

فاعلية برنامج إرشادي لتحسين الطمأنينة الانفعالية
لدى عينة من المراهقين المتتمرين

Hind Sayed Mohammed AlPrince
Prof.Mohamed Rizk El Behairy
Professor of Psychology, Faculty of Postgraduate Childhood Studies,
Ain Shams University
Prof.Ayman Salem Abdullah
Professor of Special Education, Graduate School of Education,
Cairo University

هند سيد محمد البرنس
أ.د. محمد رزق البحري
أستاذ علم النفس كلية الدراسات العليا للطفولة جامعة عين شمس
أ.د. أيمن سالم عبدالله
أستاذ ورئيس قسم التربية الخاصة كلية الدراسات العليا للتربية جامعة القاهرة

المخلص

أجريت الدراسة للتحقق من فاعلية برنامج إرشادي لتحسين الطمأنينة الانفعالية لدى عينة من المراهقين المتتمرين، وهدفت الدراسة إلى تقديم أدوات للكشف عن المراهقين المتتمرين الذين يتسمون بانخفاض الطمأنينة الانفعالية لديهم في مرحلة المراهقة والتأكد من فاعلية برنامج لتحسين الطمأنينة الانفعالية لدى المراهقين المتتمرين، وقد ساهمت هذه الدراسة في تنمية مهارة تقبل الذات والمساندة الإجتماعية والانتماء والأمن المرتبط بالفرد، وساهمت أيضا في تنمية وعي الآباء بمعلومات عن الطمأنينة الانفعالية لدى أبنائهم وخصائصها ومعرفة المشكلات السلوكية والصعوبات الناتجة عن انخفاضها ومدى فائدتها بالنسبة للمراهقين المتتمرين وتأثيرها الإيجابي في حياتهم، وبلغ حجم عينة الدراسة (ن= ٢٠) مراهقا من الإناث والذكور وجميعهم متتمرين وتم تقسيمهم إلى مجموعتين أحدهما تجريبية (ن= ١٠) والأخرى ضابطة (ن= ١٠) تراوحت أعمارهم ما بين (١٣- ١٥) عاما وكان متوسط أعمار المجموعة التجريبية ١٤,٢٠ والانحراف المعياري ٠,٩٢، ومتوسط الذكاء ١٠٣,٢٠، وأيضا متوسط أعمار المجموعة الضابطة ١٤,١٠، والانحراف المعياري ٠,٩٩، ومتوسط الذكاء ١٠٣,٤٠، واعتمدت هذه الدراسة على المنهج التجريبي والتصميم التجريبي ذي المجموعتين التجريبية والضابطة والقياس القبلي البعدي التبعي نظرا لانساق هذا المنهج مع متطلبات الدراسة من حيث طبيعتها وأهدافها وإجراءاتها لإيجاد فاعلية برنامج في تحسين الطمأنينة الانفعالية، والتحقق من ذلك استخدمت الباحثة الأدوات الآتية: استمارة بيانات أولية (إعداد الباحثة)، ومقياس المستوى الاجتماعي الاقتصادي الثقافي (إعداد محمد سعفان ودعاء خطاب، ٢٠١٦)، ومقياس رافن للمصفوفات المتتابعة الملونة (تعديل وتقنين عماد أحمد حسن، ٢٠١٦)، ومقياس الطمأنينة الانفعالية (إعداد الباحثة)، ومقياس التمر (إعداد الباحثة)، وبرنامج قائم على تحسين الطمأنينة الانفعالية (إعداد الباحثة)، تم استخدام أساليب المعالجة الإحصائية الآتية للتحقق من فروض الدراسة: اختبار مان وتني اللابارامترى لدلالة الفروق بين المجموعات المستقلة، واختبار وليكوكسون اللابارامترى لدلالة الفروق بين المجموعات المرتبطة، وتوصلت النتائج إلى فاعلية البرنامج في تحسين الطمأنينة الانفعالية (تقبل الذات، والمساندة الإجتماعية، والانتماء، والأمن المرتبط بالفرد) لدى عينة الدراسة من المراهقين المتتمرين (المجموعة التجريبية).

The effectiveness of a counseling program to improve emotional reassurance among a sample of bullying adolescents

The study was conducted to verify the effectiveness of a counseling program to improve emotional reassurance among a sample of bullying adolescents, and the study aimed to provide tools to detect bullying adolescents who have low emotional reassurance in adolescence and to ensure the effectiveness of a program to improve emotional reassurance among bullying adolescents. Developing the skill of self- acceptance, social support, belonging and security related to the individual, and also contributed to the development of parents' awareness of information about emotional reassurance among their children and its characteristics, and knowledge of behavioral problems and difficulties resulting from its decline and its usefulness for bullying adolescents and its positive impact on their lives. The sample size of the study was (n= 20). Adolescents, females and males, all of whom were bullies and were divided into two groups, one of them was experimental (n= 10) and the other control (n= 10), their ages ranged between (13- 15) years, and these were adopted The study was based on the experimental method and the experimental design with the experimental and control groups and the follow- up tribal measurement in view of the consistency of this approach with the requirements of the study in terms of its nature, objectives and procedures to find the effectiveness of a program in improving emotional reassurance, and to achieve this the researcher used the following tools: Primary data form (prepared by: the researcher), The Raven scale for colored successive matrices (modification and codification: Imad Ahmed Hassan, 2016), the emotional reassurance scale (prepared by the researcher), and the bullying scale (prepared by the researcher), And a program based on improving emotional reassurance (prepared by the researcher), and the results showed the effectiveness of the program in improving emotional reassurance (self- acceptance, social support, belonging, security associated with the individual) among the study sample of bullying adolescents (the experimental group).

