

فاعلية برنامج إرشادي لتنمية تحقيق الذات ومهارة حل المشكلات البيئية لدى طلاب الجامعات

شريف سعد عبدالحميد الراعي⁽¹⁾ - محمد عبدالرازق عبدالفتاح⁽²⁾ - ماجدة محمد عبدالحميد جبريل⁽³⁾ -
حنان السيد عبدالقادر زيدان⁽⁴⁾

1) طالب دراسات عليا، كلية الدراسات العليا والبحوث البيئية، جامعة عين شمس (2) كلية التربية، جامعة عين شمس
3) كلية التجارة، جامعة عين شمس (4) الدراسات العليا والبحوث البيئية، جامعة عين شمس

المستخلص

استهدف البحث دراسة فاعلية برنامج إرشادي لتنمية تحقيق الذات ومهارة حل المشكلات البيئية لدى طلاب الجامعات ، وتم تصميم البرنامج الإرشادي لتنمية تحقيق الذات من خلال استخدام الإرشاد الإلكتروني على تطبيق مايكروسوفت تيمز وفقاً لأبعاد تحقيق الذات التي تم اشتقاقها، من خلال قائمة بالمهارات الواجب توافرها لدى طلاب الجامعات من قبل البحث، وكذلك لمهارة حل المشكلات البيئية وفقاً لمجموعة من المشكلات البيئية التي تم معالجتها من خلال البرنامج، وتم تطبيق البحث على مجموعة قوامها (62) طالباً وطالبة من طلاب كلية التربية جامعة عين شمس قسم بيولوجي الفرقة الأولى ، حيث تكونت مجموعة البحث من (32) طالبة، وعدد (30) طالب وبذلك تكون مجموعة البحث (62) من الطلاب، وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي، والتصميم قبل التجريبي ذو المجموعة الواحدة، وتم تطبيق البرنامج الإرشادي على مجموعة البحث لتنمية تحقيق الذات ومهارة حل المشكلات البيئية، وقد طبقت أدوات البحث المتمثلة في مقياس تحقيق الذات، ومقياس مهارة حل المشكلات البيئية قبلها وبعدياً. توصلت نتائج البحث إلى: فعالية البرنامج الإرشادي المقترح لتنمية تحقيق الذات ومهارة حل المشكلات البيئية لمجموعة البحث، وفي ضوء النتائج تم التوصل إلى توصيات من أهمها: ضرورة تفعيل استخدام البرنامج الإرشادي المقترح، لتنمية تحقيق الذات ومهارة حل المشكلات البيئية.

الكلمات المفتاحية: البرنامج الإرشادي، تحقيق الذات، مهارة حل المشكلات البيئية.

المقدمة

تعد الشخصية الطبيعية هي تلك الشخصية الإيجابية التي تسمح لحياة الفرد بالنمو والتقدم ، حيث أن الإيجابية هي نتيجة جهد الشخص في البصيرة الذاتية للإمكانيات ، وعلى الشخص أن يستثمر هذه الإمكانيات بطريقة تحافظ على الإنجاز ، وضرورة الإهتمام بالقوة البشرية وتنمية ما لدى الفرد من مهارات.

يعد إشباع الحاجات أمر ضروري للإستقرار النفسي ، وهذا يعتمد على قدرة الفرد على إشباع حاجاته، إذ لا شك أن فهم إحتياجات الفرد، وطرق إشباعها يزيد من قدرتنا على مساعدة الفرد للوصول إلى أفضل مستوى من النمو السليم والتوافق والصحة العقلية، فضلاً عن الاستمرار والازدهار السائد في المجتمع كما يساهم في تلبية إحتياجات الأفراد (طيبيل وآخرون، 2008).

وتأتي الدعوة لتنفيذ برامج الإرشاد النفسي في التنمية الذاتية وإدارتها في المدرسة كنتيجة حتمية ورد فعل طبيعي لمواكبة التطور السائد في العالم، فأصبحت المدرسة الحديثة تركز على تنمية المهارات الاجتماعية للطلاب لمواجهة تحديات الحياة والتعامل مع مشاكلها المختلفة بطريقة إيجابية وفعالة (خوجة، 2014).

ويرتبط مفهوم الذات بالعديد من العوامل مثل الوراثة والذكاء والوعي والإدراك واللغة والآباء والتنشئة الاجتماعية ومجموعة الأقران والمعلمين والمربين، ويعد كل واحد من هذه العوامل له دور في نمو مفهوم الذات وتطورها، ومع ذلك تختلف أهميته تلك العناصر باختلاف تأثيرها.

ويعد تحقيق الذات أهم مفاتيح النجاح في حياة الأفراد، وبناء العلاقات الجيدة، والوصول إلى الغايات، والرقي بتموج الفرد إلى أعلى المستويات، بل واستشراق المستقبل والتفائل بالغد (علوي، 2015، 38).

شهد العالم في الآونة الأخيرة تفاقم العديد من المشاكل البيئية مثل التغيرات المناخية ، وهي مشكلة ظهرت مع ظهور القطاع الصناعي، ومع ازدياد معدلات تلوث الهواء مما أدى إلى العديد من المشكلات البيئية التي انتهكت النظم البيئية السائدة، لذا حرصت الحكومات على عقد المؤتمرات والندوات العالمية التي شهدها العالم في الأعوام الماضية وما صاحبها من كتابات ومؤلفات، إلى تشخيص وتحليل ووضع حلول لتدهور عناصر البيئة الطبيعية والوصول إلى أساليب وحلول مقترحة لإنهاء ظروف المرض وسوء التغذية المروعة التي يعيش فيها خمس سكان العالم، ولن يتم ذلك إلا من خلال الإصلاحات البيئية بالإضافة إلى الإصلاحات الاقتصادية والاجتماعية، وتوضيح علاقة الارتباط بين التنمية الاقتصادية والتنمية البيئية والعلاقة بين التواصل اقتصاديا والتواصل بيئيا والحلول المقترحة لإنقاذ الكوكب من انهيار الإيكولوجية البيئية وبالتالي انهيار النظم الاقتصادية والاجتماعية(صالح،2003، 31).

ولكي يستفيد الإنسان من تعامله مع البيئة واستغلال مواردها الطبيعية، فلا بد أن يخطط لإقامة المشاريع التنموية دون إلحاق الأذى والدمار في بيئته، ولا يأتي ذلك إلا من خلال العلاقة القوية بينهما عن طريق التربية البيئية التي تؤدي الى تنمية معارف واتجاهات الإنسان عن البيئة، وزيادة وعيه وتعديل اتجاهاته وسلوكه نحوها، وتنشئة مواطنين يدركون أبعاد مشكلات البيئة ويعملون على حلها (متولي، 2006 ، 1)

ويجب لحل المشكلات البيئية أن تتوفر مجموعة من المهارات التي تتطلب من المتعلم معرفتها حتى نستطيع أن نقول ان المتعلم قد توصل إلى حقائق ومعارف بيئية أدت إلى تكوين الجوانب الوجدانية والمهارية لدى الفرد، وتتمثل هذه المهارات في تحديد المشكلة التي تعاني منها البيئة وتحديد أسبابها، والتفكير في كيفية العلاج والبدائل المتاحة، وتحديد دور الفرد والأسرة في المجتمع تجاه المشكلة(اللقاني، محمد، 2001 ، 182)

مشكلة البحث

تم تحديد مشكلة البحث من خلال عدة مصادر منها:

أ. **خبرة الباحث:** من خلال عمله أخصائي إرشاد وتوجيه نفسي وتربوي بقطاع المدن الجامعية بجامعة عين شمس، حيث لاحظ أن هناك العديد من الطلاب يعانون من ضعف في تحقيق الذات بصورة عامة أو في إحدى جوانب تحقيق الذات، وأيضاً ضعف في حل المشكلات بصورة عامة والمشكلات البيئية خاصة.

ب. **نتائج وتوصيات البحوث السابقة:** مثل (الشمي، 2021)، (علاونة، 2017)، (المعروف، 2012)، (الديب، 2017)، (إبراهيم، 2018)، (محمد، 2018)، تم تحديد مشكلة البحث في "تدني مستوى طلاب الجامعة في مستوى تحقيق الذات ومهارة حل المشكلات البيئية لدى طلاب الجامعة في تحقيق الذات، ومهارة حل المشكلات البيئية، وكذلك من خلال الدراسات التي تناولت تحقيق الذات أو أحد أبعادها، و مهارة حل المشكلات البيئية، وحيث أنه من الأهداف العامة للتعليم إعداد أفراد أصحاء نفسياً ومفيعين لأنفسهم وأوطانهم، وعلى حد علم الباحث بعدم وجود دراسات أو برامج إرشادية تناولت أبعاد الدراسة وأثرها في تنمية تحقيق الذات وحل المشكلات البيئية .

ج. **الدراسة الإستكشافية :** تم تطبيق دراسة استكشافية على مجموعة من طلاب الفرقة الأولى كلية التربية جامعة عين شمس، عددهم (35) طالب وذلك بتطبيق مقياس تحقيق الذات (المحمداوي ، 1991) ، و مقياس حل المشكلات البيئية (رفعت ، 2009)، و أشارت النتائج إلى انخفاض في نسبة تحقيق الذات، حيث بلغ متوسط درجات الطلاب في

مقياس تحقيق الذات (39%) ، بينما بلغ متوسط درجات الطلاب على مقياس حل المشكلات البيئية (41%) وهي معدلات تدل على تدني معدلات تحقيق الذات ومهارة حل المشكلات البيئية. لذا يعتقد الباحثون أنه إذا تم إعداد وتنفيذ برنامج إرشادي بطريقة جيدة، واستخدام الأساليب الإرشادية، فقد يؤدي ذلك إلى تنمية تحقيق الذات لدى طلاب الجامعة ويساعد في حل المشكلات البيئية لديهم. ومما سبق فإن مشكلة البحث تتحدد في تدني مستوى الطلاب في تحقيق الذات ومهارة حل المشكلات البيئية لدى طلاب كلية التربية جامعة عين شمس.

أسئلة البحث

وللإجابة عن مشكلة البحث لابد من الإجابة عن السؤال الرئيس التالي:
"ما فعالية برنامج إرشادي في تنمية تحقيق الذات و مهارة حل المشكلات البيئية لطلاب الجامعات؟"
وتطلب ذلك الإجابة عن الأسئلة الفرعية التالية:

- ما مهارات تحقيق الذات التي يجب تميمتها لطلاب الجامعات؟
- ما المشكلات البيئية التي يجب إيجاد حلول لها لطلاب الجامعات؟
- ما التصور المقترح للبرنامج الإرشادي لتنمية تحقيق الذات، ومهارة حل المشكلات البيئية لدى الطلاب الجامعات؟
- ما فاعلية البرنامج الإرشادي في تنمية تحقيق الذات ومهارة حل المشكلات البيئية لدى الطلاب الجامعات؟

أهداف البحث

استهدف البحث:

- تحديد فاعلية برنامج إرشادي في تنمية تحقيق الذات لدى طلاب الجامعات.
- تحديد فاعلية برنامج إرشادي في حل المشكلات البيئية لدى طلاب الجامعات.

فروض البحث

- " يوجد فرق دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية في كل من القياس القبلي / البعدي في مقياس تحقيق الذات لصالح القياس البعدي".
- " يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية في كل من القياس القبلي / البعدي في كل بعد من أبعاد مقياس تحقيق الذات لصالح القياس البعدي".
- " لا يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسط درجات المجموعة التجريبية في المقياس القبلي والبعدي لتحقيق الذات وفقاً لمتغير الجنس".
- " يوجد فرق دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية في كل من القياس القبلي / البعدي في مقياس مهارة حل المشكلات البيئية لصالح القياس البعدي".
- " يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية في كل من القياس القبلي / البعدي في كل بعد من أبعاد مقياس مهارة حل المشكلات البيئية لصالح القياس البعدي".

