



كلية التربية

قسم علم النفس التربوي والصحة النفسية

فاعلية برنامج إرشادي سلوكي معرفي لتحسين صورة الذات  
لدي أبناء السجينات الغارمات من تلاميذ المرحلة الإعدادية  
(بحث مستل من رسالة ماجستير)

إعداد

سهام عبد الوهاب حسن الدالي

أ.د. مصطفى السعيد السعيد جبريل

أستاذ الصحة النفسية المتفرغ

كلية التربية جامعة دمياط

## مستخلص البحث

هدفت الدراسة إلى تحسين صورة الذات لدى أبناء السجينات الغارمات باستخدام فنيات الإرشاد السلوكي المعرفي، بلغت عينة الدراسة (٥) تلميذ وتلميذة (٣) من الذكور (٢) من الإناث من تلاميذ الصف الأول والثاني الإعدادي، حيث طبق عليهم، برنامج إرشادي سلوكي معرفي (إعداد الباحثة)، ومقياس صورة الذات (إعداد الباحثة)، وأسفرت النتائج عن وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية من أبناء السجينات الغارمات من تلاميذ المرحلة الإعدادية علي مقياس صورة الذات وأبعاده في القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي، عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية من أبناء السجينات الغارمات من تلاميذ المرحلة الإعدادية على مقياس صورة الذات وأبعاده في القياسين البعدي والتتبعي بعد مرور فترة المتابعة. الكلمات المفتاحية: برنامج إرشادي سلوكي معرفي - صورة الذات - أبناء السجينات الغارمات من تلاميذ المرحلة الإعدادية.

## Abstract

The study aimed to improve the self-image of the female debtor prisoners' children by using the techniques of cognitive behavioral counseling. The study sample amounted to (5) students of the first and second preparatory grades, aged between (13-14) years, where a cognitive behavioral counseling program (prepared by the researcher) was applied to them. And the self-image scale (prepared by the researcher), she used the experimental method based on the one group, and the results resulted in: There are statistically significant differences between the mean ranks of the experimental group's scores on the self-image scale and its dimensions in the pre and post measurements in favor of the post measurement, and also resulted in no differences Statistically significant between the mean ranks of the experimental group's scores on the self-image scale and its dimensions in the post and follow-up measures after the follow-up period.

**Keywords:** Cognitive behavioral counseling program - self-image - female debtor prisoners' children at the preparatory stage

## مقدمة

تعد الأسرة من أهم النظم التي أقامها الإنسان، وأهم الجماعات الاجتماعية التي يتكون منها المجتمع، فهي اللبنة الأولى في بنائه. وهي الخلية الاجتماعية الأولى التي يواجهها الفرد منذ ولادته ويظل مرتبطاً بها معظم حياته، وخلال ذلك يمكن أن تقوم بدور حيوي في تحديد نمط سلوك الأجيال المتعاقبة لأفرادها، وتكسبهم مبادئ العلاقات الاجتماعية من خلال عملية التنشئة الاجتماعية. (مصطفى جبريل، ١٩٩٥: ٤٤).

ويعتبر سجن أحد أفراد الأسرة من أكثر المشكلات التي تواجه الأبناء وتزيد المشكلة صعوبة عندما يكون المسجون الام، فالوجود الفعلي للأم داخل الأسرة ومع أطفالها فهذا يجنبهم الكثير من المشكلات السلوكية والانحرافات علاوة على أن التنشئة الوالدية تحقق أهدافها بصورة سليمة وفعالة (حميدة محمد، ٢٠٠٣، ١٢٣-١٢٤)، وينتج عن سجن الأم العديد من الحاجات التي لا تستطيع الأسرة إشباعها وتظهر العديد من المشكلات نتيجة عدم إشباع هذه الاحتياجات، ومنها المشكلات الاقتصادية حيث تحدث هزة اقتصادية داخل الأسرة بسبب انعدام الدخل، بالإضافة إلى المشكلات الاجتماعية والتي تتمثل في ضعف العلاقات الاجتماعية مع المحيطين، إلى جانب المشكلات النفسية حيث يتعرض الأبناء لفقدان الثقة بالنفس واحترام الذات والنظرة الدونية لأنفسهم فتضطرب صورة الذات لديهم، بالإضافة للمشكلات الصحية، والتعليمية. (إبراهيم عز الدين، ٢٠٠٩: ٣٤).

ومن منطلق إيمان الباحثة العميق بأهمية البرامج الإرشادية في علاج المشكلات النفسية فقد عملت على إعداد برنامج إرشادي سلوكي معرفي لتحسين صورة الذات لدي أبناء السجينات الغارمات من تلاميذ المرحلة الإعدادية .

## مشكلة الدراسة

الأسرة هي مصدرا للأمن والروابط والعلاقات الوجدانية، وهذه الروابط والعلاقات الوجدانية تعتبر أهم أسس الصحة النفسية للأبناء، وسجن الأم يعد شكلاً من أشكال الحرمان لما له من تأثيرات عميقة على الأبناء والذي نتج عنه العديد من المشكلات النفسية والاجتماعية ومن أهمها تدني صورة الذات، ندرت الدراسات التي أجريت في هذا المجال

وانحصر الاهتمام بالسجناء، وجميعها تناولتها من خلال الممارسة المهنية للخدمة الاجتماعية باستخدام مداخل واستراتيجيات مهنية مثل دراسة (أحمد عبد المقصود، ٢٠١٠)، دراسة (نوره ممدوح، ٢٠١٤)، دراسة (صفاء فضل، ٢٠٢٠)، كما تناولت تلك الدراسات أبناء السجينات المودعين بالمؤسسات الإيوائية، أما الدراسة الحالية فتطبق علي أبناء السجينات الغارمات من تلاميذ المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية من خلال برنامج إرشادي سلوكي معرفي لتحسين صورة الذات لديهم.

**ويمكن صياغة مشكلة الدراسة الحالية في التساؤلين التاليين:**

- ١- ما فاعلية برنامج إرشادي سلوكي معرفي لتحسين صورة الذات لدي أبناء السجينات الغارمات من تلاميذ المرحلة الإعدادية؟
- ٢- ما حجم أثر البرنامج الإرشادي السلوكي المعرفي في تحسين صورة الذات لدي أبناء السجينات الغارمات من تلاميذ المرحلة الإعدادية؟

## أهداف الدراسة

تهدف الدراسة الحالية إلي:

- ١- تحسين صورة الذات لدي أبناء السجينات الغارمات باستخدام برنامج إرشادي سلوكي معرفي.
- ٢- التعرف علي مدي فعالية البرنامج الإرشادي السلوكي المعرفي في تحسين صورة الذات لدي أبناء السجينات الغارمات من تلاميذ المرحلة الإعدادية (عينة الدراسة الحالية).
- ٣- التأكد من مدي استمرار فعالية وبقاء أثر البرنامج الإرشادي السلوكي المعرفي في تحسين صورة الذات لدي أبناء السجينات الغارمات من تلاميذ المرحلة الإعدادية بعد مرور فترة المتابعة.

## أهمية الدراسة

- ١- الفئة التي تجري عليها الدراسة الحالية وهي أبناء السجينات الغارمات من تلاميذ المرحلة الإعدادية، والتي لم تتلق العناية من الدراسات السابقة رغم أن التلميذ في هذه المرحلة العمرية يتقبل لأنشطة البرامج ويتفاعل معها خاصة وأنه في مرحلة نمو في الجوانب

الجسمية والعقلية والنفسية وأن مفهوم الذات قد نما وتطور لديه. (كامل عبد الحميد عباس، ٢٠١٦، ١٩) وأن أبناء السجينات الغارمات يحتاجون إلي الرعاية بغرض تحسين صورة الذات لديهم.

٢- الدراسة الحالية تعتبر استكمال للدراسات السابقة التي حاولت علاج ما يعانيه الفرد من اضطرابات سلوكية وعصابية علي أثر الحرمان من الأم علي أثر سجنها.

٣- تزويد المكتبة العربية بمقياس صورة الذات (إعداد: الباحثة)، وبرنامج إرشادي سلوكي معرفي (إعداد: الباحثة).

### فروض الدراسة

١- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية من أبناء السجينات الغارمات من تلاميذ المرحلة الإعدادية علي مقياس صورة الذات وأبعاده في القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي.

٢- لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية من أبناء السجينات الغارمات من تلاميذ المرحلة الإعدادية علي مقياس صورة الذات وأبعاده في القياسين البعدي والتتبعي بعد مرور فترة المتابعة.

