

العنوان:	فعالية برنامج إرشادي لتنمية الثقة بالنفس لدى طالبات ذوي الإحتياجات الخاصة المعاقات حركيا بجامعة الطائف
المصدر:	مجلة الإرشاد النفسي
الناشر:	جامعة عين شمس - مركز الإرشاد النفسي
المؤلف الرئيسي:	عامر، نادية فتحي إسماعيل
المجلد/العدد:	ع46
محكمة:	نعم
التاريخ الميلادي:	2016
الشهر:	أبريل
الصفحات:	1 - 52
رقم MD:	771659
نوع المحتوى:	بحوث ومقالات
اللغة:	Arabic
قواعد المعلومات:	EduSearch
مواضيع:	الصحة النفسية، الرعاية الإجتماعية، الطلاب ذوي الإحتياجات الخاصة، الإعاقة الحركية، جامعة الطائف، السعودية، الإضطرابات النفسية، الأمراض النفسية، الإرشاد النفسي
رابط:	<a href="http://search.mandumah.com/Record/771659">http://search.mandumah.com/Record/771659</a>

# فعالية برنامج إرشادي لتنمية الثقة بالنفس لدي طالبات

## ذوي الاحتياجات الخاصة المعاقات (حركياً) بجامعة الطائف

د. نادية فتحي إسماعيل عامر

أستاذ الإرشاد النفسي المساعد

كلية العلوم الإدارية والمالية بجامعة الطائف

### المخلص:

هدف البحث الحالي إلى الكشف عن فعالية برنامج إرشادي لتنمية الثقة بالنفس لدي طالبات ذوي الاحتياجات الخاصة (المعاقات حركياً) بجامعة الطائف، وذلك عن طريق تصميم برنامج إرشادي قائم علي فنيات الإرشاد النفسي وتمثل الفنيات المستخدمة في البرنامج في (المناقشة والحوار- المحاضرات -التفريغ الانفعالي التخيل - الحديث عن الذات - أنشطة) ولتحقيق هدف البحث قامت تقوم الباحثة باختيار عينة تجريبية واحدة من الطالبات المعاقات حركياً والحاصلات علي أدني الدرجات علي مقياس الثقة بالنفس، واستخدمت الباحثة أدوات البحث وهما: مقياس الثقة بالنفس، والبرنامج الإرشادي المعد لتنمية الثقة بالنفس. (إعداد الباحثة)، وتم تطبيق البرنامج الإرشادي علي العينة التجريبية وعددها (5) طالبات بواقع (20) جلسة علي مدار (10) أسابيع بواقع (2) جلسة في الأسبوع، ثم التطبيق البعدي لأدوات البحث وتحليل النتائج ومعالجتها بأساليب إحصائية علمية تتمثل في (المتوسط الحسابي - الانحراف المعياري - اختبار وليكوكسن).

وقد توصلت النتائج إلى إنه:

1-وجود فرق دال إحصائياً عند مستوي (  $0.05 \geq l$  ) بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية ذوي

الاحتياجات الخاصة بعد تلقي البرنامج الإرشادي وبين درجاتهم قبل البرنامج علي أبعاد مقياس الثقة بالنفس

(بعد الكفاءة الذاتية - البعد الاجتماعي - البعد النفسي) - لصالح القياس البعدي".

## فعالية برنامج إرشادي لتنمية الثقة بالنفس لدي طالبات ذوي الاحتياجات الخاصة

2- وجود فرق دال إحصائياً عند مستوى ( $0.05 \geq l$ ) بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية ذوي

الاحتياجات الخاصة بعد تلقي البرنامج الإرشادي وبين درجاتهم قبل البرنامج علي مقياس الثقة بالنفس (ككل)

- لصالح القياس البعدي.

3- عدم وجود فرق دال إحصائياً عند مستوى بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية ذوي الاحتياجات

الخاصة بعد تلقي البرنامج الإرشادي وبين درجاتهم التتبعية علي أبعاد مقياس الثقة بالنفس (بعد الكفاءة الذاتية

-البعد الاجتماعي -البعد النفسي).

4- عدم وجود فرق دال إحصائياً بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية ذوي الاحتياجات الخاصة بعد

تلقي البرنامج الإرشادي وبين درجاتهم التتبعية علي مقياس الثقة بالنفس (ككل).

**الكلمات المفتاحية:** برنامج إرشادي -الثقة بالنفس -ذوي الاحتياجات الخاصة-المعاقات حركياً -طالبات

الجامعة.

## فعالية برنامج إرشادي لتنمية الثقة بالنفس لدي طالبات

### ذوي الاحتياجات الخاصة المعاقات (حركياً) بجامعة الطائف

د. نادية فتحي إسماعيل عامر

أستاذ الإرشاد النفسي المساعد

كلية العلوم الإدارية والمالية بجامعة الطائف

#### المقدمة:

تؤثر الإعاقة بصفة عامة على جوانب نمو الشخصية للفرد، ويترتب عليها مشكلات في التوافق قد تختلف من فرد لآخر حسب نوع الإعاقة ودرجتها ورد فعل الآخرين نحوها. وقد أشار كابوزي وكروس (1997 Capuzzi & Cross) إلى أن الطلبة ذوي الاحتياجات الخاصة يعانون من العديد من المشكلات، أهمها: ضعف الدافعية، والاكتئاب وتصور جسمي ومفهوم ذات سلبي، وفقدان الضبط الذاتي، وفقدان مصادر المكافأة والمتعة. والصعوبة في تقبل الإعاقة والتوافق معها، والاعتمادية علي الآخرين في شتى المجالات الطبية والنفسية، والاجتماعية والاقتصادية، والاضطراب في الأدوار الاجتماعية ونقص في المهارات الاجتماعية المناسبة. كما أن التعامل السلبي مع المعاق من قبل مجتمعه يعد من أهم الأسباب التي تؤثر علي ثقته بذاته وبقدراته، ويترتب علي ذلك العديد من المشكلات النفسية، فالحيط الاجتماعي الذي لم يأخذ بيد المعاق ولم يشجعه ولم يتقبله أصبح مجتمعاً معيقاً أكثر من الإعاقة ذاتها، (أبو علام، العادل 1978 م، 2951) وتمتع الفرد بصحة جسدية جيدة وقدرة علي مواجهة الصعاب، وخلوه من العاهات والأمراض يحقق له درجة من الثقة بنفسه، ولكن في حال وجود مشكلة جسدية معينة فإن درجة الثقة التي يتمتع بها الفرد قد تحدد كيفية تقبله لتلك الإعاقة وتعامله مع الآخرين، وتؤثر الإعاقة الحركية بصفة خاصة تأثيراً سلبياً في اتجاه الفرد، وميوله، وكثيراً ما تؤدي إلي زيادة حساسيته وشعوره بالنقص، وخاصة عندما يقارن حالته الجسمية بإقرانه، والحالة النفسية المعاقين حركياً تفرض عليهم ظروفًا، وعبئاً كبيراً، مما يجعلهم أكثر عرضة لحالات

## فعالية برنامج إرشادي لتنمية الثقة بالنفس لدي طالبات ذوي الاحتياجات الخاصة

الانطواء، والعدوانية، لذا تعتبر تنمية الثقة بالنفس لديهم خطوة في مساعدتهم للتخلص مما يعانونه من مشكلات باعدت بينهم وبين التوافق النفسي السليم، والتوافق مع الواقع الاجتماعي الذي يعيشون فيه.

### المشكلة:

إن شريحة المعاقين من أكثر شرائح المجتمع احتياجاً لتنمية الثقة بالنفس لما يتعرضون له من تحديات نفسية واجتماعية واقتصادية صعبة ومعقدة، وتلك التحديات تجعل المعاقين حركياً بصفة خاصة أكثر عرضة للشعور بانخفاض الثقة بالنفس لما يواجهونه من مشكلات شخصية واجتماعية هي في الأساس لا ترتبط بالإعاقة بل في الإطار الاجتماعي واتجاهات المجتمع نحوهم، لذا فالمعاق حركياً في أمس الحاجة إلى عون خارجي واع مرتكز علي أسس علمية وتكنولوجية تعيده إلى المستوي الطبيعي أو إلى ما يقربه منه (شكور، جليل 1995 م، 30). ومن هنا جاءت فكرة الحاجة الضرورية إلى تصميم برنامج إرشادي لتنمية الثقة بالنفس لدي المعوقات حركياً حتى يستعيدون ثقتهن بأنفسهن وتوافقهن النفسي والاجتماعي.

### ويحاول البحث الحالي الإجابة علي السؤال الآتي:

ما أثر برنامج إرشادي لتنمية الثقة بالنفس لدي طالبات من ذوي الاحتياجات الخاصة (المعاقات حركياً)

بجامعة الطائف؟

### هدف البحث:

- التحقق عن فعالية برنامج إرشادي لتنمية الثقة بالنفس لدي طالبات ذوي الاحتياجات الخاصة (المعاقات

حركياً) بجامعة الطائف.

### أهمية البحث:

الأهمية النظرية:

- يهتم هذا البحث بشريحة هامة من شرائح المجتمع ألا وهي ذوي الاحتياجات الخاصة المعاقات حركياً.

- قد يسهم هذا البحث في إثراء المكتبة العربية بموضوع يتسم بالندرة في البيئة العربية.

- مساعدة أفراد العينة علي تحقيق قدر عالي من الثقة بالنفس.

## الأهمية التطبيقية:

- الاستفادة من البرنامج الإرشادي القائم علي فنيات الإرشاد النفسي (المحاضرات، المناقشة والحوار، التفرغ الانفعالي، التخيل، الحديث مع الذات، أنشطة) مع الحالات المماثلة.
- إعداد مقياس الثقة بالنفس لطالبات الجامعة
- تزويد أفراد العينة ببعض الأسس والمهارات التي تساعدن علي مواجهة الصعاب والمواقف الحرجة بطريقة إيجابية ورفع مستوى الثقة بالنفس لديهم وكيفية تعزيزها وتدعيمها لمساعدتهن علي تحقيق التوازن النفسي
- يفيد البرنامج الإرشادي في حالة ثبوت فاعليته القائمين بالعمل مع هذه الشريحة بوضع البرامج المماثلة التي تساعد علي تنمية جوانب النمو المختلفة لديهن.

## حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي من خلال النقاط التالية:

- الموضوع الذي تصدي الباحثة لدراسته: فعالية برنامج إرشادي لتنمية الثقة بالنفس لدي طالبات ذوي الاحتياجات الخاصة ( المعاقات حركياً) بجامعة الطائف.
- البعد المكاني: التطبيق علي عينة من الطالبات المعاقات حركياً بجامعة الطائف.
- طريقة اختيار العينة: (عدد 5) عينة قصدية من الطالبات من ذوي الاحتياجات الخاصة (معاقات حركياً)

## مصطلحات البحث:

### البرنامج الإرشادي: Counseling Program

- إجرائياً بأنه عبارة عن خطة عمل تصمم وتنظم في وضع أسس عملية لتقديم الخدمات الإرشادية المباشرة وغير المباشرة من أجل تحقيق أهداف الإرشاد النفسي النمائية والوقائية.

### الثقة بالنفس: Self- Confidence

هي إدراك الفرد لكفاءته الذاتية والاجتماعية، ومهارته علي ضبط انفعالاته والتعامل بفاعلية مع المواقف المختلفة.

## فعالية برنامج إرشادي لتنمية الثقة بالنفس لدي طالبات ذوي الاحتياجات الخاصة

وتعرف إجرائياً "بأنها الدرجة الكلية التي يحصل عليها المفحوصات علي اختبار الثقة بالنفس المعد لأغراض

البحث الحالي".

### المعاقات حركياً:

هن اللاقي تختلفن عن الأفراد العاديين في النواحي الحسية والحركية، وغير قادرات علي تحصيل أكبر عائد ممكن

من استخدام مجهوداتهن العضوية إلي الحد الذي يحتاج فيه إلي خدمات طبية، تأهيلية، تربوية، نفسية، واجتماعية خاصة

(أبو مصطفى، نظمي، 2009 م، 29)

### طالبات الجامعة

والمعاقات حركياً في البحث الحالي هن فئة من الطالبات ذوي الاحتياجات الخاصة اللاقي يعانن من خلل ما في

قدراتهن الحركية، أو نشاطهن الحركي بجامعة الطائف.

### الإطار النظري للبحث

#### أولاً: الثقة بالنفس (Self- Confidence)

أ- مفهوم الثقة بالنفس:

يعرف ( محمد، عادل، 1997) الثقة بالنفس علي أنها إدراك الفرد لكفاءته، أو مهارته وقدرته علي أن يتعامل

بفاعلية مع المواقف المختلفة، وتتطلب أن يحيا في أمان وأن يشعر بالطمأنينة، أما عندما يشعر بالخوف، أو يفقد شعوره

بالأمن فيبدو عليه عدد من المظاهر منها ضعف الروح الاستقلالية، والتردد، وانعقاد اللسان في وجود الآخرين، والحجل

وعدم القدرة علي التفكير في المستقبل، واتهام الظروف عند الإخفاق، والخوف من نقد الآخرين، إضافة إلي أحلام

اليقظة، والتظاهر بطيب الخلق.

أما العنزي، فريح، 2001 م، 51) فقد عرف الثقة بالنفس علي أنها قدرة الفرد علي أن يستجيب استجابات

توافقية تجاه المثيرات التي تواجهه، وإدراكه تقبل الآخرين له وتقبله لذاته بدرجة مرتفعة.

ب- أهمية الثقة بالنفس:

يري (ميخائيل، يوسف، د: ت، 33-55) أن أهمية الثقة بالنفس تتجلي في النقاط التالية:

- تحقيق التوافق النفسي: هناك علاقة وثيقة بين كلاً من الثقة بالنفس والصحة النفسية وكذلك الإحساس بالسعادة، فالسعادة حالة من الارتياح النفسي تعتمد بصفة أساسية علي الشعور بالطمأنينة والثقة بالنفس، فليس من الممكن أن يشعر فرد بالاطمئنان إلا إذا توفرت له هذه الثقة، والشخص المتوافق نفسياً هو الذي يستمتع بثقته بنفسه، أما غير الواثق من نفسه فيكون غير متوافق نفسياً وبالتالي يصبح عرضة في أي لحظة للاضطراب، كما أن الثقة بالنفس تحمي صاحبها من التصرفات العدوانية التي قد تبطش بكيانه النفسي، والصحة النفسية لا تتحقق إلا عن طريق الجهد الدائم والكفاح المستمر من أجل النمو السوي والتوافق مع المتغيرات الاجتماعية والنفسية المتطورة باستمرار من أجل الحفاظ علي مستوي الثقة بالنفس.

