

أكاديمية نوتجها
كلية العلوم التربوية
قسم التربية الخاصة

دور التخييم في تنمية الذات الإيجابية لدى المراهقين بدولة قطر

The Role of Camping in Developing Positive Self among Teenagers in the State of Qatar

إعداد الباحثة / مريم إبراهيم السيد حسين

إشراف/ أ.م.د رضا الاتربي : أستاذ مساعد مساعد صحة نفسية

– د. أسامه شاهين: مدرس صحة نفسية

د. باسم الزهيري: مدرس علم الاجتماع

مستخلص الدراسة

هدفت الدراسة الحالية للتحقق من دور التخيم في تنمية الذات الإيجابية لدى المراهقين في الدوحة بدولة قطر، وأجريت على عينة مكونة من (40) طالبًا في المرحلة المتوسطة بقطر تم تقسيمهم إلى مجموعتين (20) طالبًا كمجموعة تجريبية و(20) طالبًا بالمرحلة المتوسطة كمجموعة ضابطة، وتتراوح أعمارهم ما بين (13- 15) بمتوسط عمري قدره (14)، وتم الاعتماد على المنهج شبه التجريبي لتنفيذ إجراءات الدراسة، وتم استخدام مقياس الذات الإيجابية وبرنامج التخيم وهما من إعداد الباحثة، وأسفرت نتائج الدراسة عن فعالية البرنامج في رفع مستوى الذات الإيجابية لدى أفراد العينة التجريبية، حيث وجدت فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي، ووجدت فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية والضبطة في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية، ولم توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية، وأوصت الدراسة بالتخيم كنشاط تربوي وثقافي وانمائي وارشادي للمراهقين.

الكلمات المفتاحية: التخيم- الذات الايجابية – المراهقين- قطر

Abstract:

The current study aimed to investigate the role of camping in developing positive self among teenagers in Doha, Qatar. 40 middle school students in Qatar participated in the study, 20 students as a experimental group and 20 students as a control group, with ages ranging from 13 to 15, an average age of 14.2, and a standard deviation of 0.78. A quasi-experimental design was used to implement the study procedures. The Positive Self-Scale and the camping program, both prepared by the researcher, were employed. The results indicated that the program was effective in enhancing positive self among the experimental group. Statistically significant differences were found between the pre-test and post-test measurements for the experimental group, favoring the post-test. Additionally, significant differences were found between the mean ranks of the experimental and control groups in the post-test, with the experimental group showing better results. No significant differences were found between the mean ranks of the experimental group in the post-test and follow-up test. The study recommended camping as an educational, cultural, developmental, and guiding activity for teenagers.

Key Words: Camping - Positive Self - Teenagers - Qatar

مدخل إلى الدراسة:

مقدمة:

مرحلة المراهقة تُعدُّ واحدة من أهم وأصعب المراحل التي يمر بها الإنسان في حياته. تبدأ هذه المرحلة بانتقال الطفل إلى سن الشباب، وتُصاحبها تغييرات جسدية ونفسية هائلة. يمكن اعتبار المراهقة فترة اكتشاف الذات، حيث يبدأ الفرد في تشكيل هويته الخاصة وتحديد مكانته في المجتمع. خلال هذه الفترة، يواجه المراهق تحديات عديدة، منها الضغط الاجتماعي والتغيرات الهرمونية والعاطفية. ويتعرض المراهقون لضغوط متعددة من مختلف الجوانب، مما يؤدي إلى تداعيات نفسية واجتماعية سلبية تشوه صورة الذات ويتبنون نظرة سلبية عن أنفسهم ويشعرون بالعجز وعدم الكفاءة.

ويلعب التخيم والحركة الكشفية دورًا بارزًا في إعداد الشباب للحياة، إذ تهدف إلى تربية الشباب للمساهمة في بناء عالم أفضل، حيث يلتزم المواطنون كأفراد بأداء أدوار بناءة في المجتمع. يتم تحقيق ذلك من خلال مشاركة الشباب في التخيم والأنشطة الكشفية، لإعداد جيل من القادة الذين يمتلكون القدرة على أداء دورهم بكفاءة عالية، مع وعي كامل بالتغيرات المحيطة، وفكر إبداعي يتفاعل مع البيئة التي يتم فيها التخيم. كما يتعين عليهم تجاوز المعوقات والصعاب، وتنمية معارفهم ومهاراتهم بشكل ذاتي (فرغلي ، 2011 ، 2)

لذلك، من الضروري أن يُولي المراهقون اهتمامًا كبيرًا لتنمية الذات الإيجابية. يساعد هذا النمو في تعزيز ثقتهم بأنفسهم وقدرتهم على التعامل مع التحديات بفعالية. يمكن تحقيق ذلك من خلال تطوير مهارات التعامل مع الضغوط، والتخلي بنظرة متفائلة تجاه الحياة، والعمل على بناء علاقات اجتماعية صحية. إن تنمية الذات الإيجابية لا تعزز فقط الصحة النفسية للمراهقين، بل تُمكنهم أيضًا من تحقيق نجاحات ملموسة في مختلف جوانب حياتهم، مما يساهم في تكوين شخصية قوية ومستقلة مستقبلاً.

أولاً: مشكلة الدراسة

في العصر الحديث، وخاصة في قطر، يعاني المراهقون من قضاء الكثير من الوقت في داخل المنازل منغمسين في العالم الرقمي. هذا النمط من الحياة، يساهم في تقليل وقتهم في التواصل مع الطبيعة. يؤدي هذا الانفصال عن البيئة الطبيعية إلى زيادة مستويات التوتر والقلق، حيث يفقد المراهقون الفوائد الصحية المرتبطة بالضوء الطبيعي، مثل خفض ضغط الدم وتعزيز جهاز المناعة. بالإضافة إلى ذلك، يؤدي قضاء الوقت الطويل

في البيئات الاصطناعية إلى شعور بالإرهاق العقلي والجسدي، مما يزيد من احتمالات الإصابة بالاضطرابات النفسية مثل الاكتئاب والقلق.

والتخميم يمكن أن يقدم حلاً فعالاً لدعم الذات الإيجابية لدى المراهقين في قطر. من خلال التخميم، يمكن للمراهقين الابتعاد عن ضغوط الحياة اليومية والتكنولوجيا، والاستمتاع بالهواء النقي والضوء الطبيعي. هذا النشاط يساعدهم على تقليل مستويات التوتر والضغط النفسي، ويعزز صحتهم الجسدية والعقلية، فالتخميم يشجع على تطوير مهارات التعامل مع التحديات والضغوطات في بيئة طبيعية، مما يعزز الثقة بالنفس والقدرة على التكيف. كما يساهم في تحسين المزاج العام ويعزز الشعور بالسعادة والرفاهية، مما يجعل المراهقين أكثر استعداداً لمواجهة تحديات الحياة بثقة وإيجابية.

والتواجد في الأماكن الطبيعية، مثل الغابات والمنتزهات والشواطئ، يرفع من مستويات السعادة ويقلل من التوتر والقلق. هذا الوقت في الطبيعة يساعد أيضاً على تحسين الوظائف الإدراكية مثل الذاكرة والانتباه والإبداع. البيئة الطبيعية تحفز الشعور بالرهبة، مما يزيد من مشاعر الترابط والروحانية والرفاهية العامة. التخميم يعزز الرفاهية النفسية للمراهقين، ويزيد من ثقتهم بأنفسهم وقدرتهم على التعامل مع التحديات بفعالية. من خلال تعزيز الذات الإيجابية، يصبح المراهقون أكثر استعداداً لمواجهة تحديات الحياة بثقة وتفؤل، مما يساهم في بناء شخصية قوية ومستقلة.

كما أوصت بعض الدراسات بضرورة نشر الإيجابية وتطبيق مبادئ علم النفس الإيجابي مثل دراسة حشيش (2021) و دراسات البيشي وعبد العظيم (2021) وعبد اللطيف (2021) وعقوب والحضيري (2023) والعبدلي وحكمي (2024).

هذا ومن خلال استقراء الدراسات السابقة فإنه لا توجد دراسة في حدود علم الباحثة- قد تناولت دور التخميم في دعم الذات الإيجابية لدى المراهقين بدولة قطر.

وتتحدد مشكلة الدراسة في السؤال الرئيس التالي:

ما دور التخميم في تنمية الذات الإيجابية لدى المراهقين في دولة قطر ؟

ويندرج تحت هذا التساؤل الرئيس مجموعة من الأسئلة الفرعية التالية:

1. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي مجموع رتب درجات الطلبة بالمجموعة التجريبية على مقياس الذات الايجابية في القياس القبلي والبعدي بعد تطبيق البرنامج الارشادي؟
2. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي مجموع رتب درجات الطلبة بالمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة من المراهقين على مقياس الذات الايجابية في القياس البعدي؟
3. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي مجموع رتب درجات الطلبة بالمجموعة التجريبية من المراهقين على مقياس الذات الإيجابية في القياس البعدي والتتبعي؟

ثانياً: أهداف الدراسة

بناءً على مشكلة الدراسة والأسئلة الفرعية المطروحة، يمكن تصميم الأهداف كالتالي:

1. التحقق من فعالية التخيم في تعزيز الذات الايجابية لدى المراهقين.
2. تقييم تأثير التدخل النفسي الموجه نحو دعم الذات الايجابية على مستويات الإيجابية لدى المراهقين.

ثالثاً: أهمية الدراسة

أ- الأهمية النظرية:

- تسهم هذه الدراسة في إثراء الأدبيات الأكاديمية المتعلقة بتأثير الأنشطة الخارجية مثل التخيم على تطوير الذات الإيجابية، مما يساعد في فهم العلاقة بين تجارب التخيم وسمات النمو الشخصي لدى المراهقين.
- تحليل العوامل النفسية والاجتماعية المرتبطة بالتخيم، وتوفير الدراسة تحليلاً للعوامل النفسية والاجتماعية التي قد تؤثر في تنمية الذات الإيجابية لدى المراهقين، مما يعزز فهم العلاقة بين الأنشطة الخارجية والنمو الشخصي من منظور نظري.

ب- الأهمية التطبيقية:

- يمكن استخدام نتائج الدراسة لتصميم برامج تعليمية وتدريبية للمراهقين تركز على التخييم كأداة لتنمية الذات الإيجابية، مما يوفر فرصاً عملية لتعزيز مهارات القيادة والثقة بالنفس.
- تسهم الدراسة في تقديم توصيات للمؤسسات التعليمية والمراكز الشبابية حول كيفية إدراج أنشطة التخييم في برامجها لتعزيز التنمية الشخصية والاجتماعية للمراهقين.
- تطوير سياسات وبرامج دعم للمراهقين وتساعد نتائج الدراسة في صياغة سياسات وبرامج دعم موجهة للمراهقين، تسعى إلى تعزيز التنمية الذاتية من خلال أنشطة خارجية وتدريبية ميدانية، مما يعزز من جودة حياتهم ويحقق أهداف التنمية المستدامة.

رابعاً: مصطلحات الدراسة: تعرف الباحثة مصطلحات الدراسة إجرائياً كالتالي:

1- التخييم

هو نشاط الذي يبدأ مع بداية فصل الشتاء وينتهي بقدم الربيع حيث تحدد دولة قطر مناطق التخييم في بر قطر وتبدأ العوائل بتجهيزات التخييم من الخيام ومعدات الطبخ وغيرها من اللوازم التي تساعدهم على المكوث والسهر فيها والمبيت .

2- الذات الإيجابية:

الذات الإيجابية هي حالة من التفكير والتفاعل الذي يتسم بالتوقعات الإيجابية والتفاؤل تجاه المستقبل، ويعزز الضبط الانفعالي وقدرة الفرد على التعامل مع التحديات بمرونة. تشمل الذات الإيجابية تقبل الذات والتسامح مع النفس ومع الآخرين، وتقبل الواقع كما هو مع السعي لتحسينه. كما تتضمن الذكاء الوجداني، الذي يساعد في فهم وإدارة العواطف بفعالية، وتعزز الإيجابية الاجتماعية من خلال بناء علاقات صحية وإيجابية مع الآخرين.

3- المراهقين

تعرفهم الباحثة إجرائياً بأنهم طلاب المرحلة المتوسطة الذين تتراوح أعمارهم ما بين 13- 15 بمتوسط عمري قدره (14).