### مصطلحات الدراسة

#### الإرشاد السلوكي المعرفي:

تعرفه الباحثة علي أنه: التدخل المهني المخطط والمنظم باستخدام مجموعة الأساليب الإرشادية للعمل مع أبناء السجينات الغارمات من تلاميذ المرحلة الإعدادية، وتغيير العمليات المعرفية لديهم ومفهومهم الشخصي عن أنفسهم بكل ما فيها من خصائص أو قدرات وسمات ومساعدتهم علي تحسين صورة الذات والتي تنعكس بالضرورة علي علاقاتهم بالآخرين من خلال استخدام فنيات (المناقشة وتبادل الحوار - التعزيز - إعادة البناء المعرفي - وقف الأفكار - المحاضرة والمناقشة الجماعية - النمذجة - الاسترخاء - الواجبات المنزلية - التغذية الراجعة - الحوار السقراطي - العصف الذهني - فنية الحديث مع الذات - دحض الأفكار غير العقلانية ) ، وتتكون جلسات البرنامج الإرشادي من (١٣) جلسة عاملة

بالإضافة إلي ثلاث جلسات منهم عدد(٢) جلسة توطئة لإعداد التلاميذ وتهيئتهم لحضور البرنامج بمدارسهم + عدد (١) جلسة متابعة.

### صورة الذات:

فكرة الشخص عن نفسه وإدراكه للصورة التي يكونها عن ذاته حيث يتكون الانطباع العام عن الذات سواء أكان إيجابيا أم سلبيا من خلال مجموعة من الإدراكات والتصورات التي تتأثر بعلاقة الفرد بالآخرين وبنظرة الآخرين له، وهذه التصورات تعتمد علي الإحساسات الداخلية، والقدرات العقلية، والخبرات الحياتية التي يمر بها الفرد وتفسر سلوكه وتحدد توجهاته.

وتتحدد أبعاد صورة الذات كما يلي:

#### ١. الذات الجسمية: **the physical self**

هي فكرة الشخص عن جسمه، حالته الصحية، مظهره الخارجي، مهاراته، حالته الجنسية.

#### ٢. الذات الاجتماعية **the social self**

وهي تمثل المجتمع الذي يعيش فيه والمشاركة الاجتماعية، التعبير عن الذات في وجود الآخرين، القدرة علي إقامة علاقات اجتماعية ناجحة، الذكاء في التعامل مع المشكلات ومواجهة الأزمات.

#### ٣- الذات المعرفية **cognitive self**

وتتمثل في القدرة علي التعبير عن المشاعر والأفكار، القدرة علي اتخاذ القرارات، التحكم في الانفعالات، التحكم في إدارة الغضب، إعادة البناء المعرفي، التغلب علي المدركات والأفكار الخاطئة

#### ٤- الذات النفسية **psychological self**

هي نظرة الفرد العميقة عن ذاته النفسية ومفهومه عنها وكيفية إدراكه لأحاسيسه ومشاعره وانفعالاته ورغباته، ودرجة ثقته بنفسه أو انعدام الثقة بالنفس وتقديره لها، الرضا عن الذات، التعبير عن الانفعالات، الاعتزاز والفخر بالصفات الايجابية التي

يملكها ، وتقدر درجة فرد العينة علي صورة الذات بالدرجة التي يحصل عليها علي مقياس صورة الذات المستخدم في الدراسة الحالية.

### مكونات صورة الذات :

يمكن ذكر مكونات صورة الذات كما يلي:

- ١- المعلومات: وهي صحيحة غالباً لأنها تعتبر حقائق موضوعية عن أنفسنا وعلاقاتنا.
- ٢- الافتراضات: وغالباً ما تكون صحيحة ومع تراكم الاعتقادات مع الوقت تتحول إلي افتراضات خاطئة.
- ٣- المشاعر: فإذا كانت افتراضاتنا عن أنفسنا إيجابية فستكون مشاعرنا نحو أنفسنا إيجابية لأن المشاعر ترتبط بالافتراضات (أوسيم وصيفي، ٢٠١١؛ ٤٠).

### مفهوم السجن والمؤسسة العقابية

هو المكان المخصص لحبس من صدر بحقه حكم بالسجن لمدة زمنية معينة، نظير ارتكابه فعلاً يعاقب عليه الشرع أو القانون ، بقصد رده وتأهيله وإصلاحه ليعود إلي المجتمع عضواً سوياً. (أحسن طالب، ٢٠٠٢؛ ٢٧).

مفهوم الغرامات: هي السيدة التي دخلت السجن بسبب توقيع إيصالات أمانة للتجار نتيجة شراء أجهزة أو ما شابهه بالقسط وتعثرت في السداد في الوقت المحدد ودخلت علي إثر ذلك السجن. (ياسمين علي مصيلحي، ٢٠٢٠، ٥٥١).

أبناء السجينات الغرامات في الدراسة الحالية " هم أبناء من تلاميذ المرحلة الإعدادية تتراوح أعمارهم بين ١٣ - ١٤ سنة، لأمهات استدانوا من أشخاص آخرين لسد الاحتياجات الأساسية للأسرة، وعجزوا عن سداد تلك الديون لأصحابها، مما جعلهم يقعون تحت المساءلة القانونية والسجن.

## اسباب انتشار هذه الظاهرة ما يلي:

المشكلات التي تواجه أسر وأبناء السجناء وخاصة الأمهات:

## أولاً: المشكلات الاجتماعية:

سجن الأم يؤدي إلي ضعف في العلاقات الأسرية الذي يؤدي إلي تفكك الأسرة كما أنهم يتعرضون للنبذ من المجتمع نتيجة الوصم الاجتماعي والعار الذي يلحق بالأسرة جراء سجن الأم، وهو ما هدفت إليه دراسة جاستون، روبرتا تريدواي (Gaston : 2009) Roberta Tteadwa من دراسة الأثر السلبي علي الأطفال نتيجة سجن الأم، وما توصلت إليه دراسة بدرية العتيبي (٢٠١٥) من نتائج المشكلات الاجتماعية التي تلحق بالفتاة نتيجة سجن الأم من فقدان حنان الأم وعطفها، شعور بنقص في الذات، والانطواء علي النفس.

## ثانياً: المشكلات النفسية:

أوضحت دراسة "الغامدي" التي أجريت علي عدد من السجون ونزيلاتها في المملكة العربية السعودية عن عدد من المشكلات النفسية التي يعاني منها أبناء السجناء ومنها: القلق، التوتر، الشعور بالفراغ العاطفي، وعدم الاستقرار النفسي. (سعيد الغامدي، ١٩٩٣؛ ٢٦).

كما أن انشغاله بأسرته يجعل ذهنه شاردًا لا ينتبه للتحصيل وهذا ما أكدته نتائج دراسة كريستينان ايرفن (Christina N. Semple Irvine :2013) من آثار حبس الأمهات علي الأطفال حيث يواجه الأطفال المحرومين من أحد الوالدين صعوبة في التوافق الاجتماعي والنفسي مع أقرانهم، فالشعور بالطمأنينة الإنفعالية هو أحد المظاهر للصحة النفسية الإيجابية وأول مؤشراتهما، فالطفل المحروم من رعاية الاسرة يعاني من الكثير من الاضطرابات في شخصيته وغير متوافق مع مجتمعه. (صفاء حطيبة، ٢٠١٨؛ ١٥٥).



**ثالثاً : المشكلات الاقتصادية:**

فالمشكلات الاقتصادية تتعلق بقصور أو نقص الموارد وعدم كفايتها للوفاء بالالتزامات الأسرية، أو عدم وجود دخل علي الإطلاق نتيجة لسجن عائل الاسرة. (رأفت محمد، ٢٠٠٤؛ ٦٨)

**التصور الذي تتبناه الباحثة :**

يمكن استخدام الإرشاد المعرفي السلوكي في تحسين صورة الذات لأبناء السجينات الغارمات حيث يساعد البرنامج الإرشادي في الدراسة الحالية أبناء السجينات الغارمات في تنمية مهارات تأكيد الذات والتعامل مع الآخرين، واستبدال الأفكار والمعتقدات الخاطئة التي تراودهم بأفكار أخرى إيجابية وتعديل المحتوى الفكري والحوار الداخلي لديهم وذلك بهدف تحسن صورة الذات لديهم وبالتالي تحقيق الصحة النفسية.

**الدراسات السابقة :****أ- دراسات تناولت صورة الذات :****١- دراسة سحر عبدالحميد غمري (٢٠٠٣):**

هدفت الدراسة إلى التعرف على بعض المراهقات اللاتي لديهن اضطراب لصورة الجسم وعلاجهن نفسياً باستخدام العلاج المعرفي السلوكي لتصحيح الأفكار والمعتقدات المسببة لهذه الاضطرابات، تكونت عينة الدراسة من عشر طالبات من المراهقات اللاتي تعانين من اضطراب صورة الجسم وقد تم تقسيمهم إلي مجموعتين: مجموعة تجريبية تلقت برنامج العلاج المعرفي السلوكي وتكونت من (٥) طالبات، ومجموعة ضابطة ، تكونت من (٥) طالبات، استخدمت الباحثة أدوات ضبط: اختبار القدرات العقلية (١٥ - ١٧ سنة) إعداد/ فاروق عبدالفتاح (١٩٨٤)، مقياس الشره العصبي إعداد/ زينب شقير (١٩٩٩)، مقياس فقد الشهية العصبي إعداد/ زينب شقير (١٩٩٩) ، مقياس المستوي الاجتماعي / الاقتصادي / الثقافي المطور للأسرة المصرية إعداد/محمد بيومي خليل (٢٠٠٠)، كما استخدمت أدوات قياس: مقياس صورة الجسم إعداد/ زينب شقير (١٩٩٨) ، مقياس تقدير الذات إعداد/ عادل عبدالله محمد (١٩٩١)، مقياس الاكتئاب إعداد/ عادل عبدالله محمد (١٩٩٧)، وكانت النتائج

أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية تدل على تحسن صورة الجسم بين متوسطي درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس صورة الجسم في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية.

