبة للقيام بتحقيق هدف، وقد يكون على درجة من القوة بحيث يحدد الهدف ويعبئ قوى الجسم لتحصيله، وفي هذه الحالة يقال أن مستوى الطموح لدى الفرد عالٍ أو راقٍ (توفيق شبير، 2005: 22).

ويرى ليفين Levin أن هناك عدة قوى تعتبر واقعية ومؤثرة في مستوى الطموح ومنها:

أ. **عامل النضج:** كلما كان الفرد أكثر نضجاً أصبح من السهل عليه تحقيق أهداف الطموح لديه وكان أقدر على التفكير في الغايات والوسائل على سواء (غالب المشيخي، 2009: 101).

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ب. **الثواب والعقاب:** الثواب المادي والمعنوي (الأجور، الحوافز، الترقية) يرفع من مستوى الطموح، ويجعل الإنسان يقوم بتنظيم نشاطه، ويوجهه نحو تحقيق الهدف (توفيق شبير،2005: 23).

ت. **القدرة العقلية:** كلما كان الفرد يتمتع بقدرة عقلية أعلى كان في استطاعته القيام بتحقيق أهداف أكثر صعوبة (نضال إبراهيم، 2003: 31).

ث. **القوى الانفعالية:** ويقصد بها الجو العام الذي يمارس فيه العمل مثل: شعور الفرد بتقدير الزملاء، إعجابهم بنشاطه وإنتاجه، علاقته الطيبة برؤسائه، شعوره بأنه متقبل من جماعة العمل، كل ذلك يعتبر سبباً في ارتفاع مستوى الطموح، وعكس ذلك يؤدي إلى كراهيته للمؤسسة وللعمل، ويسبب في غيابه المتكرر، وبالتالي إنقاص مستوى طموحه (توفيق شبير، 2005: 23).

ج. **النجاح والفشل:** النجاح يساعد في رفع مستوى الطموح من خلال شعور صاحبه بالرضا، عكس الفشل الذي يعرقل التقدم ويؤدى إلى الإحباط (علاء القطناني، 2011: 47).

ح. **القوى الاجتماعية والمنافسة:** تؤدى المنافسة بين الزملاء إلى رفع مستوى الطموح، ولكنها قد تنقلب إلى أنانية ويجب اخذ ذلك بعين الاعتبار (توفيق شبير، 2005: 123).

خ. **نظرة الفرد إلى المستقبل:** تؤثر نظرة الفرد إلى المستقبل وما يتوقع أن يحققه من أهداف في مستقبل حياته على أهدافه الحاضرة (نضال إبراهيم، 2003: 32).

ويؤكد توفيق شبير (2005: 23) أن الشخص الذي يمتد بصره وتفكيره إلى مستقبل زاهر يكون تحصيله مخالفاً لشخص ينظر للمستقبل بمنظار أسود.

د. **مستوى الزملاء:** معرفة الفرد لمستوى زملائه، ومقارنته بمستواه الشخصي قد يكون سبباً في رفع مستوى طموحه، ودفعه للعمل، وتعبئة جهوده نحو تحقيق الهدف (علاء القطناني، 2011: 47).

كما أن هناك تفسيرات لمستوي الطموح منها:

1. تفسير ستانجر Estanger:

اعتبر ستانجر Estanger مستوى الطموح من أحسن وسائل قياس الشخصية في موقف الاستجابة، وهو يرى أن تقييم صورة الذات تتم في ضوء إطار الفرد المرجعي، وهذا بدوره يعتمد على علاقته بالجماعات ذات المثالية، وقد رجح أن حاجة الفرد إلى انساب النجاح إلى صورة الذات، تدفعه إلى تحديد طموح أعلى من أدائه، وذلك لميله إلى ذات أكثر مثالية (خالد أبو ندى، 2004: 48).

2. تفسير شريف وشريف:

استخدم العالمان الكثير من مفاهيم نظرية المجال، مثل أثر النجاح والفشل، موقف الفرد بالنسبة للجماعة، وغيرها من المفاهيم، وقد اهتما بصفة خاصة بفكرة الإطار المرجعي، حيث أن الأحكام تختلف تبعاً للمحددات أو المقررات الموجودة في الإطار المرجعي، وبالرغم من أن خبرات

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

النجاح والفشل هي الأساس في التأثير على مستوى الطموح، إلا أنه لا يمكن إغفال أهمية البيئة الاجتماعية، وأن أهمية الإطار المرجعي تكمن غالباً في تمثيل الفرد للمعايير والقيم والمستويات التي يعيشها في حضارته، ومعرفة الشخص لتحصيل الجماعة يحدد مستوى طموحه وقدرته على العمل (كاميليا عبد الفتاح، 1990: 51).

3. تفسير أيزنك Eysenck:

بينت الدراسة التي قام بها أيزنك Eysenck للتفرقة بين العصابيين والأسوياء بالنسبة لمستوى الطموح فروقاً بين الأسوياء والعصابيين من جهة، وبين الهستيريين وغير الهستيريين من جهة أخرى، وقد فسر أيزنك هذه الفروق مستنداً إلى النظرية التحليلية أنه في عالم المثل يتوقف الكثير على ما نسميه المسافة بين الذات الحقيقية والذات المثالية، فإذا كانت الفجوة واسعة بين الواقع والمثل، فإننا نشعر بعدم الارتياح والإثم والنقص، وفسر الارتفاع المفرط في مستوى الطموح بالنمو الزائد للأنا الأعلى، أما الانخفاض المفرط فيفسره بالنمو الزائد للهو (علاء القطناني، 2011: 49).

4. تفسير هيملوايت Hemel White:

أثبتت التجارب التي أجرتها هيملوايت **Hemel White** أن هناك فروقاً بين الأسوياء والعصابيين في مستوى الطموح، ولقد فسرت هذه الفروق بأن الفرد يميل إلى وضع هدف أعلى أمام أي احتمال تحسن قد يحصل عليه في المستقبل، وأن مستوى طموحه ليس ببساطة تقديره الذهني، ولكنه تقدير مصبوغ بالرغبة في الإتقان والإجادة (سعاد كلوب، 2010: 52).

5. تفسير كاميليا عبد الفتاح:

فسرت كاميليا عبد الفتاح مستوى الطموح في ضوء مفاهيم التحليل النفسي وما يمكن أن يشتق منها في العلاقة بين مستوى الطموح والاتزان الانفعالي، كما بينت أن أهم مرحلتين تتضح فيها المعالم الأولى لمستوى الطموح وتتكون الذات خلالها، هما المرحلة الفمية، والمرحلة الأوديبية (كاميليا عبد الفتاح، 1990: 53).

كيفية قياس مستوى الطموح:

تطور قياس مستوى الطموح في السنوات الأخيرة نتيجة للدراسات التي أجراها الباحثون بهدف الوصول إلى أفضل الأساليب النفسية لقياسه، وفيما يلي عرض موجز لهذه الأساليب:

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

1. الأسلوب المعملي:

بدأ قياس مستوى الطموح عن طريق إجراء بعض التجارب المعملية التي يقوم فيها الشخص المراد قياس مستوى طموحه بأداء عمل معين، وقد ذكرت عدة طرق معملية منها الطريقة التقليدية من خلال قياس اختلاف الهدف، وطريقة قياس الاختلاف التحصيلي، وطريقة قياس اختلاف الحكم (المرجع السابق: 93).

ويضيف عبد ربه شعبان(2010: 70) أن الطريقة التقليدية تتم من خلال عرض الجهاز المستخدم على الشخص مع طريقة استخدامه، وبعد إعطائه الفرصة لأن يجرب العمل على الجهاز عدة مرات، يسأل ما هي الدرجة التي يتوقع أن يحصل عليها، وتدون إجابته في جدول معد لذلك، وبعد قيامه بالأداء الفعلي يسأل عما يظن أن تكون درجته، وتدون إجابته في الجدول السابق، وبعدها تعرض عليه الدرجة الفعلية التي حصل عليها، وتدون أيضاً في خانة خاصة، وتكرر هذه العملية عدة مرات، وهكذا يكون لدينا درجة الطموح، ودرجه الحكم عليه، ودرجه الأداء الفعلي، فيقاس الطموح من خلال حساب اختلاف الهدف، أي طرح الأداء الفعلي في المحاولة الثانية من الأداء المتوقع للمحاولة التالية، وتكون الدرجة موجبة عندما تكون درجة الأداء المتوقع أعلى من درجة الأداء الفعلي، وسالبة إذا كان الأداء المتوقع أقل من الأداء الفعلي.

كما تشير كاميليا عبد الفتاح (1990: 39) إلى أن القياس الثاني للأسلوب المعملي هو الاختلاف التحصيلي ويحسب من خلال طرح درجة الأداء المتوقع لمحاولة ما، من درجة الأداء الفعلي لنفس المحاولة، ويكون الفرق موجباً إذا كان الأداء الفعلي أي التحصيلي أعلى من الأداء المتوقع، وسالباً عندما يكون الأداء المتوقع أعلى من الأداء الفعلي.

وهناك قياس ثالث للأسلوب المعملي هو اختلاف الحكم، ويحسب من خلال الفرق بين الأداء الفعلي وبين الحكم عليه بعد الأداء، حيث تطرح درجة الأداء الفعلي من درجة الحكم لنفس المحاولة، ويعتبر الفرق موجباً عندما يكون الحكم أعلى من الأداء الفعلي، وسالباً عندما يكون الأداء الفعلي أعلى من الحكم (خالد أبو ندى، 2004: 46).

ويذكر عبد ربه شعبان (2010: 70) عيوب الأسلوب المعملي وهى: شعور المفحوص أنه موقف مصطنع، وشعوره بالتوتر يؤثر على أدائه، حيث أن بعض التجارب المعملية المصطنعة قد لا تكون وثيقة الصلة بالأحداث الحقيقية والواقعية في حياتنا.

كما يؤخذ على هذا الأسلوب أن التجارب المعملية توجب توافر شروط معينة لها، وقد تختلف هذه الشروط في مواقف الحياة الواقعية مما هي عليه في المواقف التجريبية، وبناءً عليه فإن ردود الأفعال الشخصية قد لا تكون كما هي عليه في الحياة الواقعية (غالب المشيخي، 2009: 94).

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

2. الأسلوب السيكومتري:

انتقل قياس مستوى الطموح من التجارب المعملية إلى قياسه عن طريق المواقف الفعلية في الحياة، فكانت البدايات على يد تشايلد Child وزملائه (1954)، عندما حاول الربط بين شواهد الحياة اليومية وبين التجارب المعملية، حيث أجرى تجربته على (151) طالباً في مرحلة ما قبل الجامعة من خلال عرض المواقف التي تعرضوا فيها لخبرات مختلفة من النجاح والفشل (كاميليا عبد الفتاح، 1990: 43-44).

وتوالت المقاييس السيكومترية التي تعتمد على الاستبيانات المكونة من أسئلة مفتوحة أو مغلقه تتعلق برغبات الفرد المستقبلية وطموحاته، ومن هذه المقاييس مقياس وورل Worell (1959) المكونة من خمسة أسئلة، ومقياس هيللر وميللر Haller & Miller (1997)، والمكون من ثمانية أسئلة (خالد أبو ندى، 2004: 46-47).

وعلى مستوى الباحثين العرب، فإن من أشهر مقاييس مستوى الطموح المقياس الذي أعدته كاميليا عبد الفتاح (1961) والذي يتكون من (71) فقرة، ثم تبعها العديد من الباحثين العرب في تطوير العديد من مقاييس مستوى الطموح منهم مقياس مستوى الطموح المهني إعداد: إبراهيم قشقوش (1975) ومقياس مستوى الطموح، إعداد: عبد الوهاب العيسى (1973) ومقياس مستوى الطموح الأكاديمي، إعداد: صلاح الدين أو ناهية (1986)، ومقياس هناء أبو شهبة (1987)، ومقياس محمد أبو طالب (1998)، ومقياس سليم الشايب (1994)، ومقياس عبد الله الصافي، ومحمد حسنين محمد (2001)، ومقياس غيثار بدور (2001) ومقياس مستوى ونوعية الطموح، إعداد: العارف بالله الغندور، ومحمد صبري عبد الحميد (2001)، ومقياس الطموح الأكاديمي والمهني، إعداد: سناء الجبوري (2002)، ومقياس محمد النوبي علي للأطفال الصم (2002)، ومقياس أمال أباظة (2004)، ومقياس زياد بركات (2008)، ومقياس علي الزهراني (2009)، ومقياس عبد ربه شعبان (2010)، ومقياس الطموح في ضوء نظرية محددات الذات، إعداد: علاء القطناني (2011)، ومقياس مستوى الطموح العام، إعداد: صلاح الدين أو ناهية (2012)، وغيرها من المقاييس الأخرى.

كما أشار غالب المشيخي (2009: 94)، وعبد ربه شعبان (2010: 71) إلى أن هناك مقاييس سيكومترية تقيس مستوى الطموح من خلال دراسة الآمال، ودراسة المثاليات كما يلي:

1. دراسة الآمال:

ذكر كوب Cobb (1964) أن قياس مستوى الطموح عند الأفراد يمكن أن نصل إليه من خلال استبيان مكون من سؤال واحد مفتوح يعرض على المفحوص وهو: ما هي الآمال التي تريد أن

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

تُقبل إليها في المستقبل، حيث أن الآمال تعد مؤشراً هاماً لتحديد الأهداف الشخصية، البعيدة والقريبة التي يطمح لها الفرد (غالب المشيخي، 2009: 94).

2. دراسة المثاليات:

يمكن أن يقاس مستوى الطموح عند الأفراد من خلال دراسة الشخصية المثالية، حيث يسأل الفرد عن الشخصية المثالية التي يتمنى أن يكون على شاكلتها، من أجل التعرف إلى ما يأمل أن يكون عليه عندما يكبر، ولكن الضرر المتوقع حدوثه في هذه الحالة أن تكون فرص نجاح الفرد للوصول إلى الشخصية المثالية التي يتمناها قليلة وضئيلة، فقد تكون سمات الشخصية وقدرات الفرد غير مؤهلة لهذا النجاح، مما يترتب عليه عدم واقعية مستوى طموح الفرد وإصابته بالإحباط واليأس (عبد ربه شعبان، 2010: 71).

تعقيب على الإطار النظري:

حاولت الباحثة التحدث عن محورين: المحور الأول وهو الإرشاد النفسي، والمحور الثاني مستوى الطموح.

أما عن المحور الأول وهو الإرشاد النفسي فقد حاولت الباحثة التطرق إلى تعريفاته وطرقه وهي الإرشاد الفردي والإرشاد الجماعي، وصولاً إلى الجماعة الإرشادية والبرنامج الإرشادي، أما عن الإرشاد الفردي فقد تحدثت عن مفهومه فقط لأن الدراسة الحالية تتبع الإرشاد الجماعي، لذلك فقد تحدثت عن الإرشاد الجماعي بإسهاب، حيث التعريف، والأهمية، والأهداف، والعناصر، ومجالات الاستخدام، ومستويات تقديم الخدمات في الإرشاد الجماعي، والخطوات، ومزايا الاستخدام، والفنيات والأساليب الإرشادية المستخدمة فيه.

ثم تحدثت الباحثة عن الجماعة الإرشادية حيث الأهداف، والأسس والمبادئ الهامة، والخصائص، والقوى المؤثرة في نجاح الجماعة الإرشادية.

وفي الختام تحدثت الباحثة عن البرنامج الإرشادي حيث التعريف، والأهداف منه، ومصادر بنائه، والإطار النظري له، وخطوات بنائه.

أما عن المحور الثاني وهو مستوى الطموح فقد تحدثت الباحثة عما يلي: مفهومه، نموه، خصائص الفرد الطموح، العوامل المؤثرة في مستوى الطموح الأكاديمي، منها العوامل الشخصية، والعوامل البيئية والاجتماعية، الاتجاهات المختلفة في تفسير مستوى الطموح، تفسيرات مستوي الطموح، كيفية قياس مستوى الطموح.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الفصل الثالث
دراسات سابقة

أولاً: دراسات عربية اهتمت بدراسة مستوى الطموح.

ثانياً: دراسات أجنبية اهتمت بدراسة مستوى الطموح.

ثالثاً: التعقيب على الدراسات السابقة.

رابعاً: فروض الدراسة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الفصل الثالث

دراسات سابقة

قامت الباحثة بمراجعة أدبيات الدراسة مراجعة متأنية، وتبين أن هناك دراسات تناولت متغير مستوى الطموح وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية، وفيما يلي بعض هذه الدراسات العربية والأجنبية وأهمها:

أولاً: دراسات عربية اهتمت بمستوى الطموح:

1. دراسة نيفين المصري (2011):

هدفت الدراسة إلى الكشف عن قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى الطموح الأكاديمي لدى عينة من طلبة جامعة الأزهر بغزة، وقد بلغت عينة الدراسة (626) طالباً وطالبة من طلبة جامعة الأزهر بغزة، وقد استخدمت الباحثة الأدوات التالية: مقياس قلق المستقبل (2005)، إعداد: زينب شقير، مقياس فاعلية الذات، إعداد: الباحثة، مقياس مستوى الطموح الأكاديمي (1986)، إعداد: صلاح الدين أبو ناهية، كما استخدمت الأساليب الإحصائية التالية: اختبار (ت)، تحليل التباين الثنائي، معامل ارتباط بيرسون، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى ما يلي: وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين منخفضي قلق المستقبل ومرتفعي قلق المستقبل على الدرجة الكلية لمقياس مستوى الطموح الأكاديمي لدى عينة الدراسة لصالح منخفضي قلق المستقبل، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث على الدرجة الكلية لمقياس مستوى الطموح الأكاديمي لصالح الذكور، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين قلق المستقبل والجنس على مقياس مستوى الطموح الأكاديمي، عدم وجود فروق ذات إحصائية بين طلبة العلوم، وطلبة الآداب في مقياس مستوى الطموح الأكاديمي، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين قلق المستقبل والدرجة الكلية على مقياس مستوى الطموح الأكاديمي.

2. دراسة علاء القطناني (2011):

هدفت الدراسة إلى الكشف عن الحاجات النفسية ومفهوم الذات وعلاقتهما بمستوى الطموح لدى طلبة جامعة الأزهر بغزة في ضوء نظرية محدودات الذات، وقد بلغت عينه الدراسة (530) طالباً وطالبة من طلاب الجامعة موزعين على جميع المستويات والتخصصات، حيث استخدم الباحث الأدوات التالية: مقياس الحاجات النفسية، إعداد: ريس، وريان (2000)، تعريب وتقنين: محمد عليان، مقياس مفهوم الذات، إعداد: صلاح الدين أبو ناهيه (1999)، مقياس الطموح في ضوء نظرية محددات الذات، إعداد: الباحث، كما استخدم الباحث الأساليب الإحصائية التالية: المتوسطات الحسابية، الانحرافات المعيارية، النسب المئوية، اختبار (ت)، معامل ارتباط بيرسون، معامل ألفا كرونباخ، معادلة سبيرمان – براون، تحليل التباين الأحادي والثنائي، اختبار شيفيه، وقد أسفرت نتائج

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الدراسة عما يلي: وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية للطموح الداخلي تعزى لمتغيري الجنس والتخصص، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جميع أبعاد الطموح تبعاً لمتغير المستوى الدراسي، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية للطموح الداخلي بين مرتفعي ومتوسطي مفهوم الذات، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الحاجة للاستقلالية، والانتماء، والكفاءة (منخفض – مرتفع)، على جميع أبعاد الطموح الخارجي، ومعظم أبعاد الطموح الداخلي تعزى لمتغير الجنس، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مفهوم الذات (منخفض – مرتفع) على جميع أبعاد الطموح الخارجي، وجميع أبعاد الطموح الداخلي تعرى لمتغير الجنس.

3. دراسة صالح البركات، وعمر بني ياسين (2011):

هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين التفاعل الاجتماعي ومستوى الطموح لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة إربد، وقد تألفت عينة الدراسة من (483) طالباً وطالبة في المرحلة الثانوية في محافظة إربد في الأردن، وقد استخدم الباحثان الأدوات التالية: مقياس التفاعل الاجتماعي، إعداد وتقنين: صنعاء التميمي (1993)، مقياس مستوى الطموح الأكاديمي، إعداد: سناء الجبوري (2002)، كما استخدم الباحثان الأساليب الإحصائية التالية: المتوسطات الحسابية، الانحرافات المعيارية، اختبار (ت)، معامل ارتباط بيرسون، وقد أسفرت نتائج الدراسة عما يلي: ارتفاع مستوى التفاعل الاجتماعي، ومستوي الطموح لدى أفراد العينة، وجود علاقة ايجابية دالة إحصائياً بين التفاعل الاجتماعي ومستوى الطموح لدى طلبة المرحلة الثانوية.

4. دراسة سعاد كلوب (2010):

هدفت الدراسة إلى الكشف عن التوافق الدراسي وعلاقته بمستوى الطموح الأكاديمي والمسؤولية الاجتماعية لدى الطالبات المتزوجات ومقارنتها بالطالبات غير المتزوجات في المدارس الثانوية بغزة، وتكونت عينة الدراسة من (300) طالبة من المرحلة الثانوية بمحافظة غزة للعام الدراسي 2009/2008م، وقد استخدمت الباحثة الأدوات التالية: مقياس التوافق الدراسي، إعداد: الباحثة، مقياس مستوى الطموح الأكاديمي، إعداد: صلاح الدين أبو ناهية، مقياس المسؤولية الاجتماعية، إعداد: سيد عثمان، كما استخدمت الباحثة الأساليب الإحصائية التالية: معامل ارتباط بيرسون، معامل ارتباط ألفا كرونباخ، التكرارات المئوية، المتوسطات الحسابية، النسب المئوية، اختبار (ت)، تحليل التباين الثنائي، وقد أظهرت الدراسة النتائج التالية: وجود علاقة دالة إحصائياً بين التوافق الدراسي وبين مستوى الطموح، وجود فروق دالة إحصائياً في مستوى الطموح تعزى لمتغير التوافق الدراسي، وجود فروق دالة إحصائياً في مستوى الطموح تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية، وجود فروق دالة إحصائياً في مستوى الطموح تعزى لمتغير التخصص.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

5. دراسة غالب المشيخي (2009):

هدفت الدراسة إلى الكشف عن قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى الطموح لدى عينة من طلاب جامعة الطائف، وقد تكونت عينة الدراسة من (720) طالباً، منهم (400) طالباً من كلية العلوم، و(320) طالباً من كلية الآداب بجامعة الطائف، وقد استخدم الباحث الأدوات الآتية: مقياس قلق المستقبل، إعداد: الباحث، مقياس فاعلية الذات، إعداد: عادل العدل (2001)، مقياس مستوى الطموح، إعداد: معوض، وعبد العظيم (2005)، كما استخدم الباحث الأساليب الإحصائية التالية: المتوسطات الحسابية، الانحرافات المعيارية، معاملات الارتباط، اختبار (ت)، تحليل التباين الأحادي، اختبار L.S.D، تحليل الانحدار متعدد الخطوات، وقد توصلت نتائج الدراسات إلى ما يلي: وجود علاقة سالبة دالة إحصائياً بين درجات الطلاب في كل من قلق المستقبل وفاعلية الذات وبين درجاتهم في مستوى الطموح، وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الطلاب مرتفعي مستوى الطموح ومتوسطات درجات الطلاب منخفضي مستوى الطموح على مقياس قلق المستقبل لصالح الطلاب منخفضي مستوى الطموح، وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات طلاب كلية العلوم وطلاب كلية الآداب على مقياس مستوى الطموح تبعاً للتخصص والسنة الدراسية لصالح طلاب كلية العلوم، إمكانية التنبؤ بقلق المستقبل في ضوء فاعلية الذات ومستوى الطموح.

6. دراسة علي الزهراني (2009):

هدفت الدراسة إلى الكشف عن إدراك القبول–الرفض الوالدي وعلاقته بمستوى الطموح لدى طلاب المرحلة المتوسطة بمحافظه جدة، وقد شملت عينة الدراسة (400) طالباً من طلاب المرحلة المتوسطة بمحافظه جدة من الصف الأول والصف الثالث، وقد استخدم الباحث الأدوات التالية: استبيان القبول/الرفض الوالدي، إعداد: رونر (1986)، ترجمة وتعريب: ممدوحة سلامة (1988)، مقياس مستوى الطموح لدى المراهقين والشباب، إعداد: آمال باظة (2004)، كما استخدم الباحث الأساليب الإحصائية الآتية: معامل ارتباط بيرسون، اختبار (ت)، وقد أسفرت نتائج الدراسة عما يلي: وجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين القبول الوالدي من قبل الأم وبين مستوى الطموح، عدم وجود علاقة دالة إحصائياً بين القبول الوالدي من قبل الأب وبين مستوى الطموح، وجود علاقة سالبة دالة إحصائياً بين الرفض الوالدي من قبل الأم، ومن قبل الأب وبين مستوى الطموح، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات مستوى الطموح لطلاب الصف الأول وبين متوسطات درجات مستوى الطموح لطلاب الصف الثالث لصالح طلاب الصف الأول، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلاب مرتفعي القبول الوالدي وبين متوسطات منخفضي القبول الوالدي من قبل الأم والأب في مستوى الطموح لصالح مرتفعي القبول الوالدي.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

7. دراسة زياد بركات (2008):

هدفت الدراسة إلى الكشف عن علاقة مفهوم الذات بمستوى الطموح لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة في ضوء بعض المتغيرات: الجنس، التخصص، التحصيل الأكاديمي، وقد تألفت عينة الدراسة من (378) طالباً وطالبة من جامعة القدس المفتوحة موزعين كما يلي: منطقة نابلس (90) طالباً وطالبة، ومنطقة طولكرم (90) طالباً وطالبة، ومنطقة جنين (90) طالباً وطالبة، ومنطقة قلقيلية (58) طالباً وطالبة، ومنطقة سلفيت (50) طالباً وطالبة، وقد استخدم الباحث الأدوات التالية: مقياس مفهوم الذات، إعداد: الباحث، مقياس مستوى الطموح، إعداد: الباحث، وقد استخدم الباحث الأساليب الإحصائية التالية: اختبار معامل ارتباط بيرسون، المتوسطات الحسابية، الانحرافات المعيارية، اختبار (ت)، اختبار تحليل التباين الأحادي، وقد أسفرت نتائج الدراسة عما يلي: أن مستوى مفهوم الذات ومستوى الطموح لدى أفراد الدراسة هما المستوى المتوسط، وجود علاقة ارتباطية موجبة بين مفهوم الذات ومستوى الطموح لدى طلبة الجامعة، وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الطلاب على مقياس مفهوم الذات ومستوى الطموح تبعاً لمتغير التحصيل الدراسي لصالح الطلاب ذوي التحصيل المرتفع، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الطلاب على مقياس مفهوم الذات ومستوى الطموح تبعاً لمتغير الجنس، والتخصص.

8. دراسة رشا الناطور (2008):

هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى الطموح وعلاقته بتقدير الذات عند طلاب الثالث الثانوي العام، وقد تكونت عينة الدراسة من (120) طالباً وطالبة من المعيدين والمستجدين في معهد الحرية الخاص بمحافظة درعا، وقد استخدمت الباحثة الأدوات التالية: مقياس مستوى الطموح، إعداد: غيثار بدور (2001)، مقياس تقدير الذات، إعداد: الباحثة، كما استخدمت الباحثة الأساليب الإحصائية التالية: معامل ارتباط بيرسون، اختبار (ت)، وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية: وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين مستوى الطموح وتقدير الذات لدى طلبة الثالث الثانوي العام، وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين المعيدين والمستجدين في مستوى الطموح وفي تقدير الذات لصالح المستجدين، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح تعزى لمتغير الجنس.

9. دراسة سناء آل أطيمش (2006):

هدفت الدراسة إلى الكشف عن أثر برنامج إرشادي في رفع مستوى الطموح لدى طلبة المرحلة الإعدادية، وتألفت عينة الدراسة من (30) طالباً وطالبة من مجموعة مدارس للمرحلة الإعدادية، في بغداد، وقد استخدمت الباحثة الأدوات التالية، مقياس مستوى الطموح، إعداد: الباحثة، البرنامج الإرشادي لرفع مستوى الطموح، إعداد: الباحثة، كما استخدمت الباحثة الأساليب الإحصائية التالية:

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

اختبار (ت)، اختبار مربع ايتا، وقد أسفرت النتائج عما يلي، وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح بين الذكور والإناث لصالح الإناث، وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح بين الطلبة في المدارس المشمولة بالإرشاد والطلبة في المدارس غير المشمولة بالإرشاد لصالح المدارس المشمولة بالإرشاد، فاعلية البرنامج الإرشادي في رفع مستوى الطموح لدى أفراد العينة.

10. دراسة سناء آل أطيمش (2005):

هدفت الدراسة إلى الكشف عن القلق من المستقبل وعلاقته بمستوى الطموح لدى طلبة المرحلة الإعدادية، وقد تألفت عينة الدراسة من (720) طالباً وطالبة، منهم (360) طالباً، و(360) طالبة، حيث شملت العينة على طلبة الفرع العلمي والأدبي بالتساوي، كما شملت على طلبة المدارس المشمولة بالإرشاد، وطلبة المدارس غير المشمولة بالإرشاد بالتساوي أيضاً، وقد استخدمت الباحثة الأدوات الآتية: مقياس مستوى الطموح الأكاديمي، إعداد: الباحثة، مقياس مستوى الطموح المهني، إعداد: الباحثة، مقياس القلق من المستقبل، إعداد: أسماء مهدي (2001)، كما استخدمت الباحثة الأساليب الإحصائية الآتية: معاملات ارتباط بيرسون، اختبار (ت)، اختبار مربع كا2، معادلة سبيرمان – براون، تحليل الانحدار المتعدد، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى ما يلى: أن مستوى القلق من المستقبل، ومستوى الطموح الأكاديمي، ومستوى الطموح المهني كان مرتفعاً لدى طلبة المرحلة الإعدادية، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلبة في مستوى القلق من المستقبل، وفي مستوى الطموح الأكاديمي، وفي مستوى الطموح المهني تعزى لكل من متغير الجنس، والتخصص، والإرشاد، وجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين مستوى القلق من المستقبل وبين كل من مستوى الطموح الأكاديمي، ومستوى الطموح المهني، أي كلما كان مستوى الطموح الأكاديمي أو المهني مرتفعاً كلما كان مستوى القلق من المستقبل مرتفعاً أيضاً.

11. دراسة أنور البنا (2005):

هدفت الدراسة إلي الكشف عن الفروق في مستوى الطموح في ضوء متغيري نوع التعليم والجنس لدى طلبة جامعة الأقصى في محافظة غزة، وقد تكونت عينة الدراسة من (467) طالباً وطالبة من طلبة جامعة الأقصى من جميع التخصصات، منهم (51) طالباً، و (60) طالبة من التخصصات العلمية، ومنهم (63) طالباً، و (93) طالبة من التخصصات الأدبية، ومنهم (131) طالباً، و (69) طالبة من التخصصات التربوية، وقد استخدم الباحث استبانة مستوى الطموح، إعداد: كاميليا عبد الفتاح (1975)، كما استخدم الأساليب الإحصائية التالية: المتوسطات الحسابية، الانحرافات المعيارية، الوزن النسبي، تحليل التباين الأحادي، اختبار (ت)، وقد أسفرت نتائج الدراسة

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

عما يلي: احتلال بعد المثابرة المركز الأول في مستوى الطموح لدى كل من الطلاب والطالبات، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في جميع أبعاد مقياس مستوى الطموح لصالح الذكور، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية لمستوي الطموح، وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجات مقياس مستوى الطموح بين الذكور والإناث لصالح الذكور، وجود فروق ذات دلالة إحصائية في بعدي الاتجاه نحو التفوق، وتحديد الأهداف تعزى لنوع التعليم لصالح التخصصات التربوية، وفي بعد المثابرة لصالح التخصصات الأدبية.

12. دراسة توفيق شبير (2005):

هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى الطموح وعلاقته ببعض المتغيرات في ضوء الثقافة السائدة لدى طلبة الجامعة الإسلامية بغزة، وقد تكونت عينة الدراسة من (370) طالباً وطالبة، موزعة على كليات الجامعة الإسلامية بغزة، للفصل الدراسي الثاني من العام 2005/2004 م، وقد استخدم الباحث الأدوات الآتية: استبيان المستوى الاقتصادي الاجتماعي، إعداد: الباحث، اختبار الذكاء المتعدد، إعداد: جاري هارمس (1998)، ترجمة: عبد المنعم الدردير (2002)، مقياس مستوى الطموح للراشدين، إعداد: كاميليا عبد الفتاح (1975)، كما استخدم الأساليب الإحصائية الآتية: التكرارات، النسب المئوية، اختبار (ت)، اختبار كولومجروف– سمرنوف، اختبار ألفا كرونباخ، معامل الثبات لجوتمان، معاملات الارتباط، اختبار كا2، وقد توصلت النتائج إلى ما يلي: وجود مستوى مرتفع للذكاء، وللطموح لدى طلبة الجامعة الإسلامية، وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات الطلاب والطالبات على مقياس مستوى الطموح وبين درجاتهم على مقياس مستوى الذكاء، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الطلاب والطالبات في مقياس الطموح وفي مقياس الذكاء، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات طلبة الكليات العلمية والأدبية في مقياس الطموح وفي مقياس الذكاء، وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مقياس الطموح وفي مقياس الذكاء يعزى للمعدل التراكمي (منخفض/ مرتفع)، وجود علاقة ارتباطية عكسية ذات دلالة إحصائية بين المستوى الاجتماعي الاقتصادي وبين مستوى الطموح.

13. دراسة آمنة حمد (2005):

هدفت الدراسة إلي دراسة علاقة مفهوم الذات الأكاديمي بكل من الدافع للانجاز ومستوى الطموح لدى طلبة الجامعات في محافظات قطاع غزة، وقد تكونت عينة الدراسة من (484) طالباً وطالبة من طلبة الجامعات الفلسطينية في محافظات قطاع غزة، وهي (الجامعة الإسلامية، جامعة الأزهر، جامعة الأقصى)، وقد استخدمت الباحثة مقياس مفهوم الذات الأكاديمي، إعداد الباحثة، مقياس الدافع للانجاز، إعداد: نظام سبع النابلسي، استبانة مستوى الطموح للراشدين، إعداد: كاميليا

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

عبد الفتاح (1975)، كما استخدمت الأساليب الإحصائية التالية: تحليل التباين المتعدد، اختبار (ت)،معامل ارتباط بيرسون، اختبار توكي لمعالجة البيانات الإحصائية، وقد أسفرت نتائج الدراسة عما يلي: وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مفهوم الذات الأكاديمي والدافع للانجاز لدى طلبة الجامعة لصالح مرتفعي مفهوم الذات الأكاديمي، وجود فروق ذات دلالة إحصائية في أبعاد مقياس مستوى الطموح لصالح مرتفعي مفهوم الذات الأكاديمي، وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح تعزى لمتغير الجامعة لصالح الجامعة الإسلامية.

14. دراسة أكرم الحجوج (2004):

هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين سمات الشخصية ومستوى الطموح في ضوء بعض المتغيرات النفسية، وقد شملت عينة الدراسة (387) معلماً ومعلمة، منهم (194) معلماً، و(193) معلمة من معلمي ومعلمات المرحلة الأساسية (الدنيا / العليا) التابعة لوزارات التربية والتعليم في محافظات غزة، للعام الدراسي، 2004/2003م، وقد استخدم الباحث الأدوات الآتية: مقياس (الانبساط / الانطواء)، إعداد: أيزنك، وويلسون، تعريب: صلاح الدين أبو ناهية (2000)، مقياس (العصابية / الاتزان الانفعالي)، إعداد: أيزنك، وويلسون، تعريب: صلاح الدين أبو ناهية (2000)، مقياس الاحتراق النفسي للمعلم، إعداد: سيدمان، وزاجر، تعريب: عادل محمد (1994)، مقياس (الضبط الداخلي / الخارجي) للكبار، إعداد: نويكي، ودوك، تعريب: صلاح الدين أبو ناهية، ورشاد موسى (1987)، استبيان مستوى الطموح للراشدين، إعداد: كاميليا عبد الفتاح (1975)، كما استخدم الباحث الأساليب الإحصائية الآتية: معامل ارتباط بيرسون، اختبار (ت)، تحليل التباين الأحادي، تحليل التباين الثنائي، الاختبار الزائي (Z)، وقد أسفرت النتائج عما يلي: وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين سمات الشخصية التالية: الاجتماعية، والتأملية، والمسؤولية، وتقدير الذات، والسعادة، والاستقلال، والنشاط، ومستوى الطموح لدى معلمي المرحلة الأساسية في محافظات غزة، وجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية بين سمات الشخصية التالية: الاندفاعية، والقلق، وتوهم المرض، والشعور بالذنب، والتعبيرية، ومستوى الطموح لدى معلمي المرحلة الأساسية في محافظات غزة، عدم وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين سمة حب المخاطرة، والوسواس القهري، ومستوى الطموح لدى معلمي المرحلة الأساسية في محافظات غزة.

15. دراسة خالد أبو ندى (2004):

هدفت الدراسة إلى الكشف عن التفكير الإبداعي وعلاقته بكل من العزو السببي ومستوي الطموح لدى تلاميذ الصفين الخامس والسادس الابتدائي، وقد تكونت عينة الدراسة من (261) طالباً وطالبة من الصف الخامس والسادس الابتدائي في المدارس التابعة لوكالة الغوث الدولية في محافظة

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

رفح، منهم (131) طالباً، و(130) طالبة، وقد استخدم الباحث الأدوات التالية: مقياس العزو السببي، إعداد: الباحث، اختبار تورانس للتفكير الإبداعي(1962)، تعريب: راشد الشنطي (1983)، مقياس مستوى الطموح الأكاديمي لطلاب المرحلة الثانوية، إعداد: صلاح الدين أبو ناهية (1986)، كما استخدم الباحث الأساليب الإحصائية التالية: معامل ارتباط بيرسون، اختبار (ت)، اختبار مان ويتني، التحليل العاملي، وقد أسفرت نتائج الدراسة عما يلي: وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين التفكير الإبداعي ومستوى الطموح، عدم وجود عامل عام بين التفكير الإبداعي والعزو السببي ومستوى الطموح، وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التفكير الإبداعي، وفى بعدي العزو للجهد والعزو غير المحدد تبعاً لمتغير النوع لصالح الذكور، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح لدى أفراد العينة تبعاً لمتغير النوع.

16. دراسة محمد النوبي علي (2004):

هدفت الدراسة إلى الكشف عن أساليب المعاملة الوالدية وعلاقتها بمستوى الطموح لدى الأطفال الصم، وقد تألفت عينة الدراسة السيكومترية من (82) تلميذاً وتلميذة، منهم (47) تلميذاً، و(35) تلميذة، وقد تكونت العينة الإكلينيكية من (4) حالات، منهم حالتان (ذكر وأنثى) منخفضتا مستوى الطموح، وحالتان (ذكر وأنثى) مرتفعتا مستوى الطموح، وقد استخدم الباحث الأدوات التالية: استمارة بيانات عامة لذوي الإعاقة، إعداد: الباحث، مقياس المستوى الاقتصادي الاجتماعي، إعداد: كمال دسوقي، ومحمد خليل، اختبار الذكاء غير اللفظي للصم، ترجمة وتقنين: فايزة مكرومي، مقياس أساليب المعاملة الوالدية كما يدركها الأطفال الصم، إعداد: الباحث، مقياس مستوى الطموح لدى الأطفال الصم، إعداد: الباحث، استمارة دراسة الحالة، إعداد: الباحث، اختبار تفهم الموضوع للصغار، إعداد: بيلاك وبيلاك، كما استخدم الباحث الأساليب الإحصائية التالية: معامل ارتباط بيرسون، اختبار (ت)، تحليل التباين، معامل الانحدار المتعدد، وقد أسفرت نتائج الدراسة عما يلي: وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين أساليب المعاملة الوالدية للأطفال الصم وبين مستوى الطموح لديهم، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين صغار وكبار السن في مستوى الطموح، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في مستوى الطموح، عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين السن والجنس في مستوى الطموح.

17. دراسة محمود أبو سمرة، ومحمد عمران، ومحمد الطيطي (2004):

هدفت الدراسة إلى الكشف عن المناخ الجامعي في جامعات الضفة الغربية في فلسطين وعلاقته بمستوى الطموح لدى طلابها، وقد تكونت عينة الدراسة من (642) طالباً وطالبة، منهم (252) طالباً، و(390) طالبة، من طلبة السنة الثالثة موزعين على أربع من جامعات الضفة الغربية

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

في فلسطين هي (جامعة بيرزيت، وجامعة القدس، وجامعة بيت لحم، وجامعة الخليل)، خلال الفصل الدراسي الثاني من العام الجامعي 2004/2003م، وقد استخدم الباحثون الأدوات التالية: مقياس المناخ الجامعي، إعداد الباحثون، مقياس مستوى الطموح، إعداد: محمد الصافي (2001)، كما استخدم الباحثون الأساليب الإحصائية الآتية: المتوسطات الحسابية، النسب المئوية، الانحرافات المعيارية، معامل ارتباط بيرسون، اختبار (ت)، تحليل التباين الأحادي، اختبار شيفيه، وقد أسفرت نتائج الدراسة عما يلي: أن درجة المناخ الجامعي في جامعات الضفة الغربية في فلسطين كانت متوسطة، أن درجة مستوى الطموح لدى طلاب جامعات الضفة الغربية في فلسطين كانت مرتفعة، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلبة في مستوى الطموح تعزى لمتغير الجامعة، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلبة في مستوى الطموح تعزى لمتغير الجنس والتخصص، وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات المناخ الجامعي ودرجات مستوى الطموح لدى طلبة الجامعات الفلسطينية في الضفة الغربية.

18. دراسة حسن منسي (2003):

هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى الطموح لدى عينة من طلبة الصف الثاني الثانوي في مدينة اربد بالأردن وعلاقته ببعض المتغيرات، وقد بلغت عينة الدراسة (750) طالباً وطالبة، منهم (400) من الذكور، و(350) من الإناث، من شرق وغرب وشمال وجنوب ووسط مدينة إربد للفصل الدراسي الثاني من العام 2000/1999 م، وقد استخدم الباحث استبيان مستوى الطموح، إعداد: عبد الوهاب العيسى (1973)، كما استخدم الأساليب الإحصائية التالية: المتوسطات الحسابية، الانحرافات المعيارية، اختبار (ت)، تحليل التباين الأحادي، وقد أسفرت نتائج الدراسة عما يلي: وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح بين الذكور والإناث لصالح الذكور، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح لدى الطلاب يعزى للتخصص الأكاديمي، وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح لدى الطالبات يعزى للتخصص الأكاديمي، وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح بين أفراد عينة الدراسة يعزى للمستوى التعليمي للأم لصالح الدبلوم ثم الجامعي ثم الثانوي على التوالي.

19. دراسة علي مفتاح (2003):

هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى الطموح ونوعيته لدى بعض فئات المجتمع المصري، وقد تألفت عينة الدراسة من (672) فرداً من بين مختلف الفئات والشرائح في المجتمع المصري، وقد استخدم الباحث الأدوات التالية: اختبار مستوى ونوعية الطموح، إعداد: العارف بالله الغندور، ومحمد صبري عبد الحميد (2001)، كما استخدم الأساليب الإحصائية التالية: المتوسطات الحسابية،

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الانحرافات المعيارية، النسبة المئوية، تحليل التباين، اختبار (ت)، التحليل العاملي، وقد أسفرت نتائج الدراسة عما يلي: عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الفئات العمرية المختلفة في مستوى الطموح، وفي نوعية الطموح، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المستويات التعليمية المختلفة في مستوى الطموح، وفي نوعية الطموح، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في مستوى الطموح، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في نوعية الطموح، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الأفراد من مهن مختلفة في مستوى الطموح، وفي نوعية الطموح.

20. دراسة نضال إبراهيم (2003):

هدفت الدراسة إلى الكشف عن الأمن الوظيفي وعلاقته بمستوى الطموح لدى المدراء العاملين في مقرات وزارات السلطة الوطنية الفلسطينية وأثر بعض المتغيرات الديمغرافية عليهما، وقد تكونت عينة الدراسة من (238) مدير من مدراء مقرات وزارات السلطة الوطنية الفلسطينية، وقد استخدم الباحث الأدوات التالية: مقياس الإحساس بالأمن، إعداد: ماسلو، تعريب دواني، وديراني (1983)، مقياس مستوى الطموح، إعداد: كاميليا عبد الفتاح (1961)، وقد استخدم الباحث الأساليب الإحصائية التالية: المتوسطات الحسابية، الانحرافات المعيارية، معامل ارتباط بيرسون، تحليل التباين الأحادي، اختبار (L.S.D) للفروق البعدية، وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية: انخفاض مستوى الإحساس بالأمن لدى أفراد العينة، وارتفاع مستوى الطموح لديهم، وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الإحساس بالأمن وبين مستوى الطموح، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الإحساس بالأمن، وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح تبعاً لمتغير الجنس لصالح الذكور، وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الإحساس بالأمن تبعاً لمتغيري المركز الوظيفي والمؤهل العلمي، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح تبعاً لمتغيري المركز الوظيفي، والمؤهل العلمي.

21. دراسة فايز الأسود (2003):

هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين مستوى القلق ومفهوم الذات ومستوى الطموح لدى الطلبة الجامعيين في دولة فلسطين، وقد تكونت عينة الدراسة من (378) طالباً وطالبة من الجامعات الفلسطينية في محافظات قطاع غزة، منهم (146) طالباً وطالبة من الجامعة الإسلامية، و(156) طالباً وطالبة من جامعة الأزهر، و(76) طالباً وطالبة من جامعة الأقصى، وقد استخدم الباحث الأدوات التالية: مقياس القلق العام للراشدين، إعداد: محمد جعفر الليل (1994)، وقد أعاد الباحث تقنينه على البيئة الفلسطينية، مقياس مفهوم الذات للراشدين، إعداد: صلاح الدين أبو ناهية (1999)، مقياس مستوى الطموح للراشدين، إعداد: كاميليا عبد الفتاح (1971)، وقد استخدم الباحث الأساليب الإحصائية التالية: معامل ارتباط بيرسون، اختبار (ت)، تحليل التباين الأحادي، وقد توصلت الدراسة

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

إلى النتائج التالية: وجود علاقة سالبة ذات دلالة إحصائية بين مستوى القلق وأبعاده، ومستوى الطموح، ماعدا بعد الميل إلى الكفاح، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في الدرجة الكلية لمقياس مستوى الطموح، ماعدا الأبعاد التالية: الميل إلى الكفاح، تحمل المسؤولية، الاعتماد على النفس، المثابرة، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح تعزى لمتغير الجامعة، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح تعزى لمتغير التخصص الدراسي (أقسام نظرية / أقسام عملية) ماعدا بعدي تحمل المسؤولية، والاعتماد على النفس، لصالح الأقسام العملية، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح تعزى لمتغير المستوى الدراسي، ماعدا بعد الاتجاه نحو التفوق.

22. دراسة الجوهرة الذواد (2002):

هدفت الدراسة إلي الكشف عن وجهة الضبط وعلاقتها بمستوى الطموح لدى بعض طالبات الجامعة السعوديات والمصريات، وقد تكونت عينة الدراسة من (150) طالبة من طالبات كلية الآداب بجامعة المنصورة، و(150) طالبة من طالبات كلية التربية بجدة، وقد استخدمت الباحثة الأدوات التالية: استبيان مستوى الطموح للراشدين، إعداد: كاميليا عبد الفتاح (1975)، مقياس وجهة الضبط، إعداد: علاء الدين كفافي (1982)، كما استخدمت الأساليب الإحصائية التالية: اختبار (ت)، معامل ارتباط بيرسون، وقد أسفرت النتائج عما يلي: وجود علاقة موجبة ذات دلالة إحصائية بين سمة الضبط الداخلي ومستوى الطموح لدى الطالبات المصريات، وجود علاقة موجبة ذات دلالة إحصائية بين سمة الضبط الداخلي ومستوى الطموح لدى الطالبات السعوديات، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الطالبات السعوديات والمصريات بالنسبة لوجهة الضبط الداخلية لصالح الطالبات السعوديات، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الطالبات السعوديات والمصريات بالنسبة لسمة الطموح لصالح الطالبات المصريات.

23. دراسة سناء الجبوري (2002):

هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى الطموح وعلاقته بقوة تحمل الشخصية لدى طلبة الجامعة، وشملت عينة الدراسة (233) طالباً وطالبة من طلبة الجامعات في العراق، واستخدمت الباحثة الأدوات الآتية: مقياس مستوى الطموح الأكاديمي، إعداد: الباحثة، مقياس مستوى الطموح المهني، إعداد: الباحثة، مقياس قوة تحمل الشخصية، إعداد: كوباس (1979)، تعريب الشمري (2001)، كما استخدمت الباحثة الوسائل الإحصائية الآتية: معاملات ارتباط بيرسون، معامل ألفا كرونباخ، معامل الانحدار، اختبار (ت)، معادلة الخطأ المعياري، وأسفرت نتائج الدراسة عما يلي: أن مستوى الطموح الأكاديمي ومستوى الطموح المهني وقوة تحمل الشخصية كان مرتفعاً لدى طلبة

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الجامعات، وجود علاقة موجبة ذات دلالة إحصائية بين مستوى الطموح الأكاديمي والطموح المهني، وبين قوة تحمل الشخصية تبعاً لمتغيري الجنس، وجود علاقة موجبة ذات دلالة إحصائية بين مستوى الطموح الأكاديمي، ومستوى الطموح المهني، وقوة تحمل الشخصية، إن نسبة إسهام مستوى الطموح المهني في التنبؤ بقوة تحمل الشخصية أعلى من نسبة إسهام مستوى الطموح الأكاديمي.

24. دراسة عبد الله الصافي (2002):

هدفت الدراسة إلى الكشف عن الفروق في القابلية للتعلم الذاتي وقلق الاختبارات ومستوى الطموح بين الطلاب مرتفعي التحصيل الدراسي ومنخفضيه بالصف الأول الثانوي، وقد تكونت عينة الدراسة من (140) طالباً من مدارس الثانوية في مدينتي أبها، وخميس مشيط، بالمملكة العربية السعودية، منهم (66) طالباً من مرتفعي التحصيل الدراسي، و(74) طالباً من منخفضي التحصيل الدراسي، وقد استخدم الباحث الأدوات التالية: مقياس الاتجاه نحو التعليم الذاتي، إعداد: جليلمينو (1977)، تعريب: صلاح مراد، ومحمد مصطفي (1982)، مقياس الاتجاه نحو الامتحان، إعداد: سبيلبرجر (1980)، تعريب: ليلى عبد الحميد (1984)، مقياس مستوى الطموح، إعداد: عبد الله الصافي، ومحمد حسّانين محمد (2001)، وقد استخدم الباحث الأساليب الإحصائية الآتية: المتوسطات الحسابية، الانحرافات المعيارية، معامل ارتباط بيرسون، اختبار (ت)، وقد أسفرت نتائج الدراسة عما يلي: وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب (مرتفعي – منخفضي) التحصيل الدراسي في كل من القابلية للتعلم الذاتي، ومستوى الطموح لصالح الطلاب مرتفعي التحصيل الدراسي، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب (مرتفعي – منخفضي) التحصيل الدراسي في قلق الاختبار لصالح الطلاب منخفضي التحصيل الدراسي.

25. دراسة عبد الله الصافي (2001):

هدفت الدراسة إلى الكشف عن المناخ المدرسي وعلاقته بدافعية الانجاز ومستوى الطموح لدى عينة من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمدينة أبها، وقد تكونت عينة الدراسة من (160) طالباً وطالبة من طالبات الصف الثاني الثانوي في مدارس مدينة أبها بالمملكة العربية السعودية، منهم (80) طالباً من مدرستين للبنين، إحداهما ذات مناخ مدرسي مفتوح، والأخرى ذات مناخ مدرسي مغلق، ومنهم (80) طالبة من مدرستين للبنات، إحداهما ذات مناخ مدرسي مفتوح، والأخرى ذات مناخ مدرسي مغلق، وقد استخدم الباحث الأدوات التالية: مقياس المناخ المدرسي، إعداد: الباحث، مقياس دافعية الانجاز، إعداد: لن، تعريب: يحيى الدين حسين (1982)، مقياس مستوى الطموح، إعداد: كاميليا عبد الفتاح(1975)، وقد استخدم الأساليب الإحصائية الآتية: تحليل التباين، اختبار نيومان كولز، وقد أسفرت النتائج عما يلي: وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

طلاب وطالبات المدارس ذات المناخ المفتوح، وبين متوسطات درجات طلاب وطالبات المدارس ذات المناخ المدرسي المغلق، في كل من دافعية الانجاز، ومستوى الطموح لصالح طلاب وطالبات المدارس ذات المناخ المدرسي المفتوح.

ثانياً: دراسات أجنبية تناولت مستوى الطموح:

1. دراسة Zainal Ismail, and Zaidatol AkmaliahLope Pihie (2011):

هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى الطموح التعليمي نحو تخصصي المحاسبة، والمهن الحرفية لدى طلاب المرحلة الثانوية في سيلانجور بماليزيا، وقد تكونت عينة الدراسة من (117) طالب، وقد استخدم الباحث الاستبانة، وقد أسفرت نتائج الدراسة عما يلي: وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح التعليمي نحو تخصص المحاسبة حيث بلغت النسبة (29.9) %، أما مستوى الطموح التعليمي نحو تخصص المهن الحرفية فقد بلغت النسبة (18.8)%، و أما نسبة الطلبة الذين أجابوا على الاستبانة ب " لا يعنيني " فقد بلغت النسبة (44.4)%، وأما نسبة الطلبة الذين لا يوجد لديهم طموح بتاتاً فقد بلغت النسبة (6.8)%.

2. دراسة Hiroki Nakanishi (2011):

هدفت الدراسة إلى الكشف عن الطموح التعليمي لدى طلاب المرحلة الثانوية اليابانيين قبل الدخول للجامعة، وقد تكونت عينة الدراسة من (386) طالباً وطالبة، وقد استخدم الباحث المقابلات مع الطلبة، وقد أسفرت نتائج الدراسة عما يلي: وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الطلاب الذين لديهم ميول في إكمال تعليمهم في الجامعة، وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الطلاب الذين يعتقدون بأن طموحهم التعليمي مرتبط باختيار تخصصهم في الجامعة وليس بالطبقة الاجتماعية أو درجة تحصيلهم الدراسي، وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الطلاب من الطبقة الاجتماعية المتدنية الذين لديهم طموح في الالتحاق بالمهن الحرفية.

