

**فاعلية برنامج إرشادي في تخفيف  
الشعور بالخزي لدى عينة من المراهقين  
الاعتمدين على المواد النفسية**

**إعداد**

**الباحثة / هاجر محمد عبدالعزيز مصيلحي هلال**  
باحثة ماجستير كلية الدراسات العليا للطفولة  
جامعة عين شمس

**أ.د / محمد رزق البحيري**      **أ.د / هبة حسين إسماعيل**  
أستاذ علم النفس وكيل كلية      أستاذ علم النفس بكلية البنات  
الدراسات العليا للطفولة      جامعة عين شمس  
جامعة عين شمس

تاريخ الاستلام : ٢٠٢١/٢/١ م

تاريخ القبول : ٢٠٢١/٢/٧ م



## ملخص:

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن فاعلية برنامج إرشادي في خفض الشعور بالخزي لدى عينة من المراهقين المعتمدين على المواد النفسية، وتكونت عينة الدراسة من (ن=٢٠) مراهقاً من المعتمدين على المواد النفسية مقسمين لمجموعتين (ن=١٠) مراهقين للمجموعة التجريبية، وكذلك (ن=١٠) مراهقين للمجموعة الضابطة تراوحت أعمارهم ما بين (١٦ : ١٨) عاماً، واعتمدت الدراسة على أدوات كانت قائمة البيانات الأولية (إعداد: الباحثة)، ومقياس الشعور بالخزي للمراهقين المعتمدين على المواد النفسية (إعداد: الباحثة)، وبرنامج إرشادي خفض الشعور بالخزي للمراهقين المعتمدين على المواد النفسية (إعداد: الباحثة)، ومقياس المصفوفات المتتابعة الملونة لرافن (عماد أحمد، ٢٠١٦)، ومقياس المستوى الاقتصادي الاجتماعي الثقافي (إعداد: محمد البحيري، ٢٠٠٢)، وتوصلت النتائج إلى فاعلية البرنامج الإرشادي في خفض الشعور بالخزي لدى عينة الدراسة من المراهقين المعتمدين على المواد النفسية (المجموعة التجريبية).

## Abstract:

**The effectiveness of a counseling program in reducing Feeling ashamed among a sample of adolescents who depend on psychological materials.**

This study aimed to reveal the effectiveness of a counseling program in reducing Feeling ashamed among a sample of adolescents dependent on psychological materials, and the study sample consisted of (n = 20) adolescents who depend on psychological materials divided into two groups (n = 10) adolescents for the experimental group, as well as (N = 10) adolescents of the control group whose ages ranged between (16: 18) years, and the study relied on tools that were a list of primary data (preparation: the researcher), a Feeling ashamed scale for adolescents dependent on psychological materials (preparation: the researcher), and a counseling program to reduce stigma Self-assessment for adolescents dependent on psychological materials (Prepared by: the researcher), Raven's Colored Sequential Matrix Scale (Imad Ahmed, 2016), and the Socio-cultural Economic Level Scale (Prepared by: Muhammad Al-Beheiri, 2002). Results were found to reduce feelings of shame among the study sample of adolescents dependent on psychological subjects (experimental group).

## مقدمة:

تعد مشكلة تعاطي المخدرات من أكثر المشكلات الاجتماعية التي شاع انتشارها في العالم، والتي تهدد صحة الشباب النفسية والاقتصادية والاجتماعية لما تحدثه من أضرار خطيرة على مستوى الفرد والأسرة والمجتمع، وأنه ليس من السهل على أي دولة في وقتنا الحاضر أن تكف أذى الإدمان عن أبنائها وهذه المشكلة غالباً ما تبدأ في فترة المراهقة.

وتشكل المواد المؤثرة نفسياً بكل أنواعها إحدى المحاولات البائسة للمعتمد للخروج من مشكلاته والتغلب على الأعراض النفسية والحالات المزاجية المضطربة، لهذا يمثل العقار مرتبة أسمى في مراتب عالم الموضوعات النفسي عند المتعاطي، مع التورط البدني والعصبي له مع التعاطي، حيث يصبح العقار نفسه والسلوك الإدماني مشكلة مركبة كبرى لا يستطيع المتعاطي أن يتخلص منها بمفرده (عبدالله عسكر ورشا الديدي، ٢٠١٠).

ويخلق الاعتماد على المواد المؤثرة نفسياً مواقف مؤلمة تثير الخزي الشديد والخوف والغضب والذنب. فهناك كلمات مرتبطة باستخدام المواد المؤثرة نفسياً قد تكون لها تأثير سام للمرتبطين بها، وكل شخص له تجربة مختلفة أيضاً، فالكلمة التي قد تكون مؤذية لشخص يمكن أن تكون شافية لآخر وتكون مهينة لآخر (أميرة هريدي، ٢٠١٩)، فالاعتماد بكافة صورته وأشكاله خطر يؤثر تأثيراً مخرباً في حياة الفرد والأسرة والمجتمع، فهو يدمر شخصيته ويهدم الأسرة ويسبب خسارة قومية فادحة (حامد عبدالسلام، ٢٠١٥: ٤٣٩).

وينكر الذين يعانون من الإدمان هذه المشاكل لتجنب العقوبة، ويذهب، لهذا السبب قد يكون من الصعب أن نحدد بدقة أولئك الذين لديهم مشاكل فعلية ويحتاجون المساعدة في تقليص أو الإقلاع عن تعاطي المخدرات والشعور بالشعور بالخزي (Smith, 2018).

وتختلف طبيعة وشدة الشعور بالخزي الموجهة تجاه المدمنين عن اتجاهات الشعور بالخزي ضد المرضى النفسيين بصفة عامة حيث يتعرض المتعاطي للمواد المؤثرة نفسياً إلى مستويات شديدة من الشعور بالخزي، نظراً لأن سوء استخدام المواد المؤثرة نفسياً لا يعد من حالات الاضطرابات النفسية الناتجة عن علة طبية ولكنه يعد فعلاً من اختيار الشخص المستخدم أو فشل أخلاقي أدى به إلى هذا السلوك، وأن المسؤولية تقع على عاتقه لوصوله لمثل هذه الحالة وينبغي تجنبه اجتماعياً، مما يجعله معزولاً بصورة مباشرة عن التفاعلات الاجتماعية المقيدة (رشا عبدالفتاح، ٢٠١٥)، وعادة ما يصاحب الإدمان شعور بالخجل أو وصم الذات وتؤدي الشعور بالخزي إلى الافتقار للتفاعل الاجتماعي وذلك للصورة السلبية المرتبطة بالإدمان (Matthews, Dwyer & Snoek, 2017).

ورغم من وجود مستويات مرتفعة من الشعور بالخزي بين الأفراد الذين يتعاطون المواد المخدرة إلا أن مستويات الشعور بالخزي مختلفة بينهم وهناك معلومات محدودة لهذا الاختلاف، كما أن هناك فئات معينة من متعاطي المخدرات مرتبطة بشكل ضعيف مع الشعور بالخزي (Brown, Kramer, Lewno, Dumas, Sacchetti, & Powell, 2015).

ولتأثير الشعور بالخزي على المراهق المعتمد على المواد النفسية سلبياً في كل جوانب حياته بصفة عامة وصحته النفسية بصفة خاصة، لذا أجريت هذه الدراسة للتحقق من فاعلية برنامج إرشادي في تخفيف الشعور بالخزي لدى عينة من المراهقين المعتمدين على المواد النفسية.