-استمرار اكتساب الخبرة: يري البعض أن الخبرة مكتسبة، وهناك نوعان من الخيارات المكتسبة : خيارات لا شعورية ولا إرادية، وخيارات شعورية وإرادية، ومن أهم العوامل التي تساعد علي اكتساب الخيارات الشعورية والإرادية، إرادة الفرد في اكتسابها والتمرن عليها، إلي جانب تمتعه بقدر معين من الثقة بالنفس، فبغير توافر حد أدني معين من هذه الثقة لن يستطيع اكتساب أي خيارات جديدة، فالثقة بالنفس تتطلب الاستمرار في النضج الخيري والتطلع لدرجات أعلى من الخيارات التي تتضمنها معارج الخبرة الفسيحة والمتدرجة.

-حب الآخرين: إن حب الناس لنا شيء عزيز لأنفسنا، فبغير حب الآخرين لنا، وبغير حبنا للآخرين، فإننا لا نستطيع الإحساس بكياننا الإنساني، ذلك أن اكتمال وجودنا الإنساني الاجتماعي لا يأتي لنا إلا إذا تبادلنا مع من حولنا حباً بحب، فالشخصيات الواثقة من نفسها لا تتخذ من حب الناس ومن حبه للناس ومن حب الناس لهم وسيلة للاستمتاع الشخصي، ولا تجعل من تقصير حب الناس لهم مدعاة للشعور بالألم، فحب الواثق من نفسه للآخرين، واستقباله حبه لهم يقوم أساساً علي احترام الشخصية الإنسانية، حيث أن الثقة بالنفس تستلزم تلبس الشخص بالحب وعدم تسرب روح الكراهية إليه.

-مواجهة الصعاب والمشكلات: أن الحياة لا تسير وفق ما نوهوا، ولا تسير أمور حياتنا حسبما رسمنا في أذهاننا، أو علي النحو الذي علقنا به آمالنا، بل كثيراً ما يحدث عكس ما تخيلنا وعلي نقیض ما توقعنا وخلافاً لآمالنا التي وطنا النفس عليه، هنا تلعب الثقة بالنفس دوراً كبيراً وحاسماً في موقف الفرد من خلال المشكلات التي تعترض



## فعالية برنامج إرشادي لتنمية الثقة بالنفس لدي طالبات ذوي الاحتياجات الخاصة

طريق حياته والصعاب التي تعرقل صوب أهدافه التي رسمها لنفسه والتي أناط بها آماله وعلق عليها مطامحه، فهي تكسبه قوة الاحتمال، وطاقة ينفذ بها مراميه، ولا شك أن التغلب علي الصعاب التي تجابهنا في الحياة، والتوصل إلي حلول ناجحة للمشكلات التي تصادفنا في سبيل تحقيق أهدافنا بحاجة ماسة إلي قوة احتمال، وإلي طاقة نفسية كبيرة، هذه الطاقة هي بمثابة ضبط للنفس في المواقف الحرجة التي يمكن أن يغلب فيها قياد الشخص، فمثل هذه الطاقة أن لم يكن الشخص مجهزاً بالطاقة النفسية المطلوبة، لا يورث الإنسان وقتها سوي الندم. كما أن الثقة بالنفس ليست عملاً ينبغي ممارسته بل هي ثمرة يجنيها الإنسان نتيجة بذور غرسها ورعاها، فالثقة بالنفس تتطلب معرفة الإنسان لنفسه، الثقة بالنفس هي العمود الفقري لشخصية الإنسان إذ بدونها يفقد الإنسان احترامه لذاته ويصبح عرضة لانتقاد الآخرين واستغلالهم له وبالتالي عيشه في حياة بئيسه، وعكس ذلك الإنسان المتمتع بالثقة في نفسه يكون محط احترام الجميع وتكون نظرتة للحياة متفائلة.

-وتسهم الثقة بالنفس بشكل مباشر في تحقيق التوافق النفسي للأفراد وهي ترتبط بمفهوم الفرد الإيجابي عن ذاته وتقديره المرتفع للذات، ومن ثم فهي تلعب دوراً هاماً في تحقيق الفرد لذاته مما يكون له أكبر الأثر في تحقيق الهوية الإيجابية. (محمد، عادل، 1997 م، 67).

### ج- العوامل المؤثرة في الثقة بالنفس:

هناك مقومات تؤثر في الثقة بالنفس وتعمل علي تعزيزها وتجعل منها قوة لا يستهان بها في بناء شخصية الفرد وفي نموه النفسي وحدوث الاستقرار والصحة النفسية السليمة ولعل من أبرزها:

#### 1- العوامل الجسمية:

إن تمتع الشخص بصحة جسدية جيدة، وخلوه من العاهات والأمراض يضمن له جزءاً لا بأس به من الثقة بالنفس، هذه هي القاعدة، ولكن في حال الشواذ ووجود مشكلة جسمية معينة فإن درجة الثقة التي يتمتع بها الفرد هي التي تحدد كيفية تعامله مع تلك الإعاقة، إضافة إلي ذلك فإن الثقة بالنفس تدفع إلي تأكيد الاتساق الحركي، فمن الملاحظ أن الشخصية المنهزمة أو المصدومة بموقف ما في الحياة هي عرضة لفقدان اتساقها الحركي، وعليه فيمكن القول أن هناك تبادلاً في التأثير بين التكيف الحركي وبين الثقة بالنفس (ميخائيل، يوسف، ب: ت 85-90).

## 2- العوامل العقلية:

يعتبر الذكاء عنصر هام لمساعدة الفرد علي اكتساب الجديد وتجنب العديد من الأخطاء والأخطار، وجعله محبوباً بين الآخرين، هذا كله يزود الفرد بقدر لا بأس به من الثقة بالنفس، وذلك لما يلاقه من معاملة حسنة ومن تقبل الذين حوله له.

## 3- العوامل الاجتماعية:

الفرد لا يعيش بمعزل منفصل عن المجتمع، بل هو جزء منه، يؤثر فيه ويتأثر به، فالمجتمع يقدم العلوم والمعارف التي تعود بالفائدة علي الفرد نفسه وعلي المجتمع الذي يعيش فيه لتجعل منه إنساناً واثقاً من نفسه يشعر بإنسانيته قادراً علي مواجهة الحياة، ومواجهة المستقبل بكل شجاعة وأقدام ليكون عنصراً فعالاً فيه، لكن في بعض الأحيان تكون العلاقة بينهما ليست ثابتة بحيث أنه قد ينحرف عن المجتمع الذي ينشأ فيه وربما يقف ضده ويقاومه يصبح من الصعب عليه التكيف معه، وقد يحصل العكس من ذلك حيث يأخذ المجتمع من الفرد موقفاً مضاداً وبالتالي يصبح غير مقبول اجتماعياً عندها سيشعر بعدم الثقة بالنفس ويكون ذلك سبباً في انسحابه وانعزاله عنه. (العبيد، محمد، 1995 م، 7).

## 4- العوامل الوجدانية:

ومن أهم المقومات الوجدانية التي تكسب الفرد ثقة بنفسه هو الخلو من المخاوف المرضية، والشكوك المرضية والوساوس التي يؤدي تسلطها علي الشخص إلي فقدان ثقته بنفسه أو اهتزازها، وكذلك النظرة الواقعية الوجدانية إلي الذات بغير استعلاء أجوف أو احتقار مهين للذات، إضافة إلي الابتعاد عن التدرع بالنكوص المرضي إلي مراحل عمرية سابقة من حياة الفرد، ثم أن افتقاد الثقة بالنفس يتسبب ببث شعور الحزن والاكتئاب المرضي في نفس الفرد، ذلك أن الفرد الذي لا يجد من واقعه الاجتماعي ما يستدعي إحساسه بالأنس، ولا يعرف سبباً لما يشعر به من حزن دفين داخل أحشائه، فإنه سينتهي في نهاية المطاف إلي فقدان الثقة بنفسه. (ميخائيل يوسف، ب: ت 100).

## د- معوقات نمو الثقة بالنفس:

إن الثقة بالنفس أمر مطلوب، كونها تساعد الفرد علي تحقيق النجاح والتوافق الاجتماعي مع الوسط المحيط به سواء كان في الأسرة أو العمل أو الأصدقاء، إلا إنه قد يحدث أحياناً أن يتعرض الفرد لبعض المعوقات التي قد تعوقه عن تحقيق أهدافه وطموحاته وتؤثر عليه سلباً فتجعل منه شخص غير واثق من نفسه ومن هذه المعوقات :

### 1- المعوقات الصحية:

من المعوقات الصحية التي قد تؤثر علي حالة الفرد ما يلي: الإصابة ببعض العاهات التي قد تثير الشفقة أو تثير استهزاء بعض المستهزئين كالشخص الذي يفقد حاسة البصر، أو السمع نتيجة تعرضه لحادث ألم به وتسببت له في هذه العاهة. والذي يمنعه من مواصلة عمله الذي دأب علي التمرس عليه وكسب رزقه عن طريقه، وإحساسه بأنه أصبح عاجزاً عن الاعتماد علي نفسه وعن إعالة من يجب عليه إعالتهم فشل الفرد في تحقيق أهدافه وطموحاته لكونه غير مستوفي لبعض الشروط في إحدى المجالات تجعله يفقد جانباً كبيراً من ثقته بنفسه خاصة إذا كان قد علق آماله المستقبلية عليها (ميخائيل، يوسف، د:ت: 114).

### 2- المعوقات العقلية:

الإنسان باعتباره كائناً حياً لا يستطيع أن يثق في نفسه إلا إذا حقق وعبر عن ذاته، وعن معوقات تلك الذاتية بالنهج المطلوب دون زيادة ونقصان فالحياة العقلية تشكل للفرد كياناً وقواماً جوهرياً، فإذا سارت هذه الحياة في المستوي المطلوب عندها سيحس الإنسان بالافتقار إلي الثقة بالنفس، فمن المعوقات التي قد تعترض الحياة العقلية ما يلي: انخفاض مستوي ذكاء الفرد وعدم قدرته علي الاستفادة من خبراته السابقة في مجابهة وحل المشكلات الجديدة المتشابهة للمشكلات السابقة والمشاركة معها في بعض المقومات.

## ه- مظاهر ضعف الثقة بالنفس:

يري (بدران، عمرو، 1990 م) إن ضعف الثقة بالنفس هي سلسلة مترابطة تبدأ بانعدام الثقة بالنفس ثم الاعتقاد أن الآخرين يرون عيوبه وسلبياته، مما يؤدي إلي الشعور بالقلق إزاء ذلك والرغبة من سلوك سلمي، وهذا يؤدي إلي الإحساس بالخجل، الأمر الذي يؤدي مرة أخرى إلي ضعف الثقة بالنفس، مما يعني تدمير حياة الفرد.

وذكر (العنزي، فريح، 1999 م، 418) بعضاً من مظاهر ضعف الثقة بالنفس تتمثل فيما يلي:

- الإحساس بالعجز عن مواجهة المشكلات والاعتماد علي الغير في الأمور العادية.
- الميل إلي التردد، والتراجع، والمغالاة في الحرص.
- القلق حول التصرفات، والصفات الشخصية.
- الحساسية للنقد الاجتماعي، والشك في أقوال الآخرين وأفعالهم.
- الخوف من المنافسة والاستياء من الهزيمة، والشعور بنقص الجدارة، والمسايرة خوفاً من النقد، والشعور بالخجل، والارتباك، والخجل في المواقف الجديدة.

#### و- مظاهر التمتع الثقة بالنفس:

أشار (أبو علام، العادل، 1978) أن الشخص المتمتع بثقة عالية في نفسه يتميز بما يلي: الإحساس بالقدرة علي مواجهة مشكلات الحياة في الحاضر والمستقبل، والقدرة علي البت في الأمور واتخاذ القرارات وتنفيذ الحلول، مقابل الإحساس بالعجز عن مواجهة المشكلات والاعتماد علي الغير في الأمور العادية، والإحساس بالحاجة إلي تأييد الآخرين، ومساندتهم، والميل إلي التردد والتراجع، والمغالاة في الحرص .

#### ز- الثقة بالنفس في ضوء بعض النظريات النفسية:

اهتمت العديد من النظريات النفسية بموضوع الثقة بالنفس باعتباره من مظاهر السواء ومن معالم الشخصية المتوافقة نفسياً واجتماعياً، لمحاولة التوصل إلي انجح الحلول المناسبة لمساعدة الأفراد علي تحقيق الصحة النفسية، وقد اتبعت كل نظرية أسلوباً من المعالجة النفسية والإرشادية لهذا المفهوم .

#### 1- اتجاه التحليل النفسي الاجتماعي

جاءت نظريات هذا الاتجاه لتؤكد علي أهمية العوامل الاجتماعية والثقافية وتشير إلي أهمية نوعية العلاقات بين الفرد والمحيط الإنساني والاجتماعي الذي ينتمي إليه، كما جاءت إسهامات نظريات هذا الاتجاه أكثر نضجاً فیتناولها للشخصية الإنسانية من الاتجاه التحليلي الكلاسيكي، ولهذا فإن نظريات هذا الاتجاه الذي يترجمه هورني وفروم وسوليفان تأثرت واستفادت من التحليلية الفرويدية ومن نظريات أدلر ويونج وقدمت رؤية انتزعت من خلالها هيمنة الرؤية الحتمية

لضعف الأنا وسلبيتها وكانت هذه الرؤية إسهاماً أثري الحركة المعرفية والبحثية وأدى إلي ظهور رؤى أكثر إيجابية وموضوعية كان أبرزها التحليلية الشاملة الذي جاء بها إريسكون. وتري هورني "أن السلوك الإنساني سلوك متعلم وأنه قابل للتغيير وأن الإنسان في سلوكه يحاول أن يحقق لنفسه الأمن والرضا كما أولت اهتماماً لأثر البيئة في السلوك، ولقد ركزت علي العلاقات الشخصية وتري بأن طرق التنشئة الأسرية السوية تعزز النمو السوي وتساعد علي تحقيق الذات وتشجع الحب والاحترام، ويجب أن تجنب الأسرة استخدام السيطرة والتساهل المفرط والمتطلبات الزائدة لأنها تعيق حدوث النمو والسلوك السليمين. (حسن، سعيد، وعزت، جودت، 1999 م، 39). أما فروم فيتناول الثقة بالنفس تحت مصطلح الحب الذاتي حيث يؤكد فروم علي أن القدرة علي الحب تتطلب التغلب علي النرجسية، فيجب علي الفرد أن يكافح من أجل النظر إلي الناس الآخرين والأشياء بطريقة موضوعية ويعترف بتلك الأوقات والتي كان فيها مقيد بمشاعر ذاتية، فالفرد يحتاج إلي الاعتراف بأن الفرق بين تصوره لشخص آخر، وواقعية الشخص كما تظهر بعيدة عن تدخل حاجاته وانفعالاته في الحكم عليه؛ إن مفهوم فروم للحب الذاتي يوازن بظهور تأكيد روجرز علي الانسجام ومناقشات ماسلو للاحترام والتقدير الذاتي . أما سوليفان فينظر للثقة بالنفس كأحد المكونات الأساسية في البناء الشخصي التي تظهر كنتيجة لتفاعلات الفرد مع بيئته من خلال عدد لا حصر له من المواقف الاجتماعية فحينها يصبح الفرد واعياً بنفسه وبكيفية ارتباطه بالناس الآخرين. وهذا ما وضحه (زهرا، حامد، 2003 م، 124) بأن الثقة بالنفس كما ينظر إليها سوليفان تتوقف علي العلاقات الشخصية المتبادلة بين الشخص والآخرين وهو في المبادئ والافتراضات الرئيسية التي قامت عليها نظرية سوليفان.

