

فاعلية برنامج ارشادي لخفض الاحباط لدى الارامل Nasaq journal / اعداد

(UTC+0200) تاريخ الارسال: 06-مارس-2022 11:44 م

معرف الارسال: 1762859544

اسم الملف: .docx (70.03K)

حساب الكلمات: 4267

عدد الرموز: 19743

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة ديالى

كلية التربية المقداد

فاعلية برنامج ارشادي لخفض الاحباط لدى الارامل

م . حسن عبد الله العطاوي

L . Hassan .A. Alatafe

ماجستير ارشاد نفسي وتوجيه تربوي

Master of psychological counseling and educational guidance

Alamaal_2013@yahoo.com

07702804012

2022م

1443هـ

ملخص البحث

ان المرأة نصف المجتمع و لها دور فاعل في بنائه وتقدمه حيث أن تقدم المجتمعات يقاس بدرجة مشاركة المرأة فيها بمختلف مجالات الحياة الاجتماعية والسياسية و الاقتصادية و يمكن أن نشير هنا الى أن المرأة أصبحت تواجه تحديات كبرى انعكست على شخصيتها و على علاقتها الأسرية اذ ان عدم معايشة الزوج زاد من مسؤوليتها على حساب أوضاعها الاجتماعية و النفسية، ولقد تحسس الباحث مشكلة بحثه من خلال قيامه بدراسة استطلاعية على عينة بلغت (100) امرأة أرملة ضمن النساء المتواجدات في محافظة ديالى ضمن الأعمار (25 – 45) سنة وقد تجلت مشكلة البحث الحالي في التساؤل التالي (هل أن للأسلوب الإرشادي أثرا في خفض الاحباط لدى الأمهات الأرامل ؟) وعمد الباحث على استعمال مقياس الزيدي (2013) للاحباط , بعدها عمد الباحث على اعداد برنامج ارشادي وتطبيقه على الارامل اللواتي يعانين من احباط وهذا اثبت وجود احباط لدى الارامل والذي يعود إلى تهيمش المجتمع لدور المرأة الأرملة ونظرة المجتمع الدونية لبعض الأرامل وضعف احساسهن بالثقة بالنفس وتدني الخدمات الاجتماعية المقدمة لهن من اشباع لاحتياجاتهن المادية في كسب سبل العيش الرغيد وضعف اندماج المرأة الأرملة في الانشطة المجتمعية وقلة الخدمات الصحية المقدمة لها الأمر الذي يجعل المرأة غير قادرة على سد احتياجاتها وبعد تطبيق البرنامج الارشادي تم التحقق من فرضية البحث وانه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0,05) بين رتب درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على مقياس الاحباط في الاختبار البعدي. وخرج الباحث بجملة من التوصيات والمقترحات منها

- 1- ضرورة إشباع الحاجات النفسية والاجتماعية والمادية للأرامل لتعويضهن عن فقدان الأزواجهن ولمساعدتهن على الإيفاء بمتطلباتهن المعيشية .
- 2 إجراء دراسة تجريبية تتناول اثر أسلوب الس في خفض متغيرات أخرى لدى عينات غير الأرامل مثل (الشعور بالعزلة , الشعور بالندم , التهميش الاجتماعي)
- 3- إجراء دراسة تتناول دراسة الاحباط لدى عينات أخرى غير الأرامل مثل النساء في الريف ضحايا التفجيرات – ضحايا التهجير والنزوح.

مشكلة البحث

ان المرأة نصف المجتمع و لها دور فاعل في بنائه و تقدمه حيث أن تقدم المجتمعات يقاس بدرجة مشاركة المرأة فيها بمختلف مجالات الحياة الاجتماعية والسياسية و الاقتصادية و يمكن أن نشير هنا الى أن المرأة أصبحت تواجه تحديات كبرى انعكست على شخصيتها و على علاقتها الأسرية اذ ان عدم معايشة الزوج زاد من مسؤوليتها على حساب أوضاعها الاجتماعية و النفسية (عبدالله , 2005 : 5) .

وتترك هذه الخبرة أثارا نفسية كبيرة تتراكم لتتخذ أشكالا من عدة انفعالات غير سارة مثل الشعور بالتشاؤم و الشعور بالإحباط و بالخوف و الشعور بالقلق و الذنب و التوتر و الشعور بالوحدة (الحمداني ، 2001 : 3) .

فالمشكلات التي تعانيها المرأة الأرملة أكثر مما تحصى في مجتمع غير قادر على حمايتها و غير قادر على إعادة تكيفها للحياة بشكل سليم , اذ ان الشخص الذي يفشل في التغلب على العقبات التي تصادفه في الحياة , مثل هذا فانه تقل ثقته بنفسه و تتلون نظراته الى الحياة بلون قاتم أسود (الرحو , 2005 : 379) .

فالشعور بالتشاؤم معوق خطير يهدد بتقويض الآمال , انه خطر و كارثة تكمن وراء أي نوع من أنواع الفشل و الإحباط (سيلجمان , 2006 : 11) .