## ٢- دراسة نادرة جميل حمد (٢٠٠٤):

هدفت الدراسة إلى قياس صورة الذات والتفاعل الاجتماعي لدى طلبة الجامعة وكذلك الفروق في مستويات صورة الذات والتفاعل الاجتماعي وفق متغير الجنس (ذكور - إناث) كما هدفت إلى التعرف على العلاقة بين صورة الذات والتفاعل الاجتماعي ولتحقيق أهداف الدراسة قامت الباحثة بتطبيق أدوات من أبرزها مقياس صورة الذات، ومقياس التفاعل الاجتماعي، وطبقت الدراسة على عينة بلغت (٣٢) طالب وطالبة من طلبة جامعة بغداد، واستخدمت الباحثة في دراستها الوسائل الإحصائية (الاختبار الثاني ومعامل ارتباط بيرسون) ومن أبرز نتائج الدراسة أن طلبة الجامعة يتمتعون بدرجة إيجابية عالية من صورة الذات والتفاعل الاجتماعي، كذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية في صورة الذات وفقاً لمتغيرات الجنس (ذكور - إناث) وأيضاً وجود علاقة بين صورة الذات والتفاعل الاجتماعي.

## ٣- دراسة إلهام مصطفى حسين (٢٠٠٧):

هدفت الدراسة إعداد برنامج إرشادي لتحسين صورة الذات واختبار فاعليته لدى عينة من أطفال الشوارع وتكفيهم مع المجتمع، والتدريب على بعض التمارين التي تحسن من صورة الذات لديهم، اتخذت الدراسة قرية الأمل وهي جمعية أهلية أسست بهدف رعاية الأطفال ذوي الظروف الصعبة، تكونت عينة البحث من عينة قوامها ٦٠ طفلاً مجموعة ضابطة ٣٠ طفلاً عينة تجريبية تم اختيارها بطريقة عمدية أعمارهم تتراوح من (٩ - ١٤) وقد استخدمت الباحثة المنهج التجريبي - ومن الأدوات مقياس صورة الذات ، والبرنامج المقترح، توصلت الدراسة إلى عدد من النتائج أهمها توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية من أطفال الشوارع في سن (٩-١٤) سنة على أبعاد مقياس مفهوم الذات قبل تطبيق البرنامج الإرشادي وبعده لصالح القياس البعدي - كما أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعة الضابطة في

مؤسسة قرية الأمل في سن (٩ - ١٤) سنة علي أبعاد مقياس مفهوم الذات قبل تطبيق البرنامج الإرشادي وبعده - توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية ومتوسطات درجات أفراد المجموعة الضابطة في مؤسسة قرية الأمل في سن (٩ - ١٤) علي أبعاد مقياس مفهوم الذات بعد تطبيق البرنامج لصالح المجموعة التجريبية.

#### ٤- دراسة زينب محمد أبو حذيفة (٢٠٠٨):

هدفت الدراسة الحالية من خلال الجماعية العلاجية ( قرية الشبة بجو الأسرة شكلاً ومضموناً) الوقوف على بعض فنيات العلاج بالسيكو دراما، وذلك لتعديل صورة الذات لدى مجموعة من الفتيات - رافضات السلطة الأسرية - والمفضلات الإقامة في المؤسسات الإيوائية ، طبقت الدراسة على مجموعة تجريبية قوامها (٩) فتيات تراوحت أعمارهن ما بين (١٠ - ١٢) سنة في إحدى المؤسسات الإيوائية ممن حصلن على أقل الدرجات على مقياس صورة الذات، وقد استخدمت الباحثة التصميم التجريبي للقياس القبلي /البعدي/التتبعي، وتم تطبيق أدوات الدراسة والبرنامج العلاجي بالسيكو دراما على تلك المجموعة في عدد جلسات (٢٩) جلسة، استخدمت الباحثة المقاييس والأدوات: مقياس صورة الذات (إعداد: الباحثة)، اختبار الذكاء المصور (إعداد: أحمد زكي صالح)، البرنامج العلاجي (إعداد: الباحثة)، اختبار تفهم الموضوع (Bellak، C-A-T) (S، L & Bellak، 1986، المقابلة الحرة إعداد: المونولوج، لعب الدور، إعادة الدور، تقديم الحلم، بناء الأنا) ذو تأثير فعال في تعديل وتحسين صورة الذات لدى عينة الدراسة، ومنه إمكانية الاستفادة من ذلك البرنامج في تعديل صورة الذات لدى الأطفال بوجه عام، وفي مجال المؤسسات الإيوائية بوجه خاص.

#### ٥- دراسة نجاه حسن (٢٠٠٩): -

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى صورة الذات لدي المراهقين في مدارس محافظة الجديدة وعلاقتها ببعدي الانبساطية والعصابية والكشف عن الفروق وفق المتغيرات (صورة الذات، الانبساطية، العصابية) لدى المراهقين حسب النوع (ذكور/ إناث)، والمنطقة الجغرافية (حضر/ ريف)، وقد قامت الباحثة باختيار عينة مكونة من (٤٩١) طالبا وطالبة بطريقة عشوائية موزعة حسب النوع (٢٧٨ ذكور،

٢١٣ إناث)، المنطقة الجغرافية (٣٠٨ حضر، ١٨٣ ريف). وأشارت النتائج على وجود علاقة ارتباطية موجبة بين صورة الذات والانبساطية، ووجود علاقة ارتباطية سلبية بين صورة الذات والعصابية. ولا يوجد فرق ذو دلالة في صورة الذات لدى المراهقين وفق متغير النوع (ذكور/ إناث) في حين يوجد فرق ذو دلالة بحسب المنطقة الجغرافية ولصالح الريف.

#### ٦- دراسة زينب سيد عبدالحميد (٢٠١٣) :-

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على العلاقة بين القلق الاجتماعي كحالة سلبية وصورة الذات لدى المراهقين مستخدمي الإنترنت من خلال الواقع الافتراضي وتأثير تلك العلاقة بمتغيرات الجنس ودرجة الاستخدام ، ومدي امكانية التنبؤ بالقلق الاجتماعي وصورة الذات في ضوء تلك المتغيرات، أجريت الدراسة على عينة قوامها ٢٥٢ (١٥٤ طالباً، ٩٨ طالبة) من طلاب الصف الأول الثانوي بمدارس مدينة قنا، استخدمت الباحثة مقياس القلق الاجتماعي ومقياس صورة الذات واستمارة المقابلة الإكلينيكية (إعداد: الباحثة) ومقياس إدمان الإنترنت من إعداد حسام الدين عزب (٢٠٠١) واختبار تكملة الجمل للحاجات النفسية إعداد محمد عبد الظاهر الطيب (٢٠٠١) أوضحت نتائج الدراسة أن هناك علاقة ارتباطية سلبية بين أبعاد صورة الذات (الجسمي،العقلي،الانفعالي،الاجتماعي) وجميع أبعاد القلق الاجتماعي ، كما لم تظهر فروقاً أيضاً بين الذكور والإناث في صورة الذات علي جميع أبعادها بينما كانت الفروق في الدرجة الكلية لصالح الذكور، كما أنه أمكن التنبؤ بصورة الذات والقلق الاجتماعي لدى المراهقين عن طريق درجة الاستخدام .

#### ٧- دراسة S.، Talepasand، I.، Rahimian، E.، Bayat،

Z.، Hamidi، P.،Yousefichaijan (2016) :

هدفت الدراسة إلي التحقق من أثر العلاج السلوكي المعرفي الأسري في تعديل صورة الذات المرتبطة بالسمنة عند الأطفال المصابين بالسمنة، والذين تتراوح أعمارهم بين (٨ - ١٥) سنة، تم تقسيمهم إلي مجموعة تجريبية (١٥)، والمجموعة الضابطة (١٥)، تلقت المجموعة التجريبية العلاج السلوكي المعرفي الأسري، استخدمت الدراسة مقياس منقح

R - Brss)، ومقياس المنبهات التصويرية القياسي (SFSS) في الاختبار القبلي والبعدي والمتابعة ، وخلصت نتائج الدراسة إلي أن العلاج السلوكي المعرفي الأسري فعال في تحسين الرضا عن أجزاء الجسم .