يمكن من خلالها توجيه المسؤولين والآباء والمربين في كيفية التعامل مع المراهقين المتمترين، ومساعدة الباحثين من خلال استخدام البرنامج على عينات أخرى.

مظاهر الدراسة:

١ البرنامج: التعريف الإجرائي للبرنامج: هو مجموعة من الأنشطة والألعاب والقصص والأفلام القصيرة والفيديوهات التي أعدت وفق خطة معينة من خلال فنيات محددة التي تقدم للمراهقين المتمترين من سن (١٣-١٥) سنوات والتي يمارسها المراهقين على فترات محددة والأنشطة مرتبة ترتيباً دقيقاً تبعاً لأهمية النشاط ومدى تحقيقه لهدف البرنامج وهو تحسين الطمأنينة الانفعالية لدى المراهقين المتمترين.

٢ الطمأنينة الانفعالية: هو شعور بالسلام الداخلي، وهدوء القلب، وراحة البال، والصفاء، وعدم الخوف والقلق، لأنه يعرف أن ما يحدث له في الحياة خيراً كان أو شراً فإنه يقع بترتيب من عند الله سبحانه وتعالى (AI-Domi, 2012: 53).

كما أنه شعور الفرد بالإيجابية تجاه حياته، والكفاءة في إدارة بيئته، وتحقيق الأهداف الشخصية وفقاً لقرائنه، والإحساس بالمعنى، والهدف من الحياة، والاتجاه الإيجابي نحو ذاته وتقبلها (Rubin, et.al, 2013: 420).

التعريف الإجرائي: هو الإحساس بالأمان والسلام النفسي والتقبل من الآخرين ويتحدد بالدرجات التي يحصل عليها المفحوص على مقياس الأمن النفسي للمراهقين (إعداد الباحثة).

٣ التتمتر: هو هجوم موجه إلى شخص آخر، سواء أكان لفظياً أم مادياً (Barash, 2001)، يعرف التتمتر من خلال ثلاثة معايير هي:

١. عدوان عام متعمد قد يكون مادياً، أو لفظياً، أو جسدياً، أو من خلال استخدام التكنولوجيا مثل (الهواتف المحمولة- أجهزة الكمبيوتر).
 ٢. يكشف عن ضحايا العدوان المتكرر عبر فترات ممتدة من الزمن.
 ٣. يحدث اختلالاً بالغا في العلاقة الشخصية (Batron, 2006).
- التعريف الإجرائي: هو الاعتداء المتعمد من شخص على آخر عن طريق الإساءة إليه إما لفظياً أو جسدياً، ويتحدد بالدرجات التي يحصل عليها المفحوص على مقياس التتمتر للمراهقين (إعداد الباحثة).

دراسات سابقة:

دراسات تناولت علاقة الأمن النفسي بالتتمتر لدى المراهقين:

١. قامت سامية إبرييم (٢٠١١) بدراسة هدفت إلى الكشف عن مستوى الشعور بالطمأنينة الانفعالية لدى المراهقين ومدى وجود فروق في مستوى الشعور بالأمن النفسي والطمأنينة الانفعالية بين الذكور والإناث منهم، قامت الباحثة بتطبيق مقياس الطمأنينة لزينب شقير على عينة قصديّة مكونة من ١٨٦ طالباً وطالبة من المراهقين تراوحت أعمارهم بين (١٥-١٨)، وأسفرت النتائج عن وجود مستوى منخفض من الأمن النفسي والطمأنينة الانفعالية لدى المراهقين، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأمن النفسي والطمأنينة الانفعالية لدى المراهقين تعزى لمغزير الجنس في اتجاه الذكور.

٢. قدم سيد أحمد (٢٠١٢) دراسة هدفت إلى كشف العلاقة بين الأمن النفسي والطمأنينة الانفعالية بالتتمتر المدرسي سواء للتلاميذ المتمترين أو للتلاميذ الضحايا، وكذلك التعرف على الفروق بين المتمترين والضحايا في درجة الشعور بالأمن النفسي والطمأنينة الانفعالية، والتأثير المحتمل لمغزير الجنس والفئة العمرية على سلوك التتمتر وضحايا سلوك التتمتر، اشتملت عينة الدراسة الأساسية على ١٦٠ تلميذاً وتلميذة الفئة العمرية ما بين (١٠-١٣/١٢-١٤) سنة. تم تطبيق مقياس الطمأنينة الانفعالية ومقياس التتمتر/ الضحية، استمارة المقابلة، اختبار الكات C.A.T، توصلت الدراسة إلى وجود ارتباط سالب بين درجات الأمن النفسي والطمأنينة الانفعالية ودرجات كل من سلوك التتمتر وضحايا التتمتر لدى التلاميذ عينة الدراسة. يوجد تأثير دال إحصائياً لمغزير الفئة العمرية على