3. دراسة Madarasova Geckova, et, al (2010):

هدفت الدراسة إلى الكشف عن العوامل المرتبطة بالطموحات التعليمية لدى المراهقين، وكذلك الكشف عن العلاقة بين مستوى الطموح التعليمي وبين كل من: المستوى التعليمي للوالدين، المستوى الاجتماعي الاقتصادي للوالدين، العوامل المرتبطة بالمدرسة نفسها، الدعم الاجتماعي، المادة الدراسية، لدى طلاب المرحلة الثانوية في السلوفاك، وقد تكونت عينة الدراسة من (1992) طالباً وطالبة، يمثل الإناث منهم ما نسبته (53.5%) من العينة الكلية، وقد استخدم الباحث الاستبانة التي شملت أبعاداً مثل: مستوى التعليم لدى الوالدين، الحالة المهنية، الأجواء داخل المدرسة، الاتجاهات نحو المدرسة،

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

المواد الدراسية، الدعم الاجتماعي المتلقى، الإحساس بالتلاحم، التقييم الذاتي، القدرة على تحمل تكاليف الدراسة المستقبلية، وقد أسفرت نتائج الدراسة عما يلي: وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح التعليمي لصالح الطلاب من ذوي الآباء مرتفعي التحصيل، وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح التعليمي لصالح الطلاب من ذوي الآباء غير العاملين " ذويي البطالة "، وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح التعليمي لصالح الطلاب الذين توفرت لديهم الأجواء الإيجابية في المدرسة، وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح التعليمي لصالح الطلاب الذين لديهم الاتجاهات الايجابية نحو المدرسة، وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح التعليمي لصالح الطلاب الذين يتلقون الدعم الإيجابي من قبل الآباء، كما و قد أسفرت نتائج الدراسة عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح التعليمي لصالح الذين يتلقون الدعم الإيجابي من قبل الأمهات و الأصدقاء.

4. دراسة Niemiec, et, al (2009):

هدفت الدراسة إلى معرفة أثر الطموح الداخلي والخارجي على الأفراد مابعد الحياة الجامعية، وقد تكونت عينة الدراسة من (240) فرداً من الخريجين الجامعيين منهم (84) من الذكور، ومنهم (156) من الإناث، وقد استخدم الباحث مقياس كاسر وريان للطموح (2001)، وقد أسفرت نتائج الدراسة عما يلي: وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية موجبة بين الطموح الداخلي، وبين الصحة النفسية للأفراد الخريجين، وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية موجبة بين الطموح الداخلي، وبين الحاجات النفسية الأساسية، عدم وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الطموح الخارجي، وبين الصحة النفسية للأفراد الخريجين.

5. دراسة Aaron Doyle, Judith Kleinfeld (2009):

هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى الطموح التعليمي لدى طلاب المناطق الريفية في ألاسكا، وأثر العائلة والمدرسة على هذا الطموح، وقد تكونت عينة الدراسة من (49) طالباً وطالبة، منهم (27) طالباً و(22) طالبة، من الفصل الثاني عشر (الثانوية العامة)، وقد استخدم الباحث المقابلات مع الطلبة قبل أسبوعين من انتهاء دراسة الثانوية العامة، وقد أسفرت نتائج الدراسة عما يلي: أن ما نسبته (61)% من هؤلاء الطلاب و الطالبات يرغبون بالالتحاق بالجامعة بعد الثانوية العامة، أن (63)% يرغبون في الالتحاق بالمهن الحرفية، أما فيما يتعلق بالذين يرغبون بالالتحاق بالجامعة بعد الثانوية العامة فقد وجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث لصالح الإناث (73)%، وأما فيما يتعلق بالذين يرغبون بالالتحاق بالمهن الحرفية بعد الثانوية العامة فقد وجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث لصالح الذكور (74)%، أن ما نسبته (80)% من هؤلاء

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الطلاب والطالبات قد تم تشجيعهم من قبل عائلاتهم للالتحاق بالجامعة بعد الثانوية العامة، أن ما نسبته (74)% من هؤلاء الطلاب والطالبات قد تم تقديم المساعدة لهم للتفكير في مرحلة ما بعد الثانوية العامة من قبل المرشد المدرسي.

6. دراسة Campbell (2008):

هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين أساليب التنشئة الوالدية المسئولة، وبين مستوى الطموح لدى الأبناء، حيث تكونت عينة الدراسة من (243) طالباً وطالبة من طلبة المرحلة الثانوية في ولاية فلوريدا، وقد استخدم الباحث الأدوات الآتية: مقياس المعاملة الوالدية كما يدركها الأبناء، إعداد: الباحث، استبيان مستوى الطموح للراشدين، إعداد هنري (2005)، وقد أسفرت النتائج عما يلي: وجود علاقة ذات دلالة إحصائية موجبة بين أسلوب الدفء لدى الأب وبين مستوى الطموح لدى الذكور، والإناث، وجود علاقة ذات دلالة إحصائية سالبة بين أسلوب الرفض الوالدي لدى الأب وبين مستوى الطموح لدى الذكور، والإناث، عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين أساليب الضبط الصارم والعقاب البدني لدى الأب وبين مستوى الطموح لدى الذكور، والإناث، وجود علاقة ذات دلالة إحصائية سالبة بين أسلوب الضبط من خلال التأنيب لدى الأم وبين مستوى الطموح لدى كل من الذكور والإناث، وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين أسلوب التساهل لدى الأم وبين مستوى الطموح لدى كل من الذكور والإناث، عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين أسلوب الدفء لدى الأم وبين مستوى الطموح لدى الذكور، وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين أسلوب الدفء لدى الأم وبين مستوى الطموح لدى الإناث، عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في مستوى الطموح، عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين المستوى الاجتماعي والاقتصادي، وبين تحديد الأبناء من الجنسين لمستوى طموحهم.

7. دراسة Kasamba, Julie (2008):

هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة ما بين هيكل الأسرة، والثقة بالنفس، والطموح لدى طلاب المدارس الثانوية في مقاطعة كامبالا، وقد تكونت عينة الدراسة من (150) طالب، وقد استخدم الباحث مقياس العلاقة بين هيكل الأسرة والثقة بالنفس والطموح، وقد خلصت نتائج الدراسة إلى ما يلي: وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح لصالح الطلاب المنحدرين من الأسر وحيدة الأبوين، وجود علاقة إيجابية ذات دلالة إحصائية بين الطموح والثقة بالنفس، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في تركيبة هيكل الأسرة، والثقة بالنفس، و قد أوصت الدراسة بأنه ينبغي أن يُعامل جميع الطلاب القادمين من مختلف الهياكل الأسرية بإنصاف، الأمر الذي من شأنه أن يساهم في تنمية الثقة بالنفس، وهذا ما يساعد في تحسين طموحاتهم.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

8. دراسة Hyunjoon Park (2008):

هدفت الدراسة إلى الكشف عن أثر (الأبوة / الأمومة) المنفردة على الطموح التعليمي في كوريا، وقد تكونت عينة الدراسة من (6000) طالباً من الفصل التاسع والفصل الثاني عشر، وقد استخدم الباحث المسح الميداني من خلال معهد الأبحاث الكوري للتعليم و التدريب (KRIVET)، وقد أسفرت نتائج الدراسة عما يلي: وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح التعليمي لصالح الطلاب من ذوي الأسر مزدوجة الأبوين (مرتفعي الطموح)، مقارنة بالطلاب المنحدرين من أبوة منفردة (منخفضي الطموح)، أما عند مقارنة الطلاب أنفسهم المنحدرين من (أبوة / أمومة) منفردة فقد أظهرت الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح التعليمي لصالح الطلاب المنحدرين من (عائلات متوفي فيها الأم/ الأب) مقارنة بالطلاب المنحدرين من (عائلات مطلق فيها الأم/ الأب).

9. دراسة Leonard Worell (2007):

هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين النجاح الأكاديمي ومستوى الطموح لدى طلاب المدارس الثانوية في مدينة " لوا " بالولايات المتحدة الأمريكية، وقد تكونت عينة الدراسة من (421) طالب، وقد استخدم الباحث اختباري ACE و CEEB، لقياس مستوى الطموح وعلاقته بالنجاح الأكاديمي، وقد كشفت الدراسة عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح لصالح الطلاب الذين كانت معظم علاماتهم أعلى من C (درجتي A و B).

ثالثاً: التعقيب على الدراسات السابقة:

يتضح لنا من مجموعة الدراسات السابقة التي تناولت مستوى الطموح ما يلي:

1. من حيث المنهج:

استخدمت جميع الدراسات السابقة المنهج الوصفي التحليلي، ماعدا دراسة سناء آل أطيمش (2006) استخدمت المنهج التجريبي، أما في الدراسة الحالية فقد استخدمت الباحثة المنهج التجريبي، وهو المنهج الذي حاولت الباحثة من خلاله التعرف إلى فاعلية برنامج إرشادي لتنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى طالبات المرحلة الثانوية.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

2. من حيث الأهداف:

تناولت غالبية الدراسات السابقة دراسة مستوى الطموح من خلال ربطه بالعديد من المتغيرات الأخرى، وذلك بهدف معرفة ارتباط مستوى الطموح بتلك المتغيرات، فنجد أن هناك بعض الدراسات هدفت إلى دراسة العلاقة بين مستوى الطموح الأكاديمي ومتغير آخر فقط مثل: متغير قلق المستقبل كدراسة كل من: نيفين المصري (2011)، غالب المشيخي (2009)، سناء آل أطيمش (2005)، مفهوم الذات كدراسة كل من: زياد بركات (2008)، آمنة حمد (2005)، تقدير الذات كدراسة رشا الناطور (2008)، أساليب التنشئة الوالدية المسئولة كدراسة كامبل (2008)، التفكير الإبداعي كدراسة خالد أبو ندى (2004)، التفاعل الاجتماعي كدراسة صالح البركات، وعمر بني ياسين (2011)، التوافق الدراسي كدراسة سعاد كلوب (2010)، إدراك القبول – الرفض الوالدي كدراسة علي الزهراني (2009)، النجاح الأكاديمي كدراسة لونارد وريل (2007)، مستوى الذكاء كدراسة توفيق شبير (2005)، المناخ الجامعي كدراسة محمود أبو سمرة، ومحمد عمران، ومحمد الطيطي(2004)، سمات الشخصية كدراسة أكرم الحجوج (2004)، أساليب المعاملة الوالدية كدراسة محمد النوبي علي (2004)، الأمن الوظيفي كدراسة نضال إبراهيم (2003)، وجهة الضبط الداخلي – الخارجي كدراسة الجوهرة الذواد (2002)، قوة تحمل الشخصية كدراسة سناء الجبوري (2002)، المناخ المدرسي كدراسة عبد الله الصافي (2001)، كما هدفت دراسات أخرى إلى دراسة العلاقة بين مستوى الطموح الأكاديمي وأكثر من متغير مثل: الحاجات النفسية ومفهوم الذات كدراسة علاء القطناني (2011)، المستوى التعليمي للوالدين، والمستوى الاجتماعي الاقتصادي، والدعم الاجتماعي المتلقى كدراسة مدراسوفا جيكوفا (2010)، هيكل الأسرة والثقة بالنفس كدراسة كاسمبا جولي (2008)، نوع التعليم، والجنس كدراسة أنور البنا (2003)، مستوى القلق، ومفهوم الذات كدراسة فايز الأسود (2003)، الجنس، والتخصص الأكاديمي، والمستوى التعليمي للأم كدراسة حسن منسي (2003)، العمر، والمستوى التعليمي، والجنس كدراسة علي مفتاح (2003)، في حين هدفت دراسة عبد الله الصافي (2002) إلى الكشف عن الفروق في القابلية للتعلم الذاتي وقلق الاختبارات ومستوى الطموح بين الطلاب مرتفعي التحصيل الدراسي ومنخفضيه، كما هدفت دراسة نيميك وآخرون (2009) إلى معرفة أثر الطموح الداخلي والخارجي على الأفراد ما بعد الحياة الجامعية، وكذلك هدفت دراسة هيونجون بارك (2008) إلى الكشف عن أثر (الأبوة / الأمومة) المنفردة على الطموح التعليمي في كوريا، غير أن دراسة سناء آل أطيمش (2006) الوحيدة التي كانت تهدف إلى تنمية مستوى الطموح لدى طلبة المرحلة المتوسطة في بغداد.

وترى الباحثة أن الدراسات السابقة لم تتطرق إلى تنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى طالبات المرحلة الثانوية من خلال برنامج إرشادي، ومن هنا نجد أهمية الدراسة الحالية.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

3. من حيث العينة:

تباينت العينات التي تناولتها الدراسات السابقة، حيث أجريت بعض الدراسات على طلبة الجامعات، مثل دراسة كل من: نيفين المصري (2011)، علاء القطناني (2011)، غالب المشيخي (2009)، زياد بركات (2008)، توفيق شبير (2005)، آمنة حمد (2005)، أنور البنا (2005)، محمود أبو سمرة، ومحمد عمران، ومحمد الطيطي (2004)، فايز الأسود (2003)، الجوهرة الذواد (2002)، سناء الجبوري (2002)، في حين أجريت دراسات أخرى على طلبة المرحلة الثانوية، مثل دراسة كل من: صالح البركات، وعمر بني ياسين (2011)، هيروكي ناكنيشي (2011)، زينال، وزيداتول (2011)، سعاد كلوب (2010)، مدراسوفا جيكوفا (2010)، ارون، وجوديث (2009)، كاسمبا جولي (2008)، هيونجون بارك (2008)، رشا الناطور (2008)، لونارد وريل (2007)، حسن منسي (2003)، عبد الله الصافي (2002)، عبد الله الصافي (2001)، كما أجريت بعض الدراسات على طلبة المرحلة المتوسطة مثل دراسة كل من: علي الزهراني (2009)، سناء آل أطيمش (2006)، سناء آل أطيمش (2005)، أما دراسة خالد أبو ندى (2004) فقد أجريت على طلبة المرحلة الأساسية، ودراسة أكرم الحجوج (2004) فقد أجريت على معلمين ومعلمات المرحلة الأساسية، ودراسة نضال إبراهيم (2003) فقد أجريت على مدراء مقرات وزارات السلطة الوطنية الفلسطينية، في حين دراسة علي مفتاح (2003) فقد تناولت عينة من جميع الفئات والشرائح المصرية، أما دراسة محمد النوبي علي (2004) فقد أجريت على الأطفال الصم.

وترى الباحثة من خلال استعراض الدراسات السابقة أنها تباينت في العينات التي تناولتها، ولكن معظمها ركزت على اختيار عيناتها من المرحلة الثانوية كالدراسة الحالية، لما لها من أهمية باعتبارها مرحلة حاسمة في تحديد وتحقيق الأهداف المستقبلية.

4. من حيث الأدوات:

تباينت الأدوات التي استخدمتها الدراسات السابقة، ففي حين استخدمت دراسة كل من: نيفين المصري (2011)، وسعاد كلوب (2010)، وخالد أبو ندى (2004) مقياس مستوى الطموح الأكاديمي إعداد: صلاح الدين أبو ناهية، فقد استخدمت دراسة كل من: توفيق شبير (2005)، وآمنة حمد (2005)، وأنور البنا (2005)، وأكرم الحجوج (2004)، ونضال إبراهيم (2003)، وفايز الأسود (2003)، والجوهرة الذواد (2002)، وعبد الله الصافي (2001)، مقياس مستوى الطموح للراشدين، إعداد: كاميليا عبد الفتاح (1975)، كما استخدمت دراسة كل من: علاء القطناني (2011)، وزياد بركات (2008)، وسناء آل أطيمش (2006)، وسناء آل أطيمش (2005)، ومحمد النوبي علي (2004)، وسناء الجبوري (2002) مقاييس متعددة لمستوى الطموح من إعداد: الباحثين أنفسهم،

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

واستخدم صالح البركات، وعمر بني ياسين (2011) مقياس مستوى الطموح الأكاديمي، إعداد: سناء الجبوري (2002)، واستخدم غالب المشيخي (2009) مقياس مستوى الطموح، إعداد: معوض، وعبد العظيم (2005)، واستخدم علي الزهراني (2009) مقياس مستوى الطموح لدى المراهقين والشباب، إعداد: آمال باظة (2004)، واستخدم محمود أبو سمرة، ومحمد عمران، ومحمد الطيطي (2004)، مقياس مستوى الطموح، إعداد: محمد الصافي (2001)، واستخدم حسن منسي (2003) استبيان مستوى الطموح، إعداد: عبد الوهاب العيسى (1973)، واستخدم علي مفتاح (2003) اختبار مستوى ونوعية الطموح، إعداد: العارف بالله الغندور، ومحمد صبري عبد الحميد (2001)، واستخدم عبد الله الصافي (2002) مقياس مستوى الطموح، إعداد: عبد الله الصافي، ومحمد حسّانين محمد (2001)، كما استخدمت جميع الدراسات السابقة مقاييس أخرى مثل: مقياس قلق المستقبل، مقياس فاعلية الذات، مقياس الحاجات النفسية، مقياس مفهوم الذات، مقياس التفاعل الاجتماعي، التوافق الدراسي، مقياس المسئولية الاجتماعية، مقياس إدراك القبول – الرفض الوالدي، مقياس تقدير الذات، اختبار الذكاء، مقياس مستوى الطموح المهني، مقياس المستوى الاجتماعي الاقتصادي، مقياس الذكاء الوجداني، مقياس الرضا عن الحياة، مقياس المناخ الجامعي، مقياس الانبساط – الانطواء، مقياس العصابية – الاتزان الانفعالي، اختبار تورانس للتفكير الإبداعي، مقياس العزو السببي، مقياس الإحساس بالأمن، مقياس القلق ومفهوم الذات، اختبار الذكاء غير اللفظي للصم، مقياس المعاملة الوالدية، مقياس وجهة الضبط، مقياس قوة تحمل الشخصية، مقياس الاتجاه نحو التعلم الذاتي، مقياس الاتجاه نحو الامتحان، مقياس المناخ المدرسي، مقياس الدافعية للانجاز، مقياس العلاقة بين هيكل الأسرة والثقة بالنفس والطموح.

وترى الباحثة أن الأدوات المستخدمة في الدراسات السابقة، اختلفت من دراسة إلى أخرى بما يخدم أهداف تلك الدراسات، وقد استخدمت بعض الدراسات مقياس مستوى الطموح الأكاديمي المستخدم في الدراسة الحالية، ولكن الدراسة الحالية تميزت في استخدام برنامج إرشادي لتنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى طالبات المرحلة الثانوية، واختبار الذكاء المصور لأحمد زكي صالح (1978)، واستمارة تقدير المستوى الاجتماعي الاقتصادي للأسرة الفلسطينية، إعداد: نظمي أبو مصطفى (2010)، من أجل ضبط المتغيرات.

5. من حيث الأساليب الإحصائية:

اتفقت معظم الدراسات السابقة في المعالجة الإحصائية حيث استخدمت أساليب إحصائية متشابهة مثل: اختبار (ت)، ومعامل ارتباط بيرسون، والمتوسطات الحسابية، والتكرارات المئوية،

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

والانحرافات المعيارية، وتحليل التباين الأحادي، وتحليل التباين الثنائي، التحليل العالمي، معادلة سبيرمان – براون، مربع كا2، اختبار شيفيه، الاختبار الزائي (Z)، اختيار نيومان كولز.

وقد قامت الباحثة باستخدام بعض الأساليب التي استخدمتها الدراسات السابقة مثل: معامل ارتباط بيرسون، ومعادلة سبيرمان – براون التنبؤية، واختبار (ت)، كما استخدمت اختبار مربع معامل إيتا للتحقق من فاعلية البرنامج الإرشادي في تنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى أفراد المجموعة التجريبية، وهو أسلوب لم تستخدمه أيٌّ من الدراسات السابقة.

6. من حيث النتائج:

تباينت نتائج الدراسات السابقة، حيث أن بعض الدراسات وجدت فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح تبعاً لمتغير الجنس مثل دراسة كل من: نفين المصري (2011)، علاء القطناني (2011)، أنور البنا (2005)، فايز الأسود (2003)، نضال إبراهيم (2003)،حسن منسي (2003)، وتبعاً لمتغير التخصص الأكاديمي مثل دراسة كل من: نفين المصري (2011)، علاء القطناني (2011)، غالب المشيخي (2009)، حسن منسي (2003)، وتبعاً لمتغير التحصيل الدراسي مثل دراسة كل من: زياد بركات (2008)، عبد الله الصافي (2002)، والمناخ المدرسي مثل دراسة عبد الله الصافي (2001)، والجامعة مثل دراسة آمنة حمد (2005)، ونوع التعليم مثل دراسة أنور البنا (2005)، والقبول والرفض الوالدي مثل دراسة علي الزهراني (2009)، والمستوى التعليمي للوالدين مثل دراسة كل من: حسن منسي (2003)، كما أن بعض الدراسات السابقة وجدت علاقة موجبة بين مستوى الطموح ومتغيرات أخرى مثل: التفاعل الاجتماعي في دراسة صالح البركات، وعمر بني ياسين (2011)، وتقدير الذات في دراسة رشا الناطور (2008)، والحاجات النفسية الأساسية في دراسة كاسمبا جولي (2008)، وأساليب التنشئة الوالدية في دراسة كامبل (2008)، وقلق المستقبل في دراسة سناء آل أطيمش (2005)، ومتغيري مستوى الذكاء والمستوى الاجتماعي الاقتصادي، في دراسة توفيق شبير (2005)، والمناخ الجامعي في دراسة أكرم الحجوج (2004)، والتفكير الإبداعي في دراسة خالد أبو ندى (2004)، وأساليب المعاملة الوالدية للأطفال الصم في دراسة محمد النوبي علي (2004)، وسمة الضبط الداخلي في دراسة الجوهرة الذواد (2002)، وقوة تحمل الشخصية في دراسة سناء الجبوري (2002)، في حين أن دراسة غالب المشيخي (2009) وجدت علاقة سالبة بين مستوى الطموح وبين قلق المستقبل وفاعلية الذات.

وترى الباحثة من خلال استعراض الدراسات السابقة أنها أظهرت جميعها علاقة مستوى الطموح بمتغيرات أخرى، ومن خلال تلك النتائج حاولت الباحثة أثناء تصميم البرنامج الإرشادي،

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

التركيز على المتغيرات ذات العلاقة بمستوى الطموح، مثال: تقدير الذات، الحاجات النفسية، قوة تحمل الشخصية، وإدخالها ضمن جلسات البرنامج الإرشادي من أجل العمل على تنميتها، ما يساعد على تنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى أفراد المجموعة التجريبية.

موقع الدراسة الحالية بين الدراسات السابقة:

1. اتفقت الدراسة الحالية مع بعض الدراسات في اختيار العينة من طلبة المرحلة الثانوية مثل دراسة كل من: صالح البركات، وعمر بني ياسين (2011)، مدراسوفا جيكوفا (2010)، كاسمبا جولي (2008)، رشا الناطور (2008)، لونارد وريل (2007)، حسن منسي (2003)، عبد الله الصافي (2002)، عبد الله الصافي (2001).
2. اتفقت أيضاً مع بعض الدراسات السابقة في استخدام مقياس مستوى الطموح الأكاديمي مثل دراسة كل من: صالح البركات، وعمر بني ياسين (2011)، سعاد كلوب (2010)، سناء آل أطيمش (2006)، سناء الجبوري (2002).
3. تمايزت الدراسة الحالية عن باقي الدراسات السابقة في المنهج المستخدم، والأدوات المستخدمة، والهدف من الدراسة، ففي حين أن الدراسات السابقة استخدمت المنهج الوصفي التحليلي، فقد استخدمت الباحثة في الدراسة الحالية المنهج التجريبي، وهو المنهج الذي حاولت الباحثة من خلاله التعرف إلى فاعلية برنامج إرشادي لتنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى طالبات المرحلة الثانوية.
4. تمايزت أيضاً في الأدوات المستخدمة، ففي حين أن الدراسات السابقة استخدمت مقاييس مختلفة سواء لمستوى الطموح أو للمتغيرات الأخرى، فقد قامت الدراسة الحالية باستخدام برنامج إرشادي لتنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى طالبات المرحلة الثانوية.
5. تمايزت أيضاً في الهدف من الدراسة، ففي حين أن الدراسات السابقة هدفت إلى معرفة العلاقة بين مستوى الطموح ومتغيرات أخرى، فقد هدفت الدراسة الحالية إلى تنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى طالبات المرحلة الثانوية، وحتى دراسة سناء آل أطيمش (2006) وهي الدراسة الوحيدة التي استخدمت برنامج إرشادي، فقد كانت تهدف إلى تنمية مستوى الطموح بشكل عام وليس مستوى الطموح الأكاديمي تحديداً مثل الدراسة الحالية، كما أن دراستها كانت على طالبات المرحلة المتوسطة وليس على طالبات المرحلة الثانوية مثل الدراسة الحالية، ولعل هذا هو السبب الذي دفع بالباحثة لإجراء الدراسة الحالية لتنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى طالبات المرحلة الثانوية في محافظة خان يونس، وهذا ما يزيد من أهميتها.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

رابعاً: فروض الدراسة:

قامت الباحثة بصياغة فروض الدراسة الحالية بعد الاطلاع على تراث الدراسة، وهي كما يلي:

1. توجد نسب مئوية متفاوتة في مقياس مستوى الطموح الأكاديمي لدى أفراد مجتمع الدراسة.
2. **لا** توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية ومتوسط درجات أفراد المجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياس مستوى الطموح الأكاديمي.
3. **لا** توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس القبلي ومتوسط درجات أفراد المجموعة نفسها في القياس البعدي على مقياس مستوى الطموح الأكاديمي.
4. **لا** توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي ومتوسط درجات أفراد المجموعة نفسها في القياس التتبعي على مقياس مستوى الطموح الأكاديمي.
5. لا توجد فاعلية للبرنامج الإرشادي لتنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى أفراد المجموعة التجريبية.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الفصل الرابع
إجـراءات الدراسـة

أولاً: منهج الدراسة.

ثانياً: مجتمع الدراسة.

ثالثاً: عينة الدراسة.

رابعاً: أدوات الدراسة.

خامساً: الأساليب الإحصائية.

سادساً: خطوات إجراء الدراسة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الفصل الرابع

إجراءات الدراسة

توضح الباحثة في هذا الفصل الخطوات والإجراءات التي تمت في الجانب الميداني من هذه الدراسة من حيث منهج الدراسة، مجتمع الدراسة، والعينة التي طبقت عليها الدراسة، والأدوات التي استخدمتها الدراسة، والدراسة الاستطلاعية لاختبار صدق وثبات الأدوات، وضبط المتغيرات التي قد يكون لها أثر على التجربة، وذلك على النحو التالي:

أولاً: منهج الدراسة:

استخدمت الباحثة في دراستها المنهج التجريبي، وهو المنهج الذي حاولت الباحثة من خلاله التعرف إلى فاعلية برنامج إرشادي لتنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى طالبات المرحلة الثانوية، باستخدام المجموعتين المتكافئتين، التجريبية، والضابطة، مع قياسات قبلية وبعدية وتتبعية، مع ضبط المتغيرات التي قد تؤثر على مستوى الطموح الأكاديمي لدى الطالبات مثل: العمر، مستوى التحصيل، مستوى الذكاء، المستوى الاجتماعي الاقتصادي للأسرة.

فالتجربة وفقاً للبحث العلمي هي إجراء يهدف إلى التحقق من علاقات العلة والمعلول وذلك بتقسيم عدد من الأفراد عشوائياً في مجموعات يعالج فيها متغير مستقل أو أكثر، والعنصر الأساسي في البحث التجريبي هو أن الباحث يضع عن قصد الظروف التي تتعرض فيها مجموعات مختلفة لخبرات مختلفة (رجاء أبو علام، 2001: 225).

ثانياً: المجتمع الأصلي للدراسة:

بلغ حجم المجتمع الأصلي للدراسة (250) طالبة، موزعات على (6) شعب من الصف الحادي عشر آداب، وهي جميع شعب الحادي عشر آداب، بمدرسة الخنساء الثانوية بنات في محافظة خان يونس، التابعة لوزارة التربية والتعليم، للعام الدراسي 2012/2011م، تتراوح أعمارهن ما بين (16-17) سنة.

ثالثاً: عينة الدراسة:

1. عينة الدراسة الاستطلاعية:

تم اختيار عينة عشوائية استطلاعية قوامها (40) طالبة، من المجتمع الأصلي للدراسة، وتم تطبيق مقياس مستوى الطموح الأكاديمي، واختبار الذكاء على هذه العينة، بهدف التحقق من صلاحية الأدوات للتطبيق، وذلك من خلال حساب صدقها وثباتها بالطرق الإحصائية الملائمة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

2. عينة الدراسة التجريبية:

ضمت عينة الدراسة التجريبية (40) طالبة، حيث تم تطبيق مقياس مستوى الطموح الأكاديمي على جميع أفراد المجتمع الأصلي للدراسة باستثناء طالبات العينة الاستطلاعية، ثم تم اختيار عينة الدراسة التجريبية من الطالبات اللواتي حصلن على درجات متدنية في مقياس مستوى الطموح الأكاديمي، وقد تم تقسيمهن إلى مجموعتين متكافئتين، تجريبية، وضابطة، قوام كل مجموعة (20) طالبة، وذلك بالطريقة العشوائية المنتظمة من خلال إجراء ترتيب تنازلي لدرجات الطالبات على مقياس مستوى الطموح الأكاديمي، بحيث يكون الأفراد ذوي العدد المتسلسل الفردي ضمن المجموعة التجريبية، والأفراد ذوي العدد المتسلسل الزوجي ضمن المجموعة الضابطة، حتى تكون درجاتهم على المقياس متكافئة، بهدف ضبط المتغير التابع (مستوى الطموح الأكاديمي).

رابعاً: أدوات الدراسة:

1. مقياس مستوى الطموح الأكاديمي لدى طلبة المرحلة الثانوية، إعداد: صلاح الدين أبو ناهية (1986).
2. البرنامج الإرشادي لتنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى طالبات المرحلة الثانوية، إعداد: الباحثة.
3. اختبار الذكاء المصور، إعداد: أحمد زكي صالح (1978).
4. استمارة تقدير المستوى الاجتماعي الاقتصادي للأسرة الفلسطينية، إعداد: نظمي أبو مصطفى (2010).

1. مقياس مستوى الطموح الأكاديمي، إعداد: صلاح الدين أبو ناهية (1986)، ملحق (1):

يقيس هذا المقياس مستوى الطموح الأكاديمي لدى طلبة المرحلة الثانوية، ممثلاً في مدى قدرة المفحوص على تخطي المشكلات والعقبات الشخصية، والعقبات الأسرية، والعقبات المادية، والعقبات المستقبلية، والعقبات المدرسية، والعقبات الدراسية، ويتكون المقياس من (48) فقرة موزعة على (6) أبعاد كالتالي: (العقبات الشخصية، العقبات الأسرية، العقبات المادية، العقبات المستقبلية، العقبات المدرسية، العقبات الدراسية)، حيث يتكون كل بعد من ثمان فقرات، وتتم الاستجابة على كل فقرة وفقاً للبدائل (عقبة لا يمكن التغلب عليها، عقبة يمكن التغلب عليها، ليست عقبة على الإطلاق)، وتصحح وفق التدرج (1، 2، 3) للفقرات كما يلي:

- ✓ تعطى الدرجة (1) في حالة الإجابة على العبارة بـ عقبة لا يمكن التغلب عليها.
- ✓ تعطى الدرجة (2) في حالة الإجابة على العبارة بـ عقبة يمكن التغلب عليها.
- ✓ تعطى الدرجة (3) في حالة الإجابة على العبارة بـ ليست عقبة على الطلاق.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وتجمع درجات كل مستجيب في الفقرات لتحديد درجة مستوى الطموح الأكاديمي، وتتراوح درجة الفرد على المقياس بين (48-144 درجة)، وتعبّر الدرجة المنخفضة عن مستوى طموح أكاديمي منخفض فيما تعبّر الدرجة المرتفعة عن مستوى طموح أكاديمي مرتفع، ويتراوح زمن الإجابة بين (20–25) دقيقة.

والجدول (1) يبين الأبعاد وفقرات كل بعد:

جدول (1)

يبين توزيع الفقرات على أبعاد مقياس مستوى الطموح الأكاديمي

الأبعاد	أرقام الفقرات	عدد الفقرات
العقبات الشخصية	1 - 7 - 13 - 19 - 25 - 31 - 37 - 43	8
العقبات الأسرية	2 - 8 - 14 - 20 - 26 - 32 - 38 - 44	8
العقبات المادية	3 - 9 - 15 - 21 - 27 - 33 - 39 - 45	8
العقبات المستقبلية	4 - 10 - 16 - 22 - 28 - 34 - 40 - 46	8
العقبات المدرسية	5 - 11 - 17 - 23 - 29 - 35 - 41 - 47	8
العقبات الدراسية	6 - 12 - 18 - 24 - 30 - 36 - 42 - 48	8
الدرجة الكلية للمقياس		48

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

صدق وثبات المقياس:

صدق المقياس: قامت الباحثة بحساب صدق المقياس بالطريقة التالية:

صدق الاتساق الداخلي: قامت الباحثة بحساب معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة ودرجة البعد الذي تنتمي إليه، والجدول (2) يوضح ذلك:

جدول (2)

ارتباط درجة كل فقرة من فقرات مقياس مستوى الطموح الأكاديمي مع درجة البعد الذي تنتمي إليه

المتغير	الفقرة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	المتغير	الفقرة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
.1 العقبات الشخصية	1	0.474	دالة عند 0.01	.4 العقبات المستقبلية	4	0.756	دالة عند 0.01
	7	0.666	دالة عند 0.01		10	0.747	دالة عند 0.01
	13	0.369	دالة عند 0.05		16	0.660	دالة عند 0.01
	19	0.394	دالة عند 0.05		22	0.723	دالة عند 0.01
	25	0.629	دالة عند 0.01		28	0.556	دالة عند 0.01
	31	0.598	دالة عند 0.01		34	0.600	دالة عند 0.01
	37	0.404	دالة عند 0.05		40	0.515	دالة عند 0.01
	43	0.615	دالة عند 0.01		46	0.386	دالة عند 0.05
.2 العقبات الأسرية	2	0.435	دالة عند 0.01	.5 العقبات المدرسية	5	0.680	دالة عند 0.01
	8	0.560	دالة عند 0.01		11	0.794	دالة عند 0.01
	14	0.568	دالة عند 0.01		17	0.642	دالة عند 0.01
	20	0.814	دالة عند 0.01		23	0.351	دالة عند 0.05
	26	0.655	دالة عند 0.01		29	0.471	دالة عند 0.01
	32	0.797	دالة عند 0.01		35	0.723	دالة عند 0.01
	38	0.720	دالة عند 0.01		41	0.547	دالة عند 0.01
	44	0.667	دالة عند 0.01		47	0.813	دالة عند 0.01
.3 العقبات المادية	3	0.867	دالة عند 0.01	.6 العقبات الدراسية	6	0.846	دالة عند 0.01
	9	0.902	دالة عند 0.01		12	0.662	دالة عند 0.01
	15	0.768	دالة عند 0.01		18	0.590	دالة عند 0.01
	21	0.791	دالة عند 0.01		24	0.751	دالة عند 0.01
	27	0.671	دالة عند 0.01		30	0.723	دالة عند 0.01
	33	0.586	دالة عند 0.01		36	0.397	دالة عند 0.05
	39	0.618	دالة عند 0.01		42	0.837	دالة عند 0.01
	45	0.510	دالة عند 0.01		48	0.809	دالة عند 0.01

قيمة (ر) الجدولية (د.ح=38) عند مستوى دلالة 0.05 = 0.350، وعند مستوى دلالة 0.01 = 0.418

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

يتبين من الجدول السابق أن معظم فقرات مقياس مستوى الطموح الأكاديمي (42 فقرة) حققت ارتباطات دالة مع درجة البعد الذي تنتمي إليه عند مستوى دلالة0.01، كما حققت بعض الفقرات (6فقرات) ارتباطات دالة مع درجة البعد الذي تنتمي إليه عند مستوى دلالة 0.05.

كما تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس، والجدول (3) يوضح ذلك:

جدول (3)

ارتباط درجة كل بعد من مقياس مستوى الطموح الأكاديمي مع الدرجة الكلية للمقياس

م	الأبعاد	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
1	العقبات الشخصية	0.606	دالة عند 0.01
2	العقبات الأسرية	0.663	دالة عند 0.01
3	العقبات المادية	0.679	دالة عند 0.01
4	العقبات المستقبلية	0.827	دالة عند 0.01
5	العقبات المدرسية	0.765	دالة عند 0.01
6	العقبات الدراسية	0.760	دالة عند 0.01

قيمة (ر) الجدولية (د.ح=38) عند مستوى دلالة 0.05 = 0.350، وعند مستوى دلالة 0.01 = 0.418

يتبين من الجدول السابق أن جميع أبعاد مقياس مستوى الطموح الأكاديمي (6 أبعاد) حققت ارتباطات دالة مع الدرجة الكلية للمقياس عند مستوى دلالة 0.01، وهذا يدل على أن الاختبار على مستوى عالٍ من الاتساق والصدق.

ثبات المقياس:

قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس بالطريقتين التاليتين:

أ. طريقة التجزئة النصفية:

قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية، وذلك بحساب معامل الارتباط بين درجات أفراد العينة الاستطلاعية على الفقرات الفردية للمقياس، وكانت (24) فقرة، ودرجاتهم على الفقرات الزوجية، وكانت (24) فقرة، حيث أن مجموع الفقرات المكونة للمقياس (48) فقرة، وقد بلغت

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

قيمة معامل ارتباط بيرسون بين النصفين (0.609)، ثم استخدمت معادلة سبيرمان – براون لتعديل طول ثبات الاختبار (النصفين متساويين)، وقد بلغت قيمة معامل الثبات بعد التعديل بتلك المعادلة (0.757)، وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى (0.01)، الأمر الذي يدلل على درجة جيدة من الثبات.

ب. استخدام معامل ألفا كرونباخ:

قامت الباحثة بتقدير ثبات المقياس في صورته النهائية بحساب معامل ألفا كرونباخ لفقرات المقياس، وكانت معاملات ألفا كرونباخ كما في الجدول (4):

جدول (4)

يبين معاملات ثبات التجزئة النصفية لمقياس مستوى الطموح الأكاديمي لدى أفراد العينة

م	الأبعاد	عدد الفقرات	معامل ألفا	مستوى الدلالة
1	العقبات الشخصية	8	0.516	دالة عند 0.01
2	العقبات الأسرية	8	0.783	دالة عند 0.01
3	العقبات المادية	8	0.818	دالة عند 0.01
4	العقبات المستقبلية	8	0.721	دالة عند 0.01
5	العقبات المدرسية	8	0.688	دالة عند 0.01
6	العقبات الدراسية	8	0.857	دالة عند 0.01
الدرجة الكلية للطموح الأكاديمي		48	0.902	دالة عند 0.01

يتبين من الجدول السابق أن معاملات الثبات باستخدام معامل ألفا كرونباخ لمقياس مستوى الطموح الأكاديمي بأبعاده ودرجته الكلية تراوحت بين (0.516–0.902)، وهي قيم مرتفعة تدلل على أن المقياس يتسم بدرجة جيدة من الثبات.

مما سبق يتضح للباحثة أن المقياس موضع الدراسة يتسم بدرجة عالية من الصدق والثبات؛ ما يعزز النتائج النهائية للدراسة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

2. البرنامج الإرشادي، إعداد الباحثة، ملحق (2):

تعريف البرنامج الإرشادي إجرائياً من وجهة نظر الباحثة:

هو "مجموعة من المعارف والأنشطة والمهارات المختلفة، التي تقدمها الباحثة لأفراد المجموعة التجريبية، من خلال إجراءات إرشادية مخططة ومنظمة، في فترة زمنية محددة، مستندة فيها إلى الإستراتيجية الانتقائية، أي اختيار فنيات إرشادية عديدة، تقوم على نظريات إرشادية مختلفة، مثل: المحاضرة والمناقشة، العصف الذهني، السيكودراما، لعب الأدوار، التقييم الموضوعي للحدث، التفريغ الانفعالي، الاسترخاء، النمذجة، الرسم، التعزيز، التساؤل، التغذية الراجعة، الواجبات المنزلية، وذلك بهدف تنمية مستوى الطموح الأكاديمي لديهم".

الهدف العام من البرنامج الإرشادي:

يهدف البرنامج الإرشادي إلى تنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى أفراد المجموعة التجريبية.

الأهداف الإجرائية للبرنامج الإرشادي:

1. أن تتعرف المشاركات إلى ماهية الطموح الأكاديمي.
2. أن تتعرف المشاركات إلى معيقات الطموح الأكاديمي.
3. تعزيز الثقة بالنفس لدى المشاركات وتقويتها.
4. أن تصبح المشاركات قادرات على تطوير مفهوم الذات لديهن.
5. أن تصبح المشاركات قادرات على تعديل الأفكار اللاعقلانية (السلبية)، واستبدالها بأفكار أخرى عقلانية (ايجابية).
6. إثارة الدافعية نحو التعلم لدى المشاركات.
7. أن تصبح المشاركات قادرات على استخدام مهارة التخطيط للمستقبل وتحديد الأهداف.
8. أن تصبح المشاركات قادرات على اختيار التخصص المناسب لقدراتهن وميولهن وفرص العمل المتاحة.
9. أن تتمكن المشاركات من استخدام طرق المذاكرة السليمة.
10. أن تتمكن المشاركات من استخدام استراتيجيات أسلوب حل المشكلات بطرق ملائمة.
11. أن تصبح المشاركات قادرات على استخدام مهارة إدارة الوقت.
12. بث روح الأمل والتفاؤل في نفوس المشاركات.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الإستراتيجية الإرشادية التي يستند إليها البرنامج الإرشادي:

استند البرنامج الإرشادي إلى الإستراتيجية الانتقائية، حيث اختارت الباحثة فنيات إرشادية عديدة، تقوم على نظريات إرشادية مختلفة، تتناسب مع الهدف العام والأهداف الخاصة للبرنامج الإرشادي، وتتناسب أيضاً مع العمر الزمني لأفراد المجموعة الإرشادية.

الفنيات المستخدمة في البرنامج الإرشادي:

اختارت الباحثة فنيات إرشادية عديدة، تقوم على نظريات إرشادية مختلفة، منها: المحاضرة والمناقشة، العصف الذهني، السيكودراما "تكنيك المتجر السحري"، "تكنيك الإسقاط المستقبلي"، لعب الأدوار، التقييم الموضوعي للحدث "تكنيك المرح والدعابة"، التفريغ الانفعالي، الاسترخاء، النمذجة، الرسم، التعزيز، التساؤل، التغذية الراجعة، الواجبات المنزلية.

الوسائل التعليمية والأدوات المستخدمة في البرنامج الإرشادي:

استخدمت الباحثة مجموعة من الوسائل والأدوات منها: جهاز حاسوب، جهاز عرض LCD، ورق بوستر، اللوح القلاب، أوراق عمل، مطويات، نشرات، أقلام فولماستر، ورقA4، أوراق مكتبية، أقلام جاف، ألوان، لاصق، نموذج ذكريات الماضي، نموذج زهرتي الجميلة، نموذج معرفة الذات، نموذج كيف تغيرين أفكارك الخاطئة، نموذج اختيار التخصص المناسب، نموذج موازنة الأبدال، نموذج التقييم النهائي للبرنامج الإرشادي.

التصميم التجريبي المستخدم في البرنامج الإرشادي:

استخدمت الباحثة تصميم المجموعتين المتكافئتين، التجريبية، والضابطة، مع قياسات قبلية وبعدية وتتبعية، حيث طبقت مقياس مستوى الطموح الأكاديمي على المجموعتين قبل وبعد تطبيق البرنامج الإرشادي، من أجل التعرف على مدى فاعلية هذا البرنامج الإرشادي في تنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى أفراد المجموعة التجريبية، كما طبقت مقياس مستوى الطموح الأكاديمي على المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج الإرشادي بشهرين، للتأكد من فاعلية البرنامج على المدى البعيد.

مصادر بناء محتوى البرنامج الإرشادي:

تم اختيار محتوى البرنامج الإرشادي من مصادر متعددة:

1. مقياس مستوى الطموح الأكاديمي المستخدم في الدراسة الحالية.
2. الإطار النظري للدراسة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

3. الدراسات السابقة التي تتعلق بعمل برامج إرشادية في مجال الدراسة الحالية، والمجالات القريبة منها.
4. الاطلاع على الكتب والمراجع ذات العلاقة بالبرامج الإرشادية، وذات العلاقة بالمواضيع المطروحة في البرنامج الإرشادي.
5. تقنيات العقل والجسم.
6. أنشطة الـ " C B I ".
7. البرامج التلفزيونية للدكتور طارق سويدان، والدكتور إبراهيم الفقي.
8. دورات التنمية البشرية.
9. خبرة الباحثة العملية في مجال الإرشاد التربوي في المدارس.

محتوى البرنامج الإرشادي:

تكوّن محتوى البرنامج الإرشادي من ثلاثة أبعاد هي: المعارف، الأنشطة، المهارات، وقد تم اختيارها من مصادر متعددة.

1. المعارف:

احتوى البرنامج الإرشادي على مجموعة من المعارف والمعلومات التي تعمل على تنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى الطالبات، مثل: مفهوم الطموح الأكاديمي، العوامل المؤثرة في مستوى الطموح الأكاديمي، أهمية تنمية مستوى الطموح الأكاديمي، معيقات الطموح الأكاديمي، تقنيات تطوير مفهوم الذات، تقنيات تنمية الثقة بالنفس، تقنيات تنمية الدافعية نحو التعلم، كيفية تعديل الأفكار اللاعقلانية، كيفية اختيار التخصص المناسب، طرق المذاكرة السليمة، إستراتيجيات التخطيط للمستقبل، أسلوب حل المشكلات، تقنيات إدارة الوقت، وقد تم تقديمها لأفراد المجموعة بطرق مختلفة.

2. المهارات:

تم تدريب أفراد المجموعة التجريبية أثناء جلسات البرنامج الإرشادي على مجموعة من المهارات التي تعمل على تنمية الجوانب الشخصية لديهم مثل: مهارة التخطيط للمستقبل وتحديد الأهداف، مهارة إدارة الوقت، مهارة استخدام طرق المذاكرة السليمة، مهارة حل المشكلات بطريقة علمية، وقد تم تدريب أفراد المجموعة عليها بطرق مختلفة.

3. الأنشطة:

حيث احتوت جلسات البرنامج الإرشادي على مجموعة من الأنشطة الإرشادية والترفيهية منها: اللعب الجماعي، التمارين الموسيقية، الرسم، المسابقات... الخ، وقد تم اختيار هذه الأنشطة وفق معايير الوقت، والمكان، وخصائص النمو لدى أفراد المجموعة، وخبرة الباحثة بالنشاط.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الإجراءات التنظيمية للبرنامج الإرشادي:

1. مراحل البرنامج الإرشادي:

تم تقسيم البرنامج الإرشادي إلى أربع مراحل رئيسية كما يلي:

- **المرحلة الأولى: مرحلة البدء والتحضير:** (الجلسة الأولى والثانية).

وتم فيها التعارف، وبناء العلاقات الإنسانية بين الباحثة والمشاركات في البرنامج الإرشادي وبين المشاركات أنفسهن، والوقوف على أهداف البرنامج الإرشادي، وتوقعات المشاركات نحوه، والاتفاق على قواعد الجلسات.

- **المرحلة الثانية: مرحلة الانتقال:** (الجلسة الثالثة والرابعة).

وتم فيها إلقاء الضوء على المشكلة الرئيسية وهي تدني مستوى الطموح الأكاديمي لدى أفراد المجموعة التجريبية، وماهيتها، وأسبابها، والمعيقات التي تؤثر سلباً على مستوى الطموح الأكاديمي.

- **المرحلة الثالثة: مرحلة العمل والبناء:** (من الجلسة الخامسة إلى الجلسة التاسعة عشر).

وتم فيها تقديم المعارف والأنشطة المختلفة التي تعمل على تنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى أفراد المجموعة التجريبية من خلال مساعدتهم على: تطوير مفهوم الذات، تنمية الثقة بالنفس، إثارة الدافعية نحو التعلم، تعديل الأفكار اللاعقلانية، اختيار التخصص المناسب، كما تم فيها تنمية الجوانب الشخصية لدى أفراد المجموعة الإرشادية من خلال تدريبهم على مجموعة من المهارات مثل: مهارة التخطيط للمستقبل وتحديد الأهداف، مهارة إدارة الوقت، مهارة استخدام طرق المذاكرة السليمة، مهارة حل المشكلات بطريقة علمية.

- **المرحلة الرابعة: مرحلة الإنهاء:** (الجلسة العشرون).

وتم فيها تقويم البرنامج الإرشادي وإنهاؤه، من أجل الوقوف على نقاط القوة ونقاط الضعف في البرنامج الإرشادي، والتعرف على مدى تحقيق البرنامج الإرشادي لأهدافه العامة والخاصة.

2. المكان:

تم تطبيق البرنامج الإرشادي في مدرسة الخنساء الثانوية بنات في مكتبة المدرسة، بمحافظة خان يونس.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

3. **الجدول الزمني للبرنامج الإرشادي:**

- عدد الجلسات 20 جلسة.
- عدد الجلسات في كل أسبوع 2 جلسة.
- الفترة الزمنية لكل جلسة 90 دقيقة تقريباً.
- الفترة الزمنية للبرنامج الإرشادي شهرين ونصف.

تحكيم البرنامج الإرشادي:

تم عرض البرنامج الإرشادي في صورته الأولية على مجموعة من الأساتذة المتخصصين في مجال علم النفس والصحة النفسية في عدة جامعات، بهدف التحقق من ملائمة البرنامج الإرشادي لأفراد المجموعة التجريبية، وللأهداف المرجوة منه، وكذلك التحقق من صحة الإجراءات التطبيقية للبرنامج الإرشادي، وبالتالي تم إجراء التعديلات المطلوبة من قبل الباحثة، وفقاً لتعليمات الأساتذة المحكّمين، ومن ثم إعداد الصورة النهائية للبرنامج الإرشادي قبل تطبيقه على أفراد المجموعة التجريبية.

تقييم البرنامج الإرشادي:

1. **التقييم التكويني:** قامت الباحثة بتقييم كل جلسة من جلسات البرنامج من خلال نشاط التقييم والإنهاء في نهاية كل جلسة، للتأكد من تحقيق الأهداف المرجوة منها، وتقديم التغذية الراجعة اللازمة.
2. **التقييم الختامي:** تم تقييم البرنامج الإرشادي من خلال تطبيق نموذج التقييم النهائي للبرنامج الإرشادي، من أجل الوقوف على نقاط القوة والضعف في البرنامج الإرشادي، ومن أجل التأكد من تحقيق البرنامج الإرشادي لأهدافه العامة والخاصة، وكذلك من خلال تطبيق القياس البعدي لمقياس مستوى الطموح الأكاديمي على أفراد المجموعتين، التجريبية، والضابطة، ومقارنة النتائج مع نتائج القياس القبلي، من أجل التعرف على مدى فاعلية البرنامج الإرشادي في تنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى أفراد المجموعة التجريبية.
3. **التقييم التتبعي:** تم تطبيق مقياس مستوى الطموح الأكاديمي على أفراد المجموعة التجريبية، بعد شهرين من انتهاء البرنامج الإرشادي، للتأكد من فاعلية البرنامج الإرشادي على المدى البعيد.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الصعوبات التي واجهت الباحثة أثناء تطبيق البرنامج الإرشادي:

واجهت الباحثة مجموعة من الصعوبات أثناء تطبيق الجلسات الإرشادية منها:

أ. عدم توفر وقت كافي لتطبيق الجلسة الواحدة، حيث كانت مدة الجلسة (90) دقيقة، بواقع حصتان دراسيتان، وبالتالي لم تستطع الباحثة بأن تحرم الطالبات من حصتين دراسيتين في كل جلسة.

ب. تأخر بعض المشاركات في أول الجلسات عن الموعد المحدد، حيث كانت الجلسة تبدأ الساعة السادسة والنصف صباحاً.

ج. عدم عثور الباحثة على برامج إرشادية تعنى بتدني مستوى الطموح الأكاديمي، حيث كانت الدراسة الوحيدة التي وجدتها الباحثة هي دراسة سناء آل أطيمش (2006)، وللأسف لم تتمكن من الحصول عليها، بسبب عدم وجود نسخة الكترونية لها.

كيفية التغلب على الصعوبات التي واجهت الباحثة أثناء تطبيق البرنامج الإرشادي:

أ. بالنسبة لوقت الجلسة فقد اقترحت الباحثة على المشاركات الحضور للمدرسة مبكراً قبل دق الجرس بنصف ساعة كحصة إضافية مع وقت الطابور الصباحي لتحصل على (45) دقيقة، بجانب الحصة الأولى بواقع (45) دقيقة أيضاً لتصبح مدة الجلسة (90) دقيقة، وبالفعل وافقن على ذلك، واضطرت الباحثة أيضاً إلى الاتصال في أولياء الأمور وإعلامهم بالمواعيد والأهداف، والحصول على موافقتهم.

ب. بالنسبة لتأخر بعض المشاركات عن الموعد المحدد كانت الباحثة تزودهن بتغذية راجعة لما تم تقديمه وتنفيذه أثناء تأخرهن، ثم أخذت تحفزهن من خلال استخدامها للفنيات والأساليب الإرشادية المختلفة، واستخدام عنصر التشويق لما سيتم تقديمه في الجلسة القادمة، كما وعدت برحلة علمية ترفيهية إلى جامعة الأقصى للمشاركات الملتزمات فقط، وبالفعل التزمت جميع المشاركات بالموعد المحدد.