لقد تحسس الباحث مشكلة بحثه من خلال قيامه بدراسة استطلاعية على عينة بلغت (100) امرأة أرملة ضمن النساء المتواجدات في محافظة ديالى ضمن الأعمار (25 – 45) سنة من خلال توجيه سؤال مفتوح حول(هل تشعرين بالإحباط) .الملحق (1)

وقد تجلت مشكلة البحث الحالي في التساؤل التالي

(هل أن للأسلوب الإرشادي بأسلوب الس أثرا في خفض الاحباط لدى الأمهات الأرامل؟)

أهمية البحث

يعاني الانسان من العجز اذا ما لم يشبع احتياجاته الرئيسية وهذا الشعور بالعجز عن تحقيق الحاجات يشيع بالنفس الشعور باليأس و الوحدة و المزاج الاكتسابي (, 2005 , Marzien) (136.90)

و أكد سيلجمان Seligman أن طريقة تفكير الفرد التي يفسر بها الأشياء و الحوادث السيئة تؤثر في سلوكه المستقبلي , و قد يكون هناك مضامين سيئة على صحته الجسدية و النفسية (سليم , 1994 : 22) .

ولم يكتف المعنيون بالإرشاد بدراسة الظاهرة فقط بل عمدوا لبناء برامج إرشادية لعلاج الحالات السلبية التي تعترض الفرد , ثم التأكد من فعالية هذه البرامج فقد توصلت دراسات عديدة الى نجاح البرامج الإرشادية في خفض العديد من الظواهر (الزبود , 2008 : 304) .

حيث أن وضع البرامج الإرشادية إنما هو محاولة لرفع مستوى تقدير الذات و تنمية العلاقات الاجتماعية بين الأفراد و لتحقيق أفضل مستوى من النمو النفسي و الصحة النفسية و إعداد الأفراد نفسيا و اجتماعيا و تهيئتهم لمواجهة المراحل المقبلة من حياتهم , و إن الحاجة إلى برامج التوجيه و الإرشاد أصبح ضرورة ملحة بالنسبة على ثالوث (المعرفة و الوجدان و السلوك) و ذلك عن طريق علاقتهم الترابطية المتبادلة على نحو سببي أي إن التوجهات و التوقعات و الأنشطة المعرفية لها دورا أساسيا في إنتاج و فهم كلا من السلوك و تأثيرات العلاج و التنبؤ بهم فضلا عن أن العمليات المعرفية تندمج معا في نماذج سلوكية (محمد , 2000 : 30)

و يعد العلاج المعرفي من أكثر العلاجات النفسية شيوعا في الوقت الحاضر في تناول مختلف الاضطرابات تقريبا و عد تناوله للبعض منها من أهم التطورات الحديثة التي شهدها هذا الاتجاه العلاجي (محمد , 2000 : 152) وقد أستعمل هذا العلاج في عدد متنوع من الاضطرابات أبرزها القلق , الاكتئاب , المخاوف المرضية , الاضطرابات السايكوسوبائية (ملكية , 1994 : 226) ووجد دوبسن (Dobson-1989) عند تحليله للعديد من الدراسات التي قارنت بين **العلاج المعرفي** وغيره من العلاجات و ان من أهم ما توصلت إليه تلك الدراسات من نتائج تمثل في أن العلاج المعرفي يعد من أفضل أنواع العلاجات المستخدمة من حيث نتائجه متفوقا في ذلك على العلاج السلوكي و العلاج التحليلي (Dobson , 1989 : 414) .

ومن هنا انبثقت الحاجة إلى تقديم الخدمات الإرشادية الحديثة باستعمال أساليب العلاج المعرفي و مما تقدم يمكن إيجاز أهمية البحث الحالي بالاتي :

الأهمية النظرية :-

- ندرة الدراسات و على حد علم الباحث .
- تسليط الضوء على أسلوب العلاج المعرفي بأسلوب الس لخفض الاحباط .
- يثير اهتمام الباحثين بإجراء المزيد من الدراسات و البحوث العلمية حول شريحة الأرامل

الأهمية التطبيقية :-

- الحاجة الماسة إلى تقديم خدمات نفسية واجتماعية وإنسانية إلى شريحة مهمة وهي شريحة الأرامل .
- ضرورة الاستفادة من البرنامج الإرشادي الذي أعده الباحث والذي يمكن تطبيقه في مؤسسات الدولة .
- ان هذا البحث يسهم في مجال الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي وذلك على صعيد شريحة مهمة.
- الإفادة من مقياس الاحباط الذي قام الباحث بتبنيه في مجال الإرشاد النفسي من خلال تشخيص النساء اللواتي يتسمن بسلوك الاحباط .

أهداف البحث :-

يهدف البحث الحالي التعرف على تأثير أسلوب الس في خفض الاحباط , ولتحقيق هذا وضع الباحث الأهداف الآتية :

- التعرف على مستوى الاحباط للنساء الأرامل .
- بناء برنامج ارشادي لخفض الاحباط لدى الأرامل .

ولتحقيق ذلك وضع الباحث الفرضية الآتية :-

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) في خفض الاحباط ¹ بين رتب

درجات المجموعتين التجريبية و الضابطة على مقياس الاحباط في الاختبار البعدي .

حدود البحث :-

يتحدد البحث الحالي بالأرامل المقيمات ضمن محافظة ديالى المسجلات ضمن دائرة الرعاية الاجتماعية التابعة لوزارة العمل والشؤون الاجتماعية للعام (2021-2022) .

فرضية البحث :-

1
لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين درجات المجموعة

التجريبية و المجموعة الضابطة في الاختبار البعدي .