يعد الإنسان بطبيعته كائن اجتماعي، فهو يتفاعل مع من حوله من الأسرة والأهل والجماعات الخارجية كالمدرسة والنادي وغيرها حتى يخرج للمجتمع الكبير؛ فهو يستمد إحساسه بالطمأنينة الانفعالية ممن حوله حيث تنشأ الطمأنينة الانفعالية نتيجة الرعاية الوالدية التي تعطى الطفل الإحساس بالثقة في ذاته حينما يرى العالم من حوله أمناً مستقراً، ويرى ماسلو أن أهمية الأمن والطمأنينة تلي في الأهمية إشباع الحاجات الفسيولوجية من طعام وشراب، لذا إن لم يتم إشباع الطمأنينة الانفعالية فإن الفرد يشعر بالقلق والتهديد ولا يستطيع أن يحقق ذاته (Maslow, 2000)، فالطمأنينة الانفعالية هي طمأنينة قلبية، تسلم إلى السكون النفسي والرخاء القلبي، ويشعر الإنسان بالأمن والطمأنينة متى كان مطمئناً على صحته وعمله ومستقبله وأولاده وحقوقه ومركزه الاجتماعي فإن يحدث ما يهدد تلك الأمور، أو أن توقع الفرد هذا التهديد فقد شعوره بالطمأنينة (أحمد راجح، ١٩٩٢).

ويأتى التتمتر كأحد أشكال السلوك العدواني وأكثر أشكال العنف انتشاراً في المدارس، وله آثار سلبية على نفسية الطالب وعدم إحساسه بالأمان فهو يؤدي إلى العنف الشديد بين التلاميذ في المدارس، لأنه يتوافر فيه النية المبيتة للإيذاء والتكرار المستمر، وعدم التوازن بين الفتوة والضحية، لذلك فإنه يعد عدواناً متعمداً (مصطفى على، ٢٠٠٧).

ويوضح وجود علاقة واضحة بين التتمتر والعنف وبين العدوان والمشكلات السلوكية والنفسية لدى التلاميذ تؤثر على إحساسهم بالطمأنينة الانفعالية، وخاصة تلاميذ المرحلة الإعدادية، فهي مرحلة مهمة وخطيرة، نظراً لما يحدث فيها من تغيرات تعد مقدمة لمرحلة المراهقة، وهي مرحلة تكوين الهوية والشخصية وإثبات الذات، وما يصاحب هذه المرحلة من تغيرات نفسية عديدة حيث يشعر المراهق أنه ليس طفلاً وليس راشداً (أسماء أحمد، ٢٠١٧).

مشكلة الدراسة:

تعد مشكلة التتمتر من المشكلات الخطرة التي أصبحت منتشرة بين المراهقين، ويجب التصدي لها، لما ينتج عنه من مشاكل نفسية وسلوكية للضحية والتي قد تؤدي إلى الانتحار مثلما نرى اليوم، لذا يجب أن نقلل من هذه الظاهرة بكل ما يمكن من وسائل ومتغيرات قد تؤدي إلى الحد من ظاهرة التتمتر.

ووفقاً للدراسات التي قام بها المعهد القومي لصحة الأطفال، فإن أكثر من مليون تلميذ من تلاميذ المدارس في الولايات المتحدة الأمريكية متوترين في التتمتر، سواء كانوا ضحايا أم متمترين، كما أن أكثر من مائة وسبعين ألف تلميذ يهربون يومياً من المدارس خوفاً من تتمتر الآخرين، كما أن الأطفال بين (١٠-١٨) سنة يواجهون أنواعاً مختلفة من التتمتر في أثناء وجودهم في المدرسة، وتشير بعض البحوث إلى وجود ما يقرب من (١٠%: ٣٠%) من الأطفال والمراهقين يتعرضون للمضايقة والتتمتر خلال اليوم الدراسي (Nasei, 2001).

ولندرة الدراسات التي تناولت تحسين الطمأنينة الانفعالية لدى عينة من المراهقين المتمترين (في حدود ما اطلعت عليه الباحثة) ستجرى هذه الدراسة وتثير مشكلة الدراسة السؤال الرئيسي التالي: هل يؤدي برنامج إرشادي إلى تحسين الطمأنينة الانفعالية لدى عينة من المراهقين المتمترين؟

أهداف الدراسة:

تهدف هذه الدراسة إلى إعداد برنامج إرشادي لتحسين الطمأنينة الانفعالية لدى عينة من المراهقين المتمترين، والتحقق من فاعلية البرنامج واستمراره.

أهمية الدراسة:

١. الأهمية النظرية: تستمد هذه الدراسة أهميتها من أهمية الموضوع الذي تناولته، ألا وهو تحسين الطمأنينة الانفعالية لدى المراهقين المتمترين. وتسهم هذه الدراسة في تقديم بعض المقترحات والإرشادات التي تساعد هؤلاء المراهقين في محيطهم الاجتماعي والدراسي.
٢. الأهمية التطبيقية: تظهر الأهمية التطبيقية لهذه الدراسة فيما تسفر عنه من نتائج

سلوك التتمر في اتجاه التلاميذ الأكبر سنا، في حين لم يكن للجنس أو الفئة العمرية تأثيرا دالا على سلوك التتمر المدرسي.