ج. بالنسبة لعدم عثور الباحثة على برامج إرشادية تعنى بتنمية مستوى الطموح الأكاديمي، فقد حاولت الباحثة الاطلاع على البرامج القريبة من مستوى الطموح الأكاديمي، مثل البرامج المتعلقة بتنمية الثقة بالنفس، تقدير الذات، التحصيل الدراسي، أما دراسة سناء آل أطيمش (2006) لرفع مستوى الطموح لدى طلبة المرحلة الإعدادية في بغداد، فقد حاولت الباحثة أن تحصل عليها بشتى الطرق، واستمرت في البحث عن الدكتورة سناء مدة طويلة، إلى أن استطاعت التواصل معها عبر الفيس بوك والتلفون، ولكن للأسف لم تتمكن من الحصول على نسخة الكترونية لها، حيث أكدت الدكتورة سناء بأن جميع النسخ فقدت أثناء تعرض العراق للسلب والنهب في الحرب، ولم يتبقى سوى نسخة ورقية واحدة في الجامعة المستنصرية بالعراق، ولكن الباحثة تواصلت مع الدكتورة سناء وزودتها ببعض تفاصيل الدراسة والبرنامج الإرشادي.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

3. اختبار الذكاء المصور، إعداد: أحمد زكي صالح (1978)، ملحق (6):

يعد هذا الاختبار من الاختبارات الجمعية غير اللفظية التي تهدف إلى قياس القدرة على إدراك التشابه والاختلاف بين الموضوعات والأشياء، كما دل استخدام هذا الاختبار على فائدته الكبيرة في حالات التشخيص الأولى، فهو اختبار لقياس القدرة العامة للأفراد.

ويعتمد هذا الاختبار على نظرية سبيرمان Spearman في الذكاء (نظرية العاملين) التي أرادت التحقق من صحة الفرض القائل بأن "الذكاء قدرة عامة يبدو أثرها في نواحي شتى"، فالناس يرون أن الذكي في الناحية السياسية لابد أن يكون ذكياً في ميدان التجارة أو الاقتصاد أو الخدمة الاجتماعية أو في مجال البحث العلمي أو... الخ.

ولذلك أجرى سبيرمان Spearman عام (1904) عدداً من الاختبارات العقلية، والاختبارات التحصيلية، على مجموعات كبيرة من الأفراد ومن أعمار مختلفة، ثم قدر معاملات الارتباط بين كل واحداً منها وسائرها، فإن كان التفوق في قدرة معينة يرتبط بالتفوق في القدرات الأخرى كان هذا دليلاً على وجود "عامل عام" وإن كان التفوق في قدرة معينة مستقلاً عن التفوق في القدرات الأخرى لم يكن هناك "ذكاء عام"، فلاحظ أن جميع المعاملات "موجبة جزئية"، فكونها "موجبة" فيشير ذلك إلى أن هناك عاملاً مشتركاً يؤثر فيها جميعاً، وأما كونها "جزئية" فيشير ذلك إلى أن هناك عوامل أخرى غير العامل المشترك تؤثر فيها.

ويتكون هذا الاختبار من (60) مجموعة من الصور أو الأشكال، وكل مجموعة تتكون من (5) صور أو أشكال. ويوجد بكل مجموعة (4) صور أو أشكال متشابهة في صفة واحدة أو أكثر، وشكل واحد فقط هو المختلف عن باقي أشكال المجموعة.

ويمكن تطبيق الاختبار على المفحوصين من (8) سنوات فما فوق، ويحتاج تطبيق الاختبار إلى (15) دقيقة من الزمن، وبعد انتهاء المفحوص من الإجابة عن الأسئلة أو انتهاء الوقت المحدد للاختبار، يتم سحب كراسة الاختبار وورقة الإجابة منه، حتى ولو لم يكن قد أنهى الإجابة عن جميع أسئلة الاختبار.

يتم وضع (1) درجة عن كل سؤال أجابه المفحوص إجابة صحيحة، في حين يوضع (0) درجة عن كل سؤال أجابه المفحوص إجابة خاطئة، ويتم جمع درجات المفحوص لمعرفة الدرجة الكلية التي حصل عليها في هذا الاختبار وتتراوح درجة المفحوص على الاختبار بين (0–60) درجة، وبعد معرفة الدرجة الكلية التي حصل عليها المفحوص نذهب لقائمة المعيار الثلاثي للاختبار لمعرفة ما يقابل هذه الدرجة من نسبة ذكاء.

وقد دل استخدام اختبار الذكاء المصور في عدد من الأبحاث على ثباته بدرجة عالية، إذ تراوحت معاملات الثبات في هذه الأبحاث بين (0.75–0.85)، كما تأكد أيضاً صدقه سواء عن طريق دراسة ارتباطه بغيره من الاختبارات أو عن طريق التحليل العاملي.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

والجدير ذكره أن الاختبار استخدم في عدة دراسات فلسطينة ميدانية، منها دراسة كل من: عايدة صالح (1998)، ياسرة أبو هدروس (1999)، محمد النجار(2000)، شريف حماد(2001)، وتوصلت تلك الدراسات من خلال استخدامه إلى نتائج جيدة.

4. استمارة تقدير المستوى الاجتماعي الاقتصادي للأسرة الفلسطينية، إعداد: نظمي أبو مصطفى (2010)، ملحق (7):

تهدف هذه الاستمارة إلى التعرف على المستوى الاجتماعي الاقتصادي للأسرة الفلسطينية، حيث تتضمن عدة مستويات اجتماعية اقتصادية وهي: مرتفع، متوسط، منخفض، وتعتمد في تحديد هذه المستويات على أربعة أبعاد هي كما يلي:

1. **المستوى المهني للوالدين:** يقع المستوى المهني للأب في خمسة مستويات: تبدأ من لا يعمل (قاعد عن العمل) إلى أعمال حرة، أما المستوى المهني للأم فيقع في ثلاث مستويات تبدأ من لا تعمل إلى تعمل في مؤسسة خاصة.
2. **المستوى التعليمي للوالدين:** يقع المستوى التعليمي للوالدين في سبعة مستويات، تبدأ من عدم القراءة والكتابة إلى المرحلة الجامعية فما فوق.
3. **المستوى الاجتماعي للأسرة:** ويتكون من خمسة أبعاد، وهي: عدد أفراد الأسرة، وعدد غرف السكن، والوضع الصحي للمنزل، والأجهزة المتوفرة في المنزل، وسؤال يدور حول امتلاك الأسرة سيارة من عدم امتلاكها.
4. **المستوى الاقتصادي للأسرة:** ويشتمل على بعدين هما: مصادر دخل الأسرة، وقيمة الدخل الشهري.

ويوجد لكل بند في هذه المستويات درجة معينة بحيث، يكون مجموع الدرجات هي درجة المفحوص، وتشمل الدرجة القصوى للاستمارة (58) درجة، والدرجة الدنيا (5) درجات.

متغيرات الدراسة:

اشتملت الدراسة الحالية على المتغيرات التالية:

- **المتغير المستقل:** وهو البرنامج الإرشادي لتنمية مستوى الطموح الأكاديمي، وهو المتغير المراد معرفة تأثيره في المتغير التابع.
- **المتغير التابع: وهو** مستوى الطموح الأكاديمي لدى أفراد المجموعة التجريبية، وهو المتغير المراد معرفة مدى تأثره بالمتغير المستقل.
- **المتغيرات الدخيلة:** وهي العمر الزمني، ومستوى التحصيل الدراسي، ومستوى الذكاء، والمستوى الاجتماعي الاقتصادي للأسرة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ضبط المتغيرات قبل التجريب:

للحصول على نتائج صادقة، وتجنباً للآثار التي قد تنجم عن بعض المتغيرات الدخيلة على التجربة، تم التحقق من تكافؤ المجموعتين، التجريبية والضابطة في هذه المتغيرات (رجاء أبو علام، 2001: 231).

وفي ضوء هاتين المجموعتين تم ضبط المتغيرات كما يلي:

1. ضبط مستوى الطموح الأكاديمي.
2. ضبط العمر الزمني.
3. ضبط مستوى التحصيل الدراسي.
4. ضبط مستوى الذكاء.
5. ضبط المستوى الاجتماعي الاقتصادي للأسرة.

وفيما يلي عرض لضبط هذه المتغيرات بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة قبل التجريب:

1. ضبط مستوى الطموح الأكاديمي لدى مجموعتي الدراسة:

جدول (5)

يبين قيمة (ت) للفرق بين متوسطي درجات مستوى الطموح الأكاديمي لدى أفراد المجموعتين، التجريبية والضابطة

المتغير	المجموعة	متوسط الدرجات	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
العقبات الشخصية	التجريبية	10.30	1.922	0.30	غير دالة إحصائياً
	الضابطة	10.50	2.283		
العقبات الأسرية	التجريبية	14.05	3.517	0.34	غير دالة إحصائياً
	الضابطة	13.65	3.897		
العقبات المادية	التجريبية	13.30	3.570	0.10	غير دالة إحصائياً
	الضابطة	13.00	2.636		
العقبات المستقبلية	التجريبية	8.75	1.372	1.58	غير دالة إحصائياً
	الضابطة	9.60	1.984		
العقبات المدرسية	التجريبية	9.10	1.619	0.32	غير دالة إحصائياً
	الضابطة	8.95	1.356		
العقبات الدراسية	التجريبية	9.30	2.452	0.08	غير دالة إحصائياً
	الضابطة	9.35	1.755		
الدرجة الكلية للطموح الأكاديمي	التجريبية	64.80	6.229	0.23	غير دالة إحصائياً
	الضابطة	65.05	5.835		

قيمة (ت) الجدولية (د.ح =38) عند مستوى دلالة 0.05 = 2.03، وعند مستوى دلالة 0.01=2.75

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

يتبين من الجدول السابق أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة أقل من 0.05، بين متوسطي درجات أفراد مجموعتي الدراسة التجريبية والضابطة في مستوى الطموح الأكاديمي، مما يشير إلى تكافؤ مجموعتي الدراسة في مستوى الطموح الأكاديمي.

2. ضبط العمر الزمني لدى مجموعتي الدراسة:

للتحقق من تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة في العمر الزمني تم حساب المتوسط الحسابي، والانحراف المعياري للعمر الزمني لأفراد المجموعتين التجريبية والضابطة، إضافة لقيمة اختبار (ت) للكشف عن دلالة الفروق بين المتوسطين، كما يبين الجدول (6):

جدول (6)

يبين قيمة (ت) للفرق بين متوسطي درجات العمر الزمني لدى أفراد المجموعتين، التجريبية والضابطة

المتغير	المجموعة	متوسط الدرجات	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
العمر الزمني	التجريبية	16.30	0.571	1.34	غير دالة إحصائياً
	الضابطة	16.55	0.604		

قيمة (ت) الجدولية (د.ح=38) عند مستوى دلالة 0.05 =2.03، وعند مستوى دلالة 0.01 =2.75

يتبين من الجدول السابق أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة أقل من 0.05، بين متوسطي درجات أفراد مجموعتي الدراسة التجريبية والضابطة في العمر الزمني، مما يشير إلى تكافؤ مجموعتي الدراسة في العمر الزمني، ويطمئن الباحثة إلى أن العمر الزمني لأفراد العينة لن يؤثر على نتائج التجربة.

3. ضبط مستوى التحصيل الدراسي لدى مجموعتي الدراسة:

للتحقق من تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى التحصيل الدراسي، تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للتحصيل الدراسي لأفراد المجموعتين التجريبية والضابطة، إضافة لقيمة اختبار (ت) للكشف عن دلالة الفروق بين المتوسطين، كما يبين الجدول (7):

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

جدول (7)

يبين قيمة (ت) للفرق بين متوسطي درجات التحصيل الدراسي لدى أفراد المجموعتين،التجريبية والضابطة

المتغير	المجموعة	متوسط الدرجات	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
التحصيل الدراسي	التجريبية	73.50	9.185	0.57	غير دالة إحصائياً
	الضابطة	71.90	8.365		

قيمة (ت) الجدولية (د.ح=38) عند مستوى دلالة 0.05=2.03، وعند مستوى دلالة 0.01=2.75

يتبين من الجدول السابق أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة أقل من 0.05، بين متوسطي درجات أفراد مجموعتي الدراسة التجريبية والضابطة في التحصيل الدراسي، مما يشير إلى تكافؤ مجموعتي الدراسة في التحصيل الدراسي.

4. ضبط مستوى الذكاء لدى مجموعتي الدراسة:

تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمستوى الذكاء لأفراد المجموعتين التجريبية والضابطة كما يقدر باستخدام اختبار الذكاء المصور، إضافة لقيمة اختبار (ت) للكشف عن دلالة الفرق بين المتوسطين، كما يبين الجدول (8):

جدول (8)

يبين قيمة (ت) للفرق بين متوسطي درجات الذكاء لدى أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة

المتغير	المجموعة	متوسط الدرجات	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
مستوى الذكاء	التجريبية	35.25	3.767	0.66	غير دالة إحصائياً
	الضابطة	34.45	3.872		

قيمة (ت) الجدولية (د.ح=38) عند مستوى دلالة 0.05=2.03، وعند مستوى دلالة 0.01=2.75

يتبين من الجدول السابق أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة أقل من 0.05، بين متوسطي درجات مجموعتي الدراسة التجريبية والضابطة في مستوى الذكاء، مما يشير إلى تكافؤ مجموعتي الدراسة في مستوى الذكاء.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

5. ضبط المستوى الاجتماعي الاقتصادي للأسرة لدى مجموعتي الدراسة:

تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للوضع الاجتماعي الاقتصادي للأسرة لأفراد المجموعتين التجريبية والضابطة، إضافة لقيمة اختبار (ت) للكشف عن دلالة الفرق بين المتوسطين، كما يبين الجدول (9):

جدول (9)

يبين قيمة (ت) للفرق بين متوسطي درجات الوضع الاجتماعي الاقتصادي لدى أفراد المجموعتين، التجريبية والضابطة

المتغير	المجموعة	متوسط الدرجات	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
المستوى الاجتماعي الاقتصادي للأسرة	التجريبية	39.40	5.528	0.72	غير دالة إحصائياً
	الضابطة	38.30	4.001		

قيمة (ت) الجدولية (د.ح=38) عند مستوى دلالة 0.05=2.03، وعند مستوى دلالة 0.01=2.75

يتبين من الجدول السابق أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة أقل من 0.05، بين متوسطي درجات أفراد مجموعتي الدراسة التجريبية والضابطة في المستوى الاجتماعي الاقتصادي، مما يشير إلى تكافؤ مجموعتي الدراسة في المستوى الاجتماعي الاقتصادي.

خامساً: الأساليب الإحصائية:

تم استخدام برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS)، لتفريغ البيانات ومعالجتها كما يلي:

1. الأساليب الإحصائية المتعلقة بالتحقق من صدق وثبات الأدوات:

أ. **معامل ارتباط بيرسون:** للكشف عن صدق الاتساق الداخلي، وثبات التجزئة النصفية لمقياس مستوى الطموح الأكاديمي.

ب. **معادلة سبيرمان - براون التنبؤية:** لتعديل طول ثبات مقياس مستوى الطموح الأكاديمي باستخدام طريقة التجزئة النصفية.

ج. **معادلة ألفا كرونباخ:** للكشف عن ثبات مقياس مستوى الطموح الأكاديمي، وثبات اختبار الذكاء.

د. **معادلة مان وتني:** للكشف عن صدق المقارنة الطرفية لاختبار الذكاء.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

2. **الأساليب الإحصائية المتعلقة بالتحقق من فروض الدراسة:**

أ. **اختبار (ت) لعينتين مستقلتين:** للتعرف إلى الفروق الجوهرية بين متوسطي درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس مستوى الطموح الأكاديمي.

ب. **اختبار (ت) لعينتين مرتبطتين:** للتعرف إلى الفروق الجوهرية بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي، و في القياسين البعدي والتتبعي، على مقياس مستوى الطموح الأكاديمي.

ج. **اختبار مربع معامل إيتا:** للتحقق من فاعلية البرنامج الإرشادي في تنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى أفراد المجموعة التجريبية.

سادساً: خطوات الدراسة:

مرت الدراسة بالخطوات الآتية:

1. الاطلاع على الأدب السيكولوجي، والبحوث والدراسات السابقة ذات الاهتمام بمستوى الطموح الأكاديمي والبرامج الإرشادية.
2. تحديد مجتمع الدراسة.
3. تصميم واختيار أدوات الدراسة وهي مقياس مستوى الطموح الأكاديمي، والبرنامج الإرشادي، واختبار الذكاء المصور، واستمارة تقدير المستوى الاجتماعي الاقتصادي للأسرة الفلسطينية.
4. تطبيق مقياس مستوى الطموح الأكاديمي، واختبار الذكاء المصور على العينة الاستطلاعية للتحقق من الصدق والثبات.
5. تطبيق مقياس مستوى الطموح الأكاديمي القبلي على مجتمع الدراسة.
6. اختيار عينة الدراسة التجريبية وتشمل الطالبات اللواتي حصلن على درجات متدنية على مقياس مستوى الطموح الأكاديمي، وتقسيمها إلى مجموعتين متكافئتين، تجريبية، وضابطة.
7. تطبيق اختبار الذكاء المصور، على أفراد عينة الدراسة التجريبية، من أجل ضبط متغير الذكاء لدى أفراد العينة.
8. تطبيق استمارة تقدير الوضع الاجتماعي الاقتصادي للأسرة الفلسطينية، على أفراد عينة الدراسة التجريبية، من أجل ضبط متغير المستوى الاجتماعي والاقتصادي للأسرة لدى أفراد العينة.
9. ضبط المتغيرات الدخيلة، حتى نحصل على نتائج صادقة، وتجنباً للآثار التي قد تنجم عنها، من خلال التحقق من تكافؤ المجموعتين، التجريبية والضابطة في هذه المتغيرات مثل: مستوى الطموح الأكاديمي، العمر، التحصيل الدراسي، مستوى الذكاء، المستوى الاجتماعي الاقتصادي.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

10. تطبيق جلسات البرنامج الإرشادي لتنمية مستوى الطموح الأكاديمي على أفراد المجموعة التجريبية فقط.
11. تطبيق مقياس مستوى الطموح الأكاديمي البعدي على أفراد المجموعتين (التجريبية والضابطة)، للتأكد من فاعلية البرنامج.
12. تطبيق مقياس مستوى الطموح الأكاديمي التتبعي على أفراد المجموعة التجريبية بعد شهرين من تطبيق البرنامج الإرشادي، للتأكد من استمرار فاعلية البرنامج الإرشادي.
13. تصحيح أدوات الدراسة بناءً على طريقة تصحيح كل منها.
14. جدولة درجات أفراد العينة في القياسات المتكررة.
15. إجراء التحليلات الإحصائية اللازمة واستخلاص النتائج النهائية وتفسيرها.
16. كتابة الدراسة في صورتها النهائية، ووضع التوصيات والمقترحات في ضوء نتائج الدراسة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الفصل الخامس

عرض نتائج الدراسة ومناقشتها

- نتائج الفرض الأول ومناقشتها.
- نتائج الفرض الثاني ومناقشتها.
- نتائج الفرض الثالث ومناقشتها.
- نتائج الفرض الرابع ومناقشتها.
- نتائج الفرض الخامس ومناقشتها.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الفصل الخامس

نتائج الدراسة ومناقشتها

يتضمن هذا الفصل عرضاً للنتائج التي تم التوصل إليها، فقد تم إجراء التطبيق القبلي والبعدي والتتبعي لمقياس مستوى الطموح الأكاديمي على أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة، وبعد جمع البيانات تم تفريغها وتصفيتها باستخدام برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS، حيث استخدمت الباحثة العديد من الأساليب الإحصائية لمعالجة البيانات، والإجابة عن أسئلة الدراسة، والتحقق من صحة الفروض، ومن ثم الحصول على النتائج:

عرض النتائج ومناقشتها:

النتائج المتعلقة بالفرض الأول والذي نص على:

"توجد نسب مئوية متفاوتة في مقياس مستوى الطموح الأكاديمي لدى أفراد مجتمع الدراسة".

للإجابة عن هذا الفرض تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والأوزان النسبية لدرجات أفراد المجتمع الأصلي للدراسة من طالبات الصف الحادي عشر آداب على مقياس الطموح بأبعاده ودرجته الكلية، والجدول (10) يبين ذلك:

جدول (10)

يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوزن النسبي لدرجات أفراد المجتمع الأصلي للدراسة على مقياس مستوى الطموح الأكاديمي (ن=205)

المتغير	عدد الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	الترتيب
العقبات الشخصية	8	14.47	3.332	% 60.3	4
العقبات الأسرية	8	17.31	4.006	% 72.1	6
العقبات المادية	8	17.17	4.089	% 71.5	5
العقبات المدرسية	8	13.46	3.982	% 56.1	2
العقبات الدراسية	8	13.38	4.019	%55.8	1
العقبات المستقبلية	8	13.94	4.111	% 58.1	3
الدرجة الكلية لمستوى الطموح الأكاديمي	48	89.74	17.606	% 62.3	

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

يتضح من الجدول السابق أن مستوى الطموح الأكاديمي بأبعاده ودرجته الكلية لدى أفراد مجتمع الدراسة (ن=205)، يقع عند مستوى متدن نسبياً إلى متوسط، وقد تراوحت الأوزان النسبية بين مستوى 55.8% للعقبات الدراسية، ومستوى 72.1% للعقبات الأسرية.

حيث أن العقبات الدراسية حصلت على الترتيب الأول (في التدني)، بوزن نسبي مقداره (55.8)، وحصلت العقبات المدرسية على الترتيب الثاني بوزن نسبي مقداره (56.1)، وحصلت العقبات المستقبلية على الترتيب الثالث بوزن نسبي مقداره (58.1)، وحصلت العقبات الشخصية على الترتيب الرابع بوزن نسبي مقداره (60.3)، وحصلت العقبات المادية على الترتيب الخامس بوزن نسبي مقداره (71.5)، وحصلت العقبات الأسرية على الترتيب السادس بوزن نسبي مقداره (72.1).

وهذا يعني أن العقبات الدراسية بالإضافة إلى العقبات المدرسية هي أكثر العقبات التي تحد من مستوى الطموح الأكاديمي، علماً أن أدنى درجة على مقياس مستوى الطموح الأكاديمي هي (48)، وأعلى درجة هي (144).

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

2. نتائج الفرض الثاني والذي نص على:

"لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية ومتوسط درجات أفراد المجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياس مستوى الطموح الأكاديمي".

للتحقق من هذا الفرض تمت المقارنة بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية (ن=20)، ومتوسط درجات أفراد المجموعة الضابطة (ن=20)، في القياس البعدي على مقياس مستوى الطموح الأكاديمي، باستخدام اختبار (ت) للكشف عن الفروق بين درجات عينتين مستقلتين، واستخدمت الباحثة هذا الإحصائي البارامتري بسبب اعتدالية توزيع الدرجات في كل من مجموعتي التطبيق (صلاح الدين علام، 2005: 210)، والجدول (11) يبين ذلك:

جدول (11)

يبين الفرق بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية ومتوسط درجات أفراد الضابطة في القياس البعدي على مقياس مستوى الطموح الأكاديمي

المقياس	المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
العقبات الشخصية	التجريبية	19.10	1.165	17.68	دالة عند 0.01
	الضابطة	11.30	1.593		
العقبات الأسرية	التجريبية	19.85	1.565	15.23	دالة عند 0.01
	الضابطة	12.10	1.651		
العقبات المادية	التجريبية	20.15	1.565	18.51	دالة عند 0.01
	الضابطة	10.20	1.824		
العقبات المستقبلية	التجريبية	18.15	1.631	18.40	دالة عند 0.01
	الضابطة	9.95	1.146		
العقبات المدرسية	التجريبية	18.75	1.618	17.07	دالة عند 0.01
	الضابطة	10.50	1.433		
العقبات الدراسية	التجريبية	20.60	1.667	22.75	دالة عند 0.01
	الضابطة	10.05	1.234		
الدرجة الكلية لمستوى الطموح الأكاديمي	التجريبية	116.60	4.083	42.26	دالة عند 0.01
	الضابطة	64.10	3.768		

قيمة (ت) الجدولية (د.ح=38) عند مستوى دلالة 0.05 =2.03، وعند مستوى دلالة 0.01=2.75

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

يتبين من الجدول السابق أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.01، بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية، وبين متوسط درجات أفراد المجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياس مستوى الطموح الأكاديمي، وكانت الفروق لصالح المجموعة التجريبية.
كما يتبين من المتوسطات الحسابية لدرجات المجموعتين على مقياس مستوى الطموح الأكاديمي أن متوسطات درجات المجموعة التجريبية التي طبق عليها البرنامج الإرشادي أعلى من متوسطات درجات المجموعة الضابطة، مما يشير إلى نجاح البرنامج في الارتقاء بمستوى الطموح الأكاديمي لدى أفراد المجموعة التجريبية.

وهذا يدل على أن أفراد المجموعة التجريبية قد استفادوا من جلسات البرنامج الإرشادي، بالمقارنة مع أفراد المجموعة الضابطة الذين لم يطبق عليهم البرنامج الإرشادي، والذي كان هدفه الرئيسي تنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى أفراد المجموعة التجريبية، ويعزى ذلك إلى أن أفراد المجموعة التجريبية قُدم إليهم من خلال البرنامج الإرشادي العديد من المعارف والمهارات والأنشطة التي لم تقدم لأفراد المجموعة الضابطة، والتي من شأنها أن تعمل على تنمية مستوى الطموح الأكاديمي لديهم، حيث ركزت الباحثة عند اختيارها لتلك المعارف والمهارات على مواطن الضعف التي لاحظتها لدى أفراد المجموعة التجريبية عند تطبيق مقياس مستوى الطموح الأكاديمي، كما ركزت على العوامل الشخصية التي تؤثر سلباً على مستوى الطموح الأكاديمي، من أجل العمل على تنميتها وتعزيزها وبالتالي تنمية مستوى الطموح الأكاديمي، وقد كان من ضمن المعارف التي قدمتها الباحثة إلى أفراد المجموعة التجريبية والتي ساعدت في تغيير اتجاهاتهم نحو قدراتهم، ونحو أهمية العلم والتعليم مايلي: مفهوم الطموح الأكاديمي، أهمية تنمية مستوى الطموح الأكاديمي، معيقات الطموح الأكاديمي وضرورة مواجهتها، تقنيات تطوير مفهوم الذات، تقنيات تنمية الثقة بالنفس، الدافعية نحو التعلم، كيفية تعديل الأفكار اللاعقلانية، كيفية اختيار التخصص المناسب، طرق المذاكرة السليمة، إستراتيجيات التخطيط للمستقبل، أسلوب حل المشكلات، تقنيات إدارة الوقت، وقد تم تقديمها لأفراد المجموعة بطرق مختلفة.

كما تم تدريب أفراد المجموعة الإرشادية أثناء جلسات البرنامج الإرشادي على مجموعة من المهارات التي ساعدت على تنمية الجوانب الشخصية، وبناء القدرات لديهم مثل: مهارة التخطيط للمستقبل وتحديد الأهداف، مهارة إدارة الوقت، مهارة استخدام طرق المذاكرة السليمة، مهارة حل المشكلات بطريقة علمية، وقد تم تدريب أفراد المجموعة عليها بطرق مختلفة، كما احتوت جلسات البرنامج الإرشادي على مجموعة من الأنشطة الإرشادية التي ساعدت على تنمية مستوى الطموح الأكاديمي ومنها: نشاطي ذكريات الماضي، والإعلانات التلفزيونية بهدف تعزيز ثقة أفراد المجموعة التجريبية بأنفسهم، وأنشطة زهرتي الجميلة، ومعرفة الذات، ودولاب الصفات بهدف تطوير الذات لدى

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

أفراد المجموعة التجريبية، ونشاطي ارسمي نفسك، وتخيلي نفسك في آخر عمرك بهدف إثارة الدافعية نحو التعلم لدى أفراد المجموعة التجريبية، وأنشطة كيف تغيرين أفكارك الخاطئة، وسلة المهملات، والمتجر السحري بهدف تعديل الأفكار اللاعقلانية لدى أفراد المجموعة التجريبية، ونشاط شجرة الطموح بهدف تحفيز أفراد المجموعة التجريبية نحو تحقيق الأهداف، كل تلك المعارف والمهارات والأنشطة كان من شأنها أن تزيد من مستوى الطموح الأكاديمي لدى أفراد المجموعة التجريبية، وأن تؤدي إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس مستوى الطموح الأكاديمي لصالح القياس البعدي.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

3. نتائج الفرض الثالث والذي نص على:

"لا توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية ومتوسط درجات أفراد المجموعة نفسها في القياسين القبلي والبعدي على مقياس مستوى الطموح الأكاديمي".

للتحقق من هذا الفرض تمت المقارنة بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس القبلي، ومتوسط درجات نفس المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج الإرشادي (ن=20) في القياس البعدي على مقياس مستوى الطموح الأكاديمي، باستخدام اختبار (ت) للكشف عن الفروق بين متوسطي درجات عينتين مرتبطتين (صلاح الدين علام، 2005: 210)، كما يبين الجدول (12):

جدول (12)

يبين الفرق متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية ومتوسط درجات أفراد المجموعة نفسها في القياسين القبلي والبعدي على مقياس مستوى الطموح الأكاديمي

المقياس	التطبيق	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
العقبات الشخصية	قبلي	10.30	1.922	17.51	دالة عند 0.01
	بعدي	19.10	1.165		
العقبات الأسرية	قبلي	14.05	3.517	6.74	دالة عند 0.01
	بعدي	19.85	1.565		
العقبات المادية	قبلي	13.30	3.570	7.86	دالة عند 0.01
	بعدي	20.15	1.565		
العقبات المستقبلية	قبلي	8.75	1.372	19.72	دالة عند 0.01
	بعدي	18.15	1.631		
العقبات المدرسية	قبلي	9.10	1.619	18.85	دالة عند 0.01
	بعدي	18.75	1.618		
العقبات الدراسية	قبلي	9.30	2.452	17.05	دالة عند 0.01
	بعدي	20.60	1.667		
الدرجة الكلية لمستوى الطموح الأكاديمي	قبلي	64.80	6.229	31.10	دالة عند 0.01
	بعدي	116.60	4.083		

قيمة (ت) الجدولية (د.ح=19) عند مستوى دلالة 0.05=2.10، وعند مستوى دلالة 0.01=2.87

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

يتبين من الجدول السابق أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.01، بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية الذين طبقت عليهم الباحثة البرنامج الإرشادي في القياسين القبلي والبعدي على مقياس مستوى الطموح الأكاديمي، وكانت الفروق لصالح القياس البعدي.

أي أن درجات المجموعة التجريبية في القياس البعدي على مقياس مستوى الطموح الأكاديمي أعلى من درجاتها على القياس القبلي، مما يؤكد ارتقاء مستوى الطموح الأكاديمي لدى أفراد المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج الإرشادي.

وهذا يدل على أن أفراد المجموعة التجريبية قد استفادوا من جلسات البرنامج الإرشادي، والذي كان هدفه الرئيسي تنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى أفراد المجموعة التجريبية، ويعزى ذلك كما قلنا سابقاً إلى أن أفراد المجموعة التجريبية قُدم إليهم من خلال البرنامج الإرشادي العديد من المعارف والمهارات والأنشطة، وكان مما ساعد في اكتساب أفراد المجموعة التجريبية لهذه المعارف والمهارات والأنشطة الإرشادية المختلفة المقدمة إليهم، أن الباحثة خلال جلسات البرنامج الإرشادي أتاحت لهم إقامة علاقات طيبة في جو يسوده الأمن والثقة المتبادلة والدفء والتقبل والتناغم والتعاون بين أفراد المجموعة التجريبية، ومما ساعد أيضاً في ذلك استخدام الباحثة للفنيات المختلفة مثل: فنية المناقشة والحوار التي أتاحت لأفراد المجموعة التجريبية الفرصة للمشاركة الفعالة وإبداء الرأي والتعبير عما يدور بداخلهم من أفكار، وكذلك فنية العصف الذهني التي أتاحت لهم طرح الأفكار المختلفة من خلال الحوار الفعَّال، والتي ساعدت على تغيير اتجاهاتهم المرتبطة بالدراسة والتعليم، ما زاد من مستوى الطموح الأكاديمي لديهم، ومنها أيضاً فنية التغذية الراجعة، والواجبات المنزلية واللتان ساعدتا في ترسيخ وتثبيت الأفكار والمعارف والمهارات الجديدة التي تم تعلمها أثناء الجلسات الإرشادية، ومنها أيضاً فنية تعديل الأفكار اللاعقلانية والتي ساعدت في إعادة البناء المعرفي لدى أفراد المجموعة التجريبية، وتبني أفكاراً جديدة حول الدراسة والتعليم، ومنها أيضاً فنية التمرينات الروحية والتي ساعدت في تنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى أفراد المجموعة التجريبية، من خلال التدريب على التخيل الايجابي (الموجّه) والتأمل الفعال، ومنها أيضاً فنية النمذجة والتي كانت بمثابة حافز لأفراد المجموعة التجريبية للاقتداء بالأفراد ذوي الطموح الأكاديمي العالي، ومدعاة للتفاؤل والأمل وتحدي العقبات المختلفة للطموح الأكاديمي، كما أن فنية لعب الأدوار كان لها دوراً هاماً في اكتساب أفراد المجموعة التجريبية للمعارف والمهارات والأنشطة الإرشادية المختلفة، حيث استخدمتها الباحثة معهم في مواقف وأنشطة عديدة مثل: نشاط الإعلانات التلفزيونية بهدف تعزيز ثقة أفراد المجموعة التجريبية بأنفسهم، ونشاط المتجر السحري بهدف تعديل الأفكار اللاعقلانية لدى أفراد المجموعة التجريبية، وغيرها من الأنشطة، كل ذلك ساعد في وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس مستوى الطموح الأكاديمي لصالح القياس البعدي.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

4. نتائج الفرض الرابع والذي نص على:

"لا توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية ومتوسط درجات أفراد المجموعة نفسها في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس مستوى الطموح الأكاديمي".

للتحقق من هذا الفرض تمت المقارنة بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي (ن=20)، ومتوسط درجات نفس المجموعة التجريبية في القياس التتبعي على مقياس مستوى الطموح الأكاديمي بعد مرور شهرين من انتهاء تطبيق البرنامج، باستخدام اختبار (ت) للكشف عن الفروق بين متوسطي درجات عينتين مرتبطتين (**صلاح الدين** علام،2005: 210)، كما يبين الجدول (13):

جدول (13)

يبين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية ومتوسط درجات أفراد المجموعة نفسها في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس مستوى الطموح الأكاديمي

المقياس	التطبيق	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
العقبات الشخصية	بعدي	19.10	1.165	1.50	غير دالة إحصائياً
	تتبعي	18.40	1.729		
العقبات الأسرية	بعدي	19.85	1.565	0.93	غير دالة إحصائياً
	تتبعي	19.25	2.425		
العقبات المادية	بعدي	20.15	1.565	0.75	غير دالة إحصائياً
	تتبعي	19.60	2.891		
العقبات المستقبلية	بعدي	18.15	1.631	1.02	غير دالة إحصائياً
	تتبعي	17.50	2.351		
العقبات المدرسية	بعدي	18.75	1.618	1.42	غير دالة إحصائياً
	تتبعي	17.80	2.505		
العقبات الدراسية	بعدي	20.60	1.667	1.10	غير دالة إحصائياً
	تتبعي	19.75	3.024		
الدرجة الكلية لمستوى الطموح الأكاديمي	بعدي	116.60	4.083	1.47	غير دالة إحصائياً
	تتبعي	112.30	12.474		

قيمة (ت) الجدولية (د.ح=19) عند مستوى دلالة 0.05=2.10، وعند مستوى دلالة 0.01=2.87

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

يتبين من الجدول السابق أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية، بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية الذين طبقت عليهم الباحثة البرنامج الإرشادي في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس مستوى الطموح الأكاديمي.

مما يشير إلى استمرار أثر البرنامج الإرشادي في الارتقاء بمستوى الطموح الأكاديمي لدى أفراد المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج بشهرين.

أي أن البرنامج الإرشادي قد نجح في تحقيق أهدافه العامة والخاصة، حيث أن أثر التدريب في البرنامج الإرشادي مازال مستمراً مع مرور الوقت، ولم يكن أثراً وقتياً، وتعزو الباحثة ذلك إلى التزام أفراد المجموعة التجريبية وحضورهم لجميع جلسات البرنامج الإرشادي، ومناقشاتهم ومشاركاتهم الفعالة أثناء تلقي التدريبات المختلفة، وكذلك تنوع الباحثة في الأنشطة والمهارات والمعارف المقدمة لأفراد المجموعة التجريبية، ووجود عنصر التشويق والجدة بعيداً عن جو الروتين اليومي، كان له دوره الهام في جذبهم للحضور والمشاركة، وجعلهم أكثر وعياً وحرصاً للاستفادة القصوى من جلسات البرنامج الإرشادي، ودوره أيضاً في ترسيخ المعلومات والمهارات التي تم اكتسابها.

وترى الباحثة أن استخدام الفنيات الإرشادية المتنوعة، ساعد في استمرار أثر البرنامج الإرشادي مع مرور الوقت، مثل: فنية التغذية الراجعة والتي كان لها أثراً كبيراً في ترسيخ المعلومات لدى أفراد المجموعة التجريبية، وكذلك أداء الواجبات المنزلية من قبل أفراد المجموعة التجريبية وتطبيقهم للمهارات التي اكتسبوها خلال الجلسات في حياتهم اليومية كان له دوراً هاماً في احتفاظهم بهذه المهارات، وكذلك فنية العصف الذهني، ولعب الأدوار، والتعزيز، والنمذجة، وغيرها من الفنيات المتنوعة ساعد في استمرار أثر البرنامج الإرشادي مع مرور الوقت.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

5. نتائج الفرض الخامس والذي نص على:

"لا توجد فاعلية للبرنامج الإرشادي في تنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى أفراد المجموعة التجريبية".

للتحقق من هذا الفرض تم حساب حجم التأثير باستخدام مربع إيتا ($\eta 2$) (رشدي منصور، 1997: 57)، من خلال المعادلة التالية:

$$\eta^2 = \frac{t^2}{t^2 + df}$$

وقد اعتمدت الباحثة مستويات حجم التأثير كما يلي:

الأداة المستخدمة	حجم التأثير		
	صغير	متوسط	كبير
η^2	0.07	0.06	0.14

جدول (14)

قيمة (ت) ومربع معامل إيتا η^2 وحجم التأثير للتحقق من فاعلية البرنامج الإرشادي في تنمية مستوى الطموح الأكاديمي

المقياس	قيمة (ت)	η^2	حجم التأثير
العقبات الشخصية	17.51	0.942	كبير
العقبات الأسرية	6.74	0.705	كبير
العقبات المادية	7.86	0.765	كبير
العقبات المستقبلية	19.72	0.953	كبير
العقبات المدرسية	18.85	0.949	كبير
العقبات الدراسية	17.05	0.939	كبير
الدرجة الكلية لمستوى الطموح الأكاديمي	31.10	0.981	كبير

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

يتبين من الجدول السابق أن قيم مربع إيتا تراوحت بين (0.705 – 0.981)، مما يشير إلى أن البرنامج الإرشادي له تأثير كبير في تنمية مستوى الطموح الأكاديمي بأبعاده ودرجته الكلية لدى أفراد المجموعة التجريبية، من طالبات المرحلة الثانوية.

أي أن البرنامج الإرشادي أظهر تحسناً واضحاً في مستوى الطموح الأكاديمي، ويتفق ذلك مع دراسة سناء آل أطيمش (2006)، حيث أسفرت نتائجها عن فاعلية البرنامج الإرشادي في رفع مستوى الطموح لدى أفراد العينة.

وتعزو الباحثة ذلك إلى احتواء البرنامج الإرشادي على العديد من المعارف والمهارات والأنشطة التي كان من شأنها أن تنمّي مستوى الطموح الأكاديمي، كذلك الجهد الذي بذلته الباحثة واستخدامها للفنيات والأدوات المختلفة كان له دوراً هاماً في تنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى أفراد المجموعة التجريبية، وهذا من شأنه أن يزيد من دافعية الطالبات نحو الدراسة، وبالتالي تحسين المستوى التعليمي لديهن، وصولاً إلى تحقيق الأهداف والطموحات، وتحقيقاً للأهداف العامة للإرشاد النفسي، حيث تحسين العملية التربوية، وتحقيق التوافق الشخصي والتربوي والمهني والاجتماعي، وهذا يتفق مع دراسة سعاد كلوب (2010) حيث أسفرت نتائجها إلى وجود علاقة بين مستوى الطموح الأكاديمي وبين التوافق الدراسي، أي كلما زاد مستوى الطموح الأكاديمي، كلما زاد التوافق الدراسي، وهذا ما يعزز من ضرورة تطبيق البرنامج الإرشادي على أكبر قدر ممكن من طالبات المرحلة الثانوية في قطاع غزة، من أجل أن تعم الفائدة، وأن نرتقي بأجيال الغد إلى أعلى المستويات، حيث أن مستوى الطموح الأكاديمي من أهم السمات التي يجب أن نعمل على غرسها في نفوس أبنائنا منذ الصغر، ونعمل على تنميتها في جميع مراحل نموهم المختلفة، وذلك لما له من تأثير في حياة الفرد والجماعة، ولما يترتب عليه من أهمية في حفز دافعية الطلبة نحو التعلم المثمر، وبقدر ما يكون مستوى الطموح الأكاديمي مرتفعاً لدى الطالب، بقدر ما يكون شخصاً متميزاً يسعى إلى تطوير نفسه وخدمة مجتمعه ووطنه، ولعل الكثير من إنجازات الأفراد وتقدم المجتمعات يرجع إلى توفير القدر المناسب من مستوى الطموح الأكاديمي.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

توصيات الدراسة

في ضوء النتائج التي توصلت إليها الدراسة الحالية توصي الباحثة بما يلي:

1. إعداد دورات تدريبية إرشادية للأهالي حول أساليب التنشئة السليمة للأبناء، والتي تعمل على رفع الثقة بالنفس، ومن ثم تنمية مستوى الطموح الأكاديمي لديهم.
2. مساعدة الطلبة على التخلص من المعتقدات والأفكار اللاعقلانية التي تؤثر سلباً على مستوى الطموح الأكاديمي، وحثهم على تبني أفكار ايجابية بديلة.
3. تدريب الطلبة على مهارة التخطيط للمستقبل على أسس سليمة، من خلال التعرف إلى إمكاناتهم وقدراتهم الحقيقية، ووضع أهداف وطموحات تتناسب مع تلك الإمكانات.
4. غرس المعلمين روح المنافسة والمثابرة في نفوس طلابهم، ما يرفع من المستوى التعليمي لديهم، ويزيد من مستوى طموحهم الأكاديمي.
5. متابعة مشاكل الطلبة الشخصية والأسرية والدراسية، من قبل المرشدين التربويين، ومساعدتهم في إيجاد بدائل تعينهم على تخطي العقبات، الأمر الذي يرفع من المستوى التعليمي لديهم، ومستوى الطموح الأكاديمي كذلك.
6. استثمار المرشدين التربويين لحصص التوجيه الجمعي المقدمة للطلبة في مناقشة مواضيع تساهم في تنمية مستوى الطموح الأكاديمي لديهم مثل: الثقة بالنفس، التخطيط للمستقبل، الدافعية نحو الدراسة، تطوير الذات، كيفية اختيار التخصص... الخ.
7. إعادة النظر في محتوى المقررات الدراسية، وربط المناهج بواقع المجتمع الفلسطيني وأهدافه وقيمه، بحيث تخدم حاجات وميول الطلبة في المرحلة الثانوية، وتعمل على تنمية مستوى الطموح الأكاديمي لديهم.
8. توفير بيئة مدرسية سليمة ومحفزة ومثمرة، تهيئ للطلبة جواً دراسياً يساعدهم على رفع المستوى التعليمي والإبداعي لديهم، ويزيد من مستوى طموحهم الأكاديمي.
9. إعداد برامج تربوية وإرشادية من قبل المرشدين التربويين، والمختصين في علم النفس، لمساعدة الطلبة وتبصيرهم بما لديهم من قدرات وإمكانات وميول، وبالتالي وضع أهداف وطموحات تتناسب مع هذه القدرات.
10. تصميم برامج إرشادية أخرى، من شأنها تنمية مستوى الطموح الأكاديمي، والمهني، لدى الطلبة في جميع المراحل الدراسية.
11. تبني البرنامج المستخدم في الدراسة الحالية من قبل دائرة الإرشاد والتربية الخاصة في وزارة التربية والتعليم، وتطبيقه في جميع المدارس الثانوية في قطاع غزة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

بحوث مقترحة

استكمالاً لجهود الباحثة، وفى ضوء ما انتهت إليه هذه الدراسة، تقترح الباحثة إجراء الدراسات التالية:

1. فاعلية برنامج إرشادي لتنمية مستوى الطموح المهني لدى الطلبة.
2. فاعلية برنامج إرشادي لتنمية مستوى الطموح (بشكل عام) لدى الطلبة.
3. فاعلية برنامج إرشادي لتنمية الثقة بالنفس لدى طلبة المرحلة الثانوية.
4. فاعلية برنامج إرشادي لزيادة الدافعية نحو التعلم.
5. فاعلية برنامج إرشادي لتنمية مهارة التخطيط للمستقبل وتحديد الأهداف لدى الطلبة.
6. فاعلية برنامج إرشادي لتنمية مهارة اختيار التخصص المناسب لدى الطلبة.
7. فاعلية برنامج إرشادي لتنمية مهارة اتخاذ القرار لدى الطلبة.
8. فاعلية برنامج إرشادي لتنمية مهارة إدارة الوقت لدى الطلبة.
9. فاعلية برنامج إرشادي لتنمية أساليب التنشئة السليمة لدى أولياء الأمور.
10. مستوى الطموح الأكاديمي وعلاقته بكل من التفاؤل والتشاؤم.
11. مستوى الطموح الأكاديمي وعلاقته بكل من وجهه الضبط الداخلي والخارجي.
12. مستوى الطموح الأكاديمي وعلاقته بالتحصيل الدراسي.
13. مستوى الطموح الأكاديمي وعلاقته بالمعاملة الوالدية للأبناء.
14. مستوى الطموح الأكاديمي وعلاقته ببعض سمات الشخصية.
15. مستوى الطموح الأكاديمي وعلاقته بالحاجات النفسية لدى الطلبة.
16. دور المرشدين التربويين بالمدارس في تنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى الطلبة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

المراجع

أولاً: المراجع العربية:

* القرآن الكريم.

1. أحمد بن محمد المقري (2000): **المصباح المنير**، دار الحديث، ط 1، القاهرة، مصر.

2. أحمد زكي صالح (1987): **تعليمات اختبار الذكاء المصور**، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة، مصر.

3. أحمد عبد اللطيف أبو أسعد (2009): **الإرشاد المدرسي**، دار المسيرة للنشر والتوزيع، ط 1، عمان، الأردن.

4. أحمد عبد الله أبو زايد (1999): " دراسة مستوى الطموح وعلاقته بالقدرات الابتكارية لدى طلاب المرحلة الثانوية في السودان وفلسطين "، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، عمادة الدراسات العليا، جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا، الخرطوم، السودان.

5. أحمد عزت راجح (1999): **أصول علم النفس**، دار المعارف، ط11، القاهرة، مصر.

6. أحمد محمد الزبادي، وهشام إبراهيم الخطيب (2001): **مبادئ التوجيه والإرشاد النفسي**، الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع، ودار الثقافة للنشر والتوزيع، ط 1، عمان، الأردن.

7. أسامة عطية المزيني (2006): **الإرشاد النفسي الديني، أسسه النظرية وتطبيقاته العملية**، آفاق للطباعة والنشر والتوزيع، غزة، فلسطين.

8. أكرم محمد الحجوج (2004): " العلاقة بين سمات الشخصية ومستوى الطموح في ضوء بعض المتغيرات النفسية "، رسالة ماجستير غير منشورة، قسم علم النفس، كلية التربية، عمادة الدراسات العليا، جامعة الأزهر، غزة، فلسطين.

9. الجوهرة عبد الله الذواد (2002): " وجهة الضبط وعلاقتها بمستوى الطموح لدى بعض طالبات الجامعة السعوديات المصريات " دراسة عبر ثقافية، دراسات عربية في علم النفس، كلية التربية للبنات، جدة، العدد الثالث، المجلد الأول، يوليو، ص 119-156 .

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

10. آمال عبد السميع باظة (2004): **مقياس مستوى الطموح لدى المراهقين والشباب**، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، مصر.

11. آمنة عبد الحميد زقوت (2010): **مهارات تدريب ميداني (2) للإرشاد النفسي**، مكتبة ومطبعة الخالدي، ط1، غزة، فلسطين.

12. آمنة محمد عبد الهادي حمد (2005): " دراسة علاقة مفهوم الذات الأكاديمي بكل من الدافع للإنجاز ومستوى الطموح لدى طلبة الجامعات في محافظات غزة "، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة عين شمس، برنامج الإشراف المشترك مع كلية التربية الحكومية بغزة، فلسطين.

13. أنور حمودة البنا (2005): " الفروق في مستوى الطموح في ضوء متغيري نوع التعليم والجنس لدى طلبة جامعة الأقصى في محافظة غزة "، مجلة جامعة الأقصى، سلسة العلوم الإنسانية، جامعة الأقصى، غزة، العدد الأول، المجلد التاسع، يناير، ص134-177.

14. بشير صالح الرشيدي، وراشد علي السهل (2000): **مقدمة في الإرشاد النفسي**، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع، ط1 ، حولي، الكويت.

15. توفيق محمد شبير (2005): " دراسة لمستوى الطموح وعلاقته ببعض المتغيرات في ضوء الثقافة السائدة لدى طلبة الجامعة الإسلامية بغزة "، رسالة ماجستير غير منشورة، قسم علم النفس، كلية التربية، عمادة الدراسات العليا، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.

16. ثناء الضبع (1995): " دراسة مقارنة لمهارات الاستذكار ومستوى الطموح لدى التلميذات المصريات والسعوديات المتفوقات دراسياً "، المؤتمر الدولي الثاني، مركز الإرشاد النفسي، كلية التربية، جامعة عين شمس، المجلد الأول، ديسمبر.

17. جمال الدين محمد ابن مكرم ابن منظور(2003): **لسان العرب، الجزء الثالث**، دار الكتب العلمية، ط1، بيروت، لبنان.

18. جليل وديع شكور (1997): **تأثير الأهل في مستقبل أبنائهم على صعيد التوجيه الدراسي والمهني**، بحث ميداني، مؤسسة المعارف للطباعة والنشر، بيروت، لبنان.

19. حامد عبد السلام زهران (2002): **التوجيه والإرشاد النفسي**، عالم الكتب، ط3، القاهرة، مصر.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

20. حسن بن إدريس الصميلي (2009): " فاعلية برنامج إرشادي عقلاني انفعالي في خفض السلوك الفوضوي لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية بمنطقة جازان التعليمية "، رسالة دكتوراه غير منشورة، قسم علم النفس، كلية التربية، جامعة أم القرى، مكة المكرمة، المملكة العربية السعودية.

21. حسن عمر منسي (2003): " مستوى الطموح لدى عينة من طلبة الصف الثاني الثانوي في مدينة اربد بالأردن وعلاقته ببعض المتغيرات "، مجلة مركز البحوث التربوية، جامعة قطر، قطر، العدد الرابع والعشرون، يوليو، ص 183 – 215.

22. خالد محمود أبو ندى (2004): " التفكير الإبداعي وعلاقته بكل من العزو السببي ومستوى الطموح لدى تلاميذ الصفين الخامس والسادس الابتدائيين "، رسالة ماجستير غير منشورة، قسم علم النفس، كلية التربية، عمادة الدراسات العليا، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.

23. رافدة الحريري، وسمير الإمامي (2011): **الإرشاد التربوي والنفسي في المؤسسات التعليمية**، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، ط 1، عمان، الأردن.

24. رجاء محمود أبو علام: (2001) **مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية**، دار النشر للجامعات، القاهرة، مصر.

25. رشا الناطور(2008): " مستوى الطموح وعلاقته بتقدير الذات عند طلاب الثالث الثانوي العام"، رسالة ماجستير غير منشورة، قسم الإرشاد النفسي، كلية التربية، عمادة الدراسات العليا، جامعة دمشق، دمشق، سوريا.

26. رشدي فام منصور: (1997) **حجم التأثير، الوجه المكمل للدلالة الإحصائية**، المجلة المصرية للدراسات النفسية، القاهرة، العدد 16، المجلد السابع، 1 يونيو، ص ص 57 – 75.

27. زياد بركات (2008): " علاقة مفهوم الذات بمستوى الطموح لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة في ضوء بعض المتغيرات "، المجلة الفلسطينية للتربية المفتوحة عن بعد، جامعة القدس المفتوحة، طولكرم، العدد الثاني، المجلد الأول، كانون ثاني، ص219 – 255.

28. سامي محمد ملحم (2010): **مبادئ التوجيه والإرشاد**، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، ط 2، عمان، الأردن.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

29. سعاد سعيد كلوب (2010): " التوافق الدراسي وعلاقته بمستوى الطموح الأكاديمي والمسؤولية الاجتماعية "، رسالة ماجستير غير منشورة، قسم علم النفس، كلية التربية، عمادة الدراسات العليا، جامعة الأزهر، غزة، فلسطين.

30. سعد بن محمد آل رشود (2006): " فاعلية برنامج إرشادي نفسي في خفض درجة السلوك العدواني لدى طلاب المرحلة الثانوية "، رسالة دكتوراه غير منشورة، قسم العلوم الاجتماعية، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، الرياض، السعودية.

31. سعيد حسني العزة (2006): **دليل المرشد التربوي في المدرسة**، دار الثقافة للنشر والتوزيع، ط 1، عمان، الأردن.

32. ـــــــــــ (2010): **الإرشاد النفسي أساليبه وفنياته**، دار الثقافة للنشر والتوزيع، ط 3، عمان، الأردن.

33. ـــــــــــ (2010): **الإرشاد الجماعي العلاجي**، دار الثقافة للنشر والتوزيع، ط2، عمان، الأردن.

34. سمية طه جميل (2005): **الإرشاد النفسي**، عالم الكتب، ط 1، القاهرة، مصر.

35. سناء لطيف الجبوري (2002): " مستوى الطموح وعلاقته بقوة تحمل الشخصية لدى طلبة الجامعة " ، رسالة ماجستير غير منشورة، قسم الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي، كلية التربية، الجامعة المستنصرية، بغداد، العراق.

36. سناء نعيم بدر آل أطيمش (2005): " القلق من المستقبل وعلاقته بمستوى الطموح لدى طلبة المرحلة الإعدادية "، رسالة ماجستير غير منشورة، قسم الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي، كلية التربية، الجامعة المستنصرية، بغداد، العراق.