خامساً: حدود الدراسة

- 1- **الحدود الموضوعية:** تقتصر الدراسة الحالية على متغيرات الدراسة الرئيسة حيث تتناول التراث النظري للتخيم والذات الإيجابية، وفترة المراهقة.
- 2- **الحدود البشرية:** تقتصر الدراسة على طلاب المرحلة المتوسطة الذين تتراوح أعمارهم ما بين 13- 15 بمتوسط عمري قدره (14)، من المواطنين سكان الدوحة.
- 3- **الحدود الزمانية:** تم التطبيق للدراسة الميدانية في الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي 2023/ 2024

ثانياً: الإطار النظري والدراسات السابقة

المحور الأول: الذات الإيجابية

في العصر الحديث، يعتبر التركيز على الذات الإيجابية من أهم العوامل التي تسهم في جودة الحياة الفرد وساعاتها، فالقدرة على رؤية الحياة بتفاؤل وتقدير، والثقة في قدرة الفرد على تحقيق النجاح والسعادة تؤثر على كيفية تفاعل الفرد مع الآخرين، ويستعرض هذا المحور مفهوم الذات الإيجابية، وأبعادها، والنظريات المفسرة لها، وتحليل الأبحاث الحديثة المرتبطة بمفهوم الذات الإيجابية:

أولاً: مفهوم الذات الإيجابية:

إن علم النفس الإيجابي يغطي عدة مجالات على المستوى الفردي والاجتماعي، ومن بين أهم هذه المجالات السعادة والرضا والقناعة والأمان والإبداع والمسؤولية وأخلاقيات العمل، ويتناول ميدان علم النفس الإيجابي على المستوى الشخصي الخبرات الذاتية المثمرة، مثل شعور الفرد بالسعادة والالتزام والرضا في الماضي والأمل للمستقبل (الحديبي وآخرون، 2022، 155).

ومفهوم الذات الإيجابية يشير إلى شعور الفرد بأنه محبوب ومقبول من قبل الآخرين، سواء كانوا أصدقاء، أقارب، والدين، زملاء، أو معلمين، وأن لديه مكانة محترمة بينهم، ويشعر الفرد بأن بينته ودية تشجعه على مهامه وتمنعه من أي مخاطر تهدده أو تنثير قلقه، ومفهوم الذات الإيجابية يلعب دورًا هامًا في توفير الأمان النفسي للأفراد.(عيفان وإسماعيل، 2023، 158)

كما أن مفهوم الذات يشمل مجموعة من الجوانب المختلفة ومن بين هذه الجوانب تأتي فاعلية الذات، التي تشير إلى الشعور بالكفاءة والفعالية في مواجهة التحديات وتحقيق الأهداف، وتنظيم الذات يشير إلى القدرة على تنظيم الأفكار والمشاعر والسلوكيات بطريقة تساعد على تحقيق الأهداف المرجوة، أما التحكم في الذات فيشير إلى القدرة على مراقبة وضبط السلوك والتفكير بشكل فعال. ويرى عبد الخالق (2017، 140) أن الذات الإيجابية تركز على النواحي الإيجابية وتشجعها، مثل تقدير الذات والتعاطف معها، وتحقيق طموحاتها وبناء الثقة في النفس، وهذا المفهوم يعكس النظرة الإيجابية نحو الذات والتركيز على تعزيزها وتطويرها، وعلى الرغم من أن هناك تشابهاً في بعض الجوانب بين مفاهيم الذات المختلفة، إلا أن الدراسات تظهر التداخل الكبير بينها وتبرز أهمية فهمها بشكل شامل ومتكامل، من الضروري فهم كيف يمكن للعوامل الداخلية والخارجية أن تؤثر على تشكيل الذات وتطورها، وهذا ما يظهره الباحثون مثل روجرز وسوليفان وغيرهم (خريبة، 2021، 264)

ويعكس مفهوم الذات الإيجابية الاعتقادات والتصورات الإيجابية التي يحملها الشخص عن نفسه، ويشمل ذلك الثقة بالنفس والاستقلالية والرضا عن الذات واحترامها وتقديرها، بالإضافة إلى الحفاظ على مكانتها في الحياة اليومية، ويعتمد هذا المفهوم على فكرة أن الأفراد الذين يمتلكون آفاقاً إيجابية عن أنفسهم يميلون إلى التعامل مع التحديات والمواقف الصعبة بشكل أكثر فعالية (Yazdani & Ross, 2019, 62).

ويرى عبد الستار إبراهيم (2008، 100) أن الذات الإيجابية تشير لتبني الفرد مجموعة من الأفكار العقلانية وامتداد نشاطات وأهداف الفرد نحو إكساب مهارات تمكنه من الممارسة الإيجابية الموجهة نحو العيش بفاعلية وسعادة ورضا.

وذهبت عيفان وإسماعيل (2023، 162-163) إلى أن مفهوم الذات والذات الإيجابية يمكن تركيزه في النقاط التالية:

1. الذات هي كيان يظهر من خلال مظاهرها ونتائجها، وتأثيراتها مماثلة للقوانين العلمية والظواهر الفيزيائية الأخرى التي لا تظهر بشكل مباشر ولكن يمكن قياسها وتفسيرها.

2. يمكن أن يتجلى المفهوم الذاتي بوجه متعددة بحسب نقطة النظر التي يُنظر إليها منها.

3. يمكن تعريف الذات بناءً على النظر إلى الماضي أو الحاضر أو المستقبل.
4. يمكن تحديد الذات من وجهة نظر أساسية مثل كونها قوة أو كيان أو تنظيم، ويمكن أيضاً تعريفها من وجهة نظر فرعية مثل كيان أخلاقي.
5. الذات هي كيان شفاف يستطيع الانعكاس على الفرد، ويدرك الفرد العالم وذاته أثناء تفاعله مع العالم والآخرين.
6. يمكن اعتبار الذات كوجه معنوي للتنسيق العصبي والكيميائي الذي يحدث في الجهاز العصبي البشري.
7. عند محاولة فهم الذات، يُستخدم التشبيه للتعبير عنها، مثل مقارنتها بالبؤرة أو المركز أو الهيكل، وغيرها من التشبيهات، ويمكن تقسيم الذات إلى الجسمية والاجتماعية، حيث تعبر الذات الجسمية عن شكل الفرد وهيئته من وجهة نظره ومن وجهة نظر الآخرين، بينما تعبر الذات الاجتماعية عن الصورة التي يراها الآخرون للفرد في المواقف الاجتماعية وعن كيفية اعتراف الفرد بنفسه في تلك المواقف.

والذات الايجابية كما يراها لوزيانا وباسوكي (2020) Lusiana & Basuki، هي الرؤية الشخصية للفرد التي تشمل الأبعاد الجسدية والخصائص الشخصية والدوافع الذاتية التي ستؤثر على سلوكه، وهدفت دراستهما إلى تحديد ما إذا كانت خدمات الإرشاد باستخدام الإرشاد المتمركز على العميل يمكن أن تحسن مفهوم الذات للطلاب، وتعتبر هذه الدراسة من بحوث العمل في مجال الإرشاد والتوجيه، وتم جمع البيانات باستخدام مقياس، والمقابلة، والملاحظة، وأظهرت النتائج زيادة في معدل الذات الإيجابية للطلاب، وكشفت نتائج هذه الدراسة أن خدمات الإرشاد يمكن أن تحسن مفهوم الذات الإيجابية للطلاب.

وفي هذا المضمار هدفت دراسة عقوب والحضيري (2023) للكشف عن بعض سمات الشخصية الايجابية وتشمل (صورة الذات الإيجابية، الالتزام الذاتي، التوجه نحو الآخرين، التوحد الثقافي) وانعكاسها على السلوك التنظيمي الإيجابي وأبعاده (الأداء، الرضا الوظيفي، الالتزام التنظيمي)، ولتحقيق هذا الغرض اختارت الباحثتان عينة مكونة من الموظفين العاملين بالجامعة الأسمرية بلغ قوامها (89)، كما استخدم مقياس سمات الشخصية الإيجابية، ومقياس السلوك التنظيمي الإيجابي، واستعانَت الدراسة بالمنهج الوصفي الارتباطي كونه المنهج المناسب لتحقيق أهداف هذا البحث. وقد توصلت النتائج إلى أن مستوى سمات الشخصية الإيجابية (صورة الذات الإيجابية، والالتزام الذاتي، والتوجه نحو الحياة، والتوجه الثقافي) لدى العينة كان مرتفعاً على الدرجة، وتوجد علاقة

ارتباطية بين كل من سمات الشخصية الإيجابية والسلوك التنظيمي عند أفراد العينة، وأوصت الباحثتان بتقديم برامج إرشادية تدريبية لتطوير مهاراتهم النفسية الإيجابية.

وفي إطار مشابه هدفت دراسة العبدلي وحكمي (2024) إلى الكشف عن العلاقة بين بعض المتغيرات النفسية (التفاعلات الأسرية والتفكير الإيجابي، والمعاملة الوالدية الإيجابية) والذات الإيجابية لدى المراهقين وتكونت عينة الدراسة من (109) من طلاب المدارس الثانوية بجزان لتحقيق هذا، وتم استخدام الاختبارات النفسية مثل اختبار الذات الإيجابية واختبار التفاعلات الأسرية واختبار التفكير الإيجابي واختبار الوالدية الإيجابية، وأسفرت النتائج عن عدم وجود فروق دالة إحصائية بين في الذات الإيجابية وفقاً للنوع والمستوى الاجتماعي الاقتصادي للأسرة.

ويظهر البحث الحديث في علم النفس الإيجابي أن كفاءة الذات الإيجابية ترتبط بشكل إيجابي مع عدة جوانب مهمة من التنمية الشخصية والعلاقات الاجتماعية، فعلى سبيل المثال، ويشير (Pajares, 2001, 27) إلى أن الكفاءة الذاتية الإيجابية تترافق بشكل موثوق مع سمات مثل التفاؤل والصدق وتقبل الذات وتقبل الآخرين .

يعتبر علم النفس الإيجابي من التوجهات الحديثة في عملية الإرشاد والعلاج النفسي، حيث يقدم أساليب وتقنيات إيجابية للمساعدة على تحسين جودة الحياة، يُعنى الإرشاد النفسي الإيجابي بالتركيز على تطوير الجوانب الإيجابية للفرد بجانب معالجة نقاط الضعف لديه، ويهدف الإرشاد النفسي الإيجابي إلى تعزيز القدرات والمهارات الإيجابية للفرد ودعمه في تحقيق طموحاته وتعزيز شعوره بالرضا عن الذات والآخرين (الحديبي وآخرون، 2021، 142)

والذات الإيجابية الأخلاقية تعكس الرؤية الشخصية للفرد بالنسبة للسلوك الأخلاقي ومن الممكن أن يكون لها دور في توقع السلوك الفعلي، وتقتصر النظريات أن العواطف ومعرفة العواطف تلعب دوراً في توقع السلوك الاجتماعي، ولكن التفاعل بين الذات الإيجابية الأخلاقية والعواطف غير معروف وفي هذا المضمار حاولت دراسة كرسنر وبلتي وبولس (Christner, Pletti, & Paulus, 2020) الكشف عن طبيعة العلاقة بين الذات الإيجابية الأخلاقية والسلوك الاجتماعي اللطيف، والعواطف التي ترتبط بالسلوك الاجتماعي المقبول، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن الذات الإيجابية الأخلاقية ترتبط إيجابياً بالسلوك الاجتماعي المقبول.

المحور الثاني : التخييم

1- مفهوم التخييم:

يمكن تعريف التخييم بأنه نشاط تربوي تطوعي موجه للفتية والشباب، يهدف إلى تنشئتهم نشأة صالحة من خلال تحقيق أهداف ومبادئ معينة. يعتمد التخييم على استغلال ميول الفتى منذ الصغر كوسيلة لتنمية شخصيته. يتنوع منهج التخييم ويشمل وسائل متعددة تلبي رغبات وميول المشاركين، حيث يعتمد في برامج على الممارسة العملية واكتساب المعلومات والخبرات والمهارات، ويساهم التخييم، بجانب الأنشطة الشبابية الأخرى، في استثمار وقت فراغ الشباب، ويعمل على وقايتهم، وغرس المواطنة الصالحة في نفوسهم. كما يلعب دورًا في تربية عقولهم، تهذيب نفوسهم، وتقوية أجسامهم، مما يساهم في نموهم البدني والذهني والاجتماعي والديني (الناطور، 2011، 95).