٣. قام أنور راجح (٢٠١٣) بدراسة هدفت إلى التعرف على فاعلية برنامج معرفي سلوكي في تنمية الأمن النفسي لدى المراهقين ذوي الظروف الخاصة، وذلك على عينة شملت ٣٠ طالبا من طلاب المرحلة المتوسطة مجهولي الوالدين، وتمثلت أدوات الدراسة في مقياس الطمأنينة النفسية والبرنامج العلاجي المعرفي السلوكي في تنمية الأمن النفسي وقد أوضحت النتائج إلى فاعلية البرنامج العلاجي في تنمية الأمن النفسي حيث وجدت فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي في اتجاه المجموعة التجريبية، كما وجدت فروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في اتجاه القياس البعدي. ٤. قامت أسماء أحمد (٢٠١٧) بدراسة هدفت إلى فهم علاقة الأمن النفسي والطمأنينة الانفعالية بالتتمر المدرسي لدى المراهقين، تكونت عينة الدراسة من ١٠٠ (٥٠ ذكورا - ٥٠ إناثا) من المراهقين في المرحلة الإعدادية، تراوحت أعمارهم ما بين (١٤ - ١٥) عاما وتم تطبيق مقياسي الأمن النفسي والطمأنينة والتتمر. وكان أهم نتائج الدراسة وجود علاقة سالبة بين الأمن النفسي والطمأنينة الانفعالية والتتمر المدرسي وعدم وجود فروق بين عينة الدراسة من الذكور والإناث على مقياس الأمن النفسي، ووجود فروق في عينة الدراسة من الذكور والإناث على مقياس التتمر في اتجاه الذكور.

تعقيب على الدراسات السابقة:

اتفقت نتائج الدراسات السابقة على:

١. أكدت دراسة (أنور راجح، ٢٠١٣) على فاعلية البرامج الإرشادية لتحسين الأمن النفسي والطمأنينة الانفعالية عند المراهقين.
٢. أن تعرض الذكور والإناث لانخفاض الأمن النفسي لديهم يكون أكثر في مرحلة المراهقة ويؤكد ذلك دراسة (سامية أبريم، ٢٠١١).
٣. هدفت دراسة (سيد أحمد، ٢٠١٢) ودراسة (أسماء أحمد، ٢٠١٧) إلى وجود ارتباط سالب بين الطمأنينة الانفعالية والتتمر وأكدت على أن توجد بعض الخصائص الدينامية المشتركة بين التلاميذ المتتمرين والتلاميذ الضحايا مثل فقدان الأمن النفسي والطمأنينة الانفعالية، وكذلك تأثير الفئة العمرية على سلوك التتمر في اتجاه الأكبر سنا.

فروض الدراسة:

يؤدي تحسين الأمن النفسي لخفض التتمر لدى عينة الدراسة، كما يتضح من الفروض الفرعية التالية:

١. توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة من المراهقين المتتمرين في القياس بعد البرنامج على مقياس التتمر وذلك في اتجاه المجموعة الضابطة.
٢. توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية من المراهقين المتتمرين في القياسين قبل وبعد البرنامج على مقياس التتمر للمراهقين وذلك في اتجاه القياس القبلي.
٣. لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة الضابطة من المراهقين المتتمرين في القياسين قبل وبعد البرنامج على مقياس التتمر للمراهقين.
٤. لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية من المراهقين المتتمرين في القياسين البعدي والتتبعي للبرنامج على مقياس التتمر للمراهقين.

منهج الدراسة:

اعتمدت هذه الدراسة على المنهج التجريبي، حيث استخدام التصميم التجريبي المجموعتين التجريبية والضابطة (القياس القبلي، والبعدي، والتتبعي)، بهدف اختبار فاعلية البرنامج في تحسين الطمأنينة الانفعالية لدى المراهقين المتتمرين ومن ثم

خفض التتمر لديهم.

عينة الدراسة:

تم التطبيق على عينة عددها ٢٠ من المراهقين المتتمرين، تراوحت أعمارهم ما بين (١٣ - ١٥) عاما، وتم اختيار العينة بطريقة قصدية، وتم تقسيمهم إلى مجموعتين أحدهما تجريبية (ن=١٠) والأخرى ضابطة (ن=١٠).

شروط اختيار العينة: راعت الباحثة عند اختيار العينة أن تتوافر فيها الشروط الآتية:

١. ألا يكونوا متسربين من المدرسة.
٢. ألا يكون لديهم أمراض صحية وتم تحديد ذلك من خلال قائمة البيانات الأولية.
٣. ألا يقل ذكائهم عن المستوى المتوسط.
٤. ألا يكون الوالدين منفصلين وتم تحديد ذلك من خلال قائمة البيانات الأولية.
٥. ألا يكون أحد الوالدين متوفى وتم تحديد ذلك من خلال قائمة البيانات الأولية.
٦. ألا يقل مستواهم الاقتصادي والاجتماعي والثقافي عن المتوسط.
٧. ألا يكون أحدهم قد تعرض لبرنامج تعديل سلوك من قبل.

