



مجلة علوم ذوي الاحتياجات الخاصة



فعالية الإرشاد بأسلوب الحديث الذاتي الإيجابي
في تحسين مناصرة الذات لدى المراهقين
المعاقين حركياً

إعداد

أ.م.د/ حنان فوزي دسوقي

أستاذ الصحة النفسية المساعد - كلية التربية - جامعة المنيا

فعالية الإرشاد بأسلوب الحديث الذاتي الإيجابي في تحسين مناصرة

الذات لدى المراهقين المعاقين حركياً
حنان دسوقي*

ملخص

هدفت الدراسة الحالية إلى بناء برنامج إرشادي قائم على أسلوب الحديث الذاتي الإيجابي ومعرفة فعاليته في تحسين مناصرة الذات لدى المراهقين المعاقين حركياً بمحافظة المنيا ، ومعرفة فعالية البرنامج موضع الدراسة وفقاً للنوع (ذكور-إناث)، والكشف عن مدى استمراريته في تحسين مناصرة الذات في التطبيق التتبعي بعد شهرين من انتهاء تطبيقه، وقد بلغ عدد أفراد المجموعة الإرشادية (١٢) مراهق معاق حركياً، وقد استخدمت الباحثة الأدوات التالية : مقياس مناصرة الذات (إعداد الباحثة) ، برنامج إرشادي قائم على أسلوب الحديث الذاتي الإيجابي (إعداد الباحثة) ، وقد أسفرت نتائج الدراسة باستخدام الأساليب الإحصائية الملائمة عن إثبات فعالية البرنامج الإرشادي القائم على أسلوب الحديث الذاتي الإيجابي في تحسين مناصرة الذات لدى عينة الدراسة، كما كشفت النتائج عن عدم وجود فروق دالة إحصائية بين الجنسين في فعالية البرنامج الإرشادي المستخدم، كما استمرت فعالية البرنامج الإرشادي خلال فترة المتابعة (بعد شهرين من تطبيقه).

كلمات مفتاحية : الإرشاد بأسلوب الحديث الذاتي الإيجابي - مناصرة الذات - المراهقون

المعاقون حركياً

مقدمة :

شهدت السنوات الأخيرة اهتماماً ملحوظاً بقضايا ذوي الاحتياجات الخاصة في مصر انطلاقاً من أهمية إدماجهم بالمجتمع بغية الاستفادة من بعض ما لديهم من قدرات متميزة تسهم في

* أستاذ الصحة النفسية المساعد كلية التربية - جامعة المنيا

تقدم الأمة وتطورها ومساعدتهم على الشعور بذواتهم وحاجة المجتمع إليهم وعدم إغفالهم؛ حيث إن البشر يختلفون جميعاً فيما بينهم في القدرات والمهارات التي يمتلكونها نتيجة لعدد من العوامل ومن بين هذه العوامل تعرض الفرد للإعاقة .

فإعاقة الفرد تؤثر على كافة جوانب حياته بل وقد تدفعه إلى عدد من المشكلات النفسية خاصة عندما لا يستطيع التكيف مع إعاقته، وإذا ما تطرقنا إلى الإعاقة الحركية على وجه الخصوص فسنجد أنها تتصل بالوضع الجسمي للفرد ونظرة المجتمع له حيث قد ينتج عن الإعاقة الحركية غالباً استجابات انفعالية وإدراكية غير إيجابية ، والمعاقون حركياً على وجه التحديد فئة ليست بقليلة في مجتمعنا فهم يشكلون نسبة ٤٨,٤ % من ذوو الاحتياجات الخاصة ،حيث تبلغ نسبة ذوي الاحتياجات الخاصة في مصر ٦٧,١٠ % طبقاً لآخر تعداد سكاني رسمي في عام ٢٠١٧ م (الجهاز المركزي للتعبئة العامة والإحصاء، ٢٠١٧)، وحيث إنهم فئة ليست بقليلة فإن هذا يجعل من الأهمية بمكان أن نوجه الاهتمام لهم لما يمتلكونه من قدرات قد تسهم في تحقيق تنمية بالمجتمع وذلك ليس فقط من خلال إتاحة الخدمات التي يستحقونها فحسب بل أيضاً من خلال توفير عوامل نفسية واجتماعية ملائمة لهم بغرض تكوين مفاهيم صحيحة عن ذواتهم وتفعيل تلك المفاهيم لصالح نيل حقوقهم المشروعة بالمجتمع ، ولعل مناصرة الذات واحداً من المفاهيم المرتبطة بذوي الاحتياجات الخاصة بوجه عام ، كما أن مصطلح مناصرة الذات تعبير يحظى بأهمية خاصة في حركة حقوق المعاقين، وهو يشير إلى الأشخاص ذوي الإعاقات الذين يحكمون السيطرة على حياتهم الخاصة، بما في ذلك تحملهم مسؤولية نظام الرعاية الطبية الخاص بهم ، وتختص حركة المناصرة الذاتية في الأساس بالأشخاص الذين يعانون من إعاقة ولكنهم يدافعون عن حقوقهم، ويعني ذلك أنه على الرغم من أن الشخص الذي يعاني من إعاقة قد يطلب الدعم من الآخرين، فإنه يحق له التحكم في موارده الخاصة وكيفية توجيهها فهي تدافع عن حقهم في اتخاذ قرارات حياتهم دون أي تأثير أو تحكم من الآخرين (جمعة فاروق، ٢٠١٧، ٤٧٧).

وهي تعبر أيضاً عن سعي الفرد الدائم للسيطرة على حياته، من خلال وعيه بذاته وتشخيصه لجوانب قوته وضعفه وتحديد متطلباته، والتعبير عنها للآخرين الذين يمكنهم دعمه أو تلبيتها له (Avant, 2013) ، وبذلك فإن المستويات العليا لدى الفرد من مناصرة الذات تساعده في الدفاع عن ذاته وتدعيمها بشكل فعال، ومعرفة حقوقه وواجباته، وعرضها بثبات ووضوح للآخرين مما يُعزز ثقته في نفسه (Ireland Inclusion , 2011) ويُدعم احترامه لذاته ويُعظم قدرته على تقرير مصيره (Cohen ;Gosling, 2014) ويجعله يعمل تجاه حل المشكلات التي قد تواجهه ، ومن ثم يصبح فاعلاً وإيجابياً في اتخاذ قراراته وتحقيق نجاحه المستقبلي (Garner&Sandow,2018)، ولهذا فإن فئة المعاقين حركياً من أولى الفئات التي تحتاج لتدخل إرشادي يدعم مناصرة الذات لديهم ،ونظراً لما أكدته عدد من الدراسات حول فعالية الإرشاد بأسلوب الحديث الذاتي الإيجابي في تعديل البنى المعرفية وتنمية الشعور الوجداني و تنمية الصمود النفسي وتحسين النتائج للطلاب ذوي صعوبات التعلم (خنساء خلف، ٢٠١٥؛ مروة عدنان، ٢٠١٨؛ ندى عبدالكريم، ٢٠١٩؛ Danelle,2019) فقد يكون هذا الأسلوب ملائماً لهم في مرحلة المراهقة لتدعيم وتحسين مناصرة الذات لديهم حيث إن فترة المراهقة تضيف لاحتياجهم لذلك بحكم ما يعانونه من إعاقة إحتياجاً مضافاً لما لهذه المرحلة من حساسية.

مشكلة الدراسة وأسئلتها:

لاحظت الباحثة أنه طبقاً لآخر تعداد للسكان بمصر عام ٢٠١٧ م؛ احتلت محافظة المنيا المركز الأول من حيث ارتفاع أعداد ذوي الاحتياجات الخاصة بها من إجمالي عدد سكان المحافظة إذ بلغت نسبتهم ٣,١٤ %؛ كان لنصيب ذوي الإعاقة الحركية منها أكثر من الثلث مما دعاها إلى ضرورة الاهتمام بهذه الفئة في المحافظة وضرورة تقديم ما قد يساعدهم في تعزيز ثقتهم بأنفسهم والدفاع عن حقوقهم والسيطرة على مجريات أمورهم بشكل طبيعي لأنهم يشكلون فئة ليست بقليلة تستحق الدعم والمساندة وهذا هو الجانب الأول من المشكلة، إضافة لذلك فقد نبعت مشكلة الدراسة من إحساس الباحثة بأهمية دراسة مشكلات ذوي الاحتياجات

الخاصة ولا سيما المعاقين حركياً خاصة ممن يمرون منهم بفترة المراهقة وما تمثله تلك المرحلة لهم من صعوبة في تجاوزها إضافة لمشكلات إعاقاتهم. فالمعاقون حركياً مشكلتهم جسمية نفسية إذ أنها تعبر عن عجز وظيفي بالجهاز الحركي يمنعه من أداء وظائفه ومهامه بشكل طبيعي؛ بل وإن المشكلات النفسية التي يعانيها هؤلاء أكبر كثيراً من مشكلاتهم الجسدية. وفترة المراهقة من أكثر مراحل النمو حساسية وحرماً للمعاقين حركياً نتيجة التغيرات الفسيولوجية التي يمرون بها كغيرهم من المراهقين الغير معاقين ولذلك يمكن القول بأن معاناتهم خلال هذه الفترة بمثابة معاناة مزدوجة تشمل مايعانونه من صراعات نفسية وتغيرات فسيولوجية وأيضاً مايعانونه من إعاقة تؤثر على نظرتهم لذاتهم، ففي مرحلة المراهقة يكون وعي المعاق أكبر بالفروق بينه وبين الآخرين من غير المعاقين فكثيراً ما تواجههم مشكلات نفسية إجتماعية تجعله يعاني من مفهوم سلبي لذاته فيفقد بلتالي القدرة على الدفاع عنها ومناصرتها وهذا هو الجانب الثاني من المشكلة. أما الجانب الثالث من مشكلة الدراسة فيتمثل فيما توصلت إليه الباحثة في حدود علمها من دراسات؛ فقد وجدت ندرة في عدد الدراسات التي أجريت حول مناصرة الذات لدى ذوي الاحتياجات الخاصة مثل دراسة (Frasier,2016) التي كشفت عن وجود علاقة بين مناصرة الذات وتقدير المصير لدى عينة من الطلاب الجامعيين ذوي صعوبات التعلم. ودراسة جمعة فاروق (٢٠١٧) حول علاقة مناصرة الذات بتقرير المصير لدى عينة من المعاقين سمعياً وبصرياً ، وبناء عليه لم تجد الباحثة على حد علمها قد تناولت هذا المتغير لدى المعاقين حركياً المراهقين كما لم تتوصل إلى برامج تستخدم أسلوب الحديث الذاتي الإيجابي لتحسينه لدى هذه الفئة التي تعتبر من الأهمية رعايتها وتصميم برامج إرشادية تساعدهم على التكيف. ومن خلال ما سبق تثير مشكلة الدراسة الأسئلة الآتية :