تحديد المصطلحات:-

اولا: الأسلوب الإرشادي Counseling style

وعرفه كل من:

- كود (Good,1973) :

(الطريقة العلمية المتبعة في حل المشكلات) (Good , 1973 , p: 439).

- اولمان (Allman , 1978) :

(نمط خاص لاكتساب المسترشدين المعلومات والسلوك) (Allman , 1978,p:569).

- وعرفه قاموس اكسفورد (Oxford , 1984) :

(طريقة أنموذجية في التعامل مع الأفراد) (Hawkins , 1984 , p:821).

عاقل (1988) :

(طريقة المرشد المميزة في التعامل مع المسترشدين لتحقيق أهداف معينة) (عاقل، 1988،

ص35)

- دافيدوف (1988) :

(الطريقة التي تمنح الفرد القدرة على اداء وظائفه بصورة سوية) (دافيدوف ، 1988،

ص701).

- إنَّ الباحث يستنتج من اعلاه أن جميع التعريفات تؤكد على ان الأسلوب طريقة للتعامل مع

الفرد لمساعدته في تحقيق التوافق النفسي مع الذات والآخرين .

- إنَّ التعريف النظري للباحث (خطة منظمة يضعها المرشد تستند إلى إطار نظري معين،

وتشتمل على تقنيات و فنيات متعددة لتحقيق هدف معين).

الإحباط Frustration

عرفه كل من:

- كونجر (1986) :

(حالة انفعالية او شعور ينتج عن عرقلة المحاولات التي يبذلها الفرد للحصول على هدف بيتغيه) (كونجر واخرون , 1986 , ص534).

- باترسون (1992) :

(تفكير الفرد السلبي عن الذات في الحاضر مما ينتج عنه افكار سلبية عن المستقبل والتشاؤم واليأس وموت الدافعية) (باترسون , 1992 , ص 33).

- اليس (Ellis) :

(توتر نتيجة اعتقاد الفرد او تصوره بعدم الحصول على الرغبات لتحقيق السعادة والرضا يصاحبه حزن شديد ومستمر) (باترسون , 1992 , ص 179).

- بيك (Beck ,2000) :

(احساس بالفقد النهائي والتوقعات السلبية ويحدث نتيجة لأدراك الفرد بأن شيئاً ما ذا قيمة له قد فقد) (Leahy,2003,p:1-5).

- الخالدي (2001) :

(حالة نفسية تتصف بالتوتر والقلق والشد العصبي والشعور بالخيبة او لوم الذات يشعر بها الفرد عندما يسعى لتحقيق هدف معين ويخفق في السعي اليه) (الخالدي , 2001 , ص101).

- جابر والعزة (2002) :

(عمليات ادراك الفرد لعائق اشباع حاجة له وتوقع حدوث هذا العائق في المستقبل) (جابر والعزة , 2002 , ص345).

- الرفاعي (2004) :

(إدراك الفرد لعائق يحول دون اشباع حاجة له, او توقع حدوث هذا العائق في المستقبل, مع تعرض العضوية من جراء ذلك لنوع ما من انواع التهديد) (الرفاعي , 2004 , ص171).

- الخالدي والعلمي (2009) :

(هو عملية تتضمن إدراك الفرد لعائق يعوق اشباع حاجته, او توقع هذا العائق في المستقبل, وتعرض الفرد جراء ذلك لنوع من انواع التهديد) (الخالدي والعلمي , 2009 , ص 58).

استنتج الباحث من التعريفات أعلاه أن الباحثين السابقين يؤكدون على أن الإحباط عملية إدراكية تتسم بالقلق والتوتر والشعور بالفشل والحزن والفقد النهائي نتيجة اعتقاد الفرد أو تصوره بعدم تحقيق الرغبات مما يؤدي الى اضطرابات انفعالية.

تعريف الباحث النظري: (حالة إدراكية شعورية تواجه الفرد عندما يعجز عن تحقيق دافع أو هدف معين بسبب عائق ما تتسم بالتوتر والقلق والألم والشعور بالذنب والحزن واليأس وإيذاء الذات).

التعريف الاجرائي: هو الدرجة الكلية التي تحصل عليها الارامل على مقياس الإحباط المعد من الباحث لهذا الغرض وبناء على النظرية السلوكية المعرفية .

الاطار النظري :-

• البرنامج الارشادي

قام الباحث بتبني نموذج (Border & Sandra 1992) إذ يرى الخطوات المنطقية

في البرامج الارشادية تستند على ما يلي :-

تقدير و تحديد احتياجات الارامل .

كتابة و اعداد اهداف البرنامج و غاياته .

اختيار و تنفيذ نشاطات البرنامج .

تقدير و تقويم مدى كفاءة البرنامج .

(Border & Sandra 1992 : 487 -495)

نظرية آرون بيك في العلاج المعرفي السلوكي :

يستهدف هذا الأسلوب العلاجي إلى إزالة الألم النفسي وما يشعر به الفرد من ضيق و كرب وذلك من خلال التعرف على المفاهيم و الإشارات الذاتية الخاطئة وتحديدتها والعمل على تصحيحها ومن ثم تعديلها , وذلك تأسيسا على أن الاستجابات الانفعالية التي أتت بالمريض إلى العلاج تعد نتائج لتفكيره الخاطئ الذي يتميز به هذا الاضطراب أو ذاك , و على هذا فإنها تزول عندما يتم تصحيح ذلك التفكير و تعديله ليتم تعديل السلوك (Beck, 1993:61).