#### مشكلة الدراسة:

ترجع أهمية مشكلة الإدمان إلى أنها ذات جوانب متعددة لا يختلف تأثيرها في أي دولة سواء كانت متقدمة أو نامية، حيث أصبحت تبعات استعمال المواد المخدرة والأمراض المصاحبة لاستعمالها أحد أهم أسباب جرائم العنف والقتل

والاغتصاب وانتشار الأمراض المعدية وحوادث السيارات والتشرد ونقص الإنتاج والفسل في التعليم؛ وهى الأعباء الاجتماعية الخطيرة المنتشرة في دول العالم بالإضافة إلى الأعباء الصحية والبدنية والنفسية على المتعاطي مثل إصابات الجهاز التنفسي والدوري والكبد وما تتبعه من خسائر في اقتصاد مختلف دول العالم وهو ما حدده التقرير العالمي للصحة لسنة (٢٠٠٢) أن سوء استعمال المواد المغيبة للعقل يمثل (٨,٩%) من إجمالي العبء الناتج عن المرض في العالم (عماد حمدي ورائيا ممدوح، ٢٠٠٩).

ورغم من الجهود المبذولة في جميع بقاع العالم لمحاصرة مشكلة المخدرات، فقد ظل معدل تناول المخدرات خلال السنوات الخمس المنتهية بعام (٢٠١٠)، يتراوح ما بين (٣,٤% و٦,٦%) أي ما نسبته (٥%) من مجموع معدل السكان البالغين في العالم (الأشخاص الذين تتراوح أعمارهم ما بين (١٠-٦٤) عاماً وذلك حسب التقرير العالمي للمخدرات (نها أحمد ومنن عبدالمقصود وألبرت ادوارد ووائل السيد، ٢٠١٥).

أما استخدام المواد التي تسبب الإدمان خلال الـ (١٢) شهراً السابقين فيتضح في فشل أو إهمال جسيم في إنجاز مسؤوليات العمل أو الدراسة أو المنزل، استخدام المخدرات في مواقف تمثل خطورة مثل قيادة السيارات، حدوث مشكلات قانونية بسبب استخدام المخدرات، وحدثت مشاكل اجتماعية وشخصية.

وقد وجد أن نسبة التعاطي (سوء الاستعمال) تعادل (٩%) تصل منها نسبة تعاطي القنب (٤,١%)، ونسبة تعاطي الحشيش (٣,٧%)، أما عن نسبة الأفيونات (٣,١%)، وكانت نسبة تعاطي الكحوليات (١%)، ونسبة استخدام المهدئات والمنومات تمثل (٠,٣%)، ونسبة سوء استعمال المنشطات (٠,١%)، وكانت نسبة إدمان المخدرات بين الذكور تعادل (٤,٩%)، بينما الإناث يمثلن (٠,٧%)، أي أن نسبة الإدمان بين الذكور والإناث تعادل (٧:١)، وكانت نسبة المراهقين من (١٥-١٩)

عاماً (٢,٣%) (نها أحمد ونرمين محمود وسالى نوبى، ٢٠١٩: ٢٥).

وتعد الشعور بالخزي والخزي والقوالب السلبية النمطية سببا في تدمير قدرات الأفراد على التعافي، وكثيرا من الأفراد الذين يعانون من استخدام المواد النفسية يدفعون إلى العزلة في مواجهتهم الرفض والتمييز من قبل المجتمع غير المستخدم لتلك المواد المؤثرة نفسياً (أميرة هريدى، ٢٠١٩).

وكذلك تسبب الأخطاء والآثار الدالة على الانحطاط الخلقي للأشخاص في المجتمع، فتصنفهم بسمات تجلب لهم العار أو تثير الشائعات، فهي أكثر من مجرد الفعل الرسمي من جانب المجتمع تجاه الفرد الذي أساء التصرف فتكشف عن الاختلاف الملحوظ عن بقية الأفراد، وتزداد بناءً على حجم نظرة المجتمع إلى المنحرفين (يوسف مصطفى، ٢٠١٩).

ولاتفاق الدراسات السابقة على ارتفاع الشعور بالخزي لدى المراهقين المعتمدين على المواد النفسية (رشا عبدالفتاح، ٢٠١٥؛ Brown et al., 2015) وإمكانية تخفيف الشعور بالخزي لدى المراهقين المعتمدين على المواد المؤثرة نفسياً (سميرة جميل، ٢٠١٣؛ Fung, 2010)، ولندرة الدراسات التي تناولت تخفيف الشعور بالخزي لدى المراهقين المتعافين من الاعتماد على المواد النفسية - في حدود ما اطلعت عليه الباحثة - أجريت هذه الدراسة، وتثير مشكلة الدراسة  
السؤالين التاليين:

١- هل يساعد البرنامج الإرشادي في تخفيف الشعور بالخزي لدى عينة الدراسة من المراهقين المعتمدين على المواد النفسية؟

٢- هل تستمر فاعلية البرنامج في تخفيف الشعور بالخزي لدى عينة الدراسة من المراهقين المعتمدين على المواد النفسية المجموعة التجريبية (من خلال القياس التتبعي)؟

### هدفا الدراسة:

هدفت هذه الدراسة إلى:

- ١- إعداد برنامج إرشادي لتخفيف الشعور بالخزي لدى عينة من المراهقين المعتمدين على المواد النفسية والتحقق من فاعلية ذلك.
- ٢- تقصى استمرارية تأثير البرنامج في تخفيف الشعور بالخزي لدى عينة الدراسة من المراهقين المعتمدين على المواد النفسية (من خلال القياس التبعي).

### أهمية الدراسة:

تحددت أهمية الدراسة في:

#### أولاً- الأهمية النظرية:

- ٣- ندرة الدراسات التي تناولت تخفيف الشعور بالخزي لدى المراهقين المعتمدين على المواد النفسية - في حدود ما اطلعت عليه الباحثة - في البيئة العربية.
- ٤- قد تزودنا الدراسة ببعض المعلومات عن تخفيف الشعور بالخزي لدى عينة من المراهقين المعتمدين على المواد النفسية.

#### ثانياً- الأهمية التطبيقية:

- ٥- قد تساعد الدراسة في الاقتراب من الواقع النفسي للمراهق المعتمد على المواد النفسية ومحاولة التقريب بينه وبين المجتمع.
- ٦- تقدم الدراسة برنامج لتخفيف الشعور بالخزي لدى المراهقين المعتمدين على المواد النفسية، وهو قد يوجه أنظار المتخصصين في علاج الإدمان لأهمية إدراج تخفيف الشعور بالخزي أثناء علاج الإدمان لدى المدمنين.



## مفاهيم الدراسة:

### أولاً- الشعور بالخزي:

هو المشاعر والسلوكيات السلبية التي تسيطر على أفكار الفرد مع وجود أفكار نمطية شائعة ناتجة عن ردود الأفعال المجتمعية السلبية (Garg & Raj, 2019). هو حالة ناشئة من تصديق المرض النفسي لمشروعية وصمة الجماعة له، حيث يدرك ويتقبل الأنماط والصفات السلبية السائدة عن المريض النفسي، ويستدخلها لنسقه القيمي فيحكم بها على ذاته (فدوى أنور، ٢٠٢٠).

**التعريف الإجرائي:** هو شعور المراهق المعتمد على المواد النفسية بعدم القبول الاجتماعي وتشوه الهوية والإحساس بالخزي والعار والدونية مما يجعله ينعزل عن الآخرين ويتعد عنهم، وتبدو في سلوكيات عدم التقبل وضعف الثقة بالنفس والعزلة، والتجنب والتمييز والشعور بالخزي وانخفاض تقدير الذات، ويعبر عنها إجرائياً بالاستجابات اللفظية لعينة الدراسة من المراهقين المعتمدين على المواد النفسية على مقياس الشعور بالخزي للمراهقين (إعداد الباحثة).