- ١- هل توجد فعالية للبرنامج الإرشادي القائم على أسلوب الحديث الذاتي في تحسين مناصرة الذات لدى أفراد المجموعة الإرشادية من المراهقين المعاقين حركياً؟
- ٢- هل تختلف فعالية البرنامج الإرشادي القائم على أسلوب الحديث الذاتي في تحسين مناصرة الذات لدى أفراد المجموعة الإرشادية باختلاف النوع (ذكور - إناث) ؟

٣- هل تستمر فعالية البرنامج الإرشادي القائم على أسلوب الحديث الذاتي في تحسين مناصرة الذات لدى أفراد المجموعة الإرشادية بعد فترة المتابعة (بعد مرور شهرين من إنتهاء تطبيق البرنامج الإرشادي) ؟

أهداف الدراسة :

- ١- التعرف على مدى فعالية البرنامج الإرشادي القائم على أسلوب الحديث الذاتي في تحسين مناصرة الذات لدى أفراد المجموعة الإرشادية من المراهقين المعاقين حركياً.
- ٢- التعرف على الإختلاف بين الجنسين في فعالية البرنامج الإرشادي القائم على أسلوب الحديث الذاتي في تحسين مناصرة الذات لدى أفراد المجموعة الإرشادية.
- ٣- التحقق من استمرارية فعالية البرنامج الإرشادي القائم على أسلوب الحديث الذاتي في تحسين مناصرة الذات لدى أفراد المجموعة الإرشادية بعد فترة المتابعة .

أهمية الدراسة :ترجع أهمية الدراسة الحالية إلى مايلي:

- ١- تعتبر مناصرة الذات واحدة من المفاهيم الداعمة لدى الفرد المعاق إذ أنها تساعده في الدفاع عن ذاته بشكل فعال، ومعرفة حقوقه وواجباته، وعرضها بثبات ووضوح للآخرين مما يُعزز ثقته في نفسه ويُدعم احترامه لذاته ويُعظم قدرته على تقرير مصيره ويجعله يعمل تجاه حل المشكلات التي قد تواجهه، ومن ثم يصبح فاعلاً وإيجابياً في اتخاذ قراراته وتحقيق نجاحات مستقبلاً.
- ٢- تسهم الدراسة الحالية في بناء وتصميم برنامج إرشادي لتحسين مناصرة الذات لدى المراهقين المعاقين حركياً، كما تسهم في تصميم أدوات للقياس النفسي لمناصرة الذات من خلال المقياس المصمم من قبل الباحثة في دراستها.
- ٣- تسهم الدراسة الحالية في تحسين مناصرة الذات لدى المراهقين المعاقين حركياً مما قد يسهم في تحسين قدرتهم على الدفاع عن حقوقهم المشروعة والسيطرة على كثير من

جوانب حياتهم يشكل مستقل وذلك من خلال إعداد برنامج إرشادي قائم على الحديث الذاتي الإيجابي في تحسين مناصرة الذات لديهم.

٤- إن ما قد تتوصل إليه الدراسة من نتائج قد تفيد المهتمين والعاملين في مجال التربية الخاصة في تفعيل البرنامج الإرشادي المصمم في الدراسة الحالية للاستخدام لتحسين مناصرة الذات لدى عدد أكبر من المراهقين المعاقين حركياً.

مصطلحات الدراسة :

- الإرشاد بأسلوب الحديث الذاتي الإيجابي A positive self-Talk style counseling

نوع من الإرشاد السلوكي المعرفي يقوم على وجهة نظر "ميكينبوم" Donald Meichenbaum في إعادة التنظيم المعرفي للفرد بهدف تدريبه لتعديل أنماط التحدث الذاتي لديه من أجل تغيير بعض السلوكيات المعبرة عن مشاعر السلبية والإنهزامية والدونية. ويقصد به إجرائياً في الدراسة الحالية بأنه شكل من أشكال الإرشاد النفسي قائم على وجهة نظر مؤسسه "ميكينبوم" يتم من خلاله تحسين مناصرة الذات للفرد المراهق المعاق حركياً وذلك من خلال إعداد وتطبيق مجموعة من الجلسات الإرشادية في ضوء مجموعة من الفنيات مثل : الوعي بالذات، تمثيل الأدوار ، التعزيز، الحوار الذاتي، إعادة صياغة مطالب المهمة، المحاضرة والمناقشة، الواجبات المنزلية، التغذية الراجعة،

بالإضافة إلى مجموعة من الأنشطة التي يتم الاستعانة بها لتحقيق الغرض الأساسي من البحث وهو تحسين مناصرة الذات لدى أفراد المجموعة الإرشادية.

• مناصرة الذات

رغبة المراهق المعاق حركياً في السيطرة على مجريات حياته وتطوير خطته المستقبلية الخاصة من خلال تركيزه على ما لديه من نقاط قوة تعزز من دوافعه الذاتية بحيث تساعده على المطالبة بحقوقه والدفاع عنها وتتحدد مناصرة الذات في هذه الدراسة بأبعاد ثلاثة هي: الوعي بالذات ، فاعلية الذات ، والتمكين النفسي.

وتقاس مناصرة الذات إجرائياً في الدراسة الحالية بالدرجة الكلية التي يحصل عليها الفرد على مقياس مناصرة الذات المستخدم والمُعد من قبل الباحثة.

• المراهقون المعاقون حركياً physically disabled adolescents

الأفراد المصابون بنقص أو تشوه أو عجز حركي مكتسب أو خلقي بالجسم أو عضو منه والذين تتراوح أعمارهم بين ١٥ و١٨ عام أي يمرون بمرحلة المراهقة.

الإطار النظري للدراسة :

المحور الأول: الإرشاد بأسلوب الحديث الذاتي الإيجابي

يعتبر الحديث الذاتي واحداً من المفاهيم المعاصرة التي ظهرت مؤخراً في مجالي الإرشاد النفسي والصحة النفسية، حيث إنه يعبر عما يتبادلته الفرد مع نفسه من أفكار وهو يعكس الدوافع الداخلية للفرد فيؤثر فيما يظهر لدى الفرد من مشاعر وسلوك؛ لذلك فهو عامل نفسي بالغ الأهمية في حياة الفرد عموماً .

وقد وُصف هذا المفهوم من قبل العلماء والباحثين بطرق متباينة فعلى سبيل المثال عرفه أيمن العريمي (٢٠٠٦) بأنه برمجة للعقل بإشارات إيجابية أو سلبية ترسخ بعمق في العقل الباطن للفرد الذي يخزنها ويكررها الفرد مع نفسه لاحقاً ، ونظراً لاستخدام المصطلح على نطاق واسع في مجال علم النفس الرياضي لثبوت آثاره الإيجابية على الأداء فقد عرفه قجالي نسيم (٢٠١٧) بأنه نوع من التخطيط العقلي اللفظي المباشر الذي يساعد على اكتساب وتعلم مهارات حركية مختلفة ، أما دانييل (Daniell,2019) فوصفه بأنه تجربة الاستمرار في محادثة داخلية مع النفس تكون إيجابية إذا كانت على شكل ثناء أو تشجيع للفرد على الرغم من المخاطر والتحديات التي تلاحقه، كما أشارت سارة (Sara,2019) إلى أنه ألقاظ يوجهها الناس لأنفسهم إما بشكل صريح أو خفي بطريقة ديناميكية تحتوي على عناصر تفسيرية تخدم غدد من الوظائف لديهم كإتخاذ قراراتهم أو حل مشكلاتهم.

وتشير جميع التعريفات السابقة أن الحديث الذاتي للفرد إما أن يكون سلبياً أو إيجابياً ، فحديث الذات السلبي يرتبط بالأشياء السيئة فيجعل تفكير الفرد وانفعالاته سلبيين مثل الغضب والاكتئاب أما حديث الذات الإيجابي فيرتبط بالأشياء الجيدة أو الحسنة فيكون تفكير الفرد وانفعالاته إيجابيين كالفرح والسرور والحب والسعادة (محمد محروس ، ١٩٩٦، ٤٢٩)، ونمط هذا الحديث التلقائي مع النفس يعكس تماماً أثره على سلوك ومشاعر الفرد .فكما للحديث الذاتي السلبي أضراراً فإن للحديث الذاتي الإيجابي فوائد عديدة على الصحة النفسية للفرد فهو يكسب الفرد قدرة على مواجهة الضغوط والأزمات النفسية التي يتعرض لها (كمال يوسف، ٢٠١١، ١٠٥). ولذلك فإن الحديث الذاتي السلبي يقود إلى ضعف الثقة بالنفس واستنزاف الطاقة العقلية والجسمية وعلى العكس فإن الحديث الذاتي الإيجابي يؤدي إلى تعبئة النفس بالأمل والتفاؤل ودفعها نحو الإنجاز والمثابرة من أجل النجاح.

ويعتبر الحديث الذاتي عموماً واحداً من أشكال التنظيم المعرفي الذي يهدف إلى توجيه تفكير الفرد وسلوكه ومشاعره .وهو جزء لا يتجزأ من تطور المهارات العقلية والعمليات المعرفية (Hardy, 2006). ويعد "دونالد ميكينبوم" Donald Meichenbaum أول من استخدم هذا الأسلوب لتخلص الفرد من مشكلة ما وذلك عن طريق تغيير طريقة التحدث مع الذات بالأسلوب السلبي واستبداله بالحديث مع الذات بطريقة إيجابية (عبدالمنعم الخطيب، ١٩٩٥، ٢٦٠) ؛ حيث يقوم هذا الأسلوب على فرضية مؤداها أن الأشياء التي يقولها الفرد لنفسه يمكنها أن تلعب دوراً بارزاً في تحديد السلوكيات التي يقوم بها (بطرس حافظ ، ٢٠٠٨، ١٨٠)، كما يرى أن الوظيفة الأساسية لحديث الفرد مع ذاته تعمل تماماً مثلما تعمل التعليمات الشخصية المتبادلة من الكبار لأطفالهم فيحفظونها بصورة تلقائية استدعائية ويستخدموها لضبط سلوكهم ، كما يرى أن ثمة وظيفة أخرى لتلك الأحاديث وهي التأثير في البنى المعرفية وتغييرها ومن ثم التأثير في السلوكيات. ويطلق ميكينبوم على العملية التي تستخدم الحديث الذاتي في تغيير البنى المعرفية اسم الدائرة الخيرة ، حيث قد ابتكر تلك الطريقة من خلال المزج بين نظرية التعلم الاجتماعي والمنهج السلوكي من خلال مسار تعديل السلوك يبدأ بالحوار الداخلي والبناء المعرفي وينتهي



بالسلوك الناتج، كما أنه يحدد ثلاث مراحل أساسية تعبر عن هذه الطريقة الإرشادية الفعالة في تعديل سلوكيات الأفراد وهي :

المرحلة الأولى: الملاحظة الذاتية Self-Observation

يرى ميكينوم أن المسترشد في هذه المرحلة وقبل أن يبدأ معه الإرشاد بطريقة الحديث الذاتي الإيجابي؛ تكون لديه حوار داخلي سلبي مع ذاته وأيضاً خيالات وأفكار سلبية (صبري بردان، ٢٠١١، ٢٩٣).