ويرى (بيك) أن الشخصية تتكون من مخططات أو أبنية معرفية تشتمل على المعلومات أو الأفكار والمفاهيم و الافتراضات والصيغ الأساسية لدى الفرد والتي يكتسبها خلال مراحل النمو ويسلم بأن الامزجة النفسية والمشاعر السالبة تكون نتاجا لمعارف محرقة و لا عقلانية , فالمريض يستحدث رأيا عن نفسه وعن العالم وعن الماضي والحاضر والمستقبل , ويكون عقله مغمورا بمعارف سالبة ومقدمات خاطئة , ويبرز الانحراف الحاد في البناء المعرفي في حالة الاضطرابات النفسية , وأن الأبنية المعرفية تميز الاضطرابات الانفعالية وتؤثر على إدراكات الفرد والتفسيرات التي يقدمها للأشياء ويتم إدراك الخبرات في ضوء علاقتها بالأبنية المعرفية للفرد, ومن المحتمل أن يتم تشويه تلك الخبرات لكي تتناسب مع هذه الأبنية (محمد , 2000 :60).

الإبعاد والتركيز :-

حينما ينظر المسترشد بموضوعية إلى أفكاره و يتعرف على ان هناك أفكارا تلقائية اوتماتيكية مشوهة ولا تتفق مع الواقع فانه يحاول إن " يبعدها " ويتخلص منها " ويركز " على عملية تصحيح او تعديل لها يكون من نتائجها التكييف مع المواقف " الحدث " وتعديل الأفكار وهو ما يمثل هدفا أساسيا في هذا الصدد , لذا قام الباحث بتدريب الارامل على عمليتي الإبعاد والتركيز على تلك الأفكار.

الوصول إلى دقة الاستنتاجات :-

يتم ذلك بتدريب المسترشد وتعليمه كيفية الحصول على المعلومات الدقيقة والتي تتسم استنتاجاتها في المواقف المختلفة بالواقعية وهو ما يتحتم على المرشد مساعدة المسترشد على القيام بعملية الاستنتاج , وعلى تحديد تلك الاستنتاجات بشكل جيد والعمل على تمحيصها وتقييمها في ضوء الواقع.

التحويل :-

ويعني اهتمام المسترشد من التركيز على مجموعة الواجبات التي تسبب له الاضطراب إلى أوجه نشاطاته كثيرة مثل الألعاب الرياضية و الأنشطة الفنية والاجتماعية وقد قام الباحث بإعطاء الارامل إثناء الجلسات بعض الأنشطة الفنية و الاجتماعية إضافة إلى الألعاب الرياضية .

التدريب البيئي :-

تعد مهام النشاطات البيئية ذات أهمية في تحقيق كفاية هذا الأسلوب وفعاليتيه إذ تشجع المسترشد على اكتساب الثقة في مواجهة المشكلات بعيدا عن جلسات الإرشاد وتقلل من احتمال استمرارهم في الاعتماد على المرشد , وهي تنطوي على محاولة المرور بالخبرة الثانية , فالمسترشد يحاول ان يبحث عما يحدث هذه الحواجز فقد يكون هناك شيء لم يستطع ان يتحدث به أو يعبر عنه في الجلسة الإرشادية والهدف من ذلك هو جعل المسترشد واعيا بالحواجز التي تشوش التعبير (باترسون , 1990 : 106) "وبناء " على ذلك ضمت اغلب الجلسات فنية التدريب البيئي الذي يطلب من خلاله القيام بنشاط يستهدف إما مراجعة موضوع الجلسة أو التمهيد للجلسة اللاحقة .

التغذية الراجعة :-

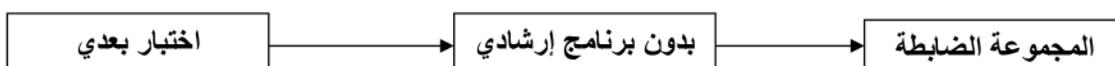
يقصد بها تعليقات المرشد على سلوك المسترشد بعد تزويده لإنجاز مجموعة من المهام , وبإمكان أفراد المجموعة تلقي تغذية راجعة من بعضهم بعضا وبهذا يستطيعون تجربة سلوكيات جديدة بناء على افتراضات جديدة ويمكن استخلاص غير اللفظية , (Corey) . وأعطى الباحث التغذية الراجعة في ثناء الجلسات الإرشادية وفي ختامها من خلال انجاز الارامل مجموعة من النشاطات ومعرفة نتائج استعمالهن لها (ال أطميش , 2010 : 56)