محدود البحث

اقتصر البحث الحالي على الحدود التالية:

- الفصل الأول من العام الدراسي 2022/2023.
- تم تحديد أبعاد تحقيق الذات المتمثلة في (البعد الاجتماعي، البعد الذاتي، البعد الأكاديمي، البعد الأخلاقي، البعد الرياضي).
- تم تحديد المشكلات التي تناولها البرنامج في مشكلة (الموارد وحسن استخدامها، التلوث، الطاقة، التغيرات المناخية، المياه، المخلفات).
- مجموعة من طلاب كلية التربية الفرقة الأولى – بيولوجي – جامعة عين شمس.
- نتائج البحث محدوده لظروف إجراءه والمجموعة التي تم تطبيق البحث عليها.

منهج البحث

- تم استخدام المنهج التجريبي، ذو التصميم قبل التجريبي ذو المجموعة الواحدة. وتمثلت متغيرات البحث في:
أ- المتغير المستقل: (البرنامج الإرشادي)،
ب- المتغيرات التابعة: I – تحقيق الذات. 2- مهارة حل المشكلات البيئية.

أهمية البحث

قد يفيد البحث الحالي :

- قد يكون هذا البحث إضافة نوعية للإطار النظري في مجال دراسة تحقيق الذات ومهارة حل المشكلات البيئية وذلك لعدم وجود دراسة عربية أو أجنبية تناولت متغيرات البحث الحالي بصورة إجمالية في حدود علم الباحث، وتكمن أهمية البحث في تناول أبعاد مختلفة لتحقيق الذات والتأصيل النظري لها.
- يعد محاولة للتحقق من صدق وثبات مقياس تحقيق الذات لدى طلاب الجامعات، حيث تعد هذه الفئة عنصراً هاماً في المجتمع وبناء مستقبل البلد، وهناك عدد قليل من المقاييس الخاصة بهم.
- مطورو المناهج: وذلك بإدراج بعض أجزاء البرنامج في المناهج لتنمية تحقيق الذات ومهارة حل المشكلات البيئية.
- اختصاصيو الإرشاد النفسي والتربوي: من خلال تنفيذهم كيفية تطوير و تحقيق الذات وحل المشكلات البيئية.
- القائمين على العملية الإرشادية والتربوية: من خلال تطبيق مقياس تحقيق لذات، مقياس حل المشكلات البيئية.
- طلاب الجامعة: من خلال تنمية تحقيق الذات ومهارة حل المشكلات البيئية.

مصطلحات (مفاهيم) البحث

التعريف الإجرائي:

- **البرنامج الإرشادي** : هو مجموعة من الخطوات المنظمة والموضوعة مسبقاً وفق أهداف محددة ، من خلال استخدام الفنيات الإرشادية، خاصةً فنيات الارشاد الجماعي للطلاب عبر إحدى تطبيقات الأنترنت (من خلال تطبيق مايكروسوفت تيمز) وذلك من خلال تفاعل المرشد والطلاب المعنيين، وذلك بهدف تنمية تحقيق الذات ومهارة حل المشكلات البيئية.
- **تحقيق الذات**: هي قدر الفرد على تنمية مهاراته وإستغلالها الإستغلال الأمثل لتنمية الأبعاد النفسية المختلفة والمتمثلة في (البعد الإجتماعي، البعد الذاتي، البعد الأكاديمي، البعد الأخلاقي، البعد الرياضي) وكذلك تنمية الأبعاد الفرعية لتحقيق الذات، وتقاس بالدرجة التي يحصل عليها الطالب في مقياس تحقيق الذات (إعداد الباحث).
- **مهارات حل المشكلات البيئية**: قدرة الفرد على التصدي للمشكلات البيئية أو المواقف المشكلة المتعلقة بالقضايا البيئية المتمثلة في (الحفاظ على الموارد، التلوث، المياه، الطاقة، التغيرات المناخية، المخلفات)، وذلك من خلال الخطوات المتمثلة في (الإحساس بالمشكلة، تحديد المشكلة، طرح العديد من البدائل لحل المشكلة، اختبار البدائل، اختيار أنسب البدائل لحل المشكلة)، وذلك للوصول إلى حل علمي لتلك المشكلة، وتقاس القدرة على مهارة حل المشكلات إجرائياً في البحث الحالي بالدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب في مقياس مهارة حل المشكلات البيئية (أعداد الباحث).

الإطار النظري والدراسات السابقة

المحور الأول:

أ: البرنامج الإرشادي : Counseling Program

- تعددت التعريفات الخاصة بالبرنامج الإرشادي من وجهة نظر الباحثين فالبعض يراها: مجموعة من الإجراءات المخططة المنظمة في ضوء أسس نظرية و قواعد علمية بهدف تقديم الخدمات الإرشادية على المستويات الوقائية والعلاجية والنمائية، وبأنه دراسة لمواقع وتحديد للمشاكل والأهداف والحلول، وأنه ثابت نسبياً ويتطلب المراجعة المستمرة، ويعتبر أساس لبناء الخطط الارشادية (بنيس، 2018)، (عبدالله وخوجة، 2014).
- ويذكر عبد الهادي والعزة بأن البرنامج الإرشادي يهدف لحل الموقف وتحديد المشكلات النفسية وتحديد الاهداف المنشودة، ثم حصر المواد المتاحة، ووضع خطة عملية يمكن من خلالها تنفيذها التغلب على المشاكل وتحقيق الاهداف في اقصر وقت وبأقل جهد وتكاليف ممكنة(عبد الهادي والعزة ، 2007).
- ويوضح الحريري أن البرامج الارشادية تلعب دوراً كبيراً في بناء شخصية الفرد وتوجيه مساره التوجيه الصحيح مما يبعث الثقة في نفسه ويعزز لديه الدافعية وقوة الإرادة والاعتماد على النفس (الحريري، 2011).
- **أهمية البرامج الارشادية**

تهدف البرامج الإرشادية لتفريغ المكبوتات الداخلية للمراهقين، وبالتالي خفض من حدة المشكلات والاضطرابات السلوكية والنفسية عامة ومشكلة الخجل خاصة، كما تعلمهم وتكسبهم المهارات الاجتماعية المختلفة وكيفية التعامل مع الآخرين، ومع الأشياء المحيطة بهم في بيئتهم باعتبارها الأداة المحببة للمراهق والتي تجلب له السعادة والراحة، وهذا ما أكدته بعض الدراسات على أهمية البرامج الإرشادية التي تحتوي على الأنشطة الجماعية كدراسة (الحجوري، 2014) ، دراسة (علي، 2013) ، (Joseph,W, 2002).

ب: الإرشاد النفسي: وهناك تعريفات عدة للإرشاد النفسي منها :

أنه المساعدة والاهتمام بالفرد السوي في التغلب على مشكلاته التي تواجهه والتي لا يستطيع أن يتغلب عليها بمفرده، والإرشاد

يهتم بالفرد وليس بالمشكلة التي يعاني منها باعتبار أنه يستطيع أن يعالج مشكلاته إذا لم يكن مضطرباً انفعالياً (الزعبي، 2002).

وقد أقرت الجمعية الأمريكية عام (1981) تعريفاً للإرشاد النفسي هو عبارة عن الخدمات التي يقدمها المتخصصون في علم النفس الإرشادي وفق مبادئ وأساليب دراسة السلوك الإنساني خلال مراحل نموه المختلفة، و يقدمون خدماتهم لتأكيد الجانب الإيجابي في شخصية المسترشد واستغلالها في تحقيق التوافق لديه بهدف إكسابه مهارات جديدة تساعده في مطالب نموه وتوافق مع الحياة بالإضافة إلى إكسابه القدرات علي اتخاذ القرارات، حيث يقدم الإرشاد لجميع الأفراد في المراحل العمرية و في مجالات عديدة كالأسرة و المدرسة و العمل.

يتم عملية الإرشاد من خلال المقابلة في مكان خاص يستمع فيه المرشد ويحاول فهم المسترشد ومعرفة ما يمكنه تغييره في سلوكه بطريقة أو أخرى يختارها ويقرها المسترشد، ويجب أن يكون المسترشد يعاني من مشكلة، ويكون لدى المرشد المهارة والخبرة للعمل مع المسترشد للوصول إلى حل المشكلة (حسين، 2004).

• الارشاد النفسي الإلكتروني Counselling Programm Throw The Social Media :

نتيجة للتقدم التكنولوجي، والتطور السريع في الانترنت ودخولة في جميع المجالات، خاصة المجالات التعليمية، وفي كل التخصصات مما دفع الدول المتقدمة للإستفادة من الانترنت وتوظيفها لخدمة الفرد والمجتمع في العديد من المجالات، كمجال الإرشاد النفسي والتربوي في مختلف المستويات (cabaniss ,k,2001) هناك الكثير من الدراسات بينت أنها أصبحت وسيلة وجزء فعال في ممارسة الخدمات النفسية خاصة عند استعمال الاتصال المباشر كدراسة (Barak,et al,2008) ، (Liwis,Coursol,Herting,2004) ، (Mc cormick& Bateman,2004).

كما أكدت الجمعية الأمريكية لعلم النفس، والجمعية الأمريكية للإرشاد النفسي على أهمية تقديم الخدمات النفسية والإرشادية والعلاجية عن طريق استخدام التكنولوجيا الحديثة، و قدمت الجامعات الأمريكية بدورها نماذج خاصة بهذا النمط من الخدمة وما تم تضمينه في المقررات التعليمية والجامعية (Grohol,2004) ، (Chester& Class,2006).

• مجالات الإرشاد الإلكتروني: تتعد المجالات التي يتدخل فيها الإرشاد النفسي والعلاج النفسي الإلكتروني وهي:

- 1- الإرشاد التربوي الإلكتروني.
- 2- الإرشاد العلاجي الإلكتروني. (the Australian psychological Socity,2013)
- 3- الإرشاد العلاج الإنساني الإلكتروني. (Barak,et.al, 2008)
- 4- أشكال أخرى للإرشاد الإلكتروني : مثل المدونات، غرف المحادثة، شبكات التواصل الإجتماعي

(proufdoot,2009).

في ضوء ما قدمته التحليلات النظرية والتجريبية التي أكدت على أهمية الشبكات الاجتماعية في تفعيل التشارك بين الأفراد وصولاً لتعزيز التفاعل والتواصل البناء ونظراً للإقبال الشديد من قبل طلبة الجامعات على استخدام الشبكات الاجتماعية بما يلبي حاجاتهم المختلفة، لذا كان لزاماً علينا كباحثين السعي لاستثمار هذا التأثير بما يسهم في توجيه استخدام هذه الشبكات بما يخدم هؤلاء الشباب خاصة في مجتمعنا العربي، وبما ينعكس إيجاباً عليهم وهناك العديد من الدراسات التي أكدت فاعلية البرنامج الإرشاد الإلكتروني كدراسة (زكريا وفتحي، 2011)، (Barak,et.al, 2008)، (Steinfeld & Lampe,2007)، (Mallen, 2005).

المحور الثاني: تحقيق الذات :

يعتمد مفهوم تحقيق الذات على العوامل التي ترتبط بالفرد نفسه وما يمتلكه من قدرات وإمكانات من جهة، ويعتمد على المؤثرات البيئية التي يتعرض لها من جهة أخرى، فتحقيق الذات يشمل تكامل شخصية الفرد في ضوء هذه العوامل المؤثرات كلها ولذلك يتباين تحقيق الذات بين الأفراد بقدر ما توجد فروق فردية بينهم في الإمكانيات والقدرات، وبقدر ما توجد فروق اجتماعية نتيجة التنشئة الاجتماعية والظروف البيئية التي يتعرض لها، وبقدر ما يختلفون في طريقة الاستجابة للمؤثرات البيئية (رضا، 2000).