المرحلة الثانية: السلوكيات والأفكار غير المتكافئة Incompatible thoughts behaviors

تحدث في هذه المرحلة مراقبة ذاتية من قبل المسترشد تولد لديه حواراً داخلياً جديداً لا يتناسب مع حديثه السابق المسئول عن سلوكياته القديمة غير المتوافقة وهذا الحديث الجديد يؤثر في البنية المعرفية للمسترشد فيقوم بتنظيم خبراته وفقاً للمفهوم الجديد الذي اكتسبه عن طريق الإرشاد بأسلوب الحديث الذاتي الإيجابي فيكون أكثر تكيفاً (بطرس حافظ، ٢٠١٠، ١٨٣).

المرحلة الثالثة: المعرفة المترتبة على التغيير Knowledge of change

تتضمن هذه المرحلة بأداء المسترشد لمهام وأنشطة تكيفية جديدة على مدار حياته اليومية والتحدث مع ذاته حول هذه الأعمال وهذا من خلال الفنيات التي يستخدمها المرشد خلال جلسات البرنامج والتي من شأنها أن تحدث التغيير المطلوب لدى المسترشد (صبري بردان، ٢٠١١، ٢٩٤).

وهذا المراحل تعني أن عملية الإرشاد بإستخدام أسلوب الحديث الذاتي الإيجابي تبدأ بتحديد السلوك المراد تغييره سواء بالتعديل أو التحسين والأحاديث الذاتية السالبة للفرد ثم استبداله بحديث إيجابي جديد يؤدي لتكوين بناءات معرفية جديدة تؤدي للغرض المحدد للعملية الإرشادية.

وقد اختارت الباحثة هذا الأسلوب دون غيره من الأساليب الإرشادية لتحسين مناصرة الذات لدى عينة الدراسة للأسباب الآتية :

- أن ثمة قاسماً مشتركاً قد لوحظ بين كلا من مناصرة الذات والحديث الذاتي الإيجابي فالمستويات العليا من مناصرة الذات تعبر عن قدرة مرتفعة للفرد للتعبير عن ذاته وحقوقه ومطالبه ، وهذا يعني أن تمكن الفرد من ممارسة الحديث الذاتي الإيجابي قد يساهم في وصوله لمستويات عليا من مناصرة الذات.
- أن أسلوب الحديث الذاتي الإيجابي يعتمد على نظرية ميكنيوم وهي تعد من النظريات ذات الفلسفة الواضحة.
- يعتبر أسلوب الحديث الذاتي الإيجابي واحداً من الأساليب الإرشادية التي تعطي دوراً بارزاً للمرشد لتعديل أو تحسين سلوك المسترشد.
- ثبوت فعالية أسلوب الحديث الذاتي الإيجابي في علاج عدد من الاضطرابات والمشكلات النفسية مثل دراسة خنساء خلف (٢٠١٥) ،دراسة مروة عدنان (٢٠١٨) ،ودراسة ندى عبدالكريم (٢٠١٩).

المحور الثاني: مناصرة الذات

ظهر مصطلح مناصرة الذات مع مطلع ستينيات القرن العشرين عندما قدم مجموعة من الأفراد ذوي التأخر النمائي قائمة بمتطلباتهم لمؤتمر عقده منظمة الآباء السويدية حولهم، ورغم تكرار عقد هذا المؤتمر لخمس سنوات في عدة دول أوربية إلا أن حركة مناصرة الذات ظهرت كردة فعل لسيطرة المختصين على تلك المؤتمرات (ASAN , 2016) ومن ثم خطت مجموعة من المعنيين بولاية "أوريجون Oregon" الأمريكية لمؤتمر مماثل عام ١٩٧٤م يدار من قبل الأفراد ذوي التأخر النمائي أنفسهم ، وبناءً على ذلك توالى نشأة جماعات مناصرة الذات في السنوات العشرة التالية له في جميع الولايات الأمريكية وبعض الدول الأخرى وتتابع عقد مؤتمرات

مناصرة الذات منذ عام ١٩٨٤م (Schalock; et al , 2002)، وتسعى حركة المناصرة الذاتية إلى تقليل عزلة الأشخاص ذوي الاحتياجات الخاصة (Jcaldwell ,2010) وقد عرف ديرنج مناصرة الذات (Dearing,2004) بأنها القدرة على التفاوض بشكل فعال مع الذات وتأكيد الفرد على حقوقه الخاصة والتعبير عنها دون خوف من الآخرين ، أما سافيج وهارلي ونويك (Savage&Harley&Nowak,2005) فقد عرفوها بأنها إحكام مقدرة الفرد على التحدث لنفسه وللآخرين عن نفسه. كما عرفها كلا من لي وهالي (Lee&Haley,2007) بأنها زيادة شعور الفرد بالسلطة لتحقيق تغييرات في الحياة تتناسب مع احتياجاته. أما باتي (Patti,2010) فوصفها بأنها تشجيع رغبة الفرد لإحكام سيطرته على المواقف الخاصة به وتطوير خطته المستقبلية بنفسه وتعزيز الدوافع الذاتية لديه. أما سيان وكريستين (Sian&Christine,2017) فيشيران إلى أنها مهارات تكسب ذوي الإعاقة قدرة على المطالبة بحقوقهم بصفة فردية بحيث لا يحتاجون لدعم من الآخرين، ويتشابه ذلك التعريف كثيراً مع تعريف دلون وآخرون (Dalun et al,2019) حيث يصفون مناصرة الذات بالقوة التي تكسب صاحبها قدرات بارزة تعينه على المطالبة بالحقوق المشروعة والدفاع عنها. وانطلاقاً من التعريفات السابقة تبرز مدى أهمية اكتساب الفرد ولاسيما ممن هم من ذوي الاحتياجات الخاصة لمهارات مناصرة الذات؛ فهي تعبر عن سعي الفرد الدائم للسيطرة على حياته من خلال وعيه بذاته وتشخيصه لجوانب قوته وضعفه وتحديد متطلباته، والتعبير عنها للآخرين الذين يمكنهم دعمه أو تلبيتها له (Avant ,2013)، وبذلك فإن المستويات العليا لدى الفرد من مناصرة الذات تساعده في الدفاع عن ذاته وتدعيمها بشكل فعال، ومعرفة حقوقه وواجباته، وعرضها بثبات ووضوح للآخرين مما يُعزز ثقته في نفسه ، Ireland Inclusion (2011) ويُدعم احترامه لذاته ويُعظم قدرته على تقرير مصيره (Cohen ;Gosling, 2014) ويجعله يعمل تجاه حل المشكلات التي قد تواجهه ، ومن ثم يصبح فاعلاً وإيجابياً في اتخاذ قراراته (Garner& Sandow,2018) وتحقيق نجاحه المستقبلي .

ويستخدم مفهوم مناصرة الذات في مجالات عديدة لمساعدة الأفراد على تطوير مهاراتهم الأساسية وسلوكياتهم المختلفة ليتمكنوا من القدرة على التحدث عن أنفسهم بأنفسهم وعن احتياجاتهم وحقوقهم بل والدفاع عنها وعن أنفسهم (Harris,2009)، وهذا ما قد أكدته نتائج بعض الدراسات من وجود علاقة طردية موجبة بين كلا من مناصرة الذات والتمكين النفسي حيث يتمكن الأفراد بقوة من الدفاع عن حقوقهم من دون الإعتماد على آخرين(منال محمود ومنال عبدالنعم، ٢٠١٥ & Walker,2010&Barnett,2014).

ويرتبط مصطلح مناصرة الذات بشكل كبير بمصطلح تقرير المصير لدرجة أن النظريات التي وضعت لتفسير مناصرة الذات قد اشتقت من نظرية تقرير المصير Self-determination theory(SDT) حيث قد ركزت في البداية على توفير احتياجات الأفراد فحسب ثم ظهرت مناصرة الذات لتعكس أهمية تعزيز قدرات الفرد لخيار تقرير مصيره لمواجهة التحديات مما يدعم أهمية تعلم مهارات مناصرة الذات لتملكهم القدرة على التحكم في حياتهم والتخطيط لمستقبلهم بأنفسهم للوصول إلى تحقيق النجاح. حيث يؤكد ماليك (Malik,2011) على هذا حيث يصف الأفراد الذين يمتلكون القدرة على ممارسة مهارات تقرير المصير والحكم الذاتي والتوجه نحو أهدافهم بأنهم مناصرون لأنفسهم وبإمكانهم اختيار قرارات ناجحة لحياتهم، كما أن مصطلح مناصرة الذات تعبير يحظى بأهمية خاصة في حركة حقوق ذوي الاحتياجات الخاصة، فهو يشير إلى الأشخاص ذوي الإعاقات الذين يحكمون السيطرة على حياتهم الخاصة، بما في ذلك تحملهم مسؤولية نظام الرعاية الطبية الخاص بهم ، كما تختص حركة المناصرة الذاتية في الأساس بالأشخاص الذين يعانون من إعاقة ولكنهم يدافعون عن حقوقهم. ويعني ذلك أنه على الرغم من أن الشخص الذي يعاني من إعاقة قد يطلب الدعم من الآخرين، فإنه يحق له التحكم في موارده الخاصة وكيفية توجيهها فهي تدافع عن حقهم في اتخاذ قرارات حياتهم دون أي تأثير أو تحكم من قبل الآخرين (جمعة فاروق ، ٢٠١٧ ، ٤٧٧)

كما تعتمد مبادئ مناصرة الذات على مبادئ التقرير الذاتي للمصير وهي ما يلي (Christina)، 2008:

- ١- الحرية : وتعني قدرة الشخص ذوي الإعاقة أن يخطط لحياته وأن يختار الأصدقاء بحرية وكذلك ويحدد المساندة اللازمة لحياته.
- ٢- السلطة : وتعني قدرة الشخص في التحكم في موارده المالية .
- ٣- المساندة : التي يتلقاها من الهيئات الرسمية وغير الرسمية والتي تساعد الشخص ذو الإعاقة لينعم بالحياة في مجتمع غني بالروابط الاجتماعية والإسهامات الاجتماعية.
- ٤- المسؤولية : حيث يتقبل الفرد تحمل مسؤولية المشاركة المجتمعية بطرق ترتقي بحياة ذوي الإعاقات .
- ٥- حق التقرير الذاتي للمصير : و تعني الحصول على فرصة الوعي بالذات ،أهداف نسعى لتحقيقها ،ضبط الذات ، اتخاذ القرار .