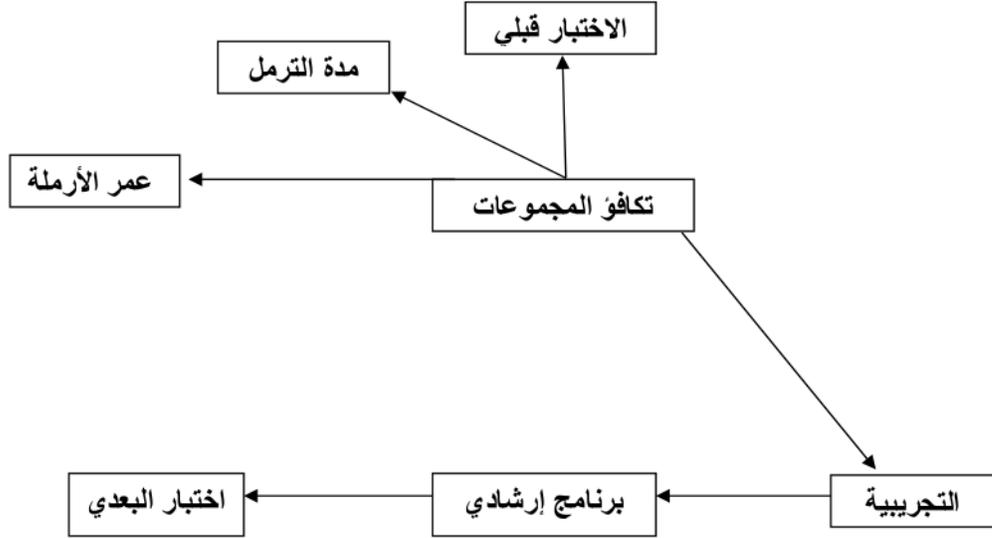
منهج البحث :-

استعمل الباحث منهج (البحث التجريبي) في بحثه الحالي , إذ تعدد البحوث التجريبية من أدق البحوث علمية إذ يمكن أن تستعمل الفرضيات الخاصة بالسبب والنتيجة ويكون هذا النوع من أكثر الأساليب صدقا في حل المشكلات (الامام،1990:76) .

التصميم التجريبي :- يمكن تعريف البحوث التجريبية على أنها البحوث التي تتم فيها السيطرة على متغيرات البحث وتوجد نماذج متعددة من التصميمات التجريبية لتحقيق هذا النوع من منهج الدراسة وينبغي على الباحث اختبار التصميم التجريبي المناسب لاختبار صحة النتائج المستنبطة من الفروض ويتوقف اختبار التصميم التجريبي على طبقة الدراسة والشروط التي تجري فيها (عبد الحفيظ وباهي،2000:12) .

وقد استعمل الباحث تصميم المجموعة الضابطة اللاعشوائية الاختبار ذات الاختبارين القبلي والبعدي وذلك لمعرفة تأثير المتغير المستقل على المتغير التابع من خلال مقارنة نتائج الاختبار البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة , إذ تم تطبيق المتغير المستقل على المجموعة التجريبية في حين نترك المجموعة الضابطة دون ارشاد والشكل (1) يوضح ذلك :-





(شكل 1)
التصميم التجريبي على وفق فرضية البحث

مجتمع البحث:-

يشمل مجتمع البحث على الارامل المقيمات ضمن حدود محافظة ديالى والبالغ عددهن (4752)
(أرملة و اللواتي تتراوح اعمارهن من (20 - 45) سنة موزعات على الاقضية الاربعة
للمحافظة كما موضح في الجدول (1).

الجدول (1)

أعداد الارامل في محافظة ديالى موزعات على الاقضية

ت	القضاء	عدد الاناث
1	بعقوبة	1522
2	الخالص	983
3	المقدادية	1292
4	بلدروز	938
	المجموع	4752

عينة البحث:-

اختارات عينة البحث بطريقة قصدية للمجموعة التجريبية والضابطة من مجتمع البحث الاصلى

تم اختيار الارامل المسجلات في احصائية جمعية الامل المشرق لرعاية الطفولة والامومة للعام 2021-2022 ضمن حدود محافظة ديالى وفي ضوء ذلك تم اختيار (20) أرملة بطريقة قصدية ليمثلان عينة البحث . وتم تقسيمهن الى مجموعتين (التجريبي والضابطة) وتم توزيعهن عشوائيا على المجموعتين بواقع (10) أرامل لكل مجموعة .

أداة البحث :

أولا : مقياس الاحباط

أن البحث الحالي يتطلب توفر مقياس كأداة لقياس الاحباط لدى أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة , وقد وجد الباحث امكانية استعمال مقياس الزيدي (2013) للاحباط على الارامل , ويتسم هذا المقياس بصدق وثبات جيدين وذلك بعد التحقق من تحليل فقراته منطقيا واحصائيا

لحساب قوتها التمييزية ومعاملات صدقها فضلا عن التحقق من صدقه وثباته على مجتمع البحث الحالي وكما يأتي :

صدق القياس :

لقد تحقق الباحث من مؤشرات الصدق وهي الصدق الظاهري وكما يأتي :

الصدق الظاهري :

بعد الصدق الظاهري من مؤشرات صدق المقياس إذ يؤشر الى القياس يمثل المحتوى المراد قياسه ظاهريا (ربيع , 1994 : 962) و أن أفضل من يقوم بالصدق الظاهري هم الخبراء المختصين الذين يقومون بتقدير صلاحيته الفقرات منطقيا في مقياس المحتوى أو الصفة المراد قياسها (عودة , 2000 : 284) وقد تحقق الباحث من الصدق الظاهري لمقياس الاحباط عندما قام بعرضه على الخبراء في القياس والتقويم والارشاد النفسي وتم الموافقة بنسبة (100%) (الملحق 2).