يمثل التخييم والنشاط الكشفي مجالاً تربويًا شاملاً لإعداد الطلبة بشكل سليم ليصبحوا مواطنين صالحين قادرين على خدمة أنفسهم ومجتمعهم. يساهم النشاط الكشفي في تحقيق أهداف المجتمع من خلال إعداد جيل مؤمن بقيمه، يعمل بحس أخلاقي، ويعتز بأداء واجباته (لافي، 2010، 125).

التخييم هو نشاط ترفيهي خارجي حيث يغادر المشاركون المناطق الحضرية ومنازلهم للاستمتاع بجمال الطبيعة، غالبًا بقضاء ليلة أو ليلتين في موقع للتخييم. يشمل التخييم عادة استخدام خيم أو كرافانات أو بيوت متنقلة أو حتى بناءات بدائية، وأحيانًا يكون بدون مأوى على الإطلاق. أصبح التخييم شائعًا كنشاط ترفيهي في أوائل القرن العشرين، ويتكرر في المنتزهات الوطنية والدولية ومناطق طبيعية أخرى تحميها الحكومات أو يملكها أفراد. (Abbas et.al, 2023, 46).

وهدف دراسة حشيش (2021) إلى التعرف على مواقع التخييم الترويحي ببعض مناطق السياحة الجيولوجية بمصر، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي وذلك لملائمته لطبيعة الدراسة، وتم اختيار عينة الدراسة الأساسية من مجتمع الدراسة بالطريقة العشوائية من الموظفين مديرين المحميات والمستفيدين لبعض مناطق السياحة الجيولوجية بمصر بعدد يبلغ (250) موظف ومستفيد، وتم التطبيق على (30) موظفين و (220) مستفيد، وقد استخدمت الباحثة الأدوات والوسائل المناسبة في جمع البيانات الطبيعية الدراسة، فقامت بتطبيق استبيان مواقع التخييم الترويحي لبعض مناطق السياحة الجيولوجية بمصر، وتوصلت إلى عدد من النتائج أهمها غياب مواقع التخييم الترويحي لبعض مناطق السياحة الجيولوجية.

في الماضي، كان التخييم يعتبر نشاطًا فاخرًا مثل رحلات السفاري في أفريقيا في أوائل القرن العشرين، حيث توفرت مخيمات فاخرة مجهزة بالكامل. لكن مع مرور الزمن، أصبح التخييم أكثر ديمقراطية وتنوعًا، مستفيدًا من الموارد الطبيعية العامة كالمنتزهات الوطنية والمناطق البرية، بالإضافة إلى المخيمات التجارية، ويشمل التخييم مجموعة متنوعة من الأنشطة مثل المشي لمسافات طويلة والتجديف، ويمكن أن يتزامن مع أنشطة أخرى في الهواء الطلق مثل التسلق وصيد الأسماك. لا يوجد تعريف دقيق وعالمي للتخييم، إذ يتنوع تفسيره حسب النوايا والأنشطة المشاركة. على سبيل المثال، معسكر صيفي للأطفال قد يتضمن إقامة وجبات وأماكن إقامة في فندق، ولكنه لا يمثل التجربة الأصلية للتخييم في الطبيعة. (Abbas et.al, 2023, 46)

التخييم يشمل مجموعة واسعة من الأنشطة حيث يتحد الناس في الهواء الطلق، مستخدمين معداتهم ومواردهم بطريقة استدامة. بالمقارنة، يمتلك متسلقو الجبال والمغامرون السيارات الترفيهية التي توفر لهم راحة الكهرباء والأثاث. يتزامن التخييم عادة مع أنشطة مثل السباحة وركوب الدراجات الجبلية والتسلق والصيد والتجديف في المياه البيضاء.. (STEVENSON, 2020, 525) ،

والتخييم هو نشاط شائع في الهواء الطلق يشمل الإقامة في مأوى مثل الخيمة، بعيدًا عن المنزل، ويتنوع في أنواعه ليوفر فرصًا للأشخاص للاستمتاع بالطبيعة بتكلفة منخفضة. يمكن أن تتفاوت رحلات التخييم بين قضاء ليلة في موقع خيمة أثناء عطلة سياحية، والإقامة لعدة أسابيع في مناطق برية متنوعة مثل الغابات، الصحاري، البحيرات، أو الجبال. (ÖZEN, Güçlü., 2018, 60).

التخييم هو نشاط ترفيهي يوفر فرصة للأفراد للاستمتاع بجمال الطبيعة والابتعاد مؤقتًا عن ضغوطات الحياة الحضرية. في الماضي، كانت التجارب التخييمية تتسم بالبساطة، حيث كان الناس يذهبون إلى البر مجهزين بأدوات بسيطة مثل الخيم الشراعية والبساط، وكانوا يستمتعون بالوجبات الخفيفة والشاي والقهوة تحت "الدوه". لكن مع تقدم الوقت وتطور وسائل الراحة وزيادة عدد السكان، تغير مفهوم التخييم في الخليج. بدأ التخييم الحديث يشمل مساحات أوسع ويتعلق بتوفير وسائل الراحة والرفاهية. (العوضي، 2021).

وتلاحظ الباحثة من التعريفات السابقة أن التخييم هو نشاط تربوي موجه للفتية والشباب، يتم تنظيمه وفق أهداف وأصول ومبادئ محددة. يعتمد التخييم على أنشطة

متجددة تتناسب مع المراحل العمرية والبيئات المختلفة، ويولي اهتمامًا خاصًا بالجانب الروحي والديني وتنمية الرقابة الذاتية للفرد. **نشأة التخميم:**

منذ فجر التاريخ، عاش العربي في الجزيرة العربية حياة التخميم بامتياز، يتنقل بين الوديان والجبال، يتتبع منابع الكلاً، ويراقب النجوم والكواكب. كان العربي يواكب تحركات الشمس والقمر، ويشعر بعمق بحركات الرياح والأمطار، منتبهًا بعناية لما حوله من حيوانات وطيور وحشرات ونباتات. هذا النمط من الحياة جعل العرب مشهورين بمهارات عديدة مثل الضيافة، والفراسة، ودراسة النجوم، وتحديد مواقع الكلاً، ومراقبة الطيور، وتتبع الرياح والأمطار، ودراسة الحيوانات والحشرات. لذلك، يجب على العرب اليوم تطوير نظام كشفي حديث يتناسب مع التطورات العصرية ويليق بترائهم الغني (الناطور، 2011، 61).

3 أهداف التخميم:

ذهب عسل والبهنساوي (2001، 68) وجرجاوي (2002، 149) وضحيك (2006، 6) حميد (2007، 76) وراشد (2008، 137) والناطور (2011، 97) إلى أن التخميم له أهداف وفوائد يسعى لتحقيقها لدى المراهقين ومنها:

- تنمية القدرات الشاملة: يهدف التخميم إلى تنمية قدرات المراهقين الروحية والعقلية والبدنية والاجتماعية، ليحققوا أقصى إمكانياتهم كأفراد مسؤولين في المجتمعات المحلية والقومية والعالمية.
- إعداد الفرد ليصبح مواطناً صالحاً: يركز التخميم على إعداد الأفراد ليصبحوا مواطنين صالحين قادرين على الإنتاج والعطاء مهما واجهوا من تحديات، وذلك من خلال الأنشطة التي تركز على بناء الشخصيات المتكاملة.
- استثمار أوقات الفراغ: يسعى التخميم إلى حماية النشء من الإهمال واستثمار أوقات فراغهم بما يعود بالنفع والإنتاج، مما يساعد في تهذيب طباعهم وميولهم وإكسابهم المهارات العقلية والاجتماعية واليدوية.
- الاعتماد على النفس والطاعة: يهدف التخميم إلى تعويد الشباب على الاعتماد على النفس والطاعة والتنافس الشريف والتعاون المثمر، مما يسهم في بناء شخصيات قوية تتحمل البلاء.
- تحقيق الأهداف التربوية والتعليمية: يسهم التخميم في تحقيق الأهداف التربوية والتعليمية التي تسعى المدرسة إلى تحقيقها، وذلك من خلال

- ممارسة الأنشطة الكشفية التي تكمل الدور التربوي للمدرسة والمنزل والمجتمع.
- إعداد القيادات الكشفية: يهدف التخييم إلى تأهيل القيادات الكشفية وتنمية مهاراتها، وتشجيعها على البذل والعطاء.
 - تنمية الهوايات والمهارات: يسعى التخييم إلى تنمية هوايات الشباب ومهاراتهم الفنية، وتعويدهم على دقة الملاحظة والعمل الجماعي، مما يساعد في محو الأنانية وحب الذات من نفوسهم، رعاية المواهب وتنميتها: يساعد التخييم على رعاية المواهب وتنميتها، وفتح مجال الإبداع، والتعود على دقة الملاحظة.
 - تعليم الإسعافات الأولية والدفاع المدني: يركز التخييم على تعليم الإسعافات الأولية والدفاع المدني من خلال عقد دورات تدريبية، مما يعزز من قدرة الشباب على التعامل مع الحالات الطارئة.
 - غرس القيم والأخلاق: يسعى التخييم إلى غرس القيم والأخلاق الحميدة في نفوس الشباب، وتعزيز روح المبادرة والتطوع لديهم، مما يساهم في بناء جيل ملتزم بأداء واجباته وهذه الأهداف تساهم في إعداد المراهقين للحياة، وتطوير شخصياتهم ليصبحوا أفراداً نافعين لأنفسهم ولمجتمعهم، ويربي التخييم في النفوس قيم الصدق في القول والعمل والإخلاص والأمانة والتعاون واحترام الكبير وفعل الخير وحسن المعاملة والالتزام بالنظام.
 - الاستمتاع بالطبيعة: يوفر التخييم الفرصة للحياة في الخلاء بين أحضان الطبيعة، مما يمكن الأفراد من الوقوف على مباحها الخلابة التي توحى بأسرار القدرة الإلهية.
 - تشبع غريزة حب الاطلاع: يشبع التخييم غريزة حب الاطلاع والدقة في العمل، ويساعد على التعرف على مختلف محتويات البيئة، والكائنات الحية فيها، وطريقة نموها وتفاعلها مع البيئة والظروف المحيطة بها.
 - تعزيز الحياة الجماعية: يساهم التخييم في التعود على الحياة الجماعية ومعايشة الآخرين وخدمتهم والتعاون معهم، مما يحقق المتعة واكتساب الصداقات والخبرات.
 - الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية: يتعلم الأفراد من خلال التخييم كيفية الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية والصبر، وطاعة قائد المجموعة والعمل بتوجيهاته، كما تنمي فيهم المروءة وعمل المعروف.

- توسيع المدارك وإثراء المعلومات: يسهم التخييم في توسيع مدارك الأفراد، وإثراء معلوماتهم، وزيادة ثقافتهم، واكتساب المعارف والمهارات، ويزود التخييم الأفراد بالمعارف والمهارات والخبرات، ويلبي احتياجات بناء أجسامهم وعقولهم، وتوسيع مداركهم.
- غرس مفاهيم المواطنة: يساعد التخييم على غرس مفاهيم المواطنة وتأكيد شخصية الوطن.

المحور الثالث: المراهقون في المرحلة المتوسطة:

المرحلة المتوسطة تلعب دورًا حاسمًا في تحقيق التوازن والاستقرار السياسي والاقتصادي والثقافي في المجتمع، حيث إنها تعمل كحلقة وصل بين التعليم الابتدائي والتعليم الثانوي. وتكتسب أهمية خاصة لأنها تمثل جسرًا يربط بين هاتين المرحلتين، مما يجعلها ذات تأثير كبير على نجاح أو فشل أي نظام تربوي (حسن، 2006، 13).