يرى السبعوي أن تحقيق الذات يشمل تكامل شخصية الفرد في ضوء العوامل التي ترتبط بالفرد نفسه وما يمتلكه من قدرات وإمكانات من جهة، ويعتمد على المؤثرات البيئية التي يتعرض لها من جهة أخرى ولذلك يتباين تحقيق الذات بين الأفراد بقدر ما توجد فروق فردية بينهم في الإمكانيات والقدرات، وبقدر ما توجد فروق اجتماعية نتيجة التنشئة الاجتماعية والظروف البيئية التي يتعرض لها، وبقدر ما يختلفون في طريقة الاستجابة للمؤثرات البيئية (السبعوي، 2009).

أهمية تحقيق الذات

ظهرت في الآونة الأخيرة الكثير من المفاهيم التي تدفع الفرد إلى تحقيق ذاته وتطويرها بصفة مستمرة ومن تلك المفاهيم (التنمية البشرية، إدارة الذات، الكفاءة الذاتية، الذكاء الذاتي كأحد أنماط الذكاءات المتعددة) مما كان له أهمية كبيرة في فهم الفرد لذاته بهدف تحقيق غاياته، وهنا تتضح أهمية تحقيق الذات بما يلي :

(قتل المشاعر السلبية وبعث الطاقة الإيجابية والتفاؤل في النفس، مساهمة الفرد السوي نفسياً في تقدم المجتمع ورفعه، تحسين المستوى المعرفي والاجتماعي والعلمي للفرد، زيادة الثقة بالنفس واكتساب الخبرات الحياتية، زيادة القدرات الفعلية وسعة التفكير، تطلع الأفراد للعيش في بيئة إجتماعية وصحية مناسبة. Dezhbankhan & et.al (2020)، (عبد الرحيم، 2017).

ويعد تحقيق الذات حاجة نفسية ضرورية لكل إنسان، ومرحلة يصل إليها الفرد بعد تحقيق عدة حاجات فيسيولوجية واجتماعية وعلمية وثقافية، وكل منا يبحث عن النقص الكامن لديه كي يملؤه بإحتياجاته وذلك وفقاً لأهدافه الخاصة، وأن تحقيق الذات عبارة عن ميل فطري و إحتياج يكمن داخل الفرد يدفعه لبلوغ أهدافه وطموحاته الخاصة في الحياة (الشيمي، 2021).

ويعني آخر فإن حاجة الفرد للتعبير عن ذاته و السعي لتحقيق عدة أهداف تولد لدى الفرد الشعور بالرضا والقبول الذاتي والمجتمعي (علاونة ، 2017).

تحقيق الذات لدى المراهقين:

تتميز مرحلة المراهقة بمشاعر الوحدة، فهو أمر ليس غريب على المراهقين لأنهم يجلسون مع أنفسهم، ويحاكمون صراعاتهم وشكوكهم بالذات، وتعتبر مرحلة المراهقة مرحلة الحياة التي يشعر فيها المراهقون بالحاجة إلى تحقيق الاستحسان والموافقة من العالم الخارجي، وهي تلك المرحلة التي تحتم عليهم أن يتعلموا كيفية التمييز بين العيش للأخزين والأنانية في حاجاتهم الذاتية، وخلال هذه السنوات فإن الاستقلالية والاعتمادية يصبحان مجال محوري يعمل المراهق على تطويرهما (الدحادحة، 2013).

وتعد الأبعاد أو الجوانب المختلفة للذات والتي يمكن ملاحظة وجودها أثناء فترة المراهقة تميل إلى الاتحاد والتمازج مع مرور الزمن ونتيجة لزيادة الخبرة، ومن هذه الأبعاد ما يتصل بإدراك الفرد لحقيقته وإمكانياته، وهذا الأمر يتصل بالصورة التي يقدمها الفرد عن نفسه إلى العالم الخارجي، ومنها ما يتصل بذات المراهق فهو ما يمر به من مرحلة الإدراك الانتقالي أو العابر لذاته، ومن هذه الأبعاد ما هو خاص بالذات الاجتماعية للفرد، من حيث كيفية نشأتها وتطورها، ومنها ما يتصل في شخصية المراهق و ما يتصل بالذات المثالية، وهي الذات التي يطمح الفرد في الوصول إليها (حجازي، 2012).

المحور الثالث: مهارة حل المشكلات البيئية Problem solving skills

تعد مهارة حل المشكلات من المهارات العقلية الضرورية في حياتنا التي ينبغي أن يتعلمها الطلاب، وهو تنمية القدرة لدى المتعلم نحو مواجهة المشكلات في بيئته، ويقصد بها مجموعة العمليات التي يقوم بها الفرد مستخدماً المعلومات والمعارف التي سبق له تعلمها ، والمهارات التي اكتسبها في التغلب على موقف بشكل جديد، وغير مألوف له في السيطرة عليه ، والوصول إلى حل له (عرضة، 2014).

وأوضح جروان أن مفهوم حل المشكلات بأنه عملية تفكير يستخدم الفرد فيها ما لديه من معارف مكتسبة سابقة ومهارات من أجل الاستجابة لمتطلبات موقف ليس مألوفاً له ، وتكون الاستجابة بمباشرة عمل ما يستهدف حل التناقض أو اللبس أو الغموض ليس الذي يتضمنه الموقف وقد يكون التناقض على شكل افتقار للترابط المنطقي بين أجزائه، أو وجود فجوة، أو خلل في مكوناته (جروان، 2011).

وأضاف عبده (2013) بأنها نشاط ذهني معرفي من خلال خطوات معرفية ذهنية مرتبة ومنظمة في ذهن الفرد (التفكير العلمي لحل المشكلات) ويستطيع أن يسير فيها بسرعة آلية إذا ما تمت له السيطرة على كل عناصرها وخطواتها، بهدف الوصول إلى حالة اتزان معرفي تزود الفرد بالمهارات الأدائية لمواجهة الضغوط والمعيقات بكفاية عالية .

ومن وجهة نظر بياجيه فإن مهارة حل المشكلة ناتج متوقع، ومنطقي لتعلم المفاهيم، والمبادئ، وتعلم عمليات متتابعة، ومنتالية تعتمد على المخزون اللازم من المعارف.

أهمية تعلم مهارة حل المشكلات: يرى أبو رياش، و قطيط (2008) أن تعلم الطلاب لمهارة حل المشكلات له أهميته وفوائده المتعددة ومنها : تقلل من تعقد البيئة، إذ أنها تلخص وتصنف ما هو موجود في البيئة من أشياء أو مواقف.

- تعد الوسائل التي تعرف بها الأشياء الموجودة في البيئة.

- تقلل الحاجة إلى إعادة التعلم عند مواجهة أي جديد.

- تساعد على التوجيه والتنبيه والتخطيط لأي نشاط.

- تسمح بالتنظيم والربط بين مجموعات الأشياء والأحداث.
- فهم المفاهيم يجعل المواد الدراسية أكثر شمولاً وتجعل الحقائق ذات معنى.
- توفر المفاهيم الرئيسية في مجال تخطيط المناهج أساساً صحيحاً لاختيار الخبرات التعليمية وتنظيمها.
- يمكن استخدام المعرفة المكتسبة كمفاهيم في بناء مفاهيم ومبادئ أكثر تعقيداً.
- يسهل الترابط بين مستويات العلم الواحد في مراحل التعليم المختلفة.
- تساعد على اختيار محتوى المقررات وتسلسل موضوعاتها.
- وصول المتعلم إلى حل للمشكلة يعني له تحقيق هدف يسعى إليه، فتزيد من ثقته بنفسه، وشعوره بالإنجاز.
- نجاح المتعلم في حل المشكلة يزيد من نشاطه، وفاعليته؛ لتحقيق أهداف جديدة يسعى لتحقيقها في حياته.

أدوات وإجراءات البحث

أولاً: مجموعة البحث: تم اختيار مجموعة البحث من طلاب كلية التربية الفرقة الأولى - بيولوجي - جامعة عين شمس.

مجموعة البحث: تكونت مجموعة البحث من (62) طالب وطالبة من طلاب كلية التربية جامعة عين شمس، شعبة بيولوجي، وتم تطبيق مقياس تحقيق الذات القبلي، ومقياس حل المشكلات البيئية وذلك خلال العام الدراسي 2023/2022.

مبررات إختيار مجموعة البحث: تم إختيار مجموعة البحث وذلك لتوافر مجموعة البحث وسهولة التطبيق عليها، لكونها في محيط عمل الباحث بجامعة عين شمس.

ثانياً: إجراءات البحث

1- إعداد قائمة بمهارات تحقيق الذات التي يجب تنميتها لطلاب الجامعات، وذلك من خلال:

أ- بمراجعة الأدبيات التي تناولت تحقيق الذات والشخصيات، وأبعاد مختلفة لتحقيق الذات :
مثل دراسة (إبراهيم، 2022)، (عمر، 2019)، (السليمي، 2014)، (علاونة، الربيعه، 2017)، (الظاهر، 2008)
(العواد، 2022)، (الشمسي، 2021)، (عيد، 2012).

ومن خلال العرض السابق تم تحديد الأبعاد الرئيسية والمهارات الهامة في تنمية تحقيق الذات ووضعها في قائمة وعرضها على السادة الخبراء والمختصين في مجال علم النفس والتربية والصحة النفسية، وذلك لإبداء الرأي، وتعديل ما يلزم بالحذف أو الإضافة وغير ذلك، وتم تعديل القائمة بناءً على توصيات السادة المحكمين، وبذلك تم الوقوف على القائمة النهائية للمهارات الواجب تنميتها لتحقيق الذات لدى طلاب الجامعة جدول (1).

جدول (1): قائمة بمهارات تحقيق الذات الواجب تتميتها لطلاب الجامعات

م	الأبعاد الرئيسية	المهارات الفرعية	المؤشرات الدالة عليه
1	البعد الإجتماعي	مهارات التواصل، التحدث بإيجابية و السلوك الإيجابي	قدرة الفرد على تكوين علاقات إجتماعية ناجحة، وذلك من خلال توظيفه لمهارات التواصل الفعال، وتحلي الفرد بلإيجابية في التفكير والسلوك.
2	البعد الذاتي	الثقة بالنفس، ثقافة الاختلاف، تحديد الاهداف	يكون الفرد متفهماً لطبيعة المرحلة التي يعيشها لكي يستطيع أن يفهم نفسه، فتساعده على فهم أقرانه، والذي بدوره يدعم الثقة للطلاب، وتجعلهم قادرين على فهم بعضهم البعض، وتزيد من سعة فهمهم للآخرين وتقبلهم وجهات النظر للآخرين وتنمية ثقافة الاختلاف لديهم، وكذلك تزويدهم بمهارة تحديد وصياغة الاهداف
3	البعد الأكاديمي	طرق المذاكرة الجيدة، تنظيم الوقت، مهارة حل المشكلات	مهارة طرق التحصيل والإستذكار السريعة، والمعتمدة على ذاكرة المدى الطويل، تعريف الأفراد أنماطهم التعليمية التي تعينهم على التقدم في الجوانب التعليمية المختلفة، مهارة إدارة الوقت، مهارة حل المشكلات
4	البعد الأخلاقي	حسن التعامل مع الآخرين وفقاً للعادات والتقاليد الدينية والمجتمعية	تدعيم القيم الروحية والأخلاقية من خلال منظومة القيم الدينية لدى الطلاب والذي بدوره ينعكس على سلوك الطلاب ايجابياً والذي بدوره يحقق الكثير من الاستقرار النفسي، وكذلك اهتمام الفرد بحالته الصحية والبدنية التي هي من العوامل المؤثرة على ثقة الفرد بنفسه وقدرته على التفاعل مع الآخرين.
5	البعد الرياضي	مهارة الحفاظ على المظهر العام	إهتمام الفرد بشكله ومدى رضاه عن نفسه، وكيفية حفاظه على مظهره وصحته، والتزامه بالعادات الصحية السليمة