ثبات القياس :

يؤشر ثبات القياس ودقة فقراته ونجاحها في قياس ما أعدت لقياس وعدم تناقض فقرات الاختبار مع نفسها عند إعادة تطبيقه

(الأنصاري , 2000 : 12) وقد عمد الباحث إلى حساب الثبات بطريقتين هما إعادة الاختبار والفاكرونباخ على عينة مكونة من (50) أرملة اختيرت عشوائيا من مجتمع الأرامل وكالاتي :-

1- طريقة إعادة الاختبار : Test Retest Method

يسمى معامل الثبات المحسوب بهذه الطريقة بمعامل الاستقرار (EbcI , 1972 : 52) . وهذه الطريقة تتطلب تطبيق المقياس على عينة الثبات مرتين أو أكثر (القريب , 1981 : 1.3) لذلك اعيد تطبيق القياس على عينة القياس البالغ حجمها (50) أرملة بعد مرور أسبوعين ثم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات التطبيق مكان معامل الثبات (0.84) .

2- طريقة الفاكررباخ : Alpha Chroubach Method

يعد معامل الثبات المحسوب بمعادلة ألفا (كررباخ) أحد المؤشرات الرئيسية لمعامل الثبات .

(Nunnally , 1978 : 235)

ويعتمد على التساق إداء الفرد من فقرة إلى أخرى (ثورنبايك وهيجمن , 1989 : 79) .

وبعد استعمال هذه المعادلة على درجات عينة الثبات كان معامل ثبات القياس (0.81) .

ميررات بتبني الباحث لقياس الاحباط لـ (الزيدي , 2013)

1- بالنظر لحدائة المقياس .

2- بالنظر لقرب مفهوم الاحباط وصلته بمتغير البحث الحالي .

انه مقياس تم استخراج خصائصه السايكومترية من صدق وثبات لذا يمكن الاعتماد عليه.

التطبيق النهائي لمقياس الاحباط :

تم تطبيق مقياس الاحباط على عينة البحث الحالي والبالغة (200) أرملة بصيغته النهائية أو تكون من (25) فقرة الملحق (1) وأمام كل فقرة ثلاثة بدائل (دائما , أحيانا , لا ينطبق علي أبدا) .

أعطيت لها الدرجات (3 , 2 و 1) عندما تكون الإجابة ايجابية وبعبسه إذا كانت سلبية وبمتوسط فرض (50) وبهذا أصبح المقياس جاهزا للتطبيق بصيغته النهائية بعد استخراج صدقه وثباته أو بلغت أعلى درجة في القياس (75) وأدنى درجة (25) .

البرنامج الإرشادي :

بني البرنامج الإرشادي على وفق أنموذج (التخطيط والبرمجة والميزانية) وبعد هذا النظام احد الأساليب الإدارية الفعالة في التخطيط إذ يسعى للوصول إلى أقصى حد من الفعالية بأقل تكاليف (الدوسري , 1985 : 242) , وبناء على هذا الأنموذج تكون الخطوات المتبعة في البرنامج على النحو الآتي :

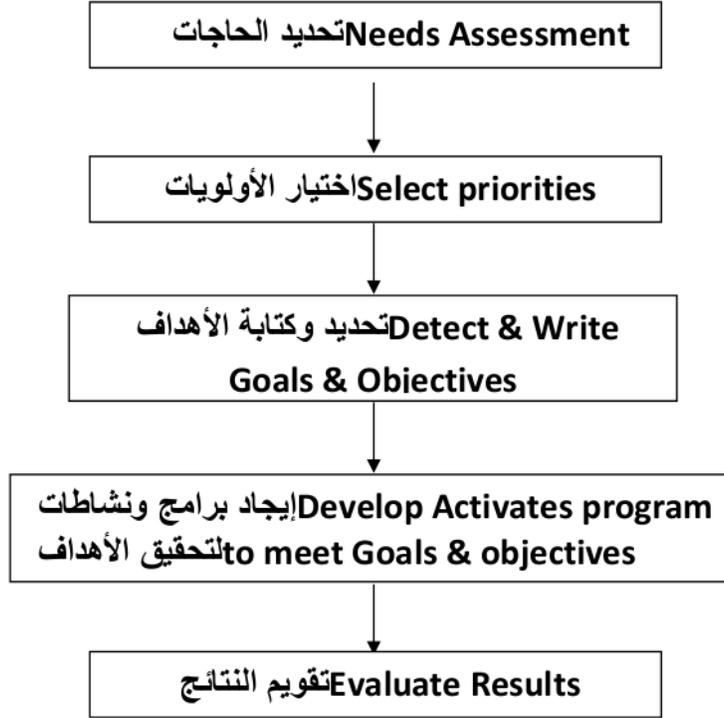
تحديد الحاجات .

اختيار الأولويات .

تحديد الأهداف .

اختيار الأنشطة .

تقويم نتائج البرنامج . والشكل (2) يوضح ذلك



الشكل (2) يوضح البرنامج الإرشادي على وفق أنموذج التخطيط والبرمجة والميزانية للدوسري

(الدوسري , 1985 : 242)

وقد

تحديد الحاجات

تم اعتماد نتائج تطبيق الاختبار القبلي على مقياس الاحباط لأغراض البحث الحالي كمؤشرات لتحديد حاجات الارامل من خلال اجابات المسترشدات على المقياس إذ يكون ترتيب الفقرات تنازليا من أعلى وسط إلى أدنى وسط لإخراج متوسطاتها و انحرافاتها المعيارية . وتم تطبيقها

على عينة الثبات (50) ارملة من أجل تحدد احتياجات المسترشدات لخفض سلوك الاحباط لديهن.