### ثانياً- الاعتماد على المواد النفسية:

كما أنها أي منتج غير الطعام والشراب الصحي الذي يؤثر في طبيعة شعور الفرد وتفكيره ووظائفه الحسية؛ مما يؤثر في العمل السوي للوظائف النفسية والعقلية والجسدية، كما يمكن أن يدخل للجسم من خلال الحقن والتدخين والشرب (Ekpenyong, 2012: 261).

هي كل مادة خام أو مستحضرة تحتوى على مواد منبهة أو مسكنة من شأنها إذا استخدمت في غير الأغراض الطبية أو الصناعية أن تؤدي إلى حالة من الاعتماد أو الإدمان عليها مما يضر بالفرد جسدياً ونفسياً وبالمجتمع (باسم الطويسى ومحمد

النصرات وعبدالرزاق المعاني وبشير كريشان، ٢٠١٣).

**التعريف الإجرائي:** هو الرغبة القهرية المتكررة لتعاطي مادة نفسية أو أكثر مع حدوث تغيرات فسيولوجية ومعرفية وسلوكية يترتب عليها آثار سيئة متعددة كالشعور بالخزي والرفض وانخفاض تقدير الذات واضطراب العلاقات مع الآخرين على عينة الدراسة من المراهقين الذكور الذين تراوحت أعمارهم ما بين (١٦-١٨) عاماً ويعتمدون على المواد النفسية (الحشيش) وقد تم تشخيصهم ضمن محكات طبية ونفسية وترتفع لديهم الشعور بالخزي (إعداد الباحثة).

**ثالثاً- البرنامج:**

هو مجموعة من الإجراءات والأنشطة المنظمة والمخططة التي تقوم على نظرية العلاج المعرفي السلوكي لإحداث تغيرات في التفكير والوجدان والسلوك (أحمد أمين، ٢٠١٥).

كما أن أسلوب علاجي مخطط ومنظم مبنى على خطوات وأسس علمية وعملية منظمة شاملة يتم فيها تحديد مجموعة من الأنشطة والمهارات والخبرات من أجل مساعدة الأفراد لحل المشكلات التي تواجههم لتخفيف الضغوطات النفسية في جميع مجالات الحياة (أسماء عبدالله، ٢٠١٥).

**التعريف الإجرائي:** هي إجراءات منظمة ومخططة وفق مجموعة من الاستراتيجيات المختلفة المناسبة لطبيعة الشعور بالخزي وخصائص عينة الدراسة من المراهقين المعتمدين على المواد النفسية والأنشطة والأدوات التي ستستخدم وذلك بهدف تخفيف الشعور بالخزي من خلال البرنامج الإرشادي لتخفيف الشعور بالخزي لدى المراهقين المعتمدين على المواد النفسية (إعداد الباحثة).

## دراسات السابقة

تتضمن محورين:

أولاً- دراسات تناولت الشعور بالخزي لدى المراهقين المعتمدين على المواد النفسية:

(١) قام ساتلر وآخرون (Sattler et al., 2017) بدراسة هدفت إلى معرفة الآثار الضارة للشعور بالخزي على عينة من المعتمدين على المخدرات ومقارنتها بالأمراض العقلية الأخرى، ولتحقيق ذلك تم تطبيق مقياس الشعور بالخزي، ومقياس الاضطرابات الشخصية على عينة تكونت من (٢٨٥٧) من أعمار مختلفة، وقد أشارت النتائج إلى ارتفاع الشعور بالخزي لدى المعتمدين على المخدرات مقارنة بالاضطرابات العقلية الأخرى وعدم رغبتهم في التعليم العالي وانخفاض احترام الذات لديهم، كذلك اتضح تأثير الشعور بالخزي بشكل أكبر على المعتمدين على المخدرات منذ فترات طويلة.

(٢) أجرى كومار وسنغ وبالهاردي (Kumar, Singh, & Balhardy, 2018) دراسة لتقييم الإعاقة في الحياة لدى المرضى الذين يعانون من تعاطي المواد الأفيونية وعلاقتها بالشعور بالخزي، تكونت عينة الدراسة من (١٦٨) مريضاً من مراكز الإدمان تراوحت أعمارهم ما بين (١٤-٥٠) عاماً، تم تطبيق مقياس الشعور بالخزي، ومقياس تقييم الإعاقة، وأظهرت النتائج تأثر مجالات الحياة بتعاطي المواد الأفيونية، وارتباط الشعور بالخزي مع المواد الأفيونية ارتباطاً موجباً، وكان مجال العمل أكثر المجالات تأثراً بالشعور بالخزي.

(٣) وقام ميلتشور وآخرون (Melchior et al., 2019) بدراسة هدفت إلى التحقق من النموذج التدريجي للشعور بالخزي مع النساء المعتمدات على المواد النفسية واضطراب كرب ما بعد الصدمة، وتكونت عينة الدراسة من (٣٤٣) من الإناث تراوحت أعمارهم ما بين (١٨-٢٧) عاماً، تم تطبيق مقياس

الاعتماد على الكحول واستئتيان صدمة الطفولة للاكتئاب ومقياس حدة الإدمان، وأسفرت النتائج عن عدم وجود تأثير لدرجات اضطراب ما بعد الصدمة في أي مرحلة من الشعور بالخزي، وصغر السن ينبئ بقبول التتميط السلبي، ويزداد تطبيق التتميط السلبي على الذات لدى السيدات صغيرات السن ذوات الاكتئاب المرتفع، وارتفاع الشعور بالخزي لدى السيدات المعتمدات على المواد النفسية.

### ثانياً- دراسات تناولت إمكانية تخفيف الشعور بالخزي لدى المراهقين:

(١) قامت رشا محمد (٢٠١٧) بدراسة هدفت إلى الكشف عن معرفة أثر برنامج لتنمية الرضا عن الحياة وتقدير الذات في خفض الشعور بالخزي لدى عينة من المراهقين بالمؤسسات الإيوائية، وتكونت عينة الدراسة من (٨٢) مراهقاً من الأيتام مجهولي النسب (٤٠) من الذكور، و(٤٢) من الإناث تم تقسيمها إلى مجموعتين مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة، وتم تطبيق مقياس تقدير الذات، ومقياس الرضا عن الحياة، ومقياس الشعور بالخزي، واختبار روتر وساكنس لتكملة الجمل، والمقابلة الإكلينيكية؛ بالإضافة إلى البرنامج الإرشادي، وكشفت النتائج عن وجود فروق بين الذكور والإناث على متغيراتها في اتجاه الذكور والإناث، وأن المتغيرات الدينامية تختلف باختلاف المتغيرات الديموغرافية المتمثلة في (مدة الإقامة في المؤسسة، ونوع فئة الحرمان)، كما أكدت على فاعلية البرنامج في تنمية الرضا عن الحياة وتقدير الذات كاستراتيجية فعالة في خفض الشعور بالشعور بالخزي.

(٢) قام لورنزو وجويز لوبيز وريجارديرا (Lorenzo, Jose-Lopez & Regadera, 2018) بدراسة هدفت إلى التعرف على فاعلية التواصل الاجتماعي في خفض الشعور بالخزي لدى المراهقين المضطربين عقلياً ولتحقيق ذلك طبق مقياس الشعور بالخزي، واختبار تشخيص الأمراض العقلية،

وإجراءات العلاج من خلال ورش عمل للتدريب على التواصل الاجتماعي الفعال، والتدريب على مهارات توكيد الذات على عينة تكونت من (٤٧) شخصاً مقسمين إلى مجموعتين (٢٥) بتشخيصات مختلفة للأمراض العقلية (الاكتئاب والتوحد وتعاطي المخدرات والاضطراب الذهاني واضطراب القلق)، و(٢٢) شخص بدون اضطرابات عقلية، وأشارت النتائج إلى فاعلية البرنامج في خفض الشعور بالخزي للمراهقين والشباب الذين يعانون من اضطرابات عقلية، وذلك عن طريق التدريب على التواصل الاجتماعي.