## 2- الاتجاه العقلاني الانفعالي "البرت أليس"

ينتمي الاتجاه العقلاني الانفعالي إلي النظرية التي طورها ألبرت أليس، حيث يعتبر أحد رواد هذا الاتجاه إلي أن الثقة بالنفس كمعيار من معايير الشخصية السوية، وحدد ثلاثة عشر معياراً للشخصية السوية منها:

- اهتمام الفرد بذاته وتحقيقه لرغباته السوية.
- حصول الفرد علي الاهتمام الاجتماعي من الآخرين.
- تقبل الفرد للإحباط وإمكانية التعامل معه بواقعية.

- قدرة الفرد علي توجيه ذاته، واعتماده علي نفسه.
- القدرة على الحصول علي السعادة.
- القدرة على التفكير العلمي.
- الواقعية وتقبل الذات.
- تحمل المسؤولية الذاتية عن الاضطراب الانفعالي، وعدم لوم الآخرين.

### 3- اتجاه ميكتبوم "التعليمات الذاتية"

ينتمي هذا الاتجاه إلي إسهامات ميكتبوم لتركز علي الحديث الداخلي أو ما يعرف باسم حديث الذات (التعليمات الذاتية)، وأشار إلي تأثيرها علي السلوك وبالتالي فإن العملية الإرشادية تتضمن تطوير أساليب تستخدم لتوجيه ومراقبة ومراجعة وضبط السلوك، وهو بذلك يشير إلي أهمية أن يتمتع الفرد بدرجة من الثقة بنفسه حتي يتمكن من أن تكون أحاديثه الذاتية إيجابية.

وهذا الاتجاه المعرفي يوحي بأن ثقة الفرد بنفسه هي محصلة لأحاديث داخلية إيجابية كونت بناءات معرفية نتج

عنها سلوك إيجابي يمثل في مستوي مرتفع من الثقة بالنفس. (الشناوي، محروس، 1998 م، 213-222)

### ثانياً: الإعاقة الحركية:

إن شريحة المعاقين من أكثر شرائح المجتمع احتياجاً للثقة بالنفس، لما يتعرضون إلي تحديات نفسية واجتماعية واقتصادية صعبة، ومعقدة وخاصة المعوقين حركياً وتلك التحديات تجعل المعوقين حركياً عرضة بالشعور بالنقص نحو الثقة بالنفس، لذا هم بحاجة ماسة لذلك، كما يواجه المعوقين مشكلات شخصية واجتماعية في نفس الوقت، والأساس في تلك المشكلات التي ترتبط بالإعاقة لا تكمن في الانحراف في حد ذاته، بل في الإطار الاجتماعي، واتجاهات المجتمع نحو المعاق، وأن المعاق يعيش في مجالين مختلفين من الناحية النفسية : فهو كأني إنسان يعيش في مجال الغالبية العظمي من العاديين، وفي نفس الوقت يعيش في عالم سيكولوجي خاص تفرضه عليه إعاقته إلا أن هذين العالمين متداخلان ينتج عنهما حالة نفسية مزدوجة يترتب عليها سوء التوافق الاجتماعي والنفسي (البيومي، محمد، 2003 م، 295).

وتمثل الإعاقة الحركية حالات الأفراد الذين يعانون من خلل ما في قدراتهم الحركية، أو نشاطهم الحركي، بحيث يؤثر ذلك الخلل علي مظاهر نموهم العقلي والاجتماعي والانفعالي، مما يستدعي الحاجة إلي التربية الخاصة، وذلك لأن خصائص شخصية المعاقين حركياً تختلف تبعاً لاختلاف مظاهر الإعاقة الحركية، ودرجتها، وقد تكون مشاعر القلق، والخوف، والرفض، والعدوانية، والانطوائية، والدونية من المشاعر المميزة لسلوك المعاقين ذوي الاضطرابات الحركية، وتتأثر مثل تلك الخصائص الشخصية بمواقف الآخرين وردود فعلهم نحو مظاهر الاضطرابات الحركية . (منشورات جامعة القدس المفتوحة 2008 م، 450، 443) ولا شك أن الإعاقة توهن من قدرة صاحبها، وتجعله في أمس الحاجة إلي عون خارجي واع مرتكز علي أسس علمية وتكنولوجية تعيده إلي المستوي الطبيعي أو إلي ما يقربه منه.

(شكور، جليل 1995،30) وأن إشعار المعاق حركياً بالرفقة والعطف والمواساة بشكل دائم يشعره بالعجز والضعف المستمر، ومن أن شأنه يشعر المعاق باليأس، والإحباط والسلبية وفي بعض الأحيان يفكر بوسائل الانتحار (حابس، ألعوامله، 36، 2003).

وتؤثر الإعاقة الحركية تأثيراً سلبياً في اتجاه الفرد، وميوله، وكثيراً ما تؤدي إلي زيادة حساسيته وشعوره بالنقص وخاصة عندما يقارن حالته الجسمية بأقرانه وتواجه المعاقين حركياً مشكلات انفعالية مثل الخوف ومشاعر العجز والغيرة ومشكلات متصلة بالمستقبل كمشكلة الزواج والإفلاع عنه بشكل إجباري بسبب الإعاقة أو الزواج من شريك معوق أو غير معوق أو الخوف من تأثير عامل الوراثة أو مشكلات تربية الأبناء. (أبو فخري، غسان، 2003 م، 140)

وأن المعاقين بإعاقات جسدية يعانون من الإحساس الدائم بالنقص مما يؤدي إلي الضعف العام ونقص الحركة بصفة عامة يؤدي إلي الاختلال بالشخصية العامة المميزة، وكذلك النقص في الاتزان الانفعالي والعاطفي .(النجار، محمد، 1997 م، 22) وإن سلوك المعاق حركياً وانفعالاته يتأثران من جهة بإعاقته الحركية بشكل أو بآخر، ومما يدفعه إلي البحث عن وسائل تخفف من شعوره بالنقص والدونية، والضيق، ومن جهة ثانية يتأثر سلوكه الاجتماعي مع الآخرين بدرجة إعاقته وطبيعتها الأمر الذي يدفعه إلي تغيير سلوكه الاجتماعي حتي وإن بدا غير مقبول لدي الآخرين لأن تلك المشاعر تؤثر في المعاقين حركياً فتظهر ملامح الخوف والقلق والإحباط في الأفق، وتنعكس نتائجها سلباً علي علاقته مع الأقران وخاصة الأسوياء إذا كانت نظرهم إليه تتسم بالعوز والحاجة (عبد اللطيف، آذار، 5، 2001).

## دراسات وبحوث السابقة:

### أ- البرامج التي تناولت الثقة بالنفس:

1-دراسة علوان، نعمات، والطلاع، عبد الرؤوف (2014 م): هدفت الدراسة إلى التحقيق من فاعلية برنامج إرشادي لتنمية الثقة بالنفس وأثره في زيادة المرونة الإيجابية، وبلغ قوام عينة الدراسة (36) شرطياً من العاملين في جهاز الشرطة الفلسطينية بمحافظة خانونس، تم اختبارهم بطريقة قصدية، وتوزعت العينة إلى مجموعتين بالتساوي الأولى تجريبية والأخرى ضابطة، وقد بينت نتائج الدراسة أن هناك فروقاً دالة إحصائياً بين أفراد المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية، كما بينت وجود فروق دالة إحصائياً في القياسات القبلية والبعدية لدى أفراد المجموعة التجريبية علي مقياسي الثقة بالنفس والمرونة الإيجابية لصالح القياسات البعدية.

2-دراسة شراب، عبد الله (2013): هدفت الدراسة إلى التعرف علي درجة كلاً من الثقة بالنفس والمسئولية الاجتماعية والتحقق من فاعلية برنامج تدريبي لتنمية الثقة بالنفس كمدخل لتحسين المسئولية الاجتماعية لدي طلاب المرحلة الثانوية. وقد أظهرت النتائج أجمالاً وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الثقة بالنفس والمسئولية الاجتماعية لصالح المجموعة التجريبية، كما أظهرت الدراسة أيضاً وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي علي درجات أفراد المجموعة التجريبية في مقياسي الدراسة أظهرت نتائجها بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات أفراد المجموعة التجريبية في الثقة بالنفس والمسئولية الاجتماعية بين القياسين البعدي والتبعي.

3-دراسة النجار، محمد (2012): هدفت الدراسة إلي معرفة أثر فاعلية برنامج إرشادي لتنمية الأمن النفسي لدي المعاقين حركياً، وقد توصلت نتائج الدراسة إلي أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي (0.05) بين متوسطات درجات المعاقين حركياً في المجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج الإرشادي، ومتوسطات درجات المعوقين في المجموعة الضابطة علي مقياس الأمن النفسي، وأنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي 0.05 بين متوسطات درجات المعوقين حركياً في المجموعة التجريبية علي مقياس الأمن النفسي قبل تطبيق البرنامج الإرشادي، ثم بعد تطبيقه



## فعالية برنامج إرشادي لتنمية الثقة بالنفس لدي طالبات ذوي الاحتياجات الخاصة

لصالح التطبيق البعدي، وأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.05 بين متوسطات درجات المعوقين حركياً في المجموعة التجريبية علي مقياس الأمن النفسي في القياسين: البعدي والتتبعي.

### 4- دراسة رجب، سمية (2010 م): عن فعالية برنامج إرشادي مقترح لتنمية الثقة بالنفس لدي طالبات

الجامعة الإسلامية بغزة، هدفت الدراسة إلي الكشف عن فعالية البرنامج الإرشادي المقترح لتنمية الثقة بالنفس لدي طالبات الجامعة الإسلامية بغزة، والتعرف علي مستوى الثقة بالنفس لدي أفراد العينة، وتكونت عينة الدراسة عينة تجريبية فقط وكان عددها طالبة من طالبات الجامعة الإسلامية، وتمثلت أدوات الدراسة في استبيان للثقة بالنفس وجلسات البرنامج الإرشادي المقترح لتنمية الثقة بالنفس، وأسفرت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لصالح البعدي، مما يعني فعالية البرنامج المقترح لتنمية الثقة بالنفس، في حين لم توجد تلك الفروق بين القياسين البعدي والتتبعي مما يعني استمرارية فعالية البرنامج المقترح بعد شهرين من تطبيقه.

### 5- دراسة يونس، عبد الكريم (2010 م): عن فعالية برنامج لتنمية الثقة بالنفس لدي طفل الروضة، وهدفت

الدراسة إلي تنمية الثقة بالنفس لطفل الروضة وذلك من خلال برنامج الثقة بالنفس، وتكونت عينة الدراسة الكلية من 62 طفل وطفلة مقسمة إلي (12 ذكور، 12 إناث) مجموعة تجريبية ذكور، 21 إناث مجموعة ضابطة 21 ذكور، 25 إناث، وأظهرت نتائج الدراسة أنه توجد فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعتين الضابطة والتجريبية من أطفال الروضة علي مقياس الثقة بالنفس بعد تطبيق البرنامج، لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية علي مقياس الثقة بالنفس في القياس بعد تطبيق البرنامج والقياس التتبعي.

### 6- دراسة التوني، سهير (2010): عن تنمية الثقة بالنفس باستخدام فنيات من البرمجة اللغوية العصبية

والعلاج المعرفي السلوكي لعلاج الأطفال المتلعثمين، هدفت الدراسة إلي الكشف عن المواقف الشائعة للتلعثم ورفع مستوى الثقة بالنفس وخفض شدة التلعثم لدي عينة من الأطفال المتلعثمين، ذكور، من خلال تصميم برنامجين (الأول: برمجة لغوية عصبية، والثاني: معرفي سلوكي) تكونت عينة الدراسة من 44 طفل، وقد قسمت إلي مجموعتين تجريبيتين، الأولى 22 طفل وخضعوا لبرنامج البرمجة اللغوية العصبية، والثانية 22 طفل خضعوا لبرنامج العلاج المعرفي السلوكي، وأظهرت النتائج وجود فروق بين القياسات القبلي - البعدي والتتبعي علي متغيري الدراسة) شدة التلعثم - الثقة

بالنفس ( لدي أطفال المجموعة التجريبية الثانية والتي خضعت لبرنامج العلاج المعرفي السلوكي لصالح التطبيق التتبعي، وأنه بارتفاع مستوى الثقة بالنفس، انخفضت شدة التلعثم، ووجود فروق بين القياسات البعدي والتتبعي علي متغير يشده التلعثم والثقة بالنفس لدي أطفال المجموعة التجريبية الأولى وأطفال المجموعة الثانية لصالح المجموعة التجريبية الأولى.

#### 7-دراسة: (Zuhda Husaina et al, 2010) هدفت إلي التعرف علي حالة العزلة الاجتماعية الناتجة

عن الإصابة بالإعاقة الجسدية لدي المعوقين حركياً، وقد أظهرت نتائج الدراسة، وأن غالبية المعوقين حركياً يفضلون البعد عن أفراد المجتمع المحيط بهم وخاصة أقرانهم، وأفراد مجتمعهم الآخرين وذلك بسبب الشعور بالخجل، والخرج من الآخرين، وأن المعوقين بحاجة إلي الخروج من عالمهم الذي يلي الإعاقة، كي يتمكنوا من بناء مستقبلهم بشكل أفضل، وعدم الاعتماد كلياً علي الآخرين، والاندماج معه.

#### 8-دراسة حسيب، حسيب (2009 م) هدفت الدراسة إلي تقديم برنامج إرشادي لتنمية الثقة بالنفس

وخفض اضطراب اللجاجة في الكلام لدي الأطفال بالمرحلة الابتدائية، وأسفرت نتائج الدراسة إلي فاعلية البرنامج المقترح في تنمية الثقة بالنفس لدي الأطفال بالمرحلة الابتدائية، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات أطفال المجموعة التجريبية الذكور ومتوسطات درجات أطفال المجموعة الضابطة الذكور في مقياس الثقة بالنفس لصالح أطفال المجموعة التجريبية بعد انتهاء البرنامج وكذا بعد انتهاء فترة المتابعة

#### 9-دراسة المزوغي، حنان (2007 م): عن مدي فاعلية استخدام برنامج إرشادي لتنمية الثقة بالنفس لطلبة

السنة الأولى بالثانويات التخصصية وهدفت الدراسة إلي معرفة إلي أي مدي يمكن أن يؤثر البرنامج في رفع وتنمية الثقة بالنفس، اتبعت الباحثة التصميم التجريبي الأحادي ذو المجموعة الواحدة، والمعتمد علي القياس القبلي وأشارت النتائج إلي وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة في القياس القبلي والبعدي للثقة بالنفس لصالح القياس البعدي وخلصت الباحثة إلي أن البرنامج الإرشادي له أثر واضح في تنمية الثقة بالنفس لدي الطالبات .