أهمية دراسة مرحلة المراهقة:

تعتبر دراسة مرحلة المراهقة ذات أهمية كبيرة لأنها تمثل فترة انتقالية فاصلة من الناحية الاجتماعية، حيث يبدأ الناشئون في تعلم وتحمل المسؤوليات الاجتماعية. تعد هذه المرحلة جسرًا بين الطفولة والشباب، ولها أبعاد اجتماعية ونفسية وتربوية ترتبط بسلوك الآباء والمعلمين مع المراهقين. المراهقة هي مرحلة نمو تقع بين الطفولة والبلوغ، ولا يمكن تحديد فترة عمرها بدقة لأنها تعتمد على سرعة النمو الجسمي التي تختلف من فرد لآخر. بالإضافة إلى ذلك، فإن عملية النمو السيكولوجي تكون غير محددة وغامضة، مما يجعل من الصعب تحديد بداية ونهاية هذه المرحلة بدقة حتى يصبح الفرد ناضجًا تمامًا. من المؤكد أن النضج الكامل لا يحدث قبل العقد الثالث من العمر، ومع ذلك، ومن الناحية العملية، تشمل هذه الفترة من الناحية السيكولوجية الأفراد الذين هم في العقد الثاني من حياتهم. (عباري وشعيرة، 2009، 225).

أنواع المراهقة: (سليم وآخرون، 2019، 21)

1. المراهقة المتوافقة: تنسم هذه المرحلة بالهدوء النسبي والاستقرار النفسي، حيث يكون المراهق قادرًا على التكيف مع التغيرات.
2. المراهقة الانسحابية المنطوية: يميل المراهق في هذه المرحلة إلى الانطواء والعزلة، مفضلًا البقاء بعيدًا عن الأنشطة الاجتماعية.

3. المراهقة العدوانية المتمردة: يظهر المراهق في هذه المرحلة سلوكيات عدوانية وتمردية، مما يؤدي إلى تصاعد الصراعات مع الأسرة أو المدرسة وأحيانًا المجتمع.

4. المراهقة المنحرفة: ينغمس المراهق في هذه المرحلة في سلوكيات منحرفة، مما يعرضه لمشاكل اجتماعية وأخلاقية متعددة.

تعقيب على الدراسات السابقة والإطار النظري:

من خلال الاطلاع على التراث النظري والأطر الفلسفية لأدبيات علم النفس الإيجابي والات الإيجابية ترى الباحثة أن تدريب المراهقين على تعزيز الذات الإيجابية يعتبر أمرًا بالغ الأهمية في تطوير شخصياتهم وتوجيههم نحو النجاح في مراحل حياتهم المستقبلية. فالمرحلة المراهقة هي فترة حساسة وملئمة بالتحديات حيث يتشكل فيها الوعي الذاتي وتتكامل الهويات الشخصية. من خلال تعزيز الذات الإيجابية، يمكن للمراهقين اكتساب الثقة بالنفس والقدرة على مواجهة التحديات بثبات. هذا التدريب يساهم في بناء صورة إيجابية عن الذات، مما يمكنهم من التعلم من تجاربهم وتعزيز مهاراتهم بشكل أكثر فعالية.

علاوة على ذلك، فإن التدريب على الذات الإيجابية يساهم في تحسين العلاقات الاجتماعية للمراهقين وتعزيز قدرتهم على التعامل مع الضغوط النفسية والاجتماعية بشكل أفضل. عندما يملك المراهقون نظرة إيجابية عن أنفسهم، فإنهم يكونون أكثر قدرة على التفاعل بشكل صحي مع الآخرين وإدارة النزاعات بفعالية. هذا يعزز من قدرتهم على تحقيق الأهداف الشخصية والأكاديمية ويساعدهم في التغلب على التحديات التي يواجهونها خلال مرحلة المراهقة، مما يساهم في تحقيق نجاحاتهم المستقبلية وتحسين نوعية حياتهم.

وبمراجعة أدبيات ودراسات التخيم ترى الباحثة ان تُعدُّ أنشطة التخيم والتفاعل مع الطبيعة من العوامل الأساسية التي تساهم في تعزيز الصحة النفسية للمراهقين، بالإضافة إلى كونها فرصة لتطوير الذات الإيجابية. فالتخيم يوفر بيئة طبيعية ومختلفة عن الروتين اليومي، حيث يمكن للمراهقين الهروب من الضغوط اليومية التي قد تؤثر على حالتهم النفسية. التفاعل مع الطبيعة والابتعاد عن التكنولوجيا والحياة الحضرية يعزز من قدرتهم على الاسترخاء ويخفف من التوتر، مما يساهم في تحسين صحتهم النفسية بشكل عام.

علاوة على ذلك، توفر الأنشطة الترفيهية المرتبطة بالتخيم، مثل المشي لمسافات طويلة والتخيم تحت النجوم، فرصًا للمراهقين لتطوير مهارات جديدة وتعزيز الثقة

بالنفس. من خلال مواجهة التحديات الطبيعية والعمل الجماعي في بيئة مفتوحة، يكتسب المراهقون شعورًا بالإنجاز والتحقق من الذات، مما يعزز من نظرتهم الإيجابية تجاه أنفسهم وقدراتهم. هذه التجارب تعزز من مفهوم الذات الإيجابية لديهم، حيث يشعرون بالقدرة على التغلب على التحديات وتحقيق الأهداف، وهو ما ينعكس بشكل إيجابي على صحتهم النفسية.

تعتبر التجربة الاجتماعية التي يوفرها التخييم فرصة قيمة لبناء علاقات إيجابية مع الأقران، حيث يمكن للمراهقين التفاعل في بيئة غير رسمية وداعمة. هذه البيئة تساعدهم في تطوير مهارات التواصل والعمل الجماعي، مما يعزز من علاقاتهم الاجتماعية وقدرتهم على التعاون مع الآخرين. كما يساهم الانخراط في الأنشطة الجماعية والتحديات المشتركة في تقوية الروابط الاجتماعية، مما يدعم بشكل أكبر الصحة النفسية للمراهقين ويعزز من شعورهم بالانتماء والقبول ضمن مجموعاتهم الاجتماعية.

وتتفق الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة في ضرورة تقديم لخدمات وأنشطة تعزز من النمو النفسي والانفعالي وتقلل من الاضطرابات النفسية بشكل عام وفي فترة المراهقة بشكل خاص، فهي فترة من العمر مليئة بالتوتر والقلق وعدم تحديد الهوية والتوجه مثل دراسات حشيش (2021) البيشي وعبد العظيم (2021) وعبد اللطيف (2021) وعقوب والحضيري (2023) والعبدلي وحكمي (2024).

فروض الدراسة:

- 1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي مجموع رتب درجات الطلبة بالمجموعة التجريبية من المراهقين على مقياس الذات الإيجابية في القياس القبلي والبعدي بعد تطبيق البرنامج الإرشادي لصالح القياس البعدي.
- 2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي مجموع رتب درجات الطلبة بالمجموعة التجريبية والضابطة من المراهقين على مقياس الذات الإيجابية في القياس والبعدي لصالح المجموعة التجريبية.
- 3- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي مجموع رتب درجات الطلبة بالمجموعة التجريبية من المراهقين على مقياس الذات الإيجابية في القياس البعدي والتتبعي.

الإجراءات المنهجية للدراسة

أولاً - المنهج المستخدم في الدراسة

تم الاستعانة بالمنهج شبه التجريبي الذي يقوم على الصياغة التجريبية للبحث ذي المجموعتين، أحدهما تجريبية خضعت لإجراء قياس قبلي لمستوى الذات الايجابية، و تم تطبيق لجلسات البرنامج يليه تطبيق لمقياس الذات الإيجابية.

ثانياً- عينة الدراسة

تمَّ اختيار عينة الدراسة من طلاب المرحلة المتوسطة؛ وانقسمت عينة الدراسة إلى قسمين، هما العينة الاستطلاعية "عينة التقنين" (الخاصة بتقنين المقياس المستخدم في الدراسة)، والعينة الأساسية، والعينة الإرشادية.

1- عينة الكفاءة السيكومترية

تكونت عينة حساب الخصائص السيكومترية في صورتها النهائية من (160) طالب وطالبة من المواطنين في مدينة الدوحة بقطر، وجميعهم من طلاب المرحلة المتوسطة. وقد تراوحت أعمار عينة التقنين ما بين (13 - 15 سنة) بمتوسط عمري (14) سنة ذلك في العام الدراسي.

2- العينة الأساسية

تكونت عينة الدراسة الأساسية في صورتها النهائية من (100) من طلاب المرحلة المتوسطة، ممن تتراوح أعمارهم ما بين (13 - 15) سنة، وبمتوسط عمري قدرة (14) سنة، وانحراف معياري قدره (1,15)، ويطبق عليهم "أدوات الدراسة"؛ بهدف اختيار أفراد العينة التجريبية ممن سجلوا درجات منخفضة على مقياس "الذات الايجابية".

3- العينة الإرشادية

تكونت عينة التحقق من فاعلية التخميم في تنمية الذات الايجابية، من (40) من طلاب المرحلة المتوسطة، ممن تنطبق عليهم متطلبات الدراسة الحالي، وتمَّ تقسيم العينة

إلى مجموعتين، (20) تجريبية، (20) ضابطة، وتم التحقق من التجانس بين المجموعتين؛ في العمر، ودرجة الذات الايجابية.

تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة قبل تطبيق البرنامج

ثالثاً- أدوات الدراسة

للتحقق من فروض الدراسة؛ استخدمت الباحثة مجموعة من الأدوات تمثلت فيما يلي:

1- مقياس "الذات الايجابية"، (إعداد الباحثة).

2- البرنامج الإرشادي، (إعداد الباحثة).

لتحقيق أهداف الدراسة، قامت الباحثة ببناء مقياس الذات الإيجابية، كما قامت

الباحثة بتصميم البرنامج القائم على التخيم وجلساته وبتطبيقها على عينة الدراسة الحالية

وفيما يلي وصف لهذه الأدوات، وخطوات إعدادها

1-مقياس الذات الإيجابية (إعداد الباحثة)

مبررات إعداد المقياس

1- ندرة المقاييس العربية-في حدود علم الباحثة- التي اهتمت بمتغير الذات الإيجابية.

2- إعداد أداة مقننة يمكن الوثوق بها من حيث وملاءمتها، من الناحية السيكمترية

لطبيعة الدراسة الحالية.

3- الكشف عن أبعاد وعوامل مقياس الذات الإيجابية لدى عينة من طلاب المرحلة

المتوسطة.

خطوات إعداد المقياس

قامت الباحثة بإعداد هذا المقياس بهدف قياس مستوى الذات الايجابية للمراهقين،

فوضعت الباحثة تعريف محدد للذات الإيجابية كالتالي: الذات الإيجابية هي حالة من

التفكير والتفاعل الذي يتسم بالتوقعات الإيجابية والتفاؤل تجاه المستقبل، ويعزز الضبط الانفعالي وقدرة الفرد على التعامل مع التحديات بمرونة. تشمل الذات الإيجابية تقبل الذات والتسامح مع النفس ومع الآخرين، وتقبل الواقع كما هو مع السعي لتحسينه. كما تتضمن الذكاء الوجداني، الذي يساعد في فهم وإدارة العواطف بفعالية، وتعزز الإيجابية الاجتماعية من خلال بناء علاقات صحية وإيجابية مع الآخرين. ، وعليه حددت الباحثة (6) أبعاد رئيسية وهي : التوقعات الإيجابية والتفاؤل- الضبط الانفعالي- تقبل الذات- السماح وتقبل الواقع-الذكاء الوجداني – الإيجابية الاجتماعية، وفيما يلي عرض للخطوات التي مر بها إعداد المقياس حتى وصل لصورته النهائية:

1- الاطلاع على التراث النظري والدراسات السابقة ذات الصلة بموضوع الذات

الإيجابية، كما أطلع الباحث على المقاييس التي تم تصميمها في هذا المجال مثل:
أ- مقياس عبد الستار إبراهيم (2008) والذي قدم (10) أبعاد هي : التوقعات الإيجابية والتفاؤل – الضبط الانفعالي والتحكم في العمليات- حب التعلم والتفتح الصحي- الشعور بالرضا- السماح والأريحية- الذكاء الوجداني- تقبل الذات غير المشروط- تقبل المسؤولية الشخصية- المجازفة الإيجابية، كما أطلعت الباحثة على تقنين هذا المقياس إلي قام به عبد المرید (2009).

ب- واطلعت الباحثة على مقياس بخيت وجارنير (Bekhet, A, Garnier, M.,) 2017 الذي تناول مقياس التفكير الإيجابي كمؤشر مبكر للأفكار الاكثائية.