وفيما يخص العوامل والمكونات التي تتضمنها مناصرة الذات فقد طور تست وآخرون (Test et al,2005) نموذجاً للعوامل المتضمنة في مناصرة الذات للأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة وهي معرفة الذات ومعرفة الحقوق والاتصال والقيادة. أما هاريس (Harris,2009) فقد تضمن نموذجه لمناصرة الذات خمس عناصر فرعية هي الاستقلال والتحكم والخبرة والمعرفة والدافع ، واعتمد جونز (Jones,2010) أيضاً نموذجاً يعتمد على أكثر من بُعد لمناصرة الذات هي تحديد الأهداف طويلة وقصيرة الأجل والبحث عن المعلومات والحقائق وفهم وتحليل الأهداف وبناء النجاحات ،وتشابهه معه إلى حد كبير نموذج دودن (Dowden,2010) الذي ارتكز على منهج القوة عند العمل بحث الأفراد على تحديد أهدافهم ثم تحديد العوائق التي تمنعهم من انجازها واكتساب مهارات التفاوض لتنفيذ خططهم المستقبلية.

وإذا ما اقتصرنا الحديث عن مناصرة الذات لدى المعاقين حركياً فسنجد أنهم من أكثر الفئات الذين يحتاجون لدعم مهارات مناصرة الذات ،لأنهم عرضة للكثير من المشكلات النفسية والتي تساهم في تدني الثقة بالنفس والدافعية والإنجاز والكثير من المشكلات التي تؤدي إلى الشعور بدونية هذه الفئة من المجتمع المحيط بها فيؤدي بهم إلى عدم قدرتهم على المطالبة بحقوقهم أو الدفاع عنها أو حتى عن أنفسهم في بعض المواقف والظروف، ويضاف إلى ذلك ما يعانونه

خلال مرحلة المراهقة حيث يشير جونز (Jones,2010) إلى أهمية دعم المراهقين بتعلم مهارات مناصرة الذات في هذه المرحلة الحرجة لأنهم يكونوا في هذه الفترة مطالبين بأن يكونوا أكثر قدرة على تحمل مسؤولية أنفسهم والاستقلال عن أسرهم نفسياً وأن يلبوا احتياجاتهم ويدافعوا عنها وأن يواجهوا تحديات المرحلة للمرور بها بسلام ومن هنا يبرز دور الإرشاد النفسي لمحاولة دعمهم بتلك المهارات التي تحسن من مستوى مناصرة الذات لديهم وهو مايسعى إليه البحث الحالي بشكل رئيسي.

الدراسات السابقة :

فيما يخص مناصرة الذات فقد أجريت دراسة منال محمود ومنال عبدالنعيم (٢٠١٥) التي هدفت إلى استكشاف العلاقة بين التمكين النفسي وكلا من مناصرة الذات وتصورات الطالبات للفصول الدراسية العادلة لدى طالبات الجامع وذلك على عينة بلغ عددها ١٨٤ طالبة من التربية جامعة حائل بالمملكة العربية السعودية وطبق عليهن مقياس التمكين النفسي (إعداد الباحثان) ومقياس مناصرة الذات (إعداد هاريس Harris ٢٠٠٩، تعريب الباحثين) ومقياس تصورات طلاب الجامعة للفصول الدراسية العادلة (إعداد بولسيل Paulsel ٢٠٠٥، تعريب الباحثين). وقد توصلت الدراسة إلى أن جميع معاملات ارتباط بيرسون بين متغير التمكين النفسي وأبعاده وكل من مناصرة الذات وتصورات الطالبات للفصول الدراسية العادلة كانت معاملات ارتباطية موجبة، كما تتبأت كل من العدالة التفاعلية ومناصرة الذات بالتمكين النفسي، كما تبين من الدراسة أن مناصرة الذات أقوى متغير ينبئ بالتمكين النفسي . ودراسة جمعة فاروق (٢٠١٧) التي هدفت إلى تعرف العلاقة بين مناصرة الذات وتقرير المصير لدى عينة من المعاقين سمعياً وبصرياً بلغ عددهم ١٣٦ (٧١ من الصم ، ٦٥ من المكفوفين) حيث قد طبق عليهم مقياس مناصرة الذات (إعداد هاريس Harris ٢٠٠٩، تعريب الباحث) ،مقياس تقرير المصير (إعداد أماني عزت نعمان ومحمد أكرم حمدان ،٢٠١٦) وقد توصلت الدراسة إلى نتائج أهمها ارتباط مناصرة الذات إيجابياً بتقرير المصير. ودراسة دلن وآخرون (Dalun et al ٢٠١٩) وهي دراسة طولية استمرت ست سنوات هدفت إلى الكشف عن أثر التدريب على مناصرة الذات لعينة من الطلاب

البالغين من ذوي الإعاقات المنخفضة بولاية تكساس الأمريكية وذلك على عينة بلغ عددها ٥١ مفحوص (٢١ ذكور، ٣٠ من الإناث) وقد طبقت عليهم استمارة بيانات أولية (إعداد الباحثون) ومقياس مناصرة الذات (إعداد الباحثون) وقد توصلت الدراسة لوجود تأثير قوي لتدريب العينة على مارسة مهارات مناصرة الذات فيما يخص التخطيط المستقبلي لعمليات توظيفهم .

أما فيما يخص الإرشاد بأسلوب الحديث الذاتي الإيجابي فقد أجريت دراسة مروءة عدنان (٢٠١٨) على عينة من طالبات الإعدادي تمرىض بهدف الكشف عن أثر أسلوبين ارشاديين هما التحدث مع الذات وتغيير القواعد قي تنمية التشاؤم الدفاعي لديهن وذلك على عينة بلغ عددها ٣٠ وقد قامت الباحثة في دراستها ببناء وتصميم البرنامج الإرشادي ومقياس التشاؤم الدفاعي ،وقد كشفت نتائج الدراسة عن أن الأسلوبين المستخدمين كانا لهما أثراً واضحاً في تنمية التشاؤم الدفاعي لدى الطالبات من عينة الدراسة. ودراسة ندى عبدالكريم (٢٠١٩) التي هدفت إلى التعرف على فاعلية برنامج ارشادي بأسلوب الحديث الذاتي في تنمية الصمود النفسي لدى عينة من طالبات المرحلة المتوسطة في مركز بعقوبة بالعراق بحيث بلغ عدد أفراد المجموعة الإرشادية ٢٠ طالبة وقد قامت الباحثة بتصميم كلا من البرنامج الإرشادي ومقياس الصمود النفسي لتحقيق أهداف الدراسة .وقد توصلت النتائج إلى أن البرنامج الإرشادي القائم على أسلوب الحديث الذاتي له فاعلية في تنمية الصمود النفسي لدى أفراد المجموع الإرشادية . ودراسة دانييل Daniell (٢٠١٩) التي هدفت إلى تحديد أثر الحديث الذاتي الموجه على تفكير وسلوك ذوي صعوبات التعلم الذين لديهم مشكلات تشتت في الانتباه بشكل متزايد .وقد أجريت الدراسة بمنطقة مدرسية بجنوب غرب الولايات المتحدة الأمريكية تضم منطقة مدرسية تشمل ١٢٧٩ طالب وطالبة بالمدارس المتوسطة ممن تتراوح أعمارهم بين ١٢-١٤ عام واستخدمت لأغراض الدراسة استمارة جمع بيانات وبطارية لتقدير السلوك إضافة إلى الخطة الإرشادية التي تقوم على طريقة الحديث الذاتي الإيجابي وكلها من إعداد وتصميم الباحث وقد كشفت النتائج عن فاعلية الطريقة المستخدمة في تحسين سلوك الطلاب وتحسن طرق تفكيرهم مما أدى لظهور أثر قوى على إنجازهم التعليمي وسلوكياتهم المشتتة .

تعقيب على الدراسات السابقة:

(١) على الرغم من تناول متغيري البحث في عدد من البحوث العربية والأجنبية إلا أنه في حدود علم الباحثة لا توجد دراسة واحدة تجمع بينهما، وهذا يعزز من أهمية البحث الحالي.

(٢) كثير من الدراسات التي تناولت الإرشاد بأسلوب الحديث الذاتي الإيجابي قد أكدت نتائجها فاعليته في تنمية العديد من المتغيرات وتحسين عدد من الوظائف النفسية لدى الأفراد مما يؤكد أنه يحتمل بنسبة كبيرة فاعليته في تنمية مناصرة الذات.

(٣) استقادت الباحثة من الدراسات العربية والأجنبية لمتغيري الدراسة في الإمام بخلفية نظرية حولهما والإطلاع على المقاييس التي استخدمت لقياس مناصرة الذات والأبعاد التي تتضمنها وكذلك فهم الأسلوب الإرشادي التي يسير وفقاً لها الحديث الذاتي الإيجابي وانتقاء ما يتناسب من فنيات مع عينة الدراسة وتحقيق الهدف من البحث.

فروض الدراسة :

تحاول الدراسة الحالية التحقق من الفروض التالية :-

- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة الإرشادية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس مناصرة الذات لصالح القياس البعدي.
- لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات كل من الذكور والإناث من أفراد المجموعة الإرشادية على مقياس مناصرة الذات في القياس البعدي .
- لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة الإرشادية في القياسين البعدي (بعد التطبيق مباشرة) والتتبعي (بعد فترة متابعة شهرين) على مقياس مناصرة الذات.

منهج الدراسة وإجراءاتها:

أولاً : التصميم البحثي للدراسة :

اتبعت الباحثة في دراستها المنهج شبه التجريبي حيث قامت ببناء برنامج إرشادي قائم على الحديث الذاتي الإيجابي لتحسين مناصرة الذات لدى المراهقين المعاقين حركياً ثم قامت بتطبيقه على عدد منهم.

ثانياً : مجتمع الدراسة :

يشكل مجتمع الدراسة الحالي جزء لا يتجزأ من المجتمع المحلي بمحافظة المنيا ويتمثل في الدراسة الحالية بفئة المعاقين حركياً من المراهقين بالمحافظة.