التجانس بين المجموعتين التجريبية والضابطة عينة الدراسة: قامت الباحثة بحساب التجانس بين المجموعة التجريبية والضابطة في عدة متغيرات من شأنها التأثير في نتائج الدراسة كالتالي:

جدول (١) متوسط الرتب ومجموعهما وقيمتا (U) و(Z) ودلالتهما بين أطفال المجموعتين التجريبية والضابطة في الذكاء، والمستوى الاقتصادي الاجتماعي الثقافي، والعمر، والطمأنينة الانفعالية، والقياس القبلي للتتمر

المتغير	المجموعة والقيم		تجريبية (ن=١٠)		ضابطة (ن=١٠)	
	متوسط	مجموع	متوسط	مجموع	متوسط	مجموع
الذكاء	١٠,٤٥	١٠٤,٥	١٠,٥٠	١٠٥,٥	١٠,٥٥	١٠٥,٥
المستوى الاقتصادي الاجتماعي الثقافي	١١,٧٠	١١٧,٠	٩,٣	٩٣,٠	٣٨,٠٠	٣٨٠,٠
العمر	١٠,٧٥	١٠٧,٥	١٠,٢٥	١٠٢,٥	١٠,٢٠	١٠٢,٠
الطمأنينة الانفعالية	٨,١٥	٨١,٥	١٢,٨٥	١٢٨,٥	٢٦,٥	٢٦٥,٠
مقياس التتمر	٧٠,١٠	٧٠١,٠	٣٠,١٠	٣٠١,٠	٤٨,٠٠	٤٨٠,٠
قيمة (Z)	٠,٠٣٨	غير دالة	٠,٩١٠	غير دالة	٠,٢٠٧	غير دالة
قيمة (U)	٠,٠٣٨	غير دالة	٠,٩١٠	غير دالة	٠,٢٠٧	غير دالة

أشارت نتائج الجدول السابق إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المراهقين في المجموعتين التجريبية والضابطة في الذكاء والمستوى الاقتصادي الاجتماعي الثقافي، والعمر، والطمأنينة الانفعالية والقياس القبلي للتتمر.

أدوات الدراسة:

١. قائمة البيانات الأولية أعدتها الباحثة بغرض جمع معلومات عن المراهق اشتملت على (اسم المراهق، ونوعه، وسنه، والصف الدراسي، والمشكلات التي يعاني منها، ورقم التليفون) وتم عرضها على السادة المشرفين على الرسالة وتم تعديلها بناء على رأى سيادتهما.
٢. اختبار المصفوفات المتتابعة الملونة لـ Raven للأطفال والكبار طبقه (عماد حسن، ٢٠٢٠) على عينة مصرية بهدف تقدير الذكاء غير اللفظي للأفراد الذين تتراوح أعمارهم ما بين (٤,٦٨ - ٥,٥) عاما، وحسب معامل الثبات بطريقة إعادة التطبيق وكان مقداره ٠,٨٥، وكان معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية مقداره ٠,٩١، كما تراوحت معاملات الصدق التلازمي بين اختبار المصفوفات المتتابعة الملونة ببعض المقاييس الفرعية لاختبار وكسلر للأطفال (المفردات، وسلاسل الأعداد، ورسوم المكعبات، والشفرة) بين (٠,٦٧ - ٠,٩٠).
٣. مقياس المستوى الاقتصادي الاجتماعي الثقافي (إعداد: محمد سعفان ودعاء خطاب، ٢٠١٦) بهدف تقدير المستوى الاقتصادي الاجتماعي الثقافي لدى الأفراد. وقد حسبنا محمد سعفان ودعاء خطاب معامل الثبات وكانت قيمته ٠,٨٥ بطريقة معامل ألفا، و٠,٨٦ للتجزئة النصفية. أما الصدق فقد حسب عن طريق الاتساق الداخلي للمقاس بحساب معامل الارتباط بين المفردة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه وكانت جميع القيم دالة إحصائيا وتراوحت قيم معاملات الارتباط للمستوى الاقتصادي ما بين (٠,٤١ - ٠,٦٣)، وللمستوى الاجتماعي ما بين

تدخل أدى إلى أنها ظلت كما هي دون تحسن وارتفاع درجاتهم على مقياس التمرم والتي أشارت إلى فاعلية البرامج العلاجية في تخفيف التمرم لدى المراهقين لدى المجموعة التجريبية بعد تعرضهم لأنشطة البرنامج المختلفة. نتائج الفرض الثاني: ينص الفرض الثاني على "توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية من المراهقين المتمتمرين في القياسين قبل وبعد البرنامج على مقياس التمرم للمراهقين، وذلك في اتجاه القياس القبلي"، وللتأكد من صدق هذا الفرض حسبت الباحثة اختبار ويلكوكسون اللابارامترى لدلالة الفروق بين المجموعات المرتبطة، ويوضح ذلك جدول (٣) يوضح النتائج التي تم التوصل إليها.

جدول (٣) متوسطات الرتب ومجموعها وقيم (W) و (Z) ودلالاتها للمجموعة التجريبية (ن=١٠) في القياسين قبل وبعد البرنامج على مقياس التمرم للمراهقين

البيد	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة (W)	قيمة (Z)	مستوى الدلالة
	متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب			
التمر الجسدي	٥,٥٠	٥٥,٠٠	صفر	صفر	صفر	٢,٨٢٠	٠,٠١
التمر اللفظي	٥,٥٠	٥٥,٠٠	صفر	صفر	صفر	٢,٨٢٥	٠,٠١
التمر الإلكتروني	٥,٥٠	٥٥,٠٠	صفر	صفر	صفر	٢,٨١٦	٠,٠١
التمر الاجتماعي	٥,٥٠	٥٥,٠٠	صفر	صفر	صفر	٢,٨١٢	٠,٠١
الدرجة الكلية	٥,٥٠	٥٥,٠٠	صفر	صفر	صفر	٢,٨٠٧	٠,٠١