ج- استفادت الباحثة من قائمة دنير (Diener et al., 2009) لسلوكيات التفكير الإيجابي.

د- كذلك المقياس الياباني الذي طوره ماتسودايرام و فوكوهارا (2008) Matsudairam Fukuhara& والذي يتضمن أبعاد أهمها القدرة الإدراكية الاجتماعية – التحكم الذاتي – الكفاءة الاجتماعية التفاعلية – تحمل الغموض الاجتماعي والحساسية البين شخصية.

2- بناء الصورة المبدئية للمقياس:

من خلال ما تم الاطلاع عليه من الأطر النظرية والمقاييس السابقة في هذا المجال، ومن خلال استقرار آراء مجموعة من التربويين عن مفهوم الذات الايجابية وكيف يمكن للفرد أن يتمتع بها حددت الباحثة تعريف للذات الإيجابية كالآتي "الذات الإيجابية هي الفهم والتصور الإيجابي للذات والعالم من حولنا، مدعومًا بقدراتنا العقلية والعاطفية، وتتضمن الذات الإيجابية مجموعة من الأبعاد التي تعزز الصحة النفسية والعلاقات الاجتماعية، وتسهم في تعزيز الرضا عن الحياة وتحقيق النجاح، وحددت الباحثة أبعاد الذات الايجابية وعرفتها كالتالي:

- **التوقعات الايجابية:** وهي تشير إلى مستوى التوقعات الايجابية والمكاسب التي سيحصل عليها الفرد في جوانب متعددة (صحية – شخصية – مادية – اجتماعية)، كما تشير إلى توقع السعادة وتحقيق الآمال في المستقبل. ويشمل هذا البعد العبارات من رقم (1) إلى رقم (8) .

- **الضبط الانفعالي:** يشير إلى التحكم في الانفعالات ومهارات توجيه الذات والتحكم في الذكريات السيئة والقدرة على الاسترخاء والتحكم في المشاعر السلبية وفي ردود الأفعال تجاه المواقف غير المحببة. ويشمل هذا البعد العبارات من رقم (9) إلى رقم (16).

- **تقبل الذات:** يشير إلى الشعور بالرضا عن النفس وعن القدرات والإمكانات العقلية والجسدية التي يملكها الفرد، كما تشير إلى الفخر بالإنجازات والثقة بالنفس وتقبلها. ويشمل هذا البعد العبارات من رقم (17) إلى رقم (24).

- **السماحة وتقبل الواقع:** يشير هذا البعد من المقياس إلى تقبل الأمور غير السارة مثل النقد والخسارة، كما يتضمن تبني أفكار تتضمن مسامحة النفس على أخطاء الماضي والتحرر من الذنب وتقبل الواقع بما فيه من تحديات ومشاق والاعتراف بالأخطاء وتقبل الآخرين. ويشمل هذا البعد العبارات من رقم (25) إلى رقم (32).
- **الذكاء الوجداني:** ويشير هذا البعد إلى تفهم مشاعر الآخرين وانفعالاتهم من (فرح – حزن – خجل – تردد – ضيق)، وهذا يعزز الفهم الكلي للفرد ويجعله أكثر قدرة على إدارة الموقف بفعالية وذكاء. ويشمل هذا البعد العبارات من رقم (33) إلى رقم (40).
- **الايجابية الاجتماعية:** ويشير هذا البعد إلى القدرة على العمل الجماعي وتقبل الخلافات ووجهات النظر المغايرة، كما يشير إلى الايجابية في المبادرة وحل المشكلات وخلق علاقات صحية. ويشمل هذا البعد العبارات من رقم (41) إلى رقم (48).

الخصائص السيكومترية لمقياس "الذات الايجابية"

للتحقق من الكفاءة السيكومترية للمقياس؛ قامت الباحثة بتطبيق مقياس "الذات الايجابية" على عينة قوامها (160) من طلاب المرحلة المتوسطة؛ وذلك لحساب الخصائص السيكومترية للمقياس.

1- الصدق Validity

استخدمت الباحثة عدة طرق؛ للتحقق من صدق المقياس (المحتوى، البنية العملية،

التمييزي).

أ- الصدق الظاهري "المحكومون" Face Validity

عرضت الباحثة الصورة المبدئية للمقياس المكون من (48) عبارة على مجموعة من المحكمين عددهم (10) محكمين من أساتذة التربية في الجامعات القطرية والعربية وذلك بهدف:

- معرفة مدى اتفاق أو اختلاف المحكمين على ملائمة العبارات لقياس ما أعدت من أجله وفق تعريف محدد للفكر الإيجابي.
- سلامة ودقة التعليمات.
- دقة الصياغة اللغوية لبنود المقياس.
- تحديد العبارات الغامضة أو تلك التي تحمل أكثر من معنى، حتى يتم تعديل هذه العبارات.
- إضافة أو حذف البنود التي يقترح المحكمون إضافتها أو حذفها.

وفي نهاية هذه الخطوة لم يتم استبعاد أي عبارة ولكن تم تعديل بعض العبارات وفقاً لتوجيهات السادة المحكمين، وبذلك أصبح المقياس يتكون من (48) عبارة. وقد عملت الباحثة على أن تكون تعليمات المقياس سهلة وبسيطة، وقد تضمنت بعض البيانات الأولية مثل الاسم، والسن، النوع، وتاريخ التطبيق، استعانت الباحثة بصدق لمحكمين وبالصدق العاملي كالتالي:

مؤشرات صدق البنية لمقياس " الذات الإيجابية "

تم التحقق من صدق المقياس بطريقة التحليل العاملي الاستكشافي وسوف يتم عرضها كما يلي: التحليل العاملي الاستكشافي للمفردات مقياس الذات الإيجابي، حيث يستخدم التحليل العاملي الاستكشافي في التحقق من البنية العملية للمقاييس؛ حيث أن المؤشرات التي تقيس كل عامل قد تظهر لدى مجموعة معينة، وتختفي عند مجموعة أخرى؛ لذلك فهو بإمكانه الكشف عن الاختلافات التي قد تظهر على مستوى العوامل والمتغيرات، من خلال معرفة بنية السمة المراد قياسها، والعوامل المكونة لها، والمتغيرات التي تنشعب على كل عامل، ودرجة الارتباط بينهما، ولقد هدفت هذه الخطوة إلى الكشف

عن البنية العاملية للمقياس، وتحديد العوامل المتميزة فيه، وقد طبق المقياس على (١٦٠) طالبًا وطالبة، واستخدم التحليل العاملي الاستكشافي لمفردات المقياس (48) مفردة، بطريقة المكونات الأساسية لـ "هوتلينج"، والتدوير المتعامد بطريقة الفاريمكس، واعتمد على محك كايزر، (لا تقل قيمة الجذر الكامن / القيمة المميزة عن الواحد الصحيح)، وقُدَّ أسفر التحليل عن ظهور 6 عوامل "بجذر كامن قيمته (4,74) فأكثر تفسر (65,33 %) من قيمة التباين الكلي للمقياس؛ ويمكن عرض نتائج التحليل العاملي في الجدول التالي :

جدول (1)

مفردات مقياس "الذات الإيجابية"، بعد التدوير باستخدام "التحليل العاملي

الاستكشافي" ن = 160

العامل						المفردة
السادس	الخامس	الرابع	الثالث	الثاني	الاول	
					0,72	2
					0,69	1
					0,67	4
					0,66	5
					0,64	3
					0,61	8
					0,59	7
					0,57	6
				0,66		12
				0,63		16
				0,62		9
				0,60		10
				0,58		11
				0,56		15
				0,55		14
				0,54		13
			0,65			20
			0,62			22
			0,60			21
			0,60			24
			0,59			23
			0,58			18
			0,58			19

العامل						المفردة
السادس	الخامس	الرابع	الثالث	الثاني	الاول	
			0,57			17
		0,68				32
		0,66				25
		0,64				26
		0,64				27
		0,62				29
		0,61				28
		0,59				30
		0,58				31
	0,72					34
	0,71					36
	0,69					37
	0,67					35
	0,65					33
	0,65					39
	0,62					38
	0,61					40
0,69						45
0,67						44
0,67						46
0,65						43
0,65						41
0,63						42
0,60						47
0,55						48
5,11	5,32	5,02	4,79	4,74	5,15	القيمة المميزة
11,22	11,34	11,12	10,21	10,20	11,24	نسبة للتباين المفسر لكل عامل
65,33						قيمة التباين المفسر للمقياس ككل

يتضح من جدول (5) ظهور عاملين هما:

1- العامل الأول: كان عدد العبارات التي تشبعت عليه (8) عبارة، امتدت تشبعاتها من

0,57 إلى 0,72، وفسر هذا العامل 11,24 % من التباين الكلي المفسر بواسطة

المقياس، وبلغت قيمته المميزة (5,15).

2- **العامل الثاني:** كان عدد العبارات التي تشبعت عليه (8) عبارة، امتدت تشبعاتها من 0,54 إلى 0,66، وفسر هذا العامل 10,20% من التباين الكلي المفسر بواسطة المقياس، وبلغت قيمته المميزة (4,74).

3- **العامل الثالث:** كان عدد العبارات التي تشبعت عليه (8) عبارة، امتدت تشبعاتها من 0,57 إلى 0,65، وفسر هذا العامل 10,21% من التباين الكلي المفسر بواسطة المقياس، وبلغت قيمته المميزة (4,79).

4- **العامل الرابع:** كان عدد العبارات التي تشبعت عليه (8) عبارة، امتدت تشبعاتها من 0,58 إلى 0,68، وفسر هذا العامل 11,12% من التباين الكلي المفسر بواسطة المقياس، وبلغت قيمته المميزة (5,05).

5- **العامل الخامس:** كان عدد العبارات التي تشبعت عليه (8) عبارة، امتدت تشبعاتها من 0,61 إلى 0,72، وفسر هذا العامل 11,34% من التباين الكلي المفسر بواسطة المقياس، وبلغت قيمته المميزة (5,32).

6- **العامل السادس:** كان عدد العبارات التي تشبعت عليه (8) عبارة، امتدت تشبعاتها من 0,55 إلى 0,69، وفسر هذا العامل 11,22% من التباين الكلي المفسر بواسطة المقياس، وبلغت قيمته المميزة (5,11).

ب- **الصدق التمييزي (صدق المقارنة الطرفية)**

قامت الباحثة بتطبيق مقياس "الذات الايجابية" علي عينة قوامها (160) طالبًا وطالبة، من طلاب المرحلة المتوسطة، وتم ترتيب درجاتهم على المقياس تنازليًا، وتم حساب أعلى (30%) من الطلاب على المقياس، وأدنى (30%) من الطلاب على المقياس، وتم استخدام أسلوب "صدق المقارنة الطرفية"؛ للتحقق من قدرة المقياس على

التفرقة بين الطلاب مرتفعي ومنخفضي "الذات الايجابية"، وتمَّ حساب الفرق بين منخفضي ومرتفعي "الذات الايجابية" على مقياس "الذات الايجابية"، من خلال اختبار "ت" للمجموعات المستقلة، وذلك كما موضَّح في الجدول رقم (6)، والذي يوضَّح دلالة الفروق بين متوسطات درجات الطلاب مرتفعي ومنخفضي "الذات الايجابية".

جدول (2)

دلالة الفروق بين متوسطات درجات الطلاب مرتفعي ومنخفضي "الذات الايجابية"

أبعاد المقياس	ن	المجموعة وفق درجة الذات الإيجابية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
التوقعات الإيجابية والتفاؤل	48	منخفض	13,54	1,202	16,242	0,01
	48	مرتفع	16,95	0,824		
الأنضباط الأنفعالي	48	منخفض	13,00	0,875	21,522	0,01
	48	مرتفع	16,56	0,741		
تقبل الذات	48	منخفض	11,60	1,106	22,519	0,01
	48	مرتفع	15,81	0,673		
السماحة والارحية	48	منخفض	13,83	1,226	21,722	0,01
	48	مرتفع	18,27	0,707		
الذكاء الوجداني	48	منخفض	11,42	1,126	24,281	0,01
	48	مرتفع	16,17	0,753		
الإيجابية الاجتماعية	48	منخفض	13,63	1,525	21,329	0,01
	48	مرتفع	18,75	0,668		
الدرجة الكلية	48	منخفض	83,06	3,664	23,031	0,01
	48	مرتفع	97,79	2,492		

ويتضح من جدول رقم (6) أن جميع قيم (ت) دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0,01)؛ مما يدل على تمتع المقياس وأبعاده بصدق تمييزي قوي؛ وهذا يؤكد صلاحية المقياس للتطبيق.