ثالثاً : عينة الدراسة :

أ- عينة التقنين: تكونت من (٧٩) من المعاقين حركياً المراهقين من الجنسين (٣٩ ذكر ، ٤٠ أنثى) ، تم اختيارهم من خلال مركز التكوين المهني بحي جنوب مدينة المنيا حيث يخصص لهذه الفئة على مستوى المحافظة نادي لهم من خلال هذا المركز، وقد تراوحت أعمارهم ما بين (١٥ - ١٨) سنة بمتوسط عمري مقداره (٧٦, ١٦) عام وإنحراف معياري مقداره (١,٠٣٦) وذلك للتأكد من الخصائص السيكومترية لأداة البحث الراهن.

ب- عينة الدراسة الأساسية: تم تطبيق مقياس مناصرة الذات على عينة قوامها (٥٨) تراوحت أعمارهم ما بين (١٥ - ١٨) عاماً بمتوسط عمري قدره (٦٠, ١٦) سنة وإنحراف معياري قدره (٠,٩٠٨) ، وقد تم إنتقاء أفراد المجموعة الإرشادية من بين أفراد العينة الأساسية ككل ؛فقد تكونت من (١٢) فرد روعي أن تكون درجاتهم أدنى الدرجات في الإرباعي الأدنى من الدرجة الكلية لمقياس مناصرة الذات لتمثل درجاتهم مستوى منخفض من مناصرة الذات ومن ثم تحتاج لتدخل بغية تحسينها .

أدوات الدراسة :

مقياس مناصرة الذات (إعداد الباحثة):

قامت الباحثة بإعداد المقياس بهدف تقدير درجة مناصرة الذات لدى أفراد عينة الدراسة، وقد مر إعدادها بخطوات هي:

-الاطلاع على الأدبيات والأطر النظرية التي تناولت مناصرة الذات ، وأيضاً المقاييس التي تم إعدادها من قبل باحثين سابقين مثل دراسة كل من هاريس Harris ٢٠٠٩ ، دودن Dowden ٢٠١٠ ، منال محمود ومنال عبدالنعميم ٢٠١٥ ، جمعة فاروق ٢٠١٧ ، جارنر وساندو Garner & Sandow ٢٠١٨ وذلك من أجل الإستفادة من تلك الدراسات في صياغة مفردات المقياس وإختيار أبعاد تتوافق مع عينة البحث.

-صاغت الباحثة عدداً من المفردات بلغ عددها (٣٨) مفردة تم عرضها على ثلاث متخصصين في اللغة عربية للتأكد من سلامة صياغتها ثم عرضت على خمس محكمون من أساتذة متخصصون في الصحة النفسية وعلم النفس بجامعة مصرية وعربية* وبناء على تحكيم سيادتهم فقد تم الإبقاء على المفردات التي حصلت على نسبة إتفاق ١٠٠٪ وتعديل صياغة لبعض المفردات ، كما تم حذف عدد من العبارات اتفق المحكمون بنسبة ١٠٠٪ على عدم ملائمتها للمقياس .

*أسماء السادة المحكمين :

أ.د/ أنور رياض عبدالرحيم-أستاذ علم النفس التربوي المتفرغ بكلية التربية-جامعة المنيا

أ.د/ إيناس محمد عليما-أستاذ دراسات الطفولة والتربية الخاصة بكلية الملكة رانيا-الجامعة الأردنية

أ.د/عفاف محمد أحمد-أستاذ علم النفس التربوي بكلية التربية-جامعة أسيوط

أ.د/ فضل إبراهيم عبدالصمد-أستاذ الصحة النفسية المتفرغ بكلية التربية-جامعة المنيا

أ.د/ مشيرة عبدالحميد اليوسفي-أستاذ الصحة النفسية المتفرغ بكلية التربية-جامعة المنيا

وبذلك أصبح المقياس مكوناً من (٢٨) مفردة بعد التحكيم ، كما تم وضع خمس بدائل للاستجابة على كل مفردة من المفردات كالتالي : دائماً (٥) ، غالباً (٤) ، أحياناً (٣) ، نادراً (٢) ، أبداً (١).

-طبق المقياس بصورته الأولية عل عينة بلغ عددها (٤٩) من المراهقين المعاقين حركياً وقد تم تصحيحه طبقاً لتقدير الدرجات السابق ذكره.

صدق المقياس : اعتمدت الباحثة على ماييلي لحساب صدق المقياس:

الصدق العاملي:

٢-الصدق العاملي الاستكشافي :تم إجراء التحليل العاملي الاستكشافي بطريقة التدوير المتعامد Varimax Rotation لمفردات المقياس كما تم وضع محكات للتحليل العاملي الاستكشافي لمقياس مناصرة الذات في الدراسة الحالية وهي استخراج العوامل بطريقة المكونات الأساسية Principal Component واعتبر محك جيلفورد للتشعب (٠,٣٠) فأكثر لضمان نقاء تشعب المفردات على عواملها والإبقاء على العامل الذي تتشعب عليه ثلاث مفردات فأكثر .وقد أسفرت النتائج عن تشعب المفردات على ثلاثة عوامل يفسرون نسبة ٣٠,٥٨ % من التباين الكلي للعينة الكلية حيث كانت نسب التباين المفسر لكل عامل هي : (٠,٠٨ ,٢٥)، (٠,٧٦ ,١٦)، (٠,٤٦ ,١٦).وبلغت الجذور الكامنة للعوامل الثلاثة على التوالي : (٠,٠٣ ,٨)، (٠,٣٧ ,٥)، (٠,٢٧ ,٥) .ويوضح جدول (١) نتائج تشعبات مفردات المقياس على العوامل المستخرجة.

جدول (١) تشعبات مفردات مناصرة الذات على العوامل ونسب شيوعها (ن=٧٩)

العامل الأول			العامل الثاني			العامل الثالث		
م	التشعبات	نسب الشيوع	م	التشعبات	نسب الشيوع	م	التشعبات	نسب الشيوع
١	٠,٤٨	٠,٤٢	٩	٠,٦٨	٠,٣٧	٤	٠,٦٢	٠,٥٦
٣	٠,٦٨	٠,٤٩	١٠	٠,٨١	٠,٧٣	٦	٠,٤٧	٠,٤١
٧	٠,٤٧	٠,٣٠	١٣	٠,٦١	٠,٦٠	١٥	٠,٧٦	٠,٥٧
٨	٠,٦٤	٠,٥٣	١٤	٠,٤٧	٠,٣٨	١٦	٠,٧٠	٠,٦٧
١٢	٠,٤٧	٠,٣٥	١٩	٠,٧٧	٠,٦١	٢١	٠,٧٨	٠,٥٤
١٧	٠,٦٨	٠,٥٢	١٨	٠,٦٩	٠,٥٨	٢٣	٠,٧٨	٠,٦٢

٠,٣٨	٠,٦٨	٢٦	٠,٣٦	٠,٤٨	٢٥	٠,٥٨	٠,٧٤	٢٢
------	------	----	------	------	----	------	------	----

يشير جدول (١) إلى أن مفردات المقياس قد تشبعت على ثلاث عوامل؛ حيث تشبع على العامل الأول والذي اقترحت الباحثة تسميته بـ (الوعي بالذات) (٧) مفردات، وعلى العامل الثاني (٧) مفردات والذي اقترحت الباحثة تسميته بـ (فاعلية الذات)، وعلى العامل الثالث (٧) مفردات والذي اقترحت الباحثة تسميته بـ (التمكين النفسي). كما يلاحظ من الجدول أن المفردات (٢، ٥، ١١، ٢٠، ٢٤، ٢٧، ٢٨) لم تشبع على أي من العوامل الثلاثة حيث كان تشبعها أقل من (٠,٣٠). وبذلك تصبح الصورة النهائية للمقياس مكونة من (٢١) مفردة.

ثبات المقياس:

للتحقق من ثبات المقياس قامت الباحثة من استخدام طريقة معادلة ألفا كرونباخ للمقياس وأبعاده في الصورة النهائية (٢١ مفردة). ويوضح جدول (٢) قيم الثبات.

جدول (٢) معاملات ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية للدرجة الكلية لمقياس مناصرة الذات وأبعاده (ن = ٧٩)

K	الوعي بالذات	فاعلية الذات	التمكين النفسي	الدرجة الكلية
معامل ألفا كرونباخ	٠,٩١	٠,٩٤	٠,٩٥	٠,٩٣

ويشير جدول (٢) أن قيم معامل ألفا للمقياس وأبعاده .

ومن خلال التأكد من توافر الشروط السيكومترية لمقياس مناصرة الذات وأبعاده من صدق وثبات يتضح أن المقياس يتمتع بقدر عالي من الصدق والثبات وهو ما يجعله صالحاً للإستخدام في الدراسة الحالية.

طريقة تصحيح مقياس مناصرة الذات في الدراسة الحالية:

وضعت الباحثة تعليمات بسيطة للمقياس تتضمن أن يجيب المفحوص على عدد (٢١) مفردة تبعاً لخمس استجابات متدرجة الأوزان هي

دائماً (٥ درجات)، غالباً (٤ درجات)، أحياناً (٣ درجات)، نادراً (درجتان)، أبداً (درجة). وتبلغ الدرجة الصغرى



للمقياس ٢١ درجة وهي تعبر عن مستوى متدني من مناصرة الذات ،أما الدرجة الكبرى فتبلغ ١٠٥ درجة وهي تعبر عن أقصى مستوى لمناصرة الذات تبعاً للمقياس
برنامج إرشادي قائم على أسلوب الحديث الذاتي (إعداد الباحثة):
مر إعداد البرنامج الإرشادي بخطوات هي:

• تحديد الهدف من إعداد البرنامج الإرشادي:

- الهدف العام : يهدف البرنامج الإرشادي بالدراسة الحالية إلى تحسين مناصرة الذات لدى أفراد المجموعة الإرشادية من المراهقين المعاقين حركياً باستخدام البرنامج الإرشادي القائم على أسلوب الحديث الذاتي الإيجابي.
- الأهداف الفرعية: حيث تتفرع من الهدف العام للبرنامج ليتم تحقيقها من خلال تنفيذ جلسات البرنامج وتتمثل تلك الأهداف فيما يلي :
 - ١- تعرف أفراد المجموعى الإرشادية مفهوم مناصرة الذات.
 - ٢- تعرف أفراد المجموعة الإرشادية أبعاد مناصرة الذات ومفهوم كل بُعد من هذه الأبعاد.
 - ٣- تعرف أفراد المجموعة الإرشادية الإرشاد بأسلوب الحديث الذاتي الإيجابي وبعض الجوانب المرتبطة به.
 - ٤- تعرف أفراد المجموعة الإرشادية بعض فنيات الإرشاد بأسلوب الحديث الذاتي الإيجابي لمساعدتهم في تحسين مناصرة الذات لديهم.
 - ٥- تدريب أفراد المجموعة الإرشادية على تعلم عدد من المهارات التي تسهم في تحسين مناصرة الذات لديهم من خلال تحقيق الغرض من كل جلسة
 - ٦- تكليف أفراد المجموعة الإرشادية بالواجبات المنزلية خلال الجلسات الإرشادية

٧- الاهتمام بالتغذية الراجعة للمسترشدين لضمان ممارسة المهارات المكتسبة في مواقف جديدة

- بناء البرنامج الإرشادي القائم على أسلوب الحديث الذاتي الإيجابي:

إعداد البرنامج قامت الباحثة بالاطلاع على المفاهيم والنظريات المختلفة التي تتعلق بمتغيري الدراسة (مناصرة الذات ، الإرشاد بأسلوب الحديث الذاتي الإيجابي) ، والأطر النظرية والدراسات السابقة والكتابات وأيضاً البرامج التي قد صممت من قبل بناءً على أسلوب الحديث الذاتي الإيجابي وكذلك البرامج التي استخدمت لتحسين مناصرة الذات .