اختيار الأولويات :

حددت الأولويات من خلال ترتيب فقرات المقياس تنازليا (مثلما هو موضح سلفا) , إذ عدت الفقرة التي حازت على وسط اعلى هي بمثابة حاجة تؤدي إلى خفض الاحباط . وتم تحديد هذه الأولويات بعد أن عرضت على مجموعة من الخبراء وفقا لاراءهم وقد تبين أن هناك (33) فقرة تمثل كل فقرة حاجة من الحاجات التي يحتاج اليها أفراد العينة في خفض السلوك الاحباط لديهن وقد قام الباحث بجمع الفقرات المتشابهة والمتقاربة لموضوع جلسة واحدة.

صدق البرنامج :

عرض البرنامج على مجموعة من الخبراء المتخصصين في الإرشاد النفسي ملحق (3) لإبداء آرائهم حول :-

مدى ملائمة الأساليب الإرشادية في الجلسات الإرشادية .

مدى ملائمة البرنامج للهدف الرئيسي .

مدى ملائمة الأنشطة المقدمة في الجلسات .

إبداء ملاحظاتهم السديدة والتعديلات التي يرونها مناسبة .

وقد أجريت التعديلات اللازمة على وفق آراء الخبراء إذ أصبح جاهز للتطبيق وبشكل نهائي .

تنفيذ البرنامج :

طبق البرنامج الإرشادي المكون من (12) جلسة إرشادية بواقع جلسيتين في الأسبوع و استغرقت كل جلسة (60) دقيقة باستثناء الأولى و الأخيرة .

حدد الباحث يوم 16 / 1 / 2022 لإجراء الاختبار البعدي على المجموعتين الضابطة والتجريبية على مقياس الاحباط .

نتائج البحث :-

يتناول هذا الفصل عرفاً لأهم النتائج التي توصل إليها الباحث اليها المبحث الحالي ثم توصيات ومقترحات وكما يأتي :

الهدف الاول : قياس الاحباط لأجل التحقق من هذا الهدف قام الباحث بتطبيق مقياس الاحباط الذي بلغ عدد فقراته (25) فقرة على عينة البحث البالغ فقراتها (200) أرملة وبعد استعمال الاختبار التالي (T .test) لعينة واحدة أظهرت النتائج أن الوسط الحسابي يساوي (55,2350) والانحراف المعياري يساوي (6,08150) وأن الوسط الفرضي للمقياس (50) وبلغت القيمة الجدولية (1,96) عند مستوى دلالية (0,05) وبدرجة حرية (199) ويمكن تفسير هذه النتيجة أن الارامل يشعرون بالاحباط .

العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة الجدولية	مستوى الدلة	درجة الحرية
200	55,2350	6,08150	50	1,96	0,05	199

تفسير النتائج ومناقشتها :-

تفسير الهدف الاول :-

يمكن تفسير منهجية الهدف على وجود احباط لدى الارامل يعود إلى تهميش المجتمع لدور المرأة الأرملة ونظرة المجتمع الدونية لبعض الأرامل وضعف احساسهن بالثقة بالنفس وتدني الخدمات الاجتماعية المقدمة لهن من اشباع لاحتياجاتهن المادية في كسب سبل العيش الرغيد وضعف اندماج المرأة الأرملة في الانشطة المجتمعية وقلة الخدمات الصحية المقدمة لها الأمر الذي يجعل المرأة غير قادرة على سد احتياجاتها وبدعم وجود الاستبعاد الاجتماعي بنوعيه (الطوعي أو الجبري) وأكدت نظرية سيزن تشير إلى أن الكان الحي هو اجتماعي بطبيعته لا يستطيع أن يعيش بمعزل عن الآخرين وهو يتلمسه بانتمائته هذا إلى اشباع حاجاته إلى الانتماء وإلى التقدير الاجتماعي.

الهدف الثاني :

للتعرف على أثر أسلوب ألس لخفض الاحباط وذلك من خلال التحقق من صحة الفرضية الآتية :

¹ لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0,05) بين رتب درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على مقياس الاحباط في الاختبار البعدي .ولمعرفة دلالة الفرق بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي استعمل الباحث اختبار (مان وتني) للعينات المتوسطة الحجم (55,10) والانحراف المعياري (3,665) ومتوسط الرئيسي (55,2350) بينما بلغ المتوسط الحسابي لأفراد المجموعة الضابطة (55,10) والانحراف المعياري (154,5) ومجموع الرتب (154,50) ومتوسط الرتب (15,45) وبلغت قيمة مان وتني المحسوبة (صفر) بينما بلغت قيمة مان وتني الجذرية (19) عند مستوى دلالة (0,05) (ونشير هذه النتيجة إلى وجود فروق دالة إحصائية ولصالح المجموعة التجريبية التي تلقت البرنامج الإرشادي على وفق أسلوب الس في الاختبار البعدي وعلى ذلك نرفض الفرضية الصفرية ونقبل الفرضية البديلة التي أكدت على وجود فرق دالة إحصائية بين متوسط درجات التجريبية والضابطة ولصالح التجربة

التوصيات : في ضوء نتائج البحث يوصي الباحث بما يأتي :

ضرورة عقد ندوات تثقيفية لمتابعة الواقع الاجتماعي والأسري للأرامل من قبل المسؤولين العاملين في وزارة العمل والشؤون الاجتماعية ووزارة حقوق المرأة ووزارة حقوق الإنسان .