2- الثبات Reliability

تم التحقق من الثبات باستخدام بعض مؤشرات الثبات، ومنها معامل "ألفا-كرونباخ"، وطريقة "التجزئة النصفية"، وطريقة "إعادة الاختبار"، والجدول التالي يوضِّح هذه المعاملات:

جدول (3)

ثبات الأبعاد مقياس "الذات الإيجابية"

إعادة الاختبار	التجزئة النصفية (سبيرمان براون)	معامل "ألفا-كرونباخ"	الأبعاد
**0,822	0,67	0,729	التوقعات الإيجابية والتفاؤل
**0,818	0,74	0,720	الأنضباط الأنفعالي
**0,894	0,69	0,729	تقبل الذات
**0,807	0,72	0,812	السماحة والارحية
**0,885	0,68	0,817	الذكاء الوجداني
**0,825	0,67	0,681	الإيجابية الاجتماعية
**0,946	0,87	0,945	الدرجة الكلية

** دال عند (0,01).

ويتضح من الجدول رقم (3) أن معاملات الثبات مرتفعة؛ مما يؤكد ثبات المقياس،

وصلاحيته للاستخدام.

3- الاتساق الداخلي

تم التحقق من الاتساق الداخلي، من خلال حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس، وبين الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، وكذلك بين كل بعد، والدرجة الكلية للمقياس، وكانت معاملات الارتباط كما بالجدولين رقمي (4)، (5).

أ- ارتباط كل عبارة بالدرجة الكلية للبعد:

جدول (4)

معاملات ارتباط العبارات الفرعية بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه في مقياس "الذات الايجابية"

البعد الثالث		البعد الثاني		البعد الأول	
معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة
**0,66	17	**0,62	9	**0,79	1
**0,48	18	**0,59	10	**0,64	2
**0,64	19	**0,58	11	**0,74	3
**0,50	20	**0,54	12	**0,55	4
**0,54	21	**0,67	13	**0,60	5
**0,56	22	**0,59	14	**0,59	6
**0,57	23	**0,57	15	**0,63	7
**0,53	24	**0,59	16	**0,71	8
البعد السادس		البعد الخامس		البعد الرابع	
معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة
**0,72	41	**0,41	33	**0,57	25
**0,67	42	**0,56	34	**0,64	26
**0,62	43	**0,60	35	**0,75	27
**0,66	44	**0,62	36	**0,73	28
**0,77	45	**0,45	37	**0,66	29
**0,64	46	**0,60	38	**0,66	30
**0,51	47	**0,42	39	**0,55	31
**0,54	48	**0,52	40	**0,56	32

**** دالة عند (0,01).**

ويُتَّضَحُ مِنْ جَدولِ رَقْمِ (4) أَنَّ جَمِيعَ مَفْرَدَاتِ أبعادِ المِقياسِ كانَتْ دالةً عندَ مَسْتَوَى (0,01)؛ مِمَّا يُوَكِّدُ الاتِّساقَ الداخليَ للمِقياسِ.

ب- ارتباط كل الأبعاد بالدرجة الكلية للمقياس

تم حساب الارتباط بين الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية للمقياس، وكانت النتائج كما بالجدول التالي:

جدول (5)

معاملات الارتباط بين الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس "الذات الإيجابية"

الأبعاد	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	مستوي الدلالة
التوقعات الإيجابية والتفاؤل	0,78	0,01
الأنضباط الأنفعالي	0,71	0,01
تقبل الذات	0,72	0,01
السماحة والارحية	0,75	0,01
الذكاء الوجداني	0,87	0,01
الإيجابية الاجتماعية	0,82	0,01

ويتضح من الجدول رقم (5) أن الأبعاد الفرعية تتسق مع المقياس، وجميعها دالة عند مستوى (0,01)؛ مما يشير إلى أن هناك اتساقاً بين جميع أبعاد المقياس.
تصحيح المقياس:

تم الاستجابة على فقرات المقياس من خلال توزيع ليكرت الثلاثي المتدرج (نعم – أحياناً- لا) ، وتكون درجة التصحيح ثلاث درجات للبديل الأول (نعم)، ودرجتين للبديل الثاني (أحياناً)، ودرجة واحدة للبديل الثالث (لا)، وتجمع درجات كل بعد، ويتم جمع درجات الأبعاد للحصول على الدرجة الكلية للمقياس، والدرجة التي يتم الحصول عليها تدل مستوى الذات الإيجابية للمشارك، ويتم تصحيح العبارات الزوجية (2- 4 - 6- 8- 10-

12-16-14-16-18-20-22-24-26-28-30-32-34-36-38-40-44-46-48 (بصورة عكسية، وأعلى درجة يمكن للمراهق الحصول عليها هي (144) درجة، وأدنى درجة هي (48) درجة، ودرجة القطع Cut Off Point للمقياس هي (87) درجة، أي بنسبة (60%) من مجموع الدرجات الكلي.

2- برنامج التخييم: إعداد الباحثة)

يعد البرنامج المستخدم في الدراسة الحالية عملية مخططة ومنظمة، ويستند إلى أسس علم النفس الإيجابي. ويتضمن البرنامج مجموعة متنوعة من الممارسات والأنشطة التي تُنفَّذ خلال فترة زمنية محددة عبر عدد من الجلسات. الهدف الأساسي من هذه الممارسات والأنشطة هو تدعيم الذات الإيجابية لدى المراهقين من خلال أنشطة التخييم.

المرحلة الأولى (التمهيدية):

وقائع تطبيق البرنامج:

تم تنفيذ برنامج التخييم لدعم الذات الإيجابية لدى العينة التجريبية، وذلك عبر سلسلة من 32 جلسة، كل يوم خلال فترة تواجد المراهقين في المخيم، واستغرقت كل جلسة ما بين 80 إلى 90 دقيقة. تم تقديم الجلسات بشكل جماعي يملؤها السعادة والفرح والمنافسة وتوكيد الذات وتقبلها. بدأت خلال موسم التخييم الشتوي في قطر.

رابعاً: إجراءات الدراسة:

- تم تطبيق أدوات الدراسة الحالية على العينة والتي بلغت (40) مراهقاً في المرحلة العمرية من (13 – 15) سنة بمتوسط عمري قدره (14.2).
- تم مراعاة تجانس المجموعتين التجريبية والضابطة في السن ومستوى إيجابية الذات.
- تم تقسيم العينة النهائية إلى مجموعتين احدهما ضابطة (20 تلاميذ)، والآخرى تجريبية (20) وروعي التجانس بين العينتين .
- تم تطبيق مقياس الذات الإيجابية كتطبيق قبلي، ثم تم تطبيق البرنامج المقترح على العينة التجريبية.
- تم تطبيق مقياس الذات الإيجابية كتطبيق بعدي لكلا المجموعتين وبناء عليه تم رصد الدرجات ومقارنة المتوسطات في القياس القبلي والبعدي بين المجموعة التجريبية والضابطة وبين القياس القبلي والبعدي وذلك للتعرف على الفروق الاحصائية.
- بعد مرور شهر من التطبيق قامت الباحثة بتطبيق مقياس الدراسة على العينة التجريبية للتأكد من فاعلية البرنامج المقترح.

- تم مقارنة الدرجات في القياس البعد والتتبعي للمجموعة التجريبية للتعرف على مدى استمرارية فاعلية البرنامج المقترح.
- تم معالجة البيانات احصائيا باستخدام الاساليب الاحصائية المناسبة.

خامساً: الأساليب الإحصائية

تتمثل الأساليب الإحصائية التي تم اللجوء إليها في سبيل الحصول على نتائج هذه

الدراسة في الأساليب اللابارامترية الإحصائية التالية:

- 1- اختبار "مان وتني" للكشف عن الفروق بين المجموعات المستقلة.
- 2- اختبار ولكوكسون (Willcoxon) للكشف عن الفروق بين المجموعات المرتبطة.
- 3- المتوسطات والانحرافات المعيارية.
- 4- معامل ارتباط بيرسون وألفا كرنباخ.

أولاً: اختبار صحة الفرض الأول

ينص الفرض الأول من فروض الدراسة على أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي مجموع رتب درجات الطلبة بالمجموعة التجريبية من طلاب المرحلة المتوسطة على مقياس الذات الإيجابية في القياس القبلي والبعدى بعد تطبيق البرنامج الإرشادي لصالح القياس البعدى" واختبار صحة هذا الفرض تم استخدام عدد من الأساليب اللابارامترية تتمثل في "ويلكوكسون" (Wilcoxon-test)، لحساب قيمة Z لمستوى الذات الإيجابية بعد تطبيق البرنامج، والجدول (6) والشكل (1) يوضحان ذلك.

جدول (6)

دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية، في القياسين القبلي

والبعدي على أبعاد مقياس الذات الإيجابية

مستوى الدلالة	قيم الدلالة	قيمة Z	مجموع الرتب	متوسط الرتب	ع	م	العدد	نتائج القياس قبلي / بعدي	أبعاد المقياس
دالة عند 0,01	0,00	3,932	صفر	صفر	1,08	9,18	صفر	الرتب السالبة	البعد الأول
			210	10,50			20	الرتب الموجبة	
			-	-	2,09	16,40	صفر	الرتب المتعادلة	
			-	-			20	المجموع	
دالة عند 0,01	0,00	3,930	صفر	صفر	1,22	10,48	صفر	الرتب السالبة	البعد الثاني
			210	10,50			20	الرتب الموجبة	
			-	-	2,21	16,85	صفر	الرتب المتعادلة	
			-	-			20	المجموع	
دالة عند 0,01	0,00	3,931	صفر	صفر	1,26	10,18	صفر	الرتب السالبة	البعد الثالث
			210	10,50			20	الرتب الموجبة	
			-	-	1,81	18,85	صفر	الرتب المتعادلة	
			-	-			20	المجموع	
دالة عند 0,01	0,00	3,941	صفر	صفر	1,42	10,23	صفر	الرتب السالبة	البعد الرابع
			210	10,50			20	الرتب الموجبة	
			-	-	2,04	17,05	صفر	الرتب المتعادلة	
			-	-			20	المجموع	
دالة عند 0,01	0,00	3,930	صفر	صفر	1,19	9,65	صفر	الرتب السالبة	البعد الخامس
			210	10,50			20	الرتب الموجبة	
			-	-	2,04	17,05	صفر	الرتب المتعادلة	
			-	-			20	المجموع	
دالة عند 0,01	0,00	3,930	صفر	صفر	1,43	10,38	صفر	الرتب السالبة	البعد السادس
			210	10,50			20	الرتب الموجبة	
			-	-	2,04	17,05	صفر	الرتب المتعادلة	
			-	-			20	المجموع	
دالة عند 0,01	0,00	3,924	صفر	صفر	3,38	60,08	صفر	الرتب السالبة	الدرجة الكلية
			210	10,50			20	الرتب الموجبة	
			-	-	6,70	103,25	صفر	الرتب المتعادلة	
			-	-			20	المجموع	

يتضح من الجدول (6) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0,01) بين متوسطي

رتب درجات طلاب المجموعة التجريبية في القياس القبلي والبعدي على مقياس الذات

الإيجابية، وهذا الفرق لصالح القياس البعدي، وبذلك يتم قبول الفرض بوجود فروق ذات

دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات طلاب المجموعة التجريبية على مقياس الذات الإيجابية لصالح القياس البعد

وتتضح الفروق سالفة الذكر في القياس القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية في الشكل السابق ويوضح التمثيل البياني الفرق بين متوسطات المجموعة التجريبية ككل.

