

فعالية برنامج معرفى سلوكى لزيادة الثقة بالنفس لضحايا التحرش الجنى من طالبات الجامعة

ساندى سمير إبراهيم الفار
باحثة ماجستير – كلية التربية
جامعة بورسعيد

إشراف

د/ هبة كمال مكى
مدرس الصحة النفسية
كلية التربية جامعة بورسعيد

أ.د/ محمد أحمد سعفان
أستاذ ورئيس قسم الصحة النفسية
كلية التربية جامعة الزقازيق

٢٠١٦ / ٨ / ٣١ م

تاريخ استلام البحث :

٢٠١٦ / ٩ / ٢٦ م

تاريخ قبول البحث :

الملخص

هدفت الدراسة إلى اختبار فعالية برنامج معرفى سلوكى لزيادة الثقة بالنفس لضحايا التحرش الجنى من طالبات الجامعة ، و تكونت العينة من (٨) طالبات واستخدمت مجموعة تجريبية واحدة ، واستخدمت الدراسة المنهج التجريبي و الادوات التالية : مقياس التحرش الجنى إعداد الباحثة ، مقياس الثقة بالنفس لسيدنى شروجر و البرنامج المعرفى السلوكى إعداد الباحثة و الذى استغرق تطبيقه (٢٤) جلسة ، و توصلت الدراسة الى وجود فروق ذات دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات عضوات المجموعة التجريبية فى القياسين القبلى /البعدى على مقاييس (التحرش الجنى - الثقة بالنفس) بأبعادهم ودرجاتهم الكلية بعد تطبيق البرنامج لصالح القياس البعدى وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات عضوات المجموعة التجريبية فى القياسين البعدى / المتبعى على مقاييس (التحرش الجنى - الثقة بالنفس) بأبعادهم ودرجاتهم الكلية بعد مرور فترة من المتابعة (شهر) .

Abstract

The Effectiveness of a Cognitive Behavioral Program in Increasing Self-Confidence in Female University Students Victims of Sexual Harassment
The recent research study aimed at testing the efficiency of a Cognitive Behavioral Program in Increasing Self-Confidence in Female University Students Victims of Sexual Harassment .The research sample (8) female students for one experimental group .The program has lasted for (24) sessions . The research study made use of the following tools : a measure of Sexual Harassment (designed by the researcher), , a measure of self-confidence a translation and localization D / Adel Abdullah. The research results can be summed up in the following point.(1) there were statistically significant differences among the means of scores of experimental group in the pre-test and the post -test on the perfectionism scale with its dimensions on the measures of (Sexual Harassment, self-confidence) and on the scale as a whole after the implementation of the program for the favor of the post – test .(2) there were no statistically significant differences among the means of scores of experimental group in the post -test and the alterative -test on the perfectionism scale with its dimensions on the measures of (Sexual Harassment, self-confidence) and on the scale as a whole after the implementation of the program for the favor of the post – test

المقدمة :

تتعرض الطالبات- فى مرحلة المراهقة المتأخرة - لبعض المشكلات التى تحد من أدوارهن الاجتماعية و تؤدى فى بعض الأحيان إلى تقوقعهن حول ذاتهن، أو حتى الاتسام ببعض السمات العدوانية و قد يكون تأثيرها واضحاً على التحصيل الدراسى و علاقتهن الاجتماعية بأسرتهن و أصدقائهن و المجتمع بكافة أفرادة ، ومن هذه المشكلات التحرش الجنى فيرجع انتشار تلك الظاهرة لعدة أسباب منها ما هو مرتبط بالتنشئة الأسرية الخاطئة و العوامل الاقتصادية و ثقافة المجتمع و غياب فكرة المسؤولية والواجب الاجتماعى تجاه أفراد المجتمع بعضهم لبعض و الصورة السلبية للمرأة التى تعرضها بعض وسائل الاعلام ، وللتحرش الجنى تداعياته النفسية الخطيرة على الضحية التى تتمثل فى الغضب الشديد و الخوف و الإحراج و الخجل و الاكتئاب و الشعور بالذنب و القلق و انخفاض الروح المعنوية ، و الشعور بعدم احترام الذات و عدم الثقة فى الآخرين ؛ فالتحرش الجنى جريمة لا يمكن التساهل معه أو تجاهله ، فالردع القانونى للتحرش الجنى عامل مهم للقضاء عليه ، و بالرغم من ذلك نجد أن العقوبة المقررة للتحرش غير رادعة ، فلا شك أن التحرش الجنى جريمة بلا دليل فى الأغلب ، الأمر الذى يجعل ممارس التحرش يشعر بأنه لا يعاقب على مثل هذه الجريمة ، هذا بالإضافة إلى غياب التواجد الأمنى فى بعض المناطق المعروفة بانتشار مثل هذه الممارسات .