37. ـــــــــــ (2006): " أثر برنامج إرشادي في رفع مستوى الطموح لدى طلبة المرحلة الإعدادية "، قسم الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي، كلية التربية، الجامعة المستنصرية، بغداد، العراق.

38. سهام درويش أبو عيطة (2002): **مبادئ الإرشاد النفسي**، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، ط2 ،عمان، الأردن.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

39. شريف علي حماد (2001): " تقويم منهج التربية الإسلامية للمرحلة الأساسية العليا بمحافظات غزة والتوصل لبرنامج مقترح "، رسالة دكتوراه، كلية التربية، جامعة عين شمس، برنامج الإشراف المشترك مع كلية التربية الحكومية بغزة.

40. صالح أحمد الخطيب (2007): **الإرشاد النفسي في المدرسة، أسسه ونظرياته وتطبيقاته**، دار الكتاب الجامعي، العين، الإمارات العربية المتحدة.

41. صالح بن عبد الله أبو عباة، وعبد المجيد بن طاش نيازي (2001): **الإرشاد النفسي والاجتماعي**، مكتبة العبيكان، ط1، الرياض، السعودية.

42. صالح حسن الداهري (2000): **مبادئ الإرشاد النفسي والتربوي**، مؤسسة حمادة للخدمات والدراسات الجامعية، ودار الكندي للنشر والتوزيع، ط 1، اربد، الأردن.

43. صالح سلامة البركات، وعمر صالح بني ياسين (2011): " العلاقة بين التفاعل الاجتماعي ومستوى الطموح لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة اربد "، مجلة جامعة أم القرى للعلوم الاجتماعية، جامعة أم القرى، مكة المكرمة، العدد الثاني، المجلد الثالث، يونيو، ص209-233.

44. صبري بردان الحياني (2011): **الإرشاد التربوي والنفسي الإسلامي ونظرياته**، دار صفاء للنشر والتوزيع، ط 1، عمان، الأردن.

45. صلاح الدين أبو ناهية (2012): **مستوى الطموح، النظرية والقياس**، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، مصر.

46. ـــــــــــــ (1999): " دراسة مقارنة لبعض المتغيرات النفسية المرتبطة بالتأخر والتفوق الدراسي في المرحلة الإعدادية بقطاع غزة "، دورية حوليات، جامعة الأزهر، غزة، الحولية الأولى، الرسالة1، يناير ص 1-58.

47. ـــــــــــــ (1986): **مقياس مستوى الطموح الأكاديمي، كراسة التعليمات**، دار النهضة العربية، القاهرة، مصر.

48. صلاح الدين العمرية (2005): **الصحة النفسية والإرشاد النفسي**، مكتبة المجتمع العربي للنشر، ط 1، عمان، الأردن.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

49. صلاح الدين محمود علام (2005): **الأساليب الإحصائية الاستدلالية في تحليل بيانات البحوث النفسية والتربوية والاجتماعية** "**البارامترية واللابارامترية**"، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، مصر.

50. طه عبد العظيم حسين (2004): **الإرشاد النفسي، النظرية – التطبيق – التكنولوجيا**، دار الفكر والنشر والتوزيع، ط 1، عمان، الأردن.

51. عايدة شعبان صالح (1998): " أساليب المعاملة الوالدية وعلاقتها بالتفكير الابتكاري لدى أطفال المرحلة الابتدائية في محافظات غزة "، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة عين شمس، برنامج الإشراف المشترك مع كلية التربية الحكومية بغزة.

52. عبد الله بن طه الصافي (2001): " المناخ المدرسي وعلاقته بدافعية الانجاز ومستوى الطموح لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية بمدينة أبها "، مجلة رسالة الخليج العربي، مكتب التربية العربي لدول الخليج، جامعة الملك خالد، أبها، العدد التاسع والسبعون، ص61 – 89.

53. ـــــــــــــ (2002): " الفروق في القابلية للتعلم الذاتي وقلق الاختبارات ومستوى الطموح بين الطلاب مرتفعي التحصيل الدراسي ومنخفضيه بالصف الأول الثانوي "، مجلة العلوم الاجتماعية، جامعة الملك خالد، أبها، العدد الأول، المجلد الثلاثون، ص 69-96.

54. عبد ربه علي شعبان (2010): " الخجل وعلاقته بتقدير الذات ومستوى الطموح لدى المعاقين بصرياً "، رسالة ماجستير غير منشورة، قسم علم النفس، كلية التربية، عمادة الدراسات العليا، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.

55. عطا الله الخالدي (2009): **علم النفس الإرشادي، الدليل في الإرشاد الجمعي، تطبيقات عملية**، دار صفاء للنشر والتوزيع، ط1، عمان، الأردن.

56. علاء سمير موسى القطناني (2011): " الحاجات النفسية ومفهوم الذات وعلاقتهما بمستوى الطموح لدى طلبة جامعة الأزهر بغزة في ضوء نظرية محددات الذات "، رسالة ماجستير غير منشورة، قسم علم النفس، كلية التربية، عمادة الدراسات العليا، جامعة الأزهر، غزة، فلسطين.

57. علي بن رزق الله الزهراني (2009): " إدراك القبول الرفض الوالدي وعلاقته بمستوى الطموح لدى طلاب المرحلة المتوسطة بمحافظة جدة "، رسالة ماجستير غير منشورة، قسم علم النفس، كلية التربية، جامعة أم القرى، مكة المكرمة، السعودية.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

58. علي علي مفتاح (2003): " مستوى الطموح ونوعيته لدى بعض فئات المجتمع المصري "، حوليات آداب عين شمس، جامعة عين شمس، القاهرة، المجلد الواحد والثلاثون، يوليو– سبتمبر، ص 107 – 155.

59. غالب بن محمد علي المشيخي (2009): " قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى الطموح لدى عينة من طلاب جامعة الطائف "، رسالة ماجستير غير منشورة، قسم علم النفس، كلية التربية، جامعة أم القرى، مكة المكرمة، السعودية.

60. فاخر عاقل (2003): **معجم العلوم النفسية**، شعاع للنشر والعلوم، ط 1، القاهرة، مصر.

61. فايز علي الأسود (2003): " دراسة العلاقة بين مستوى القلق ومفهوم الذات ومستوى الطموح لدى الطلبة الجامعيين في دولة فلسطين "، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة عين شمس، برنامج الإشراف المشترك مع كلية التربية الحكومية بغزة، فلسطين.

62. كاميليا عبد الفتاح (1990): **دراسات سيكولوجية في مستوى الطموح والشخصية**، نهضة مصر للطباعة والنشر والتوزيع، ط 3، القاهرة، مصر.

63. ـــــــــــ (1998): **سيكولوجيا العلاج الجماعي للأطفال**، دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع، العاشر من رمضان، مصر.

64. محمد أحمد سعفان (2005): **العملية الإرشادية**، دار الكتاب الحديث، مصر.

65. ـــــــــــ (2006): **الإرشاد النفسي الجماعي**، دار الكتاب الحديث، القاهرة، مصر.

66. محمد إبراهيم السفاسفة (2003): **أساسيات في الإرشاد والتوجيه النفسي والتربوي**، دار حنين للنشر والتوزيع، ومكتبة الفلاح للنشر والتوزيع، ط 1، حولي، الكويت.

67. محمد السيد علي (2011): **موسوعة المصطلحات التربوية**، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، ط 1، عمان، الأردن.

68. محمد النوبي محمد علي (2004): " أساليب المعاملة الوالدية وعلاقتها بمستوى الطموح لدى الأطفال الصم "، رسالة ماجستير غير منشورة، مجلة علم النفس، الهيئة المصرية العامة للكتاب، جامعة الزقازيق، الزقازيق، يناير– يونيو، ص 124– 129.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

69. ـــــــــــــــ (2010): **مقياس مستوى الطموح لذوي الإعاقة السمعية والمعاقين**، دار صفاء للنشر والتوزيع، ط1، عمان، الأردن.

70. محمد حامد النجار (2000): " المشكلات السلوكية لدى الأطفال المعاقين عقليا القابلين للتعلم ومدى فاعلية برنامج لتعديل السلوك اللاتوافقي لديهم "، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة عين شمس، برنامج الإشراف المشترك مع كلية التربية الحكومية بغزة.

71. محمد حسن غانم (2006): **الطموح لدى الأطفال وكيف نوجهه، سلسلة كيف نربي أطفالنا**، المكتبة المصرية، الإسكندرية، مصر.

72. محمد عبد العزيز سليمان (2000): " تصميم برنامج إرشادي لتحسين مفهوم الذات عند أطفال المؤسسات الإيوائية "، رسالة ماجستير غير منشورة، قسم الدراسات النفسية والاجتماعية، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس، القاهرة، مصر.

73. محمد معوض، وسيد عبد العظيم (2005): **مقياس مستوى الطموح**، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، مصر.

74. محمود أبو سمرة، ومحمد عمران، ومحمد الطيطي (2004): " المناخ في جامعات الضفة الغربية في فلسطين وعلاقته بمستوى الطموح لدى طلابها "، مجلة اتحاد الجامعات العربية، الأمانة العامة لاتحاد الجامعات العربية، جامعة القدس، القدس، العدد الرابع والأربعون، ديسمبر، ص197-236.

75. محمود الزيادي (1916): " دراسة تجريبية على الفروق الجنسية في مستوى الطموح "، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الآداب، جامعة عين شمس، القاهرة، مصر.

76. منذر الضامن (2003): **الإرشاد النفسي، أسسه الفنية والنظرية**، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع، ط 1، حولي، الكويت.

77. مؤنس رشاد الدين (2000): **المرام في المعاني والكلام**، دار الراتب الجامعية، ط1، بيروت، لبنان.

78. ناصر الدين أبو حماد (2006): **دليل المرشد التربوي (دليل ميداني)**، جدارا للكتاب العالمي، وعالم الكتب الحديث للنشر والتوزيع، ط 1، عمان، اربد، الأردن.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

79. ـــــــــــــــ (2008): **الإرشاد النفسي والتوجيه المهني**، جدارا للكتاب العالمي، وعالم الكتب الحديث للنشر والتوزيع، ط 1، عمان، اربد، الأردن.

80. نضال سمير إبراهيم (2003): " الأمن الوظيفي وعلاقته بمستوى الطموح لدى المدراء العاملين في مقرات وزارات السلطة الوطنية الفلسطينية وأثر بعض المتغيرات الديمغرافية عليهما "، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الدراسات العليا، جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين.

81. نظمي عودة أبو مصطفى (1990): " قلق الامتحان وعلاقته بمستوى الطموح والمستوى الاقتصادي الاجتماعي عند طلاب المرحلة الثانوية بمدينة أم درمان "، رسالة دكتوراه غير منشورة، قسم الدراسات العليا، كلية أصول الدين والتربية، جامعة أم درمان الإسلامية، الخرطوم، السودان.

82. ـــــــــــــــ (2010): " استمارة تقدير المستوى الاجتماعي الاقتصادي للأسرة الفلسطينية "، كلية التربية، قسم علم النفس، جامعة الأقصى، غزة، فلسطين.

83. نيفين عبد الرحمن المصري (2011): " قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى الطموح لدى عينة من طلبة جامعة الأزهر بغزة "، رسالة ماجستير غير منشورة، قسم علم النفس، كلية التربية، عمادة الدراسات العليا، جامعة الأزهر، غزة، فلسطين.

84. هادي مشعان ربيع (2008): **الإرشاد التربوي والنفسي من المنظور الحديث**، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع، ط 1، عمان، الأردن.

85. هناء أبو شهبة (1987): " علاقة مستوى الطموح ببعض المتغيرات الدراسية والاجتماعية لدى طلاب كلية التربية العالية والمتوسطة بمدينة جدة بالمملكة العربية السعودية "، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، بحوث المؤتمر الثالث لعلم النفس، القاهرة، مصر.

86. هيئة الأبحاث والترجمة بالدار (2000): **أبجد القاموس العربي الصغير**، دار الراتب الجامعية، بيروت، لبنان.

87. هيئة المطبعة الكاثوليكية (2002): **المنجد في اللغة**، دار المشرق، ط 39، بيروت، لبنان.

88. وجاد حسين إبراهيم العجوري (2007): " فاعلية برنامج إرشادي مقترح لتخفيف الاكتئاب لدى أمهات الأطفال المصابين بمرض سوء التغذية "، رسالة ماجستير غير منشورة، قسم علم النفس، كلية التربية، عمادة الدراسات العليا، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

89. ياسرة محمد أبو هدروس (1999): " دراسة لمستوى مفهوم الذات لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم في مادة الرياضيات "، رسالة ماجستير غير منشورة، قسم علم النفس، كلية التربية، عمادة الدراسات العليا، جامعة الأزهر، غزة، فلسطين.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

1. Aaron Doyle, & Judith Kleinfeld (2009), "The educational aspiration/attainment gap among rural Alaska native students", University of Alaska Fairbanks 30 (3), 25-33.

2. Andrea Madarasova Geckova et al (2010), "Factors associated educational aspirations among adolescents", BMC Public Health, 10: 154.

3. Campbell, j (2008). Differential socialization relation to futuristic thinking, and the level of ambition: crossnational and cross- cultural perspectives. International journal of education research, 21, 685-696.

4. Kasamba, Julie (2008), "Family structure, self-esteem and career aspiration among secondary school students", Makerere Faculty of Science University Research Repository.

5. Leonard Worell (2007), "Level of Aspiration and Academic Success", Journal of Educational Psychology, Volume 50, Issue 2, Pages 47-54.

6. Niemiec, et, al.(2009), The path taken: consequences of attaining intrinsic and extrinsic aspirations in post-college life, journal of research in personality 43. Pages 291-306.

7. Zainal Ismail and Zaidatol AkmaliahLope Pihie (2011), "Career aspiration among secondary school accountant students in Selangor", Faculty of educational studies, University Putra Malaysia, International conference on humanities, society and culture Vol 20.

8. Hiroki Nakanishi (2011), "A study of junior high school students' educational aspiration in Present day Japan, with a focus on a tracking and pre-entry effect", Aoyama Gakuin University, (3) 123-128.

9. Hyunjoon Park (2004), " Effects of single parenthood educational aspiration and student disengagement in Korea", Max Plank Institute for Demographic Research , Vol 18/13.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الملاحق

ملحق (1)

مقياس مستوى الطموح الأكاديمي لدى طلبة المرحلة الثانوية

إعداد: الأستاذ الدكتور/ صلاح الدين محمد أبو ناهية

الاسم:..... **العمر:**.....

المدرسة:..... **الصف الدراسي:**.....

تعليمات

الحصول على شهادة الثانوية العامة والالتحاق بالجامعة هدفاً تسعى للوصول إليه، وقد يقابلك في الطريق إلى هذا الهدف عدداً من العقبات أو الظروف التي يتحتم عليك التغلب عليها أو التعايش معها أو عدم الالتفات إليها.

ولذا نعرض فيما يلي لبعض هذه العقبات والظروف التي يمكن أن تعترض طريقك في سبيل الحصول على الثانوية العامة والالتحاق بالجامعة، والمرجو منك أن تبدي رأيك من حيث مدى تأثير كل من العقبات على مواصلتك الدراسة وسعيك لشهادة الثانوية العامة والالتحاق بالجامعة.

والمطلوب منك هو أن تقرأ كل عبارة جيداً ثم تحدد موقفك منها كما في المثال التالي:

مسلسل	العبارة	(أ)	(ب)	(ج)
		هذه المشكلة ترى أنها		
		عقبه لا يمكن التغلب عليها	عقبه يمكن التغلب عليها	ليست عقبة على الإطلاق
.1	حاجة الوالدين للمساعدة المادية.	( )	( )	( )

- فإذا رأيت أن هذه العقبة تمثل عقبة لا يمكن التغلب عليها، ضع علامة (x) تحت الخانة (أ) في الجدول المبين بالرسم.
- وإذا رأيت أن هذه العقبة تمثل عقبة يمكن التغلب عليها، ضع علامة (x) تحت الخانة (ب).
- وإذا رأيت أن هذه العقبة لا تمثل عقبة على الإطلاق، ضع علامة (x) تحت الخانة (ج).
- تذكر أن المطلوب منك هو أن تضع علامة (x) واحدة فقط أمام كل عبارة، حسب درجة إحساسك بها كعقبة بالنسبة إليك.
- هذا وللعلم أنه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة، بل يهمنا التعرف على رأيك الشخصي بالنسبة لهذه العقبات.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

م	العبارات	(أ)	(ب)	(ج)
		هذه المشكلة ترى أنها		
		عقبه لا يمكن التغلب عليها	عقبه يمكن التغلب عليها	ليست عقبة على الإطلاق
.1	الارتباط بخطوبة خلال فترة الدراسة.	( )	( )	( )
.2	الانشغال الدائم في مساعدة أحد الوالدين سواء في البيت أو خارجه.	( )	( )	( )
.3	حاجة الوالدين للمساعدة المادية.	( )	( )	( )
.4	صعوبة اختيار التخصص الذي يتناسب مع إمكانياتي.	( )	( )	( )
.5	انعدام التعاون في الفصل بين الزملاء.	( )	( )	( )
.6	عدم وجود طريقة تدريس تتيح المناقشة وتنمي روح البحث.	( )	( )	( )
.7	كثرة المشاكل الخاصة.	( )	( )	( )
.8	زيادة عدد أفراد الأسرة مع ضيق السكن.	( )	( )	( )
.9	ضرورة دفع مصاريف مادية كبيرة لمواجهة تكاليف الدراسة.	( )	( )	( )
.10	عدم توافر المعلومات عن كليات الجامعات المختلفة.	( )	( )	( )
.11	إهمال إدارة المدرسة في رعاية الطلاب.	( )	( )	( )
.12	طول مدة الدراسة وصعوبتها.	( )	( )	( )
.13	عدم اهتمام الشلة (الأصدقاء) بالمدرسة.	( )	( )	( )
.14	غياب أحد الوالدين أو ابتعاده عن الأسرة (السفر – الوفاة – الطلاق).	( )	( )	( )
.15	عدم وجود مصروف يومي ثابت.	( )	( )	( )

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

.16	طريقة القبول في الجامعات واعتمادها على مجموع الدرجات.	( )	( )	( )
.17	ازدحام الفصل بالطلاب.	( )	( )	( )
.18	عدم قدرة بعض المدرسين على توصيل المعلومات للطلاب.	( )	( )	( )
.19	عدم الثقة بالنفس.	( )	( )	( )
.20	عدم توافر الجو الأسري الهادئ أثناء الدراسة.	( )	( )	( )
.21	عدم توافر الأدوات والأثاث والكماليات التي توفر الراحة في البيت.	( )	( )	( )
.22	معارضة الأسرة دخول الجامعة لأسباب الزواج وغيرها.	( )	( )	( )
.23	عدم توافر روح الصداقة بين المدرسين والطلاب.	( )	( )	( )
.24	عدم ملائمة المناهج الدراسية لاهتمامات الطلاب الخاصة.	( )	( )	( )
.25	قله اهتمام المدرس (مربي الفصل) بمشكلات الطلاب الخاصة.	( )	( )	( )
.26	عدم الاهتمام والرعاية من قبل الوالدين.	( )	( )	( )
.27	عدم وجود غرفة خاصة في البيت.	( )	( )	( )
.28	عدم وجود التوجيه والإرشاد لما ستفعله بعد الدراسة الثانوية.	( )	( )	( )
.29	صعوبة المواصلات من البيت إلى المدرسة.	( )	( )	( )
.30	قله وقت حصص العلوم الأساسية (مثل الرياضيات والانجليزية).	( )	( )	( )
.31	الإحساس بالذنب بعد أي فشل (كالحصول على درجات قليلة في الاختبار).	( )	( )	( )
.32	كثرة الخلافات العائلية بين الوالدين.	( )	( )	( )

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

.33	ممارسة العمل بجانب الدراسة لكسب المال.	( )	( )	( )
.34	اختيار التخصص حسب رغبة الأسرة وليس وفقاً لإمكانياتي.	( )	( )	( )
.35	النظام الصارم المتبع في المدرسة.	( )	( )	( )
.36	كثرة الواجبات المدرسية.	( )	( )	( )
.37	بذل جهد كبير للتكيف مع الزملاء في الفصل.	( )	( )	( )
.38	المعاملة كطفل من جانب الوالدين.	( )	( )	( )
.39	كثرة الديون العائلية.	( )	( )	( )
.40	الحاجة إلى معرفة أي الكليات التي يمكن أن يوفق بها الطالب.	( )	( )	( )
.41	إثارة الفوضى من قبل بعض الطلاب داخل الفصل أثناء شرح المدرس.	( )	( )	( )
.42	عدم ارتباط الموضوعات الدراسية في الكتب بالحياة العملية.	( )	( )	( )
.43	نسيان الكثير مما يقرأ أو يعلّم في المدرسة.	( )	( )	( )
.44	عدم مساواة الوالدين في المعاملة بين الأخوة (تفضيل أحدهم عن الباقي).	( )	( )	( )
.45	عدم توفر أماكن في البيت لاستقبال الضيوف أو الأصدقاء.	( )	( )	( )
.46	الرهبة التي يذكرها الناس في حديثهم عن الثانوية العامة.	( )	( )	( )
.47	المنافسة بين المدرسين.	( )	( )	( )
.48	عدم قدرة المدرسين على الانتهاء من المقررات لقصر وقت العام الدراسي.	( )	( )	( )

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ملحق (2)

جلسات البرنامج الإرشادي

ترتيب الجلسة	عنوان الجلسة	الأهداف	زمن الجلسة
الأولى	الترحيب والتعارف	**الهدف العام:** التعارف والتعريف بالبرنامج. **الأهداف الخاصة:** 1. التعرف على أفراد المجموعة وإتاحة الفرصة لأفراد المجموعة التعرف على بعضهم البعض. 2. خلق جو من الثقة وكسر الحاجز النفسي بين الباحثة وأفراد المجموعة. 3. إعطاء أفراد المجموعة فكرة عن البرنامج الإرشادي.	90 دقيقة
الثانية	الأهداف والتوقعات	**الهدف العام:** خلق جو من الثقة المتبادلة بين الأعضاء أنفسهم وبين الأعضاء والباحثة. **الأهداف الخاصة:** 1. أن تحدد المشاركات الأهداف والتوقعات التي تأمل تحقيقها من خلال البرنامج الإرشادي. 2. تنمية روح العمل الجماعي والعمل بروح الفريق عند المشاركات.	90 دقيقة
الثالثة	مفهوم مستوى الطموح الأكاديمي	**الهدف العام:** التعرف إلى مفهوم مستوى الطموح الأكاديمي. **الأهداف الخاصة:** 1. أن تتعرف المشاركات إلى مفهوم الطموح الأكاديمي. 2. أن تتعرف المشاركات إلى أهمية تنمية مستوى الطموح الأكاديمي. 3. أن تتعرف الطالبات إلى خصائص الشخص الطموح. 4. أن تتعرف المشاركات إلى العوامل المؤثرة في مستوى الطموح الأكاديمي.	90 دقيقة

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الرابعـــــــة	معيقات الطموح الأكاديمي	**الهدف العام:** التعرف إلى معيقات الطموح الأكاديمي. **الأهداف الخاصة:** 1. أن تتعرف المشاركات إلى المعيقات الشخصية للطموح الأكاديمي. 2. أن تتعرف المشاركات إلى المعيقات الأسرية للطموح الأكاديمي. 3. أن تتعرف المشاركات إلى المعيقات المادية للطموح الأكاديمي. 4. أن تتعرف المشاركات إلى المعيقات المدرسية للطموح الأكاديمي. 5. أن تتعرف المشاركات إلى المعيقات الدراسية للطموح الأكاديمي. 6. أن تتعرف المشاركات إلى أهمية تحدي معيقات الطموح الأكاديمي ومواجهتها. 7. إثارة دافعية المشاركات نحو مواجهة معيقات الطموح الأكاديمي والتغلب عليها.	90 دقيـــــقة
الخامســـــــة	الثقة بالنفس	**الهدف العام:** تنمية الثقة بالنفس لدى المشاركات وتعزيزها. **الأهداف الخاصة:** 1. أن تتعرف المشاركات إلى مفهوم الثقة بالنفس، ومظاهرها، ومصادرها، وأنواعها. 2. أن تتعرف المشاركات إلى فوائد الثقة بالنفس وأهميتها. 3. أن تتعرف المشاركات إلى مستويات الثقة بالنفس. 4. أن تتعرف المشاركات إلى مكونات الشخصية وتأثيرها على الثقة بالنفس. 5. أن تتعرف المشاركات إلى معوّقات الثقة بالنفس. 6. أن تتعرف المشاركات إلى الفرق بين الثقة بالنفس والغرور. 7. أن تصبح المشاركات قادرات على التعبير عن الذات من خلال عرض المواهب والصفات الحسنة لديهن.	90 دقيـــــقة

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

السادسة	تقنيات تنمية الثقة بالنفس	**الهدف العام من الجلسة:** تنمية الثقة بالنفس لدى المشاركات وتعزيزها. **الأهداف الخاصة للجلسة:** 1. وقوف المشاركات على المواقف التي زادت ثقتها بنفسها. 2. وقوف المشاركات على المواقف التي هدمت ثقتها بنفسها. 3. أن تصبح المشاركات قادرات على التعبير عن أنفسهن بحرية. 4. أن تتعرف المشاركات إلى تقنيات تنمية الثقة بالنفس. 5. أن تتعرف المشاركات إلى كيفية ممارسة تقنيات تنمية الثقة بالنفس في الواقع.	90 دقيقة
السابعة	مفهوم الذات	**الهدف العام للجلسة:** أن تصبح المشاركات قادرات على تطوير مفهوم الذات لديهن. **الأهداف الخاصة للجلسة:** 1. أن تتعرف المشاركات إلى تعريف مفهوم الذات. 2. أن تتعرف المشاركات إلى علاقة مفهوم الذات بمستوى الطموح الأكاديمي. 3. أن تتعرف المشاركات إلى الصفات بأنواعها. 4. أن تصبح المشاركات قادرات على التعبير عن الذات من خلال تمثيل الصفات المختلفة. 5. أن تتعرف المشاركات إلى الصفات الحسنة والصفات السيئة في شخصيتها. 6. أن تصبح المشاركات قادرات على تقييم الذات لديهن. 7. أن تصبح المشاركات قادرات على التعبير عن الصفات بحرية. 8. أن تتعرف المشاركات إلى أهمية التحلي بالصفات الايجابية والتخلص من الصفات السلبية لديهن.	90 دقيقة

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الثامنة	تطوير مفهوم الذات	**الهدف العام للجلسة:** أن تصبح المشاركات قادرات على تطوير مفهوم الذات لديهن. **الأهداف الخاصة للجلسة:** 1. أن تتعرف المشاركات على أهمية تطوير مفهوم الذات. 2. أن تتعرف المشاركات إلى أركان تطوير مفهوم الذات. 3. أن تصبح المشاركات قادرات على التقييم الذاتي لنقاط القوة والضعف (الايجابيات والسلبيات) لديهن. 4. أن تصبح المشاركات قادرات على التعبير عن الصفات الايجابية والصفات السلبية لديهن. 5. أن تصبح المشاركات قادرات على استبدال الصفات السلبية بأخرى ايجابية.	90 دقيقة
التاسعة	تعديل الأفكار اللاعقلانية (السلبية)	**الهدف العام:** أن تصبح المشاركات قادرات على تعديل الأفكار اللاعقلانية (السلبية)، واستبدالها بأفكار أخرى عقلانية (ايجابية). **الأهداف الخاصة:** 1. أن تتعرف المشاركات إلى مفهوم التفكير العقلاني، والتفكير اللاعقلاني. 2. أن تتعرف المشاركات إلى الأفكار اللاعقلانية المرتبطة بتدني مستوى الطموح الأكاديمي لديهن. 3. أن تتعرف المشاركات إلى أساليب تعديل الأفكار اللاعقلانية. 4. أن تتعرف المشاركات إلى كيفية تبني أفكار عقلانية جديدة.	90 دقيقة
العاشرة	الدافعية نحو التعلم	**الهدف العام:** إثارة الدافعية نحو التعلم لدى المشاركات. **الأهداف الخاصة:** 1. أن تتعرف المشاركات إلى مفهوم الدافعية، أنواعها، وظائفها. 2. أن تتعرف المشاركات إلى علاقة الدافعية بالتعلم.	90 دقيقة

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الحـــــادية عشـــــر	تدني الدافعيــة نحو التعلم	**الهدف العام:** إثارة الدافعية نحو التعلم لدى المشاركات. **الأهداف الخاصة:** 1. أن تتعرف المشاركات إلى مفهوم تدني الدافعية نحو التعلم. 2. أن تتعرف المشاركات إلى مظاهر تدني الدافعية نحو التعلم. 3. أن تتعرف المشاركات إلى أسباب تدني الدافعية نحو التعلم. 4. أن تتعرف المشاركات إلى أثر تدني الدافعية على التحصيل الدراسي. 5. أن تتعرف المشاركات إلى المقترحات التي تثير الدافعية نحو التعلم.	90دقيـــــقة
الثانيـــــة عشـــــر	التخطيط للمستقبل وتحديد الأهداف	**الهدف العام:** أن تصبح المشاركات قادرات على استخدام مهارة التخطيط للمستقبل. **الأهداف الخاصة:** 1. أن تتعرف المشاركات إلى مفهوم التخطيط للمستقبل. 2. أن تتعرف المشاركات إلى أهمية التخطيط للمستقبل وفوائده. 3. أن تتعرف المشاركات إلى مواصفات الأهداف الجيدة. 4. أن تتعرف المشاركات إلى خطوات التخطيط الناجح. 5. إثارة دافعية المشاركات نحو تحديد الأهداف والطموحات وتحقيقها.	90 دقـــيقة
الثالثـــــة عشـــــر	إعداد خطة للمستقبل الأكاديمي	**الهدف العام:** أن تصبح المشاركات قادرات على إعداد خطة مستقبلية لأنفسهن. **الأهداف الخاصة:** 1. أن تتعرف المشاركات إلى كيفية وضع أهداف أكاديمية تتناسب مع قدراتهن وميولهن. 2. أن تتعرف المشاركات إلى كيفية رسم خطة مستقبلية لتحقيق تلك الأهداف الأكاديمية. 3. إثارة دافعية المشاركات نحو تحديد الأهداف والطموحات، والعمل على تحقيقها.	90 دقيـــــقة

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الرابعـــة عشـــر	اختيار التخصص المناســـب	**الهـدف العـام:** أن تصـبح المشـاركات قـادرات علـى اختيـار التخصـص المناسب لقدراتهن وميولهن وفرص العمل المتاحة. **الأهداف الخاصة:** 1. أن تتعرف المشاركات إلى أهمية المرحلة الدراسية الحالية، والدور المطلوب منهن في نهاية هذه المرحلة. 2. أن تتعـرف المشـاركات إلـى المعلومـات المتعلقـة بالجامعـات، والتخصصات، والمجالات التربوية والمهنية المتاحة. 3. أن تفرق المشاركات بين المصطلحات: الميول(الرغبات)، القدرات، الفرص المتاحة. 4. أن تصـبح المشـاركات قـادرات علـى اكتشـاف ميـولهن وقـدراتهن وتحديدها. 5. أن تتعرف المشاركات إلى الخطوات الصحيحة التي ينبغي إتباعها لاختيار التخصص المناسب.	90 دقيـــقة
الخامســـة عشـــر	طرق المذاكرة السليـــمة	**الهدف العام:** أن تتمكن المشاركات من استخدام طرق المذاكرة السليمة. **الأهداف الخاصة:** 1. أن تتعرف المشاركات إلى كيفية تنشيط الذاكرة. 2. أن تتعرف المشاركات إلى القواعد العامة للمذاكرة السليمة. 3. أن تتعرف المشاركات إلى مراحل المذاكرة الجيدة. 4. أن تتعرف المشاركات إلى معوقات المذاكرة الجيدة. 5. أن تتعرف المشاركات إلى طرق المذاكرة المثلى. 6. أن تتعرف المشاركات إلى كيفية المذاكرة في فترة الامتحانات. 7. أن تتعرف المشاركات إلى بعض النصائح المفيدة للمذاكرة. 8. أن تتعرف المشاركات إلى بعض المشكلات الدراسية التي تواجه الطلبة.	90 دقيـــقة

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

السادسة عشر	أسلوب حل المشكلات	**الهدف العام:** أن تتمكن المشاركات من استخدام استراتيجيات أسلوب حل المشكلات بطرق ملائمة. **الأهداف الخاصة:** 1. أن تتعرف المشاركات إلى مفهوم المشكلة. 2. أن تتعرف المشاركات إلى أهداف أسلوب حل المشكلات وخطواته. 3. أن تتعرف المشاركات إلى كيفية صياغة المشكلة وتحديد أسبابها. 4. أن تتعرف المشاركات إلى كيفية جمع المعلومات. 5. أن تتعرف المشاركات إلى كيفية توليد البدائل. 6. أن تتعرف المشاركات إلى كيفية موازنة الأبدال (اختيار البدائل المناسبة لحل المشكلة).	90 دقيقة
السابعة عشر	إدارة الوقت	**الهدف العام:** أن تصبح المشاركات قادرات على استخدام مهارة إدارة الوقت. **الأهداف الخاصة:** 1. أن تتعرف المشاركات إلى مفهوم إدارة الوقت وخصائصه. 2. أن تتعرف المشاركات إلى أهمية الوقت وفوائد تنظيمه. 3. أن تتعرف المشاركات إلى مضيّعات الوقت، ومعوّقات تنظيمه. 4. أن تتعرف المشاركات إلى خطوات تنظيم الوقت، والأمور التي تساعد في تنظيمه. 5. أن تتعرف المشاركات إلى طرق إدارة الوقت بفاعلية.	90 دقيقة
الثامنة عشر	التفاؤل والأمل	**الهدف العام:** بث روح الأمل والتفاؤل في نفوس المشاركات. **الأهداف الخاصة:** 1. أن تتعرف المشاركات إلى مفهومي التفاؤل والأمل، وتأثيرهما الإيجابي في حياة الأفراد. 2. أن تتعرف المشاركات إلى مفهومي التشاؤم واليأس، وتأثيرهما السلبي في حياة الأفراد. 3. أن تتخلص المشاركات من حالة التشاؤم واليأس. 4. أن تصبح المشاركات أكثر تفاؤلاً في الحياة.	90 دقيقة

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

التاسعة عشر	تقويم البرنامج الإرشادي وإنهاؤه	**الهدف العام:** الوقوف على مدى تحقيق أهداف البرنامج الإرشادي العامة والخاصة، وإنهاؤه. **الأهداف الخاصة للجلسة:** 1. التلخيص العام لما تم في جلسات البرنامج الإرشادي. 2. الوقوف على مدى استفادة المشاركات من جلسات البرنامج الإرشادي. 3. الوقوف على مدى التحسن الذي وصلت إليه المشاركات. 4. الوقوف على نقاط القوة والضعف في البرنامج الإرشادي. 5. حث المشاركات على المحافظة على الانجازات التي تم التوصل إليها، والمهارات التي تم اكتسابها، وتنفيذها، وتوظيفها في حياتهن المدرسية والجامعية. 6. إنهاء جلسات البرنامج الإرشادي.	90 دقيقة
العشرون	تقويم البرنامج الإرشادي وإنهاؤه	**الهدف العام:** تعزيز المشاركات ومكافئتهن على حسن التزامهن وتفاعلهن أثناء جلسات البرنامج الإرشادي. **الأهداف الخاصة:** 4. تقديم إذاعة مدرسية من قبل المشاركات عن مستوى الطموح الأكاديمي، وعن فكرة تنفيذ برنامج إرشادي من أجل تنميته. 5. تكريم الباحثة، والمديرة، وأمينة المكتبة، وبعض المعلمين الذين ساهموا في إنجاح البرنامج الإرشادي من قبل المشاركات. 6. زيارة جامعة الأقصى والتعرف إلى الكليات والتخصصات الجامعية على أرض الواقع. 7. إنهاء البرنامج الإرشادي بطريقة ترفيهية وبعيداً عن روتين الجلسات.	5 ساعات

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ملحق (3)

البرنامج الإرشادي

الجلسة الأولى

عنوان الجلسة: الترحيب والتعارف.

مدة الجلسة: 90 دقيقة.

الهدف العام من الجلسة: التعارف والتعريف بالبرنامج.

الأهداف الخاصة للجلسة:

1. التعرف على أفراد المجموعة وإتاحة الفرصة لأفراد المجموعة التعرف على بعضهم البعض.
2. خلق جو من الثقة وكسر الحاجز النفسي بين الباحثة وأفراد المجموعة.
3. إعطاء أفراد المجموعة فكرة عن البرنامج الإرشادي (الأهداف، المواعيد، عدد الجلسات، مكان التنفيذ....الخ).
4. الاتفاق على القواعد الأساسية التي تحكم العلاقات بين الباحثة والمشاركات، وبين المشاركات وبعضهن البعض، أثناء تطبيق البرنامج الإرشادي.

الأدوات المستخدمة:

جهاز حاسوب، جهاز عرض LCD، ورق بوستر، أقلام فولماستر، عيدان كبريت، اللوح القلاب، لاصق.

الفنيات المستخدمة:

التأمل والاسترخاء، المناقشة والحوار، لعب الأدوار، أنشطة التعارف، الواجبات المنزلية، التعزيز.

محتوى الجلسة:

تقوم الباحثة بالترحيب بالمشاركات والتعريف عن نفسها وتترك المجال للمشاركات للتعارف من خلال الأنشطة المختلفة.

أولاً: نشاط عود الكبريت:

الوقت المستغرق: 15 دقيقة.

الهدف من النشاط:

1. التعارف وكسر الجمود بين أفراد المجموعة.
2. بث جو من المرح بين المشاركات.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

إجراءات النشاط:

تقوم الباحثة بإشعال عود كبريت وتقوم بتعريف نفسها، وتستمر في تعريف نفسها حتى انطفاء عود الكبريت، وتطلب من جميع المشاركات تعريف أنفسهن بهذه الطريقة.

ثانياً: نشاط الاتصال بالعين:

الوقت المستغرق: 15 دقيقة.

الهدف من النشاط:

1. التعارف بين أفراد المجموعة.
2. بث جو من المرح بين المشاركات.

إجراءات النشاط:

- تطلب الباحثة من المشاركات بأن تمشي عشوائياً داخل القاعة، وأن تجري اتصالاً بصرياً مع إحدى مشاركات المجموعة، فتؤدي التحية لها، ثم تصافحها وتقدم نفسها، ثم تتحرك من جديد، وهكذا حتى تتعرف على أكبر قدر ممكن من المشاركات.
- تناقش الباحثة النشاط مع المشاركات.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ثالثاً: نشاط الأقسام الأربعة:

الوقت المستغرق: 15 دقيقة.

الهدف من النشاط:

1. التأكد من إتمام التعارف بين أفراد المجموعة.
2. بث جو من المرح بين المشاركات.

إجراءات النشاط:

توزع الباحثة على كل مشاركة 4 ورقات مكتبية، بحيث تكتب في الأولى اسمها، وفى الثانية مثل شعبي، وفى الثالثة سؤال، وفى الرابعة إجابة للسؤال، ثم تقوم الباحثة بجمع كل نوع من الورق على حدة، ثم تطلب من كل مشاركة إجراء سحب على الورق، فتسحب اسم، ثم مثل شعبي، ثم سؤال، ثم إجابة، وتقرأهم، مما يضفي نوعاً من الألفة والمرح والفكاهة بين أفراد المجموعة.

رابعاً: التعريف بالبرنامج الإرشادي:

الوقت المستغرق: 10 دقائق.

الهدف من النشاط:

1. التعريف بالبرنامج الإرشادي.
2. الاتفاق على المواعيد والأوقات المناسبة لتنفيذ الجلسات.
3. الاتفاق على مكان تنفيذ جلسات البرنامج الإرشادي.

إجراءات النشاط:

- تقوم الباحثة بالتوضيح لأعضاء المجموعة الإرشادية سبب وجودهم في هذا البرنامج وكيف تمت عملية اختيارهم.
- تبدأ الباحثة بتقديم بسيط عن البرنامج، وأهميته، والهدف العام منه، والمتمثل في تنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى أفراد المجموعة.
- توضح الباحثة عدد الجلسات المتضمن (20) جلسة، بواقع جلستين في كل أسبوع، ومدة الجلسات التي ستكون (90) دقيقة تقريباً، ومكان تنفيذ جلسات البرنامج الإرشادي وهو مكتبة المدرسة.
- توضح الباحثة لأفراد المجموعة بأنه سيتم تناول بعض الموضوعات المتعلقة بتنمية مستوى الطموح الأكاديمي لديهم، وسيتم تدريبهم على بعض المهارات، مستخدمين العديد من الأنشطة الجماعية لتحقيق الهدف.
- تبدي الباحثة الرغبة الصادقة في مساعدة أفراد المجموعة والاهتمام بهم، والحرص على تقديم ما يفيدهم وينفعهم، وتقوم بتشجيعهم على الحوار الهادف دون تردد.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

خامساً: الاتفاق على قواعد الجلسات:

الوقت المستغرق: 10 دقائق.

الهدف من النشاط:

الاتفاق على القواعد الأساسية التي تحكم العلاقات بين الباحثة والمشاركات، وبين المشاركات وبعضهن البعض، أثناء تطبيق البرنامج الإرشادي.

إجراءات النشاط:

- تقوم الباحثة بمناقشة المشاركات بقواعد الجلسات التي تحكم العلاقة بين الباحثة والمشاركات، وبين المشاركات وبعضهن البعض،أثناء تنفيذ البرنامج الإرشادي.
- تكلف إحدى المشاركات بتسجيل هذه القواعد على ورقة كبيرة لتعرض أمام المجموعة في كل جلسة إرشادية من جلسات البرنامج وتكون بعنوان لائحة القواعد.
- تؤكد الباحثة على مبدأ السرية وخصوصية المعلومات، وتطلب من الجميع عدم الحديث عما يدور أثناء جلسات البرنامج خارج القاعة المخصصة للبرنامج.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

لائحة القواعد:

- السرية التامة لما يدور في الجلسات.
- الالتزام التام بحضور جميع الجلسات وعدم التغيب.
- دقة المواعيد والحضور في الوقت المحدد.
- الاحترام المتبادل بين أفراد المجموعة.
- المشاركة الفعالة والتعاون مع المجموعة.
- المحافظة على المكان والأدوات المستخدمة.
- التعاون بحيث يكون كل واحد مرآة للآخر.
- الانفعال في الدور وتنفيذ ما يطلب من نشاطات.
- الحديث باستئذان وعدم مقاطعة الآخرين.
- عدم الحديث الجانبي أو الجماعي.
- الاستماع والإصغاء الجيد (صوت واحد مسموع).
- قاعدة تجاوزني الآن وليس دائماً.
- الممارسات المنزلية.

ملاحظة: يتم الاتفاق مع أفراد المجموعة على تقديم جائزة في كل جلسة لأفضل مشاركة في الجلسة من حيث التفاعل والنشاط والمشاركة والأدب والالتزام بقواعد الجلسة، ويتم تحديد من يستحقها من قبل أفراد المجموعة.

سادساً: توزيع المشاركات إلى ثلاث مجموعات:

الوقت المستغرق: 10 دقائق.

- تقوم الباحثة بتوزيع المشاركات إلى ثلاث مجموعات:

1. **مجموعة الإشراف العام:** وهى التي ستكون مسئولة عن الجلسة من حيث: ترتيب المكان، توزيع الأوراق والأقلام والألوان وجمعها، تسجيل الحضور والغياب، ملاحظة مدى التزام المشاركات بقواعد الجلسة... الخ.
2. **مجموعة المرايا:** وهى التي ستقوم بعرض بعض المواقف التي حدثت في الجلسة السابقة بطريقة فنية، من خلال قصة، أو قصيدة شعرية، أو اسكتش مسرحي...الخ.
3. **مجموعة التوثيق:** وهى التي ستقوم بتوثيق الأنشطة التي يتم تنفيذها أثناء الجلسة، وذكرها في الجلسة القادمة.

- توضح الباحثة للمشاركات أنه سيتم تبديل الأدوار بين المجموعات الثلاث كل ست جلسات.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

سابعاً: التأمل الاختتامي:

الوقت المستغرق: 5 دقائق.

الهدف من النشاط:

الإنهاء مع المشاركات بنوع من الراحة وتصفية الذهن.

إجراءات النشاط:

- تطلب الباحثة من المشاركات أن يجلسن بشكل مريح.
- تطلب الباحثة من المشاركات أن يجعلن أجسادهن مسترخية وأن يغمضن أعينهن.
- تتحدث الباحثة بصوت خافت: خذي نفس عميق من الأنف.. أخرجيه من الفم مع تكرار العملية عدة مرات.. إذا راودتك أي أفكار دعيها تأتي وتذهب بلطف.. ركزي فقط على عضلات البطن المسترخية.. املئي صدرك بالهواء النقي والطاهر.. أخرجي الهواء ببطء شديد من الفم وبالتدريج.. والآن فقط إذا كنت جاهزة.. حركي أطراف أصابعك بلطف وارجعي إلى الخلف.. افتحي عينيك مع ابتسامة خفيفة على شفتيك.
- تناقش الباحثة النشاط مع المشاركات.

ثامناً: التقييم والإنهاء:

الوقت المستغرق: 10 دقائق.

الهدف من النشاط:

1. تقديم تغذية راجعة لما تم تنفيذه خلال الجلسة.
2. التعرف إلى مشاعر المشاركات وانطباعاتهن عن الجلسة.

إجراءات النشاط:

- تقوم الباحثة بسؤال المشاركات شفهياً عن انطباعاتهن عن الجلسة والأنشطة التي تم تنفيذها.
- تعطي الباحثة الفرصة لكل مشاركة للتحدث عن أي مشاعر أو أفكار تود التحدث عنها.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- تطلب الباحثة من أفراد المجموعة نشاط بيتي يتمثل في تسجيل ملاحظاتهم وانطباعاتهم عن الجلسة الأولى من البرنامج بصدق وموضوعية وحرية تامة.
- في الختام تقوم الباحثة بشكر أفراد المجموعة الإرشادية على ما أظهروه أثناء الجلسة من التزام ومشاركة، ثم تقوم بتذكيرهم بموضوع الجلسة القادمة والالتزام بموعدها.

الجلسة الثانية

عنوان الجلسة: الأهداف والتوقعات.

مدة الجلسة: 90 دقيقة.

الهدف العام من الجلسة: خلق جو من الثقة المتبادلة بين الباحثة والمشاركات، وبين المشاركات وبعضهن البعض.

الأهداف الخاصة للجلسة:

1. أن تحدد المشاركات الأهداف والتوقعات التي تأمل تحقيقها من خلال البرنامج الإرشادي.
2. تنمية روح العمل الجماعي والعمل بروح الفريق عند المشاركات.

الأدوات المستخدمة:

جهاز حاسوب، جهاز عرض LCD، ورق بوستر، اللوح القلاب، أقلام فولماستر، لاصق.

الفنيات المستخدمة:

التأمل والاسترخاء، المناقشة والحوار، العصف الذهني، التغذية الراجعة، الأنشطة الترفيهية، الواجبات المنزلية، التعزيز.

محتوي الجلسة:

- تبدأ الباحثة اللقاء بالترحيب بأفراد المجموعة وشكرهم على الالتزام والحضور.
- تطلب الباحثة من المشاركات التعاون والتفاعل والالتزام بقواعد الجلسة أثناء تنفيذ الأنشطة المختلفة.

أولاً: نشاط التأمل الافتتاحي:

الوقت المستغرق: 5 دقائق.

الهدف من النشاط:

1. تهيئة المشاركات للجلسة.
2. خفض التوتر عند المشاركات وتصفية أذهانهن.
3. بث روح الطمأنينة والأمن النفسي لدى المشاركات.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

إجراءات النشاط:

- تطلب الباحثة من المشاركات أن يجلسن بشكل مريح.
- تطلب الباحثة من المشاركات أن يجعلن أجسادهن مسترخية وأن يغمضن أعينهن.
- تتحدث الباحثة بصوت خافت: خذي نفس عميق من الأنف.. أخرجيه من الفم مع تكرار العملية عدة مرات.. إذا راودتك أي أفكار دعيها تأتي وتذهب بلطف.. ركزي فقط على عضلات البطن المسترخية.. املئي صدرك بالهواء النقي والطاهر.. أخرجي الهواء ببطء شديد من الفم وبالتدريج.. والآن فقط إذا كنت جاهزة.. حركي أطراف أصابعك بلطف وارجعي إلى الخلف.. افتحي عينيك مع ابتسامة خفيفة على شفتيك.
- تناقش الباحثة النشاط مع المشاركات.

ثانياً: مراجعة ما تم تنفيذه في الجلسة السابقة:

الوقت المستغرق: 10 دقائق.

الهدف من النشاط: تقديم تغذية راجعة لما تم تنفيذه في الجلسة السابقة.

إجراءات النشاط:

- تقوم الباحثة بمراجعة سريعة لما دار في اللقاء السابق، والتأكيد على قواعد العمل الجماعي التي تم الاتفاق عليها في الجلسة السابقة.
- تطلب الباحثة من البعض قراءة ما كتب في النشاط البيتى حول انطباعاتهم وملاحظاتهم عن الجلسة السابقة.

ثالثاً: توقعات المشاركات:

الوقت المستغرق: 30 دقيقة.

الهدف من النشاط:

1. التعرف إلى الأهداف والتوقعات التي تأمل المشاركات تحقيقها من خلال البرنامج الإرشادي.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

2. تنمية روح العمل الجماعي لدى المشاركات.

إجراءات النشاط:

- تطرح الباحثة سؤالاً مفتوحاً على المشاركات يتعلق بالأهداف التي تتوقع كل مشاركة منهن تحقيقها من خلال البرنامج الإرشادي.
- تقوم كل مشاركة بعرض الأهداف والتوقعات التي تود تحقيقها.
- تقوم الباحثة بتسجيل الأهداف والتوقعات التي تم عرضها من قبل المشاركات على اللوح القلاب.
- تناقش الباحثة النشاط مع المشاركات.

رابعاً: نشاط الفواكه:

الوقت المستغرق: 10 دقائق.

الهدف من النشاط:

1. بث روح المرح والترفيه لدى المشاركات.
2. رفع الحيوية والنشاط لدى المشاركات.

إجراءات النشاط:

- تختار الباحثة لنفسها اسم فاكهة معين، ومن ثم تختار كل مشاركة اسم نوع من أنواع الفواكه بشرط عدم تكرار الاسم مع أي مشاركة أخرى.
- تقف الباحثة وسط الدائرة، ومن ثم تبدأ تسمي اسم فاكهتها بطريقة ما وبشكل مفاجئ أمام أي مشاركة، والتي ستكون مطالبة بذكر اسم فاكهتها بنفس طريقة عرض الباحثة، وبنفس السرعة وعدد المرات، دون خطأ أو تأخير.
- المشاركة التي تخطئ أو تتأخر في الرد تقف وسط الدائرة وتبدأ اللعب مع باقي المشاركات من جديد.
- يتم مناقشة النشاط والاستماع إلى تعليقات المشاركات.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

خامساً: عرض المحاور الأساسية للبرنامج الإرشادي:

الوقت المستغرق: 20 دقيقة.

الهدف من النشاط:

1. أن تتعرف المشاركات إلى الموضوعات الأساسية التي ستطرح أثناء البرنامج الإرشادي.

إجراءات النشاط:

تقوم الباحثة بعرض الموضوعات التي سيتم تناولها خلال جلسات البرنامج الإرشادي، على البوربوينت من خلال جهاز LCD، ومناقشتها بإيجاز مع المشاركات، والمتمثلة في الأتي:

- ✓ مفهوم الطموح الأكاديمي.
- ✓ معيقات الطموح الأكاديمي.
- ✓ تنمية الثقة بالنفس.
- ✓ تطوير مفهوم الذات.
- ✓ تعديل الأفكار اللاعقلانية.
- ✓ تنمية الدافعية نحو التعلم.
- ✓ التخطيط للمستقبل وتحديد الأهداف.
- ✓ اختيار التخصص المناسب.
- ✓ طرق المذاكرة السليمة.
- ✓ أسلوب حل المشكلات.
- ✓ إدارة الوقت.
- ✓ التفاؤل والأمل.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

سادساً: ممارسة نشاط التأمل الاختتامي كما تم في نهاية الجلسة السابقة.

الوقت المستغرق: 5 دقائق.

سابعاً: التقييم والإنهاء:

الوقت المستغرق: 10 دقائق.

الهدف من النشاط:

1. تقديم تغذية راجعة لما تم تنفيذه خلال الجلسة.
2. التعرف إلى تقييم المشاركات وانطباعاتهن حول الجلسة.
3. التعرف إلى مشاعر وأفكار المشاركات بعد الجلسة.

إجراءات النشاط:

- تعطي الباحثة المجال للمشاركات في المجموعة لتقييم الجلسة، والتحدث عن مدى الاستفادة منها، وعن مشاعرها الحالية بعد انتهاء الجلسة.
- يتم اختيار أفضل مشاركة في المجموعة من حيث المشاركة والتفاعل والالتزام بقواعد الجلسة، وتسليمها جائزة التميز.
- تقوم الباحثة بتكليف المشاركات بالنشاط البيتي التالي:

  س / ما المقصود بمستوى الطموح الأكاديمي؟

  س / تحدثي عن العوامل المؤثرة في مستوى الطموح الأكاديمي؟
- في الختام تقوم الباحثة بإجمال ما تم تنفيذه خلال الجلسة، وشكر أفراد المجموعة على ما أظهروه أثناء الجلسة من تفاعل ومشاركة والتزام، كما تقوم بتذكيرهم بموضوع الجلسة القادمة، وموعدها وأهمية الالتزام به وعدم التأخير.

الجلسة الثالثة

عنوان الجلسة: مفهوم الطموح الأكاديمي.

مدة الجلسة: 90 دقيقة.

الهدف العام من الجلسة: التعرف إلى مفهوم الطموح الأكاديمي.

الأهداف الخاصة للجلسة:

1. أن تتعرف المشاركات إلى مفهوم الطموح الأكاديمي.
2. أن تتعرف المشاركات إلى أهمية تنمية مستوى الطموح الأكاديمي.
3. أن تتعرف الطالبات إلى خصائص الشخص الطموح.
4. أن تتعرف المشاركات إلى العوامل المؤثرة في مستوى الطموح الأكاديمي.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الأدوات المستخدمة:

جهاز حاسوب، جهاز عرض LCD، ورق بوستر، اللوح القلاب، أقلام فولماستر، مطويات.