#### ٨- ( 2017 ) : Samar Ahmed Mahmoud :-

هدفت الدراسة إلي تقييم برنامج إرشادي لتقبل صورة الجسم وتأثيرها علي تقدير الذات بين الفتيات المراهقات، أجريت هذه الدراسة في مدرستين من المدارس الإعدادية الحكومية بمدينة الزقازيق ، اشتملت الدراسة علي ٥٣٧ طالبة، تم استخدام ثلاث أدوات لجمع البيانات،الأداة الأولى: استمارة استبيان لتجميع الخصائص الاجتماعية والديموغرافية الأداة الثانية: اختبار صورة الجسم، الأداة الثالثة: مقياس كوبر سميث لتقدير الذات، بعد تنفيذ البرنامج تم تقبل صورة الجسم بشكل كبيروارتفع مستوي تقدير الذات لدي المراهقات مما يدل علي أن للبرنامج تأثير ايجابي علي كل من صورة الجسم والثقة بالنفس .

#### ٩- دراسة صفاء عبد الزهرة حميد الجمعان (٢٠١٨) :-

هدفت الدراسة الكشف عن العلاقة بين صورة الذات العامة والتمرد النفسي لدي طالبة مرحلة المتوسطة واستخدمت الباحثة في هذا البحث أداتان:الأولي مقياس صورة الذات العامة ، أما الأداة الثانية : فقد تبنت الباحثة مقياس التمرد النفسي للباحث (شلايل ، 2016) بعد إجراء الخصائص السيكومترية عليه ، علي عينة عشوائية مكونه من (٤٨٠) طالب وطالبة وأظهرت نتائج الدراسة تمتع طالبة المتوسطة بمستوي جيد في صورة الذات العامة ، كما توجد علاقة ارتباطية موجبة بين صوة الذات العامة والتمرد النفسي.

#### ب-برامج إرشادية لأبناء السجينات :-

##### ١- دراسة جاستون ، روبرتا تريدواي (Roberta Treadwa : 2009) :

هدفت الدراسة إلي دراسة الاثر السلبي علي الاطفال نتيجة سجن الام والمشكلات العاطفية والنفسية والسلوكية والمشاكل التعليمية ، شاركت خمس أمهات مقابل فردية مصممة للحصول علي وجهات نظرهم والإبلاغ عن تصوراتهم عن أي المشكلات

الاجتماعية أو العاطفية أو السلوكية تؤثر علي الأبناء، دعمت نتائج الدراسة الافتراض بأن الأمهات اللواتي تم احتجازهن سابقاً أطفالهن عانوا من مجموعة من الصعوبات الاجتماعية والعاطفية والسلوكية والتعليمية خلال الفترة التي كانت فيها الأم مسجونة ، كما تشير نتائج الدراسة أن الأمهات يعتقدون أنه يمكن لأطفالهن الاستفادة من التدخلات مثل الاستشارة الفردية والجماعية لمساعدتهم في تقليل المعاناة من المشكلات الاجتماعية والعاطفية والسلوكية .

### ٢- دراسة صفاء محمد عبدالعزيز حطبية (٢٠١٨) :-

تهدف هذه الدراسة إلى خفض حدة بعض المشكلات السلوكية لدى الأطفال أبناء السجينات ، تكونت عينة الدراسة من (١٠) من أطفال السجينات يتراوح أعمارهم من (٤ - ٨) سنوات ، تم تطبيق البرنامج الإرشادي على الأطفال في مؤسسة صفاء حطبية للتنمية الاجتماعية ، استخدمت الباحثة عدد من الأدوات تتمثل في: مقياس المشكلات السلوكية لدى أبناء السجينات (السلوك العدواني، العناد) ، وبرنامج إرشادي لخفض حدة بعض المشكلات السلوكية لدى أبناء السجينات (من إعداد الباحثة) ، أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين فترات القياس (قبلي- بعدي- تتبعي) على أبعاد مقياس العدوان .

### ٣- دراسة (2019) Aparna; Moosath, Sruthy; Sahu, Nair ، Harishanka:

هدفت الدراسة دراسة التصور النمطي علي الرفاه النفسي لأطفال السجناء ، شارك في الدراسة ثمانية أبناء في الفئة العمرية من ١٧ : ٢٥ (إناث = ٤) كان آباؤهم في السجن لأكثر من عام ، استخدمت الدراسة طريقة المقابلة شبه المنظمة لجمع البيانات من المشاركين، كشفت نتائج الدراسة أن الأبناء يدركون بقوة الصورة النمطية ضدهم أي الافكار التي يتبناها المرء فيما يتعلق بالأفراد بسبب عضويتهم في مجموعة محددة ، كما كشفت نتائج الدراسة أن تهديد الصورة النمطية كان له آثارا ايجابية من حيث زيادة

السلوك الموجه نحو الهدف، والآثار السلبية من حيث انخفاض السعادة ، وزيادة مشاعر الغضب والحزن .

### تعقيب

بعد عرض الباحثة لبعض الدراسات السابقة العربية والأجنبية التي تناولت صورة

الذات فستعرض أهم النقاط التي تم استخلاصها من خلال تحليل هذه الدراسات فيما يلي:

١- دراسات وصفية تناولت صورة الذات في علاقتها بمتغيرات اخرى دراسة نادرة جميل حمد (٢٠٠٤) ، دراسة نجاه حسن (٢٠٠٩) .

٢- تشابهت نتائج بعض الدراسات في وجود علاقة إرتباطية موجبة بين صورة الذات والإنبساطية وعلاقة إرتباطية سالبة بين صورة الذات والعصابية دراسة نجاه حسن (٢٠٠٩) ودراسة زينب سيد عبد الحميد (٢٠١٣) من وجود علاقة إرتباطية سلبية بين أبعاد صورة الذات (الجسمي - العقلي - الإنفعالي - الاجتماعي) وجميع أبعاد القلق الاجتماعي، وأكدت دراسة نادرة جميل حمد (٢٠٠٤) علي وجود معامل إرتباط مرتفع بين صورة الذات والتفاعل الاجتماعي .

٣- فاعلية استخدام البرامج الإرشادية في تحسين صورة الذات أو أحد ابعادها سواءً التي اعتمدت على الدراما أو السيكو دراما دراسة زينب محمد أبو حذيفة (٢٠٠٨) من خلال لعب الدور، إعادة الدور، تقديم الحلم حيث كان ذو تأثير فعال في تعديل وتحسين صورة الذات، أو باستخدام العلاج السلوكي المعرفي لتصحيح الأفكار والمعتقدات المسببة لاضطراب صورة الجسم (البعد الجسدي) -في الدراسة الحالية - دراسة سحر عبد الحميد غمري (٢٠٠٣) والتي خلصت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية تدل علي تحسن صورة الجسم بين متوسطي درجات المجموعتين التجريبيية والضابطة علي مقياس صورة الجسم في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبيية ، كما خلصت دراسة إلهام مصطفى (٢٠٠٧) إلي وجود فروق ذات دلالة إحصائية علي أبعاد مقياس مفهوم الذات قبل تطبيق البرنامج الإرشادي وبعده لصالح القياس البعدي، وجاءت دراسة Rahimian، E.، Bayat، Talepasand، I.، Yousefichaijan، S.، Hamidi، P.، Z. (2016) ( للتحقق من أثر

العلاج السلوكي المعرفي في تعديل صورة الذات المرتبطة بالسمنة عند الأطفال المصابين بالسمنة وخلصت النتائج إلى أن العلاج السلوكي المعرفي فعّال في تحسين الرضا عن أجزاء الجسم، وأكدت نتائج دراسة (Samar Ahmed Mahmoud 2017) على أن البرنامج الإرشادي كان من أهم العوامل التي أثرت على صورة الجسم بشكل إيجابي .

٣. اختلفت الدراسات السابقة بشأن الفروق بين الجنسين في صورة الذات ، فهناك دراسات وجدت فروقاً بين الجنسين ولصالح الذكور دراسة نادرة جميل حمد(٢٠٠٤) ، بينما هناك دراسات لم تجد فروقاً بين الذكور والإناث في صورة الذات، دراسة زينب عبد الحميد (٢٠١٣).

٤. ندرت الدراسات التي هدفت للتدخل المهني من خلال برامج إرشادية لتحسين صورة الذات لدى أبناء السجينات الغارمات، حيث أسفر البحث عن دراسة صفاء حطبية (٢٠١٨) والتي سعت في دراستها إلى خفض حدة بعض المشكلات السلوكية لدى أطفال السجينات بمؤسسة صفاء حطبية للتنمية الاجتماعية من خلال برنامج إرشادي .

٥. هدفت العديد من الدراسات السابقة إلى دراسة الآثار السلبية على الأبناء نتيجة لسجن الأم، والآثار النفسية والاجتماعية التي يعاني منها الأبناء نتيجة لسجن الأم مثل دراسة جاستون، روبرتا تريدواي (Gaston، 2009، Roberta Treadwa )، دراسة (Nair 2019)،

( Harishanka، Aparna; Moosath،Sruthy; Sahu

٦. اختلفت العينات التي أجريت عليها الدراسات السابقة: فمنها من أجرى على الأمهات دراسة جاستون، روبرتا تريدواي (Gaston، Roberta Treadwa : 2009) ، ومنها من أجرى على المراهقين دراسة (Samar Ahmed Mahmoud 2017) : ومنها من أجرى على لأطفال السجينات المودعين بالمؤسسات الإيوائية دراسة صفاء حطبية (٢٠١٨). اختلفت الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة في أنها ستطبق على أبناء السجينات الغارمات من تلاميذ المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية .

٧. تناولت الدراسات السابقة أبناء السجينات بصفة عامة ولم تتناول أيّاً منها أبناء السجينات الغارمات ولهذه الاختلافات ، ولندرة الدراسات التي تناولت أبناء السجينات تأتي الدراسة



- الحالية محاولةً تحسين الصورة الذاتية لأبناء السجينات الغارمات من خلال برنامج إرشادي سلوكي معرفي .
- من خلال العرض السابق والذي استعرضت فيه الباحثة صورة الذات (مفهومها ، أبعادها ، مكوناتها ) ومن خلال عرض الدراسات السابقة يجدر بالباحثة الإشارة إلى مدى الاستفادة من تلك الدراسات:
١. الدراسة الحالية تعتبر استكمال للدراسات السابقة التي حاولت علاج ما يعانيه الفرد من اضطرابات سلوكية وعصابية على أثر الحرمان من الأم على أثر سجنها .
  ٢. استفادت الباحثة من الدراسات السابقة في بناء مقياس صورة الذات لأبناء السجينات الغارمات المستخدم في الدراسة الحالية .
  ٣. الدراسات السابقة ساعدت الباحثة علي إختيار العينة ، حيث أن الدراسات السابقة تناولت بالدراسة أبناء السجينات المودعين بالمؤسسات الإيوائية ، أما الدراسة الحالية فتتناول أبناء السجينات الغارمات من تلاميذ المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية .
  ٤. استفادت الباحثة من الدراسات السابقة في الإطار النظري للدراسة الحالية .
  ٥. ندرت الدراسات السابقة التي تناولت أبناء السجينات الغارمات ، كما أن الدراسات التي تناولت أبناء السجينات بصفة عامة تناولتها في كليات الآداب ومن منظور الخدمة الاجتماعية وليس في كليات التربية .

### حدود الدراسة

تحدد الدراسة الحالية ونتائجها بما يلي:

- أ- باستخدام المنهج التجريبي التصميم القائم علي المجموعة الواحدة بهدف التأكد من فاعلية البرنامج الإرشادي السلوكي المعرفي المستخدم في الدراسة.
- ب- حجم العينة : بالعينة التي أجريت عليها الدراسة وبلغت (٥) تلميذ وتلميذة من أبناء السجينات الغارمات، (٣) من الذكور، (٢) من الإناث من تلاميذ الصف الأول والثاني الإعدادي بمدارس :الإعدادية بنات القديمة،مدرسة الشهيد حمدي إبراهيم الإعدادية بنين ،

مدرسة رزقة آماي الإعدادية المشتركة، مدرسة القرضا للتعليم الاساسي التابعة لإدارة شرق كفر الشيخ التعليمية بمحافظة كفر الشيخ .

ج- بالفترة التي أجريت فيها: خلال الفصل الدراسي الأول للعام الدراسي (٢٠٢١/٢٠٢٢م)

د- بالأدوات التي استخدمت فيها وهي :

أ- مقياس صورة الذات (إعداد الباحثة) ب- برنامج إرشادي سلوكي معرفي (إعداد الباحثة)

أ- مقياس صورة الذات (إعداد الباحثة) :

المقياس يتكون من (٣٨) عبارة في صورته النهائية موزعة علي الأبعاد الاربعة لمقياس صورة الذات : الذات الجسدية (١٠) عبارات ، الذات الاجتماعية (١٠) عبارات ، الذات النفسية (٩) عبارات، الذات المعرفية (٩) عبارات، والمقياس يعطي درجة لكل بعد ودرجة كلية تعبر عن صورة الذات بصفة عامة تتكون من جمع الدرجات علي الأبعاد الفرعية التي يتكون منها المقياس ، ويجب المفحوص إزاء كل مفردة من المفردات عن طريق التعبير عن موافقته علي كل عبارة باختيار إحدى الاستجابات الآتية : دائماً ٣، أحياناً ٢، نادراً ١، ومعكوسة في الاتجاه السالب، والدرجة الكلية للمقياس تتراوح بين (٣٨) إلي (١١٤) درجة، وتشير الدرجة المرتفعة إلي صورة ذات مرتفعة.

طريق حساب ثبات المقياس: استخدمت الباحثة طريقتين للتأكد من ثبات المقياس كما يلي:

أ- باستخدام طريقة إعادة الاختبار: قامت الباحثة بتطبيق المقياس مرتين متتاليتين بفواصل زمني أسبوعين، ثم قامت بحساب معامل الارتباط بين درجات المقياس في التطبيقين الأول والثاني .

ب- باستخدام معامل سبيرمان براون للتجزئة النصفية: قامت الباحثة بحساب معامل الارتباط بين المفردات الفردية والزوجية وذلك لنصف المقياس، وقد تم تصحيحه باستخدام معامل سبيرمان براون للتجزئة النصفية فأصبح قيمة معامل الارتباط للمقياس ككل (٠،٨٨١)، وهي مؤشر على أن المقياس على درجة مقبولة من الثبات، وبالتالي يمكن الثقة في النتائج التي سيتم الحصول عليها عند تطبيقه على عينة الدراسة الأساسية.

ج- باستخدام معامل ألفا كرونباخ: يمكن حساب ثبات المقياس عن طريق حساب معامل ثبات ألفا كرونباخ، وقد بلغت قيمته (٨٨١،٠)، وهي نسبة مقبولة حيث يمكن الثقة في النتائج التي سيتم الحصول عليها عند تطبيق المقياس على عينة الدراسة الأساسية .

### ١- حساب صدق المقياس:

#### أ- صدق المحكمين:

يدل صدق المحتوى على مدى تمثيل محتوى المقياس للنطاق السلوكي الشامل للسمة المراد قياسها، إذ يجب أن يكون المحتوى ممثلاً تمثيلاً جيداً لنطاق المفردات الذي تم تحديده مسبقاً.

وللتحقق من ذلك؛ قامت الباحثة بعرض المقياس في صورته المبدئية على (١٠) من الأساتذة والأساتذة المساعدين المتخصصين بالتربية الخاصة وعلم النفس التربوي والصحة النفسية، لإبداء الرأي حول عبارات المقياس من حيث: مدي ارتباط كل مفردة بالبعد الذي يتضمنها، مدي ملائمة المفردة لعينة الدراسة، مدي صحة الصياغة اللغوية لمفردات المقياس، إضافة أو حذف أو تعديل أو صياغة بعض العبارات بما يحقق الهدف الذي وضع من أجله المقياس

#### أ- صدق المقارنة الطرفية (الصدق التمييزي):

قامت الباحثة بالتحقق من صدق المقياس باستخدام صدق المقارنة الطرفية (الصدق التمييزي) وذلك من خلال ترتيب درجات عينة التقنين (٣٠) تلميذاً تنازلياً، ثم حساب دلالة الفروق بين متوسطي رتب (٢٧%) الأعلى و(٢٧%) الأدنى على المقياس باستخدام اختبار مان. ويتي Mann-Whitney U لدلالة الفروق بين متوسطات المجموعات الصغيرة المستقلة

#### ب-الصدق المرتبط بالمحك (الصدق التلازمي):

قامت الباحثة بحساب معامل الارتباط بين درجات الطلاب على المقياس ودرجاتهم على مقياس صورة الذات (إعداد/ زينب سيد عبد الحميد عثمان ٢٠١٣) كمحك خارجي،

فكان معامل الارتباط بين أبعاد المقياس الحالي والدرجة الكلية له وأبعاد مقياس المحك المشابهة والدرجة الكلية لتلك الأبعاد فقط

## ٢- برنامج إرشادي سلوكي معرفي لأبناء السجينات الغارمات (إعداد الباحثة) :

هو البرنامج المقترح باستخدام فنيات الإرشاد السلوكي المعرفي لتحسين صورة الذات لدي أبناء السجينات الغارمات من تلاميذ المرحلة الإعدادية .