مشكلة الدراسة :

للتحرش الجنى تداعياته النفسية و الفسيولوجية الخطيرة على شخصية الضحية ؛ فتتمثل الاعراض النفسية فى الشعور بالغضب الشديد و الخوف والألم والاحراج والخجل انعدام الشعور بالأمن الشخصى والشعور بالذنب والاكتئاب و بعض الاعراض الفسيولوجية كحدوث اضطرابات فى المعدة أو اضطرابات فى النوم والكوابيس و حالات الصداع وفقدان الوزن (رشا حسين، ٢٠٠٨، ١٣٢)؛(محمد قطب، ٢٠٠٨، ٨٥).

مما سبق تتبلور مشكلة الدراسة الحالية فى السؤال التالى :

ما فاعلية برنامج معرفى سلوكى لزيادة الثقة بالنفس لضحايا التحرش الجنى من طالبات الجامعة ؟ و يتفرع منه الاسئلة التالية :

- هل توجد فروق بين متوسطات درجات رتب عضوات المجموعة التجريبية فى القياسين القبلى و البعدى على مقياس التحرش الجنى بعد تطبيق البرنامج المعرفى السلوكى ؟
- هل توجد فروق بين متوسطات درجات رتب عضوات المجموعة التجريبية (اللاتى تعرضن للتحرش الجنى) فى القياسين القبلى و البعدى على مقياس الثقة بالنفس بعد تطبيق البرنامج المعرفى السلوكى؟
- ما إمكانية استمرار فعالية البرنامج المعرفى السلوكى المستخدم فى الدراسة على مقياس (التحرش الجنى- الثقة بالنفس) بعد مرور فترة زمنية ؟

- هل توجد علاقة ارتباطية بين درجات طالبات المجموعة التجريبية (اللاتتعرضن للتحرش الجنى) فى مقياس التحرش الجنى ومقياس الثقة بالنفس ؟

أهداف الدراسة :

- التعرف على أثر زيادة الثقة بالنفس لدى ضحايا التحرش الجنى من طالبات الجامعة .
- اختبار فعالية البرنامج المعرفى السلوكى فى تحقيق الهدف المرجو منه لزيادة الثقة بالنفس لضحايا التحرش الجنى من طالبات الجامعة بعد التطبيق و المتابعة .

أهمية الدراسة :

- 1- توضيح مشكلة التحرش الجنى .
 - 2- دراسة الظاهرة (التحرش الجنى لدى المراهقات) فى مرحلة المراهقة المتأخرة .
 - 3- التعرف على فعالية برنامج معرفى سلوكى لزيادة الثقة بالنفس لضحايا التحرش الجنى من طالبات الجامعة وذلك من خلال :
- تصميم أداة قياسية عربية لقياس التحرش الجنى وذلك لندرة المقاييس فى هذا المجال - فى حدود علم الباحثة- .
 - بناء و تطبيق برنامج معرفى سلوكى ثم اختبار فعاليته لزيادة الثقة بالنفس لضحايا التحرش الجنى من طالبات الجامعة .