٣) قام فيرونا (Verona, 2020) بدراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين اضطراب تعاطي المواد النفسية والشعور بالخزي وإمكانية علاجها، وتكونت عينة الدراسة من (٤٩) مراهقاً من المعتمدين على المواد النفسية تراوحت أعمارهم ما بين (١٨-٦٠) عاماً، وتم تطبيق مقياس الشعور بالخزي، ونموذج التسامح الذاتي باستخدام الجلسات الفردية، وأشارت النتائج إلى ارتفاع الشعور بالخزي لدى المراهقين المعتمدين على المواد النفسية، وارتباط تعاطي المواد المخدرة والكحول ارتباطاً موجباً مع الشعور بالخزي، وفاعلية البرنامج في خفض الشعور بالخزي.

#### تعقيب على الدراسات السابقة:

١- ندرة الدراسات التي تناولت الشعور بالخزي لدى المراهقين المعتمدين على المواد النفسية في البيئة العربية، رغم اهتمام الدراسات الأجنبية بالشعور بالخزي اهتماماً كبيراً، نظراً لأهميتها في استعادة الفرد لفاعليته النفسية وعودته لحالة الاتزان والتوافق.

٢- إجماع الدراسات السابقة على إمكانية تخفيف الشعور بالخزي لدى المراهقين (Verona et al., 2020; Lorenzo et al., 2018).

- ٣- اتفاق الدراسات السابقة على ارتفاع درجة الشعور بالخزي لدى المراهقين المعتمدين على المواد النفسية (Melchioret et al., 2019; Mak et al., 2015).
- ٤- الارتباط السالب بين الشعور بالخزي والكفاءة الذاتية واحترام الذات (رشا عبدالفتاح، ٢٠١٥; Kumar et al., 2018).
- ٥- الارتباط الموجب بين الشعور بالخزي ومتغيرات سوء التوافق كالإكتئاب، والقلق، والتوتر، والانطواء (Schomerus et al., 2010; Jason et al., 2014).
- ٦- فاعلية علاج الإرشاد الجمعي في الحد من الشعور بالخزي لدى المراهقين والشباب الذين يعانون من اضطرابات عقلية مختلفة ومنها الاعتماد على المواد النفسية (Lorenzo et al., 2018).
- ٧- اتفاق الدراسات على ارتفاع درجة الشعور بالخزي وتأثيرها السلبي على مجالات الحياة كالتعليم والوظيفة وكذلك تأخر طلب العلاج خوفاً من الشعور بالخزي (Sattler et al., 2017; Jason et al., 2014).
- ٨- تنوعت أهداف الدراسات التي تناولت الشعور بالخزي فمنها ما قام على الدراسات الوصفية والأخرى على التجريبية، فقامت هذه الدراسة على المنهج التجريبي فهي تسعى إلى خفض الشعور بالخزي لدى المراهقين المعتمدين على المواد النفسية.
- ٩- تباين حجم العينات في الدراسات السابقة ما بين (١٥-٤٨) عاماً، أما الدراسة التي كان لها علاقة بمتغير الدراسة من حيث خفض الشعور بالخزي لدى المراهقين المعتمدين على المواد النفسية دراسة (Verona, 2020) تراوحت أعمارهم ما بين (١٨-٦٠) عاماً.

- ١٠- اتفقت الدراسات على الاعتماد على المنهج التجريبي عند إعداد البرامج لخفض الشعور بالخزي.
- ١١- استخدمت الدراسات السابقة سواء كانت عربية منها أو أجنبية أدوات مختلفة ذلك بما يتوقف مع نوع هدف كل دراسة مثل: دراسة (Melehior et al., 2019).

### فروض الدراسة:

في ضوء موضوع الدراسة وأهدافها ونتائج الدراسات السابقة أمكن صياغة فروض الدراسة في التالي:

- ١- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب درجات المجموعتين التجريبيّة والضابطة من المراهقين المعتمدين على المواد النفسية في القياس بعد البرنامج على مقياس الشعور بالخزي للمراهقين، وذلك في اتجاه المجموعة الضابطة.
- ٢- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبيّة من المراهقين المعتمدين على المواد النفسية في القياسين قبل وبعد البرنامج على مقياس الشعور بالخزي للمراهقين، وذلك في اتجاه القياس القبلي.
- ٣- لا توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب درجات المجموعة الضابطة من المراهقين المعتمدين على المواد النفسية في القياسين قبل وبعد البرنامج على مقياس الشعور بالخزي للمراهقين.
- ٤- لا توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبيّة من المراهقين المعتمدين على المواد النفسية في القياسين البعدي والتتبعي للبرنامج على مقياس الشعور بالخزي للمراهقين.

## منهج الدراسة واجراءاتها:

### أولاً: منهج الدراسة:

اعتمدت الباحثة في هذه الدراسة على المنهج التجريبي والتصميم التجريبي ذي المجموعتين التجريبية والضابطة والقياس القبلي البعدي التتبعي.

### ثانياً- عينة الدراسة:

تتقسم عينة الدراسة إلى:

#### (١) العينة الخاصة بحساب الكفاءة القياسية:

استعين بعينتين كالتالي:

**الأولى:** اشتملت على المراهقين المعتمدين على المواد النفسية (ن=٣٠) لحساب الكفاءة السيكومترية لمقياس الشعور بالخزي للمراهقين المعتمدين على المواد النفسية تراوحت أعمارهم ما بين (١٦-١٨) عاماً من مراكز الطب النفسي وعلاج الإدمان.

**الثانية:** اشتملت على المراهقين العاديين (ن=٣٠) لحساب الكفاءة السيكومترية (صدق التمييز بين المجموعات المتباينة) لمقياس الشعور بالخزي للمراهقين تراوحت أعمارهم ما بين (١٦-١٨) عاماً.

#### (٢) العينة الأساسية:

اختارت الباحثة عينة الدراسة بطريقة قصدية في إطار المحددات الآتية:

أ- بلغ حجم عينة الدراسة (ن=٢٠) مراهقاً، مقسمين بالتساوي بطريقة عشوائية لمجموعتين (ن=١٠) مراهقين للمجموعة التجريبية، وكذلك (ن=١٠) مراهقين للمجموعة الضابطة وجميعهم معتمدين على المواد النفسية.

ب- تراوحت أعمار العينة ما بين (١٦-١٨) عاماً، وذلك لأن العديد من الدراسات قد أكدت على ارتفاع الشعور بالخزي للمراهق الذي يعتمد على المواد النفسية وتؤثر عليه بشكل كبير (رشا عبدالفتاح، ٢٠١٥؛ Brown, et al., 2015)،



حيث كان متوسط أعمار المجموعة التجريبية (١٧,٥٠٠) والانحراف المعياري (٠,٧٠٧)، وكان متوسط أعمار المجموعة الضابطة (١٧,٣٠٠) والانحراف المعياري (٠,٨٢٣).

ج- تكونت العينة من الذكور المعتمدين على المواد النفسية (الحشيش).