### خطوات تطبيق البرنامج

١. مرحلة تمهيدية (مرحلة التحضير) : وفيها يتم تطبيق القياس القبلي لصورة الذات لأبناء السجينات الغارمات من تلاميذ المرحلة الإعدادية ، وبناء علاقة تفاعلية طيبة مع افراد العينة لكسب ثقتهم .
٢. مرحلة الانتقال: ويتم التحدث في هذه المرحلة عن مشكلة الدراسة وهي تدني صورة الذات لأبناء السجينات الغارمات وما يترتب علي ذلك من مشكلات نفسية واجتماعية الخ.....إلخ
٣. مرحلة البناء: وفيها يتم تعديل الأفكار الخاطئة والغير منطقية التي تسيطر علي التلاميذ والسلوكيات الغير صحيحة في تعاملاتهم مع الآخرين والأفكار الخاطئة التي تسبب لهم الشعور السلبي بالذات .
٤. مرحلة الإنهاء: وهي المرحلة التي يتم التحقق فيها من تحقيق الأهداف الرئيسية للبرنامج والنتائج المرجوة منه ، ويطبق في هذه المرحلة المقياس البعدي، وهي مرحلة التقييم الختامي للبرنامج .
- ٥-مرحلة المتابعة:وهي المرحلة الاخيرة والنهائية وفيها يتم التحقق من مدي استمرارية النتائج الإيجابية بعد تطبيق البرنامج ، ويتم ذلك من خلال تطبيق المقياس التتبعي بعد شهر من تطبيق المقياس البعدي .

جدول جلسات البرنامج الإرشادي السلوكي المعرفي لتحسين صورة الذات لدي أبناء السجينات الغارمات من  
تلاميذ المرحلة الإعدادية

م	الجلسة	أهدافها	الفيئات المستخدمة	الأدوات	زمن الجلسة
١	التمهيد والتعارف	التعارف بين أفراد المجموعة والباحثة وتوطيد العلاقة لزيادة الثقة والألفة بينهم	الحوار – المناقشة الجماعية	لوحة من الورق أقلام فلو ماستر	٤٥ دقيقة
٢	مفهوم صورة الذات	أن يتعرف التلاميذ علي مفهوم صورة الذات ، مكونات صورة الذات ، أبعاد صورة الذات .	الحوار ، المناقشة ، الجماعية ، المحاضرة المبسطة	أوراق فلوسكاب - جهاز كمبيوتر شاشة عرض	٤٥ دقيقة
٣	صورة الذات وعلاقتها بسجن الأم	أن يتعرف التلاميذ علي أسباب تدني صورة الذات ، أعراض تدني صورة الذات	المناقشة والحوار - المحاضرة المبسطة التعزيز	أوراق فلوسكاب - أقلام جاف	٤٥ دقيقة
٤	الأفكار السلبية و اللاعقلانية التي تؤثر علي صورة الذات	- أن يتعرف التلاميذ علي الأفكار العقلانية و اللاعقلانية وأن يميز بينهما.	إعادة البناء المعرفي إيقاف التفكير الخاطئ الدحض والإقناع	أوراق فلوسكاب - أقلام جاف - جهاز كمبيوتر	٤٥ دقيقة
٥	تفنيد الأفكار اللاعقلانية والسلبية وفقا لنموذج "ABCDEF"	أن يتعرف التلاميذ علي العلاقة بين التفكير والسلوك وأن يتدرب التلاميذ علي تفنيد الأفكار اللاعقلانية والسلبية وفقاً لنموذج "ABCDEF"	المناقشة والحوار - التعزيز - تصحيح الأفكار التغذية الراجعة	أوراق فلوسكاب - أقلام جاف - جهاز كمبيوتر - شاشة عرض	٤٥ دقيقة
٦	الأفكار السلبية اللاعقلانية حول صورة الذات الجسدية	- تحديد الافكار السلبية الخاطئة و اللاعقلانية وتوضيح أثرها علي صورة الذات الجسدية .	المناقشة الجماعية - وقف الأفكار - الدحض والإقناع - إعادة البناء المعرفي	أوراق فلوسكاب - أقلام جاف - ورق قلاب	٤٥ دقيقة
٧	الأفكار السلبية اللاعقلانية حول صورة الذات الاجتماعية	- تحديد الافكار السلبية الخاطئة وأثرها علي صورة الذات الاجتماعية	المناقشة الجماعية وقف الأفكار - الدحض والإقناع - إعادة البناء المعرفي	أوراق فلوسكاب - أقلام جاف - ورق قلاب	٤٥ دقيقة

م	الجلسة	أهدافها	الفنيات المستخدمة	الأدوات	زمن الجلسة
٨	الأفكار السلبية اللاعقلانية حول صورة الذات المعرفية	تحديد الأفكار السلبية الخاطئة لدي التلاميذ وأثرها علي صورة الذات المعرفية	المناقشة الجماعية ووقف الأفكار، إعادة البناء المعرفي - الدحض والإقناع	أوراق فلوسكاب - أقلام جاف - ورق قلاب	٤٥ دقيقة
٩	الأفكار السلبية اللاعقلانية حول صورة الذات النفسية	تحديد الأفكار السلبية الخاطئة لدي التلاميذ وأثرها علي صورة الذات النفسية	والمناقشة الجماعية - الدحض والإقناع - وقف الأفكار - الحوار السقراطي - إعادة البناء المعرفي	أوراق فلوسكاب - أقلام جاف - ورق قلاب	٤٥ دقيقة
١٠	التخفيف من أثر سجن الأم على الأبناء.	أن يناقش التلاميذ حول أسباب سجن الأم، والآثار المترتبة علي سجن الأم علي الأبناء.	الحوار - المناقشة الجماعية - المحاضرة - التعزيز - التفرغ الانفعالي - النمذجة - التغذية الراجعة	أوراق فلوسكاب - أقلام جاف - ورق قلاب - جهاز CD - كمبيوتر	٤٥ دقيقة
١١	التدريب على الاسترخاء	أن يتعرف التلاميذ علي مفهوم الاسترخاء وفوائده وأنواعه .	الحوار والمناقشة الجماعية - الاسترخاء	أوراق فلوسكاب - أقلام جاف - ورق قلاب - جهاز CD - كمبيوتر	٤٥ دقيقة
١٢	علاقة الحديث الذاتي السلبى بتدني صورة الذات استبداله بحديث ذاتي ايجابي	أن يتعرف التلاميذ علي معنى الحديث الذاتي، أنواع الأحاديث الذاتية والتي ينتج عنها السلوك	المحاضرة - التعزيز - إيقاف التفكير - التغذية الراجعة	أوراق فلوسكاب - أقلام جاف - ورق قلاب - جهاز CD - كمبيوتر	٤٥ دقيقة
١٣	الجلسة الختامية	- مناقشة التلاميذ لإيجابيات وسلبيات البرنامج . ومدى تحقيق البرنامج الإرشادي لأهدافه، تطبيق القياس البعدي، الاتفاق علي ميعاد تطبيق القياس التتبعي	الحوار - المناقشة الجماعية - المحاضرة - التعزيز - التغذية الراجعة	- أوراق فلوسكاب - أقلام جاف - ورق قلاب - جهاز كمبيوتر - شاشة عرض	٤٥ دقيقة

تتكون جلسات البرنامج الإرشادي من (١٣) جلسة عاملة بالإضافة إلي ثلاث جلسات منهم عدد (٢) جلسة توطئة لإعداد التلاميذ وتهيئتهم لحضور البرنامج بمدارسهم + عدد (١) جلسة متابعة .

هـ - بالأساليب الإحصائية :

اختبار ولكوكسون

### نتائج الدراسة ومناقشتها وتفسيرها

#### ١- نتائج الفرض الأول:

ينص الفرض الأول على أنه "توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية من أبناء السجينات الغارمات من تلاميذ المرحلة الإعدادية علي مقياس صورة الذات وأبعاده في القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي. وللتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثة باستخدام الأسلوب الإحصائي اللابارامتري ويلكوكسون Wilcoxon Test للتحقق من دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات عينة الدراسة من أبناء السجينات الغارمات من تلاميذ المرحلة الإعدادية علي مقياس صورة الذات وأبعاده في القياسين القبلي والبعدي، فكانت النتائج على النحو الموضح بالجدول (١).

جدول (١): دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية من أبناء السجينات الغارمات من تلاميذ المرحلة الإعدادية علي مقياس صورة الذات وأبعاده في القياسين القبلي والبعدي (ن = ٥)

الأبعاد	نوع القياس	البيان	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة (Z)	مستوى الدلالة	اتجاه الدلالة	حجم الأثر (r)
الذات الجسدية	قبلي - بعدي	الرتب السالبة	٥	٠	٠	٢.٠٣	٠.٠٥	للقياس البعدي	٠.٩١
		الرتب الموجبة	٥	٣	١٥				
		الرتب المتعادلة	٥	-	-				
الذات الاجتماعية	قبلي - بعدي	الرتب السالبة	٥	٠	٠	٢.٠٢	٠.٠٥	للقياس البعدي	٠.٩
		الرتب الموجبة	٥	٣	١٥				
		الرتب المتعادلة	٥	-	-				
الذات المعرفية	قبلي - بعدي	الرتب السالبة	٥	٠	٠	٢.١٢	٠.٠٥	للقياس البعدي	٠.٩٥
		الرتب الموجبة	٥	٣	١٥				
		الرتب المتعادلة	٥	-	-				
الذات النفسية	قبلي - بعدي	الرتب السالبة	٥	٠	٠	٢.٢٤	٠.٠٥	للقياس البعدي	٠.٩٧
		الرتب الموجبة	٥	٣	١٥				
		الرتب المتعادلة	٥	-	-				
الدرجة الكلية	قبلي - بعدي	الرتب السالبة	٥	٠	٠	٢.٠٢	٠.٠٥	للقياس البعدي	٠.٩١
		الرتب الموجبة	٥	٣	١٥				
		الرتب المتعادلة	٥	-	-				

يتضح من الجدول (١) أن قيمة (Z) للأبعاد جميعها والدرجة الكلية دالة عند مستوى

دلالة (٠.٠٥) بين متوسطي رتب درجات القياسين القبلي والبعدي لصورة الذات.