#### 10- دراسة بامبلا جولدبرج (Goldberg P, 2004) برنامج Make believe لتنمية الثقة بالنفس

لدي أطفال مرحلة ما قبل المدرسة، وهدفت الدراسة إلي تقديم مفهوم مشترك للآباء والمعلمين، وتعمل المواد التي

## فعالية برنامج إرشادي لتنمية الثقة بالنفس لدي طالبات ذوي الاحتياجات الخاصة

يستخدمها البرنامج علي وضع معيار جديد للاستراتيجيات والأنشطة الابتكارية التي تساعد جميع الأطفال، ويعمل هذا البرنامج التعويضي علي تعليم الآباء كيفية إدارة صراعات الأسرة مع التركيز علي الترابط والمسؤولية تم استخدام عدة تقنيات مثل لعب الأدوار والصور المرئية وسرد القصص والفنون والألعاب والأنشطة المصممة خصيصاً ذات المكافآت والنتائج التي تعمل علي مساعدة الأطفال علي تحسين صنع القرار لديهم وقدرتهم علي حل المشكلات وصورتهم الذاتية، وأظهرت نتائج الدراسة أن البرنامج عمل علي خلق أطفال أكثر مسؤولية وذوي مهارات اجتماعية أفضل، وقدرة أفضل علي التقييم وثقة أعلي في النفس وتقدير الذات.

### تعقيب علي الدراسات السابقة:

من خلال العرض السابق للدراسات السابقة تبين للباحثة ما يلي:

1- أن البرامج التي تناولت تنمية الثقة بالنفس منها من اهتم بالعاملين في جهاز الشرطة كدراسة علوان، وعبد الرؤوف (2014 م)، ومنها من ركز علي طلاب المرحلة الثانوية كدراسة شراب (2013 م)، ودراسة المزوغي (2007)، وبعضها ركز علي أطفال مرحلة ما قبل المدرسة كدراسة بامبلا جولديج (Goldberg, 2004) ودراسة يونس (2010)، ودراسة حسيب (2009) دراسة التوني (2010 م) في خفض اضطراب اللجاجة في الكلام لدي الأطفال بالمرحلة الابتدائية.

1- ولم تكن هناك دراسات اهتمت بطالبات الجامعة في تنمية الثقة بالنفس سوي دراسة رجب (2010) عن فعالية برنامج إرشادي مقترح لتنمية الثقة بالنفس لدي طالبات الجامعة الإسلامية بغزة، فهي الدراسة الوحيدة التي اهتمت بطالبات الجامعة.

2- قلة البرامج التنموية الخاصة بالثقة بالنفس لدي المعاقين حركياً، فلم يكن هناك سوي دراسة دراسة النجار (2012) التي اهتمت بتصميم برنامج لتنمية الأمن النفسي، وذلك علي حد علم الباحثة.

3- ندرة البرامج الإرشادية بالبيئة السعودية التي تناولت تنمية الثقة بالنفس وخاصة فئة ذوي الاحتياجات الخاصة من المعاقات حركياً، حيث إهمال وعدم نظرة المجتمع لهذه الفئة.

كما أن جميع الدراسات اهتمت بفئات عمرية مختلفة ماعدا دراسة رجب (2010 م) التي اهتمت بتنمية الثقة بالنفس لطالبات الجامعة.

وأخيراً بالرغم من أن شريحة المعاقين من أكثر شرائح المجتمع احتياجاً للثقة بالنفس، لما يتعرضون من تحديات نفسية واجتماعية واقتصادية صعبة، ومعقدة وخاصة المعوقين حركياً وتلك التحديات تجعلهم عرضة بالشعور بالنقص، كما يواجه المعوقين مشكلات شخصية واجتماعية في نفس الوقت، ولم تكن هناك دراسات اهتمت بتنمية الثقة بالنفس لدي المعاقات حركياً من طالبات جامعة الطائف، لذا هم بحاجة ماسة لعمل برنامج إرشادي نفسي لتنمية الثقة بالنفس، وعليه يعد البحث الحالي من الدراسات الهامة في ميدان علم نفس الإعاقات.

### فروض البحث:

- 1- وجود فرق دال إحصائياً عند مستوي (ل  $\geq 0.05$ ) بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية ذوي الاحتياجات الخاصة بعد تلقي البرنامج الإرشادي وبين درجاتهم قبل البرنامج علي أبعاد مقياس الثقة بالنفس (بعد الكفاءة الذاتية - البعد الاجتماعي - البعد النفسي) - لصالح القياس البعدي.
- 2- وجود فرق دال إحصائياً عند مستوي (ل  $\geq 0.05$ ) بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية ذوي الاحتياجات الخاصة بعد تلقي البرنامج الإرشادي وبين درجاتهم قبل البرنامج الإرشادي علي مقياس الثقة بالنفس (ككل) - لصالح القياس البعدي.
- 3- وجود فرق دال إحصائياً عند مستوي (ل  $\geq 0.05$ ) بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية ذوي الاحتياجات الخاصة بعد تلقي البرنامج الإرشادي وبين درجاتهم التبعية علي أبعاد مقياس الثقة بالنفس (بعد الكفاءة الذاتية - البعد الاجتماعي - البعد النفسي) - لصالح القياس البعدي.
- 4- وجود فرق دال إحصائياً عند مستوي (ل  $\geq 0.05$ ) بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية ذوي الاحتياجات الخاصة بعد تلقي البرنامج الإرشادي وبين درجاتهم التبعية علي مقياس الثقة بالنفس (ككل)

## منهج البحث وإجراءاته:

أ- عينة البحث:

العينة الاستطلاعية للبحث:

تم تطبيق المقياس علي (69) طالبة من طالبات جامعة الطائف في نفس العمر الزمني. للعينة الأساسية (من سن 20: 23) وذلك لتطبيق، مقياس البحث عليهن.

وتهدف التجربة الاستطلاعية إلي:

- التعرف علي الصعوبات التي قد تواجهه عمليه التطبيق.
- مدي مناسبة ووضوح المقياس بالنسبة لعينة البحث.
- حساب الخصائص السيكومترية لمقياس الثقة بالنفس.

## 2- العينة الأساسية للبحث:

- تم تطبيق البرنامج الإرشادي علي أفراد عينة البحث التجريبية في الفترة من:

(1436/3/5 هـ / 11437/5/4 هـ) حيث روعي في اختيارهن حصولهن علي درجات متدنية علي مقياس

الثقة بالنفس، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة القصدية من الطالبات المعاقات حركياً الملتحقات بجامعة الطائف وعددهم (5) طالبات لمجموعة واحدة تجريبية.

## أ- منهج البحث

استخدم البحث الحالي المنهج شبه التجريبي باستخدام التصميم التجريبي ذو المجموعة الواحدة، كأحد أنواع

التصاميم في البحث التجريبي وذلك من خلال القياس القبلي للمجموعة، ثم تطبيق برنامج البحث، والقياس البعدي لبيان دلالة الفروق بين القياسات القبلية والبعدي والتتبعية.

## ج- أدوات البحث:

من خلال مشكلة البحث وأهميتها وفروضها وأهدافها أمكن تحديد الأدوات كما يلي:

1- مقياس الثقة بالنفس (إعداد الباحثة).

د. نادية فتحي إسماعيل عامر

2- برنامج إرشادي نفسي لتنمية الثقة بالنفس (إعداد الباحثة)

وفيما يلي عرض موجز لهذه الأدوات :

### 1- مقياس الثقة بالنفس (إعداد الباحثة)

أ- وصف المقياس: يتكون المقياس من 27 عبارة موزعة علي ثلاث أبعاد فرعية وهي:

\* **بعد الكفاءة الذاتية:** ويعني القدرة علي وضع خطط واقعية واتخاذ القرارات وتنفيذ الإجراءات اللازمة لحل

المشكلات اعتماداً علي القناعة بالقدرة الذاتية في تنفيذ القرارات، وعدد عباراته (9) عبارات (من 1 : 9). وأرقام

العبارات السالبة (6، 7، 8)

\* **البعد الاجتماعي:** ويعني القدرة علي إقامة علاقات اجتماعية جيدة مع الآخرين، وعدد عباراته (9) عبارة

(من 10/18). وأرقام العبارات السالبة (11، 12، 13، 15، 16).

\* **البعد النفسي:** ويعني القدرة علي ترويض الانفعالات القوية والاندفاعات، وعدد عباراته (9) عبارات (من

19 : 27). وأرقام العبارات السالبة (20، 21، 22، 24، 26)

### مفتاح تصحيح المقياس:

وضعت الباحثة سلم تدرج ثلاثي حيث وضعت ثلاث خيارات لكل فقرة هي:

- موافق بشدة (3) موافق (2)، غير موافق (1) للعبارات الموجبة

- غير موافق (1)، موافق (2)، موافق (3) للعبارات السالبة

وكلما ارتفعت الدرجة دل ذلك علي ارتفاع الثقة بالنفس، وأعلي درجة للمقياس هي (81) درجة، وأدني درجة

(27) درجة.

## الخصائص السيكومترية لمقياس الثقة بالنفس

أولاً: حساب الاتساق الداخلي:

تعتمد هذه الطريقة علي الاتساق في أداء الأفراد علي فقرات المقياس، وعندما يكون متجانساً فإن كل فقرة فيه تقيس نفس العوامل العامة التي يقيسها المقياس، ويتم حسابه بطريقة معاملات الارتباط بين درجة كل مؤشر فرعي والمحور الذي تنتمي إليه، ومعاملات الارتباط بين درجة كل محور والدرجة الكلية للمقياس (ككل) وكانت النتائج كما يلي:

أ- معاملات الارتباط بين درجة كل بند والمحور الذي تنتمي إليه:

1- البعد الأول: الكفاءة الذاتية

جدول (1) يوضح معاملات ارتباط بيرسون بين المؤشرات الفرعية للبعد الأول ( الكفاءة الذاتية)

رقم المفردة	1	2	3	4	5	6	7	8	9	ككل
1	1	.259*	.182	.065	.077	.173	.011	-.053-	.001	.348**
2		1	.163	-.029-	.352**	.341**	.054	.079	.034	.455**
3			1	.319**	.077	.250*	.175	.250*	.028	.542**
4				1	.228	.191	.110	.233	.029	.503**
5					1	.153	.157	.272*	.068	.516**
6						1	.173	-.101-	.313**	.575**
7							1	.290*	.126	.531**
8								1	-.235-	.404**
9									1	.404**
ككل										1

\*دالة عند مستوي 0.05، \*\*دالة عند مستوي 0.01

باستقراء الجدول السابق يتضح أن جميع معاملات الارتباط بين كل مؤشر فرعي والبعد (ككل) هي معاملات ارتباط طردية قوية، وهي دالة عند مستوي 0.05، وعند مستوي 0.01 وبناءً على ما سبق فإن هذه النتائج تدل علي أن المؤشرات الفرعية للبعد تتمتع بدرجة عالية من الاتساق الداخلي للمقياس بينوده .

## 2 - البعد الثاني: البعد الاجتماعي

جدول (2) يوضح معاملات ارتباط بيرسون بين المؤشرات الفرعية للبعد الثاني ( البعد الاجتماعي)

رقم المفردة	1	2	3	4	5	6	7	8	9	ككل
1	1	.259*	.182	.034	.077	.201	.032	-.053-	.001	.355**
2		1	.163	-.019-	.352**	.306*	.053	.079	.034	.451**
3			1	.245*	.077	.283*	.208	.250*	.028	.550**
4				1	.194	.175	-.053-	.245*	.031	.441**
5					1	.094	.128	.272*	.068	.495**
6						1	.276*	-.048-	.257*	.592**
7							1	.180	.120	.520**
8								1	-.235-	.401**
9									1	.394**
										ككل
										1

\*دالة عند مستوي 0.05، \*\*دالة عند مستوي 0.01

باستقراء الجدول السابق يتضح أن جميع معاملات الارتباط بين كل مؤشر فرعي والبعد (ككل) هي معاملات ارتباط طردية قوية، وهي دالة عند مستوي 0.05، وعند مستوي 0.01 وتأسيساً علي ما سبق فإن هذه النتائج تدل علي أن المؤشرات الفرعية للبعد تتمتع بدرجة عالية من الاتساق الداخلي للمقياس بينوده.

## 3- البعد الثالث: البعد النفسي

جدول (3) يوضح معاملات ارتباط بيرسون بين المؤشرات الفرعية للبعد الثالث (البعد النفسي)

رقم المفردة	1	2	3	4	5	6	7	8	9	ككل
1	1	.230	.214	.104	.094	.178	.084	-.056-	.015	.384**
2		1	.144	-.029-	.352**	.341**	.085	.094	.085	.462**
3			1	.363**	.098	.262*	.254*	.243*	.098	.588**
4				1	.228	.191	.101	.227	.012	.497**
5					1	.153	.196	.289*	.074	.526**
6						1	.215	-.081-	.290*	.570**
7							1	.296*	.136	.568**
8								1	-.210-	.411**
9									1	.411**
										ككل
										1



\*دالة عند مستوي 0.5، \*\*دالة عند مستوي 0.01

باستقراء الجدول السابق يتضح أن جميع معاملات الارتباط بين كل مؤشر فرعي والبعد (ككل) هي معاملات

ارتباط طردية قوية، وهي دالة عند مستوي 0.05، وعند مستوي 0.01.

وتأسيساً علي ما سبق فإن هذه النتائج تدل علي أن المؤشرات الفرعية للبعد تتمتع بدرجة عالية من الاتساق

الداخلي للمقياس بينوده.

ب- معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس (ككل):

جدول (4) معاملات الارتباط بين درجات الأبعاد والمقياس ككل (الدرجة الكلية للمقياس)

(المقياس ككل)	البعد النفسي	البعد الاجتماعي	الكفاءة الذاتية	
.996**	.972**	.991**	1	الكفاءة الذاتية
.993**	.964**	1		البعد الاجتماعي
.987**	1			البعد النفسي
1				(المقياس ككل)

\*دالة عند مستوي 0.05، \*\*دالة عند مستوي 0.01

باستقراء الجدول السابق يتضح أن جميع معاملات الارتباط بين كل بعد والأبعاد (ككل) هي معاملات ارتباط

طردية قوية، وهي دالة عند مستوي 0.05، وعند مستوي 0.01 وتأسيساً علي ما سبق فإن هذه النتائج تدل علي أن

المؤشرات الفرعية للبعد تتمتع بدرجة عالية من الاتساق الداخلي مع المقياس (ككل) بينوده.