- أسس بناء البرنامج الإرشادي القائم على أسلوب الحديث الذاتي:

يقوم البرنامج اعتماداً على مجموعة من الأسس هي:

أسس عامة :وهي مرونة السلوك الإنساني وقابليته للتعديل والتحسين إضافة لإستعداد الفرد للتوجيه والإرشاد النفسي

أسس فلسفية :وتشمل مراعاة الطبيعة الإنسانية وأخلاقيات العملية الإرشادية

أسس اجتماعية :وتعني توظيف مؤسسات المجتمع في دعم العملية الإرشادية وذلك انطلاقاً من الاهتمام بفرضية أن الفرد عضو في جماعة

أسس نفسية تربوية :ويقصد بها مراعاة الفروق بين الجنسين والفروق الفردية بين المسترشدين

- الفنيات المستخدمة في البرنامج الإرشادي :



الغيات المستخدمة	الهدف من استخدامها
المحاضرة والمناقشة	تزويد أفراد المجموعة الإرشادية بالمعارف والمعلومات الخاصة بمناصرة الذات وأهميتها للمراهقين ذوي الإعاقات
الوعي بالذات	تزويد أفراد المجموعة الإرشادية بمهارات تنمي وعيهم الذاتي الإيجابي لتنمية أبعاد مناصرة الذات لديهم وكالسلي
الحوار الذاتي	تدريب أفراد المجموعة الإرشادية على الاستماع لما يدور بأذهانهم من ألفاظ وأفكار ومشاعر لتقييمهم لذواتهم لإتخاذهم قرارات لتعديلها والتفكير في بدائل أكثر إيجابية
إعادة صياغة مطالب	تدريب المسترشدين على ترديد مطالب المهام الخاصة بهم بشكل إيجابي بدلاً من الأسلوب السلبي عن طريق الذاتي الإيجابي
تمثيل الأدوار	تطبيق ما اكتسبه المسترشدون من مهارات من خلال مواقف تمثيلية تعكس تحسن مناصرة الذات لديهم
التعزيز	تدريب المسترشدين على إثابة أنفسهم على السلوكيات السوية التي تحقق أبعاد مناصرة الذات بكلمات طيبة يكررون هذه السلوكيات ويستمرون على أدائها
الواجبات المنزلية	ممارسة ما اكتسبه المسترشدون من مهارات خلال الجلسات لتأكيد ما يتعلمونها من الخبرة من البيئة الإرشادية التنبئية الواقعية لهم
التغذية الراجعة	تفيد المسترشدين في تجربة سلوكيات جديدة بناء على افتراضات جديدة فيثبت المهارات المكتسبة التي لديهم

يلخص جدول (٣) التالي الغيات المستخدمة في البرنامج والهدف من استخدام كل منها

• المدة الزمنية لتطبيق البرنامج:

استغرق تطبيق البرنامج ٣٢ جلسة إرشادية بواقع جلستان أسبوعياً بهدف تحسين مستوى مناصرة الذات لدى عينة الدراسة منهم ٢٩ جلسة إرشادية وجلسة تعارف تمهيدية للقياس القبلي وجلسة ختامية تتضمن التطبيق البعدي وجلسة المتابعة بعد مرور شهرين من تطبيق البرنامج.

الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

استخدمت الباحثة أساليباً إحصائية ملائمة للتحقق من صحة فروض بحثها وهي: معاملات الارتباط ، اختبار ويلكوكسون Wilcoxon's Test ، اختبار مان وتني Mann-Whitney's Test.

نتائج البحث ومناقشتها : الفرض الأول ونتائجه :

ينص الفرض على أنه " توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة الإرشادية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس مناصرة الذات لصالح القياس البعدي " .

وللتحقق من صحة الفرض إحصائياً تم استخدام اختبار ويلكوكسون للكشف عن دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي ، وجدول (٤) يوضح ذلك

جدول (٤) نتائج اختبار ويلكوكسون لدلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة الإرشادية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس مناصرة الذات

الأبعاد	نوع القياس	المجموعة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة
الوعي بالذات	قبلي	السالبة	٠	٠	٠	٣,٠٦٠	٠,٠١
	بعدي	الموجبة	١٢	٦,٥٠	٧٨,٠٠		
		المتساوية	٠	٠	٠		
		المجموع	١٢				
فعالية الذات	قبلي	السالبة	٠	٠	٠	٣,٠٦٨	٠,٠١
	بعدي	الموجبة	١٢	٦,٥٠	٧٨,٠٠		
		المتساوية	٠	٠	٠		
		المجموع	١٢				
التمكين النفسي	قبلي	السالبة	٠	٠	٠	٣,٠٧٣	٠,٠١
	بعدي	الموجبة	١٢	٦,٥٠	٧٨,٠٠		
		المتساوية	٠	٠	٠		
		المجموع	١٢				

				١٢	المجموع		
			٠	٠	السالبة	قبلي	الدرجة
٠,٠١	٣,٠٧٤	٧٨,٠٠	٦,٥٠	١٢	الموجبة	بعدي	الكلية لمنصرة الذات
		٠	٠	٠	المتساوية		
				١٢	المجموع		

يتضح من الجدول (٤) أن قيم Z المحسوبة للدرجة الكلية لمقياس مناصرة الذات وأبعاده أكبر من القيمة الحدية (٢,٥٨)، مما يعني وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) بين درجات أفراد المجموعة الإرشادية على القياسين القبلي والبعدي في إتجاه القياس البعدي مما يشير إلى تحسن درجات أفراد المجموعة الإرشادية بعد تعرضهم لجلسات البرنامج.

وللتحقق من الدلالة العملية للنتائج السابقة فقد تم حساب حجم تأثير Effect Size البرنامج الإرشادي القائم على أسلوب الحديث الذاتي (المتغير المستقل) على مناصرة الذات (المتغير التابع) باستخدام معادلة قوة العلاقة بين المتغيرين باستخدام معامل الارتباط الثنائي لرتب الأزواج المرتبطة طبقاً للمعادلة الآتية (عبدالمنعم أحمد، ٢٠٠٦، ١٥٤):

$$1 - \frac{4T1}{n(n-1)} = (T \text{ ق})$$

حيث (T ق) هي قيمة قوة العلاقة ، T1 هي مجموع الرتب ذات الإشارة الموجبة ، أما n فهي عدد أزواج الدرجات.

وتبعاً لـ عزت عبد الحميد (٢٠١٠، ٢٨٣) فإن قوة العلاقة تفسر كالآتي:

- إذا كانت (T ق) > ٠,٤ فتدل على علاقة ضعيفة وحجم تأثير ضعيف

- إذا كانت (T ق) ≥ ٠,٤ فتدل على علاقة متوسطة وحجم تأثير متوسط

- إذا كانت (T ق) ≥ ٠,٧ فتدل على علاقة قوية وحجم تأثير قوي

-إذا كانت (ق T) $\leq 0,9$ فتدل على علاقة قوية جداً وحجم تأثير قوي جداً.

جدول (٥) قيم حجم تأثير البرنامج الإرشادي على مناصرة الذات

الأبعاد	ن	قيمة T	قيمة قوة العلاقة (ق T)	نوع التأثير
الوعي بالذات	١٢	٧٨	١,٣٦	قوي جداً
فاعلية الذات		٧٨	١,٣٦	قوي جداً
التمكين النفسي		٧٨	١,٣٦	قوي جداً
الدرجة الكلية للأبعاد		٧٨	١,٣٦	قوي جداً

يُلاحظ على قيم حجم التأثير بالجدول السابق أنها أكبر من (٠,٩) على الدرجة الكلية لمناصرة الذات وكذلك أبعادها؛ مما يشير إلى أن حجم التأثير كبير جداً وشديد القوة. ويتسق هذا مع ما سبق الإشارة له بالإطار النظري والدراسات السابقة التي أثبتت أهمية وفعالية الإرشاد القائم على الحديث الذاتي الإيجابي.

وتفسر الباحثة هذه النتيجة بأن تحسن مستوى مناصرة الذات لدى أفراد المجموعة الإرشادية بعد تطبيق البرنامج الإرشادي يشير إلى نجاحه في زيادة وعي المسترشدين وتحفيزهم ليكونوا أكثر فاعلية بأنفسهم وليس اعتماداً على آخرين من خلال الفنيات والأنشطة التي قدمت لهم بالجلسات قد جعلتهم يعدلون من طريقة تفكيرهم السلبية ومن ثم حديثهم الذاتي السلبي مع أنفسهم بما يجعل لديهم المقومات التي تمكنهم نفسياً من مناصرة ذواتهم بشكل أفضل من ذي قبل من خلال تعلم مهارات التحدث مع الذات بطريقة إيجابية حيث احتوى البرنامج على جلسات خاصة تمكن أفراد المجموعة الإرشادية من التمكن من ممارسة هذا الأسلوب بالحديث مع الذات إيجابياً

ومن ثم التخلص من الطريقة السلبية التي كانوا يخاطبون بها ذواتهم وبالتالي زاد وعيهم بذاتهم بطريقة واقعية .

كما أن ماجعل للبرنامج أثراً فعالاً بعد تطبيقه هو تزويد أفراد المجموعة الإرشادية بمعلومات حول مناصرة الذات وتوضيح أهميتها بالنسبة لهم نظراً لما تلعبه من دور بالغ في حصولهم على حقوقهم المشروعة.