2- إعداد قائمة بمهارات حل مشكلات التي يجب تتميتها لطلاب الجامعات؟

تم إعداد قائمة بالمشكلات البيئية وذلك من خلال:

- مسح الأدبيات التربوية والابحاث التي تناولت مهارة حل المشكلات للقضايا البيئية مثل دراسة (سعادة، 2008)، (جروان، 2011)، (قطيط، 2016)، (الديب، 2017)، (محمد، 2018)، (علم الدين، 2020).
- تم الاطلاع على المقاييس التي تهتم بمهارة حل المشكلات بصفة عامة وحل المشكلات البيئية بصفة خاصة.
- تم تحديد المشكلات البيئية التي سيتم تناولها من خلال مهارة حل المشكلات البيئية والتي تمثل أهمية على الصعيد المحلي والعالمي، وصياغتها في (قائمة مبدئية للمشكلات والمتمثل في 9 قضايا)
وهي كالأتي: (مشكلة الحفاظ على الموارد وحسن استخدامها، مشكلة الطاقة، مشكلة التغيرات المناخية، مشكلة التلوث مشكلة المياه، مشكلة المخلفات، مشكلة الإحتباس الحراري، الإنقراض، الملوثات الإلكترونية)
- وتم عرض قائمة المشكلات البيئية على السادة المحكمين ، حيث أفاد السادة بدمج مشكلة الإحتباس الحراري مع مشكلة التغيرات المناخية، ودمج مشكلة الملوثات الإلكترونية مع مشكلة التلوث، وضم مشكلة الإنقراض إلى مشكلة الحفاظ على الموارد، وبذلك تم الإبقاء على (6) مشكلات رئيسة وهي:
(مشكلة الحفاظ على الموارد وحسن استخدامها، مشكلة الطاقة، مشكلة التغيرات المناخية، مشكلة التلوث ، مشكلة المياه، مشكلة المخلفات).

جدول (2): يوضح قائمة المشكلات البيئية

م	المشكلات الرئيسية	المشكلات الفرعية	المؤشرات الدالة
1	مشكلة الحفاظ على الموارد وحسن استخدامها	الموارد، أنواع الموارد الحفاظ على الموارد واستغلالها على الوجه الأمثل	الأنشطة الإنسانية التي تسبب في زيادة مشكلة سوء استغلال الموارد (الموارد البشرية، الطاقة الطبيعية، الغذاء..... عمليات الإنتاج والتصنيع المختلفة تستهلك قدرا كبير من الطاقة الذي ينعكس بالسلب بصورة ، مباشرة على استنزاف الطاقة، احتياج كمية كبيرة من الطاقة في التشغيل الميكانيكي وتكييف الهواء والإضاءة.
2	مشكلة الطاقة	مصادر الطاقة، الطاقة البديلة، الطاقة المتجددة والغير متجددة .	الطاقة المتجددة ، الطاقة النظيفة (البديلة)، طاقة الرياح ، الطاقة الشمسية، الطاقة الحرارية ، الطاقة الهيدروجينية، طاقة الكتلة الحيوية، طاقة المساقط المائية
3	مشكلة التغيرات المناخية	التغيرات المناخية، أسبابها والعوامل التي تساهم في حل مشكلة التغيرات المناخية	الانشطة الإنسانية الخاطئة الضارة بالبيئة، الإحتباس الحراري، إرتفاع درجة حرارة الأرض، إحتراق الغابات، غرق المدن الساحلية
4	مشكلة التلوث	أسباب التلوث، وأنواع التلوث، أضرار التلوث	تلوث المياه، تلوث الهواء، التلوث الضوضائي، التلوث الإشعاعي، التلوث الألكتروني، تلوث الغذاء
5	مشكلة المياه	أسباب نقص المياه، بدائل لحل أزمة نقص المياه	المياه الرمادية ، المياه الخضراء، إعادة التدوير، تسعير المياه، بورصة المياه، طرق ترشيد استهلاك المياه
6	مشكلة المخلفات	المخلفات والنفايات، أنواع المخلفات، أسبابها، اضرار المخلفات	المخلفات الصلبة المنزلية، المخلفات السائلة ، المخلفات الصلبة والسائلة الصناعية، أضرارها على الإنسان، الحيوان والبيئة

3- وضع التصور المقترح للبرنامج وإجراءاته

اعداد برنامج الإرشاد النفسي من خلال: -

أ . فلسفة البرنامج، إعتد الباحث في بناء برنامجه الإرشادي على الفنيات الإرشادية، وفنيات الإرشاد التفاعلي الأليكتروني، من خلال الإرشاد الجماعي عبر منصة اليكترونية وهي (مايكروسوفت تيمز).

ب . أسس بناء البرنامج، من خلال مراجعة الأدب التربوي والدراسات السابقة في برامج الإرشاد النفسي

- حيث تم بناء البرنامج على الأسس التالية:
- فنيات الإرشاد النفسي: استخدم الباحث بعض من الفنيات الإرشادية، فنيات الإرشاد الجماعي، فنيات الإرشاد الأليكتروني، وتم تحديدها بصورة إنتقائية لتتناسب مع طبيعة البرنامج والفئة المستهدفة، مثل : المحاضرة، والمناقشة والحوار، ولعب الأدوار، والعصف الذهني، وقبول الذات، وتقييم الذات، الواجب المنزلي، والتغذية الراجعة.....

• واستنادا لبعض فنيات العلاج الجدلى ، والعلاج المعرفي السلوكي.

ج . بناء البرنامج، وتم بناء البرنامج وفقاً للخطوات التالية:

الهدف الرئيسي للبرنامج: يتلخص الهدف العام للبرنامج في تنمية تحقيق الذات ومهارة حل المشكلات لدى طلاب الجامعة.

مبررات البرنامج: تم إعداد البرنامج لتنمية تحقيق الذات ومهارة حل المشكلات البيئية، إذ لا يوجد برنامج على حد علم الباحث تناول هذين البعدين سوياً، ونظراً لأهمية تحقيق الذات، ومهارة حل المشكلات البيئية لدى طلاب الجامعة، تم تصميم البرنامج.

- د . محتوى البرنامج وخطة تنفيذه: تصميم البرنامج تم إعداد البرنامج الإرشادي الذي يهدف إلى تنمية تحقيق الذات ومهارة حل المشكلات البيئية لدى طلاب الجامعة، وذلك من خلال برنامج إرشادي إلكتروني وذلك بتحديد الفنيات الإرشادية التي سوف تستخدم في البرنامج، كما تناول الباحث عرضاً لمراحل إعداد البرنامج الإرشادي والمتمثلة في خطوات تصميمه، وأبعاد البرنامج الرئيسية، والأبعاد الفرعية، والهدف العام منه والأهداف الفرعية المنبثقة عنه، وأهمية البرنامج الإرشادي، والأسس والمبادئ التي استند عليها الباحث في إعداده للبرنامج، وحدود البرنامج والفئة المستهدفة، والفترة الزمنية لتنفيذ البرنامج، والأنشطة والفنيات المستخدمة، ووسائل التقييم المتبعة.
- هـ- إعداد البرنامج: تم إتباع الإجراءات التالية من أجل إعداد البرنامج الإرشادي:
- الاطلاع على بعض الكتب والدراسات التي شملت إجراءات لبرامج إرشادية تنموية، أو وقائية، أو علاجية ، واختيار الإجراءات الأكثر فاعلية التي تتناسب مع مجموعة البحث.
 - بمراجعة الأدبيات التي تناولت تحقيق الذات والشخصيات، وأبعاد مختلفة لتحقيق الذات :
- كدراسة (إبراهيم، 2022) ، (عمر، 2019)، (السليمي، 2014)، (علاونة، الربيعة، 2017)، (الظاهر، 2008)،
- (العواد، 2022)، (wade,paul,2010) ، (السفاسفة ، 2011) (شحاته، 2012)، (الشمي، 2021).
- و تم التعرف على الأبعاد المستخدمة في مقاييس الدراسات التي تناولت تحقيق مثل دراسة (عمر، 2005) مقياس التوجه الشخصي وتحقيق الذات، قام بوضعه شيستروم ترجمة (منصور والبللوي، 1985) ، و (جاسم وآخرون، 2011) ، و مقياس تحقيق الذات (شحاته، 2009) .
 - تم حصر مواصفات الأفراد المحققين لذواتهم، وعمل قائمة بالأبعاد التي قد تمثل تحقيق الذات.
 - عرض القائمة المقترحة لإبعاد تحقيق الذات، على مجموعة من السادة المحكمين وتم عرض قائمة أبعاد تحقيق الذات على السادة المحكمين، حيث أفاد السادة المحكمين بإستبعاد بعدي الذات الإبداعية والذات الأسرية، بينما اقترح البعض بتخفيض الأبعاد الفرعية، وأشار البعض بدمج بعض الأبعاد الفرعية.
 - تم استنباط أبعاد تحقيق الذات، من خلال العرض السابق، حيث خلص الباحث إلى خمسة أبعاد رئيسه وهي: (البعد الاجتماعي، البعد الذاتي، البعد الأكاديمي، البعد الأخلاقي، البعد الرياضي).
 - تم اشتقاق الأبعاد الفرعية لكل بعد رئيس، وبهذا تم الوصول إلى تصور لأبعاد تحقيق الذات، التي تساهم في تحقيق الذات والمتمثلة في:
- البعد الاجتماعي : مهارة التواصل، الإيجابية في (التحدث ، السلوك).
 - البعد الذاتي: (الثقة بالنفس، ثقافة الاختلاف مع الآخر، تحديد الاهداف).
 - البعد الأكاديمي: (المذاكرة الجيدة، وإدارة الوقت، مهارة حل المشكلات).
 - البعد الروحي : (البعد الاخلاقي والقيمي).
 - البعد الرياضي والجسمي.
 - المشكلات البيئية: التي يتم حلها من خلال مهارة حل المشكلات البيئية والتي يهتم بها على الصعيد المحلي والعالمي، وتم صياغتها في قائمة مبدئية للمشكلات والمتمثل في 8 قضايا وهي كالآتي:

(مشكلة الحفاظ على الموارد وحسن استخدامها، مشكلة الطاقة، مشكلة التغيرات المناخية، مشكلة التلوث مشكلة المياه، مشكلة المخلفات، مشكلة الإحتباس الحراري).