#### 4- ثبات المقياس

لحساب ثبات المقياس تم التطبيق على عينة تتوافر فيها نفس شروط عينة الدراسة وبعد التطبيق تم حساب

الثبات بطريقة:

أ- حساب معامل ألفا - كرونباخ (حساب الثبات الكلي للمقياس) :- تم حساب ثبات المقياس

Reliability باستخدام معامل الفا - كرونباخ Alpha Cronbach وهو نموذج الاتساق الداخلي المؤسس علي

معدل الارتباط البيئي بين العبارات والذي يستخدم لحساب معامل الثبات الكلي للمقياس عن طريق حساب معامل ألفا

ل كرونباخ وذلك من خلال رصد درجات العينة الاستطلاعية لمؤشر كل بعد، كما تم حساب معامل ألفا لكل محور

وللمحاور ككل وهي كانت كما يلي:-

جدول (5) معامل الفا ل كرونباخ Alpha Cronbach لمؤشرات كل بعد

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	المفردة	المحور
0.547	.543	.152	1	الكفاءة الذاتية
	.509	.292	2	
	.485	.373	3	
	.504	.289	4	
	.493	.351	5	
	.474	.391	6	
	.501	.295	7	
	.549	.153	8	
	.591	.083	9	
0.519	.510	.157	1	البعد الاجتماعي
	.478	.286	2	
	.448	.381	3	
	.497	.206	4	
	.466	.325	5	
	.432	.421	6	
	.484	.248	7	
	.518	.147	8	
	.565	.069	9	
0.582	.574	.188	1	البعد النفسي
	.549	.305	2	
	.514	.434	3	
	.548	.289	4	

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	المفردة	المحور
	.533	.368	5	
	.521	.390	6	
	.528	.352	7	
	.585	.167	8	
	.618	.109	9	

باستقراء الجدول السابق يتضح أن جميع معاملات الارتباط بين كل مؤشر والبعد التابع له هي معاملات ارتباط

طردية قوية، وهي دالة عند مستوى 0.01 مما يؤكد علي أن المؤشرات الفرعية لكل بعد تتمتع بدرجة عالية من الثبات.

### جدول (6) معامل الفا لـ كرونباخ Alpha Cronbach للأبعاد ككل

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	المحور
0.992	.981	.990	الكفاءة الذاتية
	.986	.984	البعد الاجتماعي
	.995	.970	البعد النفسي

باستقراء الجدول السابق يتضح أن:

1-معامل الثبات الكلي للمقياس يساوي (0.922) وهو معامل ثبات مرتفع.

2-يوضح Cronbach's Alpha if Item Deleted أن في كل مرة يتم حذف درجات المحاور من الدرجة الكلية

للمقياس أن جميع المحاور ثابتة أو تسهم في رفع الثبات الكلي للمقياس، حيث وجد أن معامل ألفا الكلي

للمقياس عند حذف كل محور علي حدة أقل من أو يساوي معامل ألفا الكلي للمقياس بدون حذف أي محور

حيث امتدت معاملات ألفا عند حذف المحاور بين (0.981، 0.995) وجميعها أقل من أو تساوي معامل

ألفا الكلي للمقياس بدون حذف أي عبارة الذي يساوي 0.992، أي أن تدخل جميع العبارات لا يؤدي إلي

انخفاض معامل الثبات الكلي مما يدل علي ثبات جميع المحاور للمقياس.

3- يوضح Corrected Item- Total Correlation أن ارتباط المحور بالدرجة الكلية للمقياس عند حذف درجته

من الدرجة الكلية للمقياس، وهذا المعامل يشير إلي صدق عبارات المقياس وذلك باعتبار بقية المحاور محكاً،

ويتضح من هذا الجدول أن معاملات الارتباط تمتد من (0.970، 0.990) وجميعها دالة إحصائياً عند مستوي 0.05. مما يدل علي ثبات جميع محاور المقياس.

ب- حساب ثبات المقياس Reliability باستخدام التجزئة النصفية Split - Half حيث تتمثل هذه الطريقة في تطبيق المقياس مرة واحدة ثم يجرأ إلى نصفين متكافئين ويتم حساب معامل الارتباط بين درجات هذين النصفين وبعد ذلك يتم التنبؤ بمعامل ثبات الاختبار.

#### جدول (7) معامل الثبات الكلي باستخدام التجزئة النصفية Split - Half لسبيرمان/ براون، وجتمان

جوتمان	سبيرمان/ براون		البعد
	في حالة عدم تساوي نصفي الاختبار Un equal Length	في حالة تساوي نصفي الاختبار Equal Length	
.533	.535	.533	الكفاءة الذاتية
.500	.503	.501	البعد الاجتماعي
.579	.582	.579	البعد النفسي
.951	.953	.953	(ككل)

يتضح أن معامل الثبات الكلي للمقياس بطريقة التجزئة النصفية لسبيرمان / براون يساوي (0.533) وذلك في

حالة تساوي نصفي الاختبار Equal Length ، وفي حالة عدم تساوي نصفي الاختبار Unequal Length وذلك للمحور الأول، فضلا عن أن معامل الثبات الكلي للمقياس بطريقة التجزئة النصفية لـ جوتمان فيساوي (0.533) مما يشير إلي ارتفاع معامل الثبات الكلي للبعد الأول .

يتضح أن معامل الثبات الكلي للمقياس بطريقة التجزئة النصفية لسبيرمان / براون يساوي (0.501) وذلك في

حالة تساوي نصفي الاختبار Equal Length ، وفي حالة عدم تساوي نصفي الاختبار Unequal Length وذلك للمحور الثاني، فضلا عن أن معامل الثبات الكلي للمقياس بطريقة التجزئة النصفية لـ جوتمان فيساوي (0.500) مما يشير إلي ارتفاع معامل الثبات الكلي للبعد الثاني.

يتضح أن معامل الثبات الكلي للمقياس بطريقة التجزئة النصفية لسبيرمان / براون يساوي (0.579) وذلك في

حالة تساوي نصفي الاختبار Equal Length ، وفي حالة عدم تساوي نصفي الاختبار Unequal Length

## فعالية برنامج إرشادي لتنمية الثقة بالنفس لدي طالبات ذوي الاحتياجات الخاصة

وذلك للمحور الثالث، فضلاً عن أن معامل الثبات الكلي للمقياس بطريقة التجزئة النصفية لـ جوتمان فيساوي (0.579) مما يشير إلى ارتفاع معامل الثبات الكلي للبعد الثالث.

يتضح أن معامل الثبات الكلي للمقياس بطريقة التجزئة النصفية لسبيرمان / براوان يساوي (0.935) وذلك في

حالة تساوي نصف الاختبار Equal Length، وفي حالة عدم تساوي نصف الاختبار Unequal Length وذلك للمحاور (ككل)، فضلاً عن أن معامل الثبات الكلي للمقياس بطريقة التجزئة النصفية لـ جوتمان فيساوي (0.951) مما يشير إلى ارتفاع معامل الثبات الكلي للمحاور (ككل)، وتأسيساً على ما سبق أصبح المقياس في صورته النهائية يتكون من 3 محاور مقسمة إلى مؤشرات فرعية ملحق (1) المقياس في صورته النهائية.

## 2- البرنامج الإرشادي (أعداد الباحثة).

### الأهداف العامة البرنامج:

يهدف البرنامج إلى تنمية الثقة بالنفس ويستدل عليها من خلال زيادة الدرجات المعبرة عن مستوي الثقة بالنفس (من خلال مقياس الثقة بالنفس الذي أعدته الباحثة) وذلك بفعل التعرض لتأثيرات برنامج إرشادي تنمية الثقة بالنفس معتمداً على بعض أساليب وفتيات الإرشاد النفسي وهي المحاضرات - المناقشة والحوار - التفرغ الانفعالي - الحديث مع الذات - كرسي الاعتراف - أنشطة).

ويعتمد هذا الهدف على بعض المسلمات وهي:

إن الثقة بالنفس يمكن تنميتها وزيادتها. ويمكن أن تحدث هذه الزيادة من خلال فنيات الإرشاد النفسي مثلما يحدث في هذا البرنامج.

الثقة بالنفس يمكن قياسها بالأدوات المعتمدة في المجال قياساً أقرب ما يمكن إلى درجة الدقة المتاحة للباحثين

في المرحلة الحالية من تطور العلم الإنساني والاجتماعي بشرط مراعاة أصول القياس النفسي والتربوي.

أن تنمية الثقة بالنفس هدف تربوي مرغوب في باعتبار أن هذه التنمية تتم في اتجاه المرونة الإيجابية.

### ب - الأهداف الفرعية للبرنامج:

- تعريف المشاركات بمفهوم الثقة بالنفس، وأسباب ضعفها، وكيفية رفع مستواها.

## د. نادية فتحي إسماعيل عامر

- محاولة الوصول بهؤلاء المشاركات إلي درجة معقولة من الثقة بالنفس، ومن ثم رفع مستوى الصحة النفسية لديهن.
- مساعدة المشاركات علي الاستبصار بأنفسهن وسبر أغوار ذواتهن؛ للتعرف علي الطاقات الكامنة لديهن.
- مساعدة المشاركات علي استثمار نقاط القوة لديهن، والرضا بنقاط الضعف لديهن وتقويتها.
- تزويد أفراد العينة بالأسس والمهارات التي تساعدن علي الثقة بالنفس لتحقيق التوازن النفسي والاجتماعي.
- تنمية الاتجاهات الإيجابية لدي أفراد العينة نحو ذواتهن.
- مساعدة المشاركات في التخلص من المشاعر السلبية والتجارب السلبية.
- تحقيق الكفاءة الذاتية كونها من محددات الثقة بالنفس.
- إكساب المشاركات مهارات حل المشكلات بأسلوب فعال واتخاذ القرار.
- إكساب المشاركات مهارات إقامة علاقات اجتماعية مع الآخرين بصفة عامة.
- تعريف المشاركات الوسائل والمهارات لتنمية تقتهن بأنفسهن.
- عينة البرنامج: طالبات جامعة الطائف من المعاقات حركياً.

مكان البرنامج: مقر التربية الخاصة بجامعة الطائف.

نوع الإرشاد: جماعي - فردي.

عدد الجلسات: (20) جلسة (جلستان في الأسبوع).

مدة البرنامج: (10) أسابيع بواقع ساعتان لكل جلسة.

فنيات البرنامج: محاضرات - مناقشة وحوار - التفرغ الانفعالي - الحديث مع الذات "تخييل أنشطة".

### الفنيات المستخدمة في البرنامج:

المحاضرة: حيث تم تقديم معلومات للمشاركات في المجموعة الإرشادية عن بعض المفاهيم كالحديث عن تنمية

الثقة بالنفس من حيث: مفهومها، وأسباب ضعفها وكيفية تنميتها والفرق بينها وبين الغرور.

## فعالية برنامج إرشادي لتنمية الثقة بالنفس لدي طالبات ذوي الاحتياجات الخاصة

**المناقشة والحوار:** حيث تمثل المضمون التطبيقي لهذه الفنية في تبادل الرأي والتحاور حول موضوع المحاضرة، مما

أدي إلي تغيير المعرفة بشكل دينامي وتعديل الأفكار الخاطئة لأعضاء المجموعة الإرشادية، وتعزيز التواصل بين أعضاء المجموعة الإرشادية.

**التفريغ الانفعالي:** حيث تم إفساح المجال لأفراد المجموعة للتعبير عن مشاعرهم السلبية، وتقديم الدعم الاجتماعي

لهم من خلال أفراد المجموعة.

**التخيل:** أصبح التخيل وسيلة مألوفة للتدخل العلاجي النفسي بنوعيه الوقائي والعلاجي، فمراقبة الضغط المتولد

من بل التخيلات الداخلية السلبية، يمكننا أن ندرك أنفسنا والآخرين والعالم الخارجي وبالتعلم نستطيع تغيير التخيلات الضاغطة إلي تخيلات إيجابية.

**الحديث مع الذات:** تظهر أهمية هذه الفنية في تعديل الأنماط السلوكية السلبية كنقص الثقة بالنفس والخجل من

المواقف الاجتماعية، حيث تعد تعبيراً عقلياً ولفظياً عن الصورة التي يحملها الفرد لنفسه والمتشكلة من تراكم خبراته الحياتية وتفاعل الخصائص الشخصية مع المؤثرات الأسرية والبيئية، ومن الاستراتيجيات التي يعتمد عليها أسلوب الحديث عن الذات: تدريب المسترشد علي إدراك وتحديد الأفكار والأحداث السلبية وتنمية وعيه بتأثيراتها السلبية ونمذجة أنماط السلوك المرغوب والتعبير اللفظي عن الطرق والأساليب الفعالة من شرح للمتطلبات والتعليمات الذاتية التي تقود للتحسن المتدرج والمقولات الذاتية التي تزيد من الكفاءة، وتعزيز الذاتي للأداء الناجح.

يقوم المسترشد بأداء السلوك المرغوب و يعطي لنفسه التعليمات الذاتية الإيجابية بصوت عالي ثم بشكل مستتر

في ظل مساعدة المرشد وتأكيد علي أن ما يقوله المسترشد لنفسه إيجابيا قد حل محل الأفكار والأحداث السالبة التي

كانتا تسبب المشكلة (الشناوي، 1996 م، 395)

## تقويم البرنامج:

**التقويم القبلي:** قبل البرنامج الإرشادي.

**التقويم البعدي:** بعد الانتهاء من البرنامج.

**التقويم التبعي:** بعد الانتهاء من البرنامج بشهر للتأكد من استمرار أثر البرنامج علي المجموعة التجريبية.

## الخطوات الإجرائية للبحث:

- 1- الاطلاع علي الأدبيات التي تناولت الثقة بالنفس.
- 2- الاطلاع علي الأدبيات التي تناولت إعداد برامج خاصة تنمية الثقة بالنفس لتحديد المنهج المستخدم وهو المنهج شبه التجريبي.
- 3- إعداد قائمة مبدئية لكل من المهارات الخاصة بالثقة بالنفس والمراد إكسابها لطالبات ذوي الاحتياجات الخاصة (المعاقات حركياً).
- 4- عرض القائمة علي السادة المحكمين المتخصصين من الأساتذة.
- 5- إجراء التعديلات اللازمة والوصول بالقائمة إلي صورتها النهائية في ضوء آراء المحكمين.
- 6- إعداد مبدئي للبرنامج الذي يهدف إلي تنمية الثقة بالنفس لدي ذوي الاحتياجات الخاصة عرض البرنامج علي مجموعة من المحكمين المتخصصين لتحديد مدي مناسبتها للتطبيق، وتعديلها وفق نتائج التحكيم.
- 7- إجراء الدراسة الاستطلاعية وحساب الخصائص السيكومترية للاختبار.
- 8- تطبيق مقياس الثقة بالنفس.
- 9- تطبيق البرنامج الإرشادي.
- 10- تطبيق الاختبار تطبيقاً بعدياً.
- 11- تصحيح الاختبار وإجراء المعالجات الإحصائية.
- 12- مناقشة نتائج البحث.
- 13- تقديم مقترحات وتوصيات البحث.