### ٣) شروط اختيار العينة:

- رأعت الباحثة عند اختيار العينة أن تتوافر فيها الشروط الآتية:
- أن يكون أفراد العينة من الذكور.
- أن تكون هذه المرة الأولى للعلاج.
- أن يكونوا متكافئين في مدة الاعتماد على المواد النفسية والتي تراوحت من (٢-٣) سنوات.
- أن يكونوا متكافئين في نوعية المادة المخدرة المتعاطاه (الحشيش).
- ألا يقل نسبة الذكاء عن المتوسط بعد تطبيق مقياس المصفوفات المتتابعة الملونة، حيث كان متوسط ذكاء المجموعة التجريبية (٩٥,٣٠٠) والانحراف المعياري (١,٧٠٢)، وكان متوسط ذكاء المجموعة الضابطة (٩٥,١٠٠) وانحراف معياري (١,٩١١).
- ألا يعاني أحد أفراد العينة من أمراض مزمنة أو إعاقة.
- ألا يقل المستوى الاقتصادي والاجتماعي والثقافي لهم عن المتوسط بعد تطبيق مقياس المستوى الاقتصادي والاجتماعي الثقافي.
- اختيار المراهقين الذين حصلوا على درجات مرتفعة بعد تطبيق مقياس الشعور بالخزي للمراهقين المعتمدين على المواد النفسية عليهم، وحساب قيمة الربيع الثالث واختيار المراهقين الذين حصلوا على أعلى من قيمة الربيع الثالث وكانوا (٢٠) مراهقاً قسموا في مجموعتين تجريبية وضابطة بطريقة عشوائية وتم اختيارهم من مركز طب نفسي وعلاج إدمان بمدينة العبور.

٤) التكافؤ بين المجموعتين التجريبيية والضابطة عينة الدراسة:

قامت الباحثة بحساب التكافؤ بين المجموعتين التجريبيية والضابطة من المراهقين المعتمدين على المواد النفسية في عدة متغيرات هي (الذكاء - العمر - المستوى الاجتماعي والاقتصادي والثقافي - مدة التعاطي بالسنة - مدة برنامج التعافي بالشهر - القياس القبلي للشعور بالخزي) والتي من شأنها التأثير في نتائج الدراسة ويوضح ذلك جدول (١):

جدول (١)

متوسطا الرتب ومجموعهما وقيمتي (U و Z) ودلالتهما بين المجموعتين التجريبيية والضابطة في الذكاء، والعمر، والمستوى الاقتصادي الاجتماعي الثقافي، ومدة التعاطي، ومدة برنامج التعافي، والقياس القبلي للشعور بالخزي

المجموعة	تجريبية (ن=١٠)		ضابطة (ن=١٠)		قيمة U	قيمة Z	مستوى الدلالة
	متوسط رتب	مجموع رتب	متوسط رتب	مجموع رتب			
الذكاء	١٠,٧٥	١٠٧,٥	١٠,٢٥	١٠٢,٥	٤٧,٥٠	٠,١٩٢	غير دالة
العمر	١١,١٥	١١١,٥٠	٩,٨٥	٩٨,٥	٤٣,٥٠٠	٠,٥٤٨	غير دالة
المستوى الاقتصادي الاجتماعي الثقافي	١٠	١٠٠	١١	١١٠	٤٥	٠,٣٨٠	غير دالة
مدة التعاطي بالسنة	١١,٥٥	١١٥,٥	٩,٤٥	٩٤,٥	٣٩,٥٠	٠,٨٢٦	غير دالة
مدة برنامج التعافي بالشهر	١٠,١٥	١٠١,٥	١٠,٨٥	١٠٨,٥	٤٦,٥٠٠	٠,٢٧٣	غير دالة
الشعور بالخزي	١٠,٤٥	١٠٤,٥	١٠,٥٥	١٠٥,٥	٤٩,٥	٠,٠٣٩	غير دالة

أشارت نتائج جدول (١) إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المراهقين المعتمدين على المواد النفسية في المجموعتين التجريبيية والضابطة في الذكاء، والعمر، والمستوى الاقتصادي والاجتماعي والثقافي، ومدة التعاطي، ومدة برنامج التعافي؛ وعلى مقياس الشعور بالخزي للمراهقين المعتمدين على المواد النفسية (إعداد: الباحثة)، مما يؤكد على تكافؤ المجموعتين التجريبيية والضابطة.

### ثالثاً- أدوات الدراسة:

- ١- قائمة بيانات أولية (إعداد: الباحثة).
- ٢- أعدت الباحثة مقياس الشعور بالخزي للمراهقين المعتمدين على المواد النفسية، وحسب صدق المقياس بطريقة التمييز بين المجموعات المتباينة، وكانت قيمة (ت=١٢,٢٤٠)، حيث كان متوسط مجموع المرضى (٦٧,٣٦٦)، والعاديين (٤,٨٨٨)، وحسب الثبات بطريقة ألفا وكانت قيمة معاملته (٠,٧٥٠)، والتجزئة النصفية وكانت معاملته (٠,٧٤٦).
- ٣- أعد محمد البحيري (٢٠٠٢) مقياس المستوى الاقتصادي الاجتماعي، وحسب صدق المقياس بطريقة الصدق العاملي من الدرجتين الأولى والثانية حيث نتج عنه أربع عوامل هي المستوى الاقتصادي ومدلولاته الثقافية والاجتماعية وممتلكات الأسرة وثقافتها، والمستوى الاقتصادي والثقافي للأسرة، وحسب معامل الثبات وكانت قيمته (٠,٨١) بطريقة التجزئة النصفية وكانت قيمته (٠,٨٧).
- ٤- أعد عماد أحمد (٢٠١٦) مقياس المصفوفات المتتابعة الملونة لرافن لتقدير الذكاء وحسب صدق المقياس بطريقة الصدق العاملي والصدق التنبؤي، والصدق التلازمي بحساب معامل الارتباط مع كل من مقياس ستانفورد بينيه، ومقياس وكسل، واختبار رسم الرجل وكانت قيمته (٠,٣٢)، (٠,٦٨)، وحسب معامل الثبات باستخدام معادلة كودر وبلغت قسمتها (٠,٨٥).
- ٥- أعدت الباحثة برنامج إرشادي انتقائي لتخفيف الشعور بالخزي لدى المراهقين المعتمدين على المواد النفسية، وتضمنت جلسات البرنامج (١٧) جلسة جماعية، بواقع أربع جلسات أسبوعياً مدة الجلسة (٣٠:٤٥) دقيقة وذلك لمدة شهر ونصف تقريباً.

نتائج الدراسة:

أولاً- نتائج الفرض الأول:

ينص الفرض الأول على أنه "توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة من المراهقين المعتمدين على المواد المؤثرة نفسياً في القياس بعد البرنامج على مقياس الشعور بالخزي وذلك في اتجاه المجموعة الضابطة".

وللتأكد من صدق هذا الفرض حسبت الباحثة اختبار (مان ويتي) اللابارامتري لدلالة الفروق بين المجموعات المستقلة ويوضح ذلك جدول (٢).

جدول (٢)

متوسطات الدرجات والانحرافات المعيارية ومتوسطات الرتب ومجموعها وقيم (U و Z) ودلالاتها بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس بعد البرنامج على مقياس الشعور بالخزي

المستوى	المجموعة	ن	المتوسط	الانحراف المعياري	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة (U)	قيمة (Z)	مستوى الدلالة
الشعور بالخزي	التجريبية	١٠	١٣,١٠٠	١,٣٧٠	٥,٦٥	٥٦,٥	١,٥	٣,٧١٧	٠,٠١
	الضابطة	١٠	١٧,٥٠٠	١,٣٦٩	١٥,٣٥	١٥٣,٥			

أشارت نتائج جدول (٢) إلى تحقق صدق هذا الفرض بوجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة من المراهقين المعتمدين على المواد المؤثرة نفسياً في المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الشعور بالخزي في القياس بعد البرنامج؛ وذلك في اتجاه المجموعة الضابطة.