الفنيات المستخدمة:

التأمل والاسترخاء، المناقشة والحوار، العصف الذهني، التغذية الراجعة، الأنشطة الترفيهية، الواجبات المنزلية، التعزيز.

محتوى الجلسة:

- تبدأ الباحثة بالترحيب بأفراد المجموعة وشكرهم على الالتزام والحضور.
- تطلب الباحثة من المشاركات التعاون والتفاعل، والالتزام بقواعد الجلسة أثناء تنفيذ الأنشطة المختلفة.

أولاً: ممارسة نشاط التأمل الافتتاحي كما تم في بداية الجلسة السابقة.

الوقت المستغرق: 5 دقائق.

ثانياً: مراجعة ما تم تنفيذه في الجلسة السابقة:

الوقت المستغرق: 10 دقائق.

الهدف من النشاط: تقديم تغذية راجعة لما تم تنفيذه في الجلسة السابقة.

إجراءات النشاط:

- تقوم مجموعتي التوثيق والمرايا بعرض ما تم تنفيذه في الجلسة السابقة.
- تقوم الباحثة بتقديم تغذية راجعة ومناقشة المشاركات فيما تم عرضه في الجلسة السابقة.

ثالثاً: مفهوم الطموح الأكاديمي:

الوقت المستغرق: 20 دقيقة.

الهدف من النشاط:

1. أن تتعرف المشاركات إلى مفهوم الطموح الأكاديمي.
2. أن تتعرف المشاركات إلى أهمية تنمية مستوى الطموح الأكاديمي لديهن.
3. أن تتعرف المشاركات إلى خصائص الشخص الطموح.

إجراءات النشاط:

- تقوم الباحثة بالتحدث مع المشاركات عن مفهوم الطموح الأكاديمي.
- تقوم الباحثة بتقسيم المشاركات إلى ثلاث مجموعات.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- تطلب من المجموعة الأولى مناقشة مفهوم الطموح الأكاديمي، وتسجيل ماتم الاتفاق عليه على ورقة بوستر.
- تطلب من المجموعة الثانية مناقشة أهمية تنمية مستوى الطموح الأكاديمي، وتسجيل ماتم الاتفاق عليه على ورقة بوستر.
- تطلب من المجموعة الثالثة مناقشة خصائص الشخص الطموح، وتسجيل ماتم الاتفاق عليه على ورقة بوستر.
- يقوم قائد كل مجموعة بعرض ما تم الاتفاق عليه بين أفراد المجموعة ومناقشته مع باقي المشاركات.
- تقوم الباحثة بعرض المواضيع التي طرحت على البوربوينت من خلال جهاز LCD.

رابعاً: نشاط شمس قمر:

الوقت المستغرق: 10 دقائق.

الهدف من النشاط:

1. بث روح المرح والترفيه والمتعة لدى المشاركات.
2. رفع الحيوية والنشاط لدى المشاركات.

إجراءات النشاط:

تطلب الباحثة من المشاركات عمل دائرة، وتطلب من المشاركات عندما تقول شمس عليهن رفع أيديهن إلى أعلى مع حركة خفيفة دائرية بالأصابع، وعندما تقول قمر تقوم المشاركات بالحركة نفسها إلى أسفل، وعندما تقول شمس قمر تقوم المشاركات برفع اليد اليمنى إلى أعلى واليد اليسرى إلى أسفل..... وهكذا ، وتحاول الباحثة تغيير الحركة بعكس التعليمات الموجهة للمشاركات لتلاحظ مدى التركيز والانتباه لديهن.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

خامساً: العوامل المؤثرة في مستوى الطموح الأكاديمي:

الوقت المستغرق: 20 دقيقة.

الهدف من النشاط:

1. أن تتعرف المشاركات إلى العوامل المؤثرة في مستوى الطموح الأكاديمي.

إجراءات النشاط:

- تقوم الباحثة بالتحدث مع المشاركات عن العوامل المؤثرة في مستوى الطموح الأكاديمي بشكل عام.
- توضح الباحثة للمشاركات بأن هناك عوامل شخصية وعوامل اجتماعية تؤثر في مستوى الطموح الأكاديمي.
- تحاول الباحثة التعرف على تلك العوامل من خلال طرح الأسئلة على المشاركات.
- تناقش الباحثة العوامل المؤثرة في مستوى الطموح الأكاديمي مع المشاركات.
- تعرض الباحثة العوامل المؤثرة في مستوى الطموح الأكاديمي، على البوربوينت من خلال جهاز LCD.
- تقوم الباحثة بتوزيع مطوية عن مفهوم الطموح الأكاديمي، والعوامل المؤثرة فيه.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

سادساً: ممارسة نشاط التأمل الاختتامي كالمعتاد في نهاية كل جلسة.

الوقت المستغرق: 5 دقائق.

سابعاً: التقييم والإنهاء:

الوقت المستغرق: 10 دقائق

الهدف من النشاط:

1. تقديم تغذية راجعة لما تم تنفيذه خلال الجلسة.
2. التعرف إلى تقييم المشاركات وانطباعاتهن حول الجلسة.
3. التعرف إلى مشاعر وأفكار المشاركات بعد الجلسة.

إجراءات النشاط:

- تعطي الباحثة المجال للمشاركات لتقييم الجلسة، والتحدث عن مدى الاستفادة منها، وعن مشاعرهن الحالية بعد انتهاء الجلسة.
- يتم اختيار أفضل مشاركة في المجموعة من حيث المشاركة والتفاعل والالتزام بقواعد الجلسة، وتسليمها جائزة التميز.
- تقوم الباحثة بتكليف المشاركات بالنشاط البيتي التالي:

س/ تحدثي عن العوامل المؤثرة في مستوى الطموح الأكاديمي ؟

.....

.....

- تقوم الباحثة بإجمال ما تم تنفيذه خلال الجلسة، وشكر أفراد المجموعة على ما أظهروه أثناء الجلسة من تفاعل ومشاركة والتزام، كما تقوم بتذكيرهم بموضوع الجلسة القادمة، وموعدها وأهمية الالتزام به وعدم التأخير.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الجلسة الرابعة

عنوان الجلسة: معيقات الطموح الأكاديمي:

مدة الجلسة: 90 دقيقة.

الهدف العام من الجلسة:

التعرف إلى معيقات الطموح الأكاديمي.

الأهداف الخاصة للجلسة:

1. أن تتعرف المشاركات إلى المعيقات الشخصية للطموح الأكاديمي.
2. أن تتعرف المشاركات إلى المعيقات الأسرية للطموح الأكاديمي.
3. أن تتعرف المشاركات إلى المعيقات المادية للطموح الأكاديمي.
4. أن تتعرف المشاركات إلى المعيقات المدرسية للطموح الأكاديمي.
5. أن تتعرف المشاركات إلى المعيقات الدراسية للطموح الأكاديمي.
6. أن تتعرف المشاركات إلى أهمية تحدي معيقات الطموح الأكاديمي ومواجهتها.
7. إثارة دافعية المشاركات نحو مواجهة معيقات الطموح الأكاديمي والتغلب عليها.

الأدوات المستخدمة:

جهاز حاسوب، جهاز عرض LCD، ورق بوستر، اللوح القلاب، ورق مكتبي، أقلام فولماستر، مطويات.

الفنيات المستخدمة:

التأمل والاسترخاء، العصف الذهني، المناقشة والحوار، التغذية الراجعة، الأنشطة الترفيهية، التفريغ الانفعالي، الرسم، الواجبات المنزلية، التعزيز.

محتوى الجلسة:

- تبدأ الباحثة بالترحيب بأفراد المجموعة وشكرهم على الالتزام والحضور.
- تطلب الباحثة من المشاركات التعاون والتفاعل، والالتزام بقواعد الجلسة أثناء تنفيذ الأنشطة المختلفة.

أولاً: ممارسة نشاط التأمل الافتتاحي كالمعتاد في بداية كل جلسة.

الوقت المستغرق: 5 دقائق.

ثانياً: مراجعة ما تم تنفيذه في الجلسة السابقة:

الوقت المستغرق: 10 دقائق.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الهدف من النشاط: تقديم تغذية راجعة لما تم تنفيذه في الجلسة السابقة.

إجراءات النشاط:

- تقوم مجموعتي التوثيق والمرايا بعرض ما تم تنفيذه في الجلسة السابقة.
- تقوم الباحثة بمناقشة النشاط البيتي مع المشاركات.
- تقوم الباحثة بتقديم تغذية راجعة ومناقشة المشاركات فيما تم تنفيذه في الجلسة السابقة.

ثالثاً: معيقات الطموح الأكاديمي:

الوقت المستغرق: 30 دقيقة.

الهدف من النشاط:

أن تتعرف المشاركات إلى معيقات الطموح الأكاديمي.

إجراءات النشاط:

- تقوم الباحثة بالتحدث مع المشاركات عن الطموح الأكاديمي وما قد يواجهه من معيقات.
- توجّه سؤالاً للمشاركات: ما هي أنواع معيقات الطموح الأكاديمي؟
- تستمع إلى إجابات المشاركات إلى أن تصل إلى وجود معيقات شخصية، وأسرية، ومادية، ومدرسية، ودراسية، وتقوم بتسجيلها على اللوح القلاب.
- تقوم الباحثة بتقسيم المشاركات إلى خمس مجموعات.
- تطلب من المجموعة الأولى مناقشة معيقات الطموح الأكاديمي الشخصية وتسجيلها على ورقة بوستر.
- تطلب من المجموعة الثانية مناقشة معيقات الطموح الأكاديمي الأسرية وتسجيلها على ورقة بوستر.
- تطلب من المجموعة الثالثة مناقشة معيقات الطموح الأكاديمي المادية وتسجيلها على ورقة بوستر.
- تطلب من المجموعة الرابعة مناقشة معيقات الطموح الأكاديمي المدرسية وتسجيلها على ورقة بوستر.
- تطلب من المجموعة الخامسة مناقشة معيقات الطموح الأكاديمي الدراسية وتسجيلها على ورقة بوستر.
- يقوم قائد كل مجموعة بعرض ما تم الاتفاق عليه بين أفراد المجموعة ومناقشته مع باقي المشاركات.
- تقوم الباحثة بمناقشة المشاركات بما تم عرضه.
- تقوم الباحثة بعرض جميع المعيقات على البوربوينت من خلال جهاز LCD.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

رابعاً: نشاط دولاب المشاعر:

الوقت المستغرق: 15 دقيقة.

الهدف من النشاط:

1. بث روح المرح والسرور بين المشاركات.
2. التفريغ الانفعالي للمشاعر المؤلمة لدى المشاركات.
3. تعزيز المشاعر الايجابية لدى المشاركات.

إجراءات النشاط:

- تقوم الباحثة بإعداد مجموعة من البطاقات يكتب عليها مجموعة مشاعر.
- تقوم كل مشاركة بسحب بطاقة من هذه البطاقات وتقوم بتمثيل المكتوبة فيها.
- تقوم باقي المشاركات بتخمين ما هو هذا الشعور.... وهكذا حتى تنتهي جميع المشاعر.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

خامساً: نشاط شجرة الطموح:

الوقت المستغرق: 15 دقيقة.

الهدف من النشاط:

1. أن تتعرف المشاركات إلى أهمية تحدي معيقات الطموح الأكاديمي ومواجهتها.
2. إثارة دافعية المشاركات نحو مواجهة معيقات الطموح الأكاديمي والتغلب عليها.

إجراءات النشاط:

- تقوم الباحثة بتوزيع ورقة مرسوم عليها شجرة لكل مشاركة، مكتوب على جذع الشجرة "معيقات الطموح الأكاديمي".
- تطلب من المشاركات كتابة معيقات الطموح الأكاديمي التي تواجهها بالفعل، على بعض أوراق الشجرة.
- تطلب من المشاركات أن تقوم بتلوين تلك الأوراق حتى يختفي ما عليها من معيقات.
- تناقش الباحثة النشاط مع المشاركات وتأخذ منهن العهد على بذل كل الجهود لمواجهة تلك المعيقات والتغلب عليها، للوصول إلى الطموح الأكاديمي التي تود وتطمح في الوصول إليه.

سادساً: ممارسة نشاط التأمل الاختتامي كالمعتاد في نهاية كل جلسة.

الوقت المستغرق: 5 دقائق.

سابعاً: التقييم والإنهاء:

الوقت المستغرق: 10 دقائق.

الهدف من النشاط:

1. تقديم تغذية راجعة لما تم تنفيذه خلال الجلسة.
2. التعرف إلى تقييم المشاركات وانطباعاتهن حول الجلسة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

3. التعرف إلى مشاعر وأفكار المشاركات بعد الجلسة.

إجراءات النشاط:

- تعطي الباحثة المجال للمشاركات لتقييم الجلسة، والتحدث عن مدى الاستفادة منها، وعن مشاعرهن الحالية بعد انتهاء الجلسة.
- يتم اختيار أفضل مشاركة في المجموعة من حيث المشاركة والتفاعل والالتزام بقواعد الجلسة، وتسليمها جائزة التميز.
- تقوم الباحثة بتكليف المشاركات بالنشاط البيتي التالي:

س / تحدثي بإيجاز عن معيقات الطموح الأكاديمي، مع اقتراح بعض الطرق التي تساعد في مواجهتها ؟

.....

.....

.....

- تقوم الباحثة بإجمال ما تم تنفيذه خلال الجلسة، وشكر أفراد المجموعة على ما أظهروه أثناء الجلسة من تفاعل ومشاركة والتزام، كما تقوم بتذكيرهم بموضوع الجلسة القادمة، وموعدها وأهمية الالتزام به وعدم التأخير.

الجلسة الخامسة

عنوان الجلسة: الثقة بالنفس.

مدة الجلسة: 90 دقيقة.

الهدف العام من الجلسة:

تنمية الثقة بالنفس لدى المشاركات وتعزيزها.

الأهداف الخاصة للجلسة:

1. أن تتعرف المشاركات إلى مفهوم الثقة بالنفس، ومظاهرها، ومصادرها، وأنواعها.
2. أن تتعرف المشاركات إلى فوائد الثقة بالنفس وأهميتها.
3. أن تتعرف المشاركات إلى مستويات الثقة بالنفس.
4. أن تتعرف المشاركات إلى مكونات الشخصية وتأثيرها على الثقة بالنفس.
5. أن تتعرف المشاركات إلى معوّقات الثقة بالنفس.
6. أن تتعرف المشاركات إلى الفرق بين الثقة بالنفس والغرور.
7. أن تصبح المشاركات قادرات على التعبير عن الذات من خلال عرض المواهب والصفات الحسنة لديهن.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الأدوات المستخدمة:

جهاز حاسوب، جهاز عرض LCD، ورق بوستر، أقلام فولماستر، لاصق، مايك، مطويات.

الفنيات المستخدمة:

التأمل والاسترخاء، المناقشة والحوار، التغذية الراجعة، لعب الأدوار، التفريغ الانفعالي، الأنشطة الترفيهية، الواجبات المنزلية، التعزيز.

محتوى الجلسة:

- تبدأ الباحثة بالترحيب بأفراد المجموعة وشكرهم على الالتزام والحضور.
- تطلب الباحثة من المشاركات التعاون والتفاعل والتقيد بقواعد الجلسة أثناء تنفيذ الأنشطة المختلفة.

أولاً: ممارسة نشاط التأمل الافتتاحي كالمعتاد في بداية كل جلسة.

الوقت المستغرق: 5 دقائق.

ثانياً: مراجعة ما تم تنفيذه في الجلسة السابقة:

الوقت المستغرق: 10 دقائق.

الهدف من النشاط: تقديم تغذية راجعة لما تم تنفيذه في الجلسة السابقة.

إجراءات النشاط:

- تقوم مجموعتي التوثيق والمرايا بعرض ما تم تنفيذه في الجلسة السابقة.
- تقوم الباحثة بمناقشة النشاط البيتي مع المشاركات.
- تقوم الباحثة بتقديم تغذية راجعة ومناقشة المشاركات فيما تم تنفيذه في الجلسة السابقة.

ثالثاً: مفهوم الثقة بالنفس، مظاهرها، أنواعها، فوائدها، معوقاتها:

الوقت المستغرق: 35 دقيقة.

الهدف من النشاط:

1. أن تتعرف المشاركات إلى مفهوم الثقة بالنفس، ومظاهرها، ومصادرها، وأنواعها.
2. أن تتعرف المشاركات إلى فوائد الثقة بالنفس وأهميتها.
3. أن تتعرف المشاركات إلى مستويات الثقة بالنفس.
4. أن تتعرف المشاركات إلى مكونات الشخصية وتأثيرها على الثقة بالنفس.
5. أن تتعرف المشاركات إلى معوّقات الثقة بالنفس.
6. أن تتعرف المشاركات إلى الفرق بين الثقة بالنفس والغرور.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

إجراءات النشاط:

- تقوم الباحثة بالتحدث مع المشاركات عن مفهوم الثقة بالنفس من خلال سرد قصة الصحابي عبد الله بن الزبير حين مر عنه عمر بن الخطاب وهو يلعب مع أصحابه، فهرب جميعهم إلا هو بقي واقفاً في مكانه، ولما سأله عمر: لماذا لم تهرب كما فعل أصحابك، قال: لم تكن الطريق ضيقة فأوسعها، ولم أفعل شيئاً فأخافك.
- تناقش الباحثة المشاركات في القصة من أجل الوصول إلى موضوع الجلسة وهو الثقة بالنفس.
- تقوم الباحثة بتقسيم المشاركات إلى خمس مجموعات.
- تطلب من المجموعة الأولى مناقشة مفهوم الثقة بالنفس، ومظاهرها، ومصادرها، وأنواعها، وتسجيل ما تم الاتفاق عليه على ورقة بوستر.
- تطلب من المجموعة الثانية مناقشة فوائد الثقة بالنفس وأهميتها، ومعوقاتها، وتسجيل ما تم الاتفاق عليه على ورقة بوستر.
- تطلب من المجموعة الثالثة مناقشة مستويات الثقة بالنفس، وتسجيل ما تم الاتفاق عليه على ورقة بوستر.
- تطلب من المجموعة الرابعة مناقشة مكونات الشخصية وتأثيرها على الثقة بالنفس، وتسجيل ما تم الاتفاق عليه على ورقة بوستر.
- تطلب من المجموعة الخامسة مناقشة الفرق بين الثقة بالنفس والغرور، وتسجيل ما تم الاتفاق عليه على ورقة بوستر.
- يقوم قائد كل مجموعة بعرض ما تم الاتفاق عليه بين أفراد المجموعة ومناقشته مع باقي المشاركات.
- تقوم الباحثة بمناقشة المشاركات بما تم عرضه من قبل أفراد المجموعات.
- تقوم بعرض مفهوم الثقة بالنفس، ومظاهرها، ومصادرها، وأنواعها، وفوائدها، ومعوقاتها...الخ على برنامج بوربوينت من خلال جهاز LCD، ومناقشة الموضوع مع أفراد المجموعة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

رابعاً: نشاط ثلاثة ومضاعفاتها:

الوقت المستغرق: 5 دقائق

الهدف من النشاط:

1. تنمية الثقة بالنفس من خلال ترديد عبارة الثقة بالنفس.
2. بث روح المرح والترفيه لدى المشاركات.

إجراءات النشاط:

- تطلب الباحثة من إحدى المشاركات العد من عشرة إلى ثلاثون.
- تطلب منها عند الوصول للعدد ثلاثة أو أحد مضاعفاته أن تستبدله بسرعة بعبارة الثقة بالنفس.
- تستمر في العد وعندما تخطئ تخرج من النشاط وتُستبدل بمشاركة أخرى، وهكذا.....

خامساً: نشاط الإعلانات التلفزيونية:

الوقت المستغرق: 20 دقيقة.

الهدف من النشاط:

1. أن تصبح المشاركات قادرات على التعبير عن الذات من خلال عرض المواهب والصفات الحسنة لديهن.

إجراءات النشاط:

- تقوم الباحثة بالإعلان عن مسابقة إعلانات تلفزيونية، بحيث تطلب من كل مشاركة أن تستعد لعمل إعلان في التلفزيون تظهر فيه مواهبها وأهم صفاتها ومزاياها.
- تلعب الباحثة دور المذيعة التي تقدم المشاركات للمشاهدين وتطلب منهن الصدق والصراحة في التعبير عن النفس.
- تعطي الفرصة لجميع المشاركات بممارسة النشاط.
- تقوم الباحثة بتقديم جوائز رمزية للمتميزات.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- تقوم بمناقشة النشاط مع المشاركات، من خلال تعزيز الجوانب الايجابية والصفات الجميلة، وكذلك تصحيح المفاهيم الخاطئة عن الذات، ومناقشة الجوانب السلبية والصفات السيئة لدى المشاركات.

سادساً: ممارسة نشاط التأمل الاختتامي كالمعتاد في نهاية كل جلسة.

الوقت المستغرق: 5 دقائق.

سابعاً: التقييم والإنهاء:

الوقت المستغرق: 10 دقائق.

الهدف من النشاط:

1. تقديم تغذية راجعة لما تم تنفيذه خلال الجلسة.
2. التعرف إلى تقييم المشاركات وانطباعاتهن حول الجلسة.
3. التعرف إلى مشاعر وأفكار المشاركات بعد الجلسة.

إجراءات النشاط:

- تعطي الباحثة المجال للمشاركات في المجموعة لتقييم الجلسة، والتحدث عن مدى الاستفادة منها، وعن مشاعرهن الحالية بعد انتهاء الجلسة.
- يتم اختيار أفضل مشاركة في المجموعة من حيث المشاركة والتفاعل والالتزام بقواعد الجلسة، وتسليمها جائزة التميز.
- تقوم الباحثة بتكليف المشاركات بالنشاط البيتي التالي:

س / تحدثي عن مفهوم الثقة بالنفس ومظاهرها،ومصادرها، وأنواعها، وفوائدها، ومعوقاتها، ومستوياتها ؟

.....

س / اذكري الفرق بين الإنسان الواثق من نفسه وبين الإنسان المغرور ؟

.....

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- تقوم الباحثة بإجمال ما تم تنفيذه خلال الجلسة، وشكر أفراد المجموعة على ما أظهروه أثناء الجلسة من تفاعل ومشاركة والتزام، كما تقوم بتذكيرهم بموضوع الجلسة القادمة، وموعدها وأهمية الالتزام به وعدم التأخير.

الجلسة السادسة

عنوان الجلسة: تقنيات تنمية الثقة بالنفس.

مدة الجلسة: 90 دقيقة.

الهدف العام من الجلسة:

تنمية الثقة بالنفس لدى المشاركات وتعزيزها.

الأهداف الخاصة للجلسة:

1. وقوف المشاركات على المواقف التي زادت ثقتها بنفسها.
2. وقوف المشاركات على المواقف التي هدمت ثقتها بنفسها.
3. أن تصبح المشاركات قادرات على التعبير عن أنفسهن بحرية.
4. أن تتعرف المشاركات إلى تقنيات تنمية الثقة بالنفس.
5. أن تتعرف المشاركات إلى كيفية ممارسة تقنيات تنمية الثقة بالنفس في الواقع.

الأدوات المستخدمة:

جهاز حاسوب، جهاز عرض LCD، ورق بوستر، أقلام فولماستر، أوراق عمل "نموذج ذكريات الماضي"،أقلام رصاص، ألوان، لاصق، مطويات.

الفنيات المستخدمة:

التأمل والاسترخاء، المناقشة والحوار، التغذية الراجعة، الرسم، التفريغ الانفعالي، الأنشطة الترفيهية، الواجبات المنزلية، التعزيز.

محتوى الجلسة:

- تبدأ الباحثة بالترحيب بأفراد المجموعة وشكرهم على الالتزام والحضور.
- تطلب الباحثة من المشاركات التعاون والتفاعل والتقيد بقواعد الجلسة أثناء تنفيذ الأنشطة المختلفة.

أولاً: ممارسة نشاط التأمل الافتتاحي كالمعتاد في بداية كل جلسة.

الوقت المستغرق: 5 دقائق.

ثانياً: مراجعة ما تم تنفيذه في الجلسة السابقة:

الوقت المستغرق: 10 دقائق.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الهدف من النشاط: تقديم تغذية راجعة لما تم تنفيذه في الجلسة السابقة.

إجراءات النشاط:

- تقوم مجموعتي التوثيق والمرايا بعرض ما تم تنفيذه في الجلسة السابقة.
- تقوم الباحثة بمناقشة النشاط البيتي مع المشاركات.
- تقوم الباحثة بتقديم تغذية راجعة ومناقشة المشاركات فيما تم تنفيذه في الجلسة السابقة.

ثالثاً: نشاط ذكريات الماضي:

الوقت المستغرق: 15 دقيقة.

الهدف من النشاط:

1. وقوف المشاركات على المواقف التي زادت ثقتها بنفسها.
2. وقوف المشاركات على المواقف التي هدمت ثقتها بنفسها.

إجراءات النشاط:

- تقوم الباحثة بالتحدث عن أهمية استرجاع ذكرياتنا والتحدث عنها، في تنمية الثقة بالنفس لدينا.
- تقوم الباحثة بتوزيع نموذج ذكريات الماضي، ملحق (8).
- تطلب الباحثة من كل مشاركة أن ترسم في الطريق الأول ذكريات حدثت وكانت سبب في تعزيز ثقتها بنفسها، مع ذكر الأشخاص الذين ساعدوها على ذلك.
- ثم ترسم في الطريق الثاني ذكريات حدثت وكانت سبب في هدم ثقتها بنفسها، مع ذكر الأشخاص الذين سببوا لها ذلك.
- بعد انتهاء جميع المشاركات من الرسم تعطي الباحثة المجال لكل مشاركة التحدث عن ذكرياتها.
- تناقش الباحثة النشاط مع المشاركات، وتتحدث عن أهمية ثقتنا في الله سبحانه وتعالى والتي تم التحدث عنها أثناء مناقشة مستويات الثقة بالنفس في النشاط السابق، والإيمان بأن الله معنا والتوكل عليه في جميع أمورنا، وأن الإيمان بالقدر خيره وشره يساعد على تماسك الشخصية وعدم اهتزازها أمام أي ظرفٍ كان.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

رابعاً: نشاط كرسي الاعتراف:

الوقت المستغرق: 15 دقيقة.

الهدف من النشاط:

1. أن تصبح المشاركات قادرات على التعبير عن أنفسهن بحرية.
2. تنمية الثقة بالنفس من خلال التعبير عن الذات لدى المشاركات.
3. التفريغ الانفعالي.

إجراءات النشاط:

- تطلب الباحثة من إحدى المشاركات الجلوس على كرسي في وسط الدائرة.
- تطلب منها الباحثة التعريف عن نفسها بشكل معمّق، وبحرية تامة.
- تبدأ المشاركات بتوجيه الأسئلة لها مع احتفاظها بحق عدم الإجابة إن أرادت ذلك.
- تختار المشاركة إحدى المشاركات لتجلس مكانها في وسط الدائرة، وتبدأ بممارسة النشاط من جديد...وهكذا.
- تناقش الباحثة النشاط مع المشاركات، ومشاعرهن أثناء وبعد النشاط.

خامساً: تقنيات تنمية الثقة بالنفس:

الوقت المستغرق: 30 دقيقة.

الهدف من النشاط:

1. أن تتعرف المشاركات إلى تقنيات تنمية الثقة بالنفس.
2. أن تتعرف المشاركات إلى كيفية ممارسة تقنيات تنمية الثقة بالنفس في الواقع.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

إجراءات النشاط:

- تتحدث الباحثة عن أهمية تنمية الثقة بالنفس فيما تلعبه من دور في مساعدة الأفراد على مواجهة تحديات الحياة والتكيف مع خبراتها الجديدة، ومن حيث اعتبارها مفتاحاً للنجاح في مجال الدراسة ومهنة المستقبل.
- تقوم الباحثة بتقسيم أفراد المجموعة إلى ثلاث مجموعات.
- تطلب من كل مجموعة مناقشة تقنيات تنمية الثقة بالنفس، وتسجيل ماتم الاتفاق عليه من قبل أفراد المجموعة على ورقة بوستر.
- يقوم قائد كل مجموعة بعرض ما تم الاتفاق عليه من قبل أفراد المجموعة.
- تقوم الباحثة بمناقشة المشاركات بما تم عرضه من قبل قادة المجموعات.
- تقوم بعرض تقنيات تنمية الثقة بالنفس، على برنامج بوربوينت من خلال جهاز LCD، ومناقشتها مع أفراد المجموعة.
- تقوم الباحثة بالتحدث عن كيفية ممارسة تقنيات تنمية الثقة بالنفس في الواقع، مع ذكر الأمثلة.

سادساً: ممارسة نشاط التأمل الاختتامي كالمعتاد في نهاية كل جلسة.

الوقت المستغرق: 5 دقائق.

سابعاً: التقييم والإنهاء:

الوقت المستغرق: 10 دقائق.

الهدف من النشاط:

1. تقديم تغذية راجعة لما تم تنفيذه خلال الجلسة.
2. التعرف إلى تقييم المشاركات وانطباعاتهن حول الجلسة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

3. التعرف إلى مشاعر وأفكار المشاركات بعد الجلسة.

إجراءات النشاط:

- تعطي الباحثة المجال للمشاركات في المجموعة لتقييم الجلسة، والتحدث عن مدى الاستفادة منها، وعن مشاعرها الحالية بعد انتهاء الجلسة.
- يتم اختيار أفضل مشاركة في المجموعة من حيث المشاركة والتفاعل والالتزام بقواعد الجلسة، وتسليمها جائزة التميز.
- تقوم الباحثة بتكليف المشاركات بالنشاط البيتي التالي:

س / تحدثي عن تقنيات تنمية الثقة بالنفس ؟

.....

- تقوم الباحثة بإجمال ما تم تنفيذه خلال الجلسة، وشكر أفراد المجموعة على ما أظهروه أثناء الجلسة من تفاعل ومشاركة والتزام، كما تقوم بتذكيرهم بموضوع الجلسة القادمة، وموعدها وأهمية الالتزام به وعدم التأخير.
- تقوم الباحثة بتوزيع مطوية عن الثقة بالنفس.

الجلسة السابعة

عنوان الجلسة: مفهوم الذات.

مدة الجلسة: 90 دقيقة.

الهدف العام للجلسة:

أن تصبح المشاركات قادرات على تطوير مفهوم الذات لديهن.

الأهداف الخاصة للجلسة:

1. أن تتعرف المشاركات إلى مفهوم الذات.
2. أن تتعرف المشاركات إلى علاقة مفهوم الذات بمستوى الطموح الأكاديمي.
3. أن تتعرف المشاركات إلى الصفات بأنواعها.
4. أن تصبح المشاركات قادرات على التعبير عن الذات من خلال تمثيل الصفات المختلفة.
5. أن تتعرف المشاركات إلى الصفات الحسنة والصفات السيئة في شخصيتها.
6. أن تصبح المشاركات قادرات على تقييم الذات لديهن.
7. أن تصبح المشاركات قادرات على التعبير عن الصفات بحرية.
8. أن تتعرف المشاركات إلى أهمية التحلي بالصفات الايجابية والتخلص من الصفات السلبية لديهن.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الأدوات المستخدمة:

جهاز حاسوب، جهاز عرض LCD، ورق بوستر، اللوح القلاب، أوراق عمل، أقلام فولماستر، ورقA4، أقلام جاف، ألوان، لاصق.

الفنيات المستخدمة:

التأمل والاسترخاء، المناقشة والحوار، العصف الذهني، لعب الأدوار، الرسم، الواجبات المنزلية، التعزيز.

محتوى الجلسة:

- تبدأ الباحثة بالترحيب بأفراد المجموعة وشكرهم على الالتزام والحضور.
- تطلب الباحثة من المشاركات التعاون والتفاعل والالتزام بقواعد الجلسة أثناء تنفيذ الأنشطة المختلفة.

أولاً: ممارسة نشاط التأمل الافتتاحي كالمعتاد في بداية كل جلسة.

الوقت المستغرق: 5 دقائق.

ثانياً: مراجعة ما تم تنفيذه في الجلسة السابقة:

الوقت المستغرق: 10 دقائق.

الهدف من النشاط: تقديم تغذية راجعة لما تم تنفيذه في الجلسة السابقة.

إجراءات النشاط:

- تقوم مجموعتي التوثيق والمرايا بعرض ما تم تنفيذه في الجلسة السابقة.
- تقوم الباحثة بمناقشة النشاط البيتي مع المشاركات.
- تقوم الباحثة بتقديم تغذية راجعة ومناقشة المشاركات فيما تم تنفيذه في الجلسة السابقة.

ثالثاً: مفهوم الذات:

الوقت المستغرق: 20 دقيقة.

الهدف من النشاط:

1. أن تتعرف المشاركات إلى مفهوم الذات.
2. أن تتعرف المشاركات إلى علاقة مفهوم الذات بمستوى الطموح الأكاديمي.

إجراءات النشاط:

- تطرح الباحثة على المشاركات السؤال التالي: س/ ماذا يعني مفهوم الذات بالنسبة لك؟

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- تستمع الباحثة لإجابات بعض المشاركات وتعرض الإجابة الصحيحة على اللوح القلاب، حيث أن مفهوم الذات هو فكرة الفرد عن نفسه، وهو الصورة التي يكونها الفرد عن نفسه من حيث ما يتسم به من صفات وقدرات جسمية وعقلية وانفعالية.
- تقوم الباحثة بمناقشة المشاركات في علاقة مفهوم الذات بمستوى الطموح الأكاديمي.
- توضح بأن مفهوم الذات من العوامل المهمة التي تسهم في رسم مستوى طموح الإنسان، وتوجيه سلوكه، وأن مستوى الطموح وثيق الصلة بفكرة الفرد عن نفسه واحترامه وتقديره لها، فكلما كان مفهوم الفرد لذاته موجباً، كلما ارتفع مستوى طموحه، وكلما كان مفهومه عن ذاته سلبياً، كلما انخفض مستوى طموحه، وهذا ما يؤيد رأى الباحثة بأن باستطاعة البرنامج الإرشادي تنمية مستوى طموح الطالبات من خلال التأثير على مفهوم الذات وتنميته لديهن.

رابعاً: نشاط دولاب الصفات:

الوقت المستغرق: 20 دقيقة.

الهدف من النشاط:

1. أن تتعرف المشاركات إلى الصفات بأنواعها.
2. أن تصبح المشاركات قادرات على التعبير عن الذات من خلال تمثيل الصفات المختلفة.
3. بث روح المرح والسرور بين المشاركات.

إجراءات النشاط:

- تقوم الباحثة بإعداد مجموعة من البطاقات مكتوب عليها مجموعة من الصفات الايجابية والسلبية.
- تقوم كل مشاركة بسحب بطاقة من هذه البطاقات وتقوم بتمثيل الصفة المكتوبة فيها.
- تقوم باقي المشاركات بتخمين ما هي هذه الصفة... وهكذا حتى تنتهي جميع الصفات.
- تقوم الباحثة بتعزيز الصفات الايجابية، ومناقشة الصفات السلبية لدى المشاركات.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

خامساً: نشاط زهرتي الجميلة:

الوقت المستغرق: 20 دقيقة.

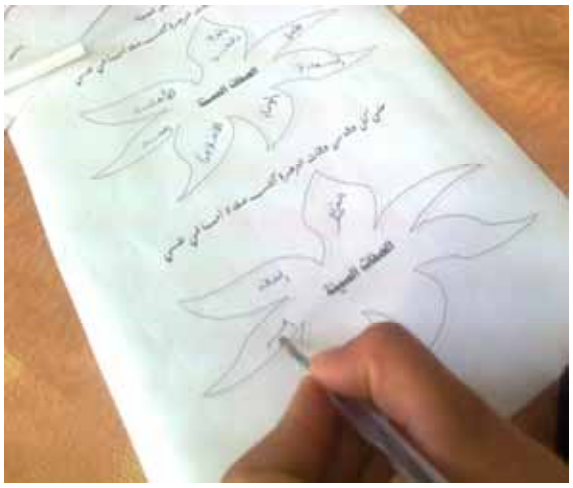
الهدف من النشاط:

1. أن تتعرف المشاركات إلى الصفات الحسنة والصفات السيئة في شخصيتها.
2. أن تصبح المشاركات قادرات على تقييم الذات لديهن.
3. أن تصبح المشاركات قادرات على التعبير عن الصفات بحرية.
4. أن تتعرف المشاركات إلى أهمية التحلي بالصفات الايجابية والتخلص من الصفات السلبية لديهن.

إجراءات النشاط:

- تقوم الباحثة بتوضيح أهمية تقييم الذات والتعبير عنها للمشاركات.
- تقوم الباحثة بمناقشة المشاركات في طرق تقييم الذات والتعبير عنها.
- تقوم الباحثة بتوزيع نموذج زهرتي الجميلة على المشاركات، ملحق (9).
- تطلب الباحثة مع المشاركات كتابة خمسة من الصفات التي تحبها في نفسها على الزهرة الأولى، وكتابة خمسة من الصفات التي لا تحبها في نفسها على الزهرة الثانية.
- تقوم الباحثة بمناقشة النشاط مع المشاركات، وإعطاء المجال لكل مشاركة للتحدث عن الصفات التي كتبتها، ومن ثم تعزيز الصفات الحسنة والثناء عليها، ومناقشة الصفات السيئة وكيفية التخلص منها.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com



سادساً: ممارسة نشاط التأمل الاختتامي كالمعتاد في نهاية كل جلسة.

الوقت المستغرق: 5 دقائق.

سابعاً: التقييم والإنهاء:

الوقت المستغرق: 10 دقائق

الهدف من النشاط:

1. تقديم تغذية راجعة لما تم تنفيذه خلال الجلسة.
2. التعرف إلى تقييم المشاركات وانطباعاتهن حول الجلسة.
3. التعرف إلى مشاعر وأفكار المشاركات بعد الجلسة.

إجراءات النشاط:

- تعطي الباحثة المجال للمشاركات لتقييم الجلسة، والتحدث عن مدى الاستفادة منها، وعن مشاعرهن الحالية بعد انتهاء الجلسة.
- يتم اختيار أفضل مشاركة في المجموعة من حيث المشاركة والتفاعل والالتزام بقواعد الجلسة، وتسليمها جائزة التميز.
- تقوم الباحثة بتوزيع النشاط البيتي على أفراد المجموعة وهو كالتالي:

ارسمي نفسك كوردة مستخدمة ألواناً مختلفة لتمثيل ذاتك الخارجية وذاتك الداخلية، ابدئي برسم الألوان التي تمثل ذاتك كما يراها الآخرون ممن لا يعرفونك.. ثم الألوان التي تمثل ذاتك كما يراها الأصدقاء، ثم الألوان التي تمثل ذاتك كما يراها أفراد أسرتك، وأخيراً اختاري لوناً يمثل شعورك تجاه ذاتك الداخلية، ثم اكتبي وصفاً لما تعنيه من اختيارك للألوان في جميع الحالات.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- تقوم الباحثة بإجمال ما تم تنفيذه خلال الجلسة، وشكر أفراد المجموعة على ما أظهروه أثناء الجلسة من تفاعل ومشاركة والتزام، كما تقوم بتذكيرهم بموضوع الجلسة القادمة، وموعدها وأهمية الالتزام به وعدم التأخير.

الجلسة الثامنة

عنوان الجلسة: تطوير الذات.

مدة الجلسة: 90 دقيقة.

الهدف العام للجلسة:

أن تصبح المشاركات قادرات على تطوير الذات لديهن.

الأهداف الخاصة للجلسة:

1. أن تتعرف المشاركات إلى أهمية تطوير الذات.
2. أن تتعرف المشاركات إلى أركان تطوير الذات.
3. أن تصبح المشاركات قادرات على التقييم الذاتي لنقاط القوة والضعف (الايجابيات والسلبيات) لديهن.
4. أن تصبح المشاركات قادرات على التعبير عن الصفات الايجابية والصفات السلبية لديهن.
5. أن تصبح المشاركات قادرات على استبدال الصفات السلبية بأخرى ايجابية.

الأدوات المستخدمة:

جهاز حاسوب، جهاز عرض LCD، ورق بوستر، اللوح القلاب، أوراق عمل "قائمة معرفة الذات"، أقلام فولماستر، ورقA4، أقلام جاف، ألوان، لاصق.

الفنيات المستخدمة:

التأمل والاسترخاء، المناقشة والحوار، العصف الذهني، السيكودراما "تكنيك المتجر السحري"، التغذية الراجعة، الواجبات المنزلية، التعزيز.

محتوى الجلسة:

- تبدأ الباحثة بالترحيب بأفراد المجموعة وشكرهم على الالتزام والحضور.
- تطلب الباحثة من المشاركات التعاون والتفاعل والالتزام بقواعد الجلسة أثناء تنفيذ الأنشطة المختلفة.

أولاً: ممارسة نشاط التأمل الافتتاحي كالمعتاد في بداية كل جلسة.

الوقت المستغرق: 5 دقائق.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ثانياً: مراجعة ما تم تنفيذه في الجلسة السابقة:

الوقت المستغرق: 10 دقائق.

الهدف من النشاط: تقديم تغذية راجعة لما تم تنفيذه في الجلسة السابقة.

إجراءات النشاط:

- تقوم مجموعتي التوثيق والمرايا بعرض ما تم تنفيذه في الجلسة السابقة.
- تقوم الباحثة بتقديم تغذية راجعة ومناقشة المشاركات فيما تم تنفيذه في الجلسة السابقة.
- تطلب الباحثة من المشاركات التحدث عن النشاط البيتي، حيث الوردة التي رسمتها والألوان التي اختارتها لتمثيل ذاتها كما يراها الآخرون وكما تراها هي، وما تعنيه من اختيارها لتلك الألوان في جميع الحالات.

ثالثاً: كيفية تطوير الذات:

الوقت المستغرق: 20 دقيقة.

الهدف من النشاط:

1. أن تتعرف المشاركات إلى أهمية تطوير الذات.
2. أن تتعرف المشاركات إلى أركان تطوير الذات.

إجراءات النشاط:

- تبدأ الباحثة حديثها بالآية القرآنية (إن الله لا يغيِّر ما بقوم حتى يغيِّروا ما بأنفسهم).
- تناقش الباحثة الآية القرآنية مع المشاركات، وتحفزهم على التغيير والتطوير.
- تقوم الباحثة بالتوضيح للمشاركات أهمية تطوير الذات وتنميتها.
- تقوم الباحثة بمناقشة المشاركات في كيفية تطوير الذات وتنميتها.
- تقوم الباحثة بعرض أسس وأركان تطوير الذات مع الشرح على البوربوينت باستخدام جهاز عرضLCD.
- تعطي الباحثة الفرصة للمشاركات بالتحدث عن قصص كفاح وتغيير شاهدوها أو عايشوها في الواقع.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

رابعاً: نشاط قيم ذاتك:

الوقت المستغرق: 20 دقيقة.

الهدف من النشاط:

1. أن تصبح المشاركات قادرات على التقييم الذاتي لنقاط القوة والضعف (الايجابيات والسلبيات) لديهن.
2. أن تصبح المشاركات قادرات على التعبير عن الصفات الايجابية والصفات السلبية لديهن.

إجراءات النشاط:

- تبدأ الباحثة بالتوضيح للمشاركات بأن أول خطوة للارتقاء بالذات هو التقييم الذاتي، وهو التقييم الصادق لنقاط الضعف والقوة، والرغبة الجادة في التغيير للأفضل.
- تقوم الباحثة بتوزيع قائمة معرفة الذات، ملحق (10).
- تقدم الباحثة التعليمات التالية للمشاركات: ابدئي بجدية في مراجعة نقاط قوتك وضعفك (ايجابياتك وسلبياتك)، وحددي ما تحبينه في نفسك، وما لاتحبينه، فلا يوجد إنسان كامل على وجه الأرض، قومي بتسجيلها في القائمة التي أمامك، هنِّئي نفسك على الأشياء الجميلة التي تحبيها في ذاتك، وخذي عهداً على نفسك أن تغيري الأشياء التي لم تحبيها في ذاتك، وذلك بحسب الأهمية التي تشكلها هذه الأشياء بالنسبة للصورة الكلية.
- تقوم الباحثة بمناقشة النشاط مع المشاركات، حيث تعطي المجال لكل مشاركة بالتحدث عن مواطن القوة، ومواطن الضعف لديها (الايجابيات والسلبيات)، ثم عرض أساليب وطرق قد تستخدمها في التخلص من هذه السلبيات.
- تقوم الباحثة بتعزيز الجوانب الإيجابية، ومناقشة الجوانب السلبية لدى المشاركات وتدريبهن على التغيير للأفضل.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

خامساً: نشاط المتجر السحري:

الوقت المستغرق: 20 دقيقة.

الهدف من النشاط:

1. أن تتعرف المشاركات إلى الصفات الحسنة والصفات السيئة في شخصيتها.
2. أن تصبح المشاركات قادرات على استبدال الصفات السلبية بأخرى ايجابية.

إجراءات النشاط:

- تعد الباحثة مسبقاً بطاقات مرسوم فيها صفات حسنة وطيبة، وبطاقات أخرى مرسوم فيها صفات سيئة.
- تعد الباحثة والمشاركات زاوية في القاعة على شكل دكان أو متجر.
- تعلق الباحثة في المتجر البطاقات المرسوم فيها الصفات الحسنة والطيبة.
- تضع الباحثة البطاقات المرسوم فيها الصفات السيئة في سلة لتستخدمها المشاركات في عملية المقايضة.
- تطلب من إحدى المشاركات الجلوس فيه على أنها البائع.
- تطلب من باقي المشاركات الذهاب للمتجر كزبون لمقايضة البائع وليس للشراء، بحيث تستبدل الصفات السيئة التي لا تحبها في نفسها بصفات جميلة ترغب فيها من المتجر.
- تعطي الباحثة المجال لكل مشاركة للتحدث عن الصفات التي استبدلتها، وما هو شعورها أثناء عملية المقايضة.
- تقوم الباحثة بمناقشة النشاط مع المشاركات، وتعزيز الصفات الايجابية لدى المشاركات والثناء عليها، وحثهن على التخلص من الصفات السلبية لديهن.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

سادساً: ممارسة نشاط التأمل الاختتامي كالمعتاد في نهاية كل جلسة.

الوقت المستغرق: 5 دقائق.

سابعاً: التقييم والإنهاء:

الوقت المستغرق: 10 دقائق

الهدف من النشاط:

1. تقديم تغذية راجعة لما تم تنفيذه خلال الجلسة.
2. التعرف إلى تقييم المشاركات وانطباعاتهن حول الجلسة.
3. التعرف إلى مشاعر وأفكار المشاركات بعد الجلسة.

إجراءات النشاط:

- تعطي الباحثة المجال للمشاركات في المجموعة لتقييم الجلسة، والتحدث عن مدى الاستفادة منها، وعن مشاعرها الحالية بعد انتهاء الجلسة.
- يتم اختيار أفضل مشاركة في المجموعة من حيث المشاركة والتفاعل والالتزام بقواعد الجلسة، وتسليمها جائزة التميز.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- تقوم الباحثة بتوزيع النشاط البيتي مع أفراد المجموعة وهو كالتالي:

س / تحدثي عن أركان تطوير الذات مع الشرح ؟

.....

.....

- تقوم الباحثة بإجمال ما تم تنفيذه خلال الجلسة، وشكر أفراد المجموعة على ما أظهروه أثناء الجلسة من تفاعل ومشاركة والتزام، كما تقوم بتذكيرهم بموضوع الجلسة القادمة، وموعدها وأهمية الالتزام به وعدم التأخير.

الجلسة التاسعة

عنوان الجلسة: تعديل الأفكار اللاعقلانية (السلبية):

مدة الجلسة: 90 دقيقة.

الهدف العام للجلسة:

أن تصبح المشاركات قادرات على تعديل الأفكار اللاعقلانية (السلبية)، واستبدالها بأفكار أخرى عقلانية (ايجابية).

الأهداف الخاصة للجلسة:

1. أن تتعرف المشاركات إلى مفهوم التفكير العقلاني، والتفكير اللاعقلاني.
2. أن تتعرف المشاركات إلى الأفكار اللاعقلانية المرتبطة بتدني مستوى الطموح الأكاديمي لديهن.
3. أن تتعرف المشاركات إلى أساليب تعديل الأفكار اللاعقلانية.
4. أن تتعرف المشاركات إلى كيفية تبني أفكار عقلانية جديدة.

الأدوات المستخدمة:

جهاز حاسوب، جهاز عرض LCD، ورق بوستر، اللوح القلاب، أوراق عمل "نموذج تعديل الأفكار الخاطئة"، أقلام فولماستر.

الفنيات المستخدمة:

التأمل والاسترخاء، المناقشة والحوار، العصف الذهني، التقييم الموضوعي للحدث " تكنيك المرح والدعابة "، الأنشطة الترفيهية، التغذية الراجعة، الواجبات المنزلية، التعزيز.

محتوى الجلسة:

- تبدأ الباحثة بالترحيب بأفراد المجموعة وشكرهم على الالتزام والحضور.
- تطلب الباحثة من المشاركات التعاون والتفاعل والالتزام بقواعد الجلسة أثناء تنفيذ الأنشطة المختلفة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

أولاً: ممارسة نشاط التأمل الافتتاحي كالمعتاد في بداية كل جلسة.

الوقت المستغرق: 5 دقائق.

ثانياً: مراجعة ما تم تنفيذه في الجلسة السابقة:

الوقت المستغرق: 10 دقائق.

الهدف من النشاط: تقديم تغذية راجعة لما تم تنفيذه في الجلسة السابقة.

إجراءات النشاط:

- تقوم مجموعتي التوثيق والمرايا بعرض ما تم تنفيذه في الجلسة السابقة.
- تقوم الباحثة بمناقشة النشاط البيتي مع المشاركات.
- تقوم الباحثة بتقديم تغذية راجعة ومناقشة المشاركات فيما تم تنفيذه في الجلسة السابقة.

ثالثاً: مفهوم التفكير العقلاني، والتفكير اللاعقلاني:

الوقت المستغرق: 10 دقائق.

الهدف من النشاط:

1. أن تتعرف المشاركات إلى مفهوم التفكير العقلاني.
2. أن تتعرف المشاركات إلى مفهوم التفكير اللاعقلاني.

إجراءات النشاط:

- تقوم الباحثة بمناقشة ماهية الأفكار العقلانية مع المشاركات من خلال طرح الأسئلة والاستماع لإجابات المشاركات ومن ثم تسجيل الإجابات الصحيحة على اللوح القلاب، حيث تعرف بأنها " جملة الأفكار التي تنسجم مع القيم الأساسية في الحياة وتحقيق الفاعلية الاجتماعية والايجابية وتؤدي إلى تحقيق احترام الذات والآخرين ".
- تقوم الباحثة بمناقشة مفهوم الأفكار اللاعقلانية مع المشاركات من خلال طرح الأسئلة والاستماع لإجابات المشاركات ومن ثم تسجيل الإجابات الصحيحة على اللوح القلاب، حيث تعرف بأنها " أفكار سلبية خاطئة وغير صحيحة تراود الإنسان وتؤثر في انفعالاته وسلوكه ".
- تقوم الباحثة بذكر الأمثلة للأفكار اللاعقلانية، وتسجيلها على اللوح القلاب، ومن ثم تذكر كيفية تأثيرها على المشاعر والسلوك.

مثال: . كل الناس أشرار (فكرة).

ينتج عنها --> . كراهية جميع الناس (شعور).

ينتج عنه --> . تجنب جميع الناس (سلوك).

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

رابعاً: الأفكار اللاعقلانية المرتبطة بمستوى الطموح الأكاديمي:

الوقت المستغرق: 20 دقيقة.

الهدف من النشاط:

1. أن تتعرف المشاركات إلى الأفكار اللاعقلانية المرتبطة بتدني مستوى الطموح الأكاديمي.
2. أن تتعرف المشاركات إلى أثر الأفكار اللاعقلانية في تدني مستوى الطموح الأكاديمي.

إجراءات النشاط:

- تطرح الباحثة بأن تدني مستوى الطموح الأكاديمي لدى المشاركات قد يكون مرتبطاً بأفكار ومعتقدات لاعقلانية لديهن، وبالتالي نود أن نتعرف سوياً على بعض الأفكار والمعتقدات الخاطئة حول التعليم والدراسة، من أجل محاولة تعديل هذه الأفكار والمعتقدات.
- تقوم الباحثة بتقسيم أفراد المجموعة إلى ثلاث مجموعات.
- تطلب من كل مجموعة بتسجيل الأفكار اللاعقلانية المرتبطة بتدني مستوى الطموح الأكاديمي، وكيفية تأثيرها السلبي عليه على ورقة بوستر.
- يقوم كل قائد مجموعة بعرض ما تم الاتفاق عليه من قبل أفراد المجموعة.
- تقوم الباحثة بمناقشة الأفكار السلبية التي تم عرضها من قبل المجموعات الثلاث.
- تقوم الباحثة بإضافة أفكار لاعقلانية أخرى لم يتم ذكرها من قبل المجموعات، وتقوم بتسجيلها على اللوح القلاب، ومن ثم تتحدث عن أثرها في تدني مستوى الطموح الأكاديمي.
- أمثلة:
  - ✓ . الدراسة غير مفيدة.
  - ✓ . أنا إنسانة فاشلة.
  - ✓ . الزواج أهم من الشهادة.
  - ✓ . المذاكرة أو عدمها سواء.
  - ✓ . ذاكرتي ضعيفة وبالتالي فأنا سأرسب.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- ✓ . علِّم في المتبلم يصبح ناسي.
- ✓ . ليس لديَّ القدرة على تنظيم وقتي.
- ✓ . الدراسة مضيعة للوقت.
- ✓ . الدراسة تجعل قطر الزواج يفوتني.
- ✓ . أغلب الخريجين عاطلين عن العمل.
- ✓ . أنا لا استطيع اختيار التخصص الذي يناسبني.

خامساً: تعديل الأفكار الخاطئة:

الوقت المستغرق: 20 دقيقة.

الهدف من النشاط:

1. أن تتعرف المشاركات إلى أساليب تعديل الأفكار الخاطئة، وخاصة تلك المرتبطة بتدني مستوى الطموح الأكاديمي.
2. أن تتعرف المشاركات إلى كيفية تبني أفكار منطقية جديدة.