## الأساليب الإحصائية المستخدمة:

تم استخدام الأساليب الإحصائية التالية:

1- المتوسط الحسابي.

2- الانحراف المعياري.



### مناقشة النتائج وتفسيرها:

تلعب الثقة بالنفس دوراً كبيراً وحاسماً في موقف الفرد من خلال المشكلات التي تعترض طريق حياته والصعاب التي تعرقل صوب أهدافه التي رسمها لنفسه والتي أناط بها آماله وعلق عليها مطامحه، فهي تكسبه قوة الاحتمال، وطاقة ينفذ بها مراميه، كما أن الثقة بالنفس ليست عملاً ينبغي ممارسته بل هي ثمرة يجنيها الإنسان نتيجة بذور غرسها ورعاها، فالثقة بالنفس تتطلب معرفة الإنسان لنفسه، الثقة بالنفس هي العمود الفقري لشخصية الإنسان إذ بدونها يفقد الإنسان احترامه لذاته ويصبح عرضة لانتقاد الآخرين، وتسهم الثقة بالنفس بشكل مباشر في تحقيق التوافق النفسي للأفراد وهي ترتبط بمفهوم الفرد الإيجابي عن ذاته وتقديره المرتفع للذات، ومن ثم فهي تلعب دوراً هاماً في تحقيق الفرد لذاته مما يكون له أكبر الأثر في تحقيق الصحة النفسية.

### جدول (8)

يوضح التكرارات والمتوسطات للتطبيق القبلي والبعدى والتتبعي لمقياس الثقة بالنفس

رقم السؤال	التطبيق القبلي					التطبيق البعدى					التطبيق التتبعي				
	موافق بشدة	موافق	غير موافق	المتوسط النسبي	الوزن	موافق بشدة	موافق	غير موافق	المتوسط النسبي	الوزن	موافق بشدة	موافق	غير موافق	المتوسط النسبي	الوزن
1	1	1	3	0.53	0.87	3	2	0	2.60	0.87	3	2	0	2.60	0.87
2	0	2	3	0.47	0.67	1	3	1	2.00	0.67	1	3	1	2.00	0.67
3	2	1	2	0.67	0.80	2	1	4	2.80	0.93	3	1	1	2.40	0.80
4	2	1	2	0.67	0.80	2	3	0	2.40	0.80	2	3	0	2.40	0.80
5	1	1	3	0.53	0.87	3	2	3	2.60	0.87	3	2	0	2.60	0.87
6	1	1	3	0.80	0.80	3	1	1	2.4	0.80	3	1	1	2.4	0.80
7	2	2	1	0.60	0.87	3	2	0	2.6	0.87	3	2	0	2.6	0.87
8	1	2	2	0.73	0.60	1	4	1	1.80	0.60	1	4	1	2.20	0.73
9	3	1	1	0.80	0.80	2	3	0	2.40	0.80	2	3	0	2.40	0.80
10	1	3	1	0.67	0.67	0	5	0	2.00	0.67	0	5	0	2.00	0.67
11	3	0	2	0.60	0.60	1	4	1	1.8	0.60	1	4	1	2.2	0.73
12	3	1	1	0.53	0.67	1	3	1	2	0.67	1	3	1	2	0.67
13	3	1	1	0.53	0.80	1	1	1	2.4	0.80	3	1	1	2.4	0.80
14	3	1	1	0.80	0.93	1	4	0	2.80	0.93	1	4	0	2.80	0.93

د. نادية فتحي إسماعيل عامر

التطبيق التبعي					التطبيق البعدي					التطبيق القبلي					رقم السؤال
الوزن النسبي	المتوسط	غير موافق	موافق	موافق بشدة	الوزن النسبي	المتوسط	غير موافق	موافق	موافق بشدة	الوزن النسبي	المتوسط	غير موافق	موافق	موافق بشدة	
0.93	2.8	4	1	0	0.93	2.8	4	1	0	0.67	2	2	1	2	15
0.73	2.2	2	2	1	0.73	2.2	2	2	1	0.67	2	2	1	2	16
0-80	2.40	1	1	3	0.87	2.60	0	2	3	0.67	2.00	1	3	1	17
0.67	2.00	2	1	2	0.67	2.00	2	1	2	0.40	1.20	4	1	0	18
0.60	1.80	2	2	1	0.53	1.60	2	3	0	0.40	1.20	4	1	0	19
0.73	2.2	2	2	1	0.73	2.2	2	2	1	0.47	1.4	0	2	3	20
0.80	2.4	3	1	1	0.80	2.4	3	1	1	0.53	1.6	1	1	3	21
0.73	2.2	2	2	1	0.73	2.2	2	2	1	0.60	1.8	1	2	2	22
0.60	1.80	2	2	1	0.60	1.80	2	2	1	0.80	2.40	1	1	3	23
0.73	2.2	2	2	1	0.73	2.2	2	2	1	0.53	1.6	1	1	3	24
0.80	2.40	1	1	3	0.87	2.60	0	2	3	0.60	1.80	2	2	1	25
0.80	2.4	3	1	1	0.80	2.4	3	1	1	0.67	2	2	1	2	26
0.80	2.40	1	1	3	0.87	2.60	0	2	3	0.73	2.20	2	0	3	27

يتضح من نتائج الجدول أن متوسطات استجابات عينة البحث علي عبارات مقياس الثقة بالنفس قبل البرنامج

أقل من متوسطات الاستجابة علي عبارات مقياس الثقة بالنفس بعد البرنامج وثبتت هذه النتائج في التطبيق التبعي مما يدل علي فعالية البرنامج الإرشادي في تنمية الثقة بالنفس بأبعادها الثلاثة (الكفاءة الذاتية، والبعد الاجتماعي، والبعد النفسي) لدي عينة البحث.

لماذا تم عرض ما سبق إذا كان لا يوضح المتوسطات فيمكن إضافتها إلي جدول مباشرة الخاصة بعرض نتائج

الفروض أو تعرض بالملاحق وقد اشتمل البحث الحالي علي أربعة فروض، يمكن عرضها ومناقشة النتائج المتعلقة بهم علي النحو التالي:

### الفرض الأول:

وللتحقق من صحة الفرض الأول من فروض البحث والذي ينص علي: "يوجد فرق دال إحصائياً عند مستوي

(  $l \geq 0.05$  ) بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية ذوي الاحتياجات الخاصة بعد تلقي البرنامج

الإرشادي وبين درجاتهم قبل البرنامج علي أبعاد مقياس الثقة بالنفس (بعد الكفاءة الذاتية - البعد الاجتماعي - البعد النفسي) - لصالح القياس البعدي".

## فعالية برنامج إرشادي لتنمية الثقة بالنفس لدي طالبات ذوي الاحتياجات الخاصة

قامت الباحثة بحساب المتوسطات والانحرافات المعيارية لدرجات طلاب المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي

والبعدي علي أبعاد مقياس الثقة بالنفس (بعد الكفاءة الذاتية- البعد الاجتماعي - البعد النفسي)، والجدول التالي يلخص هذه النتائج.

### جدول (9)

المتوسطات والانحرافات المعيارية لدرجات طلاب المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي علي أبعاد مقياس

الثقة بالنفس (بعد الكفاءة الذاتية - البعد الاجتماعي - البعد النفسي)

الانحراف المعياري	المتوسط	العدد	الأداء	
3.21	12.04	5	قبلي	الكفاءة الذاتية
4.39	21.40	5	بعدي	
1.95	9.60	5	قبلي	البعد الاجتماعي
5.63	21.80	5	بعدي	
0.55	10.60	5	قبلي	البعد النفسي
1.58	22.00	5	بعدي	

يتضح من النتائج التي يلخصها الجدول السابق أن هناك تحسنا في أداء المجموعة التجريبية بعديا ويستدل علي

ذلك من نتائج مقارنة المتوسطات والانحرافات المعيارية لأداء المجموعة القبلي والبعدي. تم تطبيق اختبار ويلكوكسون

Wilcoxon Signed Rank Test الذي يسمي اختبار الرتب الإشاري وهو من الاختبارات اللابارامترية التي

تستخدم كبديل لاختبار (ت) للعينتين المرتبطتين من البيانات وذلك في حالة عدم تحقيق شروط استخدام اختبار ت

للقيم المرتبطة وذلك لصغر حجم العينة. والجدول التالي يلخص هذه النتائج.

جدول (10)

قيمة "z" ودلالاتها الإحصائية للفرق بين متوسطيات رتب درجات المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي

علي أبعاد مقياس الثقة بالنفس (بعد الكفاءة الذاتية - البعد الاجتماعي - البعد النفسي)

معامل الارتباط الثنائي للرتب (حجم التأثير = $r_{prb}$ )	مستوي الدلالة	إحصائي "z"	مجموع الرتب	متوسط الرتب	رتب الإشارات	
0.33 تأثير متوسط	0.066	1.841	.00	.00	السالبة	الكفاءة الذاتية
			10.00	2.05	الموجبة	
0.86 تأثير قوي	0.08	1.753	1.00	1.00	السالبة	البعد الاجتماعي
			14.00	3.50	الموجبة	
1.00 تأثير قوي جدا	0.042	2.032	.00	.00	السالبة	البعد النفسي
			15.00	3.00	الموجبة	

نتبين من النتائج التي يلخصها الجدول السابق أن قيمة "z" دالة عند مستوي (0.05)، مما يدل علي وجود

فرق ذي دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات طلاب المجموعة التجريبية في التطبيق القبلي والبعدي علي أبعاد مقياس الثقة بالنفس (بعد الكفاءة الذاتية - البعد الاجتماعي - البعد النفسي) - لصالح الأداء البعدي، وبالتالي يمكن للباحثة قبول الفرض الذي ينص علي: يوجد فرق دال إحصائيا عند مستوي ( $l \geq 0.05$ ) بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية ذوي الاحتياجات الخاصة بعد تلقي البرنامج الإرشادي وبين درجاتهم قبل البرنامج علي أبعاد مقياس الثقة بالنفس (بعد الكفاءة الذاتية - البعد الاجتماعي - البعد النفسي) - لصالح القياس البعدي. وبين درجاتهم قبل البرنامج علي مقياس الثقة بالنفس لصالح القياس البعدي.

بالرغم من أن نتيجة الاختبار توضح أن الاختلاف بين متوسط أداء المجموعة التجريبية في التطبيق القبلي والبعدي اختلافا معنويا أي لا يرجع للصدفة، فهو لا يجزينا بالكثير عن قوة برنامج إرشادي لزيادة الثقة بالنفس لذوي الاحتياجات الخاصة بجامعة الطائف، ولذلك نقوم بحساب معامل الارتباط الثنائي للرتب الأزواج المرتبطة - Matched Pairs Rank biserial correlation لمعرفة حجم التأثير المتغير المستقل علي المتغير التابع. و يمكن حسابه من

المعادلة:

فعالية برنامج إرشادي لتنمية الثقة بالنفس لدي طالبات ذوي الاحتياجات الخاصة

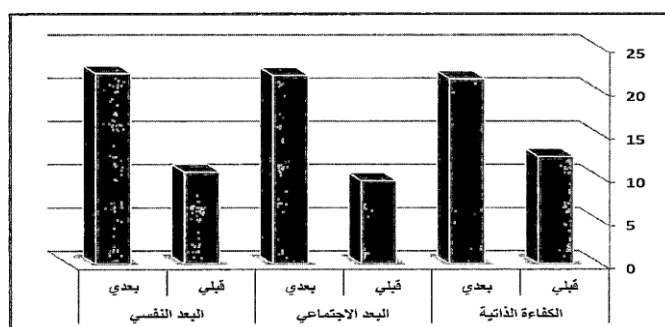
$$r_{prb} = \frac{4(T1)}{n(n+1)} - 1$$

بلغت قوة العلاقة عند استخدام معامل الارتباط الثنائي للرتب لأبعاد مقياس الثقة بالنفس (بعد الكفاءة الذاتية

- البعد الاجتماعي - البعد النفسي) علي الترتيب (0.33، 0.86، 1.00) وهذا يعني أن 33%، 86%،

100% من الحالات يمكن أن يعزي التباين في الأداء إلي تأثير المعالجة باستخدام البرنامج الإرشادي لتنمية الثقة بالنفس

عند كل بعد من أبعادها مما قد يكون له أثر كبير.



شكل (1)

المتوسطات لدرجات طلاب المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي علي أبعاد مقياس الثقة بالنفس

(بعد الكفاءة الذاتية - البعد الاجتماعي - البعد النفسي)

## الفرض الثاني

وللتحقق من صحة الفرض الثاني من فروض البحث والذي ينص علي: "يوجد فرق دال إحصائياً عند مستوي

( $0.05 \geq \alpha$ ) بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية ذوي الاحتياجات الخاصة بعد تلقي البرنامج

الإرشادي وبين درجاتهم قبل البرنامج علي مقياس الثقة بالنفس (ككل) - لصالح القياس البعدي.

قامت الباحثة بحساب المتوسطات والانحرافات المعيارية لدرجات طلاب المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي

والبعدي علي مقياس الثقة بالنفس (ككل)، والجدول التالي يلخص هذه النتائج.

### جدول (11)

المتوسطات والانحرافات المعيارية لدرجات طلاب المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي

علي مقياس الثقة بالنفس (ككل)

الأداء	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري
قبلي	5	32.60	4.61
البعدي	5	65.20	6.72

يتضح من النتائج التي يلخصها الجدول السابق أن هناك تحسناً في أداء المجموعة التجريبية بعديا ويستدل علي

ذلك من نتائج مقارنة المتوسطات والانحرافات المعيارية لأداء المجموعة القبلي والبعدي.

تم تطبيق اختبار ويلكوكسون Wilcoxon Signed Rank Test الذي يسمى اختبار الرتب الإشاري وهو

من الاختبارات اللابارامترية التي تستخدم كبديل لاختبار (ت) للعينتين المرتبطتين من البيانات وذلك في حالة عدم تحقيق

شروط استخدام اختبار ت للقيم المرتبطة وذلك لصغر حجم العينة. والجدول التالي يلخص هذه النتائج.