وأوضحت أيضاً نتائج جدول (٢) ارتفاع متوسطات درجات المجموعة الضابطة عن المجموعة التجريبية في القياس بعد البرنامج على مقياس الشعور بالخزي.

وقد يرجع ذلك إلى الأنشطة التي تم استخدامها لخفض الشعور بالخزي سواء من خلال قصة الوصول للنجاح (تحكي عن تحمل المسؤولية والتعلم من الأخطاء السابقة، والشعور بالوحدة)، وقصة أنا وأسرتي (تحكي عن الشعور بالرفض من قبل الأسرة وكيف أن سوء الظن بالآخرين يؤدي إلى الهلاك) وقصة تعلم العطاء (تحكي عن الندم على الأفعال والسلوكيات السيئة وكيف يمكنها أن تحولنا إلى أشخاص ناجحين على خلق) وقصة الطفل اليتيم (تحكي عن المشكلات التي يمكن أن تواجهنا وكيف نتغلب عليها). وهو ما يتفق مع نتائج دراسة رشا محمد (٢٠١٧)، ودراسة فيرونا (Verona, 2020) اللتين أشارتا إلى أن خفض الشعور بالخزي يزيد من قدرة المراهقين المعتمدين على المواد النفسية على تخطي المصاعب والمشكلات النفسية.

#### كما اعتمدت الباحثة على استخدام أفلام الكرتون والمسلسلات الدرامية:

وهي تعد إحدى الوسائل التدريبية التي تؤثر بشكل كبير على المراهقين حيث إنها وسيلة محببة لهم فتمس حواسهم، كحاسة البصر فتكون ذات تأثير نتيجة لمؤثرات الحركة والألوان التي تقوم عليها، وكذلك الشخصيات المتنوعة التي تجذب انتباههم ومنها: مسلسل منصور، ومسلسل لن أعيش في جلباب أبي، ومسلسل الشهد والدموع، ومسلسل تحت السيطرة التي اعتمدت على شخصيات تساعد على تنمية التواصل الاجتماعي ومواجهة المشكلات والتغلب عليها لدى المراهقين وكذلك تنمية تقدير الذات والمثابرة والشعور بالقبول بما ساهم في خفض الشعور بالخزي لدى المراهقين المعتمدين على المواد النفسية.

كما اعتمدت الباحثة أيضا على الألعاب الجماعية التي ساعدت في التعبير عن المشاعر والتقليل من الشعور بالوحدة والتواصل الفعال مع الأصدقاء وتوكيد الحقوق والثقة بالنفس والمثابرة، حيث ساعدت هذه الأنشطة المراهقين على التعاون والتفاعل الاجتماعي مع زملائه أثناء الجلسات، كما ساهمت في خفض شعور المراهق بالتمييز وثقته بنفسه من خلال الأنشطة التي قامت عليها الألعاب الجماعية مثل لعبة مجلس الوزراء في حل المشكلات والتعبير عن وجهات النظر، كما أن تعلم

المراهق القيم الأخلاقية للتعامل مع زملائه ساهمت في خلق جو من الألفة بينهم وخفض حدة المشكلات النفسية للمراهقين المعتمدين على المواد النفسية وخفض الشعور بالخزي لديهم.

كما راعت الباحثة أن تكون الأنشطة المقدمة تثير في نفس المراهق البهجة والسعادة وأن تكون محببة له حتى تكون الأنشطة دافع لاستمراره في الجلسات ومحفزة على الإنجاز، كما راعت وجود معززات تقدم للأطفال ساعدت على تدعيم السلوكيات الإيجابية وكانت مادية كالميداليات وأيضاً في صورة معنوية ككلمات الثناء والشكر ولقد كانت مفيدة في تدعيم السلوك وأثارت البهجة والسرور وحسنت ثقة المراهق في نفسه.

كما روعي أن يكون هناك تقويم مستمر مباشر لكل جلسة مما مكن الباحثة من معرفة مدى تحقق هدف كل نشاط ومدى تنميته للمكون القائم عليه، وذلك من خلال مناقشة المراهقين في القصص، كما راعت استمرار أثر النشاط مع المراهقين حتى الجلسة التالية وكان ذلك عن طريق الواجب المنزلي.

كما ساعد صغر حجم العينة على تمكين المراهقين من ممارسة مواقف وأنشطة البرنامج حيث أُتيحت الفرصة لجميع المراهقين مع الباحثة ومع المراهقين الآخرين والاشتراك في الأنشطة التي كانت تقدم لهم.

#### ثانياً- نتائج الفرض الثاني:

ينص الفرض الثاني على "توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية من المراهقين المعتمدين على المواد المؤثرة نفسياً في القياسين قبل وبعد البرنامج على مقياس الشعور بالخزي وذلك في اتجاه القياس القبلي".

وللتأكد من صدق هذا الفرض حسبت الباحثة اختبار (ويلكوكسون) اللابارامتري لدلالة الفروق بين المجموعات المرتبطة، وجدول (٣) يوضح النتائج التي تم التوصل إليها.

جدول (٣)

متوسطات الدرجات والانحرافات المعيارية ومتوسطات الرتب ومجموعها وقيم (Z و W)  
ودالاتها بين المجموعة التجريبية في القياسين قبل وبعد البرنامج على مقياس الشعور بالخزي

المستوى	القياس	ن	المتوسط	الانحراف المعياري	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة (W)	قيمة (Z)	مستوى الدلالة
الشعور بالخزي	قبلي	١٠	١٧,٦٠٠	٢,٥٠٣	٥,٥	٥٥	صفر	٢,٨١٠	٠,٠١
	بعدي		١٣,١٠٠	١,٣٧٠	صفر				

أشارت نتائج جدول (٣) إلى تحقق صدق هذا الفرض بوجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية من المراهقين المعتمدين على المواد النفسية في القياسين قبل وبعد البرنامج على مقياس الشعور بالخزي وذلك في اتجاه القياس القبلي.

وقد أكدت هذه النتيجة ارتفاع متوسطات درجات المجموعة التجريبية في القياس قبل البرنامج عن القياس بعده على مقياس الشعور بالخزي.

وقد يرجع ذلك إلى الأنشطة التي تم استخدامها لخفض الشعور بالخزي وهذا ما أدى إلى الاختلاف بين درجات القياسين للمجموعة التجريبية على مقياس الشعور بالخزي للمراهقين المعتمدين على المواد النفسية فقد تعرضت أفراد المجموعة التجريبية لجلسات البرنامج وأنشطته المختلفة، ويتفق ذلك مع نتائج دراسة (Luma et al., 2008) التي أشارت إلى أن التدريب على اليقظة والقبول يساهم في خفض الشعور بالخزي لدى المراهقين المعتمدين على المواد النفسية.

وقد يعزى نجاح البرنامج إلى تنوع الأنشطة ما بين أنشطة جماعية وقصصية وفنية وحركية والتي أكدت الدراسات على جدواها ودورها الفعال في خفض الشعور بالخزي.

ومما زاد ثراء البرنامج استخدام فنيات في الجلسة كالإقتداء بالنموذج، وحل المشكلات، والواجب المنزلي، والتغذية الراجعة، والمناقشة والحوار، والتعزيز الذي ساهم بشكل كبير في تشجيع حضور الجلسات بشكل منتظم (طه عبدالعظيم، ٢٠٠٤: ٨٢).

واتضح مما سبق أن تعرض المجموعة التجريبية للأنشطة المختلفة للبرنامج أدى إلى خفض درجات المجموعة التجريبية في القياس البعدي على مقياس الشعور بالخزي للمراقبين المعتمدين على المواد النفسية بينما ظلت المجموعة الضابطة كما هي دون تغيير.