مصطلحات الدراسة :

البرنامج المعرفى السلوكى : Cognitive-behavioral program

يقوم البرنامج المعرفى السلوكى على النظرية المعرفية التى تؤكد على أهمية الروابط الموجودة بين سلوكيات الافراد و افكارهم و خبراتهم السابقة و قدراتهم العقلية (أساليب التفكير و الإدراك و التذكر) ، والنظرية السلوكية التى تعتبر أن سلوك الفرد قابل للتعديل أو التغيير بإيجاد ظروف وأجواء تعليمية معينة و ذلك باستخدام مجموعة من الفنيات (المعرفية و السلوكية) ؛ ويهدف البرنامج المعرفى السلوكى إعادة تنظيم الذات بشكل أفضل و يستخدم فى ذلك التحصين المنهجي و التدريب على المهارات الاجتماعية و التدعيم الإيجابى و إعادة البناء المعرفى ، ومحاولة التخلص من الالم النفسى عن طريق تصحيح المفاهيم و الاشارات الذاتية الخاطئة ، وبذلك يهدف الى التعامل مع التفكير غير المنطقى.

التحرش الجنى : Sexual Harassment

تعرف الباحثة التحرش الجنى إجرائياً بأنه " تعرض الطالبة لافعال غير لفظية ذات طابع جنسى- لمس أو الاحتكاك الجسدى - أو مطالب لفظية ذات طابع جنسى- عبارات غزل عادية، عبارات بها إحياءات جنسية ، عبارات جنسية صريحة، عبارات بذينة صريحة تتضمن وصف لأعضاء الجسم

والرغبة في الجماع - مع عدم الترحيب بها ، وقد تحدث في الشارع أو الجامعة أو الاماكن العامة أو مكان العمل أو المنزل مما يترتب عليه آثار نفسية سلبية منها (الاكتئاب - القلق - الشعور بالذنب - الخوف من إقامة علاقات جنسية مستقبلية - عدم الشعور بالامان - عدم الثقة بالنفس - الاحباط - الخوف الشديد) وأعراض فسيولوجية منها (اضطرابات الاكل - فقدان الوزن أو زيادته - حالات الصداع - ارتفاع ضغط الدم) ، و قامت الباحثة بإعداد مقياس للتحرش الجنسي يتكون من (٧) أبعاد وهم : (خصال الضحية ، أماكن انتشار التحرش ، أشكال التحرش ، أسباب التحرش، البعد القانوني، الآثار النفسية المترتبة على التحرش ، استراتيجيات التصدي للتحرش) .

الثقة بالنفس: self confidence

تُعرف الثقة بالنفس إجرائياً بأنها " إدراك الفرد لكفاءته أو مهارته وقدرته على أن يتعامل بفاعلية مع المواقف المختلفة " (سيدنى شروجر، ١٩٩٠ ، ٦) .

إطار نظري ودراسات سابقة :

وتصدر مشكلة التحرش الجنسي اهتمام كافة المؤسسات التي تعمل في مجال حقوق المرأة لما له آثاراً نفسية خطيرة على الضحية ومنها الاكتئاب ، القلق ، الشعور بالذنب ، الرغبة في الانتحار و اضطرابات الاكل - فقدان الوزن أو زيادة - وتتمثل أبرز الإساءات التي تلحق بالضحية الشعور بالانتهاك البدني واضطرابات حالتها النفسية ، كما أنها تصاب بعدم الثقة في نفسها وبمن حولها وهو ما يؤدي إلي اضطراب حياتها الأسرية وعلاقتها الشخصية وبذلك تتخطى المشكلة آثارها أماكن حدوث التحرش لتشمل الأسرة والسياق الاجتماعي ككل، كما يعد التحرش الجنسي شكل من أشكال الايذاء الجسدي (الجنسي والنفسى) (Willness, C. , Steel, P., & Lee, K., 2007, 127-162)

أولاً: تعريف التحرش الجنسي: Sexual Harassment

التعريف النفسى :

هو أى فعلة جنسية أو أى محاولة للشروع فى فعلة جنسية أو أى تعليقات جنسية أو أى تدبير موجه بطريقة أو بأخرى ضد عفة أى شخص بالاكراه من جانب أى شخص بصرف النظر عن علاقته بالضحية وبصرف النظر عن مكان هذه الأفعال سواء فى المنزل أو مكان العمل وذلك على سبيل المثال لا الحصر (WHO,2008,5)