و- الملامح الرئيسية للبرنامج (مكونات البرنامج):

- تكون البرنامج في صورته الأولى من عدد (22) جلسة ، تتراوح المدة الزمنية للجلسة ما بين (50:60) دقيقة، يتخللها العمل ، بمعدل جلستين أسبوعياً بواقع عدد(2) جلسة ، متمثلة في الجلسة التعريفية بالبرنامج والجلسة الختامية.
 - تم عرض البرنامج في صورته الأولى على السادة المحكمين، والذين أفادوا بحذف بعض الأجزاء التي لم تكن مناسبة لمرحلة المراهقة من وجهة نظرهم، وتم حذف تلك الاجزاء، كما تم تعديل لصياغة بعض العبارات والفقرات داخل البرنامج وفقاً لتعديلاتهم.
 - تكون البرنامج في صورته النهائية من 20 جلسة، تتراوح المدة الزمنية للجلسة ما بين (50:60) دقيقة، يتخللها أنشطة وورش العمل ، بمعدل جلستين أسبوعياً، وقد تم تطبيق جلسات البرنامج في قاعة محاضرات كلية التربية بواقع عدد(2) جلسة ، متمثلة في الجلسة التعريفية بالبرنامج والجلسة الختامية .
 - تم تطبيق البرنامج الإرشادي عبر الأنترنت من خلال تطبيق مايكروسوفت تيمز بواقع (18) جلسة الاليكترونية، وأيضاً تم إرسال لينكات المقاييس التي تم تطبيقها اليكترونياً على تطبيق جوجل فورم.
 - كما تم عمل جروب عمل للطلبة والطالبات (المجموعة التجريبية) على تطبيق واتس أب، ليمتد من خلاله الإجابة والتفاعل مع الطلاب، وكذلك لإعلامهم بمواعيد الجلسات، وإرسال لينك الجلسات، وكذلك التنبيه على الطلاب بالتعليمات والتنوية بضرورة الالتزام بالميعاد، وإرسال بعض المعلومات ، واستغرق تطبيق البرنامج مدة شهرين بواقع جلستين أسبوعياً في (8) أسابيع خلال المدة من 2022/10/16 حتى 2022/12/14.
 - بالنسبة للفتيات التي اتبعها الباحث لتحقيق أهداف برنامجه فقد تمثلت في المناقشة والحوار، المحاضرة، ورش العمل ، الأنشطة ، لعب الأدوار، تبادل الادوار، العصف الذهني، الواجبات المنزلية.
 - كما تم تحديد الأنشطة والمهارات والخبرات المتضمنة في البرنامج، وتجهيز الأنشطة قبل البدء في الجلسات، واختيار الأنشطة الملائمة لقدرات المجموعة وذلك من خلال: تصميم أنشطة البرنامج بحيث تكون سهلة ومختصرة وواضحة قدر الإمكان، وتنوع المواقف التدريبية حتى لايشعر الطلاب بالملل، كما تم تضمين بعض الفيديوهات التعليمية والتحفيزية التي من شأنها تؤثر في الطلاب.
- ل - **تقويم البرنامج:** تم تقويم البرنامج الإرشادي من خلال:
- ثلاث خطوات لقياس كفاءة وفعالية البرنامج وهي :
- **التقويم التمهيدي :** يتلخص هذا التقويم بالإجراءات التي قام بها الباحث قبل البدء بتنفيذ البرنامج للتأكد من دقة وسلامة خطة البرنامج الإرشادي، ومدى قدرته على تحقيق الهدف أو الأهداف التي صممت الجلسات من أجل تحقيقها، والمتمثلة في صدق البرنامج (من خلال عرضه على السادة المحكمين).
 - **التقويم البنائي :** ويتلخص بإجراء عملية التقويم عند نهاية كل جلسة للتأكد من أن البرنامج الإرشادي يسير وفق الخطة المرسومة له، وذلك من خلال توجيه الأسئلة للمسترشدين ومتابعة الواجبات المنزلية في بداية كل جلسة.

- **التقويم النهائي** : ويتمثل بتحديد التغيير الحاصل في تنمية تحقيق الذات، ومهارة حل المشكلات البيئية لدى المجموعة التجريبية ويحصل ذلك من خلال القياس البعدي.
- **مدة البرنامج**: تم تطبيق جلسات البرنامج بطريقة الكترونية تفاعلية عبر منصة مايكروسوفت تيمز، بواقع (20) جلسة إرشادية مدة كل جلسة من (50-60) دقيقة، عدا الجلستين الإفتتاحية والختامية حيث تم عقدهما داخل مدرج كلية التربية جامعة عين شمس، و أستغرق تطبيق البرنامج مدة شهرين بواقع جلستين أسبوعياً خلال الفترة من 2022/10/16 حتى 2022/12/14.

4- إعداد أدوات البحث: شملت أدوات البحث ما يلي: مقياس تحقيق الذات، مقياس حل المشكلات البيئية.

أ- إعداد مقياس تحقيق الذات : وذلك من خلال:

- **تحديد الهدف من المقياس**، هدف المقياس إلى قياس تحقيق الذات:
تحديد أبعاد المقياس:

- مسح الأدبيات النفسية والتربوية، والتعرض لنظريات الشخصية من حيث طبيعة وخصائص الأشخاص المحققين لذواتهم.
 - دراسة المقاييس التي تهتم بتحقيق الذات لدى الفرد أو بأحد أبعادها التي تم تناولها في دراسات مماثلة مثل: مقياس (العنبي، 2018)، (المقدادي، 1996)، (عليوة، 2022)، (Arons & Richards, 2007)، ومن الدراسات والمراجع السابقة تم اشتقاق الأبعاد الخاصة بمقياس تحقيق الذات، والأبعاد الفرعية لتحقيق الذات وتعريفها إجرائياً.
- وتكون المقياس من خمسة أبعاد هي :

- البعد الاجتماعي : مهارة التواصل، الإيجابية في (التحدث ، السلوك).
- البعد الذاتي : (الثقة بالنفس، ثقافة الاختلاف مع الآخر، تحديد الاهداف).
- البعد الأكاديمي: (المذاكرة الجيدة، وتنظيم الوقت، مهارة حل المشكلات).
- البعد الروحي : (البعد الاخلاقي والقيمي) .
- البعد الرياضي والجسمي.

صياغة بنود المقياس: وتكون المقياس في صورته الأولية من 150 عبارة تدرج تحت خمسة أبعاد رئيسة لتحقيق الذات، ويتبعها عدد (12) بعد فرعي، واعتمد الباحث مقياس (ليكارت) الثلاثي (دائماً، أحياناً، أبداً) لما في ذلك من سهولة وسلاسة أكثر في اختيار الإجابة وعدم تشتتها، وأما بالنسبة لتقدير الدرجات ، فقد تم توزيع الدرجات (1،2،3) للعبارة الإيجابية (1،2،3) للعبارة السلبية، وبذلك درجة المقياس بين (150 - 450) درجة.

إعداد تعليمات الإجابة : حرص الباحث عند إعداد تعليمات المقياس أن تكون سهلة ومفهومة، وعلى صفحة مستقلة بنحو موجز وملائمة لمستوى طلاب الجامعة، وتمثلت التعليمات في: كيفية الإجابة دون ترك أي فقرة بدون إجابة، ودون الإشارة إلى هدف المقياس صراحة، كما تم الإشارة إلى أن كل الإجابات صحيحة وليس هناك إجابة صحيحة وأخرى خاطئة، وإنما الهدف هو الإجابة عن الأسئلة بما يمثل تفكير كل فرد وتصرفاته وسلوكه في المواقف المختلفة.

صدق المحكمين (الصدق الظاهري): للتحقق من صدق المقياس و ذلك من خلال عرضه على هيئة من المحكمين، وقد أشار السادة المحكمون بإعادة الصياغة اللغوية لبعض العبارات، كما أوصى بعضهم بحذف بعض العبارات لعدم تمثيلها للبعد المنتمبة إليه، وقد تكون المقياس في صورته الأولية من عدد (150) مفردة موزعة على خمسة أبعاد، وتم

التصميم وفقا لقياس ليكارت الثلاثي (دائما، أحيانا، وأبداً)، هذا واعتبرت موافقة غالبية أعضاء هيئة التحكيم على الفقرات دليلاً على صدق المحتوى، لذا تم الإبقاء على الفقرات التي حصلت على نسبة موافقة (80%) كحد أدنى لتعتبر الفقرة مناسبة لقياس الهدف الذي وضعت لقياسه، وقد تم إجراء التعديلات اللازمة على مقياس تحقيق الذات في ضوء ملاحظات السادة المحكمين، وبذلك تم التأكد من صدق المقياس بطريقة صدق المحكمين وأصبح المقياس صالحاً للتطبيق الاستطلاعي.

التطبيق الاستطلاعي للمقياس:

حساب الزمن المناسب لأداء المقياس عند تطبيقه على المجموعة التجريبية ، وقد دلت نتائج المجموعة الاستطلاعية للمقياس على أن الزمن المناسب لأداء المقياس هو (35) دقيقة، وذلك من خلال حساب متوسط الزمن اللازم لإجابة أفراد المجموعة فكانت (35) دقيقة، وتم إضافة خمسة دقائق لقراءة التعليمات ليصبح الزمن النهائي للإجابة عن المقياس (40) دقيقة.

صدق الإتساق Internal Consistency Validity: حيث تم قياس صدق المقياس عن طريق حساب معاملات الارتباطات ومدى ارتباطها بالابعاد، وكذلك مدى ارتباط أبعاد المقياس بالدرجة الكلية، حيث تراوحت معدلات الارتباط بين (0.227)، (0.834) عند مستويي دلالة (0.01)، (0.05) وهذا يؤكد أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الاتساق الداخلي.

ثبات المقياس: تم حساب ثبات المقياس : بإستخدام ألفا كرونباخ : تم حساب معامل الارتباط وفق هذه الطريقة باستخدام معادلة ألفا كرومباخ إذ بلغ معامل الاتساق الداخلي للمقياس المطور باستخدام البيانات المتحققة من عينة البحث ن = 62، وبلغت قيمة معامل الثبات (0.786) وهي نسبة مقبولة لأغراض البحث.

إعادة الاختبار: طريقة إعادة الاختبار وقد تم حساب معامل الارتباط وفق هذه الطريقة نتيجة تطبيق المقياس على عينة مؤلفة من (80) مشاركاً، و تم إعادة تطبيق المقياس بعد فترة زمنية قدرها أسبوع واحد، تم حساب معامل ارتباط سبيرمان للدرجات التي تم الحصول عليها في التطبيق وأشارت النتائج إلى معامل ثبات قيمته (0.799) وهي نسبة مقبولة لأغراض البحث .

ب: إعداد وبناء مقياس مهارة حل المشكلات البيئية :

- **تحديد الهدف من المقياس، هدف المقياس إلى قياس مهارة حل المشكلات البيئية:**

تحديد أبعاد المقياس:

- تم مسح الأدبيات التربوية والابحاث التي تناولت حل المشكلات للقضايا البيئية .
- تم الاطلاع على المقاييس التي تهتم بمهارة حل المشكلات بصفة عامة وحل المشكلات البيئية بصفة خاصة.
- تم تحديد المشكلات البيئية التي سيتم تناولها من خلال مهارة حل المشكلات البيئية والتي تمثل أهمية على الصعيد المحلي والعالمي، وصياغتها في(قائمة مبدئية للمشكلات والمتمثل في 9 قضايا) وهي كالاتي: (مشكلة الحفاظ على الموارد وحسن استخدامها، مشكلة الطاقة، مشكلة التغيرات المناخية، مشكلة التلوث، مشكلة المياه، مشكلة المخلفات، مشكلة الإحتباس الحراري، الإنقراض، الملوثات الإلكترونية).
- وتم عرض قائمة المشكلات البيئية على السادة المحكمين ، حيث أفاد السادة بدمج مشكلة الإحتباس الحراري مع مشكلة التغيرات المناخية، ودمج مشكلة الملوثات الإلكترونية مع مشكلة التلوث، وضم مشكلة الإنقراض إلى مشكلة

الحفاظ على الموارد، وبذلك تم الإبقاء على (6) مشكلات رئيسة وهي: (مشكلة الحفاظ على الموارد وحسن استخدامها، مشكلة الطاقة، مشكلة التغيرات المناخية، مشكلة التلوث، مشكلة المياه، مشكلة المخلفات).