ضرورة إشباع الحاجات النفسية والاجتماعية والمادية للأرامل لتعويضهن عن فقدان أزواجهن ولمساعدتهن على الإيفاء بمتطلباتهن المعيشية .

ضرورة متابعة الحالات الصحية والأزمات الطارئة لدى الأرامل ونتيجة الإحساس بالدعم الاجتماعي والصحي لهن .

المقترحات :

استكمالاً لنتائج البحث الحالي يقترح الباحث إجراء الدراسات الآتية :

إجراء دراسة تجريبية تتناول اثر أسلوب الس في خفض متغيرات أخرى لدى عينات غير الأرامل مثل (السفر , بالعزلة , الشعور بالندم , التهميش الاجتماعي)

إجراء دراسة تتناول دراسة الاحباط لدى عينات أخرى غير الأرامل مثل النساء في الريف ضحايا التفجيرات – ضحايا التهجير .

الملاحق

الجلسات الارشادية

الجلسة الاولى : افتتاح البرنامج الارشادي

الموضوع	التهيؤ للبرنامج الإرشادي الافتتاحي
الحاجات	تهيئة المسترشدات للبرنامج الإرشادي التعارف المتبادل بين الباحث والمسترشدات وتعرفهن ببعض الآخر. إقامة علاقة ودية مبنية على الاحترام والتقبل بين الباحث والمسترشدات التعرف على مكان وزمان الفقرات الإرشادية
الأهداف	التفاعل مع أنشطة البرنامج الإرشادي أن نشعر كل مسترشدة بالمرح والسعادة

أن نشعر كل مسترشدة بالتقبل والاحترام أن تلزم كل مسترشدة بحضور الجلسات في الزمان والمكان المحدد.	
تعليمات – تغذية مراجعة	الاستراتيجيات
يقدم الباحث بنفسه لإفراد المجموعة الإرشادية ومجال تخصص ثم يعطي فكرة واضحة عن دور الإرشاد النفسي في مساعدة المسترشدين في تحقيق التوازن النفسي والاجتماعي ويؤكد بأن الهدف التام هو مساعدة الأرامل ثم يطلب من كل مسترشدة التعريف بنفسها لزميلتها ويؤكد الباحث عن سرية المعلومات في الكتب الإرشادية	الأنشطة الغذائية
يحاول الباحث معرفة انطباع المسترشديات عن الجلسة الإرشادية من خلال المناقشة والحوار ثم نسألهن هل مسترشدة لا ترغب بالاشتراك في البرنامج	التقديم النباتي

الجلسة الخامسة : العدالة الاجتماعية

الموضوع	الإحساس بالعدالة الاجتماعية
الحاجات	الحاجة إلى تنمية الإحساس بالعدالة الاجتماعية الحاجة إلى التخلص من الشعور بالإحساس بالظلم الاجتماعي .

الأهداف	أن تشعر كل مسترشدة بعدالة الآخرين معها أن تتخلص كل مسترشدة من الإحساس بظلم الآخرين لها
الاستراتيجيات	التساؤل – الابعاد والتركيز – الوصول إلى دقة الاستنتاجات
الأنشطة الغذائية	التساؤل: يحاول الباحث إثارة انتباه المسترشديات في التساؤل الآتي : هل تشعرين بظلم الآخرين لكن ؟ الابعاد والتركيز: يحول الباحث الأفكار السلبية المشوهة وتحث المسترشديات على العمل المنتج والتفكير للإحساس بالوجود الاجتماعي الوصول إلى دقة الاستنتاجات : يسمع الأفكار الإيجابية لدى المسترشديات ويعززها ويحاول تعديل التفكير المشبوه من خلال الوصول إلى دقة الاستنتاجات في السلوك الصحيح.
التقديم النباتي	تلخيص ما دار في الجلسة الإرشادية تشخيص إجابيات وسلبيات الجلسة الإرشادية
التدريس البيني	يطلب الباحث من كل مرشدة تذكر فكرة يشعر فيها خطأ في إحساسهن تجاه المجتمع المجتمع ليتم تصحيحها في الحقبة القادمة

فاعلية برنامج ارشادي لخفض الاحباط لدى الارامل

تقرير الاصاله

4%

مؤشر التشابه

3%

مصادر الانترنت

0%

الاصدارات

5%

مستندات الطالب

المصادر الرئيسية

1

Submitted to University of Diyala

مستند الطالب

3%

2

kenanaonline.com

مصدر الانترنت

1%

3

Submitted to Alfaisal University

مستند الطالب

1%

4

Submitted to Naif Arab University for Security Sciences

مستند الطالب

1%

استثناء الاقتباسات

تشغيل

استثناء التطابقات

< 1%

استثناء المراجع

تشغيل

فاعلية برنامج ارشادي لخفض الاحباط لدى الارامل

صفحة 1

صفحة 2

صفحة 3

صفحة 4

صفحة 5

صفحة 6

صفحة 7

صفحة 8

صفحة 9

صفحة 10

صفحة 11

صفحة 12

صفحة 13

صفحة 14

صفحة 15

صفحة 16

صفحة 17

صفحة 18

صفحة 19

صفحة 20

صفحة 21

صفحة 22