أشكال التحرش الجنسي :

تتعدد أشكال التحرش الجنسي و نسب شيوعه و تتنوع حسب ثقافة المجتمع و ثقافة أفراده ، وحسب صرامة سلطاته فى تطبيق القانون وقد يتضمن التحرش الجنسي - شكل واحد أو أكثر - من الأشكال الآتية:

أكد كل من (John F. 2009, Nicole.J, isist.H, 2007) ؛ مهند الشيعي ، ٢٠٠٩ ؛ عزة كريم، (١٩٩٣) على أن للتحرش الجنسي صوراً مختلفة من أشهرها :

أ- التحرش اللفظي :-

اللفظ هنا يختلف عن ألفاظ الغزل الرقيقة والمتوددة، فهو يميل إلى الفجاجة والصرخة الجارحة، ويميل إلى الدلالات الجنسية، وأحياناً يستخدم المتحرش ألفاظاً سوقية يعبر بها عن أطماعه في الضحية، وأحياناً أخرى تأخذ معنى المرادة بما تتضمنه من إغواء وإغراء وإثارة ويتضمن :

- تعليقات ودعابات ، حركات، أصوات أو اقتراحات.
- همسات بطريقة خادشة للحياء مع إصدار أصوات جنسية.

ب- التحرش غير اللفظي : ويظهر في أشكال مختلفة منها :

- عرض صور جنسية أو أفلام.
- الرسائل البريد الإلكتروني، الملصقات، الهدايا، المواد ذات الطبيعة الجنسية.
- تخطي الحدود والمساحة الجسدية للآخر كالاقتراب منه أكثر من اللازم.
- إجباره على التلفظ بألفاظ فاضحة.
- المداعبة أو الملاطفة. (Nicole.J, isist.H,2007,p.31-50)

بداية الاهتمام بالتحرش الجنسي :

أ- في ضوء مواقف القرآن الكريم :

تحدث القرآن الكريم عن أشهر قصة تحرش جنسي في التاريخ ، كان المتحرش فيها أمراه والمتحرش بت رجلاً كما أوردتها سورة يوسف ، حيث تحرشت زوجة عزيز مصر بنبي الله يوسف عليه السلام وتطبق حيثيات القصة مع ما يشترطه التشريع اليوم من وجود سلطه قائمة بين المتحرش والضحية " وَرَأَوْتُهُ الَّتِي هُوَ فِي بَيْتِهَا عَنِ نَفْسِهِ وَعَلَّقَتِ الْأَبْوَابَ وَقَالَتْ هَيْت لَكَ قَالَ مَعَاذَ اللَّهِ إِنَّهُ رَبِّي أَحْسَنَ مَثْوَايَ إِنَّهُ لَا يُفْلِحُ الظَّالِمُونَ " سورة يوسف آية ٢٣ (مهند الشيعي، ٢٠٠٩ ، ١٩) .

ب- في ضوء مساهمات النساء في الوقت المعاصر :

بينما يعتقد البعض أن مصطلح التحرش الجنسي ظهر عام ١٩٧٣ في تقرير د/ ماري روي Mary Rowe الذي رفعته إلى رئيسها في معهد ماساتشوسيس للتكنولوجيا عن الاشكال المختلفه لقضايا عدم المساواه بين الجنسين ويرجع البعض الاخر ظهوره الى عام ١٩٧٥ على يد ثمانية من الناشطات أثناء أحد إجتماعاتهن وتحدثن عن المضايقات اللاتي يتعرضن لها أثناء العمل وقاما بتأسيس معهد السيدات العاملات وتزامن ذلك مع ظهور التحالف ضد الاكراه الجنسي عام ١٩٧٦ على يد الناشطات فرايد كلين Freada Klien و لين رولي Lynn Wehrli واليزابيث كوهين Elizabeth (هشام فرج ، ٢٠١١ ، ١٩) .