كما ترجع هذه النتيجة إلى أن البرنامج الإرشادي الحالي قد ساعد على تحسن وعي أفراد المجموعة الإرشادية بذواتهم وهو أحد أبعاد مناصرة الذات بل والخطوة الأولى التي تيسر تحسينها نظراً لقيمة وعي الفرد بذاته في إكتساب ثقته بذاته واكتشاف ذاته بشكل صحيح ،وذلك من خلال تقوية وعيهم بما لديهم من قدرات وإمكانات تعينهم على مواجهة ما قد يواجههم من تحديات سواء التحديات التي يمرون بها خلال فترة مراهقتهم أو تلك التي يواجهونها بسبب إعاقتهم الحركية ، كما أن ما أشارت إليه النتائج من وجود فروق في اتجاه القياس البعدي بالنسبة لبعدي مناصرة الذات الآخرين وهما فعالية الذات والتمكين النفسي قد جعل أفراد المجموعة الإرشادية قادرين على توظيف وعيهم الذاتي بشكل صحيح في المواقف التي يواجهونها وذلك من خلال الأنشطة والفنيات التي قد مارسوها فعلياً بالجلسات ومن خلال الواجبات المنزلية التي كلفتهم بها الباحثة مثل التعزيز ،إعادة صياغة مطالب المهمة ،تمثيل الأدوار، و الوعي بالذات وغيرها من الفنيات التي قد عززت لديهم تلك الأبعاد فتحسنت لديهم بالتالي مناصرة الذات.

الفرض الثاني ونتائجه :

ينص الفرض على أنه " لا توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطى رتب درجات كل من الذكور الإناث من أفراد المجموعة الإرشادية على مقياس مناصرة الذات في القياس البعدي " .

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار مان - ويتتي لحساب دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات الذكور والإناث في القياس البعدي على أبعاد مقياس مناصرة الذات والدرجة الكلية للمقياس والجدول الآتي يوضح ذلك

جدول (٦) قيمة (U) ودلالاتها للفروق بين متوسطي رتب درجات الذكور والإناث من أفراد المجموعة الإرشادية في القياس البعدي على مقياس مناصرة الذات وأبعاده

الأبعاد	المجموعة	ن	متوسط الرتب	مجموع الرتب	U	W	Z	الدلالة الإحصائية
الوعي بالذات	الذكور	٦	٥,٢٥	٣١,٥	٨,٥٠	٥٠,٢٣	٠,٨٤١	غير دال
	الإناث	٦	٣,٩١	٢٣,٥				
فاعلية الذات	الذكور	٦	٤,٩٢	٢٩,٥	٥٠,١٠	٥٠,٢٥	٠,٤٢٠	غير دال
	الإناث	٦	٤,٢٥	٢٥,٥				
التمكين النفسي	الذكور	٦	٤,٣٣	٢٦,٠	٥٠,١١	٥٠,٢٦	٠,٣١٦	غير دال
	الإناث	٦	٤,٨٣	٢٩,٠				
المقياس ككل	الذكور	٦	٥,٠٨	٣٠,٥	٩,٥٠	٥٠,٢٤	٠,٦٢٩	غير دال
	الإناث	٦	٤,٠٨	٢٤,٥				

يتضح من الجدول (٦) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات الإناث والذكور من أفراد المجموعة الإرشادية في القياس البعدي على أبعاد مناصرة الذات والدرجة

الكلية للمقياس مما يشير إلى عدم اختلاف فعالية البرنامج الإرشادي المصمم باختلاف النوع وهو ما يثبت صحة الفرض الثاني. وترجع الباحثة ذلك إلى أن جلسات البرنامج الإرشادي قد قدمت بصورة متكافئة لكلا من الذكور والإناث بالمجموعة الإرشادية فكلاهما قد خضع لنفس الأنشطة وكلاهما قد كلف بذات الواجبات المنزلية دون اختلاف، كما حرصت الباحثة أن يكون تعاملها وتكوين علاقة إرشادية على نفس المسافة لكلا من الذكور والإناث. كما أن الباحثة قد لاحظت أن شكل معاناة الجنسين من تدني مستوى مناصرة الذات لدى الجنسين قبل تطبيق البرنامج لا يختلف لدى الجنسين بالمجموعة الإرشادية؛ هذا إضافة إلى ما حرصت عليه الباحثة عند انتقاء المجموعة الإرشادية من مرحلة عمرية متقاربة ومستويات اجتماعية واقتصادية وثقافية متشابهة مما قد ساعد على عدم وجود فروق بين الجنسين في تأثير البرنامج الإرشادي عليهما.

الفرض الثالث ونتائجه :

ينص الفرض على أنه " لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة الإرشادية في القياسين البعدي (بعد التطبيق مباشرة) والتتبعي (بعد فترة متابعة شهرين) على مقياس مناصرة الذات ".

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار ويلكوكسون لحساب دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة الإرشادية في القياسين البعدي والتتبعي على أبعاد مقياس مناصرة الذات والدرجة الكلية للمقياس وجدول (٧) يوضح ذلك

جدول (٧) نتائج اختبار ويلكوكسون لدلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة الإرشادية في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس مناصرة الذات

الأبعاد	نوع القياس	توزيع الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	Z	الدلالة الإحصائية
---------	------------	-------------	-------	-------------	-------------	---	-------------------

غير دالة	١,٢٨٣	٦,٥٠	٢,١٧	٣	السالبة	بعدي	الوعي بالذات
		٢١,٥٠	٥,٣٨	٤	الموجبة	تتبعي	
				٥	المتساوية		
				١٢	المجموع		
غير دالة	١,١٩٠	٥,٠٠	٢,٥٠	٢	السالبة	بعدي	فاعلية الذات
		١٦,٠٠	٤,٠٠	٤	الموجبة	تتبعي	
				٦	المتساوية		
				١٢	المجموع		
غير دالة	١,٢٢٥	٣,٠٠	١,٥٠	٢	السالبة	بعدي	التمكين النفسي
		١٢,٠٠	٤,٠٠	٣	الموجبة	تتبعي	
				٧	المتساوية		
				١٢	المجموع		
غير دالة	١,٠٩٠	١,٠٠	١,٠٠	١	السالبة		المقياس ككل
		٥,٠٠	٢,٥٠	٢	الموجبة		
				٩	المتساوية		
				١٢	المجموع		

يشير الجدول السابق أن قيم Z المحسوبة للدرجة الكلية لمقياس مناصرة الذات وأبعاده أقل من القيمة الحدية (٩٦, ١) مما يدل على عدم وجود فروق دالة إحصائية بين درجات أفراد المجموعة الإرشادية في القياسين البعدي والتتبعي على أبعاد المقياس والدرجة الكلية له مما يؤكد استمرار التحسن لدى أفراد المجموعة الإرشادية حتى فترة المتابعة .

وبملاحظة نتيجة الفرض الثالث نجد أن مناصرة الذات لدى أفراد المجموعة الإرشادية في القياسين البعدي والتتبعي لم تختلف؛ الشيء الذي يثبت صحة الفرض. وبذلك تؤكد تلك النتيجة أن المهارات الجديدة المكتسبة والأنشطة المتعلمة خلال جلسات البرنامج الإرشادي قد اكتسب تأثيرها صفة الإستمرارية؛ وهو ما يمكن أن تفسره الباحثة في ضوء ماقد تضمنه البرنامج من تدريبات وواجبات منزلية تتوافق مع بيئة أفراد المجموعة الإرشادية والمرحلة التي يمرون بها وهي مرحلة المراهقة مع الحرص على قيام كل فرد في المجموعة بالانتظام في أدائها وتقييمها بحيث يصبح من المتوقع إنتقال أثر التدريب داخل الجلسات إلى الحياة الواقعية لهم. كما أن الباحثة قد حرصت إلى تكرار تطبيق الفنيات والمهارات المكتسبة بعدد من الأنشطة المختلفة وعدم الاكتفاء بنشاط واحد لكل فنية أو مهارة مما قد جعل المسترشدين يعتادون ممارسة ماقد اكتسبوه بشكل تلقائي بعد فترة وجيزة من تعلمه بل وإمتداد ذلك كأسلوب أساسي في شخصياتهم كما ترجع الباحثة هذه النتيجة إلى ما لاحظته الباحثة في أفراد المجموعة الإرشادية من شغف بل وتركيز بالجلسات منذ معرفتهم بمفهوم مناصرة الذات والأبعاد المختلفة لها وإدراكهم لأهمية ذلك المفهوم بالنسبة لهم للحصول على حقوقهم وتحسين نتائج أهدافهم الذاتية وممارسة حياتهم بشكل أكثر فعالية.

توصيات الدراسة :

توصي الباحثة في ضوء ماتوصلت إليه دراستها بالآتي :

- ١- توجيه اهتمام المسؤولين بقطاع التربية الخاصة بوزارة التربية والتعليم إلى ضرورة توفير أخصائي نفسي يعمل جنباً إلى جنب مع المرشد الطلابي بالمدارس لاكتشاف مشكلات الطلاب من ذوي الإعاقات الحركية لاسيما خلال مرحلتي المراهقة واستخدام البرامج الإرشادية المناسبة للحد منها والعمل على حلها.

٢- تعزيز الاهتمام بمفهوم مناصرة الذات في أوساط المهتمين بذوي الاحتياجات الخاصة لأنه لم يلق الاهتمام الكافي بعد ولأهميته في توفير الدعم النفسي لذوي الاحتياجات الخاصة وذوي صعوبات التعلم.

٣- تنظيم ندوات تثقيفية تتعلق بما يتضمنه مفهوم مناصرة الذات بشكل أعمق لدى المراهقين من ذوي الاحتياجات الخاصة.

٤- محاولة الاستفادة من البرنامج المصمم بالدراسة الحالية في المؤسسات المتخصصة ومراكز الإرشاد النفسي بالجامعات مع ذوي صعوبات التعلم وذوي الاحتياجات الخاصة لتحسين مناصرة الذات لدي الطلاب.

٥- توعية أولياء أمور ذوي الاحتياجات الخاصة بالسلوكيات التي قد تتم عن مستوى منخفض من مناصرة الذات لدى أبنائهم وتوجيههم بالسبل العلمية الصحيحة من خلال المؤسسات الإرشادية المتخصصة من أجل تحسينها لأهمية ذلك في تحسين مستقبل أبنائهم.

بحوث مقترحة :

في ضوء ماقد توصلت إليه الدراسة الحالية من نتائج تقدم الباحثة عدد من البحوث المقترحة هي:

١- مناصرة الذات كمنبئ بقلق المستقبل لدى الطلاب الجامعيين من ذوي صعوبات التعلم.