### جدول (12)

قيمة "z" ودالاتها الإحصائية للفرق بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي

علي مقياس الثقة بالنفس (ككل)

رتب الإشارات	متوسط الرتب	مجموع الرتب	إحصائي "z"	مستوي الدلالة	معامل الارتباط الثنائي للرتب (حجم التأثير = $r_{prb}$ )
السالبة	.00	.00	2.023	0.043	1.00 تأثير قوي جداً
الموجبة	3.00	15.00			

نتبين من النتائج التي يلخصها الجدول السابق أن قيمة 'z' دالة عند مستوي (0.05)؛ مما يدل علي وجود

فرق ذي دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات طلاب المجموعة التجريبية في التطبيق القبلي والبعدي علي مقياس

الثقة بالنفس (ككل) - لصالح الأداء البعدي، وبالتالي يمكن للباحثة قبول الفرض الذي ينص علي: يوجد فرق دال

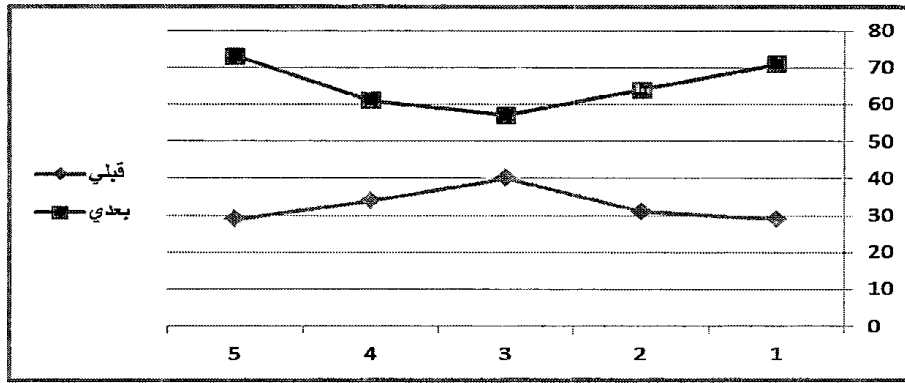
إحصائياً عند مستوي (ل  $0.05 \geq$ ) بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية ذوي الاحتياجات الخاصة بعد

تلقي البرنامج الإرشادي وبين درجاتهم قبل البرنامج علي مقياس الثقة بالنفس (ككل) - لصالح القياس البعدي.

وفي ضوء تفسير نتائج الفرض الأول والثاني يمكن للباحثة أن تعزي التباين في الأداء علي مقياس الثقة بالنفس علي قدرة أفراد المجموعة التجريبية علي تكوين علاقات واقعية والتواصل الإيجابي مع الآخرين كمهارة فرعية من مهارات الثقة بالنفس وحصول الفرد علي الاهتمام الاجتماعي من الآخرين، الأمر الذي أكدته نظرية التحليل الاجتماعي التي أشارت إلي أهمية العلاقات بين الفرد والمحيط الاجتماعي، وأن السلوك الإنساني سلوك متعلم وأنه قابل للتغيير وأن الإنسان في سلوكه يحاول أن يحقق لنفسه الأمن والرضا، وهذا يتفق مع ما أشار إليه سوليفان في أن الثقة بالنفس كأحد المكونات الأساسية في البناء الشخصي التي تظهر كنتيجة لتفاعلات الفرد مع بيئته من خلال عدد لا حصر له من المواقف الاجتماعية فحينها يصبح الفرد واعياً بنفسه وبكيفية ارتباطه بالناس الآخرين. وهذا ما وضحه (زهران 2003 م 124، والثقة بالنفس كما ينظر إليها سوليفان تتوقف علي العلاقات الشخصية المتبادلة بين الشخص والآخرين اهتمام الفرد بذاته وتحقيقه لرغباته السوية وقدرة الفرد علي توجيه ذاته، واعتماده علي نفسه وتقبل الذات والقدرة علي التفكير العلمي في حل مشكلاته واتخاذ قراراته بنفسه، تحمل المسؤولية الذاتية عن الاضطراب الانفعالي، وعدم لوم الآخرين وتقبل الفرد للإحباط وإمكانية التعامل معه بواقعية، وإلي تأثير البرنامج باستخدام فنيات الإرشاد النفسي من عرض بوربوينت - مناقشة وحوار - فنيات الاسترخاء والتخيل والتنفيس الانفعالي والأنشطة. التي وظفت فيها الباحثة أساليب إرشادية مناسبة لتحقيق أهداف مواقف إرشادية بعينها... وهذا يتفق مع ما أكده الاتجاه العقلاني الانفعالي، وهنا تلعب الثقة بالنفس دوراً كبيراً وحاسماً في موقف الفرد من خلال المشكلات التي تعترض طريق حياته والصعاب التي تعرقل صوب أهدافه التي رسمها لنفسه والتي أناط بها آماله وعلق عليها مطامحه، فهي تكسبه قوة الاحتمال، و طاقة ينفذ بها مراميه، ولا شك أن التغلب علي الصعاب التي تجابه في الحياة، والتوصل إلي حلول ناجحة للمشكلات التي تصادفه في سبيل تحقيق أهدافه بحاجة ماسة إلي قوة احتمال، وإلي طاقة نفسية كبيرة، هذه الطاقة هي بمثابة ضبط للنفس في المواقف الحرجة، كذلك كان لعامل الضغوط النفسية وآلية التعامل معها دور كبير في تحقيق فعالية أكبر للبرنامج حيث أنها الأساس في مفهوم الثقة بالنفس والقدرة علي التعامل مع العواطف ونمو القدرة علي ضبط انفعالات والعواطف بحيث يتم التعامل معها بثقة، والوعي بالعواطف لضبطها في المواقف التي تتطلب ذلك، وفسح المجال بالتعبير عن الرأي حيثما يتطلب الأمر من خلال القدرة علي حل المشكلات، وأيضاً التكيف الإيجابي مع الضغوط، وإن لم يكن الشخص مجهزاً بالطاقة النفسية

المطلوبة، لا يورث الإنسان وقتها سوي الندم. كما أن الثقة بالنفس ليست عملا ينبغي ممارسته بل هي ثمرة يجنيها الإنسان نتيجة بذور غرسها ورعاها، فالثقة بالنفس تتطلب معرفة الإنسان لنفسه، الثقة بالنفس هي العمود الفقري لشخصية الإنسان إذ بدونها يفقد الإنسان احترامه لذاته ويصبح عرضة لانتقاد الآخرين واستغلالهم له وبالتالي عيشه في حياة بئيسه، وعكس ذلك الإنسان المتمتع بالثقة في نفسه يكون محط احترام الجميع وتكون نظرتهم للحياة متفائلة (محمد 1997 م، 67) وتتفق مع نتائج التي توصلت إليه كلا من (رجب، 2010 م) (المزوغى، 2007 م) (عبد الرؤوف، 2014 م).

بالرغم من أن نتيجة الاختبار توضح أن الاختلاف بين متوسط أداء المجموعة التجريبية في التطبيق القبلي والبعدي اختلافا معنويا أي لا يرجع للصدفة، فهو لا يجزينا بالكثير عن قوة برنامج إرشادي لزيادة الثقة بالنفس لذوي الاحتياجات الخاصة بجامعة الطائف، ولذلك نقوم بحساب معامل الارتباط الثنائي للرتب الأزواج المرتبطة - Matched Pairs Rank biserial correlation لمعرفة حجم التأثير المتغير المستقل علي المتغير التابع، وبلغت قوة العلاقة عند استخدام معامل الارتباط الثنائي للرتب علي مقياس الثقة بالنفس (ككل) علي الترتيب (1.00) وهذا يعني أن 100% من الحالات يمكن أن يعزي التباين في الأداء إلي تأثير المعالجة باستخدام البرنامج الإرشادي لتنمية الثقة بالنفس (ككل) مما قد يكون له أثر كبير.



شكل (2)

درجات طلاب المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي علي مقياس الثقة بالنفس (ككل)



### الفرض الثالث:

وللتحقق من صحة الفرض الثالث من فروض البحث والذي ينص علي: "يوجد فرق دال إحصائياً عند مستوى (ل  $\geq 0.05$ ) بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية ذوي الاحتياجات الخاصة بعد تلقي البرنامج الإرشادي وبين درجاتهم التبعية علي أبعاد مقياس الثقة بالنفس (بعد الكفاءة الذاتية - البعد الاجتماعي - البعد النفسي) - لصالح القياس التبعي"

قامت الباحثة بحساب المتوسطات والانحرافات المعيارية لدرجات طلاب المجموعة التجريبية في التطبيقين البعدي والتبعي علي أبعاد مقياس الثقة بالنفس (بعد الكفاءة الذاتية- البعد الاجتماعي- البعد النفسي)، والجدول التالي يلخص هذه النتائج.

### جدول (13)

المتوسطات والانحرافات المعيارية لدرجات طلاب المجموعة التجريبية في التطبيقين البعدي والتبعي

علي أبعاد مقياس الثقة بالنفس (بعد الكفاءة الذاتية- البعد الاجتماعي- البعد النفسي)

الانحراف المعياري	المتوسط	العدد	الأداء	
2.19	22.60	5	التبعي	الكفاءة الذاتية
4.39	21.40	5	البعدي	
1.87	24.00	5	التبعي	البعد الاجتماعي
5.63	21.80	5	البعدي	
2.70	21.60	5	التبعي	البعد النفسي
1.58	22.00	5	البعدي	

يتضح من النتائج التي يلخصها الجدول السابق أن هناك تحسناً في أداء المجموعة التجريبية في القياس التبعي

ويستدل علي ذلك من نتائج مقارنة المتوسطات والانحرافات المعيارية لأداء المجموعة البعدي والتبعي.

تم تطبيق اختبار ويلكوكسون Wilcoxon Signed Rank Test الذي يسمى اختبار الرتب الإشاري وهو

من الاختبارات اللابارامترية التي تستخدم كبديل لاختبار (ت) للعينتين المرتبطين من البيانات وذلك في حالة عدم تحقيق

شروط استخدام اختبار ت للقيم المرتبطة وذلك لصغر حجم العينة والجدول التالي يلخص هذه النتائج.

جدول (14)

قيمة "z" ودلالاتها الإحصائية للفرق بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية في التطبيقين البعدي والتتبعي

علي أبعاد مقياس الثقة بالنفس (بعد الكفاءة الذاتية - البعد الاجتماعي - البعد النفسي)

معامل الارتباط الثنائي للرتب (حجم التأثير = $r_{prb}$ )	مستوي الدلالة	إحصائي "z"	مجموع الرتب	متوسط الرتب	رتب الإشارات	
تأثير ضعيف	0.713	0.368	4.00	4.00	السالبة	الكفاءة الذاتية
			6.00	2.00	الموجبة	
تأثير ضعيف	0.465	0.730	7.00	2.33	السالبة	البعد الاجتماعي
			3.00	3.00	الموجبة	
تأثير ضعيف	0.892	0.135	7.00	2.33	السالبة	البعد النفسي
			8.00	4.00	الموجبة	

نتبين من النتائج التي يلخصها الجدول السابق أن قيمة "z" غير دالة عند مستوي (0.05)، مما يدل علي عدم

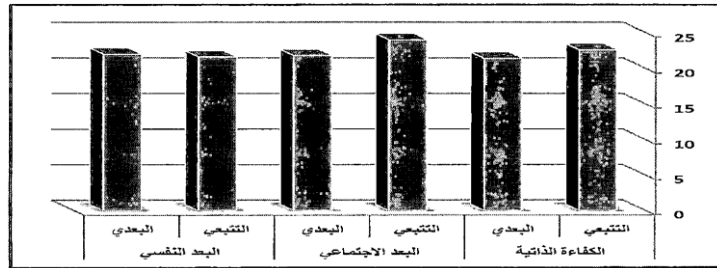
وجود فرق ذي دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات طلاب المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي والتتبعي علي

أبعاد مقياس الثقة بالنفس (بعد الكفاءة الذاتية - البعد الاجتماعي - البعد النفسي) وبالتالي يمكن للباحثة رفض الفرض

وقبول الفرض البديل والذي ينص علي: لا يوجد فرق دال إحصائية عند مستوي (ل  $0.05 \geq$ ) بين متوسطات رتب

درجات أفراد المجموعة التجريبية ذوي الاحتياجات الخاصة بعد تلقي البرنامج الإرشادي وبين درجاتهم التتبعية علي أبعاد

مقياس الثقة بالنفس (بعد الكفاءة الذاتية - البعد الاجتماعي - البعد النفسي).



شكل (3) المتوسطات لدرجات طلاب المجموعة التجريبية في التطبيقين البعدي والتتبعي علي أبعاد مقياس الثقة

بالنفس (بعد الكفاءة الذاتية - البعد الاجتماعي - البعد النفسي)

## الفرض الرابع:

وللتحقق من صحة الفرض الرابع من فروض البحث والذي ينص علي: "يوجد فرق دال إحصائياً عند مستوى (ل  $\geq 0.05$ ) بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية ذوي الاحتياجات الخاصة بعد تلقي البرنامج الإرشادي وبين درجاتهم التبعية علي مقياس الثقة بالنفس (ككل) - لصالح القياس البعدي. قامت الباحثة بحساب المتوسطات والانحرافات المعيارية لدرجات طلاب المجموعة التجريبية في التطبيقين البعدي والتبعي علي مقياس الثقة بالنفس (ككل)، والجدول التالي يلخص هذه النتائج.

### جدول (15)

المتوسطات والانحرافات المعيارية لدرجات طلاب المجموعة التجريبية

في التطبيقين البعدي والتبعي علي مقياس الثقة بالنفس (ككل)

الأداء	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري
التبعي	5	68.20	1.92
بعدي	5	65.20	6.72

يتضح من النتائج التي يلخصها الجدول السابق أن هناك تحسناً في أداء المجموعة التجريبية تبعياً ويستدل علي ذلك من نتائج مقارنة المتوسطات والانحرافات المعيارية لأداء المجموعة البعدي، والتبعي.

تم تطبيق اختبار ويلكوكسون Wilcoxon Signed Rank Test الذي يسمي اختبار الرتب الإشاري وهو من الاختبارات اللابارامترية التي تستخدم كبديل لاختبار (ت) للعينتين المرتبطتين من البيانات وذلك في حالة عدم تحقيق شروط استخدام اختبار الت للقيم المرتبطة وذلك لصغر حجم العينة والجدول التالي يلخص هذه النتائج.