ثانياً: الثقة بالنفس

١- تعريف الثقة بالنفس :

أ- التعريف النفسي للثقة بالنفس :

الثقة بالنفس ليست عملية ينبغي ممارستها بل ثمرة يجنيها الشخص نتيجة لبذور غرسها وهي انعكاس لواقع داخلي يعمل في أعماق الشخصية إضافة إلى الصحة العامة لدى الفرد وترتبط بما يحصل عليه الفرد من معلومات وخبرات تدعم مكانته الاجتماعية وتساعد على أن يكون إيجابياً (يوسف أسعد ، ١٩٧٧ ، ٢٠) وهي إيمان الفرد بأهدافه وقدراته وقراراته وإمكانياته وتتمثل بالحب والعطف والتفكير الإيجابي والصبر والمثابرة والإصرار واستثمار الوقت (أنوار الطائي ، ٢٠٠٧ ، ٢٩٣ - ٣١٢)

ويعرفها " سيدنى شروجر " إنها إدراك الفرد لكفاءته أو مهارته وقدرته على أن يتعامل بفاعلية مع المواقف المختلفة (سيدنى شروجر ، ١٩٩٠ ، ٦)

٢- أهمية الثقة بالنفس:

الثقة بالنفس تثير الانفعالات الإيجابية وتبعث على الشعور بالحماس والبهجة وتساعد على تركيز الانتباه وتزيد المثابرة والجهد في سبيل تحقيق الاهداف والنجاح مما يسهم في بناء مفهوم ذات إيجابي فتجعل الفرد مرتاحاً خالياً من المخاوف قادراً على تنظيم البيئة وأفكاره بسرعة ودقة وبأقل معونة من الآخرين؛ مما يمكنه من تخطي الصعاب والوصول إلى مستوى عال من الإنجاز ويؤدي ذلك التشويق إلى مناقشة الآخرين واحترام الذات (بدر العمر، ٢٠٠٠، ٨٣-٨٥)

بينما ترى أمل يونس أن أهمية الثقة بالنفس تتمثل فيما يلي :

- تساعد على الشعور بإمكانية تطوير المهارات والمساهمة بشكل فعال في المجتمع .
 - إن الثقة بالنفس توفر دافعاً نحو العمل، والإنجاز، وسرعة الأداء ودقته.
 - إنها تؤدي إلى القدرة والإقدام الوقت التي تمثل المبادرة سلوكاً إبداعياً وتساعد على تكوين القدرة على اتخاذ القرارات وتحمل المسؤولية .
 - تعد شرطاً من شروط القيادة الناجحة في مجالات الحياة جميعها (أمل يونس، ٢٠١٠، ١٥)
- وهو ما أكدت دراسة عبد الله شراب (٢٠١٣) بعنوان " فعالية برنامج لتنمية الثقة بالنفس كمدخل لتحسين المسؤولية الاجتماعية لدى طلاب المرحلة الثانوية " ، و تكونت عينة الدراسة من (٢٣) طالباً قسموا الى مجموعتين ضابطة وتجريبية و أستخدم المنهج التجريبي ، بعد ان تم ضبط متغيرات العمر الزمني و المستوى الاجتماعي الثقافي للأسرة. وهدفت إلى التعرف على درجة كل من الثقة بالنفس و المسؤولية الاجتماعية و التحقق من فاعلية برنامج تدريبي لتنمية الثقة بالنفس كمدخل لتحسين المسؤولية الاجتماعية لدى طلاب المرحلة الثانوية. وقد قام الباحث بتطبيق الادوات

التالية : مقياس الثقة بالنفس ، مقياس المسؤولية الاجتماعية ، استمارة المستوى الاجتماعي الثقافي ، برنامج تنمية الثقة بالنفس كمدخل لتحسين المسؤولية الاجتماعية ، وتكون البرنامج التدريبي (٢٠) جلسة تدريبية و استخدم الباحث الاساليب الاحصائية اللابارمترية وهي اختبار مان وتني واختبار ويلكسون ، وقد اظهرت النتائج وجود فروق دالة احصائيا بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الثقة بالنفس و المسؤولية الاجتماعية لصالح المجموعة التجريبية ووجود فروق دالة احصائيا بين القياسين القبلي و البعدي لصالح القياس البعدي كما أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات افراد المجموعة التجريبية في الثقة بالنفس و المسؤولية الاجتماعية بين القياسين البعدي و التبعي .