إجراءات النشاط:

- تقوم الباحثة بالتأكيد للمشاركات على أهمية وتأثير دور الأفراد في المجتمع، والذي يحتاج إلى تجنب الأفكار السلبية الخاطئة، وتبني أفكاراً إيجابية منطقية، ينتج عنها سلوك سوي منتج ومؤثر في المجتمع.
- تطلب الباحثة من إحدى المشاركات عرض فكرة خاطئة مثال " الدراسة غير مفيدة " ثم تسألها ما يلي: هل تستطيعي أن تؤكدي تلك الفكرة بطريقة واقعية، هل لديك أدلة ملموسة تؤكد ذلك الاعتقاد؟
- تهدف الباحثة من ذلك إعادة تشكيل الجانب المعرفي لدى المشاركات.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- تقوم الباحثة بتدريب المشاركات على أسلوب سهل وبسيط وفعال لمقاومة وتعديل الأفكار الخاطئة، من خلال نموذج (كيف تغير أفكارك الخاطئة)، ويتضمن هذا الأسلوب خمس نقاط لتعديل وتغيير الأفكار الخاطئة وهي كالتالي:
  1. التعرف إلى الفكرة الخاطئة.
  2. إيقاف التفكير في هذا الاعتقاد الخاطئ (من خلال البحث عن أدلة إثبات).
  3. التعرف إلى أفكار صحيحة ومنطقية بديلة.
  4. العمل على تنفيذ الأفكار البديلة تدريجياً.
  5. إحلال الأفكار الايجابية الجديدة بدلاً من الأفكار الخاطئة الأولى.
- تقوم الباحثة بتوزيع نموذج تعديل الأفكار الخاطئة، ملحق (11)، وتقوم بتدريبهن على تطبيقه.
- تطلب الباحثة من المشاركات بأن تتبنى كل مشاركة فكرة لاعقلانية وتقوم بتعديلها باستخدام النموذج.
- تناقش الباحثة النشاط مع المشاركات، وتعطيهن الفرصة لعرض الأفكار الخاطئة وكيفية تعديلها.
- تقوم الباحثة بتعزيز الطرق الصحيحة ومناقشة الطرق الخاطئة، وتقديم التغذية الراجعة المناسبة.

سادساً: نشاط سلة المهملات:

الوقت المستغرق: 10 دقائق.

الهدف من النشاط:

1. أن تصبح المشاركات قادرات على التخلص من أفكارهن ومشاعرهن السلبية.

إجراءات النشاط:

- تقوم الباحثة بتوزيع أوراق صغيرة وألوان على المشاركات.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- تطلب من المشاركات رسم أفكار أو مشاعر يردن التخلص منها، ومن ثم طيِّها ورميها في سلة المهملات.
- تطلب الباحثة من المشاركات أن تضحك على أفكارها اللاعقلانية، وتتحدث إليها وكأنها تعرف ما ترمي إليه: لن استجيب إليك هذه المرة لكي أعرف ماذا سيحدث "**تكنيك المرح والدعابة**".
- تناقش الباحثة النشاط مع المشاركات وتطلب من كل مشاركة التحدث عن هذه المهملات، وعن المشاعر المصاحبة لها، والأسباب التي دفعتها للتخلص منها.

سابعاً: ممارسة نشاط التأمل الاختتامي كالمعتاد في نهاية كل جلسة.

الوقت المستغرق: 5 دقائق.

ثامناً: التقييم والإنهاء:

الوقت المستغرق: 10 دقائق.

الهدف من النشاط:

1. تقديم تغذية راجعة لما تم تنفيذه خلال الجلسة.
2. التعرف إلى تقييم المشاركات وانطباعاتهن حول الجلسة.
3. التعرف إلى مشاعر وأفكار المشاركات بعد الجلسة.

إجراءات النشاط:

- تعطي الباحثة المجال للمشاركات في المجموعة لتقييم الجلسة، والتحدث عن مدى الاستفادة منها، وعن مشاعرها الحالية بعد انتهاء الجلسة.
- يتم اختيار أفضل مشاركة في المجموعة من حيث المشاركة والتفاعل والالتزام بقواعد الجلسة، وتسليمها جائزة التميز.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- تقوم الباحثة بتكليف أفراد المجموعة بنشاط بيتي يتم من خلاله تسجيل الأفكار السلبية اللاعقلانية التي تراودهم خلال الأسبوع القادم، وكيفية التعامل معها باستخدام تكنيك المرح والدعابة الذي تم التدريب عليه في هذه الجلسة.
- تقوم الباحثة بإجمال ما تم تنفيذه خلال الجلسة، وشكر أفراد المجموعة على ما أظهروه أثناء الجلسة من تفاعل ومشاركة والتزام، كما تقوم بتذكيرهم بموضوع الجلسة القادمة، وموعدها وأهمية الالتزام به وعدم التأخير.

الجلسة العاشرة

عنوان الجلسة: الدافعية نحو التعلم.

مدة الجلسة: 90 دقيقة.

الهدف العام من الجلسة:

إثارة الدافعية نحو التعلم لدى المشاركات.

الأهداف الخاصة:

1. أن تتعرف المشاركات إلى مفهوم الدافعية.
2. أن تتعرف المشاركات إلى مظاهر وجود الدافعية.
3. أن تتعرف المشاركات إلى أنواع الدافعية.
4. أن تتعرف المشاركات إلى وظائف الدافعية.
5. أن تتعرف المشاركات إلى علاقة الدافعية بالتعلم.
6. أن تتعرف المشاركات إلى دور الدافعية في رفع مستوى التحصيل الدراسي، وتنمية الطموح الأكاديمي.

الأدوات المستخدمة:

جهاز حاسوب، جهاز عرض LCD، ورق بوستر، أقلام فولماستر، اللوح القلاب، لاصق.

الفنيات المستخدمة:

التأمل والاسترخاء، المناقشة والحوار، العصف الذهني، التغذية الراجعة، الأنشطة الترفيهية، الواجبات المنزلية، التعزيز.

محتوى الجلسة:

- تبدأ الباحثة بالترحيب بأفراد المجموعة وشكرهم على الالتزام والحضور.
- تطلب الباحثة من المشاركات التعاون والتفاعل والتقيد بقواعد الجلسة أثناء تنفيذ الأنشطة المختلفة.

أولاً: ممارسة نشاط التأمل الافتتاحي كالمعتاد في بداية كل جلسة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الوقت المستغرق: 5 دقائق.

ثانياً: مراجعة ما تم تنفيذه في الجلسة السابقة:

الوقت المستغرق: 10 دقائق.

الهدف من النشاط: تقديم تغذية راجعة لما تم تنفيذه في الجلسة السابقة.

إجراءات النشاط:

- تقوم مجموعتي التوثيق والمرايا بعرض ما تم تنفيذه في الجلسة السابقة.
- تقوم الباحثة بمناقشة النشاط البيتي مع المشاركات.
- تقوم الباحثة بتقديم تغذية راجعة ومناقشة المشاركات فيما تم في الجلسة السابقة.

ثالثاً: مفهوم الدافعية.. مظاهرها.. أنواعها:

الوقت المستغرق: 20 دقيقة.

الهدف من النشاط:

1. أن تتعرف المشاركات إلى مفهوم الدافعية.
2. أن تتعرف المشاركات إلى مظاهر وجود الدافعية.
3. أن تتعرف المشاركات إلى أنواع الدافعية.

إجراءات النشاط:

- تقوم الباحثة بطرح بعض الأسئلة مثل: ما الذي يدفعنا للطعام، ما الذي يدفعنا للتعلم؟ فتكون الإجابات دافع الجوع، أو دافع حب المعرفة، لتصل مع المشاركات إلى مفهوم الدافعية.
- تعرف الباحثة الدافعية وهي " حالة داخلية جسمية أو نفسية تدفع الفرد نحو السلوك في ظروف معينة، وتوجهه نحو إشباع حاجة أو هدف محدد، فالدافعية قوة محركة، ومنشطة، وموجهة في وقت واحد ".
- تقوم الباحثة بمناقشة مظاهر الدافعية مع المشاركات، من خلال طرح الأسئلة، والاستماع إلى إجابات المشاركات، ومن ثم إجمالها وتسجيلها على اللوح القلاب.
- تقوم الباحثة بمناقشة أنواع الدافعية مع المشاركات، من خلال طرح الأسئلة، والاستماع إلى إجابات المشاركات، ومن ثم إجمالها وتسجيلها على اللوح القلاب.
- تقوم الباحثة بعرض مفهوم الدافعية ومظاهرها وأنواعها على البوربوينت من خلال جهاز عرض LCD.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

رابعاً: نشاط التوازن:

الوقت المستغرق: 10 دقائق.

الهدف من النشاط:

1. بث روح المرح والترفيه لدى المشاركات.
2. رفع الحيوية والنشاط لدى المشاركات.

إجراءات النشاط:

- تقوم الباحثة برسم خط على الأرض.
- تطلب من إحدى المشاركات أن تتخيل نفسها تعمل في السيرك، وأن هذا الخط المرسوم معلق في الهواء، وعليها أن تمشي على هذا الحبل وهي تضع كتاباً على جبهتها.
- إذا أكملت المشي على الخط مع المحافظة على توازنها ودون أخطاء فتستحق التصفيق.
- إما إذا أخطأت أو فقدت توازنها فتستبدل بمشاركة أخرى... وهكذا.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

خامساً: الدافعية والتعلم:

الوقت المستغرق: 30 دقيقة.

الهدف من النشاط:

1. أن تتعرف المشاركات إلى وظائف الدافعية.
2. أن تتعرف المشاركات إلى علاقة الدافعية بالتعلم.
3. أن تتعرف المشاركات إلى دور الدافعية في رفع مستوى التحصيل الدراسي، وتنمية مستوى الطموح الأكاديمي.

إجراءات النشاط:

- تتحدث الباحثة عن أهمية الدافعية في حياة الفرد والجماعة لما يترتب عليها من زيادة في النشاط نحو الإنجاز والتعلم المثمر وتحقيق الأهداف، ولعل الكثير من انجازات الأفراد وتقدم الأمم والشعوب يرجع إلى توفير القدر المناسب من الدافعية.
- تقوم الباحثة بتقسيم المشاركات إلى ثلاث مجموعات.
- تطلب من المجموعة الأولى مناقشة وظائف الدافعية، وتسجيل مايتم الاتفاق عليه على ورقة بوستر.
- تطلب من المجموعة الثانية مناقشة علاقة الدافعية بالتعلم، وتسجيل مايتم الاتفاق عليه على ورقة بوستر.
- تطلب من المجموعة الثالثة مناقشة دور الدافعية في رفع مستوى التحصيل الدراسي، وتنمية مستوى الطموح الأكاديمي، وتسجيل مايتم الاتفاق عليه على ورقة بوستر.
- يقوم قائد كل مجموعة بعرض ما تم الاتفاق عليه بين أفراد المجموعة ومناقشته مع باقي المشاركات.
- تقوم الباحثة بمناقشة المشاركات بما تم عرضه من قبل قائد كل مجموعة.
- تقوم الباحثة بعرض علاقة الدافعية بالتعلم، ودورها في رفع مستوى التحصيل الدراسي، وتنمية مستوى الطموح الأكاديمي، على البوربوينت من خلال جهاز عرض LCD.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

سادساً: ممارسة نشاط التأمل الاختتامي كالمعتاد في نهاية كل جلسة.

الوقت المستغرق: 5 دقائق.

سابعاً: التقييم والإنهاء:

الوقت المستغرق: 10 دقائق.

الهدف من النشاط:

1. تقديم تغذية راجعة لما تم تنفيذه خلال الجلسة.
2. التعرف إلى تقييم المشاركات وانطباعاتهن حول الجلسة.
3. التعرف إلى مشاعر وأفكار المشاركات بعد الجلسة.

إجراءات النشاط:

- تعطي الباحثة المجال للمشاركات في المجموعة لتقييم الجلسة، والتحدث عن مدى الاستفادة منها، وعن مشاعرها الحالية بعد انتهاء الجلسة.
- يتم اختيار أفضل مشاركة في المجموعة من حيث المشاركة والتفاعل والالتزام بقواعد الجلسة، وتسليمها جائزة التميز.
- تقوم الباحثة بتكليف المشاركات بالنشاط التالي:

س / تحدثي عن مفهوم الدافعية، وأنواعها، ووظائفها وعلاقتها بالتعلم ؟

.....

- تقوم الباحثة بإجمال ما تم تنفيذه خلال الجلسة، وشكر أفراد المجموعة على ما أظهروه أثناء الجلسة من تفاعل ومشاركة والتزام، كما تقوم بتذكيرهم بموضوع الجلسة القادمة، وموعدها وأهمية الالتزام به وعدم التأخير.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الجلسة الحادية عشر

عنوان الجلسة: تدني الدافعية نحو التعلم.

مدة الجلسة: 90 دقيقة.

الهدف العام من الجلسة:

إثارة الدافعية نحو التعلم لدى المشاركات.

الأهداف الخاصة:

1. أن تتعرف المشاركات إلى مفهوم تدني الدافعية نحو التعلم.
2. أن تتعرف المشاركات إلى مظاهر تدني الدافعية نحو التعلم.
3. أن تتعرف المشاركات إلى أسباب تدني الدافعية نحو التعلم.
4. أن تتعرف المشاركات إلى الآثار السلبية لتدني الدافعية على مستوى التحصيل الدراسي وعلى مستوى الطموح الأكاديمي.
5. أن تتعرف المشاركات إلى المقترحات التي تثير الدافعية نحو التعلم.

الأدوات المستخدمة:

جهاز حاسوب، جهاز عرض LCD، ورق بوستر، أقلام فولماستر، لاصق.

الفنيات المستخدمة:

التأمل والاسترخاء، المناقشة والحوار، النمذجة، التغذية الراجعة، الأنشطة الترفيهية، الواجبات المنزلية، التعزيز.

محتوى الجلسة:

- تبدأ الباحثة بالترحيب بأفراد المجموعة وشكرهم على الالتزام والحضور.
- تطلب الباحثة من المشاركات التعاون والتفاعل والتقيد بقواعد الجلسة أثناء تنفيذ الأنشطة المختلفة.

أولاً: ممارسة نشاط التأمل الافتتاحي كالمعتاد في بداية كل جلسة.

الوقت المستغرق: 5 دقائق.

ثانياً: مراجعة ما تم تنفيذه في الجلسة السابقة:

الوقت المستغرق: 10 دقائق.

الهدف من النشاط: تقديم تغذية راجعة لما تم تنفيذه في الجلسة السابقة.

إجراءات النشاط:

- تقوم مجموعتي التوثيق والمرايا بعرض ما تم تنفيذه في الجلسة السابقة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- تقوم الباحثة بمناقشة النشاط البيتي مع المشاركات.
- تقوم الباحثة بتقديم تغذية راجعة ومناقشة باقي المشاركات فيما تم تنفيذه في الجلسة السابقة.

ثالثاً: مفهوم تدني الدافعية نحو التعلم، مظاهره، أسبابه...:

الوقت المستغرق: 20 دقيقة.

الهدف من النشاط:

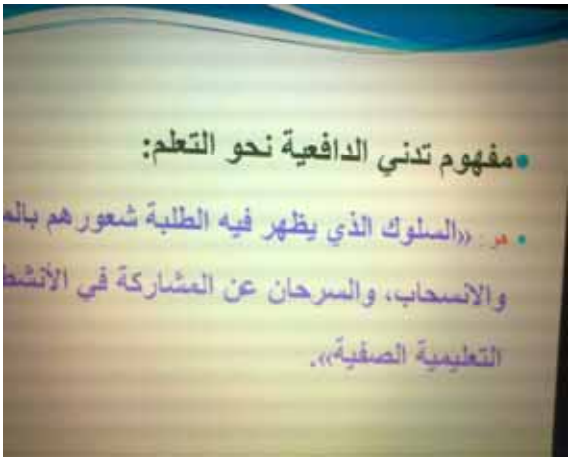
1. أن تتعرف المشاركات إلى مفهوم تدني الدافعية نحو التعلم.
2. أن تتعرف المشاركات إلى مظاهر تدني الدافعية نحو التعلم.
3. أن تتعرف المشاركات إلى أسباب تدني الدافعية نحو التعلم.
4. أن تتعرف المشاركات إلى الآثار السلبية لتدني الدافعية على مستوى التحصيل الدراسي، وعلى مستوى الطموح الأكاديمي.

إجراءات النشاط:

- تطرح الباحثة على المشاركات مَثل الطلبة الذين يظهر عليهم مايلي: الانسحاب والشعور بالملل، السرحان عن المشاركة في الأنشطة التعليمية الصفية، الانشغال بإزعاج الآخرين وإثارة المشكلات الصفية، نسيان الواجبات وإهمال حلها، نسيان الكتب والدفاتر والأقلام، الغياب المتكرر، التأخر الصباحي.
- توجه سؤالاً على المشاركات: س/ باعتقادكم ما الأسباب التي قد تكون وراء هذه السلوكيات ؟
- تستمع إلى إجابات المشاركات إلى أن تصل إلى الإجابة المطلوبة والتي لها علاقة بعنوان الموضوع وهي تدني الدافعية نحو التعلم.
- تقوم الباحثة بتقسيم المشاركات إلى أربع مجموعات.
- تطلب من المجموعة الأولى مناقشة مفهوم تدني الدافعية نحو التعلم، وتسجيلها على ورقة بوستر.
- تطلب من المجموعة الثانية مناقشة مظاهر تدني الدافعية نحو التعلم، وتسجيلها على ورقة بوستر.
- تطلب من المجموعة الثالثة مناقشة أسباب تدني الدافعية نحو التعلم، وتسجيلها على ورقة بوستر.
- تطلب من المجموعة الرابعة مناقشة الآثار السلبية لتدني الدافعية على مستوى التحصيل الدراسي، وعلى مستوى الطموح الأكاديمي، وتسجيلها على ورقة بوستر.
- يقوم قائد كل مجموعة بعرض ما يتم الاتفاق عليه بين أفراد المجموعة ومناقشته مع باقي المشاركات.
- تقوم الباحثة بمناقشة المشاركات بما تم عرضه من قبل قائد كل مجموعة.
- تعرف الباحثة تدني الدافعية نحو التعلم وهو " السلوك الذي يظهر فيه الطلبة شعورهم بالملل والانسحاب، أو السرحان وعدم المشاركة في النشاطات المدرسية والأنشطة التعليمية الصفية ".

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- تقوم الباحثة بعرض مفهوم تدني الدافعية نحو التعلم، ومظاهره، وأسبابه، والآثار السلبية المترتبة عليه، على البوربوينت من خلال جهاز LCD.



رابعاً: نشاط عنترة وعبلة:

الوقت المستغرق: 10 دقائق

الهدف من النشاط:

1. بث روح المرح والترفيه لدى المشاركات.
2. رفع الحيوية والنشاط لدى المشاركات.

إجراءات النشاط:

- تقوم الباحثة بتقسيم المشاركات إلى مجموعتين.
- تقف كل مجموعة موازية للأخرى، فتسمي المجموعة الأولى عنترة والثانية عبلة.
- تطلق على جميع الطلبات (أي المجموعتين)، مسمى حصان.
- تقوم الباحثة بسرد قصة عنترة وعبلة وتطلب من كل مجموعة الجلوس والوقوف بسرعة كلما سمعت اسمها أثناء سرد القصة.
- المشاركة التي تخطئ تخرج من اللعبة، والمشاركة التي تستمر للنهاية هي الفائزة وتستحق التصفيق... وهكذا.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

خامساً: نشاط السيد عادي:

الوقت المستغرق: 15 دقيقة.

الهدف من النشاط:

1. حث المشاركات على تحديد أهدافهن في الحياة وتحقيقها.
2. إثارة دافعية المشاركات نحو تحقيق الأهداف.
3. حث المشاركات على أن يكون لهن دور فعال وواضح في هذه الحياة.

إجراءات النشاط:

- تعرض الباحثة قصة السيد عادي، الذي نشأ في أسرة عادية، ودرس في مدرسة عادية، وانتقل إلى مدرسة ثانوية عادية، وحصل على معدل عادي، ودخل جامعة عادية، بتخصص عادي، ونجح بمعدل عادي، وعمل بوظيفة عادية، وتزوج إنسانة عادية، وأنجب أطفال عاديين، وعاش عيشة عادية... إلى أن تُوفِّي وفاةً عادية.
- تناقش الباحثة الهدف من القصة مع المشاركات ومدى الاستفادة منها.

تنهي حديثها بالمقولة " **إن لم تزد شيئاً على هذه الحياة، كنت أنت زائداً عليها** ".

سادساً: إثارة الدافعية نحو التعلم:

الوقت المستغرق: 15 دقيقة.

الهدف من النشاط:

1. أن تتعرف المشاركات إلى المقترحات التي تثير الدافعية نحو التعلم.

إجراءات النشاط:

- تذكر الباحثة بعض المقولات التي تزيد من دافعية المشاركات نحو الدراسة والنجاح (لا تقل قد فشلت.. قل لم أنجح بعد)، وتناقشها مع المشاركات.
- تقوم الباحثة بالتحدث مع المشاركات عن أهمية العلم والتعليم كوسيلة للتقدم والارتقاء.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- تقوم الباحثة بحث المشاركات على التعرف إلى قدراتهن وإمكاناتهن، ومن ثم تحديد الأهداف وفق هذه الإمكانات، والعمل على تحقيقها.
- تسرد الباحثة قصص نجاح من خلال العزيمة والإرادة، لتقوية دافعية المشاركات نحو الدراسة، وتناقش المشاركات في أبعاد تلك القصص.
- تحث الباحثة المشاركات على المنافسة مع أقرانهن بقدرٍ مناسب مع مراعاة الفروق الفردية.
- تتحدث الباحثة مع المشاركات عن أهمية التدريب على الاستقلالية والاعتماد على الذات.
- توجه الباحثة انتباه المشاركات إلى ملاحظة نماذج (قدوة) من ذوي التحصيل الدراسي المرتفع وما حققوه من مكانة.
- تحث الباحثة المشاركات على إيجاد حلول تربوية لمشكلاتهن النفسية والصحية والأسرية بمساعدة المرشدة التربوية في المدرسة.
- توجه الباحثة المشاركات إلى البحث عن المواقف والأنشطة الجديدة وغير المألوفة والتي يمكن أن يستخدمن معارفهن ومهاراتهن وخبراتهن لمواجهتها، مما يوفر لهن شعوراً بالرضا والكفاءة الذاتية وبالتالي يتعمق لديهن حب الاطلاع، ليصبح من أهم الدوافع نحو التعلم.
- تنهي الباحثة الحديث بذكر بعض الآيات التي تحث على العمل والتغيير (إن الله لا يغيِّر ما بقوم حتى يغيِّروا ما بأنفسهم)، وتناقشها مع المشاركات.

سابعاً: ممارسة نشاط التأمل الاختتامي كالمعتاد في نهاية كل جلسة.

الوقت المستغرق: 5 دقائق.

ثامناً: التقييم والإنهاء:

الوقت المستغرق: 10 دقائق.

الهدف من النشاط:

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

1. تقديم تغذية راجعة لما تم تنفيذه خلال الجلسة.
2. التعرف إلى تقييم المشاركات وانطباعاتهن حول الجلسة.
3. التعرف إلى مشاعر وأفكار المشاركات بعد الجلسة.

إجراءات النشاط:

- تعطي الباحثة المجال للمشاركات في المجموعة لتقييم الجلسة، والتحدث عن مدى الاستفادة منها، وعن مشاعرها الحالية بعد انتهاء الجلسة.
- يتم اختيار أفضل مشاركة في المجموعة من حيث المشاركة والتفاعل والالتزام بقواعد الجلسة، وتسليمها جائزة التميز.
- تقوم الباحثة بتكليف المشاركات بالنشاط التالي:

س / تحدثي عن مفهوم تدني الدافعية نحو التعلم، ومظاهره، وأسبابه ؟

.....

س / تحدثي عن الحلول المقترحة لمعالجة تدني الدافعية ؟

.....

- تقوم الباحثة بإجمال ما تم تنفيذه خلال الجلسة، وشكر أفراد المجموعة على ما أظهروه أثناء الجلسة من تفاعل ومشاركة والتزام، كما تقوم بتذكيرهم بموضوع الجلسة القادمة، وموعدها وأهمية الالتزام به وعدم التأخير.

الجلسة الثانية عشر

عنوان الجلسة: التخطيط للمستقبل وتحديد الأهداف.

مدة الجلسة: 90 دقيقة.

الهدف العام للجلسة:

أن تصبح المشاركات قادرات على رسم وإعداد خطة مستقبلية لأنفسهن.

الأهداف الخاصة للجلسة:

1. أن تتعرف المشاركات إلى مفهوم التخطيط للمستقبل.
2. أن تتعرف المشاركات إلى أهمية التخطيط للمستقبل وفوائده.
3. أن تتعرف المشاركات إلى مواصفات الأهداف الجيدة.
4. أن تتعرف المشاركات إلى خطوات التخطيط الناجح.
5. إثارة دافعية المشاركات نحو تحديد الأهداف والطموحات وتحقيقها.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الأدوات المستخدمة:

جهاز حاسوب، جهاز عرض LCD، ورق بوستر، أقلام فولماستر، لاصق.

الفنيات المستخدمة:

التأمل والاسترخاء، المناقشة والحوار، السيكودراما "أسلوب الإسقاط المستقبلي"، التغذية الراجعة، الأنشطة الترفيهية، الواجبات المنزلية، التعزيز.

محتوى الجلسة:

- تبدأ الباحثة بالترحيب بأفراد المجموعة وشكرهم على الالتزام والحضور.
- تطلب الباحثة من المشاركات التعاون والتفاعل والتقيد بقواعد الجلسة أثناء تنفيذ الأنشطة المختلفة.

أولاً: ممارسة نشاط التأمل الافتتاحي كالمعتاد في بداية كل جلسة.

الوقت المستغرق: 5 دقائق.

ثانياً: مراجعة ما تم تنفيذه في الجلسة السابقة:

الوقت المستغرق: 5 دقائق.

الهدف من النشاط: تقديم تغذية راجعة لما تم تنفيذه في الجلسة السابقة.

إجراءات النشاط:

- تقوم مجموعتي التوثيق والمرايا بعرض ما تم تنفيذه في الجلسة السابقة.
- تقوم الباحثة بمناقشة النشاط البيتي مع المشاركات.
- تقوم الباحثة بتقديم تغذية راجعة ومناقشة المشاركات فيما تم تنفيذه في الجلسة السابقة.

ثالثاً: مفهوم التخطيط، أهميته، فوائده...:

الوقت المستغرق: 30 دقيقة.

الهدف من النشاط:

1. أن تتعرف المشاركات إلى مفهوم التخطيط للمستقبل.
2. أن تتعرف المشاركات إلى أهمية التخطيط للمستقبل وفوائده.
3. أن تتعرف المشاركات إلى مواصفات الأهداف الجيدة.
4. أن تتعرف المشاركات إلى خطوات التخطيط الناجح.

إجراءات النشاط:

- تقوم الباحثة بعرض صورتين على البوربوينت، الأولى لمكتب غير منظم والأخرى لمكتب منظم ومرتب، وتطلب منهن المقارنة والتحليل.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- ترسم سلماً على الورق القلاب وتضع النقطة (أ) في بداياته والنقطة (ب) في نهايته.
- تقول للمشاركات بأن النقطة (أ) تمثل الوضع الحالي لك، والنقطة (ب) تمثل الوضع الذي تتمنين أن تكوني عليه مستقبلاً.
- توجه سؤالاً للمشاركات: ماذا تحتاجين للانتقال من النقطة (أ) إلى النقطة (ب) ؟
- تستمع الباحثة إلى إجابات المشاركات إلى أن تصل إلى الإجابة الصحيحة وهي التخطيط الناجح.
- تقوم الباحثة بتقسيم أفراد المجموعة إلى ثلاث مجموعات.
- تطلب من المجموعة الأولى مناقشة مفهوم التخطيط للمستقبل، وأهميته، وتسجيل ماتم الاتفاق عليه على ورقة بوستر.
- تطلب من المجموعة الثانية مناقشة مواصفات الأهداف الجيدة، وتسجيلها على ورقة بوستر.
- تطلب من المجموعة الثالثة مناقشة خطوات التخطيط الناجح، وتسجيلها على ورقة بوستر.
- يقوم قائد كل مجموعة بعرض ما تم الاتفاق عليه بين أفراد المجموعة ومناقشته مع باقي المشاركات.
- تقوم الباحثة بمناقشة المشاركات بما تم عرضه من قبل قائد كل مجموعة.
- تقوم الباحثة بعرض مفهوم التخطيط للمستقبل، وأهميته في الوصول إلى تحقيق الأهداف، ومواصفات الأهداف الجيدة، وخطوات التخطيط الناجح، على البوربوينت من خلال جهاز عرض LCD، ومناقشة الموضوع مع المشاركات.

رابعاً: نشاط التركيز:

الوقت المستغرق: 5 دقائق.

الهدف من النشاط:

1. ضمان تركيز المشاركات.
2. حث المشاركات على التفكير في طرق بديلة للمشكلة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

3. بث روح المرح والترفيه لدى المشاركات.
4. رفع الحيوية والنشاط لدى المشاركات.

إجراءات النشاط:

- تختار الباحثة مشاركة من المشاركات لتقف وسط المجموعة.
- تقوم الباحثة بسؤالها عدة أسئلة، وعليها الإجابة دون استخدام الكلمات: آه، لا، نعم، كلا، yes،no، كما يمنع هز الرأس أو الكتف بالرفض أو القبول.
- تستمر في الأسئلة وإذا أخطأت المشاركة تختار مشاركة أخرى لتقف مكانها وتقوم هي بسؤالها... وهكذا.
- تناقش الباحثة النشاط مع المشاركات ومدى الاستفادة منه.

خامساً: نشاط تخيلي نفسك في آخر عمرك:

الوقت المستغرق: 20 دقيقة.

الهدف من النشاط:

1. إثارة دافعية المشاركات نحو تحديد الأهداف وتحقيقها.
2. حث المشاركات على أن يكون لهن دور فعال وواضح في هذه الحياة.

إجراءات النشاط:

- تطلب الباحثة من المشاركات الهدوء والاسترخاء وطرد أي أفكار خارجية.
- توجه للمشاركات كلمات بصوت هادئ كما يلي: تخيلي نفسك في آخر عمرك.. وقد بلغت من الكبر.. صحتك مازالت جيدة.. جالسة في الحديقة مع حفيدتك.. وسألتك ياجدتي ما هي انجازاتك في حياتك؟؟ ماذا تودين أن تقولي لها؟؟.. أعطي نفسك فرصة للتفكير.. ثم قولي يا ابنتي أنا أنجزت في حياتي التالي.....

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- **مثال:**
  1. أنا ألفت عشرة كتب في الأدب
  2. أنا أنشأت مؤسسة خيرية للأيتام.
  3. أنا أعددت عشرين بحثاً علمياً في مجال علم الاجتماع مثلاً.
- تعطي الباحثة المجال للمشاركات التحدث عن انجازاتهن التي تخيلنها.
- تناقش النشاط مع المشاركات، وتحثهن على وضع أهداف قابلة للتحقيق على المدى القريب، والبعيد، من أجل الوصول إلى الانجازات التي تود أن تحققها كل منهن في حياتها.

سادساً: ممارسة نشاط التأمل الاختتامي كالمعتاد في نهاية كل جلسة.

الوقت المستغرق: 5 دقائق.

سابعاً: التقييم والإنهاء:

الوقت المستغرق: 5 دقائق.

الهدف من النشاط:

1. تقديم تغذية راجعة لما تم تنفيذه خلال الجلسة.
2. التعرف إلى تقييم المشاركات وانطباعاتهن حول الجلسة.
3. التعرف إلى مشاعر وأفكار المشاركات بعد الجلسة.

إجراءات النشاط:

- تعطي الباحثة المجال للمشاركات في المجموعة لتقييم الجلسة، والتحدث عن مدى الاستفادة منها، وعن مشاعرهن الحالية بعد انتهاء الجلسة.
- يتم اختيار أفضل مشاركة في المجموعة من حيث المشاركة والتفاعل والالتزام بقواعد الجلسة، وتسليمها جائزة التميز.
- تقوم الباحثة بتكليف المشاركات بنشاط بيتي وهو كالتالي:

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

س / ما هي خطوات التخطيط الناجح ؟

.....

- تقوم الباحثة بإجمال ما تم تنفيذه خلال الجلسة، وشكر أفراد المجموعة على ما أظهروه أثناء الجلسة من تفاعل ومشاركة والتزام، كما تقوم بتذكيرهم بموضوع الجلسة القادمة، وموعدها وأهمية الالتزام به وعدم التأخير.

الجلسة الثالثة عشر

عنوان الجلسة: إعداد خطة للمستقبل الأكاديمي.

مدة الجلسة: 90 دقيقة.

الهدف العام للجلسة:

أن تصبح المشاركات قادرات على إعداد خطة مستقبلية لأنفسهن.

الأهداف الخاصة للجلسة:

1. أن تتعرف المشاركات إلى كيفية وضع أهداف أكاديمية تتناسب مع قدراتهن وميولهن.
2. أن تتعرف المشاركات إلى كيفية رسم خطة مستقبلية لتحقيق تلك الأهداف الأكاديمية.
3. إثارة دافعية المشاركات نحو تحديد الأهداف والطموحات، والعمل على تحقيقها.

الأدوات المستخدمة:

جهاز حاسوب، جهاز عرض LCD، ورق بوستر، أقلام فولماستر، لاصق.

الفنيات المستخدمة:

التأمل والاسترخاء، المناقشة والحوار، الرسم، التغذية الراجعة، الأنشطة الترفيهية، الواجبات المنزلية، التعزيز.

محتوى الجلسة:

- تبدأ الباحثة بالترحيب بأفراد المجموعة وشكرهم على الالتزام والحضور.
- تطلب الباحثة من المشاركات التعاون والتفاعل والتقيد بقواعد الجلسة أثناء تنفيذ الأنشطة المختلفة.

أولاً: ممارسة نشاط التأمل الافتتاحي كالمعتاد في بداية كل جلسة.

الوقت المستغرق: 5 دقائق.

ثانياً: مراجعة ما تم تنفيذه في الجلسة السابقة:

الوقت المستغرق: 5 دقائق.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الهدف من النشاط: تقديم تغذية راجعة لما تم تنفيذه في الجلسة السابقة.

إجراءات النشاط:

- تقوم مجموعتي التوثيق والمرايا بعرض ما تم تنفيذه في الجلسة السابقة.
- تقوم الباحثة بمناقشة النشاط البيتي مع المشاركات.
- تقوم الباحثة بتقديم تغذية راجعة ومناقشة المشاركات فيما تم تنفيذه في الجلسة السابقة.

ثالثاً: إعداد خطة للمستقبل الأكاديمي:

الوقت المستغرق: 40 دقيقة.

الهدف من النشاط:

1. أن تتعرف المشاركات إلى كيفية وضع أهداف أكاديمية تتناسب مع قدراتهن وميولهن.
2. أن تتعرف المشاركات إلى كيفية رسم خطة مستقبلية لتحقيق تلك الأهداف الأكاديمية.

إجراءات النشاط:

- تتحدث الباحثة عن أهمية رسم خطة مستقبلية لتحقيق الأهداف والطموحات.
- تتحدث الباحثة عن أهمية وضع أهداف وطموحات أكاديمية تتناسب مع قدراتهن وميولهن.
- تتحدث الباحثة عن ضرورة وضع خطة على المدى البعيد أولاً، ثم خطة على المدى الأقصر، فالأقصر، حتى تصل إلى خطة يومية.
- تقوم الباحثة بعرض نموذج لخطة مستقبلية مقترحة لطالبة في الصف الحادي عشر، ومناقشتها مع المشاركات.
- تطلب الباحثة من كل مشاركة أن تكتب على ورقة الهدف أو الطموح الأكاديمي الذي ترنو إلى تحقيقه، بحيث يمكن قياسه خلال فترة زمنية محددة.
- تطلب الباحثة من كل مشاركة أن ترسم على ورقة أخرى خطة مستقبلية زمنية من أجل تحقيق ذلك الهدف.
- ترمى الباحثة جميع الأهداف في صندوق، ثم تسحب منهم بشكل عشوائي.
- تطلب الباحثة من المشاركة التي يتم اختيار هدفها أن توضح وتعرض الخطة التي رسمتها من أجل تحقيق ذلك الهدف.
- تستمر الباحثة في ذلك حتى تنتهي جميع المشاركات وعرض أهدافهن والخطة المستقبلية التي رسمتها من أجل تحقيق ذلك الهدف.
- تناقش الباحثة النشاط مع المشاركات، ومن ثم تأخذ العهد من المشاركات على بذل أقصى جهد ممكن لتحقيق هذا الهدف والسير وفق الإستراتيجية التي وضعتها كل مشاركة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

رابعاً: نشاط الاهتزاز:

الوقت المستغرق: 5 دقائق.

الهدف من النشاط:

1. بث روح المرح والترفيه لدى المشاركات.
2. رفع الحيوية والنشاط لدى المشاركات.

إجراءات النشاط:

- تقوم الباحثة بتشغيل أي موسيقى اهتزازية نشطة.
- تطلب الباحثة من المشاركات تثبيت أقدامهن بإحكام على الأرض، ومن ثم القيام بعملية وثب لجميع الجسم فوق وتحت.
- تستمر المشاركات في هذه العملية لمدة 5 دقائق.
- تحوّل الباحثة الموسيقى الاهتزازية إلى موسيقى هادئة وتطلب من المشاركات أن يتحركن بحرية بأي طريقة مناسبة.

خامساً: ارسم نفسك:

الوقت المستغرق: 25 دقيقة.

الهدف من النشاط:

1. أن تصبح المشاركات قادرات على تقييم الذات لديهن.
2. إثارة دافعية المشاركات نحو تحديد الأهداف والعمل على تحقيقها.

إجراءات النشاط:

- توزع الباحثة ثلاث ورقات A4 على كل مشاركة من المشاركات، وأقلام رصاص، وألوان.
- تطلب من كل مشاركة أن ترسم في الورقة الأولى نفسها كما هي الآن.
- تطلب من كل مشاركة أن ترسم في الورقة الثانية نفسها كما تحب أن تكون.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- تطلب من كل مشاركة أن ترسم في الورقة الثالثة كيف ستفعل لتحصل على ماتريد.
- تعطي الباحثة الفرصة لكل مشاركة التعبير عن رسوماتها.
- تناقش الباحثة النشاط مع المشاركات وتؤكد على الجد والاجتهاد من أجل تحقيق الآمال والطموحات.

سادساً: ممارسة نشاط التأمل الاختتامي كالمعتاد في نهاية كل جلسة.

الوقت المستغرق: 5 دقائق.

سابعاً: التقييم والإنهاء:

الوقت المستغرق: 5 دقائق.

الهدف من النشاط:

1. تقديم تغذية راجعة لما تم تنفيذه خلال الجلسة.
2. التعرف إلى تقييم المشاركات وانطباعاتهن حول الجلسة.
3. التعرف إلى مشاعر وأفكار المشاركات بعد الجلسة.

إجراءات النشاط:

- تعطي الباحثة المجال للمشاركات في المجموعة لتقييم الجلسة، والتحدث عن مدى الاستفادة منها، وعن مشاعرهن الحالية بعد انتهاء الجلسة.
- يتم اختيار أفضل مشاركة في المجموعة من حيث المشاركة والتفاعل والالتزام بقواعد الجلسة، وتسليمها جائزة التميز.
- تقوم الباحثة بتكليف المشاركات بالنشاط البيتي التالي:

س / حددي لنفسك هدفاً أكاديمياً واحداً، وأعدي خطة لتحقيق ذلك الهدف ؟

.....

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- تقوم الباحثة بإجمال ما تم تنفيذه خلال الجلسة، وشكر أفراد المجموعة على ما أظهروه أثناء الجلسة من تفاعل ومشاركة والتزام، كما تقوم بتذكيرهم بموضوع الجلسة القادمة، وموعدها وأهمية الالتزام به وعدم التأخير.

الجلسة الرابعة عشر

عنوان الجلسة: اختيار التخصص المناسب.

مدة الجلسة: 90 دقيقة.

الهدف العام من الجلسة:

أن تصبح المشاركات قادرات على اختيار التخصص المناسب لقدراتهن وميولهن وفرص العمل المتاحة.

الأهداف الخاصة:

1. أن تتعرف المشاركات إلى أهمية المرحلة الدراسية الحالية، والدور المطلوب منهن في نهاية هذه المرحلة.
2. أن تتعرف المشاركات إلى المعلومات المتعلقة بالجامعات، والتخصصات، والمجالات التربوية والمهنية المتاحة.
3. أن تفرق المشاركات بين المصطلحات: الميول(الرغبات)، القدرات، الفرص المتاحة.
4. أن تصبح المشاركات قادرات على اكتشاف ميولهن وقدراتهن وتحديدها.
5. أن تتعرف المشاركات إلى الخطوات الصحيحة التي ينبغي إتباعها لاختيار التخصص المناسب.

الأدوات المستخدمة:

جهاز حاسوب، جهاز عرض LCD، ورق بوستر، أقلام فولماستر، أوراق عمل "نموذج اختيار التخصص المناسب"، لاصق.

الفنيات المستخدمة:

التأمل والاسترخاء، المناقشة والحوار، العصف الذهني، التغذية الراجعة، الأنشطة الترفيهية، الواجبات المنزلية، التعزيز.

محتوى الجلسة:

- تبدأ الباحثة بالترحيب بأفراد المجموعة وشكرهم على الالتزام والحضور.
- تطلب الباحثة من المشاركات التعاون والتفاعل والتقيد بقواعد الجلسة أثناء تنفيذ الأنشطة المختلفة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

أولاً: ممارسة نشاط التأمل الافتتاحي كالمعتاد في بداية كل جلسة.

الوقت المستغرق: دقيقتان ونصف.

ثانياً: مراجعة ما تم تنفيذه في الجلسة السابقة:

الوقت المستغرق: 5 دقائق.

الهدف من النشاط: تقديم تغذية راجعة لما تم تنفيذه في الجلسة السابقة.

إجراءات النشاط:

- تقوم مجموعتي التوثيق والمرايا بعرض ما تم تنفيذه في الجلسة السابقة.
- تقوم الباحثة بمناقشة النشاط البيتي مع المشاركات.
- تقوم الباحثة بتقديم تغذية راجعة ومناقشة المشاركات فيما تم تنفيذه في الجلسة السابقة.

ثالثاً: أهمية جمع المعلومات اللازمة لاختيار التخصص:

الوقت المستغرق: 20 دقيقة.

الهدف من النشاط:

1. أن تتعرف المشاركات إلى أهمية المرحلة الدراسية الحالية.
2. أن تتعرف المشاركات إلى الدور المطلوب منهن في نهاية المرحلة والمتمثل في اختيار التخصص المناسب الذي يحدد مهنة المستقبل.
3. أن تتعرف المشاركات إلى أهمية جمع المعلومات عن الجامعات والكليات والتخصصات المتاحة.
4. أن تتعرف المشاركات إلى المعلومات المتعلقة بالجامعات والكليات والتخصصات المتاحة.
5. أن تتعرف المشاركات إلى المعلومات المتعلقة بالمجالات التربوية والمهنية المتاحة للخريجين.

إجراءات النشاط:

- تتحدث الباحثة عن أهمية المرحلة الدراسية الحالية، وعن الدور المطلوب منهن في نهاية المرحلة والمتمثل في اختيار التخصص المناسب الذي يحدد مهنة المستقبل.
- تناقش الباحثة أهمية جمع المعلومات عن الجامعات والكليات والتخصصات المتاحة مع المشاركات من خلال طرح الأسئلة.
- تجمل إجابات المشاركات وتسجلها على اللوح القلاب، حيث أن جمع المعلومات يتيح للطلبة فرصة اختيار التخصص المناسب.
- تعرض الباحثة الجامعات الموجودة في قطاع غزة، والكليات الموجودة في كل جامعة.
- تعرض الباحثة نماذج من أدلة الجامعات، وتناقش مع المشاركات التخصصات الموجودة في كل دليل.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- تعطي الباحثة المشاركات أسماء مواقع بعض الجامعات للتعرف على التخصصات والكليات الموجودة فيها.
- تتحدث الباحثة عن المجالات المهنية المتاحة في البيئة المحلية.
- تناقش النشاط مع المشاركات وتحثهن على الاستفادة مما عرض في اختيار التخصص الحالي في المرحلة الثانوية (أدبي/علمي).

رابعاً: نشاط بر وبحر:

الوقت المستغرق: 10 دقائق.

الهدف من النشاط:

1. بث روح المرح والترفيه لدى المشاركات.
2. رفع الحيوية والنشاط لدى المشاركات.

إجراءات النشاط:

- ترسم الباحثة دائرة على الأرض بحيث يمثل البحر داخلها، والبر خارجها.
- تطلب من المشاركات الالتفاف حول الدائرة، بحيث يقفزن داخل الدائرة عند سماع كلمة بحر، وخارج الدائرة عند سماع كلمه بر.
- تعمل الباحثة على تشتيت تركيز المشاركات بين البر والبحر، والمشاركة التي تخطئ تخرج من اللعبة... وهكذا.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

خامساً: اكتشاف الميول والقدرات:

الوقت المستغرق: 25 دقيقة.

الهدف من النشاط:

1. أن تفرق المشاركات بين المصطلحات: الميول(الرغبات)، القدرات، الفرص المتاحة.
2. أن تصبح المشاركات قادرات على اكتشاف ميولهن وقدراتهن وتحديدها.

إجراءات النشاط:

- توضح الباحثة بأن اختيار التخصص المناسب يحتاج إلى التعرف على بعض المصطلحات مثل: الميول (الرغبات)، القدرات، الفرص المتاحة.
- تقوم الباحثة بتقسيم أفراد المجموعة إلى ثلاث مجموعات.
- تطلب من كل مجموعة مناقشة مفهوم المصطلحات: الميول(الرغبات)، القدرات، الفرص المتاحة، وتسجيل ماتم الاتفاق عليه من قبل أفراد المجموعة على ورقة بوستر.
- يقوم قائد كل مجموعة بعرض ما تم الاتفاق عليه من قبل أفراد المجموعة.
- تقوم الباحثة بمناقشة المشاركات بما تم عرضه من قبل قائد كل مجموعة.
- تقوم الباحثة بعرض مفهوم المصطلحات: الميول(الرغبات)، القدرات، الفرص المتاحة، على برنامج بوربوينت من خلال جهاز LCD، ومناقشته مع أفراد المجموعة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

سادساً: تحديد التخصص المناسب:

الوقت المستغرق: 20 دقيقة.

الهدف من النشاط:

1. أن تتعرف المشاركات إلى الخطوات الصحيحة اللازمة لاختيار التخصص المناسب.
2. أن تتعرف المشاركات إلى كيفية تحديد الأهداف وترتيبها حسب الأنسب.
3. أن تتعرف المشاركات إلى كيفية تطبيق نموذج اختيار التخصص المناسب.
4. أن تتعرف المشاركات إلى كيفية اتخاذ القرار والموازنة بين البدائل المطروحة.

إجراءات النشاط:

- تقوم الباحثة بتوزيع نموذج اختيار التخصص المناسب، ملحق (12)، وهو مكوّن من خمسة أعمدة: المجال، الرغبة، الفرصة، القدرة، المجموع.
- تطلب الباحثة من المشاركات تحديد جميع المجالات والتخصصات العلمية التي قد تناسبها، وتسجيلها في العمود الخاص بالمجال.
- تطلب من المشاركات وضع درجة من عشرة أمام كل مجال في كلٍ من عمود الرغبة، الفرصة، القدرة.
- تقوم المشاركات بجمع درجات كل مجال، والمجال الذي يحصل على أعلى درجة يكون هو الخيار الأنسب.
- تناقش النشاط مع المشاركات، وتحثهن على استخدامه.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

سابعاً: ممارسة نشاط التأمل الاختتامي كالمعتاد في نهاية كل جلسة.

الوقت المستغرق: دقيقتان ونصف.

ثامناً: التقييم والإنهاء:

الوقت المستغرق: 10 دقائق.

الهدف من النشاط:

1. تقديم تغذية راجعة لما تم تنفيذه خلال الجلسة.
2. التعرف إلى تقييم المشاركات وانطباعاتهن حول الجلسة.
3. التعرف إلى مشاعر وأفكار المشاركات بعد الجلسة.

إجراءات النشاط:

- تعطي الباحثة المجال للمشاركات في المجموعة لتقييم الجلسة، والتحدث عن مدى الاستفادة منها، وعن مشاعرها الحالية بعد انتهاء الجلسة.
- تَعِد الباحثة المشاركات برحلة علمية ترفيهية في نهاية البرنامج الإرشادي إلى جامعة الأقصى بخان يونس للتعرف على الكليات والتخصصات الموجودة على أرض الواقع.
- يتم اختيار أفضل مشاركة في المجموعة من حيث المشاركة والتفاعل والالتزام بقواعد الجلسة، وتسليمها جائزة التميز.
- تقوم الباحثة بتكليف المشاركات بالنشاط البيتي التالي:

س / حاولي تطبيق نموذج التخصص المناسب مرة أخرى في جو هادئ في البيت ؟

- تقوم الباحثة بإجمال ما تم تنفيذه خلال الجلسة، وشكر أفراد المجموعة على ما أظهروه أثناء الجلسة من تفاعل ومشاركة والتزام، كما تقوم بتذكيرهم بموضوع الجلسة القادمة، وموعدها وأهمية الالتزام به وعدم التأخير.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الجلسة الخامسة عشر

عنوان الجلسة: طرق المذاكرة السليمة.

مدة الجلسة: 90 دقيقة.

الهدف العام من الجلسة:

أن تتمكن المشاركات من استخدام طرق المذاكرة السليمة.

الأهداف الخاصة:

1. أن تتعرف المشاركات إلى مفهوم الذاكرة وطرق تنشيطها.
2. أن تتعرف المشاركات إلى القواعد العامة للمذاكرة السليمة.
3. أن تتعرف المشاركات إلى مراحل المذاكرة الجيدة.
4. أن تتعرف المشاركات إلى معوقات المذاكرة الجيدة.
5. أن تتعرف المشاركات إلى طرق المذاكرة المثلى.
6. أن تتعرف المشاركات إلى كيفية المذاكرة في فترة الامتحانات.
7. أن تتعرف المشاركات إلى بعض النصائح المفيدة للمذاكرة.
8. أن تتعرف المشاركات إلى بعض المشكلات الدراسية التي تواجه الطلبة.

الأدوات المستخدمة:

جهاز حاسوب، جهاز عرض LCD، اللوح القلاب، ورق بوستر، أقلام فولماستر، مطويات، ملاقط، حبل.

الفنيات المستخدمة:

التأمل والاسترخاء، المناقشة والحوار، العصف الذهني، الأنشطة الترفيهية، التغذية الراجعة، الواجبات المنزلية، التعزيز.

محتوى الجلسة:

- تبدأ الباحثة بالترحيب بأفراد المجموعة وشكرهم على الالتزام والحضور.
- تطلب الباحثة من المشاركات التعاون والتفاعل والتقيد بقواعد الجلسة أثناء تنفيذ الأنشطة المختلفة.

أولاً: ممارسة نشاط التأمل الافتتاحي كالمعتاد في بداية كل جلسة.

الوقت المستغرق: 5 دقائق.

ثانياً: مراجعة ما تم تنفيذه في الجلسة السابقة:

الوقت المستغرق: 5 دقائق.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الهدف من النشاط: تقديم تغذية راجعة لما تم تنفيذه في الجلسة السابقة.

إجراءات النشاط:

- تقوم مجموعتي التوثيق والمرايا بعرض ما تم تنفيذه في الجلسة السابقة.
- تقوم الباحثة بمناقشة النشاط البيتي مع المشاركات.
- تقوم الباحثة بتقديم تغذية راجعة ومناقشة المشاركات فيما تم تنفيذه في الجلسة السابقة.

ثالثاً: مفهوم الذاكرة:

الوقت المستغرق: 25 دقيقة.

الهدف من النشاط:

1. أن تتعرف المشاركات إلى مفهوم الذاكرة وأنواعها.
2. أن تتعرف المشاركات إلى كيفية تخزين المعلومات في الذاكرة وكيفية استرجاعها.
3. أن تتعرف المشاركات إلى أسباب النسيان.
4. أن تتعرف المشاركات إلى طرق تنشيط الذاكرة.

إجراءات النشاط:

- تطرح الباحثة على المشاركات سؤالاً: ما أسباب تدني التحصيل؟
- تستمع الباحثة لإجابات المشاركات إلى أن تصل للإجابة المتعلقة بالنشاط، وهي ضعف الذاكرة " النسيان ".
- توضح الباحثة للمشاركات أنه يتوجب علينا _ من أجل التعامل مع مشكلة النسيان _ أن نتعرف معاً على مفهوم الذاكرة وأنواعها ووظائفها وكيفية تنشيطها.
- تقوم الباحثة بمناقشة مفهوم الذاكرة وأنواعها مع أفراد المجموعة وتسجيلها على اللوح القلاب.
- تقوم الباحثة بمناقشة كيفية تخزين المعلومات في الذاكرة وكيفية استرجاعها "وظائف الذاكرة" مع أفراد المجموعة وتسجيلها على اللوح القلاب.
- تقوم الباحثة بمناقشة أسباب النسيان مع أفراد المجموعة وتسجيلها على اللوح القلاب.
- تقوم الباحثة بمناقشة طرق تنشيط الذاكرة مع أفراد المجموعة وتسجيلها على اللوح القلاب.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

رابعاً: نشاط الملاقط:

الوقت المستغرق: 10 دقائق.

الهدف من النشاط:

1. بث روح المرح والترفيه لدى المشاركات.
2. رفع الحيوية والنشاط لدى المشاركات.

إجراءات النشاط:

- تطلب الباحثة من مشاركتين في المجموعة أن تقفا في طرف القاعة، وتمسكا حبلاً بينهما.
- يتم وضع عشرين ملقط غسيل على الحبل بحيث تمثل كل خمسة ملاقط مجموعة.
- تطلب الباحثة من مشاركتين أخرتين الوقوف في الطرف الآخر من القاعة، وتمسكا حبلاً بينهما، ولكنه فارغ من الملاقط.
- تقوم باختيار أربع مشاركات وتطلب من كل مشاركة نقل خمس ملاقط بالفم إلى الحبل الآخر، بحيث تكون أيديهن إلى الخلف.
- المشاركة التي تسبق في نقل الخمس ملاقط تكون هي الفائزة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

خامساً: طرق المذاكرة المثلى:

الوقت المستغرق: 30 دقيقة.