جدول (16)

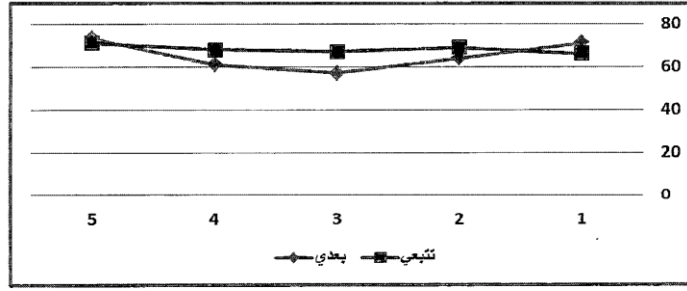
قيمة "z" ودلالاتها الإحصائية للفرق بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية

في التطبيقين البعدي والتتبعي علي مقياس الثقة بالنفس (ككل)

رتب الإشارات	متوسط الرتب	مجموع الرتب	إحصائي "z"	مستوي الدلالة	معامل الارتباط الثنائي للرتب (حجم التأثير = $r_{prb}$ )
السالبة	3.83	11.50	1.084	0.279	تأثير ضعيف جداً
الموجبة	1.75	3.50			

نتبين من النتائج التي يلخصها الجدول السابق أن قيمة "z" غير دالة عند مستوي (0.05)، مما يدل علي عدم وجود فرق ذي دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات طلاب المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي والتتبعي علي مقياس الثقة بالنفس (ككل)، وبالتالي يمكن للباحثة رفض الفرض وقبول الفرض البديل الذي ينص علي: لا يوجد فرق دال إحصائياً عند مستوي (ل  $0.05 \geq$ ) بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية ذوي الاحتياجات الخاصة بعد تلقي البرنامج الإرشادي وبين درجاتهم التتبعية علي مقياس الثقة بالنفس (ككل). وفي ضوء تفسير نتائج الفرض الثالث والرابع يمكن للباحثة أن تعزي عدم وجود فروق في الأداء البعدي والتتبعي علي اختبار الثقة بالنفس إلي تأثير البرنامج الإرشادي باستخدام فنيات الإرشاد النفسي من عرض بوربوينت - مناقشة وحوار - فنيات الاسترخاء والتخيل والتنفيس الانفعالي والأنشطة. التي وظفت فيها الباحثة أساليب إرشادية مناسبة لتحقيق أهداف مواقف إرشادية بعينها. وإلي مدي تأثير البرنامج الإرشادي إيجابياً علي أفراد المجموعة التجريبية، حيث تم إعداد وبناء البرنامج بشكل علمي متضمن لجميع أبعاد الثقة بالنفس والتي تم قياسها بمقياس الثقة بالنفس المعد لأغراض البحث الحالي، وأن البرنامج الإرشادي له أثر واضح في تنمية الثقة بالنفس وأن أثره مازال موجود حتي بعد مرور شهر من انتهاء البرنامج وذلك من خلال التطبيق التتبعي علي المجموعة التجريبية وهذا ما يتفق مع نتائج دراسة كلا من شراب (2013 م) والتوني (2010 م) وحسيب (2009 م) و(رجب، 2010 م). وفي النهاية تسهم الثقة بالنفس بشكل مباشر في تحقيق التوافق النفسي للأفراد وهي ترتبط بمفهوم الفرد الإيجابي عن ذاته وتقديره المرتفع للذات، ومن ثم فهي تلعب دوراً هاماً في تحقيق الفرد لذاته مما يكون له أكبر الأثر في تحقيق الهوية الإيجابية. (محمد 1997 م، 67).

## فعالية برنامج إرشادي لتنمية الثقة بالنفس لدي طالبات ذوي الاحتياجات الخاصة



شكل (4)

درجات طلاب المجموعة التجريبية في التطبيقين البعدي والتتبعي علي مقياس الثقة بالنفس (ككل)

يتضح من الجدول ومن الشكل السابق عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التطبيقين البعدي والتتبعي، مما

يعني استمرار فعالية البرنامج بعد مدة شهر من انتهاء ويرجع استمرار فعالية البرنامج إلي متانة جلساته، وقيامه علي أرضية

علمية صلبة، واعتماده أساليب وفتيات مدروسة عمليا كما سبق.

## التوصيات:

- الإهتمام بإعداد البرامج الإرشادية للطالبات المعاقات حركياً لرفع الثقة بالنفس لديهن ومساعدتهن علي التوافق مع المجتمع.
- الاهتمام بالإرشاد الأكاديمي للطالبات المعاقات حركياً وإشراكهن في الأنشطة المجتمعية المختلفة لرفع الثقة بالنفس لديهن.
- الاهتمام بالمعاقات حركياً في مختلف مراحل التعليم ومساعدتهن علي التوافق النفسي الاجتماعي.

## بحوث مقترحة:

- دراسة مقارنة للثقة بالنفس لدي طلبة جامعة الطائف المعاقين حركياً من الجنسين (ذكور - إناث).
- فاعلية برنامج إرشادي لتنمية الثقة بالنفس لدي طلاب ذوي الاحتياجات الخاصة المعاقين حركياً بجامعة الطائف
- فاعلية برنامج إرشادي لتنمية الثقة بالنفس لدي طلاب ذوي الاحتياجات الخاصة بجامعة الطائف.
- الثقة بالنفس وعلاقتها بالأداء الأكاديمي لدى طلاب جامعة الطائف المعاقين حركياً.

## المراجع:

### أولاً: المراجع العربية:

1. أبو علام، العادل محمد. (1987)، قياس الثقة بالنفس لدي الطالبات، الكويت، مؤسسة علي جراح الصباح للنشر والتوزيع.
2. أبو فخري، غسان، (2003): التربية الخاصة للأطفال المعوقين، منشورات جامعة دمشق، الطبعة الثانية، دمشق، سوريا.
3. أبو مصطفى، نظمي (2000) مدخل إلى التربية الخاصة، مكتبة القادسية، محافظة خان يونس، فلسطين.
4. بدران، عمرو حسن (1990) كيف تبني ثقتك بنفسك، مكتبة جزيرة الورد، القاهرة.
5. البيومي، محمد (2003)، الإعاقة في محيط الخدمة الاجتماعية، دار الكتب الجامعية الحديثة.
6. التوني، سهير محمد (2010) تنمية الثقة بالنفس باستخدام البرمجة اللغوية والعصبية والعلاج المعرفي السلوكي لعلاج الأطفال المتلعثمين، رسالة دكتوراه، جامعة عين شمس، القاهرة.
7. حابس، العوامل (2003)، سيكولوجية الأطفال غير العاديين: (الإعاقة الحركية).
8. حسني، سعيد العزة، عزت، جودت عبد الهادي (1999)، نظريات الإرشاد والعلاج النفسي.
9. حنان، عبد الله المرزوقي (2007): مدى فاعلية برنامج إرشادي لتنمية الثقة بالنفس لطلبة السنة الأولى الثانويات التخصصية بمدينة مصراته، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الآداب، جامعة 7 أكتوبر، مصراته الجماهيرية الليبية.
10. حسيب، حسيب محمد، (2009)، فاعلية برنامج إرشادي لتنمية الثقة بالنفس وخفض إضراب اللجلجة في الكلام لدى الأطفال بالمرحلة الابتدائية، موقع المركز القومي للامتحانات والتقويم التربوي.
11. زهران، حامد عبد السلام (2003)، دراسات في الصحة النفسية والإرشاد النفسي القاهرة: عالم الكتب.

12. شراب، عبد الله راغب (2013 م)، فعالية برنامج إرشادي لتنمية الثقة بالنفس كمدخل لتحسين المسؤولية الاجتماعية لدى طلاب المرحلة الثانوية، جامعة عين شمس.
13. شكور، جليل (1995 م) معاقون لكن عظماء، الدار العربية للعلوم والنشر، لبنان.
14. الشناوي، محمد محروس (1998 م) نظريات الإرشاد والعلاج النفسي، دار الغريب للنشر والطباعة.
15. عامر، طارق عبد الرؤوف محمد (2008)، الإعاقة الحركية: مؤسسة طبية للنشر والتوزيع.
16. عبد اللطيف، آذار عباس (2001)، العلاقة بين مفهوم الذات والتكيف الاجتماعي لدى المعوقين جسدياً: دراسة ميدانية في مدينة دمشق، رسالة ماجستير، جامعة دمشق، سوريا.
17. علي، سمية مصطفى رجب (2009)، فعالية برنامج إرشادي مقترح لتنمية الثقة بالنفس لدى طالبات الجامعة الإسلامية بغزة، رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية غزة، عمادة الدراسات العليا كلية التربية.
18. العنزي، فريح عويد (1999)، الثقة بالنفس وعلاقتها بالعوامل الخمسة الكبرى في الشخصية، دراسات نفسية، م7، ع2، القاهرة، تصدر عن رابطة الأخصائيين النفسية المصرية، ص 417 – 439).
19. العنزي، فريح عويد (2001)، المكونات الفرعية للثقة بالنفس والخجل، دراسة ارتباطية عاملية، مجلة العلوم الاجتماعية، ع2، مجلد 29.
20. العبيد، محمد حسين (1995)، الثقة بالنفس لدى طلبة المدارس الحكومية في منطقة أربد وعلاقتها ببعض المتغيرات، رسالة ماجستير غير منشورة، الأردن، الجامعة الأردنية.
21. منشورات جامعة القدس المفتوحة (2008)، رعاية ذوي الحاجات الخاصة، الطبعة الأولى، فلسطين.
22. علوان، نعمات شعبان، وعبد الرؤوف الطلاع (2014)، فعالية برنامج إرشادي لتنمية الثقة بالنفس وأثره في زيادة المرونة الإيجابية "دراسة على عينة من أفراد الشرطة الفلسطينية، مجلة جامعة الأقصى سلسلة العلوم الإنسانية، المجلد الثامن عشر، العدد الثاني، ص 175، 211، يونيو).



فعالية برنامج إرشادي لتنمية الثقة بالنفس لدي طالبات ذوي الاحتياجات الخاصة

23. المحمدي، أيمن أحمد (2001 م) فعالية الدراما للتدريب على بعض المهارات الاجتماعية وأثره في تنمية الثقة بالنفس لدى الأطفال المكفوفين بمرحلة ما قبل المدرسة، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة الزقازيق.
24. محمد، عادل عبد الله (1997 م) قياس الثقة بالنفس، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
25. المرزوقي، حنان عبد الله (2007 م) مدى فاعلية برنامج إرشادي لتنمية الثقة بالنفس لطلبة السنة الأولى بالثانويات التخصصية بمدينة مصراته، رسالة ماجستير، جامعة 7 أكتوبر مصراته الجماهيرية الليبية.
26. منصور، أيمن أحمد المحمدي (2001 م)، فعالية الدراما للتدريب على بعض المهارات الاجتماعية وأثره في تنمية الثقة بالنفس لدى الأطفال المكفوفين بمرحلة ما قبل المدرسة.
27. النجار، محمد (1997 م)، تقدير الذات والتوافق النفسي والاجتماعي لدى معاقى الانتفاضة جسمياً بقطاع غزة، رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.
28. النجار، يحيى محمود (2012 م)، فاعلية برنامج إرشادي لتنمية الأمن النفسي لدى المعوقين حركياً، مجلة الجامعة العلوم الإسلامية للدراسات التربوية (العدد الأول، يناير ص 557، 594).
29. ميخائيل، يوسف أسعد، د. ت: (الثقة بالنفس، القاهرة، دار نهضة مصر).
30. يونس، عبد الكريم قاسم (2010) فاعلية برنامج لتنمية الثقة بالنفس لدى طفل الروضة، رسالة دكتوراه، جامعة عين شمس، معهد دراسات الطفولة، الدراسات النفسية، (11550176).

ثانياً: المراجع الأجنبية:

31. Goldberg, Pamela (2004): *Comp make-believe, Where kids learn to believe in themselves*. Camp make-believe INC profession Pubescent Psychological Dietetic, J 35 (1), PP.32-39.

32. Husain, Z., & Ahmad, N. S. (2010). *Isolation: Willingness of Disabled Person to Integrate with its Community in the Context of Relationship after Disabled due to Accidents*. *Procedia- Social and Behavioral Sciences*, 7, 274-281.
33. Koubekova, E. (2000). Personal and social adjustment of physically handicapped pubescent. *Psychologia A patopsychologia Dietata*, 35(1), 23-33.
34. Minchom, P., Ellis, N., Appleton, P., Lawson, V., Böll, V., Jones, P., & Elliott, C. (1995). *Impact of functional severity on self concept in young people with spine bifida*. *Archives of disease in childhood*, 73(1).
35. Plecha, M. (2002). *The Impact of Motivation, Student- Peer, and Student-Faculty Interaction on Academic Self-Confidence*.
36. Turner, J. B., & Turner, R. J. (2004). *Physical Disability, Unemployment, and Mental Health*. *Rehabilitation Psychology*, 49(3).

## **Abstract:**

The Present research aim to the discover effectiveness of a counseling program for the development of self-confidence among students with special needs(disabled physically) in Taif University, through by designing a Counseling program based on (the techniques of psychological counseling and represent the arts used in the program (the discussion and dialogue-lectures Emotional discharge imagination - talk about self- -And activities) -In order to achieve the goal of research, the researcher choose to one experimental sample of students with disabilities are physically and with lower scores on the self-confidence scale, the ( researcher used) the research tools:- the measure of self-confidence, and Indicative Program prepared for the development of self-confidence .(prepared by the researcher), also used group-experimental approach with the design of the same group as a control and experimental and the (5) students from special needs(disabled physically) in Taif University, and to answer the questions of the study and is applied to the program extension on the experimental sample to and the, rate of (20) sessions over the (10) weeks of (2) sessions a week and- then dimensional application of the research tools and results analysis and processing methods of scientific statistical represented in the (arithmetic mean - standard deviation and test and wilcoxon test).

## **The results concluded that: -**

There is a statistically significant difference at the level of ( $1 \leq 0.05$ ) among the middle ranks of the experimental group of individuals with special needs after the program received a guiding and between Drjathn before Indicative Programme on each dimension of self- confidence measure dimensions (self-efficacy — social dimension - psychological dimension), and the total score for the measure as a whole "in favor of the post test.

2- There is no a statistically significant difference at the level of ( $1 \leq 0.05$ ) among the middle ranks of the experimental group of individuals with special needs after the program received a guiding and between Drjathn before Indicative Programme on each dimension of self-confidence measure dimensions (self-efficacy

- social dimension - psychological dimension), and the total score for the measure as a whole after

- 1- There is a statistically significant difference at the level ( $s \leq 0,05$ ) ranks among the middle grades members of the experimental group after receiving counseling program and the scores before the program on measure of self-confidence (Self-efficacy dimension - the social dimension - psychological dimension) in favor of the dimensional measurement
- 2- There is a statistically significant difference at the level ( $s \leq 0,05$ ) ranks among the middle grades members of the experimental group after receiving counseling program and the scores before the program Consecutive on the self-confidence measure as a whole in favor of the dimensional measurement
- 3- There is no a statistically significant difference at the level ( $s \leq 0,05$ ) ranks among the middle grades members of the experimental group after receiving counseling program and grades Consecutive on measure on the self-confidence (Self-efficacy dimension - the social dimension — psychological dimension)
- 4- There is no a statistically significant difference at the level ( $s \leq 0,05$ ) ranks among the middle grades members of the experimental group after receiving counseling program and grades Consecutive on the self- confidence measure as a whole)

**Keywords:** Physically Handicapped- A Counseling program - of self-confidence- special needs.