ثالثاً : البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي :

١- تعريف الإرشاد المعرفي السلوكي :

يعد الإرشاد المعرفي السلوكي من أشكال الإرشاد النفسي الحديثة نسبياً ويركز على كيفية إدراك الفرد للمثيرات المختلفة وتفسيراته لها ، وإعطاء المعاني لخبراته المتعدده ويرى " بيك " أن هذا النموذج المعرفي السلوكي يقوم على فكرة مؤداها أن ما يفكر فيه الفرد وما يقوله حول نفسه وكذلك اتجاهاته وأرائه ومثله تُعد جميعاً بمثابة أمور هامة وذات صلة وثيقة بسلوكه الصحيح أو المريض (حامد الغامدي، ٢٠١٣ ، ١٣٥) .

نماذج لبعض الدراسات السابقة التي استخدمت الإرشاد المعرفي السلوكي في تخفيف

آثار التحرش الجنسي :

ومن الدراسات التي استخدمت المدخل المعرفي السلوكي لمواجهة مشكلة التحرش الجنسي دراسة (أحمد حسن ٢٠١٥) هدفت الى اختبار فعالية برنامج ارشادي باستخدام المدخل المعرفي السلوكي في خدمة الفرد لمواجهة مشكلة التحرش الجنسي و تكونت العينة من ١٢ حالة تم اختيارهم بطريقة عمدية تتراوح أعمارهم من (١٣ - ١٥ عام) و استخدمت الدراسة المنهج شبه التجريبي باستخدام مجموعة تجريبية واحدة و توصلت الدراسة الى وجود فروق دالة احصائيا بين القياس القبلي و القياس البعدي لحالات الدراسة على مقياس الوعي بمشكلة التحرش الجنسي لتلاميذ المرحلة الاعدادية نتيجة التدخل المهني معهم بالبرنامج الارشادي باستخدام المدخل المعرفي السلوكي في خدمة الفرد و أكدت الدراسة فعالية البرنامج الارشادي باستخدام المدخل المعرفي السلوكي في خدمة الفرد لمواجهة مشكلة التحرش الجنسي .

وهدفت دراسة " كوياني" (Kubany, E.S & Hill, E.E 2003) التعرف على أثر برنامج

معرفي سلوكي في معالجة ضغط ما بعد الصدمة للنساء المعنفات جنسياً ، تركزت العينة من (٢٥) امرأة ، حيث طبقت إستراتيجيات : التوعية و التعليم فيما يخص ضغط ما بعد الصدمة و إستراتيجية

التعرض و مراقبة الحديث الذاتي السلبي ، وخلصت الدراسة إلى أن النساء اللواتي أكملن جلسات العلاج المعرفي السلوكي أظهرن انخفاضاً في الشعور بالذنب و الاكتئاب و زيادة كبيرة في تقدير الذات و استمر التحسن على مدى (٣ - ٦) أشهر من المتابعة.

كما هدفت دراسة كوهين و آخرون " (Cohen, et al., 2006) التعرف على فاعلية العلاج المعرفي السلوكي لدى عينة من النساء المعنفات جنسياً المصابات بإضطراب ما بعد الصدمة ، فتكونت العينة من (١٥٠) امرأة و تم تقسيم العينة إلى مجموعتين تجريبية تكونت من (٧٥) تلقت العلاج المعرفي السلوكي (٧٥) امرأة لم يتلقين أية مساعدة ، تم استخدام المقياس العيادي التقييمي لضغط ما بعد الصدمة ، خلصت نتائج الدراسة إلى أن المجموعة التي تلقت العلاج أظهرت إنخفاضاً كبيراً في أعراض اضطراب ما بعد الصدمة مقارنة بالمجموعة الضابطة.