وبالرجوع إلى عدد الرتب السالبة والموجبة والمتعادلة بكل بعد والدرجة الكلية كذلك؛ نجد أن الرتب الموجبة ذات العدد الأكبر من الرتب السالبة أو المتعادلة، بما يدل على أن مستوى القياس البعدي لصورة الذات لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية من أبناء السجينات الغارمات كان أكبر من مستوى القياس القبلي لها لدى نفس العينة، وبذلك تكون الفروق - إن وجدت - لصالح القياس البعدي، وبذلك يمكن قبول الفرض الأول.

كما قامت الباحثة بحساب حجم الأثر ( $r$ ) الذي أحدثه البرنامج في زيادة مستوى صورة الذات لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية من أبناء السجينات الغارمات سواء للأبعاد المختلفة للمقياس أو الدرجة الكلية له كما هو موضح بالجدول (١) ، وهو حجم أثر كبير وقوي، حيث تتحدد مستويات حجم التأثير تبعاً للجدول المرجعي لمستويات حجم التأثير (إخلاص عبد الحفيظ ، مصطفى باهي، عادل النشار، ٢٠٠٤، ص٢٣٥) ، وتتفق هذه النتيجة مع الدراسات التي استخدمت برامج إرشادية لتنمية وتحسين صورة الذات أو أحد أبعادها (الجسدية - الاجتماعية - المعرفية - النفسية) حيث توصلت إلي وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لدى أفراد المجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي ويتضح ذلك من نتائج دراسات كلا من دراسة إلهام مصطفى حسن (٢٠٠٧)، دراسة زينب محمد أبو حذيفة (٢٠٠٨)، دراسة هالة محمد دياب (٢٠١١) ، دراسة هناء يوسف الشروقي (٢٠١١)، دراسة samar Ahmad Mahmoud (2017) ، دراسة عوشة محمد الكتبي (٢٠١٧)، وجاءت نتائج الفرض متسقة مع ما توصلت إليه نتائج الدراسات السابقة في هذا الجانب مما يدل على أن البرنامج الإرشادي أثبت فاعليته في تحسين صورة الذات لدى أبناء السجينات الغارمات من تلاميذ المرحلة الإعدادية .

وفي ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة ترى الباحثة أن استخدام فنيات العلاج السلوكي المعرفي كان له أثراً كبيراً لتحقيق أهداف البرنامج في تحسين صورة الذات لدى أبناء السجينات الغارمات وذلك من خلال استخدام الاستراتيجيات المستخدمة في جلسات البرنامج (المناقشة والحوار - التعزيز - إعادة البناء المعرفي - المحاضرة والمناقشة الجماعية - النمذجة - الاسترخاء - الواجبات المنزلية - التغذية الراجعة - الحوار السقراطي - العصف الذهني - الحديث مع الذات - دحض الأفكار غير العقلانية ) .

بالإضافة إلى مراعاة البرنامج الإرشادي لمجموعة من الأسس والمبادئ أهمها وضوح فكرة البرنامج والهدف الرئيسي له وهو تحسين صورة الذات لدي أبناء السجينات الغارمات، مرونة البرنامج ليتناسب مع طبيعة أفراد مجموعة الدراسة، وأيضاً تنوع وتكامل الأنشطة والتدريبات المقدمة في البرنامج، مما كان له الأثر الكبير في فاعلية البرنامج الإرشادي السلوكي المعرفي المستخدم في الدراسة الحالية .

## ٢- نتائج الفرض الثاني:

ينص الفرض الثاني على أنه "لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية من أبناء السجينات الغارمات من تلاميذ المرحلة الإعدادية علي مقياس صورة الذات وأبعاده في القياسين البعدي والتتبعي بعد مرور فترة المتابعة". وللتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثة باستخدام الأسلوب الإحصائي اللابارامتري ويلكوكسون Wilcoxon Test للتحقق من دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات عينة الدراسة من أبناء السجينات الغارمات من تلاميذ المرحلة الإعدادية علي مقياس صورة الذات وأبعاده في القياسين البعدي والتتبعي، فكانت النتائج على النحو الموضح بالجدول (٢).

جدول (٢): دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات العينة التجريبية من أبناء السجينات الغارمات من تلاميذ المرحلة الإعدادية علي مقياس صورة الذات وأبعاده في القياسين البعدي والتتبعي (ن = ٥)

الأبعاد	نوع القياس	البيان	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة (Z)	مستوى الدلالة	اتجاه الدلالة
الذات الجسدية	بعدي - تتبعي	الرتب السالبة	١	٢	٢	٠.٥٧٧	غير دالة	-
		الرتب الموجبة	٢	٢	٤			
		الرتب المتعادلة	٢	-	-			
الذات الاجتماعية	بعدي - تتبعي	الرتب السالبة	١	٢	٢	١.٨٤	غير دالة	-
		الرتب الموجبة	٠	٠	٠			
		الرتب المتعادلة	٤	-	-			
الذات المعرفية	بعدي - تتبعي	الرتب السالبة	٠	٠	٠	١.٩٨	غير دالة	-
		الرتب الموجبة	٤	٢.٥	١٠			
		الرتب المتعادلة	١	-	-			
الذات النفسية	بعدي - تتبعي	الرتب السالبة	١	٢	٢	٠.٥٧٧	غير دالة	-
		الرتب الموجبة	٢	٢	٤			
		الرتب المتعادلة	٢	-	-			
الدرجة الكلية	بعدي - تتبعي	الرتب السالبة	١	٢	٢	١.٨٤	غير دالة	-
		الرتب الموجبة	٠	٠	٠			
		الرتب المتعادلة	٤	-	-			

يتضح من الجدول (٢) أن قيمة (Z) للأبعاد جميعها والدرجة الكلية غير دالة بين متوسطي رتب درجات القياسين البعدي والتتبعي لصورة الذات، وبذلك يمكن قبول الفرض الثاني.

وتشير هذه النتيجة إلي تحقق صحة الفرض الثاني للدراسة الحالية من حيث عدم وجود فروق بين القياسين البعدي والتتبعي لمجموعة الدراسة علي مقياس صورة الذات لاستمرارية أثر البرنامج الإرشادي السلوكي المعرفي لدي أبناء السجينات الغارمات من تلاميذ المرحلة الإعدادية وما احتواه البرنامج من فنيات سلوكية معرفية وأنشطة استهدفت تحسين صورة الذات بأبعادها المختلفة (الجسدية - الاجتماعية - المعرفية - النفسية) .

وترى الباحثة أن الإرشاد القائم علي فنيات العلاج السلوكي المعرفي في الدراسة الحالية مكن أفراد مجموعة الدراسة من تعديل سلوكياتهم وإحداث تغيير في أساليبهم الإدراكية للأمور وإكسابهم نماذج سلوكية جيدة تستمر معهم بعد انتهاء البرنامج ، ونتيجة للواجبات المنزلية وعمليات التقييم التي قامت بها الباحثة مع التلاميذ أدي إلي استمرار أثر البرنامج الإرشادي السلوكي المعرفي علي أفراد عينة الدراسة أبناء السجينات الغارمات من تلاميذ المرحلة الإعدادية بعد انتهاء البرنامج ومرور فترة المتابعة (شهر) . وهذه النتائج تتفق مع ما انتهت إليه دراسة سحر عبد الحميد غمري (٢٠٠٣) ، ودراسة صفاء حطيبة (٢٠١٨) حيث أشارت إلي عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين البعدي والتبعي بعد مرور فترة المتابعة .

### توصيات الدراسة

- ١- تفعيل دور الاسرة وأهمية وجود الآباء مع أبنائهم وخاصة في المراحل الاولي من حياتهم لتوفير بيئة داعمة لهم .
- ٢- تدعيم صورة الذات الإيجابية لدي تلاميذ المرحلة الإعدادية عند قيامهم بممارسات جيدة وأنشطة مفيدة .
- ٣- اشتراك التلاميذ المحرومين من الرعاية الوالدية وخاصة أبناء السجينات في الأنشطة المختلفة بالمدرسة لتنمية مهاراتهم وزيادة ثقتهم بأنفسهم .
- ٤- التعاون مع كافة الجهات المسئولة لرعاية هؤلاء التلاميذ المحرومين من الأم والرعاية الأسرية نتيجة تعرضهن للسجن .
- ٥- العمل علي توفير أخصائيين اجتماعيين ونفسيين في المدارس لتقديم التوجيه والإرشاد للتلاميذ المحرومين من الأم ومراعاة خصائص المرحلة السنية لهم .