- قام الباحثون ببناء مقياس حل المشكلات البيئية في صورته الأولية المكون من 35 عبارة موزعة على أهم القضايا والمشكلات البيئية والتي تم إعداد قائمة بأهم القضايا والمشكلات البيئية المعاصرة المطروحة على الصعيدين المحلي والعالمي والمتمثلة في القضايا التالية: (مشكلة الحفاظ على الموارد وحسن استخدامها، مشكلة الطاقة، مشكلة التغيرات المناخية، مشكلة التلوث، مشكلة المياه، مشكلة المخلفات).

صياغة المقياس:

تكون المقياس : من 35 عبارة ممثلة لستة قضايا بيئية، وتم صياغة الفقرات في صورة موقفية ممثلة لمشكلات واقعية، ويتبع كل موقف أربعة إجابات يتم اختيار إحداها، موزعة في إختيارات (أ، ب، ج، د).

إعداد فقرات المقياس:

تم تصميم مقياس حل المشكلات في صورته الأولية بطريقة المقاييس الموقفية، حيث تكون من 35 موقفاً تم صياغتها في صورة مواقف لمشكلات بيئية يتعرض لها الفرد أو المجتمع، ويتبع كل موقف أربعة إجابات يقوم الطالب بإختيار الإجابة التي تمثل حل لتلك المشكلات من خلال معرفته بمهارة حل المشكلات ومن وجهة نظر كل طالب وطالبة، و تم عرض المقياس في صورته الاولية على مجموعة من المحكمين.

تصحيح القياس : كون المقياس في صورته الأولية من 35 عبارة ممثلة لستة مشكلات بيئية، وأما بالنسبة لتقدير الدرجات ، فقد أعد الباحث تقدير الدرجات من (1،2،3،4) حيث تتدرج الإجابة في الصحة فتقدر أفضل الإجابات ب (4)، وأقلها في الصحة (1) ، وبذلك تكون درجة المقياس بين (140 - 35) درجة.

صدق المحتوى (الصدق الظاهري): للتحقق من صدق المقياس و ذلك من خلال عرضه على هيئة من المحكمين، وقد تكون المقياس في صورته الأولية من عدد (35) مفردة موزعة على ستة قضايا بيئية، وتم تصميم المقياس لحل المشكلات البيئية بالصيغة الموقفية، على أن يتبع كل موقف أربعة إجابات يختار منها الطالب والطالبة الحل الأمثل من وجهة نظرهم .

هذا واعتبرت موافقة غالبية أعضاء هيئة التحكيم على الفقرات دليلاً على صدق المحتوى ولذا أخذت الفقرات التي نسبة الموافقة عليها (80%) كحد أدنى لتعتبر الفقرة مناسبة لقياس الهدف الذي وضع لقياسه، كما تم تعديل بعض العبارات، وإعادة الصياغة لبعض فقرات المقياس، كما تم إعادة تبديل بعض الخيارات وفقاً لآراء السادة المحكمين.

التطبيق الاستطلاعي للمقياس: بعد إعداد مقياس حل المشكلات في صورته الأولية، تم تجريب المقياس يوم 2022/10/8 على مجموعة إستطلاعية قوامها (80) طالب وطالبة من طلاب كلية التربية الفرقة الاولى قسم لغة عربية حيث تمثل مجموعة إستطلاعية غير المجموعة التجريبية، وتم تطبيق المقياس بصورة الكترونية من خلال تطبيق المقياس على نموذج جوجل فورم.

حساب الزمن المناسب لأداء المقياس عند تطبيقه على المجموعة التجريبية ، وقد دلت نتائج المجموعة الاستطلاعية للمقياس على أن الزمن المناسب لأداء المقياس هو (35) دقيقة، وذلك من خلال حساب متوسط الزمن اللازم لإجابة أفراد المجموعة فكانت (35) دقيقة، وتم إضافة خمسة دقائق لقراءة التعليمات ليصبح الزمن النهائي للإجابة عن المقياس (40) دقيقة.

صدق الإتساق Internal Consistency Validity: حيث تم قياس صدق المقياس عن طريق حساب مدى ارتباط أبعاد المقياس بالدرجة الكلية، وذلك من خلال معادلة بيرسون، حيث أن جميع الأبعاد ترتبط مع الدرجة الكلية للمقياس ارتباطاً دالاً إحصائياً، حيث تراوحت معاملات الارتباط بين (0.254 - 0.690) عند مستويي دلالة (0.05)، (0.01) وهذا يؤكد أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الاتساق الداخلي.

ثبات المقياس: ألفا كرونباخ: تم حساب معامل الارتباط وفق هذه الطريقة باستخدام معادلة ألفا كرونباخ إذ بلغ معامل الاتساق الداخلي للمقياس باستخدام البيانات المتحققة من مجموعة البحث، وبلغت قيمة معامل الثبات باستخدام ألفا كرونباخ (0.826) إذ تم حساب ارتباط كل عبارة مع الدرجة الكلية، وهي مقبولة لأغراض البحث.

إعادة الاختبار: طريقة إعادة الاختبار وقد تم حساب معامل الارتباط وفق هذه الطريقة نتيجة تطبيق المقياس على عينة مؤلفة من (80) مشاركاً، تم إعادة تطبيق المقياس بعد فترة زمنية قدرها أسبوع واحد، تم حساب معامل ارتباط من خلال معادلة اسبيرمان وكانت نسبة الثبات (0.887) وهي نسبة ثبات مرتفعة.

صياغة المقياس في صورته النهائية: تم إعداد المقياس في صورته النهائية حيث تم موافقة 80% من السادة المحكمين على عبارات المقياس، وتم تعديل بعض العبارات وإعادة صياغة بعض العبارات وفقاً لتوجيهات السادة المحكمين وبذلك أصبح المقياس معداً في صورته النهائية مكون من عدد (35) عبارة في صورته النهائية، كما تم إعداد المقياس في صورة اليكترونية على نموذج جوجل فورم، و تحديد زمن الإجابة وذلك من خلال تطبيق المقياس على مجموعة استطلاعية قوامها (80) طالب وطالبة من طلاب كلية التربية جامعة عين شمس، حيث تبين أن زمن الإجابة من خلال حساب متوسط الإجابة التتبعية للطلاب خلال الدراسة الاستطلاعية هو (40) دقيقة، وبهذا يصبح المقياس معداً في صورته النهائية، علماً بأن درجة المقياس (140 - 35) درجة، وتكون الدرجة المتوسطة (88) درجة، علماً بأنه تم تطبيق الدراسة الاستطلاعية بطريقة ورقية، بينما تم التطبيق على العينة التجريبية بصورة المقياس الإلكتروني من خلال نموذج جوجل فورم.

4- الأسلوب الإحصائي المستخدم:

المعالجة الإحصائية التالية:

معالجة نتائج البحث باستخدام اختبار (ت)، معامل إيتا تربيع، وكذلك حساب قيمة حجم التأثير (d).
عرض النتائج ومناقشتها وتفسيرها وتقديم بعض المقترحات والتوصيات في ضوء النتائج.

نتائج البحث

أولاً: اختبار صحة الفرض الأول الذي ينص علي أنه:

يوجد فرق دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية في كل من القياس القبلي / البعدي في مقياس تحقيق الذات لصالح القياس البعدي.
وللتحقق من صحة هذا الفرض قام الباحث بمقارنة متوسطات درجات طلاب مجموعة البحث في كل من القياس القبلي / البعدي في مقياس تحقيق الذات، وقد استخدم الباحث اختبار (t- test) للمجموعات المترابطة للكشف عن دلالة الفروق قبل وبعد تطبيق (المتغير المستقل).

جدول رقم (3): نتائج القياس القبلي / البعدي في مجموعة البحث في مقياس تحقيق الذات

المجموعة التجريبية	عدد المجموعة التجريبية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة (t) المحسوبة	الدلالة
القياس القبلي	62	151.9	2.78	61	4.92	دال عند مستوى 0.05
القياس البعدي		182.7	1.95			

واتضح من نتائج جدول (3) ما يلي: يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات طلاب مجموعة البحث في كل من القياس القبلي / البعدي في مقياس تحقيق الذات، حيث أظهرت نتائج الجدول السابق أن المتوسط الحسابي للقياس البعدي والذي قيمته تساوي (182.7) ، أكبر من المتوسط الحسابي للقياس القبلي والذي قيمته تساوي (151.9)، وقيمة (ت) المحسوبة والتي قيمتها (4.92) أكبر من قيمة "ت" الجدولية والتي قيمتها (1.97) مما يدل على وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى (0.05) لصالح القياس البعدي، وهو ما يؤكد على وجود فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات الطلاب في المجموعة التجريبية بين القياسين القبلي والبعدي في مقياس تحقيق الذات لصالح التطبيق البعدي.

• حساب فاعلية البرنامج الإرشادي في تنمية تحقيق الذات:

للإجابة على هذا التساؤل الذي ينص " ما فاعلية البرنامج الإرشادي في تنمية تحقيق الذات لدى طلاب الجامعة ؟

قام الباحثون بحساب الفاعلية بواسطة حساب مربع إيتا (η^2)، وحساب حجم التأثير من خلال تعيين قيمة (d) المقابلة لها كما هو موضح في:

جدول (4): حساب الفاعلية وحجم التأثير من خلال حساب قيمة مربع إيتا (η^2)، وحساب قيمة (d)

الابعاد	T	η^2	D	حجم التأثير
الاجتماعي	3.82	0.23	1.4	كبير
الذاتي	3.55	0.21	1.2	كبير
الأكاديمي	2.95	0.19	0.9	كبير
القيمي	2.87	0.17	0.8	متوسط
الرياضي	2.21	0.14	0.7	متوسط
الإجمالي	4.92	0.27	1.4	كبير

واتضح من جدول (4) فاعلية البرنامج الإرشادي في تنمية تحقيق الذات في الدرجة الكلية حيث بلغ معامل إيتا (0.27)، وكذلك في الأبعاد الخاصة بتحقيق الذات حيث تراوح مربع إيتا للأبعاد بين (0.14: 0.23) وهي قيم تدل على فاعلية كبيرة للمتغير المستقل (البرنامج الإرشادي) في المتغير التابع (تحقيق الذات)، كما أن حجم d بلغ (1.4) وهو حجم تأثير كبير، وهذا يعني أن البرنامج الإرشادي فعال في تنمية تحقيق الذات لدى طلاب الجامعة، مما يجيب عن السؤال الرئيس للبحث.

اختبار صحة الفرض الثالث الذي ينص علي أنه:

الذي ينص "لا يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسط درجات المجموعة التجريبية في المقياس القبلي والبعدي لتحقيق الذات وفقاً لمتغير الجنس".