ثانياً: اختبار صحة الفرض الثاني

ينص الفرض الثاني من فروض الدراسة على أنه " توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,01) بين متوسطي رتب درجات طلاب المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدى على مقياس الذات الإيجابية لصالح المجموعة التجريبية" واختبار صحة هذا الفرض تم استخدام "مان ويتني" (Mann Whitnet-test) لحساب قيمة Z لمستوى الذات الإيجابية لدى المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة، والجدول (7) يوضح ذلك

جدول (7)

دلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة الضابطة والتجريبية في

القياس البعدى على مقياس الذات الإيجابية

المجموعات	المجموعة التجريبية (ن=20)				المجموعة الضابطة (ن=20)				أبعاد المقياس
	م	ع	متوسط الرتب	مجموع الرتب	م	ع	متوسط الرتب	مجموع الرتب	
البعد الأول	9,20	1,11	10,50	210	16,40	2,09	30,5	610	دالة عند 0,01
البعد الثاني	10,15	1,27	10,50	210	16,85	2,21	30,5	610	دالة عند 0,01
البعد الثالث	10,20	1,28	10,50	210	18,85	1,82	30,5	610	دالة عند 0,01
البعد الرابع	10,05	1,23	10,50	210	17,25	2,04	30,5	610	دالة عند 0,01
البعد الخامس	9,50	1,24	10,50	210	17,05	2,04	30,5	610	دالة عند 0,01

0,01										
دالة عند 0,01	5,440	610	30,5	2,04	17,05	210	10,50	1,45	10,10	البعد السادس
دالة عند 0,01	5,419	610	30,5	6,70	103,25	210	10,50	2,95	59,20	الدرجة الكلية

يتضح من الجدول (7) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0,01) بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي لمقياس الذات الإيجابية، وكما يتضح أن هذه الفروق لصالح المجموعة ذات المتوسط الأقل (بمعنى تحسين الذات الإيجابية) وهي المجموعة التجريبية، وبذلك يقبل الفرض بوجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات الشباب في المجموعة التجريبية على مقياس الذات الإيجابية في القياس البعدي وذلك لصالح المجموعة التجريبية.

ثالثاً: اختبار صحة الفرض الثالث:

ينص الفرض الثالث من فروض الدراسة على أنه "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي مجموع رتب درجات الشباب بالمجموعة التجريبية على مقياس الذات الإيجابية في القياس البعدي والتتبعي." ولاختبار صحة هذا الفرض تم استخدام عدد من الأساليب اللابارامترية تتمثل في "ويلكوكسون" (Wilcoxon-test)، لحساب قيمة Z لمستوى الذات الإيجابية، والجدول (8) يوضح ذلك

جدول (8)

قيمة Z ودلالاتها للفرق بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس الذات الإيجابية والدرجة الكلية (ن=1 ن=2=20)

المقياس	ابعد قبلي / بعدي	العدد	م	ع	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	قيم الدلالة	مستوى الدلالة
البعد الأول	الرتب السالبة	1	16,40	2,09	1,00	1,00	1,00	0,317	غير دالة
	الرتب الموجبة	صفر			صفر	صفر			
	الرتب المتعادلة	19	16,35	2,14	-	-			
	المجموع	20			-	-			
البعد الثاني	الرتب السالبة	1	16,85	2,21	2,00	2,00	1,134	0,257	غير دالة
	الرتب الموجبة	3			8,00	2,67			
	الرتب المتعادلة	16	17,20	2,55	-	-			
	المجموع	20			-	-			
البعد الثالث	الرتب السالبة	1	18,85	1,82	2,50	2,50	1,414	0,157	غير دالة
	الرتب الموجبة	4			12,50	3,13			
	الرتب المتعادلة	15	19,10	1,74	-	-			
	المجموع	20			-	-			
البعد الرابع	الرتب السالبة	صفر	17,05	2,04	صفر	صفر	1,00	0,317	غير دالة
	الرتب الموجبة	1			1,00	1,00			
	الرتب المتعادلة	19	17,10	2,13	-	-			
	المجموع	20			-	-			
البعد الخامس	الرتب السالبة	2	17,05	2,04	8,00	4,00	0,541	0,589	غير دالة
	الرتب الموجبة	4			13,00	3,25			
	الرتب المتعادلة	14	17,15	1,76	-	-			
	المجموع	20			-	-			
البعد السادس	الرتب السالبة	صفر	17,05	2,04	صفر	4,00	1,633	0,102	غير دالة
	الرتب الموجبة	3			6,00	2,00			
	الرتب المتعادلة	17	17,30	2,08	-	-			
	المجموع	20			-	-			
الدرجة الكلية	الرتب السالبة	1	103,25	6,70	5,50	5,50	2,039	0,441	غير دالة
	الرتب الموجبة	8			39,50	4,94			
	الرتب المتعادلة	11	104,20	6,77	-	-			
	المجموع	20			-	-			

ويتضح من الجدول (8) عدم دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات شباب المجموعة

التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس الذات الإيجابية، وبذلك يقبل الفرض.

ملخص النتائج وتفسيرها

أسفرت نتائج الدراسة عن تحقيق الهدف الذي أعد البرنامج من أجله أي أنه حدث تنمية للذات الإيجابية لدى عينة الطلاب، وتوصلت هذه الدراسة لمجموعة من النتائج يمكن استعراضها كما يلي:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,01) بين متوسطي رتب درجات طلاب المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس الذات الإيجابية لصالح القياس البعدي في الاتجاه الإيجابي (بمعنى تنمية الذات الإيجابية).
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,01) بين متوسطي رتب درجات طلاب المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس الذات الإيجابية لصالح المجموعة التجريبية.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,01) بين متوسطي رتب درجات طلاب المجموعة التجريبية في القياس البعدي والتتبعي على مقياس الذات الإيجابية.

مناقشة النتائج

تشير نتائج الفرض الأول إلى تنمية الذات الإيجابية لدى المجموعة التجريبية وهذا عند مقارنة نتائج القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية التي خضعت للبرنامج القائم دور التخيم، كما تشير النتائج أن هذا التحسن يرجع فعالية دور التخيم الذي تم تطبيقه على المجموعة التجريبية كان له تأثير إيجابي وفعال في تنمية الذات الإيجابية لدى الطلاب. ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء تطبيق التدخل بطريقة صحيحة ومنهجية، مما ساهم في تحقيق النتائج المرجوة. بالإضافة إلى اتباع بروتوكولات محددة ومجرية.

كما يمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء التزام المشاركين في المجموعة التجريبية بالتعليمات والخطوات المحددة للعلاج، مما أدى إلى تحقيق النتائج الإيجابية. التزامهم قد

يكون ناتجاً عن وعيهم بأهمية العلاج أو تحفيزهم الداخلي لتحقيق تحسن في حالتهم النفسية، بالإضافة لوجود سبل للتواصل معهم ومتابعة الواجبات المنزلية. كما تعزى هذه النتيجة أيضاً لتلقي المشاركين في المجموعة التجريبية على دعم من البيئة المحيطة بهم قد ساهم في تعزيز فعالية التدخل، والدعم الاجتماعي يلعب دوراً مهماً في تحسين الحالة النفسية وتحسين الجوانب الإيجابية بالشخصية، ومن عوامل نجاح البرنامج مع المجموعة التجريبية التي طبق عليها البرنامج العلاقة بين الباحث وشباب المجموعة التجريبية فقد نجح الباحث في بناء علاقة قوية وموثوقة معهم، كما كانت فترة التدخل كافية لإحداث تغيير ملموس في الطلاب، حيث إن بعض العلاجات تحتاج إلى وقت كافٍ لإظهار فعاليتها. كما تعزى هذه النتيجة للعينة التي تم اختيارها للمجموعة التجريبية كانت متجانسة وملائمة من حيث العمر، الجنس، وخلفياتهم النفسية والاجتماعية، مما ساعد في تحقيق نتائج دقيقة وموثوقة، وكل هذه العوامل قد تساهم في تفسير الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين القياسين القبلي والبعدي على مقياس الذات الإيجابية لصالح المجموعة التجريبية.

وتتفق هذه النتيجة ضمناً مع نتائج دراسات حشيش (2021) البيشي و عبد العظيم (2021) و عبد اللطيف (2021) وعقوب والحضيري (2023) والعبدي وحكمي (2024). حيث أن تعزيز الذات الإيجابية لدى المراهقين أمراً حيويًا للنمو النفسي والاجتماعي السليم، فهذه المرحلة الحرجة تتسم بالعديد من التغيرات الجسدية والعاطفية التي يمكن أن تؤثر على شخصية المراهق وسلوكه. إن تطوير الذات الإيجابية يساعد المراهقين على بناء صورة ذاتية صحية، مما يعزز من شعورهم بالثقة بالنفس والقدرة

على مواجهة التحديات. هذا الشعور بالثقة يمنحهم القوة لتحمل الضغوط الاجتماعية والأكاديمية، ويعزز من قدرتهم على اتخاذ قرارات مستنيرة تتعلق بحياتهم ومستقبلهم. إضافة إلى ذلك، فإن تعزيز الذات الإيجابية ساهم في تحسين العلاقات الاجتماعية للمراهقين. فالمراهق الذي يتمتع بنظرة إيجابية نحو نفسه يكون أكثر قدرة على التواصل الفعال مع الآخرين، ويكون أكثر انفتاحاً على تكوين صداقات جديدة والحفاظ على علاقات صحية مع أفراد الأسرة والزملاء. هذا يخلق بيئة داعمة تعزز من شعورهم بالانتماء والأمان الاجتماعي، مما قلل من مشاعر العزلة والاكتماب التي تصيب بعض المراهقين في هذه المرحلة.

من جهة أخرى، يعتبر تعزيز الذات الإيجابية عاملاً أساسياً في تحفيز المراهقين لتحقيق أهدافهم الأكاديمية والمهنية. فالشعور بالإيجابية والثقة بالنفس يزيد من الدافعية الداخلية، مما يدفع المراهقين إلى السعي لتحقيق التفوق الأكاديمي وتطوير مهاراتهم وقدراتهم. هذا التحفيز يعزز من التزامهم بالتعليم والمثابرة في مواجهة الصعوبات، مما يؤدي في النهاية إلى تحقيق نجاحات ملموسة تساهم في بناء مستقبل مشرق لهم.

أحد أسباب نجاح برنامج دراسة "دور التخيم في تنمية الذات الإيجابية لدى المراهقين بدولة قطر" يكمن في البيئة الطبيعية التي يوفرها التخيم. إذ أن البعد عن ضغوط الحياة اليومية والتواجد في مكان مليء بالهدوء والطبيعة الخلابة يسهم بشكل كبير في تحسين الصحة النفسية والعقلية للمراهقين. يمكن للتخيم أن يمنحهم الفرصة للتأمل والتفكير، مما يعزز من الشعور بالراحة والسكينة، ويسهم في تحسين نظرتهن للحياة ولأنفسهم.

بالإضافة إلى ذلك، يوفر التخييم فرصًا للتواصل الاجتماعي وتعزيز العلاقات الشخصية. فالتخييم يتطلب التعاون والعمل الجماعي، مما يعزز من روح الفريق ويقوي العلاقات بين المشاركين. يمكن للمراقبين من خلال هذه التجربة أن يتعلموا مهارات جديدة في التواصل والتعاون، مما يساهم في تنمية قدراتهم الاجتماعية والشخصية، ويعزز من ثقتهم بأنفسهم.

يعتبر التخييم أيضًا وسيلة فعالة لتعزيز الاستقلالية والمسؤولية. فالمرافقين الذين يشاركون في برامج التخييم يتعلمون كيفية الاعتماد على أنفسهم في إعداد الطعام وترتيب المخيم والعناية بالبيئة المحيطة. هذه التجارب تساهم في تنمية الشعور بالمسؤولية وتعزز من قدراتهم على اتخاذ القرارات وحل المشكلات، مما يساهم في بناء شخصية مستقلة وواثقة.

كما يساهم التخييم في تعزيز النشاط البدني والصحة العامة. فالنشاطات التي تصاحب التخييم مثل المشي لمسافات طويلة، وركوب الدراجات تساهم في تحسين اللياقة البدنية للمراقبين. هذه النشاطات البدنية تساعدهم في الحفاظ على نمط حياة صحي ونشط، مما ينعكس بشكل إيجابي على صحتهم النفسية والجسدية ويساهم في تنمية الذات الإيجابية لديهم.