أظهرت نتائج الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية من المراهقين المتمتمرين في القياسين قبل وبعد البرنامج على مقياس التمرم للمراهقين (التمر الجسدي، والتمر اللفظي، والتمر الإلكتروني، والتمر الاجتماعي، والدرجة الكلية)؛ وذلك في اتجاه القياس القبلي، مما يعني تحسن أفراد المجموعة التجريبية بعد تعرضهم لجلسات البرنامج. وترجع هذه النتائج إلى تأثير برنامج تنمية الطمأنينة الانفعالية وذلك لما راعته الباحثة عند اختيار عينة الدراسة، والإطار النظري الذي أعدته في ضوء تصميم البرنامج والفيئات المستخدمة مثل التعزيز الإيجابي (التصفيق - شاطر - برافو - الحلوى) والذي كان بمثابة حافز يتبع السلوك المرغوب مما يؤدي إلى زيادة معدل حدوثه وتنوع الأنشطة المستخدمة في البرنامج (كالفصص والأفلام القصيرة وشخصية الجلسة وجلسات الأسترخاء وغيرها) وأيضاً الواجب المنزلي بعد كل جلسة الذي كان يؤكد على مدى فاعلية الجلسة مع المراهقين بعد إنتهائها. نتائج الفرض الثالث: ينص على أنه "لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة الضابطة من المراهقين المتمتمرين في القياسين قبل وبعد البرنامج على مقياس التمرم للمراهقين"، وقد حسبت الباحثة اختبار ويلكوكسون اللابارامترى لدلالة الفروق بين المجموعات المرتبطة للتحقق من صدق هذا الفرض، وجدول (٤) يوضح النتائج التي تم التوصل إليها:

جدول (٤) متوسطات الرتب ومجموعها وقيم (W) و (Z) ودلالاتها للمجموعة الضابطة (ن=١٠) في القياسين قبل وبعد البرنامج على مقياس التمرم للمراهقين.

البيد	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة (W)	قيمة (Z)	مستوى الدلالة
	متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب			
التمر الجسدي	٣,٥٨	٢١,٤٨	٦,٥٠	٦,٥٠	٦,٥٠	١,٣١٨	غير دالة
التمر اللفظي	٤,٢٠	٢١,٠٠	٧,٠٠	٧,٠٠	٧,٠٠	١,٢٠٠	غير دالة
التمر الإلكتروني	٣,٠٠	١٢,٠٠	٥,٣٣	١٥,٩٩	١٢,٠٠	٠,٣٥١	غير دالة
التمر الاجتماعي	٣,٧٥	١٥,٠٠	٣,٠٠	٦,٠٠	٦,٠٠	١,٠٠٠	غير دالة
الدرجة الكلية	٥,٩٠	٢٩,٥٠	٢,١٧	٦,٥١	٦,٥١	١,٦٢٢	غير دالة

أظهرت نتائج الجدول السابق عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة الضابطة من المراهقين المتمتمرين في القياسين قبل وبعد البرنامج على مقياس التمرم للمراهقين (التمر الجسدي، والتمر اللفظي، والتمر الإلكتروني، والتمر الاجتماعي، والدرجة الكلية). ويتضح مما سبق أن المجموعة الضابطة لم يطرأ عليها أى تغيير ومع تعرض المجموعة التجريبية للأنشطة المختلفة للبرنامج وبقاء المجموعة الضابطة دون تدخل أدى إلى تحسن درجات المجموعة التجريبية

(٠,٨٢ - ٠,٦٥)، وللمستوى الثقافي ما بين (٠,٣٢ - ٠,٦٠).

٤. مقياس الطمأنينة الانفعالية (إعداد الباحثة) بهدف قياس الطمأنينة الانفعالية، ويشمل ٣٢ مفردة تقيس الطمأنينة من خلال ٤ مكونات رئيسية (تقبل الذات، والانتماء، والمساندة الإجتماعية المدركة، والأمن النفسى المرتبط بالفرد)، وحسب الثبات بطريقة ألفا لكرونباخ وكانت قيمته ٠,٩٥٦، وبطريقة التجزئة النصفية وكانت قيمته ٠,٨٩٠، كما كانت معاملات الصدق التمييز بين المجموعات المتباينة بين عينتي المراهقين المتمتمرين الذين تراوحت أعمارهم ما بين (١٣-١٥) عاما والعاديين الذين تراوحت أعمارهم ما بين (١٣-١٥) عاما على مقياس الطمأنينة الانفعالية ٠,٠١.

٥. مقياس التمرم (إعداد الباحثة) بهدف قياس الطمأنينة الانفعالية، ويشمل ٣٢ مفردة تقيس الطمأنينة من خلال ٤ مكونات رئيسية (التمر الجسدي، التمر اللفظي، التمر الإلكتروني، التمر الاجتماعي)، وحسب الثبات بطريقة ألفا لكرونباخ وكانت قيمته ٠,٨٠٩، وبطريقة التجزئة النصفية وكانت قيمته ٠,٧٤٩، كما كانت معاملات الصدق التمييز بين المجموعات المتباينة بين عينتي المراهقين المتمتمرين الذين تراوحت أعمارهم ما بين (١٣-١٥) عاما والعاديين الذين تراوحت أعمارهم ما بين (١٣-١٥) عاما على مقياس التمرم ٠,٠١.