#### ثالثاً- نتائج الفرض الثالث:

ينص على أنه "لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة الضابطة من المراقبين المعتمدين على المواد النفسية في القياسين قبل وبعد البرنامج على مقياس الشعور بالخزي".

وللتأكد من صدق هذا الفرض حسبت الباحثة اختبار (ويلكوكسون) اللابارامتري لدلالة الفروق بين المجموعات المرتبطة، وجدول (٤) يوضح النتائج التي تم التوصل إليها.

#### جدول (٤)

متوسطات الدرجات والانحرافات المعيارية ومتوسطات الرتب ومجموعها وقيم (Z و W) ودلالاتها بين المجموعة الضابطة في القياسين قبل وبعد البرنامج على مقياس الشعور بالخزي

المستوى	القياس	ن	المتوسط	الانحراف المعياري	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة (W)	قيمة (Z)	مستوى الدلالة
الشعور بالخزي	قبلي	١٠	١٧,٤٠٠	١,٧١٢	٤,٥	١٣,٥	١٣,٥	٠,٠٨٥	غير دالة
	بعدي		١٧,٥٠٠	١,٢٦٩	٣,٦٣	١٤,٥			



أشارت نتائج جدول (٤) إلى تحقق صدق هذا الفرض بعدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة الضابطة من المراهقين المعتمدين على المواد النفسية في القياسين قبل وبعد البرنامج على مقياس الشعور بالخزي. وقد بينت هذه النتيجة التقارب جميع قيم متوسطات درجات المجموعة الضابطة في القياسين قبل وبعد البرنامج على مقياس الشعور بالخزي مما يؤكد على تحقق صدق الفرض الثالث.

كما أن قسوة المعاملة الوالدية ومنح المراهقين مبالغ مالية دون المتابعة وعدم وعى الآباء بسمات وخصائص المراهقين وبعض المشكلات الانفعالية التي تشيع في طور المراهقة، وأن الفشل في هذه المرحلة يؤدي إلى الانعزال عن الآخرين والشعور بالوحدة والخوض في تجارب المخدرات، بالإضافة إلى سوء التنشئة الإجتماعية وعدم تنمية جوانب القوة لديهم وإغفالهم للجوانب الإيجابية وسهولة الحصول على المواد المخدرة أدى ذلك إلى إتاحة الفرص للمراهقين لتعاطي المواد المخدرة والعديد من المشكلات النفسية من ضعف ثقة المراهقين بأنفسهم وشعورهم بالتمييز وضعف قدرتهم على المواجهة والتفاعل الاجتماعي (الشارف عبدالكريم، ٢٠١٥؛ آمال صادق وفؤاد ابو حطب، ٢٠١٤: ٣٤٦).

ويتضح مما سبق عرضه دور الوقاية من تعاطي المخدرات من خلال رعاية الأبناء ومتابعتهم، وإتاحة المعلومات حول الآثار السلبية لتعاطي المخدرات وأهمية الكشف المبكر لتعاطي المراهقين المواد النفسية للحد من الاضطرابات النفسية التي يتعرض لها الأفراد نتيجة تعاطي المخدرات (مصطفى الهادي، ٢٠١٥).

إن الباعث أو الحافز عند الإنسان في العادة مبدأ أو عنصراً حقيقياً في فهم السلوك الإنساني يكون له مبرراته وأسبابه، فالسلوك هنا هدف مباشر وله أغراضه الخاصة بالنسبة للفرد، وتفهم الرغبة أو الدافع الاجتماعي عند الفرد يكون بالتعبير من خلال رغبته في الأخذ والعطاء.

وتتكون الجماعة الإرشادية من أفراد يشتركون في الهدف الإرشادي والمشكلة الإرشادية أي يعانون من مشاكل متشابهة ومتقاربة ولديهم اهتمامات أو مشكلات خاصة بهم تضعف من توافقهم، والجماعة الإرشادية هي أكثر من كونها مجموعة من الأفراد بل هم أعضاء جماعة مشتركون في القيم والاتجاهات ويتقبل بعضهم بعضاً ويناقشون مشكلاتهم المشتركة بهدف تحقق التعليم المتبادل (عمران عسقلاني، ٢٠١٨).

#### رابعاً- نتائج الفرض الرابع:

ينص على أنه "لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية من المراهقين المعتمدين على المواد النفسية في القياسين البعدي والتتبعي للبرنامج على مقياس الشعور بالخزي".

وللتأكد من صدق هذا الفرض حسبت الباحثة اختبار (ويلكوكسون) للبارامترى لدلالة الفروق بين المجموعات المرتبطة، وجدول (٥) يوضح النتائج التي تم التوصل إليها.

#### جدول (٥)

متوسطات الدرجات والانحرافات المعيارية ومتوسطات الرتب ومجموعها وقيم (Z و W) ودلالاتها بين المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي للبرنامج على مقياس الشعور بالخزي

المستوى	القياس	ن	المتوسط	الانحراف المعياري	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة (W)	قيمة (Z)	مستوى الدلالة
الشعور بالخزي	بعدي	١٠	١٣,١٠٠	١,٣٧٠	٤,٥٠	١٣,٥٠	٧,٥٠	٠,٦٤٧	غير دالة
	تتبعي		١٢,٨٠٠	٠,٤٢١	٢,٥٠				

أشارت نتائج جدول (٥) إلى تحقق صدق هذا الفرض بعدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية من المراهقين المعتمدين على المواد المؤثرة نفسياً في القياسين البعدي والتتبعي للبرنامج على مقياس الشعور بالخزي.

وأيضاً بينت نتائج جدول (٥) التقارب بين جميع قيم متوسطات درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي للبرنامج على مقياس الشعور بالخزي مما يؤكد على تحقق صدق الفرض الرابع.

مما يعني استمرار أثر البرنامج وفاعليته بعد فترة من الزمن في محاولة خفض الشعور بالخزي لدى المراهقين المعتمدين على المواد المؤثرة نفسياً وقد يرجع ذلك إلى نجاح البرنامج الإرشادي المستخدم في نقل الخبرات والمهارات اللازمة وتدريبهم على التفاعل الاجتماعي مما يؤكد على سعي البرنامج في مختلف مراحلها إلى دفع المشاركين إلى نقل الخبرات التي تم اكتسابها خلال جلسات البرنامج إلى واقعهم المعاش، إضافة إلى الأثر الإيجابي الذي أحدثته التدخلات التدريبية المنظمة في مساعدة أفراد المجموعة التجريبية لفهم ذواتهم وإدراكهم لقدراتهم وما يمتلكون من مهارات، وحل المشكلات التي تواجههم، وتوظيف قدراتهم لتحقيق التوافق الشخصي والاجتماعي، وتحقيق الأهداف، حيث ازدادت قدرتهم على مواجهته الضغوط عن طريق ما تم اكتسابه من أفكار ومعارف ومهارات مختلفة ساعدت في التواصل الفعال والتعبير عن مشاعرهم وتوكيد حقوقهم والتخلص من الوحدة، وقد تضمنت الواجبات المنزلية التي كانوا يطالبون بأدائها بعد الانتهاء من كل جلسة تطبيقاً فعالياً للمهارات والفنيات والتي اكتسبها المراهقين وكل ذلك من شأنه أن يعمل على خفض شعورهم بالخزي حتى بعد انتهاء البرنامج.