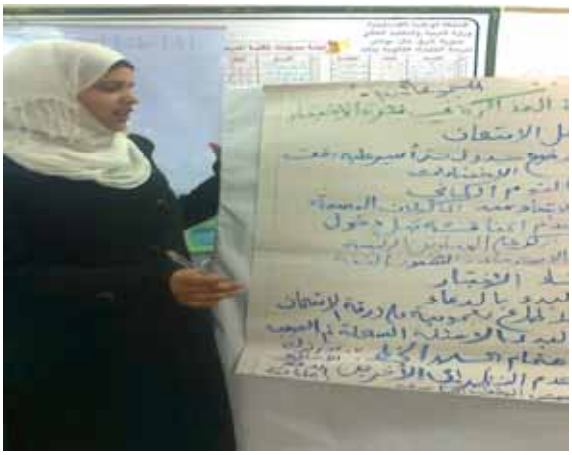
الهدف من النشاط:

1. أن تتعرف المشاركات إلى القواعد العامة للمذاكرة السليمة.
2. أن تتعرف المشاركات إلى مراحل المذاكرة الجيدة.
3. أن تتعرف المشاركات إلى معوقات المذاكرة الجيدة.
4. أن تتعرف المشاركات إلى طرق المذاكرة المثلى.
5. أن تتعرف المشاركات إلى كيفية المذاكرة في فترة الامتحانات.
6. أن تتعرف المشاركات إلى بعض النصائح المفيدة للمذاكرة.
7. أن تتعرف المشاركات إلى بعض المشكلات الدراسية التي تواجه الطلبة.

إجراءات النشاط:

- تناقش الباحثة المشاركات في أهمية المذاكرة بطرق علمية سليمة، من خلال طرح الأسئلة وتسجيل الإجابات على اللوح القلاب.
- تقوم الباحثة بتقسيم المشاركات إلى ثلاث مجموعات.
- تطلب من المجموعة الأولى مناقشة القواعد العامة للمذاكرة السليمة، ومراحل المذاكرة الجيدة، ومعوقات المذاكرة الجيدة، وتسجيل ماتم الاتفاق عليه من قبل أفراد المجموعة على ورقة بوستر.
- تطلب أن المجموعة الثانية مناقشة طرق المذاكرة المثلى، وتسجيلها على ورقة بوستر.
- تطلب من المجموعة الثالثة مناقشة كيفية المذاكرة في فترة الامتحانات، وتسجيلها على ورقة بوستر.
- يقوم قائد كل مجموعة بعرض ما تم الاتفاق عليه من قبل أفراد المجموعة.
- تقوم الباحثة بمناقشة المشاركات بما تم عرضه من قبل قائد كل مجموعة.
- تقوم بعرض الموضوع على برنامج بوربوينت من خلال جهاز LCD، ومناقشته مع أفراد المجموعة.
- تعرض الباحثة بعض النصائح المفيد للمذاكرة.
- تتحدث الباحثة عن بعض المشكلات الدراسية التي تواجه الطالبات مثل: النسيان، عدم التركيز، الشعور بالملل، عدم القدرة على فهم بعض الدروس، وتناقش المشاركات في أسبابها، والحلول والمقترحات اللازمة لمواجهتها.
- تقوم الباحثة بتوزيع مطوية بعنوان طرق المذاكرة السليمة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com



سادساً: ممارسة نشاط التأمل الاختتامي كالمعتاد في نهاية كل جلسة.

الوقت المستغرق: 5 دقائق.

سابعاً: التقييم والإنهاء:

الوقت المستغرق: 10 دقائق.

الهدف من النشاط:

1. تقديم تغذية راجعة لما تم تنفيذه خلال الجلسة.
2. التعرف إلى تقييم المشاركات وانطباعاتهن حول الجلسة.
3. التعرف إلى مشاعر وأفكار المشاركات بعد الجلسة.

إجراءات النشاط:

- تعطي الباحثة المجال للمشاركات لتقييم الجلسة، والتحدث عن مدى الاستفادة منها، وعن مشاعرها الحالية بعد انتهاء الجلسة.
- يتم اختيار أفضل مشاركة في المجموعة من حيث المشاركة والتفاعل والالتزام بقواعد الجلسة، وتسليمها جائزة التميز.
- تقوم الباحثة بتكليف المشاركات بالنشاط التالي:

س/ تحدثي عن طرق المذاكرة السليمة بإيجاز ؟

.....

.....

.....

- تقوم الباحثة بإجمال ما تم تنفيذه خلال الجلسة، وشكر أفراد المجموعة على ما أظهروه أثناء الجلسة من تفاعل ومشاركة والتزام، كما تقوم بتذكيرهم بموضوع الجلسة القادمة، وموعدها وأهمية الالتزام به، وعدم التأخير.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الجلسة السادسة عشر

عنوان الجلسة: أسلوب حل المشكلات.

مدة الجلسة: 90 دقيقة.

الهدف العام من الجلسة:

أن تتمكن المشاركات من استخدام استراتيجيات أسلوب حل المشكلات بطرق ملائمة.

الأهداف الخاصة من الجلسة:

7. أن تتعرف المشاركات إلى مفهوم المشكلة.
8. أن تتعرف المشاركات إلى أهداف أسلوب حل المشكلات وخطواته.
9. أن تتعرف المشاركات إلى كيفية صياغة المشكلة وتحديد أسبابها.
10. أن تتعرف المشاركات إلى كيفية جمع المعلومات.
11. أن تتعرف المشاركات إلى كيفية توليد البدائل.
12. أن تتعرف المشاركات إلى كيفية موازنة الأبدال (اختيار البدائل المناسبة لحل المشكلة).

الأدوات المستخدمة:

جهاز حاسوب، جهاز عرض LCD، ورق بوستر، أقلام فولماستر، أوراق عمل "نموذج موازنة الأبدال"، لاصق.

الفنيات المستخدمة:

التأمل والاسترخاء، المناقشة والحوار، العصف الذهني، التغذية الراجعة، التعزيز، الواجبات المنزلية.

محتوى الجلسة:

- تبدأ الباحثة بالترحيب بأفراد المجموعة وشكرهم على الالتزام والحضور.
- تطلب الباحثة من المشاركات التعاون والتفاعل والتقيد بقواعد الجلسة أثناء تنفيذ الأنشطة المختلفة.

أولاً: ممارسة نشاط التأمل الافتتاحي كالمعتاد في بداية كل جلسة.

الوقت المستغرق: 5 دقائق.

ثانياً: مراجعة ما تم تنفيذه في الجلسة السابقة:

الوقت المستغرق: 5 دقائق.

الهدف من النشاط: تقديم تغذية راجعة لما تم تنفيذه في الجلسة السابقة.

إجراءات النشاط:

- تقوم مجموعتي التوثيق والمرايا بعرض ما تم تنفيذه في الجلسة السابقة.
- تقوم الباحثة بمناقشة النشاط البيتي مع المشاركات.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- تقوم الباحثة بتقديم تغذية راجعة ومناقشة المشاركات فيما تم تنفيذه في الجلسة السابقة.

ثالثاً: تعريف المشكلة والأساليب المستخدمة في حلها:

الوقت المستغرق: 20 دقيقة.

الهدف من النشاط:

1. أن تتعرف المشاركات إلى أهمية استخدام أسلوب حل المشكلات.
2. أن تتعرف المشاركات إلى مفهوم المشكلة.
3. أن تتعرف المشاركات إلى أهداف أسلوب حل المشكلات.
4. أن تتعرف المشاركات إلى خطوات أسلوب حل المشكلات.

إجراءات النشاط:

- تتحدث الباحثة عن أهمية التدريب على أسلوب حل المشكلات.
- توضح الباحثة للمشاركات أهمية التعرف إلى أهداف أسلوب حل المشكلات وخطواته.
- تقوم الباحثة بتقسيم المشاركات إلى 3 مجموعات.
- تطلب من المجموعة الأولى مناقشة مفهوم المشكلة وتسجيله على ورقة بوستر.
- تطلب أن المجموعة الثانية مناقشة أهداف أسلوب حل المشكلات وتسجيلها على ورقة بوستر.
- تطلب من المجموعة الثالثة مناقشة خطوات أسلوب حل المشكلات وتسجيلها على ورقة بوستر.
- يقوم قائد كل مجموعة بعرض ما تم الاتفاق عليه بين أفراد المجموعة ومناقشته مع باقي المشاركات.
- تقوم الباحثة بمناقشة المشاركات بما تم عرضه.
- تقوم الباحثة بعرض الموضوع على البوربوينت من خلال جهاز عرض LCD.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

رابعاً: صياغة المشكلة وتحديد أسبابها:

الوقت المستغرق: 10 دقائق.

الهدف من النشاط:

1. أن تتعرف المشاركات إلى كيفية تحديد المشكلة بدقة وصياغتها.
2. أن تتعرف المشاركات إلى كيفية تحديد الأسباب التي تؤدي إلى ظهور المشكلة.

إجراءات النشاط:

- تسرد الباحثة القصة التالية للمشاركات: سناء طالبة في الصف الحادي عشر علوم، التحقت بناء على رغبة أسرتها وزميلاتها، وبالتالي فهي تحصل على درجات منخفضة في المواد العلمية، بينما تحصل على درجات جيدة في المواد الأدبية.
- توجه الباحثة للمشاركات السؤال التالي: س/ كيف يمكن تحديد صياغة مشكلة سناء بدقة ؟
- تستمع الباحثة إلى إجابات المشاركات وتجملها في أن مشكلة سناء هي عدم التكيف الدراسي.
- توجه الباحثة للمشاركات سؤال أخر وهو: س/ ما هي الأسباب التي أدت إلى ظهور المشكلة عند سناء ؟
- تستمع الباحثة إلى إجابات المشاركات وتجملها في الأسباب التالية:
  1. عدم اختيار التخصص الذي يتناسب مع قدراتها وميولها.
  2. الاعتماد في آرائها على الآخرين.

خامساً: نشاط العقدة البشرية:

الوقت المستغرق: 5 دقائق.

الهدف من النشاط:

1. إضفاء جو من المرح والسرور بين المشاركات.
2. رفع الحيوية والنشاط لدى المشاركات.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

3. أن تصبح المشاركات قادرات على ابتكار خطط لحل المشكلات.
4. أن تدرك المشاركات أهمية الوحدة والتعاون في مواجهة وحل المشكلات.

إجراءات النشاط:

- تطلب الباحثة من أفراد المجموعة الإمساك بأيدي بعضهم البعض بشكل دائري، بحيث تكون وجوههم تجاه الدائرة من الداخل، مشكِّلين بذلك سلسلة أو عقدة بشرية.
- تطلب الباحثة من أفراد المجموعة أن يفكروا في طريقة تجعل وجوههم تجاه الدائرة من الخارج دون أن يفلتوا أيديهم، بحيث تكون أيديهم وهم تجاه خارج الدائرة هي نفسها وهم تجاه داخل الدائرة.
- تعطي الباحثة الوقت الكافي للمشاركات لتغيير اتجاه العقدة.

سادساً: مهارة جمع المعلومات:

الوقت المستغرق: 10 دقائق.

الهدف من النشاط:

1. أن تتعرف المشاركات إلى أهمية جمع المعلومات.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

2. أن تتعرف المشاركات إلى مصادر جمع المعلومات.

إجراءات النشاط:

- تتحدث الباحثة عن مهارة جمع المعلومات المتعلقة بالمشكلة، وأهميتها في الوصول إلى الحل، كما تؤكد بأنه كلما زادت المعلومات كلما زاد احتمال الوصول إلى عدد كبير من البدائل، وبالتالي الوصول إلى حل أفضل.
- توجه الباحثة للمشاركات السؤال التالي: س/ أذكري أهمية جمع المعلومات ؟
- تستمع الباحثة إلى إجابات المشاركات وتسجل الإجابات الصحيحة على اللوح القلاب.
- توجه الباحثة للمشاركات سؤالاً آخر: س/ أذكري مصادر جمع المعلومات ؟
- تستمع الباحثة إلى إجابات المشاركات وتسجل الإجابات الصحيحة على اللوح القلاب.

سابعاً: مهارة توليد البدائل:

الوقت المستغرق: 10 دقائق.

الهدف من النشاط:

1. أن تتعرف المشاركات إلى فكرة أو مفهوم توليد البدائل.
2. أن تتعرف المشاركات إلى كيفية توليد البدائل.
3. أن تتعرف المشاركات إلى كيفية توظيف المعلومات والاستفادة منها في وضع أكبر عدد ممكن من الحلول للمشكلة.

إجراءات النشاط:

- تتحدث الباحثة عن مهارة توليد البدائل، وهي أن تأتي بأكبر قدر ممكن من الأفكار والحلول حول المشكلة الواحدة.
- تشرح الباحثة أهمية توظيف المعلومات التي تم جمعها والاستفادة منها في وضع أكبر عدد ممكن من البدائل والحلول للمشكلة.
- توضح الباحثة أهمية التوصل إلى عدد كبير من الحلول أو البدائل حول مشكلة واحدة، والتي تكمن في زيادة احتمال الوصول إلى أفضل الحلول والبدائل وأكثرها ايجابية لحل المشكلة.
- تطرح الباحثة مشكلة سعاد وهي طالبة في الصف العاشر، تشكو من إحدى معلماتها، حيث تصفها بصفات غير مقبولة أمام زميلاتها في غرفة الفصل، مما يسبب لها الضيق، حتى أصبحت في الفترة الأخيرة تسرح كثيراً في غرفة الفصل، وتهمل دراستها وواجباتها.
- تطرح الباحثة على المشاركات السؤال التالي: س/ ما هي الأشياء التي يمكن أن تقوم بها سعاد لحل المشكلة؟ أذكري أكبر عدد ممكن من البدائل ؟

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- تعطي الباحثة الفرصة للمشاركات للتفكير في البدائل وعرضها، فتقوم بتسجيلها على اللوح القلاب دون انتقاء أو تقويم ولنفترض أنها كالتالي:
  - ✓ اجتهاد الطالبة في دراستها لتنال رضا معلمتها.
  - ✓ تحسين علاقتها مع المعلمة.
  - ✓ التوجه إلى المرشدة في المدرسة لتتحدث مع المعلمة.
  - ✓ الرد على المعلمة بنفس الأسلوب لتشعر بالإهانة التي تشعر بها الطالبة.
  - ✓ التوجه إلى مديرة المدرسة لتشكو لها معاملة المعلمة السيئة.
  - ✓ تقديم شكوى رسمية لمديرية التربية والتعليم.
- تؤكد الباحثة أهمية توليد البدائل في الوصول إلى الحل، وأنه كلما زادت البدائل، كلما زاد احتمال الوصول إلى حل أفضل.

ثامناً: موازنة الأبدال (اختيار الحل المناسب):

الوقت المستغرق: 10 دقائق.

الهدف من النشاط:

1. أن تتعرف المشاركات إلى مفهوم موازنة الأبدال.
2. أن تتعرف المشاركات إلى كيفية تقويم البدائل واستبعاد البدائل السلبية أو غير المجدية.
3. أن تتعرف المشاركات إلى كيفية اختيار البديل المناسب.

إجراءات النشاط:

- تتحدث الباحثة عن مهارة موازنة الأبدال، وهى اختيار أحد البدائل التي تم توليدها في خطوات سابقة، وذلك من خلال موازنة الايجابيات والسلبيات لكل بديل، إضافة إلى تقويم احتمالية نجاح كل بديل، ومدى التفضيل أو الميل الشخصي لذلك البديل.
- تذكّر الباحثة المشاركات بقصة سعاد التي تم عرضها في النشاط السابق.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- تعرض نموذج موازنة الأبدال، ملحق (13)، وتسجل فيه البدائل التي تم طرحها في مشكلة سعاد.
- تبدأ الباحثة بمناقشة المشاركات في البديل الأول، وتسجل على النموذج ايجابياته وسلبياته، كما تسجل نسبة نجاح البديل ونسبة الميل الشخصي له، وهكذا حتى نهاية جميع البدائل.
- يتم اختيار البديل الذي حصل على أعلى نسبة، ويكون هو بمثابة الحل الأفضل للمشكلة.

هذا مثال لنموذج موازنة الأبدال ويتضح من خلاله أن البديل الأول هو من حصل على أعلى الدرجات وبالتالي تنصح سعاد باستخدامه من أجل التخلص من مشكلتها.

تاسعاً: ممارسة نشاط التأمل الاختتامي كالمعتاد في نهاية كل جلسة.

الوقت المستغرق: 5 دقائق.

عاشراً: التقييم والإنهاء:

الوقت المستغرق: 10 دقائق.

الهدف من النشاط:

1. تقديم تغذية راجعة لما تم تنفيذه خلال الجلسة.
2. التعرف إلى تقييم المشاركات وانطباعاتهن حول الجلسة.
3. التعرف إلى مشاعر وأفكار المشاركات بعد الجلسة.

إجراءات النشاط:

- تعطي الباحثة المجال للمشاركات في المجموعة لتقييم الجلسة، والتحدث عن مدى الاستفادة منها، وعن مشاعرها الحالية بعد انتهاء الجلسة.
- يتم اختيار أفضل مشاركة في المجموعة من حيث المشاركة والتفاعل والالتزام بقواعد الجلسة، وتسليمها جائزة التميز.
- تقوم الباحثة بتكليف المشاركات بالنشاط التالي:

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

"يتشاجر أبي وأمي كثيراً، وأحيانا يقوم أبي بضرب أمي وشتمها، ما يؤثر سلباً على دراستي وعلاقاتي بالآخرين " حددي المشكلة، وضعي البدائل الممكنة، واختاري البديل أو الحل المناسب لمواجهة المشكلة ؟

- تقوم الباحثة بإجمال ما تم تنفيذه خلال الجلسة، وشكر أفراد المجموعة على ما أظهروه أثناء الجلسة من تفاعل ومشاركة والتزام، كما تقوم بتذكيرهم بموضوع الجلسة القادمة، وموعدها وأهمية الالتزام به وعدم التأخير.

الجلسة السابعة عشر

عنوان الجلسة: إدارة الوقت.

مدة الجلسة: 90 دقيقة.

الهدف العام من الجلسة:

أن تصبح المشاركات قادرات على استخدام مهارة إدارة الوقت.

الأهداف الخاصة للجلسة:

1. أن تتعرف المشاركات إلى مفهوم إدارة الوقت وخصائصه.
2. أن تتعرف المشاركات إلى أهمية الوقت وفوائد تنظيمه.
3. أن تتعرف المشاركات إلى مضيّعات الوقت، ومعوقات تنظيمه.
4. أن تتعرف المشاركات إلى خطوات تنظيم الوقت، والأمور التي تساعد في تنظيمه.
5. أن تتعرف المشاركات إلى طرق إدارة الوقت بفاعلية.

الأدوات المستخدمة:

جهاز حاسوب، جهاز عرض LCD، ورق بوستر، أقلام فولماستر، لاصق

الفنيات المستخدمة:

التأمل والاسترخاء، المناقشة والحوار، العصف الذهني، لعب الأدوار، التغذية الراجعة، الأنشطة الترفيهية، الواجبات المنزلية، التعزيز.

محتوى الجلسة:

- تبدأ الباحثة بالترحيب بأفراد المجموعة وشكرهم على الالتزام والحضور.
- تطلب الباحثة من المشاركات التعاون والتفاعل والتقيد بقواعد الجلسة أثناء تنفيذ الأنشطة المختلفة.

أولاً: ممارسة نشاط التأمل الافتتاحي كالمعتاد في بداية كل جلسة.

الوقت المستغرق: 5 دقائق.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ثانياً: مراجعة ما تم تنفيذه في الجلسة السابقة:

الوقت المستغرق: 5 دقائق.

الهدف من النشاط: تقديم تغذية راجعة لما تم تنفيذه في الجلسة السابقة.

إجراءات النشاط:

- تقوم مجموعتي التوثيق والمرايا بعرض ما تم تنفيذه في الجلسة السابقة.
- تقوم الباحثة بمناقشة النشاط البيتي، وتبدي الملاحظات حول الأخطاء الشائعة في تحديد المشكلة ووضع البدائل واختيار البديل الأنسب.
- تقوم الباحثة بتقديم تغذية راجعة ومناقشة المشاركات فيما تم تنفيذه في الجلسة السابقة.

ثالثاً: مفهوم إدارة الوقت.. خصائصه.. أهميته.. فوائد تنظيمه:

الوقت المستغرق: 20 دقيقة.

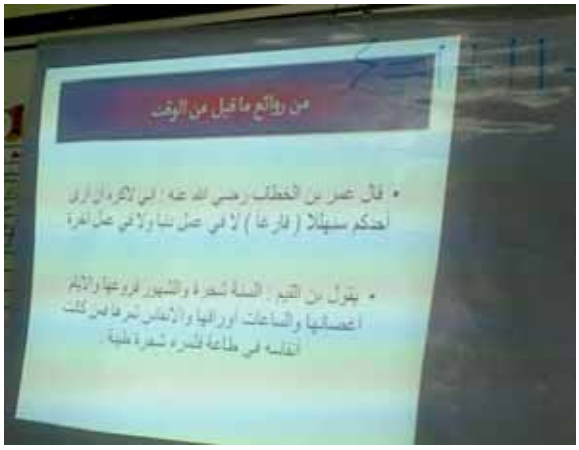
الهدف من النشاط:

1. أن تتعرف المشاركات إلى مفهوم الوقت.
2. أن تتعرف المشاركات إلى خصائص الوقت.
3. أن تتعرف المشاركات إلى أهمية الوقت.
4. أن تتعرف المشاركات إلى مفهوم إدارة الوقت.
5. أن تتعرف المشاركات إلى فوائد تنظيم الوقت.

إجراءات النشاط:

- تستهل الباحثة حديثها بذكر الأحاديث النبوية الشريفة التي تحث على استغلال الوقت؛ عن الرسول صلى الله عليه وسلم قال " **لا تزول قدما عبد يوم القيامة حتى يسأل عن أربع: عن عمره فيما أفناه، وعن علمه ماذا عمل فيه، وعن ماله من أين اكتسبه، وفيما أنفقه، وعن جسمه فيما أبلاه** " (صححه الألباني)، " **نعمتان مغبون فيهما كثير من الناس، الصحة والفراغ** " (رواه البخاري).
- تقوم الباحثة بمناقشة مفهوم الوقت، وخصائصه، وأهميته، ومفهوم إدارة الوقت، وفوائد تنظيمه من خلال طرح الأسئلة على المشاركات، والاستماع إلى إجابات البعض منهن، ومن ثم تسجيلها على اللوح القلاب.
- توضح الباحثة أن إدارة الوقت هي " الطرق والوسائل التي تعين الفرد على الاستفادة القصوى من وقته في تحقيق أهدافه وخلق التوازن في حياته ما بين الواجبات والرغبات والأهداف ".
- تقوم الباحثة بعرض الموضوع على برنامج بوربوينت من خلال جهاز عرض LCD، ومناقشته مع أفراد المجموعة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com



رابعاً: نشاط اسألي نفسك.

الوقت المستغرق: 10 دقائق.

الهدف من النشاط:

1. حث المشاركات على الحديث الايجابي للذات.
2. حث المشاركات على البدء في تنظيم الوقت واستغلاله.

إجراءات النشاط:

- تقوم الباحثة بتوزيع التمرين على المشاركات وهو كالتالي:

اسألي نفسك هذه الأسئلة عن يومك وأمسك وغدك.

- ❖ **س/ هل أجعل حاضري مريراً بالتطلع إلى الأشياء التي حدثت في الماضي، وانقضت مع مرور الزمن ؟؟**
- ❖ **س/ هل أستيقظ في الصباح وقد صممت على استغلال النهار، والإفادة القصوى من الساعات المقبلة ؟؟**
- ❖ **س/ هل أستفيد من الحياة إذا عشت دقائق يومي ؟؟**
- ❖ **س/ متى سأبدأ في تنظيم وقتي وحياتي؟ الأسبوع المقبل؟؟ في الغد؟؟ أم اليوم ؟؟**

- تطلب من المشاركات قراءة التمرين والإجابة على الأسئلة بنعم أو لا، على أن تحتفظ كل مشاركة بالإجابة لنفسها.
- تقوم الباحثة بمناقشة النشاط مع المشاركات، ومدى قدرته على التأثير في طريقة تفكيرهن، ونوع سلوكهن في الحاضر والمستقبل.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

خامساً: مضيّعات الوقت:

الوقت المستغرق: 15 دقيقة.

الهدف من النشاط:

1. أن تتعرف المشاركات إلى مضيّعات الوقت، ومعوقات تنظيمه.
2. أن تتعرف المشاركات إلى كيفية مواجهة مضيّعات الوقت.

إجراءات النشاط:

- تستهل الباحثة حديثها بقول ابن القيم رحمه الله " إضاعة الوقت أشد من الموت، لأن إضاعة الوقت يقطعك عن الله والدار الآخرة، والموت يقطعك عن الدنيا وأهلها ".
- تناقش الباحثة مضيعات الوقت مع المشاركات.
- تقوم بتسجيلها على ورقة بوستر وتعليقها أمام المشاركات وهى كالتالي:
  - ✓ الزيارات المفاجئة.
  - ✓ الاتصالات الهاتفية غير المنتجة.
  - ✓ التسويف أو التأجيل بأعذار واهية.
  - ✓ الإصغاء غير الجيد.
  - ✓ الأهداف غير الواضحة.
  - ✓ المعلومات الضعيفة.
  - ✓ عدم القدرة على قول لا.
  - ✓ انخفاض الروح المعنوية.
  - ✓ الجلوس الطويل وغير المجدي أمام الحاسوب والتلفاز.
  - ✓ ساعات النوم لطويلة.
- تطلب الباحثة من المشاركات بأن تتبنى كل مشاركتين واحدة من مضيعات الوقت، بحيث تقوم إحداهما بتمثيلها أمام المشاركات وتقوم الأخرى بتمثيل كيفية التخلص منها والتغلب عليها.
- بعد كل عرض تقوم الباحثة بمناقشة الطرق الصحيحة التي استخدمت للتخلص من مضيعات الوقت وتعزيزها، ومناقشة الطرق الخاطئة، وتقديم التغذية الراجعة المناسبة.
- **مثال:** كوني قادرة على قول لا.
- من الوسائل التي تمكنك من قول لا دون الإساءة للآخرين.
  - ✓ قولي لا بتأدب وبصوت غير مرتفع ولا منفر.
  - ✓ قولي لا مع ذكر البدائل.
  - ✓ قولي لا بعد ذكر المبررات وأسباب الرفض.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

سادساً: نشاط آه – لا:

الوقت المستغرق: 5 دقائق.

الهدف من النشاط:

1. بث روح المرح والترفيه لدى المشاركات.
2. رفع الحيوية والنشاط لدى المشاركات.
3. التفريغ الانفعالي.

إجراءات النشاط:

- تقوم الباحثة بتقسيم المشاركات إلى مجموعتين.
- تقف كل مجموعة موازية للأخرى، بحيث تكون كل مشاركتين تقفان مقابل بعضهما.
- تطلب الباحثة من المجموعة الأولى أن تصرخ بصوت عال وتستمر في قول آه، ومن المجموعة الثانية أن تصرخ وتستمر في قول لا.
- بعد قليل تقوم باستبدالهم فالمجموعة التي كانت تقول آه تبدأ بقول لا، والمجموعة التي كانت تقول لا تبدأ بقول آه.
- تقوم الباحثة بمناقشة أهداف النشاط مع المشاركات، وتطلب من كل مشاركة الحديث عن شعورها أثناء النشاط ومدى إحساسها بالتفريغ الانفعالي أثناء تنفيذه.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

سابعاً: طرق إدارة الوقت:

الوقت المستغرق: 20 دقيقة.

الهدف من النشاط:

1. أن تتعرف المشاركات إلى قواعد إدارة الوقت.
2. أن تتعرف المشاركات إلى خطوات إدارة الوقت.
3. أن تتعرف المشاركات إلى كيفية استغلال الوقت بفاعلية.

إجراءات النشاط:

- تتحدث الباحثة عن أهمية إدارة الوقت واستغلاله بفاعلية.
- تقوم الباحثة بتقسيم أفراد المجموعة إلى ثلاث مجموعات.
- تطلب من المجموعة الأولى مناقشة قواعد إدارة الوقت، وتسجيل ما تم الاتفاق عليه على ورقة بوستر.
- تطلب من المجموعة الثانية مناقشة خطوات إدارة الوقت، وتسجيل ما تم الاتفاق عليه على ورقة بوستر.
- تطلب من المجموعة الثالثة مناقشة كيفية استغلال الوقت بفاعلية، وتسجيل ما تم الاتفاق عليه على ورقة بوستر.
- يقوم قائد كل مجموعة بعرض ما تم الاتفاق عليه بين أفراد المجموعة ومناقشته مع باقي المشاركات.
- تقوم الباحثة بمناقشة المشاركات بما تم عرضه من قبل أفراد المجموعات.
- تقوم الباحثة بعرض الموضوع على برنامج بوربوينت من خلال جهاز عرض LCD، ومناقشته مع أفراد المجموعة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ثامناً: ممارسة نشاط التأمل الاختتامي كالمعتاد في نهاية كل جلسة.

الوقت المستغرق: 5 دقائق.

تاسعاً: التقييم والإنهاء:

الوقت المستغرق: 5 دقائق.

الهدف من النشاط:

1. تقديم تغذية راجعة لما تم تنفيذه خلال الجلسة.
2. التعرف إلى تقييم المشاركات وانطباعاتهن حول الجلسة.
3. التعرف إلى مشاعر وأفكار المشاركات بعد الجلسة.

إجراءات النشاط:

- تعطي الباحثة المجال للمشاركات لتقييم الجلسة، والتحدث عن مدى الاستفادة منها، وعن مشاعرها الحالية بعد انتهاء الجلسة.
- يتم اختيار أفضل مشاركة في المجموعة من حيث المشاركة والتفاعل والالتزام بقواعد الجلسة، وتسليمها جائزة التميز.
- تقوم الباحثة بتكليف المشاركات بالنشاط البيتي التالي:

س / تحدثي عن مضيعات الوقت وكيفية السيطرة عليها ؟

.....

.....

.....

- تقوم الباحثة بإجمال ما تم تنفيذه خلال الجلسة، وشكر أفراد المجموعة على ما أظهروه أثناء الجلسة من تفاعل ومشاركة والتزام، كما تقوم بتذكيرهم بموضوع الجلسة القادمة، وموعدها وأهمية الالتزام به وعدم التأخير.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الجلسة الثامنة عشر

عنوان الجلسة: التفاؤل والأمل.

مدة الجلسة: 90 دقيقة.

الهدف العام للجلسة:

بث روح التفاؤل والأمل في نفوس المشاركات.

الأهداف الخاصة للجلسة:

1. أن تتعرف المشاركات إلى مفهومي التفاؤل والأمل، وتأثيرهما الإيجابي في حياة الأفراد.
2. أن تتعرف المشاركات إلى مفهومي التشاؤم واليأس، وتأثيرهما السلبي في حياة الأفراد.
3. أن تتخلص المشاركات من حالة التشاؤم واليأس.
4. أن تصبح المشاركات أكثر تفاؤلاً في الحياة.

الأدوات المستخدمة:

جهاز حاسوب، جهاز عرض LCD، ورق بوستر، أقلام فولماستر، لاصق.

الفنيات المستخدمة:

التأمل والاسترخاء، المناقشة والحوار، النمذجة، التغذية الراجعة، الأنشطة الترفيهية، الواجبات المنزلية، التعزيز.

محتوى الجلسة:

- تبدأ الباحثة بالترحيب بأفراد المجموعة وشكرهم على الالتزام والحضور.
- تطلب الباحثة من المشاركات التعاون والتفاعل والتقيد بقواعد الجلسة أثناء تنفيذ الأنشطة المختلفة.

أولاً: ممارسة نشاط التأمل الافتتاحي كالمعتاد في بداية كل جلسة.

الوقت المستغرق: 5 دقائق.

ثانياً: مراجعة ما تم تنفيذه في الجلسة السابقة:

الوقت المستغرق: 10 دقائق.

الهدف من النشاط: تقديم تغذية راجعة لما تم تنفيذه في الجلسة السابقة.

إجراءات النشاط:

- تقوم مجموعتي التوثيق والمرايا بعرض ما تم تنفيذه في الجلسة السابقة.
- تقوم الباحث بمناقشة النشاط البيتي مع المشاركات.
- تقوم الباحثة بتقديم تغذية راجعة ومناقشة المشاركات فيما تم تنفيذه في الجلسة السابقة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ثالثاً: مفهوم التفاؤل والأمل:

الوقت المستغرق: 30 دقيقة.

الهدف من النشاط:

1. أن تتعرف المشاركات إلى مفهومي التفاؤل والأمل، وتأثيرهما الإيجابي في حياة الأفراد.
2. أن تتعرف المشاركات إلى مفهومي التشاؤم واليأس، وتأثيرهما السلبي في حياة الأفراد.

إجراءات النشاط:

- تعرض الباحثة صورتين إحداهما لوجه يائس حزين، والأخرى لوجه مبتسم.
- تطلب الباحثة من المشاركات المقارنة بين الصورتين، والتعبير عن كل منهما بكلمة واحدة.
- تقوم الباحثة بتسجيل إجابات المشاركات على اللوح القلاب إلى أن يصلن إلى عنوان الموضوع، وهو التفاؤل والأمل.
- تقوم الباحثة بتقسيم أفراد المجموعة إلى ثلاث مجموعات.
- تطلب من كل مجموعة المقارنة بين مفهومي التفاؤل والتشاؤم، وكذلك المقارنة بين مفهومي الأمل واليأس، وتأثير كلٍ منهم على حياة الأفراد، ومن ثم تسجيل ما تم الاتفاق عليه من قبل أفراد المجموعة على ورقة بوستر.
- يقوم كل قائد مجموعة بعرض ما تم الاتفاق عليه من قبل أفراد المجموعة.
- تقوم الباحثة بعرض مفهومي التفاؤل والتشاؤم، ومفهومي الأمل واليأس، وتأثير كلٍ منهم على حياة الأفراد، على برنامج البوربوينت من خلال جهاز LCD، ومناقشة الموضوع مع أفراد المجموعة.

رابعاً: نشاط القائد الخفي:

الوقت المستغرق: 10 دقائق.

الهدف من النشاط:

1. بث روح المرح والترفيه لدى المشاركات.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

2. رفع الحيوية والنشاط لدى المشاركات.

إجراءات النشاط:

- تجلس الباحثة والمشاركات على شكل دائرة، وتطلب من إحداهن الخروج إلى خارج القاعة.
- تتفق مع المشاركات على اختيار مشاركة أخرى لتقوم بدور القائد الخفي، لتقوم بتأدية مجموعة من الحركات مثل التصفيق، أو رفع اليدين، أو الدوران.... وتلتزم باقي المشاركات بتقليد هذه الحركات التي يقوم بها القائد الخفي (المايسترو).
- تنادي الباحثة على المشاركة الموجودة خارج القاعة من أجل معرفة القائد الخفي الذي يقوم بتغيير الحركات ويوجِّه باقي المشاركات، بحيث تعطى هذه المشاركة ثلاث محاولات للتعرف على القائد الخفي.
- في حالة معرفتها للقائد الخفي تأخذ مكانه ويخرج القائد ليتم تعيين قائد خفي جديد.
- في حالة عدم معرفتها للقائد الخفي واستنفاذ المحاولات الثلاث يتم توجيه سؤال أو فزوره لها، أو يطلب منها تأدية عمل ما، كأن تحكي نكتة أو تقلد شيء معين... وهكذا.

خامساً: قصة أمل:

الوقت المستغرق: 20 دقيقة.

الهدف من النشاط:

1. بث الأمل والتفاؤل والإيمان بقدرة الله سبحانه وتعالى على التغيير في نفوس المشاركات.
2. الاقتداء ببطلة القصة ومواجهة الظروف (الذاتية والبيئية) المعيقة لتحقيق الأهداف والطموحات.

إجراءات النشاط:

- تقوم الباحثة بسرد قصة الطفلة أمل التي كانت تعيش ظروف اقتصادية صعبة وكانت والدتها مريضة، تتكون أسرتها من ثلاث أخوات وأخ وكانت هي الابنة الكبرى، وبالتالي كانت تتحمل

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

مسؤولية عمل المنزل وتربية إخوتها الصغار، كما كانت تذهب مع أبيها لمساعدته في عمله، حيث كان يعمل مزارع في الأراضي الزراعية، ورغم ذلك لم يصل التشاؤم أو اليأس إلى قلبها، بل كان الأمل والتفاؤل رفيق دربها، فوضعت هدفاً أمام عينيها تود تحقيقه وهو الحصول على الشهادة الجامعية، وبالتالي وضعت خطة للوصول إلى ذلك الهدف: نظمت وقتها، اجتهدت في دروسها، تحملت جميع الصعاب، واجهت ظروفها الاقتصادية والأسرية..... وبالفعل مرت الأيام والسنون حتى حصلت على شهادتها الجامعية، وعملت معلمة في إحدى المدارس، وبالتالي فهي استطاعت تحقيق أهدافها وطموحاتها، من خلال التخطيط والجد والاجتهاد والأمل.

- تناقش الباحثة القصة مع المشاركات، من أجل التعرف على أبعاد القصة والهدف منها.
- تتحدث الباحثة عن قدرة الله سبحانه وتعالى على تغيير وتحسين ظروف الإنسان مهما صعبت، وبالتالي يجب على الإنسان ألا ييأس من رحمة الله، بل يواجه معارك الحياة بالإيمان والصبر والعمل، حتى يحقق جميع طموحاته وأحلامه.
- تعطي الباحثة المجال لأفراد المجموعة لسرد قصص مماثلة قد شاهدوها أو عايشوها في الواقع.

سادساً: ممارسة نشاط التأمل الاختتامي كالمعتاد في نهاية كل جلسة.

الوقت المستغرق: 5 دقائق.

سابعاً: التقييم والإنهاء:

الوقت المستغرق: 10 دقائق.

الهدف من النشاط:

1. تقديم تغذية راجعة لما تم تنفيذه خلال الجلسة.
2. التعرف إلى تقييم المشاركات وانطباعاتهن حول الجلسة.
3. التعرف إلى مشاعر وأفكار المشاركات بعد الجلسة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

إجراءات النشاط:

- تعطي الباحثة المجال للمشاركات لتقييم الجلسة، والتحدث عن مدى الاستفادة منها، وعن مشاعرها الحالية بعد انتهاء الجلسة.
- يتم اختيار أفضل مشاركة في المجموعة من حيث المشاركة والتفاعل والالتزام بقواعد الجلسة، وتسليمها جائزة التميز.
- تقوم الباحثة بتكليف المشاركات بنشاط بيتي وهو كالتالي:

س / عرفي مفهومي التفاؤل والأمل، وتأثيرهما الإيجابي في حياة الأفراد ؟

.....

س / عرفي مفهومي التشاؤم واليأس، وتأثيرهما السلبي في حياة الأفراد ؟

.....

- تقوم الباحثة بإجمال ما تم تنفيذه خلال الجلسة، وشكر أفراد المجموعة على ما أظهروه أثناء الجلسة من تفاعل ومشاركة والتزام، كما تقوم بتذكيرهم بموضوع الجلسة القادمة، وموعدها وأهمية الالتزام به وعدم التأخير.

الجلسة التاسعة عشر

عنوان الجلسة: تقويم البرنامج الإرشادي وإنهاؤه.

مدة الجلسة: 90 دقيقة.

الهدف العام من الجلسة:

الوقوف على مدى تحقيق أهداف البرنامج الإرشادي العامة والخاصة، وإنهاؤه.

الأهداف الخاصة للجلسة:

1. التلخيص العام لما تم في جلسات البرنامج الإرشادي.
2. الوقوف على مدى استفادة المشاركات من جلسات البرنامج الإرشادي.
3. الوقوف على مدى التحسن الذي وصلت إليه المشاركات.
4. الوقوف على نقاط القوة والضعف في البرنامج الإرشادي.
5. إنهاء جلسات البرنامج الإرشادي.

الأدوات المستخدمة:

أوراق عمل "نموذج التقييم النهائي للبرنامج الإرشادي"، أقلام، شاي، بسكويت، كيك.

الفنيات المستخدمة:

التأمل والاسترخاء، المناقشة والحوار، لعب الأدوار، التغذية الراجعة، الأنشطة الترفيهية، التعزيز.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

محتوى الجلسة:

- تبدأ الباحثة بالترحيب بأفراد المجموعة وشكرهم على الالتزام والحضور.
- تطلب الباحثة من المشاركات التعاون والتفاعل والتقيد بقواعد الجلسة أثناء تنفيذ الأنشطة المختلفة.

أولاً: ممارسة نشاط التأمل الافتتاحي كالمعتاد في بداية كل جلسة.

الوقت المستغرق: 5 دقائق.

ثانياً: مراجعة ما تم تنفيذه في الجلسة السابقة:

الوقت المستغرق: 10 دقائق.

الهدف من النشاط: تقديم تغذية راجعة لما تم تنفيذه في الجلسة السابقة.

إجراءات النشاط:

- تقوم مجموعتي التوثيق والمرايا بعرض ما تم تنفيذه في الجلسة السابقة.
- تقوم الباحثة بمناقشة النشاط البيتي مع المشاركات.
- تقوم الباحثة بتقديم تغذية راجعة ومناقشة المشاركات فيما تم تنفيذه في الجلسة السابقة.

ثالثاً: نشاط حصاد البرنامج الإرشادي:

الوقت المستغرق: 20 دقيقة.

الهدف من النشاط:

1. مراجعة وتلخيص ما تم خلال جلسات البرنامج الإرشادي.
2. ترسيخ المعلومات والأنشطة التي تم تنفيذها خلال البرنامج الإرشادي.
3. مناقشة مدى الاستفادة التي حصلت عليها المشاركات من البرنامج الإرشادي.

إجراءات النشاط:

- تعد الباحثة مسبقاً نشرة تلفزيونية تتضمن جميع ما تم تناوله في الجلسات الإرشادية.
- تطلب من إحدى المشاركات أن تقوم بدور المذيعة، وتختار مشاركتين أخرتين ليقمن بدور ضيوف الحلقة، وباقي المشاركات هن المشاهدات.
- تقوم المذيعة بعرض المادة التلفزيونية على شكل نشرة الأخبار.
- تقوم المذيعة بمناقشة ضيوف الحلقة في النشرة من أجل ترسيخ المعلومات والأنشطة التي تم تنفيذها خلال جلسات البرنامج الإرشادي.
- تناقش الباحثة النشاط مع المشاركات، وتقوم بحثهن على المحافظة على الانجازات التي تم التوصل إليها، والمهارات التي تم اكتسابها، وتنفيذها، وتوظيفها في حياتهن المدرسية والجامعية.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

رابعاً: نشاط الأصدقاء:

الوقت المستغرق: 5 دقائق.

الهدف من النشاط:

1. بث روح المرح والترفيه لدى المشاركات.
2. رفع الحيوية والنشاط لدى المشاركات.

إجراءات النشاط:

- تقوم الباحثة بتوزيع الكراسي في القاعة بشكل عشوائي على هيئة أزواج، بحيث يكون كل كرسيين متجاورين.
- تجلس كل مشاركتين بجوار بعضهما، ماعدا مشاركة واحدة تكون بدون شريكة.
- تقوم الباحثة بتشغيل الموسيقى وعلى المشاركات تبديل مقاعدهن، وعلى المشاركة التي بدون شريكة البحث عن شريكة والجلوس بجوارها، وبالتالي تبقى إحدى المشاركات بدون صديقة، فتحسب عليها نقطة وعليها البحث عن شريكة عند البدء بسماع الموسيقي مرة أخرى... وهكذا.
- تقوم الباحثة بمناقشة النشاط مع المشاركات ومدى الاستفادة منه.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

خامساً: تقييم البرنامج الإرشادي:

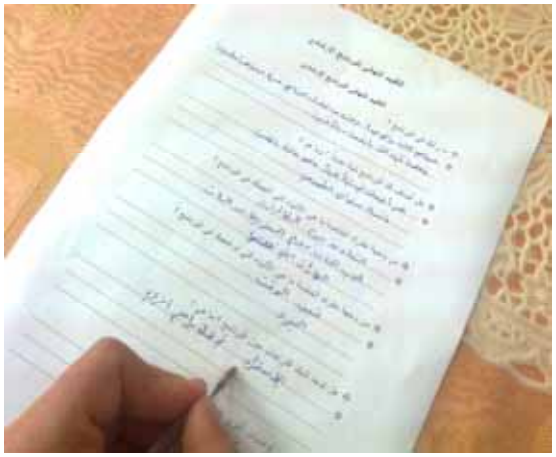
الوقت المستغرق: 20 دقيقة.

الهدف من النشاط:

1. الوقوف إلى جوانب القوة، وجوانب الضعف في البرنامج الإرشادي.
2. الاستفادة من ذلك التقييم في تصميم برامج أخرى.

إجراءات النشاط:

- تقوم الباحثة بتوزيع بطاقة تقييم البرنامج الإرشادي، ملحق (14).
- تعطي الفرصة للمشاركات بتعبئة النموذج.
- تناقش المشاركات في الإجابات المطروحة.
- تشكر الباحثة المشاركات على تفاعلهن في أداء النشاط.



سادساً: إعداد إذاعة مدرسية:

الوقت المستغرق: 10 دقائق.

- تقوم الباحثة والمشاركات بتحضير إذاعة مدرسية عن مستوى الطموح الأكاديمي، وتوزيع الأدوار، لتقديمها أمام طالبات المدرسة في اليوم التالي "اليوم المفتوح".

سابعاً: ممارسة نشاط التأمل الاختتامي كالمعتاد في نهاية كل جلسة.

الوقت المستغرق: 5 دقائق.

ثامناً: التقييم والإنهاء:

الوقت المستغرق: 15 دقيقة.

الهدف من النشاط:

1. تقديم تغذية راجعة لما تم تنفيذه خلال الجلسة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

2. التعرف إلى تقييم المشاركات وانطباعاتهن حول الجلسة.
3. التعرف إلى مشاعر وأفكار المشاركات بعد الجلسة.

إجراءات النشاط:

- تقوم الباحثة بإجمال ما تم تنفيذه أثناء الجلسة.
- تعطي المجال للمشاركات بالتحدث عن الجوانب الايجابية، والجوانب السلبية في الجلسة، وكذلك التحدث عن مشاعرهن أثناء وبعد الجلسة.
- تطلب من المشاركات الاستفادة من المهارات والأنشطة التي تم اكتسابها أثناء الجلسات الإرشادية، مع التنويه بأنه تم تطبيق للقياس البعدي لمقياس مستوى الطموح الأكاديمي بعد يومين، كما تم تطبيق للقياس التتبعي بعد شهرين لقياس أثر البرنامج الإرشادي بعد فترة من الزمن.
- تقوم الباحثة بشكرهن على تفاعلهن ودورهن الفعال في إنجاح البرنامج الإرشادي.
- تطلب الباحثة من المشاركات تحضير أنفسهن غداً للذهاب للرحلة العلمية الترفيهية إلى جامعة الأقصى بعد تقديم الإذاعة المدرسية مباشرة.
- تدعو الباحثة المشاركات إلى البوفيه لتناول الشاي والكيك.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الجلسة العشرون

العنوان: اليوم المفتوح.

الوقت المستغرق: 5 ساعات.

الهدف العام: تعزيز المشاركات ومكافئتهن على حسن التزامهن وتفاعلهن أثناء جلسات البرنامج الإرشادي.

الأهداف الخاصة:

1. إعطاء طالبات المدرسة فكرة عن مستوى الطموح الأكاديمي، وعن فكرة تنفيذ برنامج إرشادي من أجل تنميته.
2. تكريم الباحثة، والمديرة، وأمينة المكتبة، وبعض المعلمين الذين ساهموا في إنجاح البرنامج الإرشادي من قبل المشاركات.
3. التعرف إلى الكليات والتخصصات الجامعية على أرض الواقع.
4. إنهاء البرنامج الإرشادي بطريقة ترفيهية وبعيداً عن روتين الجلسات.

الأدوات المستخدمة:

إذاعة مدرسية، الباراشوت، كرة طائرة.

الفنيات المستخدمة:

المشاركة والحوار، الأنشطة الترفيهية، التعزيز.

محتوى اليوم المفتوح:

أولاً: إذاعة مدرسية:

الوقت المستغرق: 15 دقيقة.

الهدف من النشاط:

1. إعطاء طالبات المدرسة فكرة عن مستوى الطموح الأكاديمي، وعن فكرة تنفيذ برنامج إرشادي من أجل تنميته.
2. تكريم الباحثة، والمديرة، وأمينة المكتبة، وبعض المعلمين الذين ساهموا في إنجاح البرنامج الإرشادي من قبل المشاركات.

إجراءات النشاط:

- تقدّم المشاركات إذاعة مدرسية أمام طالبات المدرسة، عن مستوى الطموح الأكاديمي، وعن فكرة تنفيذ برنامج إرشادي من أجل تنميته.
- تقدم إحدى المشاركات أنشودة عن الطموح (علّي حلمك) أمام طالبات المدرسة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- تقدم المشاركات شهادات تكريم للباحثة، والمديرة، وأمينة المكتبة، وبعض المعلمين الذين ساهموا في إنجاح البرنامج الإرشادي.

- تشكر الباحثة المشاركات على فكرة توزيع شهادات التكريم، وكذلك على ما عانينه أيام تطبيق البرنامج الإرشادي بحضورهن إلى المدرسة مبكرات قبل بدء الدوام المدرسي بساعة تقريباً.
- تشكر الباحثة إدارة المدرسة والمعلمين والطالبات وجميع من ساهم في إنجاح البرنامج الإرشادي، متمنية تطبيق البرنامج الإرشادي على طالبات أخريات في المدرسة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- تقدم المشاركات هدية للباحثة ويشكرنها على جهودها أثناء تنفيذ البرنامج.

- تشكر المديرة الباحثة على تنفيذ البرنامج الإرشادي مع طالبات المدرسة متمنية لها النجاح والتوفيق.

ثانياً: الرحلة العلمية الترفيهية.

الوقت المستغرق: 30 دقيقة.

الهدف من النشاط:

1. التعرف إلى الكليات والتخصصات الجامعية على أرض الواقع.
2. إنهاء البرنامج الإرشادي بطريقة ترفيهية وبعيداً عن روتين الجلسات.

إجراءات النشاط:

- تخرج الباحثة مع المشاركات في رحلة علمية ترفيهية إلى جامعة الأقصى بخان يونس.
- يقوم أحد الموظفين في العلاقات العامة بالجامعة باستقبال الباحثة والمشاركات.
- تعطي إحدى الموظفات في العلاقات العامة المشاركات نبذة عن تاريخ الجامعة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- يصطحب الباحثة والمشاركات بجولة في جميع أنحاء الجامعة(المكتبة، الصالة الرياضية، شؤون الطلبة، القبول والتسجيل، الكليات والأقسام، قاعات التدريس).
- يقوم دكتور في الصالة الرياضية بتقديم استعراض لفريق الكاراتيه أمام المشاركات.
- يقوم أيضاً بتقديم استعراض بعض التمارين الرياضية باستخدام بعض الأجهزة أمام المشاركات.
- يقوم دكتور آخر في الصالة الرياضية بتنفيذ نشاط (سناجب، سنافر) مع المشاركات.

- تشكر الباحثة الدكاترة، وتشكر موظف العلاقات العامة وتذهب لتكمل الرحلة.
- تصطحب الباحثة المشاركات إلى قسم علم النفس بالجامعة، وتلتقي بالدكتورة الفاضلة ياسرة أبو هدروس.
- تجلس الباحثة والمشاركات للراحة بعد الجولة بشكل دائري على الباراشوت فوق العشب الأخضر.
- تشكر الباحثة المشاركات على التزامهن أثناء الجولة، وتطلب منهن المشاركة في الأنشطة الترفيهية المختلفة، واستغلال أوقات المرح والسعادة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ثالثاً: وجبة الإفطار:

الوقت المستغرق: 30 دقيقة.

تنتقل الباحثة مع المشاركات إلى الكافتيريا لتناول وجبة الإفطار.

رابعاً: نشاط القط والفئران:

الوقت المستغرق: 30 دقيقة.

الهدف من النشاط:

3. بث روح المرح والترفيه لدى المشاركات.
4. رفع الحيوية والنشاط لدى المشاركات.

إجراءات النشاط:

- تطلب الباحثة من المشاركات عمل دائرة وهن مشبوكات الأيدي موجهات وجوههن إلى خارج الدائرة.
- تطلب من إحدى المشاركات الخروج خارج الدائرة وتمثل القط، أما باقي المشاركات فيمثلن الفئران.
- على المشاركة "القط " أن تحاول الدخول في الدائرة من بين المشاركات، وعلى المشاركات الفئران منعها من الدخول.
- لو استطاعت المشاركة "القط" الدخول فهي الفائزة ويتم اختيار مشاركة أخرى... وهكذا.

خامساً: نشاط كرة الطائرة:

الوقت المستغرق: 30 دقيقة.

الهدف من النشاط:

1. بث روح المرح والترفيه لدى المشاركات.
2. رفع الحيوية والنشاط لدى المشاركات.

إجراءات النشاط:

- تقسم الباحثة المشاركات إلى فريقين.
- يتم عقد مباراة على ملعب الجامعة بين الفريقين بمشاركة الباحثة.

سادساً: نشاط الباراشوت:

الوقت المستغرق: 15 دقيقة.

الهدف من النشاط:

1. بث روح المرح والترفيه لدى المشاركات.
2. رفع الحيوية والنشاط لدى المشاركات.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

إجراءات النشاط:

- تمسك الباحثة والمشاركات الباراشوت من جميع الأطراف.
- تضع الباحثة كرة في وسط الباراشوت.
- تدفع المشاركات الكرة بالباراشوت بدون أن تمسكها بيدها.
- على المشاركة التي تسقط الكرة من جهتها أن تخرج من اللعبة.. وهكذا.

سابعاً: نشاط الصياد:

الوقت المستغرق: 30 دقيقة.

الهدف من النشاط:

1. بث روح المرح والترفيه لدى المشاركات.
2. رفع الحيوية والنشاط لدى المشاركات.

إجراءات النشاط:

- تعطي الباحثة المجال للمشاركات بالجري على العشب الأخضر في ساحة الجامعة، بشرط أن يكون الجري على رجل واحدة.
- تقوم الباحثة " الصياد " بالجري خلف المشاركات، وكلما أمسكت بإحدى المشاركات تنضم هذه المشاركة إلى الصياد، وتجري معه خلف المشاركات بشرط أن تكون ممسكة بيد الباحثة ولا تتركها، وهكذا حتى يتم صيد جميع المشاركات.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ثامناً: الوقت المفتوح:

الوقت المستغرق: 60 دقيقة.