٦. برنامج تحسين الطمأنينة الانفعالية لدى عينة من المراهقين المتمتمرين حيث هدف البرنامج إلى تحسين الطمأنينة الانفعالية لدى المراهقين المتمتمرين واشتمل البرنامج على مجموعة من الأنشطة والجلسات المختلفة التي تضمنت تحسين الطمأنينة الانفعالية، وبلغ عدد جلسات البرنامج ١٧ جلسة ومدة كل جلسة (٣٠-٤٥) دقيقة.

الأساليب الإحصائية:

تم استخدام أساليب المعالجة الإحصائية التالية اختبار مان وتي اللابارامترى لدلالة الفروق بين المجموعات المستقلة، واختبار ويلكوكسون اللابارامترى لدلالة الفروق بين المجموعات المرتبطة الآتية للتحقق من فروض الدراسة.

عرض نتائج الدراسة ومناقشتها وتفسيرها:

٢ نتائج الفرض الأول: ينص الفرض الأول على أنه "توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة من المراهقين المتمتمرين في القياس بعد البرنامج على مقياس التمرم للمراهقين وذلك في اتجاه المجموعة الضابطة". وقد حسبت الباحثة اختبار مان ويتي اللابارامترى لدلالة الفروق بين المجموعات المستقلة للتحقق من صدق هذا الفرض، وجدول (٢) يوضح النتائج التي تم التوصل إليها.

جدول (٢) متوسطات الرتب ومجموعها وقيم (U) و (Z) ودلالاتها بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس بعد البرنامج على مقياس التمرم للمراهقين

البيد	المجموعة والقيم	التجريبية (ن=١٠)		الضابطة (ن=١٠)		قيمة (U)	قيمة (Z)	مستوى الدلالة
		متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب			
التمر الجسدي	٥,٥٠	٥٥,٠٠	١٥,٥٠	١٥٥,٠	صفر	٣,٧٩٧	٠,٠١	
التمر اللفظي	٥,٥٠	٥٥,٠٠	١٥,٥٠	١٥٥,٠	صفر	٣,٨٠٧	٠,٠١	
التمر الإلكتروني	٥,٥٠	٥٥,٠٠	١٥,٥٠	١٥٥,٠	صفر	٣,٨٠٣	٠,٠١	
التمر الاجتماعي	٥,٥٠	٥٥,٠٠	١٥,٥٠	١٥٥,٠	صفر	٣,٨١٠	٠,٠١	
الدرجة الكلية	٥,٥٠	٥٥,٠٠	١٥,٥٠	١٥٥,٠	صفر	٣,٧٨٤	٠,٠١	

أظهرت نتائج الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة من المراهقين المتمتمرين في القياس بعد البرنامج على مقياس التمرم للمراهقين (التمر الجسدي، والتمر اللفظي، والتمر الإلكتروني، والتمر الاجتماعي، والدرجة الكلية)؛ وذلك في اتجاه المجموعة الضابطة. ويرجع ذلك إلى عدم تعرض المجموعة الضابطة لأنشطة البرنامج، وهذا ما أكدته دراسة سميث وتويلمو وهوفر (Smith, et al, 1999) واتضح مما سبق أن عدم تعرض المجموعة الضابطة للأنشطة المختلفة للبرنامج وبقائها دون

المراهقين ذوى الظروف الخاصة. رسالة ماجستير منشورة، جامعة الملك عبدالعزيز، المملكة العربية السعودية.

٤. سامية إبراهيم (٢٠١١). الأمن النفسى لدى المراهقين: دراسة ميدانية على عينة من طلبة المرحلة الثانوية بولاية تبسة. مركز تطوير الممارسات النفسية والتربوية جامعة العربى بن مهيدى، (٦)، ٢٥٠ - ٢٧٩.

٥. سيد أحمد (٢٠١٢). الأمن النفسى لدى التلاميذ المتميزين وأقرانهم ضحايا التمر المدرسى (دراسة سيكومترية- إكلينيكية). مجلة كلية التربية، جامعة القاهرة ٩٢(٢)، ٣٤٩ - ٣٩٥.

٦. عماد أحمد حسن (٢٠١٦). اختبار المصفوفات المتتابعة الملونة لرافن. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

٧. محمد سعفان، ودعاء خطاب (٢٠١٦). مقياس المستوى الاقتصادي، الاجتماعي، الثقافي. القاهرة: دار الكتاب الحديث.

٨. مصطفى على (٢٠٠٧). فعالية برنامج إرشادى لخفض سلوك المشاغبة لدى طلاب المرحلة الثانوية. مجلة كلية التربية، جامعة بنها، (٤)٥٢، ١٤٩ - ١٤٣.

9. Al- Domi, M. (2012). Faith and psychological security in the Holy Quran. *European Journal of Social Sciences*, 32(1), 52- 58.

10. Barash, G. (2001). Bullies and their victims: Understanding a pervasive problem in the schools. *School psychology Review*, 23(2), 165- 174.

11. Batron, S. (2006). The Role of elementary counselors in Reducing school bullying. *The Elementary School Journal*, 108(5), 362- 475.

12. Maslow, A. (2000). *Motivation and personality*. New York: Harper row.

13. Nasel, N.& El- Tanahi, N. (2011). Effect of cardio karate on some of tension and psychological security indications and its relationship with the aspiration level to the orphans. *Ovidius University Annals, Romania, Series Physical Education and Sport/ Science*, 11(1), 104- 112.