٢- دراسة لبعض العوامل النفسية والاجتماعية المنبئة بمناصرة الذات لدى المعاقين حركياً

٣- مناصرة الذات كمتغير وسيط بين كلا من الطموح والكفاءة الذاتية لدى المراهقين المعاقين حركياً.

٤- مناصرة الذات وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط لدى طلاب المرحلة الثانوية.

المراجع :

- أيمن العريمي (٢٠٠٦). الحوار مع النفس وكيفية الوصول إلى الذات ، عمان،الأردن: دار الأسرة للنشر والتوزيع.
- الجهاز المركزي للتعبئة العامة والإحصاء (٢٠١٧). الإصدار السنوي www.capmas.gov.eg.
- بطرس حافظ بطرس (٢٠٠٨) . المشكلات النفسية وعلاجها ، ط١، عمان ، الأردن: دار المسرة للنشر والتوزيع والطباعة.
- بطرس حافظ بطرس (٢٠١٠) . تعديل سلوك الطفل ، ط١ ، ، عمان ، الأردن: دار المسرة للنشر والتوزيع والطباعة.
- جمعة فاروق حلمي (٢٠١٧) . مناصرة الذات وعلاقتها بتقرير المصير لعينة من المعاقين سمعيا وبصريا ،مجلة البحث العلمي في التربية ،كلية البنات للآداب والعلوم والتربية ،جامعة عين شمس ، ٩ (١٨) ، ٤٧٥-٤٩٦.
- خنساء خلف الكرخي (٢٠١٥).تأثير أسلوب للعلاج بالواقع والحديث الذاتي الارشاديين المعرفيين في تنمية الشعور الوجداني لدى طالبات المرحلة الإعدادية ،رسالة ماجستير ،جامعة ديالى ، العراق.
- صبري بردان علي (٢٠١١). الإرشاد التربوي والنفسي الإسلامي ونظرياته، ط١، عمان ،الأردن: دار صفاء للنشر والتوزيع.
- عبدالمنعم أحمد الدردير (٢٠٠٦) .الإحصاء البارامتري واللابارامتري في إختبار فروض البحوث النفسية والتربوية والاجتماعية ، القاهرة: ، عالم الكتب.
- عبدالمنعم الخطيب (١٩٩٥) .برامج في تعديل السلوك، ط1 ،كلية التربية،الجامعة الأردنية.

عزت عبد الحميد حسن (٢٠١٠). حجم التأثير في بحوث الموهوبين . المؤتمر العلمي الثامن " استثمار الموهبة ودور مؤسسات التعليم : الواقع والطموحات "، كلية التربية، جامعة الزقازيق، ٢١-٢٢ أبريل، ٢٦١-٢٩٩.

قجالي نسيم (٢٠١٧). الحديث الذاتي وعلاقته بالثقة بالنفس وفق مستوى النتائج الرياضية المحققة لدى لاعبي كرة القدم. رسالة ماجستير، التحضير البدني والذهني، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة محمد بوضياف بالمسيلة، الجزائر.

محمد محروس الشناوي (١٩٩٦). العملية الإرشادية والعلاجية، القاهرة، مصر: دار غريب للطباعة والنشر.

كمال يوسف بلان (٢٠١١). نظريات الإرشاد النفسي، منشورات كلية التربية، جامعة دمشق، سوريا.

مروة عدنان عباس (٢٠١٨). أثر أسلوبين إرشاديين التحدث مع الذات، تغيير القواعد في تنمية التشاؤم الدفاعي لدى طالبات إعدادية التمريض، رسالة ماجستير، جامعة ديالى، العراق.

منال محمود محمد ومنال عبدالنعيم محمد (٢٠١٥). مناصرة الذات وتصورات الطالبات للفصول الدراسية العادلة كمتغيرات تنبؤية بالتمكين النفسي لطالبات الجامعة، مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر، ١٦٢ (٢)، ٨١-١٣.

ندى عبدالكريم عايش (٢٠١٩). فاعلية برنامج إرشادي بأسلوب الحديث الذاتي في تنمية الصمود النفسي لدى طالبات المرحلة المتوسطة، رسالة ماجستير، قسم العلوم التربوية والنفسية، كلية التربية لعلوم الإنسانية، جامعة ديالى، العراق.

Autistic Self Advocacy Network "ASAN" (2016). A Curriculum for Self Advocates. Retrieved From:

https://autisticadvocacy.org/wpcontent/uploads/2015/02/CurriculumForSelfAdvocates_r7.pdf

Barnett, L. A. (2014). Evaluation of relationship between self-advocacy Skills and college freshman first semester grade point average for students with disabilities. (3628940, University of Montana). ProQuest Dissertations and Theses, 171. Retrieved from <http://search.proquest.com/docview/1561148205?accountid=44936>.

Christina, A, (2008). The self-advocacy .Tool KIT, First Edition.

Dalun,Z;Eric,R;Leena,L;and Song.(2019).Effect to self-advocacy training on students with disabilities :Adult outcomes and advocacy involvement after participation. Journal of vocational Rehabilitation, 50,207-218.DOI: 10.3233/JVR-18001.IOS press.

Daniell,M.(2019).Using positive self-talk and goal oriented thinking to improve behavioral outcomes for students with learning disabilities .Master of Education, special education ,University of Nevada Las Vegas .Proquest Number : 22622168.

Dowden,A.M.(2010). The effects of self-Advocacy training within a brief psych educational group on the academic motivation of black adolescents. Dissertation .Raleigh: North California State University.

Frasier.L.T (2016). An Examination of the Relationship between Students with Learning Disabilities and Self-Advocacy/Self-Determination as a Predictor of Post-Secondary School Success, PhD Thesis, Faculty of Auburn University.

Inclusion Ireland. (2011). Guide to Advocacy. Retrieved From: <http://www.inclusionireland.ie/sites/default/files/documents/guidetoadvocacy2011.pdf>

Gosling, L.; Cohen, D. (2014). Advocacy Matters. Helping Children Change Their World. Second Edition. London. The International save The Children.

Garner, A.; Sandow, A. (2018). Measuring Self-Advocacy Skills among Student Veterans with Disabilities. Implications for Success in Postsecondary Education. *Journal of Postsecondary Education and Disability* .V30 (N4). P. 343-358.

Hardy, J. (2006). Speaking clearly: A critical review of the self-talk literature. *Psychology of Sport & Exercise*, 7(1), 81-97.

Harris, K R, (2009). Development and empirical analysis of a self-advocacy readiness scale with a university sample. University of Nevada, Las Vegas. ProQuest Dissertations and Theses.

Garner, A.; Sandow, A. (2018). Measuring Self-Advocacy Skills among Student Veterans with Disabilities. Implications for Success in Postsecondary Education. *Journal of Postsecondary Education and Disability* .V30 (N4). P. 343-358.

Jones, J. C. (2010). The nation's children teaching self-advocacy: An exploration of three female foster youth's perceptions regarding their preparation to act as self-advocates.(3433212, University of Redlands). ProQuest Dissertations and Theses, 143. Retrieved from:<http://search.proquest.com/docview/854290932?accountid=44936>

Lee, Y., & Haley, E. (2007). The Role of Organizational Perception, Perceived Consumer Effectiveness and Self-Efficacy in Advocacy Advertising Effectiveness. Paper Presented At The Pp. 25. Retrieved From:

<http://search.proquest.com/docview/192404099?accountid=44936>.

Malik, C. V. (2011). Viewing ads through rose-colored glasses: The persuasive effects of self-brand connections in product and advocacy advertising. (3465044, the University of North Carolina at Chapel Hill). ProQuest Dissertations and Theses 168n /a.Retrievedfrom <http://search.proquest.com/docview/882876717?accountid=44936>.

Patti, A. L. (2010). Increasing the knowledge and competencies needed for active participation in transition planning: Use of the CD-ROM version of the self-advocacy strategy with students with emotional and

behavioral disorders. (3423507, State University of New York at Buffalo). **ProQuest Dissertations and Theses**, 133. Retrieved from: <http://search.proquest.com/docview/759017290?accountid=44936>.

Sara, L., (2019). An assessment to the effectiveness of positive self-talk on engagement with feared stimuli and control-related beliefs. PHD department of psychology, Northern Illinois University . **ProQuest Dissertations and Theses** Number: 13900483.

Savage, T. A., Harley, D. A., & Nowak, T. M. (2005). Applying social empowerment strategies as tools for self-advocacy in counseling lesbian and gay male clients. **Journal of Counseling and Development : JCD**, 83(2), 131-137. Retrieved from: <http://search.proquest.com/docview/218969393?accountid=44936>

Schalock, R; et al. (2002). **Embarking On a New Century. Mental Retardation at the End Of The 20th Century**. Washington. AAMR Press.

Sian, A., & Christine, B (2017). Self-Advocacy as a means to positive identities for people with intellectual disability : 'We just Help them, Be them Really'. **Journal of Applied Research in intellectual Disabilities**, 30, 109-120.

Test, D. W., Fowler, C. H., Wood, W. M., Brewer, D. M., & Eddy, S. (2005). A conceptual framework of self-advocacy for students with disabilities. **Journal of Remedial and Special Education**, 26, 43-54.

Walker, Q. D. (2010). An investigation of the relationship between career maturity, career decision self-efficacy, and self-advocacy of college students with and without Disabilities. (3409479, the University of Iowa). **ProQuest Dissertations and Theses**, 170. Retrieved from: <http://search.proquest.com/docview/635371322?accountid=44936>.

The effectiveness of a positive self-Talk style counseling in improving self-advocacy among adolescents with physical disability

By:Hanan Desokey*

Abstract: The current study aimed to build a counseling program based on positive self-talk style and its effectiveness in improving self-advocacy among physically disabled adolescents in Minia governorate, and to know the difference in the effectiveness of the program according to gender (male-female), and to reveal the extent of its continuity in improving self-advocacy in the follow-up application, Two months after its application ends. The experimental group consisted of (12) physically disabled adolescents, and the researcher used the following tools: the scale of self-advocacy (prepared by the researcher), a counseling program based on the positive self-talk style (prepared by the researcher). The results, using the appropriate statistical methods, resulted in proving the effectiveness of the counseling program based on the positive self-talk style in improving self-advocacy among the study sample. The results also revealed the absence of statistically significant differences between the sexes in the effectiveness of the indicative program used, and the effectiveness of the counseling program continued in a period Follow-up (Two months after its application).

Key words: a positive self-Talk style counseling - self-advocacy- physically disabled adolescents.

* Assistant professor of mental health -Faculty of Education-Minia University