المراجع

- إبراهيم، عبد الستار. (2008). *عين العقل" دليل المعالج النفسي للعلاج المعرفي الايجابي*. دار الكتاب، القاهرة.
- أبو حلاوة، محمد السعيد عبد الجواد. (2021). مذاق الإيجابية: الاستمتاع بمذاق الحياة ورنين الإيجابية. *علم النفس*. 34 (131)، 170 - 174.
- أبو عزيزة، وائل. (2013). التنقيب والحفر الأثرية في منطقة التلثوث: طرق العمل والتحليل الهيكلي لمخيمات البدو النحاسيين/البرونز القديمين في منطقة محيطية صحراوية جنوب الأردن. سوريا. علم الآثار، الفن والتاريخ، 90: 48-13
- الجرجاوي، زياد علي. (2002). *النشاط المدرسي وتطبيقاته التربوية*. ط4، مكتبة غزة.
- الجرجاوي، زياد علي. (2002). *النشاط المدرسي وتطبيقاته التربوية*. ط4، مكتبة غزة.
- الحديبي، مصطفى، جمعة، زينب قرشي، عبد اللطيف، وردة محمد. (2021). برنامج إرشادي نفسي إيجابي في تنمية فاعلية الذات الإرشادية لدى الإخصائي النفسي المدرسي. *دراسات في الإرشاد النفسي والتربوي*. 4(3)، 137-192.
- حسن، زهرية عيسى. (2006). اتجاهات طلبة المرحلة الثانوية نحو التعليم المختلط: دراسة مقارنة في ثانويات مدينة دمشق العامة"، *مجلة جامعة دمشق*. مجلد22، ع 1
- حسن، زهرية عيسى. (2006). اتجاهات طلبة المرحلة الثانوية نحو التعليم المختلط: دراسة مقارنة في ثانويات مدينة دمشق العامة"، *مجلة جامعة دمشق*. مجلد22، ع 1
- حشيش، & صفوت. (2021). معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لطلاب كلية التربية الرياضية جامعة الأزهر. *المجلة العلمية لعلوم وفنون الرياضة*، 49(049)، 72-104.
- حماد، مفتي إبراهيم. (2001). *التدريب الرياضي الحديث (تخطيط وتطبيق وقيادة*. دار الفكر العربي، ط2، 2001
- حماد، مفتي إبراهيم. (2001). *التدريب الرياضي الحديث (تخطيط وتطبيق وقيادة*. دار الفكر العربي، ط2، 2001
- حميد، ألاء راشد. (2007). *الأنشطة المدرسية*، دار اليازور للنشر والتوزيع، عمان.
- خريبة، صفاء صديق. (2021). المناعة النفسية وعلاقتها بالذات الإيجابية لدى متعافي فيروس (كوفيد-19) في جمهورية مصر العربية والمملكة العربية السعودية. *مجلة الإرشاد النفسي*. 66(66)، 231-280.
- راشد، علي. (2008). *إثراء بيئة المتعلم – سلسلة المعلم الناجح*، دار الفكر العربي للطباعة والنشر، القاهرة.
- الرياض، السعيد (2023) تصميم وتوحيد اختبار الكفاءة في ربط العقدة واختبار ربط العقدة المفتوحة لقوات الكشافة في المدارس الثانوية. *مجلة دراسات وأبحاث التربية الرياضية*، 1- 33

سطحاوي، منى (2022). أساليب إدارة وقت الفراغ لدى المراهق المتمدرس و علاقتها بكل من مستوى الطموح و بعض سمات الشخصية (Doctoral dissertation, UBI). *رسالة دكتوراه غير منشورة*، جامعة باتنة الجزائر

سليم، رحاب كمال عبد الحميد وأبو زيد، أسماء عبد العاطى وعز الدين، إنشاد محمود. (2019). المراهقة و التفاعل الإجتماعى والبيئة المدرسية. *Journal of Environmental Studies and Researches*, 9(1), 20-28.

الشمي، عبد الحفيظ علي. (2024). الا خلال الالتزام بالتصرف في حماية النظام العام وأثره على مقارنة مسؤولية الدولة. *مجلة الحقوق للبحوث البسيطة*، 2024.3: 148-100

ضحيك، محمد سلمان. (2004). القيم المتضمنة في سلوكيات قادة النشاط الكشفي في مدارس محافظات غزة وعلاقته بالاتزان الانفعالي، رسالة ماجستير غير منشورة، قسم علم النفس، كلية التربية، الجامعة الإسلامية

ضحيك، محمد سلمان. (2004). القيم المتضمنة في سلوكيات قادة النشاط الكشفي في مدارس محافظات غزة وعلاقته بالاتزان الانفعالي، *رسالة ماجستير غير منشورة*، قسم علم النفس، كلية التربية، الجامعة الإسلامية

عباس، عمران علي. (2019). لا يتطلب الأمر سوى وقت طويل في مواجهة وتعلم بعض المهارات الكشفية لطلاب المرحلة المتقدمة. *مجلة العلوم الرياضية*، 11.11.

عبد الخالق، أحمد. (2017). تكوين مقياس الذات الايجابية. *دراسات نفسية*. 27(2)، 151-139. doi: 10.21608/psj.2017.97195

عبد الكريم، رشا خزعل وعباس، عمران علي. (2019). تصميم ميدان وتأثيره في اهم الجوانب البدنية وتعلم بعض المهارات الكشفية لطلاب المرحلة الإعدادية. *مجلة العلوم الرياضية*. 11(11)، 36-19.

العبدلي، عبد المريد عبد الجابر قاسم وحكمي، إبراهيم بن قاسم. (2024). بعض المتغيرات النفسية والاجتماعية وعلاقتها بالذات الإيجابية لدى المراهقين. *مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية*. 70(70)، 275-260.

عسل، خالد والبهنساوي، عبد الرؤف (2001). فاعلية الأنشطة المدرسية وتطور العملية التعليمية. العلم والأيمان للنشر والتوزيع، تبوك.

عسل، خالد والبهنساوي، عبد الرؤف (2001). فاعلية الأنشطة المدرسية وتطور العملية التعليمية. العلم والأيمان للنشر والتوزيع، تبوك.

عقوب، عيادة مسعود والحضيرى، ربعة عمر. (2023). سمات الشخصية الإيجابية وانعكاسها على السلوك التنظيمي الإيجابي في بيئة العمل دراسة ميدانية على موظفي بعض كليات الجامعة الأسمرية الإسلامية. *مجلة العلوم التربوية والنفسية*. 7(23)، 35-17.

العوضي، ريم (2021). *ثقافة التخيم الحديثة وتناقضها مع القيم البيئية. قسم علوم الأرض والبيئة - جامعة الكويت*، تاريخ الدخول، 15 يوليو 2024 متاح على موقع مجلة الجريدة على <https://www.aljarida.com/articles/1640877352535505400>

عيفان، اقبال عبد الجبار إسماعيل، صاحب جباد. (2023). التشكيل البصري والنص لتعزيز الذات الايجابية في مسرح الطفل. *حوليات أداب عين شمس*. 51(13)، 158-170.

غباري، ثائر وشعيرة، خالد. (2009). *بيكولوجية النمو الانسان بين الطفولة والمراهقة*. الاردن: مكتبة المجتمع العربي

فرغلي، فتحي محمود. (2011). *موضوعات مختارة (لتدريب وتأهيل مساعد وقائد تدريب)*، المخيم الدولي للكشفة والمرشدات، بورسعيد، من 17-22 مارس، 2011م

فرغلي، فتحي محمود. (2011). *موضوعات مختارة (لتدريب وتأهيل مساعد وقائد تدريب)*، *المخيم الدولي للكشفة والمرشدات، بورسعيد*، من 17-22 مارس، 2011م

القحطاني، محمد صالح. (2007). *أهمية التربية الكشفية ودورها في التعليم*، مجلة التربية، البحرين 1(1)، 159 - 161.

القحطاني، محمد صالح. (2007). *أهمية التربية الكشفية ودورها في التعليم*، مجلة التربية، البحرين 1(1)، 159 - 161.

قندوسي، سعاد. (2021). *مرحلة المراهقة-نظرياتها وخصائصها. مجلة التمكين الاجتماعي*. 3 (4) 121- 142

لافي، سعيد عبد الله النشاط. (2010). *المدرسي بين النظرية والتطبيق*، عالم الكتب، القاهرة.

لافي، سعيد عبد الله النشاط. (2010). *المدرسي بين النظرية والتطبيق*، عالم الكتب، القاهرة.

مصطفى، عبد العظيم السعيد. (1996). *التربية الكشفية وعلاقتها ببنية المجتمع وتنمية البيئة*، المؤتمر السنوي الثاني عشر لقسم أصول التربية، كلية التربية، جامعة المنصورة، 1996

مصطفى، عبد العظيم السعيد. (1996). *التربية الكشفية وعلاقتها ببنية المجتمع وتنمية البيئة*، المؤتمر السنوي الثاني عشر لقسم أصول التربية، كلية التربية، جامعة المنصورة، 1996

الناطور، محمود نافذ. (2011). *المعسكرات والتخييم*، مكتبة ومطبعة الطالب الجامعي، ط 4، غزة، 2011

الناطور، محمود نافذ. (2011). *المعسكرات والتخييم*، مكتبة ومطبعة الطالب الجامعي، ط 4، غزة، 2011

الهاللي، حسام محمد منشد. (2013). *التفكير الإيجابي وعلاقته بأساليب التعامل مع الضغوط النفسية لدى العاملين*. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة كربلاء.

- Yazdani, S., & Ross, S. (2019). Carl Rogers' Notion of " Self-actualization" in Joyce's A Portrait of the Artist as a Young Man. 3L: Southeast Asian. *Journal of English Language Studies*. 25(2), 61- 73
- Lake, J .(2015). POSITIVE PSYCHOLOGY AND SECOND LANGUAGE MOTIVATION: EMPIRICALLY VALIDATING A MODEL OF POSITIVE L2 SELF. In Partial Fulfillment of the Requirements for the *Degree of Doctor of Education*. University Graduate Board
- Christner, N., Pletti, C., & Paulus, M. (2020). Emotion understanding and the moral self-concept as motivators of prosocial behavior in middle childhood. *Cognitive Development*. 55, 100893.
- VAN HEERDEN, C. H.(2020). Motivation and involvement in camping–A gender perspective. *African Journal of Hospitality, Tourism and Leisure*, p , 9.1: 1-14.
- STEVENSON, Leah C.(2020) . Is open defaecation in outdoor recreation and camping areas a public health issue in Australia? A literature review. *Health Promotion Journal of Australia*, 31.3: 525-532.
- Abbas, Riyadh Nuri, Muhammad Abdul Razzaq Nehme. (2023) ."Designing and standardizing the proficiency test for knot tying, as well as the open knot tying test, for scout troops in high schools." *Journal of Studies and Researches of Sport Education* ,33.1. P 46-63.
- STEVENSON, Leah C.(2020) . Is open defaecation in outdoor recreation and camping areas a public health issue in Australia? A literature review. *Health Promotion Journal of Australia*, 31.3: 525-532.
- ÖZEN, Güçlü. (2018).The effect of recreational activities on trait and state anxiety levels. *Int. J. Res. Granthaalayah*, 18: 60-65.
- Marin-Pantelescu, A. (2015). The perspective of camping tourism in Romania. *Academic Journal of Economic Studies*, 1(4), 45-53.
- BROOKER, Ed; JOPPE, Marion.(2014). A critical review of camping research and direction for future studies. *Journal of vacation marketing*, 20.4: 335-351
- Allen-Handy, A., Ifill, V., Schaar, R. Y., Rogers, M., & Woodard, M. (2020). Black girls STEAMing through dance: Inspiring STEAM literacies, STEAM identities, and positive self-concept. In *Challenges and opportunities for transforming from STEM to STEAM education* (pp. 198-219). IGI Global.

- Abbas, R. N., Nehme, M. A. R., & Alsaed, R. (2023). Designing and standardizing the proficiency test for knot tying, as well as the open knot tying test, for scout troops in high schools. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 3363-46 .(1)
- Mallikage, S. T., Perera, P., Newsome, D., Bandara, R., & Simpson, G. (2021). Effects of recreational camping on the environmental values of national parks in Sri Lanka. *Tropical Life Sciences Research*, 32(3), 119.
- Lusiana, E., & Basuki, A. (2020, August). Counseling Service with A Person-Centered Approach to Improve Positive Self-Concept of Students. *In 2nd International Seminar on Guidance and Counseling 2019* (ISGC 2019) (pp. 303-305). Atlantis Press