### توصيات الدراسة:

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

- ١- توجيه الآباء حول كيفية التعامل مع المراهقين بصفة عامة وكيفية التعامل مع المراهقين المعتمدين على المواد النفسية بصفة خاصة.
- ٢- إعداد وسائل الإعلام لبرامج التوعية النفسية وتناول الشعور بالشعور بالخزي من حيث الأسباب وكيفية الوقاية منها.
- ٣- العمل على الاهتمام بالأنشطة والبرامج المختلفة التي تقلل من الشعور بالوحدة والعزلة لدى المراهقين المعتمدين على المواد النفسية.
- ٤- إعداد برامج إرشادية منظمة ومكثفة في المستشفيات التي تعالج الإدمان وخاصة المراهقين حيث تشمل هذه التدريبات الأخصائيين النفسيين والاجتماعيين العاملين بهذه المستشفيات حتى يتسنى لهم تقديم أوجه الرعاية النفسية والاجتماعية المناسبة لحالات مرضى الإدمان المترددين على المستشفيات.
- ٥- العمل على توفير أماكن مخصصة لعلاج إدمان في مختلف المحافظات والقرى وتوفير الخدمات النفسية التي تسهم في خفض الشعور بالخزي لدى المراهقين المعتمدين على المواد النفسية.

### البحوث المقترحة:

- ١- فاعلية برنامج في خفض الشعور بالخزي الإجتماعية لدى أمهات المراهقين المعتمدين على المواد النفسية.
- ٢- فاعلية برنامج لتحسين الكفاءة الذاتية لدى عينة من المراهقين المعتمدين على المواد النفسية.
- ٣- الشعور بالخزي وعلاقتها باحترام الذات لدى عينة من المراهقين المعتمدين على المواد النفسية.
- ٤- فاعلية برنامج إرشادي في التخفيف من الأفكار الانتحارية لدى عينة من المراهقين المعتمدين على المواد النفسية.
- ٥- العلاقة بين انخفاض تقدير الذات والشعور بالشعور بالخزي لدى عينة من المراهقين المعتمدين على المواد النفسية.
- ٦- العلاقة بين الشعور بالخزي وقوه الأنا لدى عينة من المراهقين المعتمدين على المواد النفسية.

## قائمة المراجع

### أولاً- المراجع العربية:

١. أسماء عبدالله (٢٠١٥). فاعلية العلاج المعرفي السلوكي بأسلوب حل المشكلات في التخفيف من الضغوط النفسية لدى زوجات مرضى الفصام العقلي. رسالة ماجستير (منشورة)، كلية التربية، الجامعة الإسلامية-غزة.
٢. آمال صادق، وفؤاد أبو حطب (٢٠١٤). نمو الإنسان من مرحلة الجنين إلى مرحلة المسنين. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
٣. أميرة هريدي (٢٠١٩). الشعور بالخزي الإجتماعية واضطراب الشخصية المضادة للمجتمع: دراسة مقارنة لدى عينة من الإناث المتعاطيات والذكور المتعاطين للمواد المؤثرة نفسياً. رسالة ماجستير، كلية البنات، جامعة عين شمس.
٤. باسم الطويسي، ومحمد النصرات، وعبدالرزاق المعاني، وبشير كريشان (٢٠١٣). اتجاهات الشباب نحو المخدرات دراسة ميدانية في محافظة عمان. مجلة دراسات العلوم الإجتماعية والإنسانية، ٤٠ (٢)، ٢٧٨-٢٩٤.
٥. حاتم محمد (٢٠٠٥). الصحة النفسية للمراهقين. القاهرة: مؤسسة اقرأ.
٦. حامد عبد السلام (٢٠٠٥). الصحة النفسية والعلاج النفسي. القاهرة: عالم الكتب.
٧. رشا محمد (٢٠١٧). فاعلية برنامج لتنمية الرضا عن الحياة وتقدير الذات لخفض الشعور بالشعور بالخزي لدى عينة من المراهقين بالمؤسسات الإيوائية. رسالة دكتوراه (غير منشورة)، كلية الآداب، جامعة المنيا.
٨. الشارف عبد الكريم (٢٠١٥). المخدرات: أسباب تعاطيها - آثارها - سبل الوقاية منها. مجلة العلوم الإنسانية والتطبيقية، ٢٧ (٦)، ٤٣٣-٤٤٨.
٩. طارق السيد (٢٠١٢). الانحراف الاجتماعي الأسباب والمعالجة. الإسكندرية: مؤسسة شباب الجامعة.
١٠. طه عبدالعزيز (٢٠٠٤). الإرشاد النفسي النظرية والتطبيق والتكنولوجيا. عمان: دار الفكر.
١١. عبدالله عسكر، ورشا الديدي (٢٠١٠). الإدمان بين التشخيص والعلاج. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

١٢. عماد حمدي، ورانيا ممدوح (٢٠١٤). البحث القومي للإدمان. جامعة القاهرة.
١٣. نها أحمد، ومنن عبدالمقصود، وألبرت ادوارد، ووائل السيد (٢٠١٥). البحث القومي للإدمان (معدلات استعمال وإدمان المخدرات والكحوليات). القاهرة: وحدة الأبحاث الأمانة العامة للصحة النفسية.
١٤. يوسف مصطفى (٢٠١٩). نوعية الحياة والشعور بالخزي لدى عينة من المدمنين على المخدرات. رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة اليرموك.

ثانياً- المراجع الأجنبية:

15. Brown, A., Kramer, K., Lewno, B., Dumas, L., Sacchetti, G., & Powell, E. (2015). Correlates of Self-Stigma among Individuals with Substance Use Problems International. **Journal of Mental Health and Addiction**, 13(6), 687-698.
16. Ekpenyong, S. (2012). Drugs abuse in Nigerian Schools: A Study of Selected Secondary Institutions in Bayelsa State, South-South. **International Journal Of Scientific Research in Education**, 5(3), 260-268.
17. Garg, R., & Raj, R. (2019). A cross- sectional study of self-stigma and discrimination among patients with depression. **Journal of Psychiatry & Allied Sciences**, 2(10), 124-127.
18. Kumar, S., Singh, B., & Balhara, Y. (2018). Disability among patients with opioid use disorders and its relationship with stigma toward substance use. **Journal of social psychiatry**, 34(1), 30-36.
19. Lorenzo, E., Jose-Lopez, J., & Regadera, J. (2018). **Social contact as a strategy for self-stigma reduction in young adults and adolescents with mental health problems**. Ph.D. Thesis. Faculty of psychology, University of Murcia.

20. Matthews, S., Dwyer, R., & Snoek. (2017). Stigma and Self-Stigma in Addiction. **Journal of Bioethical Inquiry**, 14(2), 275-286.
21. Melchior, H., Hüsing, P., Grundmann, J., Lotzin, A., Hiller, P., Pan, Y., Driessen, M., Scherbaum, N., Schneider, B., Hillemacher, T., Stolzenburg, S., Schomerus, G., & Schäfer, I. (2019). Substance Abuse-Related Self-Stigma in Women with Substance Use Disorder and Comorbid Posttraumatic Stress Disorder. **European Addiction Research**, 25(1), 20-29.
22. Sattler, S., Escande, A., Racine, E., & Goritz, A. (2017). Public Stigma Toward people with drug addiction: A factorial survey. **Journal of studies on alcohol and drgus**, 78(3), 415-425.
23. Smith, J. (2018). Substance use problem rolling assessment (SUPRA). **Journal of addiction and recovery**, 15(7) 1-2.
24. Verona, M., (2020). **A Quantitative Study Examining the Effect of a Self-Forgiveness Model on Self-Stigma in Individuals Diagnosed With Substance Use Disorder**. Ph.D. Thesis. School of Graduate Studies and Research Department of Counseling, Indiana University of Pennsylvania.