وللتحقق من صحة هذا الفرض قام الباحثون بحساب اختبار (t- test) بين الذكور والإناث في القياسين القبلي والبعدي لأبعاد تحقيق الذات كما هو موضح في جدول (5)

جدول (5) حساب اختبار (t- test) بين الذكور والإناث في القياسين القبلي والبعدي لأبعاد تحقيق الذات

أبعاد تحقيق الذات	النوع	المتوسط القبلي	المتوسط البعدي	قيمة ت	مستوى الدلالة
البعد الاجتماعي (مهارات التواصل، الإيجابية)	ذكور 30	23.33	67.73	3.23	دالة عند مستوى (0.05)
	إناث 32	26.70	79.35		
البعد الذاتي (الثقة بالنفس، تحديد الأهداف، ثقافة الاختلاف)	ذكور 30	87.53	8089	2.98	دالة عند مستوى (0.05)
	إناث 32	86.75	95.60		
البعد الأكاديمي (المذاكرة الجيدة، تنظيم الوقت، مهارة حل المشكلات)	ذكور 30	61.24	68.81	1.53	غير دال
	إناث 32	62.18	68.60		
البعد الروحي (البعد الأخلاقي والقيمي)	ذكور 30	23.10	4527	1.32	غير دال
	إناث 32	07.42	27.80		
البعد الرياضي	ذكور 30	090.5	7265	2.82	دالة عند مستوى (0.05)
	إناث 32	82.49	6.962		

واتضح من جدول (5) أن:

- البعد الاجتماعي: وجود دلالة بين متوسطي درجات التطبيق البعدي بين الذكور والإناث في مقياس تحقيق الذات في البعد الاجتماعي، وأنه يوجد دلالة إحصائية عند (0.05) لصالح الإناث حيث كانت متوسط درجات التطبيق البعد (79.35) للإناث، بينما كان متوسط درجات التطبيق البعدي للذكور (67.73)، بينما كانت نتيجة قيمة (ت) تساوي (3.23)، وهي قيمة دالة عند مستوى دلالة (0.05) مما يدل على تقدم الإناث على الذكور في البعد الاجتماعي.
- البعد الذاتي: تلاحظ من جدول (5) وجود دلالة بين متوسطي درجات التطبيق البعدي بين الذكور والإناث في مقياس تحقيق الذات في البعد الذاتي، وأنه يوجد دلالة إحصائية عند (0.05) لصالح الذكور حيث كانت متوسط درجات التطبيق البعد (98.80) للذكور، بينما كان متوسط درجات التطبيق البعدي للإناث (95.60)، وكانت نتيجة قيمة (ت) تساوي (2.98) ، وهي قيمة دالة عند مستوى دلالة (0.05) مما يدل على تقدم الذكور على الإناث في البعد الذاتي.
- البعد الأكاديمي: تلاحظ من جدول (5) عدم وجود دلالة بين متوسطي درجات التطبيق البعدي بين الذكور والإناث في مقياس تحقيق الذات في البعد الذاتي أنه يوجد دلالة عند (0.05) ، وكانت نتيجة قيمة (ت) تساوي (1.53) ، وهي قيمة غير دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05)، مما يدل على تقارب الاستجابة في التقدم في البعد الأكاديمي بين الذكور و الإناث . وهو ما يتفق مع دراسة (فؤاد ، 2018) التي تناولت التحصيل الأكاديمي وأفادت انه لا توجد فروق ترجع لمتغير الجنس.
- البعد الأخلاقي (القيمي): تلاحظ من جدول (5) عدم وجود دلالة بين متوسطي درجات التطبيق البعدي بين الذكور والإناث في مقياس تحقيق الذات في البعد القيمي، و أنه لا توجد دلالة عند (0.05) ، حيث كانت قيمة (ت) تساوي (1.32) ، وهي قيمة غير دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) مما يدل على تقارب الاستجابة في التقدم في البعد القيمي بين الذكور و الإناث ، وهو ما يتفق مع دراسات عدة كدراسة (خليل،2015)، (شحاته،2008)، (Clarcken,2009) ، (Spees,2001)، بينما اختلفت نتائج البحث في البعد الأخلاقي مع دراسة (ضيف، 2021) والتي خلصت نتائجها إلى أنه توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الذكور والإناث المراهقين علي مقياس الذكاء الأخلاقي للمراهقين في اتجاه الإناث .

- البعد الرياضي: اتضح من جدول (5) وجود دلالة بين متوسطي درجات التطبيق البعدي بين الذكور والإناث في مقياس تحقيق الذات في البعد الرياضي أنه يوجد دلالة عند (0.05) لصالح الذكور حيث كانت متوسط درجات التطبيق البعد (69.62) للذكور، بينما كان متوسط درجات التطبيق البعدي للإناث (65.72)، وكانت نتيجة قيمة (ت) تساوي (2.82)، وهي قيمة دالة عند مستوى دلالة (0.05) مما يدل على تقدم الذكور على الإناث في البعد الرياضي، وهذه النتائج تتفق مع دراسة كل من (العواد، 2022)، (جاسم، 2022) حيث اثبتت فاعلية برنامج رياضي تروحي في تحقيق الذات، وهو ما يتفق مع (الخيكاني، 2007) حيث تضمن البرنامج أنشطة تهدف إلى زرع التفاؤل والتحلي بالإيجابية، وحل المشكلات، والاصرار على تحقيق الأهداف، بينما تختلف نتائج البحث الحالي مع دراسة (عطية، 2013) التي خلصت إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس صورة الجسد تعزى لمتغير الجنس (ذكور - إناث).

ثانياً: اختبار صحة الفرض الرابع الذي ينص علي أنه:

"توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في التطبيق القبلي والبعدي لمقياس حل المشكلات البيئية، لصالح التطبيق البعدي".

وللتحقق من هذا الفرض قام الباحث بمقارنة متوسطات درجات طلاب مجموعة البحث في كل من القياس القبلي / البعدي في مقياس مهارة حل المشكلات البيئية، وقد استخدم الباحث اختبار (t- test) للمجموعات المترابطة للكشف عن دلالة الفروق قبل وبعد تطبيق (المتغير المستقل) بعد أن تأكد أن البيانات تتبع التوزيع الطبيعي، كما هو موضح في

جدول (6) : نتائج القياس القبلي / البعدي في مجموعة البحث في مقياس مهارة حل المشكلات البيئية

الدلالة	قيمة (t) المحسوبة	درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	عدد المجموعة التجريبية	المجموعة التجريبية
دال عند مستوى 0.05	5.30	61	20.75	78.35	62	القياس القبلي
			14.97	105.20		القياس البعدي

اتضح من نتائج جدول (6) ما يلي:

يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات طلاب مجموعة البحث في كل من القياس القبلي / البعدي في مقياس مهارة حل المشكلات البيئية، حيث أظهرت نتائج الجدول السابق أن المتوسط الحسابي للقياس البعدي والذي قيمته تساوي (105.20)، أكبر من المتوسط الحسابي للقياس القبلي والذي قيمته تساوي (78.35)، وقيمة "ت" المحسوبة والتي قيمتها (5.30) أكبر من قيمة "ت" الجدولية والتي قيمتها (1.97) مما يدل على وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى 0.05 لصالح القياس البعدي.

اختبار صحة الفرض الخامس الذي ينص علي أنه: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات

المجموعة التجريبية في التطبيق القبلي والبعدي لأبعاد مقياس حل المشكلات البيئية، لصالح التطبيق البعدي". وللتحقق من صحة هذا الفرض قام الباحث بحساب المتوسطات لابعاد مقياس مهارة حل المشكلات البيئية وكذلك حساب قيمة (ت)، من خلال جدول (7) الذي يوضح نتائج القياس القبلي/ البعدي لدرجات طلاب مجموعة البحث في كل بعد من ابعاد مهارة حل المشكلات البيئية.

جدول (7): نتائج القياس القبلي/ البعدي لدرجات طلاب مجموعة البحث في كل بعد من ابعاد مهارة حل المشكلات البيئية

أبعاد حل المشكلات	العينة	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
الحفاظ على الموارد	قبلي	22.82	4.87	074.	دالة عند مستوى (0.05)
	بعدي	34.32	4.11		
التغيرات المناخية	قبلي	.536	12.52	3.90	دالة عند مستوى (0.05)
	بعدي	8.77	11.06		
التلوث	قبلي	18.9	5.53	4.44	دالة عند مستوى (0.05)
	بعدي	33.47	4.60		
الطاقة	قبلي	5.27	2.58	3.93	دالة عند مستوى (0.05)
	بعدي	9.32	2.29		
المياه	قبلي	6.63	5.90	80.5	دالة عند مستوى (0.05)
	بعدي	10.72	5.25		
المخلفات	قبلي	11.05	12.15	3.68	دالة عند مستوى (0.05)
	بعدي	14.02	5.76		
الاجمالي	قبلي	.3578	20.75	5.30	دالة عند مستوى (0.05)
	بعدي	05.201	14.97		

واتضح من نتائج جدول (7) ما يلي:

مشكلة الحفاظ على الموارد وحسن استخدامها: يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية في القياس القبلي/البعدي في بعد الحفاظ على الموارد وحسن استخدامها ، حيث أظهرت نتائج جدول (7) أن المتوسط الحسابي للقياس البعدي في المجموعة التجريبية والذي قيمته تساوي (34.32) أكبر من المتوسط الحسابي للقياس القبلي للمجموعة التجريبية والذي قيمته تساوي (22.82) ، وقيمة "ت" المحسوبة والتي قيمتها (4.07) عند درجة حرية 61 أكبر من قيمة (ت) الجدولية مما يدل على وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى 0.05 لصالح التطبيق البعدي، والذي يدل على فاعلية البرنامج في تنمية مهارة حل المشكلات الخاصة بمشكلة الحفاظ على الموارد وحسن استخدامها.

مشكلة التغيرات المناخية: يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية في القياس القبلي/البعدي في بعد مشكلة التغيرات المناخية ، حيث أظهرت نتائج جدول (7) أن المتوسط الحسابي للقياس البعدي في المجموعة التجريبية والذي قيمته تساوي (8.77) أكبر من المتوسط الحسابي للقياس القبلي للمجموعة التجريبية والذي قيمته تساوي (6.53)، وقيمة "ت" المحسوبة والتي قيمتها (3.90) عند درجة حرية 61 أكبر من قيمة (ت) الجدولية، مما يدل على وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى 0.05 لصالح التطبيق البعدي، والذي يدل على فاعلية البرنامج في تنمية مهارة حل المشكلات الخاصة بمشكلة التغيرات المناخية.

مشكلة التلوث: يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية في القياس القبلي / البعدي في بعد مشكلة التلوث، حيث أظهرت نتائج جدول (7) أن المتوسط الحسابي للقياس البعدي في المجموعة التجريبية والذي قيمته تساوي (33.47) أكبر من المتوسط الحسابي للقياس القبلي للمجموعة التجريبية والذي قيمته تساوي (18.9) ، وقيمة "ت" المحسوبة والتي قيمتها (4.44) عند درجة حرية 61 أكبر من قيمة (ت) الجدولية مما يدل

على وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى 0.05 لصالح التطبيق البعدي في مقياس حل المشكلات، والذي يدل على فاعلية البرنامج في تنمية مهارة حل المشكلات الخاصة بمشكلة التلوث.

مشكلة الطاقة: يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية في القياس القبلي/ البعدي في بعد الطاقة، حيث أظهرت نتائج جدول (7) أن المتوسط الحسابي للقياس البعدي في المجموعة التجريبية والذي قيمته تساوي (9.32) أكبر من المتوسط الحسابي للقياس القبلي للمجموعة التجريبية والذي قيمته تساوي (5.27) ، وقيمة "ت" المحسوبة والتي قيمتها (3.93) عند درجة حرية 61 أكبر من قيمة (ت) الجدولية مما يدل على وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى 0.05 لصالح التطبيق البعدي، والذي يدل على فاعلية البرنامج في تنمية مهارة حل المشكلات الخاصة بمشكلة الطاقة.

مشكلة المياه: يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية في القياس القبلي/ البعدي في بعد مشكلة المياه ، حيث أظهرت نتائج جدول (7) أن المتوسط الحسابي للقياس البعدي في المجموعة التجريبية والذي قيمته تساوي (10.72) أكبر من المتوسط الحسابي للقياس القبلي للمجموعة التجريبية والذي قيمته تساوي (6.63) ، وقيمة "ت" المحسوبة والتي قيمتها (5.08) عند درجة حرية 61 أكبر من قيمة (ت) الجدولية مما يدل على وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى 0.05 لصالح التطبيق البعدي، والذي يدل على فاعلية البرنامج في تنمية مهارة حل المشكلات الخاصة بمشكلة المياه.