### البحوث المقترحة

- ١- إجراء دراسة وصفية تربط صورة الذات بمتغيرات نفسية اخري كالسلوك العدوانى ، والسلوك الإنسحابي وخاصة لدي أبناء السجينات الغارمات .

- ٢- إجراء دراسة عن العلاقة بين صورة الذات والإعاقة الجسمية لدى أبناء السجينات الغارمات .
- ٣- إعداد برامج إرشادية لتنمية مفهوم الذات الإيجابي لدى الأبناء المحرومين من الرعاية الوالدية علي أثر السجن .
- ٤- الاهتمام بالدراسات الإكلينيكية المتعمقة لمنخفضي صورة الذات من المراهقين والشباب من الجنسين من أبناء السجناء للوقوف علي الدوافع النفسية الكامنة وراء ذلك .
- ٥- إجراء دراسة بنفس البرنامج الإرشادي المقدم في الدراسة الحالية علي عينة من التلاميذ الذكور والإناث وتوضيح إلى أي درجة توجد فروق بين الجنسين في تأثير البرنامج .
- ٦- إعداد برامج إرشادية قائمة على فنيات علم النفس الإيجابي لمعالجة المشكلات النفسية والاجتماعية التي تواجه الطلاب والطالبات أبناء السجناء في المراحل الدراسية المختلفة.

#### أولا : المراجع العربية:

- إبراهيم عز الدين (٢٠٠٩). العنف ضد أسر السجناء ، وتصور مقترح لدي المنظم الاجتماعي في مواجهته. المؤتمر العلمي السنوي العشرون ، الفيوم ، كلية الخدمة الاجتماعية ، (٢).
- أحسن طالب (٢٠٠٢). الجريمة والعقوبة والمؤسسات الإصلاحية، دارالطلّاع ، بيروت،، أوفير للطباعة والنشر: الأردن .
- بدرية محمد العتيبي(٢٠١٥). المشكلات الاجتماعية التي تواجه أسر السجناء والسجينات بالمجتمع السعودي: من نظر عينة من الطالبات والأخصائيات الاجتماعيات والمرشدات الطالبات بمدارس المرحلة الثانوية للبنات بمدينة الرياض. مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية والعلوم الإنسانية ، كلية الخدمة الاجتماعية ، جامعة حلوان ، ٣٩(١١).
- أحمد عبدالمقصود محمد (٢٠١٠) . فعالية نموذج التركيز علي المهامفي تخفيف حدة مشكلات العلاقات الاجتماعية لأبناء السجينات المودعين بالمؤسسات الإيوائية ، رسالة دكتوراة ، كلية الخدمة الاجتماعية ، جامعة حلوان .
- إخلاص محمد عبد الحفيظ ومصطفى حسين باهي وعادل محمد النشار(٢٠٠٤). التحليل الإحصائي في العلوم التربوية . القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية .
- إلهام مصطفى حسين (٢٠٠٧) . مدي فاعلية برنامج إرشادي لتحسين صورة الذات لدي عينة من أطفال الشوارع. رسالة ماجستير ، قسم العلوم الإنسانية البيئية ، جامعة عين شمس .

أوسيم وصفي (٢٠١١). الصورة الذاتية ، أوفير للطباعة والنشر : الأردن:

بدرية محمد العتيبي(٢٠١٥).المشكلات الاجتماعية التي تواجه أسر السجناء والسجينات بالمجتمع السعودي : من نظر عينة من الطالبات والأخصائيات الاجتماعيات والمرشدات الطلابيات بمدارس المرحلة الثانوية للبنات بمدينة الرياض. مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية والعلوم الإنسانية ، كلية الخدمة الاجتماعية ،جامعة حلوان، ٣٩(١١) ١٦٥-٢١٩.

حميدة محمد (٢٠٠٣). الدفاع الاجتماعي والخدمة الاجتماعي ، مؤسسة الكوثر للطباعة ، القاهرة .  
رأفت عبد الله محمد ( ٢٠٠٤). رعاية الأسرة والطفولة ، دار العلوم للنشر والتوزيع ، القاهرة.  
زينب سيد عبدالحميد عثمان (٢٠١٣). القلق الاجتماعي وعلاقته بصورة الذات كما يراها المراهقين في ظل الواقع الافتراضي . مجلة كلية الآداب بقنا ، كلية الآداب ، جامعة جنوب الوادي ،  
(٤١) : ٤٤٢-٣٧٥ .

زينب محمد أبو حذيفة (٢٠٠٨). فاعلية بعض فنيات العلاج بالسيكودراما في تعديل صورة الذات للفتيات المفضلات الإقامة في المؤسسات الإيوائية. رسالة دكتوراه، معهد الدراسات العليا للطفولة .  
جامعة عين شمس .

سعيد الغامدي (١٩٩٣). الرعاية الاجتماعية في السجون، الأهداف وسبل التطوير، دراسة استطلاعية لآراء المسجونين، الرياض، مركز أبحاث مكافحة الجريمة.  
سحر عبدالحميد عمري (٢٠١٣). فعالية العلاج المعرفي السلوكي في خفض أعراض اضطراب صورة الجسم لدي المراهقات ، رسالة ماجستير ، كلية التربية ، جامعة الزقازيق .  
صفاء عبد الزهرة الجمعان (٢٠١٨). صورة الذات العامة وعلاقتها بالتمرد النفسي لدي طلبة مرحلة الدراسة المتوسطة. مجلة أبحاث البصرة للعلوم الإنسانية، كلية التربية للعلوم الإنسانية،  
جامعة البصرة.  
٤٣(١)، ٢٢-٤٧.

صفاء فضل هاشم شحاته (٢٠٢٠). فعالية نموذج حل المشكلة في إطار الممارسة العامة في الخدمة الاجتماعية في التخفيف من حدة المشكلات الاجتماعية لأبناء السجينات ، مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية والعلوم الإنسانية، ٥١ ( ٣ ) ، يوليو ٢٠٢٠.  
صفاء محمد حطيبة(٢٠١٨). برنامج إرشادي لخفض حدة بعض المشكلات السلوكية لدي أطفال السجينات ، كلية رياض الاطفال ، جامعة الإسكندرية.

- كامل عبد الحميد عباس (٢٠٠٦). أثر البرنامج التدريبي في تطوير مفهوم الذات لدى طلاب المرحلة المتوسطة. دراسات موصلية – العدد الثاني عشر ، كلية التربية ، جامعة الموصل .
- مصطفى السعيد جبريل (١٩٩٥). التنشئة الاجتماعية ودور الأسرة، المنصورة: دار عامر للطباعة والنشر.
- نادرة جميل حمد (٢٠٠٤). صورة الذات وعلاقتها بالتفاعل الاجتماعي. رسالة ماجستير. كلية الآداب ، جامعة بغداد .
- نجاة عمر حسن (٢٠٠٩). صورة الذات لدى المراهقين وعلاقتها ببعدي الانبساطية والعصابية. رسالة ماجستير، جامعة صنعاء، اليمن.
- نوره ممدوح محمود (٢٠١٤). أدوار الممارس العام في الخدمة الاجتماعية في التخفيف من الضغوط الحياتية لأبناء أسر السجناء، رسالة ماجستير ، جامعة أسيوط ، كلية الخدمة الاجتماعية .
- ياسمين علي مصيلحي (٢٠٢٠). فاعلية المشروعات الاجتماعية في تحسين نوعية حياة الغارمات. مجلة كلية الخدمة الاجتماعية للدراسات والبحوث الاجتماعية ، كلية الخدمة الاجتماعية ، جامعة الفيوم ، ١٩ ، ٥٤٣-٥٧٢ .

## ثانيا: المراجع الأجنبية:

- Bayat، E، Rahimian، I، Talepasand، S،Yousefichaijan،p، Hamidi،Z .(2016).Effect Of famil based cognitive behavioral therapy in modification of self- image associated with obesity among children، *journal of Mazandaran University. Of Medical Sciences*،26 (137) ، 115-127. Christina N. Sample (2013). *Maternal Incarceration and its Effects on Childre and Families*،Alliant International.University
- Gaston، Roberta Tread Way (2009). *Collateral damage:Examining the impact maternal Incarceration on the social، emotional behavioral and educational functioning of children:Released mothers' perspective*، Cleveland State University ، United State.Nair، Sruthy؛ Sahu، Aparna؛ Moosath، Harishankar. Stereotype Threat and Psychological Wellbeing in Children of prisoners *International Journal of Criminal Justice Siences؛ Thirunelveli*.14،I.2، (Jul-Dec 2019):283-297.DOI:10.52813723118.
- Samar ، Ahmed Mahmoud (2017) . *Counselling program for Acceptnof Body Image and its Effects on self – Esteem among adolescent Girls ،for partial fulfillment of doctoral degree in Nursing science ( Community Health Nursing )، Faculty of Nursing.*