14. Rubins, S., Weiss, M.& Coll, N. (2013). *Social psychology: Theories research and applications*. New York: McGraw- Hill. Youth Violence. *Journal of Humanistic Counseling and Development*, (41), 129- 149.

15. Smith, J., Twemlow, S.& Hoover, D. (1999). Victim and Bystanders A method of school intervention and possible contributions. *Child Psychiatry and human development*. 29-37.

بينما ظلت المجموعة الضابطة كما هي دون تحسن. ويرجع ذلك لعدم تعرض المجموعة الضابطة لأنشطة البرنامج، وهذا ما أكدته دراسة (سيد أحمد، ٢٠١٢).

٢ نتائج الفرض الرابع: ينص الفرض على "لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية من المراهقين المتميزين فى القياسين البعدى والتتبعى للبرنامج على مقياس التمر للمراهقين"، وقد حسبت الباحثة اختبار ويلكوسون اللابارامترى لدلالة الفروق بين المجموعات المرتبطة للتحقق من صدق هذا الفرض، وجدول (٥) يوضح النتائج التى تم التوصل إليها: جدول (٥) متوسطات الرتب ومجموعها وقيم (W) و(Z) ودلالاتها للمجموعة التجريبية (ن=١٠) فى القياسين البعدى والتتبعى البرنامج على مقياس التمر للمراهقين.

القياس والقيم البيد	القياس البعدى		القياس التتبعى		قيمة (W)	قيمة (Z)	مستوى الدلالة
	متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب			
التمر الجسدي	٣,١٣	١٢,٥٢	٢,٥٠	٢,٥٠	٢,٥٠	١,٤١٤	غير دالة
التمر اللفظي	١,٥٠	٣,٠٠	صفر	صفر	صفر	١,٤١٤	غير دالة
التمر الإلكتروني	٣,٠٠	١٢,٠٠	٣,٠٠	٣,٠٠	٣,٠٠	١,٣٤٢	غير دالة
التمر الاجتماعي	٢,٠٠	٤,٠٠	٢,٠٠	٢,٠٠	٢,٠٠	٠,٥٧٧	غير دالة
الدرجة الكلية	٣,١٣	١٢,٥٢	٢,٥٠	٢,٥٠	٢,٥٠	١,٣٦١	غير دالة

أظهرت نتائج الجدول السابق عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية من المراهقين المتميزين فى القياسين البعدى والتتبعى للبرنامج على مقياس التمر للمراهقين (التمر الجسدي، والتمر اللفظي، والتمر الإلكتروني، والتمر الاجتماعي، والدرجة الكلية). وتفسر الباحثة ذلك أنه يعنى استمرار أثر البرنامج وفعاليتيه بعد فترة من الزمن فى محاولة تحسين الطمأنينة الانفعالية وخفض التمر وهو ما أكدت عليه كثير من الدراسات على وجود علاقة سالبة بين الطمأنينة الانفعالية والتمر كدراسة (أسماء أحمد، ٢٠١٧) والذى أدى إلى عدم وجود فروق بين القياسين البعدى والتتبعى لعينة الدراسة وإرجاع ذلك إلى استمرار أثر فنيات وأنشطة البرنامج وإجراءاته على المجموعة التجريبية بعد مرور فترة من الوقت.

توصيات الدراسة:

فى ضوء ما توصلت إليه هذه الدراسة من نتائج خرجت الباحثة بمجموعة من التوصيات:

١. ضرورة الاهتمام بطلاب المرحلة الإعدادية كونهم أكثر فئات المراهقة عرضة للاضطراب نتيجة التغيرات النفسية والجسمية المتلاحقة فى تلك المرحلة العمرية، ونتيجة لقوة تأثير جماعة الرفاق، مما يتطلب تحصين هؤلاء الطلاب ضد المشكلات الانفعالية والسلوكية، وذلك عبر تدعيم الجوانب الإيجابية لديهم كالطمأنينة الانفعالية؛ التى تعمل كواق من هذه المشكلات.
٢. تدريب الطلبة على تعديل أفكارهم وسلوكياتهم من خلال برامج معرفية سلوكية.
٣. الاستفادة من برنامج الطمأنينة الإيجابية من قبل المراكز الإرشادية الموجودة وتطبيقه من قبل القائمين عليها وذلك لتحسين الطمأنينة الإيجابية وخفض التمر لدى الطلبة والى تساعدهم على مواجهة مواقف حياتهم المختلفة.

الدراسات والبحوث المقترحة:

١. فعالية برنامج فى تحسين الطمأنينة الانفعالية لدى المراهقين منخفضى الذكاء أخلاقى.
٢. فعالية برنامج إرشادى للأسرة فى تخفيف سلوك التمر لأبنائهم المراهقين.
٣. فعالية برنامج لخفض التمر لدى عينة من الأطفال مرتفعى الاكتئاب.
٤. الطمأنينة الانفعالية لدى عينة من المراهقين وعلاقتها بسوء المعاملة الوالدية.

المراجع:

١. أحمد راجح (١٩٩٢). أصول علم النفس العام. القاهرة: دار المعارف.
٢. أسماء أحمد (٢٠١٧). الأمن النفسى وعلاقته بالتمر لدى المراهقين. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية البنات، جامعة عين شمس.
٣. أنور راجح (٢٠١٣). فعالية برنامج معرفى سلوكى فى تنمية الأمن النفسى لدى