تسمح الباحثة للمشاركات بالتجول في ساحة الجامعة بحرية، على أن يتم التجمع مرة أخرى بعد ساعة، في نفس المكان.

تاسعاُ: إنهاء الرحلة:

الوقت المستغرق: 15 دقيقة.

الهدف من النشاط:

4. الإنهاء والوداع.

إجراءات النشاط:

- تطلب الباحثة من المشاركات العودة والجلوس على الباراشوت مرة أخرى على شكل دائرة.
- تقوم الباحثة بشكر المشاركات على حسن التزامهن وتفاعلهن أثناء جلسات البرنامج الإرشادي.
- تقوم المشاركات بتوديع كل منهن الأخرى والتصوير بشكل جماعي للذكرى.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- تدخل المشاركات في الباص للعودة مرة أخرى للمدرسة.
- تتبادل المشاركات النكات والفوازير أثناء جلوسهن في الباص، إلى أن يصلن إلى المدرسة بسلام.
- وبهذا يكون قد تم بحمد الله البرنامج الإرشادي متمنية الباحثة بأن يكون ذو فاعلية عالية في تنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى المشاركات.

وبالله التوفيق

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ملحق (4)

خطاب تحكيم البرنامج الإرشادي

جامعـــــة الأزهر بـــغزة

عمادة الدراسات العليا

كليـــــة التربيـــة

قســـم علم النفـــــس

سعادة الدكتور/ ة:..... حفظه/ها الله

السلام عليكم ورحمه الله وبركاته. . .

الموضوع / التكرم بتحكيم برنامج إرشادي

أتشرف بإفادتكم بأنني بصدد تطبيق دراسة بعنوان " فاعلية برنامج إرشادي لتنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى طالبات المرحلة الثانوية في محافظة خان يونس "، على عينة من طالبات مدرسة الخنساء الثانوية بنات، وذلك ضمن متطلبات الحصول على درجة الماجستير في علم النفس من جامعة الأزهر بغزة.

لذا فإنه يسعدني أن أضع بين أيديكم هذا البرنامج الإرشادي لمشاركتكم في تحكيمه، ولرغبة الباحثة في الاستنارة برأيكم فإنه يرجى التكرم بوضع ملاحظاتكم وتوجيهاتكم، وأي تعديلات ترونها مناسبة.

ولكم جزيل الشكر وفائق التحية والتقدير

الباحثة:

نفوذ سعود أبو سعدة

جوال /.....059

المنارة للاستشارات

www.manaraa.com

ملحق(5)

أسماء السادة المحكمين للبرنامج الإرشادي

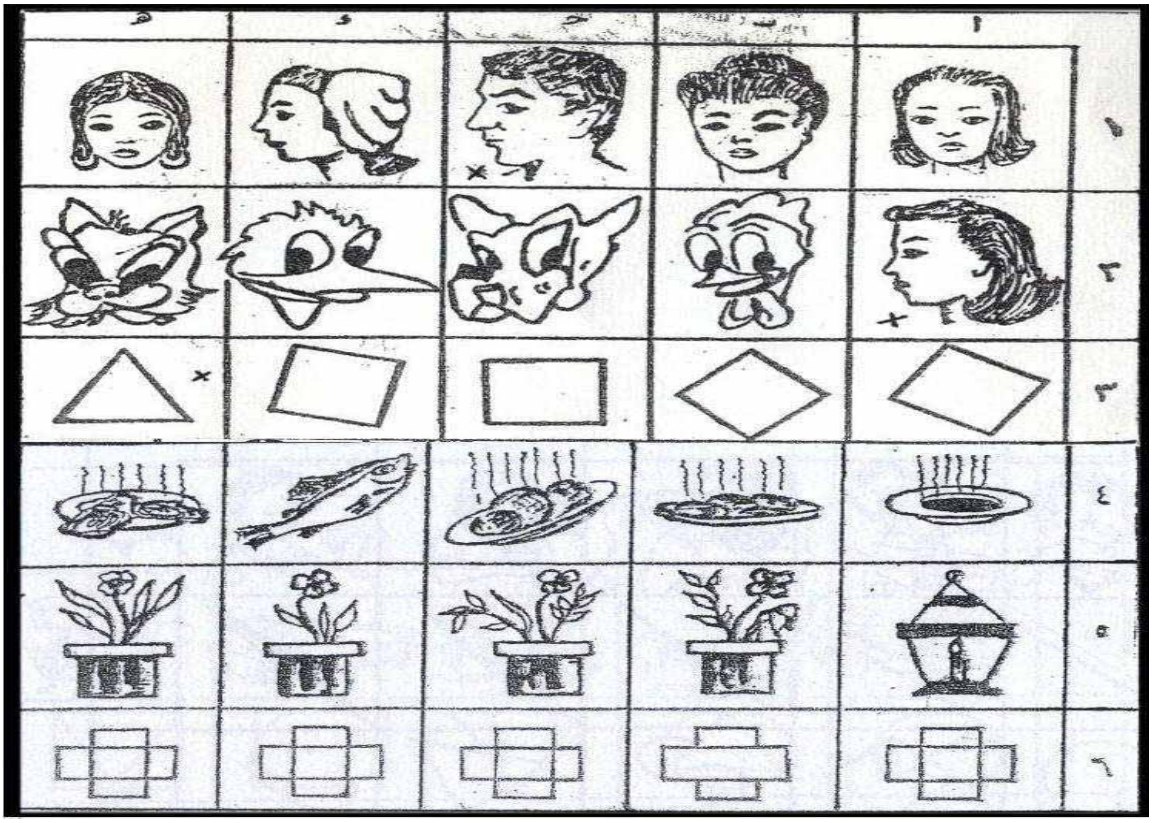
الرقم	الاسم	مكان العمل
.1	د. جميل الطهراوي	أستاذ مشارك / الجامعة الإسلامية
.2	د. عايدة صالح	أستاذ مشارك / جامعة الأقصى
.3	د. عبد العظيم المصدر	أستاذ مشارك / جامعة الأزهر
.4	د. عطاف أبو غالي	أستاذ مشارك / جامعة الأقصى
.5	د. محمد عسلية	أستاذ مشارك / جامعة الأقصى
.6	د. نعمات علوان	أستاذ مشارك / جامعة الأقصى
.7	د. ياسرة أبو هدروس	أستاذ مشارك / جامعة الأقصى
.8	د. يحيى النجار	أستاذ مشارك / جامعة الأقصى
.9	د. عاطف الأغا	أستاذ مساعد / الجامعة الإسلامية
.10	د. محمد النجار	أستاذ مساعد / جامعة الأقصى
.11	أ. أشرف أبو عنزة	رئيس قسم الإرشاد / مديرية خان يونس

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ملحق (6)

اختبار الذكاء المصور لأحمد زكي صالح (1978)

الاسم:..... **تاريخ الميلاد:.....**



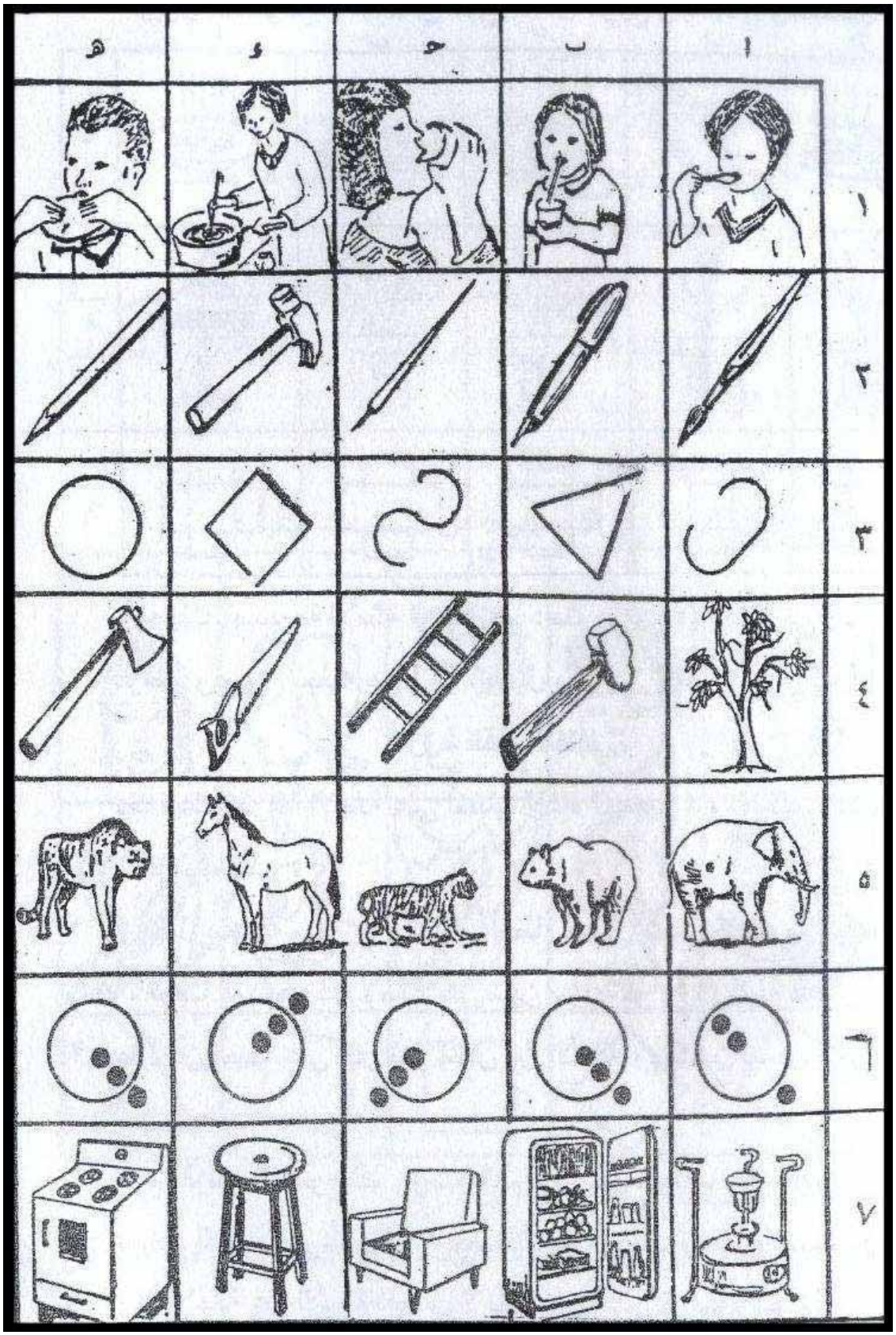
عزيزي المفحوص:

ابحث عن الشكل المخالف في كل مجموعة من المجموعات السابقة، ما هو الشكل المخالف في المجموعة رقم (1)؟ لاحظ أن كل الصور تعبر عن سيدة عدا الصورة ج فهي تعبر عن رجل، في المثال رقم (2) فإن الشكل المخالف هو (أ) لماذا ؟ وفي المثال رقم (3) فإن الشكل المخالف هو (هـ) لماذا ؟ أجب عن الأمثلة (4،5،6) بنفس الطريقة.

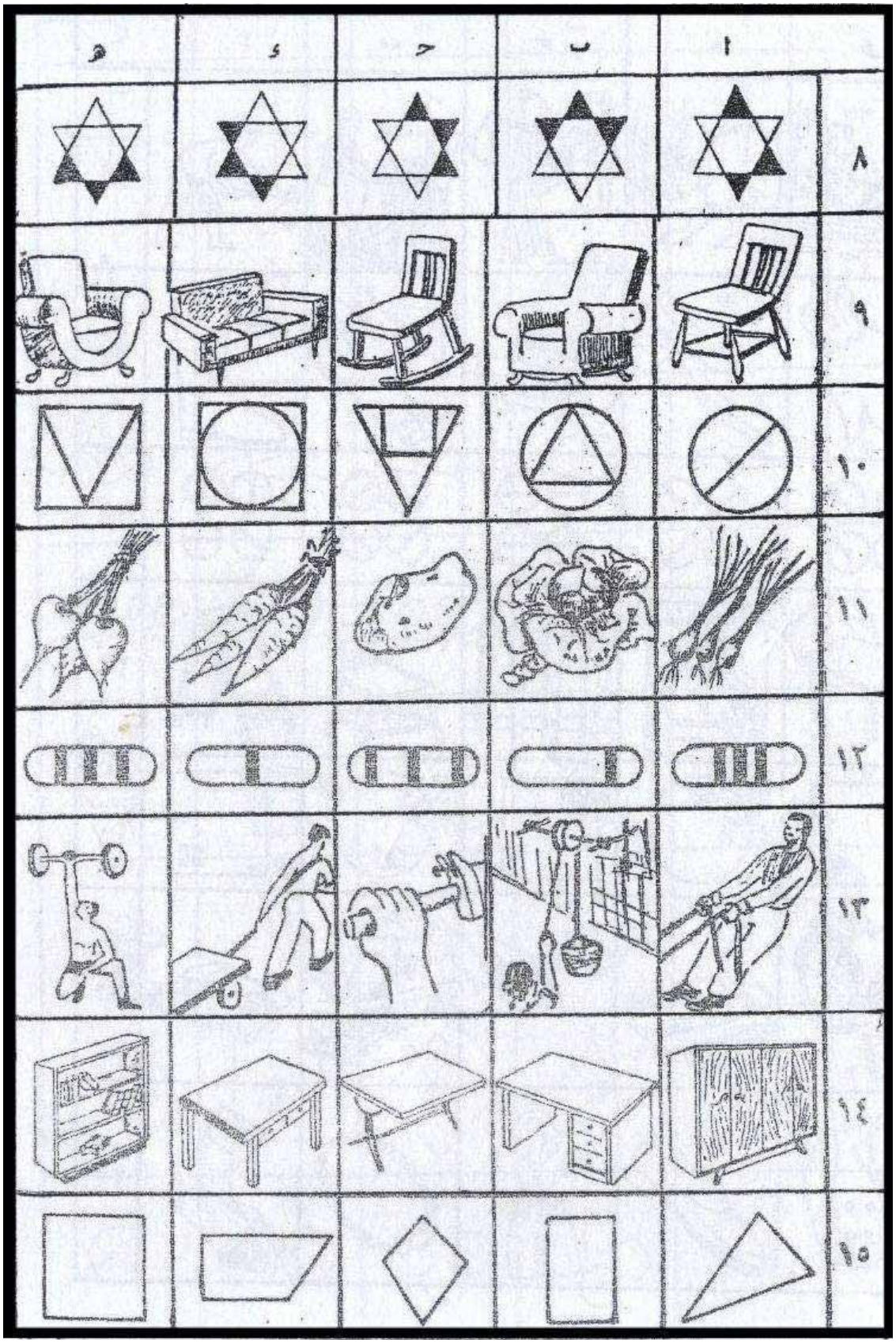
والآن بعد فهمك لطريقة الإجابة مطلوب منك الالتزام بالتالي:

- أن تعمل بسرعة ولا تضيع الوقت في الإجابة على سؤال واحد، فالوقت المسموح لك هو (15) دقيقة فقط.
- حاول أن تجيب على أكبر قدر ممكن من الأسئلة، وليس شرطاً أن تجيب عنها جميعاً.
- استخدم القلم الأزرق، والتزم بالإشارة (x) في الإجابة عن الأسئلة.
- لا تسأل أي سؤال يتعلق بمدى وضوح الصور أو الأشكال.
- التزم بالوقت المسموح، وضع القلم فوراً حينما يطلب منك ذلك.
- لا تقلب هذه الصفحة التي بها أمثلة الاختبار حتى يسمح لك بذلك.

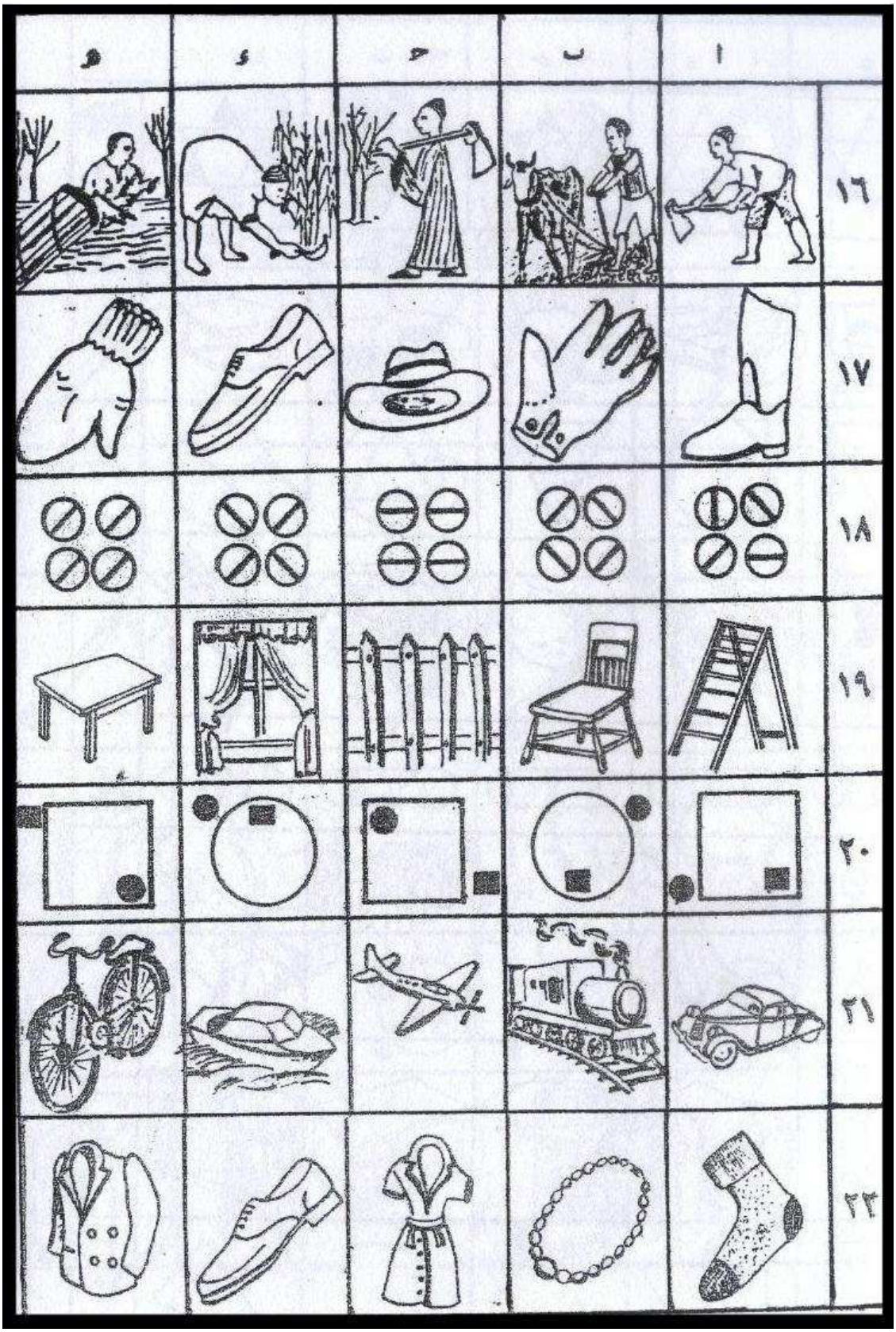
المنارة للاستشارات
www.manaraa.com



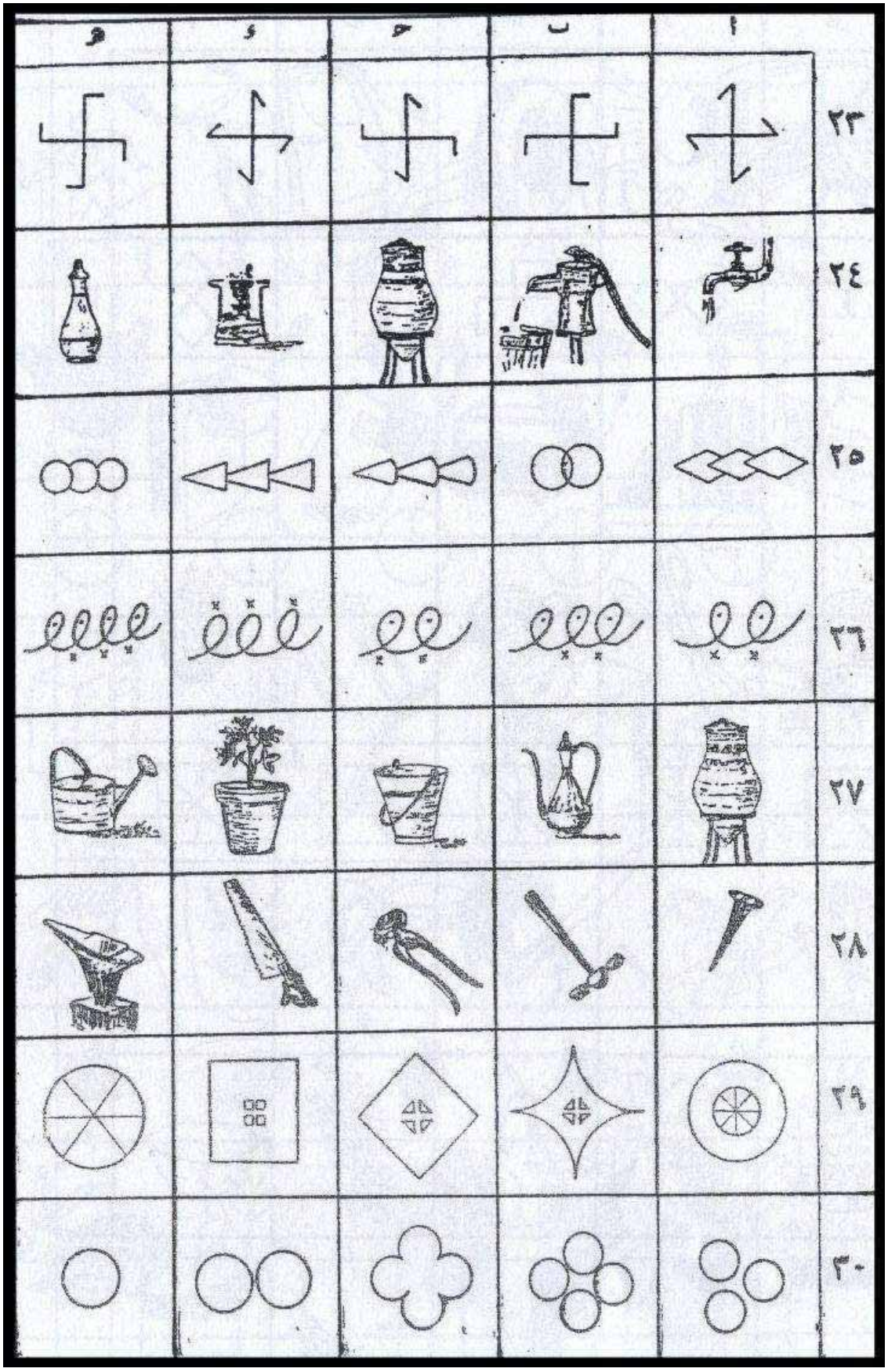
المنارة للاستشارات
www.manaraa.com



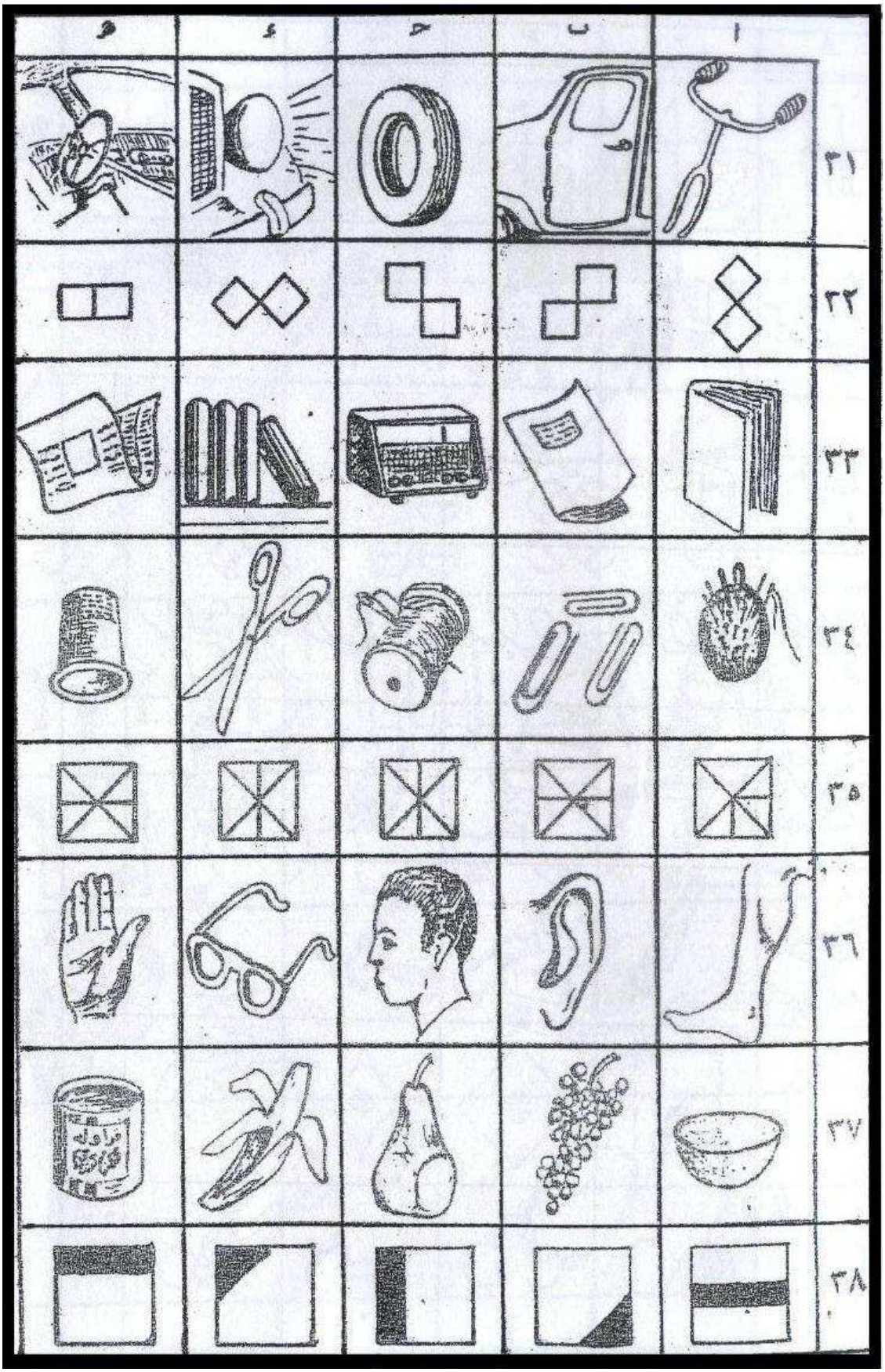
المنارة للاستشارات
www.manaraa.com



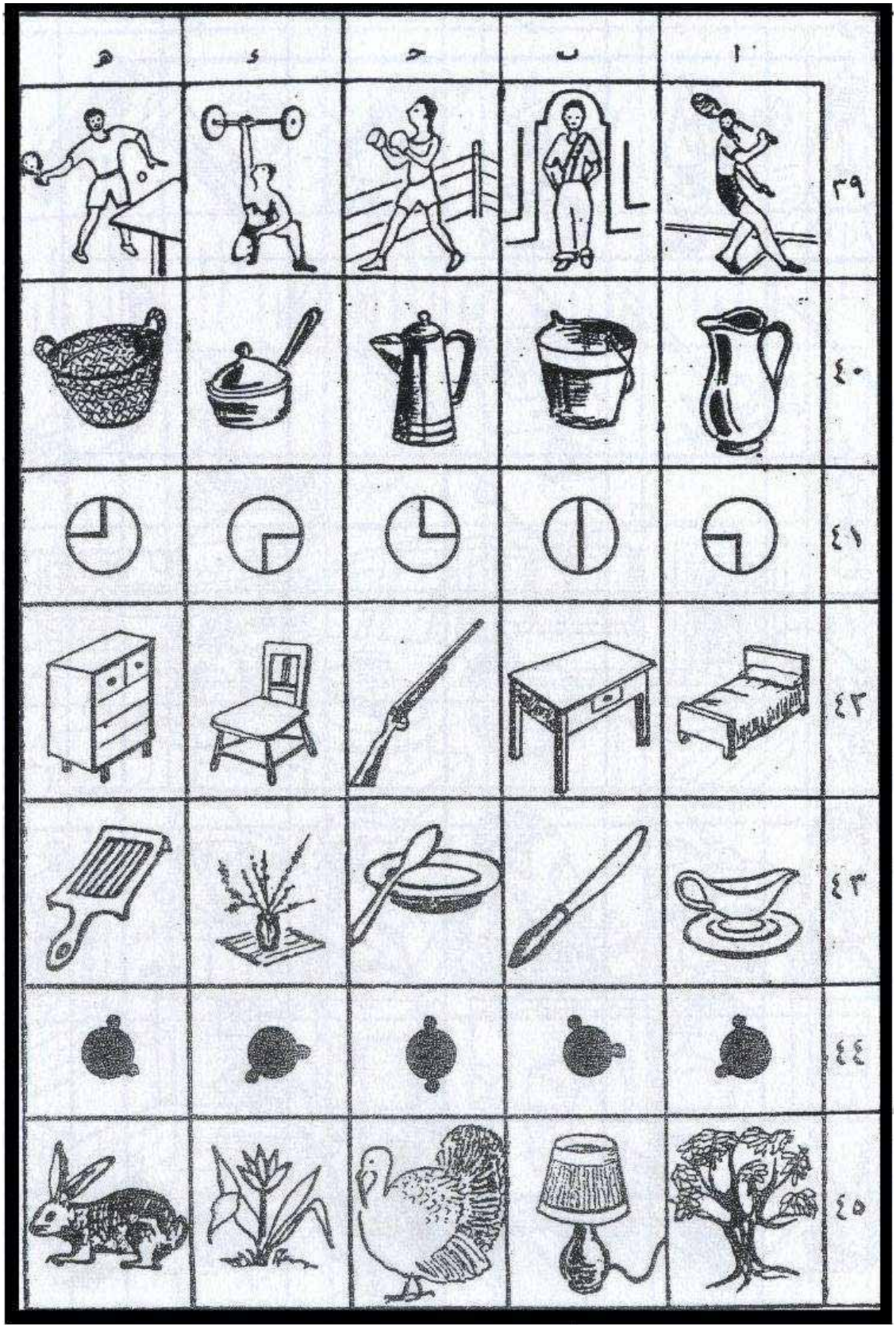
المنارة للاستشارات
www.manaraa.com



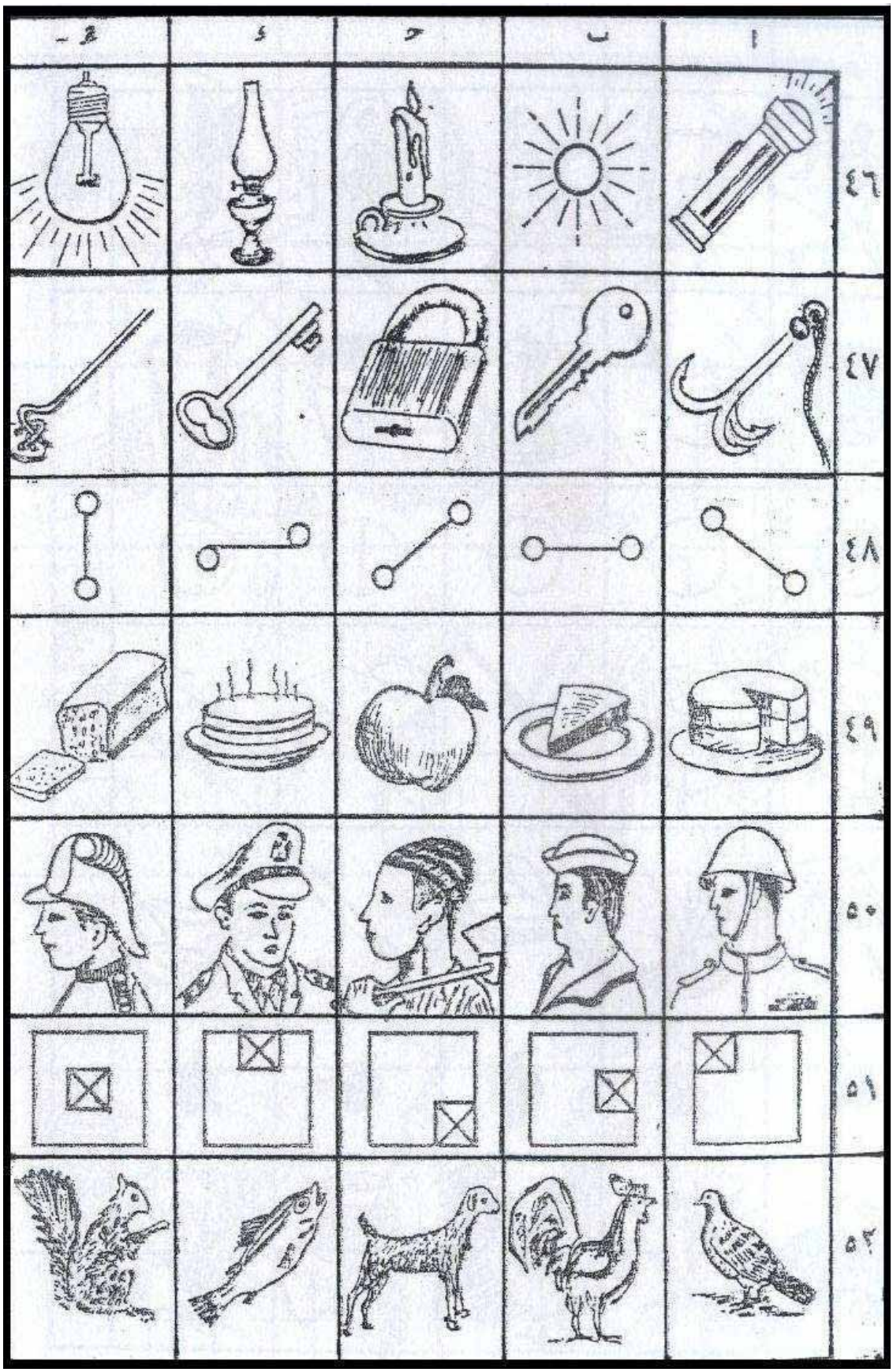
المنارة للاستشارات
www.manaraa.com



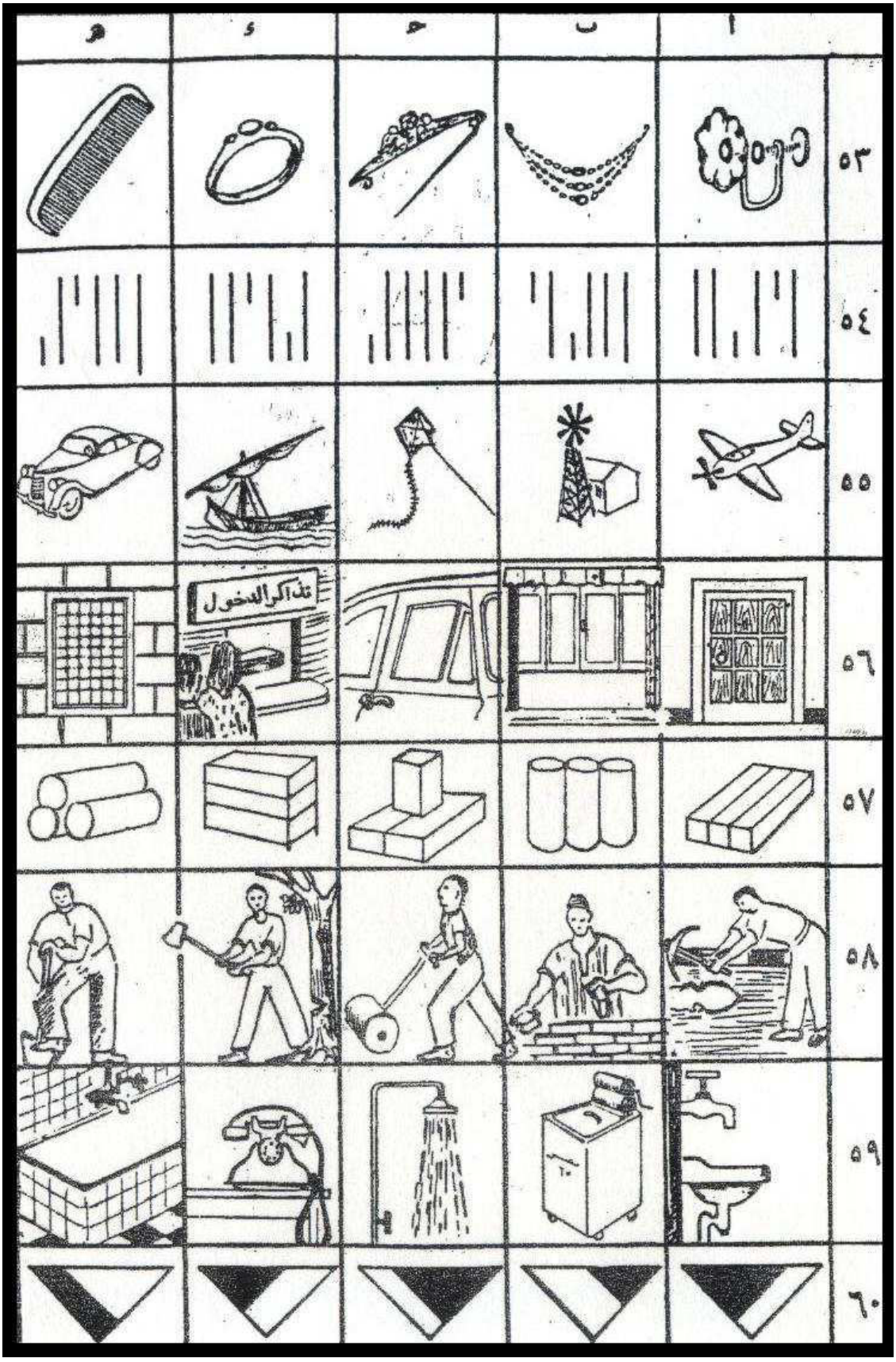
المنارة للاستشارات
www.manaraa.com



المنارة للاستشارات
www.manaraa.com



المنارة للاستشارات
www.manaraa.com



المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ملحق (7)

استمارة تقدير الوضع الاجتماعي الاقتصادي للأسرة الفلسطينية

إعداد: أ. د. نظمي عودة أبو مصطفى (2010)

عميد كلية التربية النوعية سابقاً – جامعة الأقصى

أولاً: البيانات الأولية:

1. الاسم:..... 2. الصف:.....

3. الجنس:..... 4. الترتيب الميلادي.....

ثانياً: الوضع المهني للوالدين:

أ. وظيفة الأب:

1. لا يعمل ☐ 2. يعمل في الأرض ☐ 3. يعمل في مؤسسة حكومية ☐

4. يعمل في مؤسسة خاصة ☐ 5. أعمال حرة ☐

ب- وظيفة الأم:

1. لا تعمل ☐ 2. تعمل في مؤسسة حكومية ☐

3. تعمل في مؤسسة خاصة ☐

ثالثاً: المستوى التعليمي للوالدين:

أ. المستوى التعليمي للأب:

1. أمي لا يقرأ ولا يكتب ☐ 2. يقرأ ويكتب ☐ 3. المرحلة الابتدائية ☐

4. المرحلة الإعدادية ☐ 5. المرحلة الثانوية ☐ 6. دبلوم معلمين ☐

7. المرحلة الجامعية فما فوق ☐

ب. المستوى التعليمي للام:

1. أمية لا تقرأ ولا تكتب ☐ 2. تقرأ وتكتب ☐ 3. المرحلة الابتدائية ☐

4. المرحلة الإعدادية ☐ 5. المرحلة الثانوية ☐ 6. دبلوم معلمين ☐

7. المرحلة الجامعية فما فوق ☐

المنارة للاستشارات

www.manaraa.com

رابعاً: المستوى الاجتماعي للأسرة:

1. عدد أفراد الأسرة ☐
2. عدد غرف السكن ☐
3. الوضع الصحي للمنزل: جيد ☐ متوسط ☐ رديء ☐

4. الأجهزة المتوفرة في المنزل: راديو أو مسجل ☐ مروحة ☐ ثلاجة ☐
تلفزيون ☐ بوتاجاز ☐ فيديو ☐ ستلايت ☐ مكواة كهربائية ☐
مكنسة كهربائية ☐ مكيف ☐ غسالة كهرباء ☐ خلاط كهرباء ☐
تليفون ☐ كمبيوتر ☐ نت ☐ ميكروويف ☐ كنب ☐
5. تمتلك الأسرة سيارة: نعم ☐ لا ☐

خامساً: المستوى الاقتصادي للأسرة:

أ. مصادر دخل الأسرة:

1. شئون اجتماعية ☐ 2. عمل الأخوة ☐ 3. عمل الأم ☐ 4. عمل الأب ☐
5. أراضي زراعية ☐ 6. تربية مواشي ☐ 7. أعمال أخرى ☐

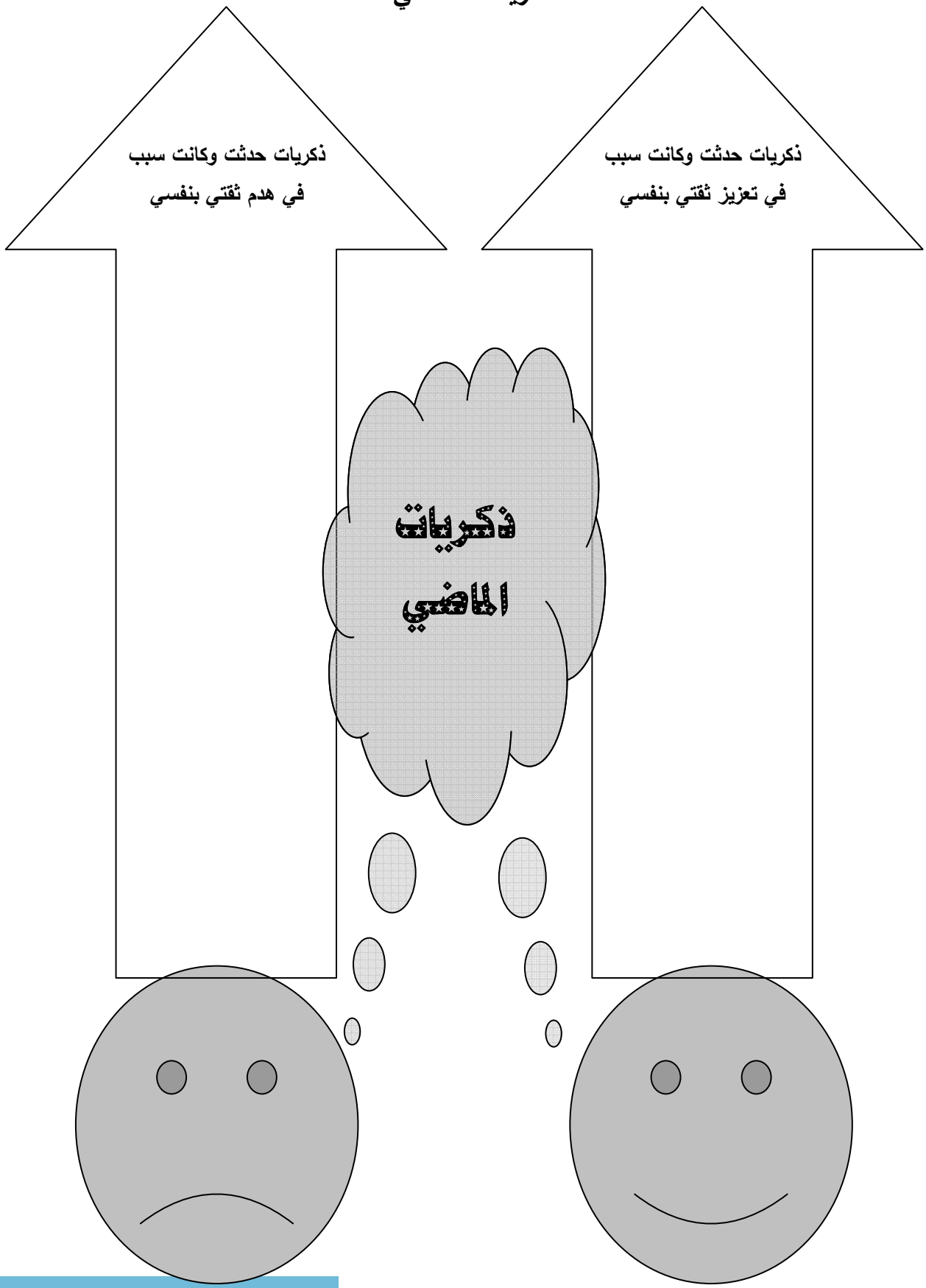
ب. قيمة الدخل الشهري للأسرة:

1. أقل من 500 شيكل ☐ 2. من 500–1000 شيكل ☐
3. من 1000–1500 شيكل ☐ 4. من 1500–2000 شيكل ☐
5. من 2000 –2500 شيكل ☐ 6. من 2500 شيكل فأكثر ☐

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ملحق (8)

ذكريات الماضي

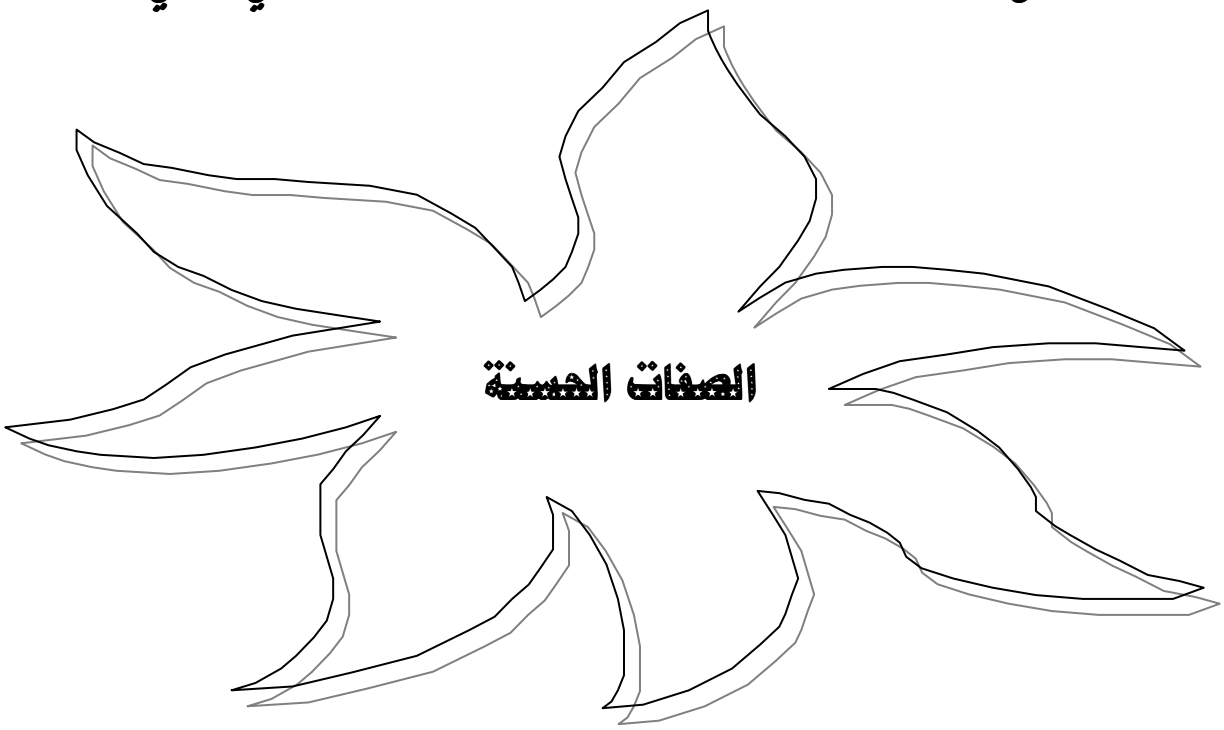


المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ملحق (9)

زهرتي الجميلة

على كل ورقة من ورقات الزهرة اكتب صفة أحبها في نفسي



على كل ورقة من ورقات الزهرة اكتب صفة لا أحبها في نفسي

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ملحق (10)

معرفة الذات

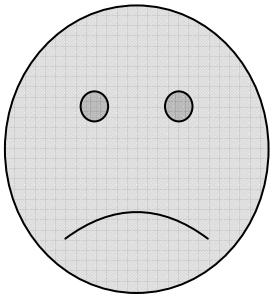
أنا اسمي:..... اليوم والتاريخ:.....

الرقم	ايجابياتي هي: (في شخصيتي-طبعي-أفكاري-مشاعري)	وسلبياتي هي: (في شخصيتي-طبعي-أفكاري-مشاعري)

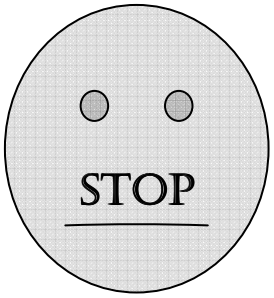
المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ملحق (11)

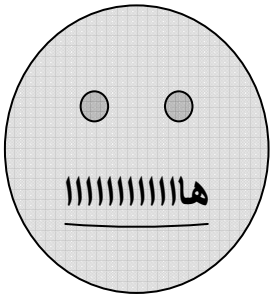
كيف تغيرين أفكارك الخاطئة ؟



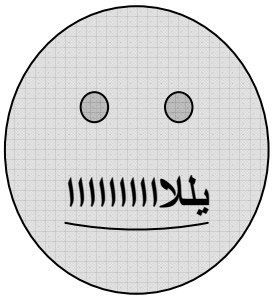
1. التعرف إلى الفكرة الخاطئة.



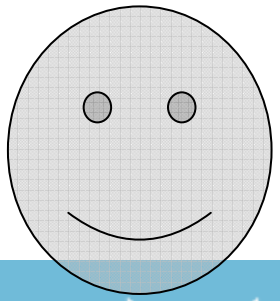
2. إيقاف التفكير في هذا الاعتقاد الخاطئ.



3. التعرف إلى أفكار بديلة صحيحة ومنطقية.



4. العمل على تنفيذ الأفكار البديلة تدريجاً.



3. الآن تستطيع إحلال الاعتقادات الجديدة بدلاً من الأفكار الخاطئة الأولى تماماً .

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ملحق (12)

اختيار التخصص المناسب

م	المجال	الرغبة	الفرصة	القدرة	المجموع
1	آداب انجليزي	10	8	6	24
2	تربية فنية	8	7	7	22
3	إرشاد نفسي	7	6	7	20
4	مواد اجتماعية	6	7	8	21
5	إدارة	5	8	4	17

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ملحق (13)
موازنة الأبدال

م	البديل	النتائج الايجابية	النتائج السلبية	نسبة نجاح البديل	الميل الشخصي للبديل	مج
1	التوجه إلى المرشدة	زوال المشكلة	–	8	10	18
2	التوجه إلى المديرة	زوال المشكلة	خصم درجات	10	5	15
3	التوجه للتربية والتعليم	زوال المشكلة	فصل المعلمة من الوظيفة	10	1	11
4	مواجهة المعلمة	–	خصم درجات	7	7	14
5	تجاهل المعلمة	مجهول	–	5	8	13

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ملحق (14)

التقييم النهائي للبرنامج الإرشادي

التقييم النهائي للبرنامج الإرشادي

- ما رأيك في البرنامج ؟
- .....
.....
.....
- هل أضاف لك البرنامج شيئا جديداً ؟ وما هو ؟
- .....
.....
.....
- من وجهة نظرك الخاصة ما هي الأشياء التي أعجبتك في البرنامج ؟
- .....
.....
.....
- من وجهة نظرك الخاصة ما هي الأشياء التي لم تعجبك في البرنامج ؟
- .....
.....
.....
- هل توجد لديك اقتراحات حول البرنامج ؟ ما هي ؟
- .....
.....
- هل توجد توصيات أخرى ترغبين في طرحها ؟
- .....
.....

مع خالص شكري وتقديري

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ملحق (15)
ورقة تسهيل مهمة

السلطة الوطنية الفلسطينية
وزارة التربية والتعليم العالي
مكتب الوكيل المساعد للشؤون الادارية والمالية

Palestinian National Authority
Ministry of Education & Higher Education
Asst. Deputy Minister's Office

الادارة العامة للتخطيط التربوي
الرقم: و ت ع/ مذكرة داخلية (٣٦٦٥)
التاريخ: 2011/12/06م
التاريخ: 10/ محرم/ 1433

السيد/ مدير التربية والتعليم– شرق خان يونس حفظه الله،

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته،

الموضوع/ تسهيل مهمة بحث

نهديكم أطيب التحيات، وبالإشارة إلى الموضوع أعلاه يرجى تسهيل مهمة الباحثة/ **نفوذ سعود أبو سعدة** ، والتي تجري بحثاً بعنوان: **فاعلية برنامج إرشادي لتنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى طالبات المرحلة الثانوية بمحافظة خان يونس.**

في تطبيق أدوات البحث على عينة من طالبات الصف الحادي عشر (علوم إنسانية)، وذلك حسب الأصول.

وتفضلوا بقبول فائق الاحترام والتقدير

د. أنور علي البرعاوي
الوكيل المساعد للشؤون الادارية والمالية

أ. محمود مطر
ن.م.ع. التخطيط التربوي

بعد لـ:
- السيد/ وزير التربية والتعليم العالي
- السيد/ وكيل وزارة التربية والتعليم العالي
- السيد/ وكيل الوزارة المساعد لشئون التعليم العالي
- السيد/ وكيل الوزارة المساعد لشؤون التعليم

غزة هاتف (2849711 – 2861409 – 08 فاكس (2865909 – 08-286
Gaza (08 – 2849711 – 2861409 Fax : (08-286

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

بسم الله الرحمن الرحيم

AL-Azhar University - Gaza
Dean Of Higher Studies
Faculty of Education
Psychology Department

Effectiveness of the heuristic For Improving the academic ambition level among secondary schools' girls in Khan Younis Governorate

Thesis submitted for Master Degree

By
Nufouth Soud A. El-Fattah Abu Sada

Supervisor
Pr.Dr. Salah El-Deen Abu Nahia
Teacher of Psychology
The previous education college's dean-Al Azhar university – Gaza

Thesis submitted to faculty of Education in AL-Azhar University - Gaza for the Master Degree in psychology

June 2012

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com