مشكلة المخلفات: يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية في القياس القبلي/ البعدي في بعد المخلفات، حيث أظهرت نتائج جدول (7) أن المتوسط الحسابي للقياس البعدي في المجموعة التجريبية والذي قيمته تساوي (14.02) أكبر من المتوسط الحسابي للقياس القبلي للمجموعة التجريبية والذي قيمته تساوي (11.05) ، وقيمة "ت" المحسوبة والتي قيمتها (3.68) عند درجة حرية 61 أكبر من قيمة (ت) الجدولية مما يدل على وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى 0.05 لصالح التطبيق البعدي، والذي يدل على فاعلية البرنامج في تنمية مهارة حل المشكلات الخاصة بمشكلة المخلفات.

• حساب فاعلية البرنامج الإرشادي في تنمية مهارة حل المشكلات البيئية:

للإجابة عن هذا التساؤل الذي ينص "ما فاعلية البرنامج الإرشادي في تنمية تحقيق الذات لدى طلاب الجامعة ؟
للتحقق من صحة هذا التساؤل تم حساب الفاعلية بواسطة حساب مربع إيتا (η^2)، وحساب قيمة (d) المقابلة لها كما هو موضحاً بجدول (8)

جدول (8): حساب فاعلية البرنامج وحجم التأثير من خلال قيمة مربع إيتا (η^2)، وحساب قيمة (d)

حجم التأثير	d	η^2	T	الإبعاد
كبير	0.90	0.17	4.63	الحفاظ على الموارد
كبير	51.	0.21	7.24	التلوث
كبير	0.82	120.	2.28	التغيرات المناخية
كبير	1.4	0.22	8.53	الطاقة
كبير	0.89	0.15	2.57	المياه
كبير	0.98	0.20	346.	المخلفات
كبير	1.5	50.2	10.08	الإجمالي

واتضح من جدول (8) فاعلية البرنامج الإرشادي في تنمية مهارة حل المشكلات البيئية في الدرجة الكلية حيث بلغ معامل إيتا (0.25)، و في الأبعاد الخاصة بمقياس مهارة حل المشكلات البيئية حيث تراوح مربع إيتا للأبعاد بين (0.12: 0.22) وهي قيم تدل على فاعلية المتغير المستقل (البرنامج الإرشادي) في المتغير التابع (مهارة حل المشكلات البيئية)، كما أن حجم d بلغ (1.5) وهو حجم تأثير كبير، وهذا يعني أن البرنامج الإرشادي قد حقق فاعلية، وله تأثير كبير في تنمية مهارة حل المشكلات البيئية لدى طلاب الجامعة. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (ابراهيم، 2010) ، (الحضرمي،2012)، (الزغبي، 2011)، (المعمري، 2011) والتي توصلت إلي أن تدريب افراد المجموعة الإرشادية علي أسلوب حل المشكلات واتخاذ القرار والتخطيط الجيد، له دوراً هاماً في تنمية المسؤولية الاجتماعية والكفاءة الذاتية.

مناقشة نتائج البحث

أسفرت نتائج البحث عن الآتي:

- فاعلية البرنامج الإرشادي في تنمية تحقيق الذات لدى طلاب الجامعات.
- فاعلية البرنامج الإرشادي في تنمية مهارة حل المشكلات البيئية لدى طلاب الجامعات.

مناقشة النتائج وتفسيرها: توصلت النتائج السابق عرضها إلى

فاعلية البرنامج الإرشادي في تنمية تحقيق الذات، ومهارة حل المشكلات البيئية لدى طلاب الجامعات. حيث اسفرت النتائج على وجود فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات طلاب مجموعة البحث في كل من القياس القبلي / البعدي في مقياس تحقيق الذات لصالح القياس البعدي، مما يؤكد فاعلية البرنامج الإرشادي في تنمية تحقيق الذات لدى طلاب كلية التربية جامعة عين شمس، وهو ما يتفق مع دراسة (الخفاجي،2015)، (صابرن، 2015)، ودراسة (المومني، 2017)، (العواد، 2022)، (Clarken،2009)، (شحاته،2008)، (الوهيبي، 2009)، (المهايرة،2007).

وجود فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات طلاب مجموعة البحث في كل من القياس القبلي / البعدي في مقياس تحقيق الذات لصالح القياس البعدي، مما يؤكد فاعلية البرنامج الإرشادي في تنمية مهارة حل المشكلات البيئية لدى طلاب كلية التربية جامعة عين شمس، وهو ما يتفق مع دراسة (ابراهيم 2010) ، (الحضرمي،2012)، (النبراوي،2002)، (الزغبي، 2011)، (الديب، 2017)، (علم الدين،2020)، (المعمري،2011) .

توصيات البحث

في ضوء ما أسفرت عنه نتائج البحث الحالي يوصي الباحث بما يلي:

- استخدام البرنامج الإرشادي، لتنمية تحقيق الذات لدى طلاب الجامعات.
- استخدام البرنامج الإرشادي، لتنمية مهارة حل المشكلات البيئية لدى طلاب الجامعات
- عمل دورات تأهيلية للأخصائيين النفسيين والإجتماعيين لتصميم واعداد وتنفيذ البرامج الإرشادية الإلكترونية والحث على استخدامها لما لها من فاعلية في تنمية الكثير من المهارات النفسية والشخصية والبيئية.

- ضرورة تعاون الأخصائيين التربويين والمرشدين على تصميم المواقع الإرشادية الالكترونية، لتصميم وانتاج المحتوى العلمي السليم ، مع توافر الجانب التقني الجذاب والمشوق في مشكلات تهم الطلاب، وزيادة التشجيع و الإهتمام بتصميم برامج إرشادية لتنمية جوانب مختلفة في شخصية الطلاب.

مستخلص البحث

في ضوء نتائج البحث يقترح الباحثون إجراء دراسات أخرى استكمالاً للبحث الحالي:

- دراسة فاعلية برنامج إرشادي إلكتروني في المرونة النفسية .
- دراسة فاعلية برنامج إرشادي إلكتروني تنمية المواطنة البيئية.
- دراسة فاعلية برنامج إرشادي إلكتروني في تنمية الجوانب الوجدانية و البيئية .
- اجراء دراسة فاعلية برنامج إرشادي إلكتروني على مراحل دراسية وفئات عمرية أخرى.

المراجع

- أبو أسعد , أحمد عبداللطيف (2011). المهارات الإرشادية ، عمان ، دار الدسيرة.
- خوجة، خديجة ، وعبد الله، هشام (2014) . الإرشادي النفسي الجماعي، جدة، خوارزم العلمية.
- الدحادحة، باسم محمد علي (2013). مهارات القيادة في الإرشاد الجمعي للمجموعات الصغيرة، مكتبة الفلاح، الصفاة.
- الديب، ماني محمد (2017). تطوير منهج اللغة الفرنسية باستخدام استراتيجية النمذجة والمحاكاة لتنمية مهارات حل المشكلات البيئية لدى تلاميذ الصف الرابع الابتدائي، [رسالة دكتوراه غير منشورة]، معهد الدراسات والبحوث البيئية، جامعة عين شمس.
- الزغبى، أحمد محمد (2002). الإرشاد النفسي ، عمان، دار زيان للنشر والتوزيع.
- اللقاني، أحمد حسين، ومحمد، فارعة حسن (2001). منهج التعليم بين الواقع والمستقبل، دار عالم الكتب، القاهرة.
- زهران، حامد عبد السلام (2005). التوجيه والإرشاد النفسي، عالم الكتب، القاهرة، (ط. 3)، ج1.
- السباعوي، فضيلة عرفات (2009). تحقيق الذات وإدارة العطاء، دار صفاء، عمان.
- صالح، نادية حمدي (2003). الإدارة البيئية المبادئ والممارسات، ط، منشورات المنظمة العربية للتنمية الإدارية، القاهرة.
- صبحي، ايناس محمد (2010) . فاعلية استخدام الفصل الافتراضي في تنمية المفاهيم ومهارات حل المشكلات البيئية لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية، [رسالة ماجستير]، معهد الدراسات والبحوث البيئية، جامعة عين شمس.
- ضيف، أية هشام السعيد علي (2021). الإحترام وعلاقته بالتفكر المنظومي لدى عينة من المراهقين، [رسالة ماجستير غير منشورة، كلية] الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس.
- متولي، رشا السيد (2006). فاعلية بعض المفاهيم البيئية في برامج الاطفال بإذاعة وسط الدلتا على تنمية الوعي البيئي لديهم، [رسالة ماجستير غير منشورة]، معهد الدراسات والبحوث البيئية، جامعة عين شمس.
- محسن، سحر ابراهيم محمد، (2018). برنامج تنمية مهنية لمعلمي الكيمياء بالمرحلة الثانوية قائم على الكيمياء الخضراء وأثره على تنمية مهارات حل المشكلات البيئية واستيعاب مفاهيم بيئية، [رسالة دكتوراه غير منشورة]، معهد الدراسات والبحوث البيئية، جامعة عين شمس.
- محمد، ريهام رفعت (2009) . فاعلية استخدام استراتيجية كولبرج في تدريس الجغرافيا على تنمية النضج الخلقى ومهارة حل المشكلات البيئية لدى تلاميذ الصف الثاني الإعدادي، مجلة الجمعية التربوية للدراسات الاجتماعية، كلية التربية، جامعة عين شمس، ع20 .

- Apinuntavech ,et al (2009). The effectiveness of a program designed to enhance the self-esteem of female adolescents of the Rajavithi home for Girls Mahidol University Bangkok, Thailand, Department of 42 Psychiatry, Faculty of Medicine Siriraj Hospital, **Mahidol University Bangkok**, Thailan.
- Borba, M. (2003). Tips for building moral intelligence in students, Curriculum Review, 42 (Issue 7).
- broaden the cognitive repertoire of preschools?.(Ph.d. **Brngn Mawr college**,2005)
- Clarcken, R. (2009). Moral intelligence in the Schools, Online Submission, Paper presented at the Annual Meeting of the **Micigan Academy of Sciences**, Arts and Letters (Detroit, M. Mar 20)
- confidence and self –esteem.(among lations .D .min,drew university,2006).
- Xingcun, L.U. (2004). The role of Biology in Environmental Education Chinse, **Education & Society**, v32, n4, P68_70.

THE EFFECTIVENESS OF A COUNSELING PROGRAM FOR DEVELOPING SELF- ACTUALIZATION AND THE SKILL OF SOLVING ENVIRONMENTAL PROBLEMS AMONG UNIVERSITY STUDENTS

**Shreif S. A. El-Raee⁽¹⁾;Mohamed A. Abdel fatah⁽²⁾; Magda M. A. Gebril⁽³⁾;
and Hanan E. A. Zedan⁽⁴⁾**

- 1) Post Grad. Student, Faculty of Graduate Studies and Environmental Research, Ain Shams University 2) Faculty of Education, Ain Shams University 3) Faculty of Commerce, Ain Shams University 4) Faculty of Graduate Studies and Environmental Research, Ain Shams University.

ABSTRACT

The research aimed to study the effectiveness of a counseling program for developing self-actualization and the skill of solving environmental problems among university students. The environmental problems that were addressed through the program, and the study was applied to an intentional group of (62) male and female students from the Faculty of Education, Ain Shams University, Biology Department, first year.

The aim of the research is to study the effectiveness of a counseling program

Where the research group consisted of (32) female students, and the number of (30) students, thus the research group would be (62) the experimental group. The research tools represented in the measure of self-actualization and the skill of solving environmental problems were applied, and the results of the research showed that there was a statistically significant difference between the mean scores of the experimental group, the pre and post measurements, in favor of the post measurement. Indicative programme.

Keywords: counseling program, self-actualization, environmental problem-solving skill.