فقد أوضح (جوستين موسيريل و آخرون ، ٢٠١١) (Misrule . J, et al. , 2011) فاعلية العلاج المعرفي السلوكي القائم على اللعب للذين تعرضوا للاعتداء الجنسي ويهدف العلاج المعرفي السلوكي إلى : استيعاب الأعراض ، عجز المهارات الاجتماعية مشاكل إحترام الذات و مهارات الحياة ؛ وتشير النتائج إلى أن العلاج المعرفي السلوكي القائم على اللعب كان فعالاً لتحسين الإستيعاب والحد من السلوكيات غير اللائقة و اكتسابهم مهارات حماية الذات.

هذا وقد تناولت العديد من الدراسات أهمية الثقة بالنفس و فاعلية البرامج الإرشادية في تنميتها و منها دراسة "سمية على" (٢٠٠٩) بعنوان " فاعلية برنامج إرشادي مقترح لتنمية الثقة بالنفس لدى طالبات الجامعة الإسلامية بغزه " إلى الكشف عن فاعلية برنامج إرشادي مقترح لتنمية الثقة بالنفس لدى طالبات الجامعة الإسلامية بغزه ؛ وتكونت عينة الدراسة من (١٧) طالبة تم إختيارهم بطريقة عشوائية و تمثلت أدوات الراسة في إستبيان للثقة بالنفس و جلسات البرنامج الإرشادي المقترح و إستخدم معامل الارتباط بيرسون و الفا كرونباخ و اختبار ويلكيسون، و توصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين القياسين القبلي و البعدي لصالح البعدي مما يعني فاعلية البرنامج المقترح لتنمية الثقة بالنفس في حين لا توجد فروق بين القياسية البعدي و التبعي مما يعني استمرارية فاعلية البرنامج المقترح بعد شهرين.

ومما لا شك فيه أن أي سلوك يعتمد على التفكير الذي يلعب دوراً أساسياً في توجيه السلوك الإنساني و المصدر الأساسي لكل الانفعالات ولهذا فإن اضطراب الأفكار وتشويش المعلومات يدفع الفرد الى سلوكيات غير سوية ومن خلال البرنامج المعرفي السلوكي تكتسب الطالبات مهارات التفكير فيجعل منهم مواطنات ذوى نظره متعمقة و حكمة في تناول المشاكل التي يعانى منها مجتمعهم ، فالتحرش الجنسي نوع من أنواع العنف الموجهة للمرأة و أكدت دراسات رشا حسين (٢٠٠٨) ؛ محمد قطب (٢٠٠٨) أن للتحرش الجنسي تداعياته النفسية الخطيرة على الضحية والتي تتمثل في

الشعور بالغضب الشديد و الخوف والالم والاحراج والخجل و حالات الصداق والاكتئاب و بعض الاعراض الفيزيقيه مثل حدوث اضطرابات فى المعدة أو اضطرابات فى النوم والكوابيس وفقدان الوزن وكذلك بعض الاعراض النفسية والانفعالية منها الشعور بعدم إحترام الذات والقلق والغضب و وتشير دراسة (نيكول بوكانان وآخرون ، ٢٠١٣) (Buchanan N,et al.,2013) إلى أن الاكتئاب و اضطرابات الأكل من الآثار النفسية للتحرش الجنى على المرأة ، كما توصلت دراسة ويلنيس سي وآخرون (Willness, C.,. et- al ,2007) إلى أن أهم الآثار النفسية للتحرش الجنى على الضحية وبيئة العمل هى القلق و الشعور بالذنب و الاكتئاب و الرغبة فى الانتحار و اضطرابات الأكل ؛ و أكد Andrea G. " جونزالز أندريا" (٢٠٠٦) أن هناك علاقة ارتباطية بين التحرش الجنى و فقدان الثقة بالنفس و الاتجاه الى لوم الذات ولذلك اهتمت الباحثة فى الدراسة الحالية بدراسة فعالية برنامج معرفى سلوكى قائم على فنيات معرفية (فنية الحوار الذاتى ، فنية استخدام التخيل لإعادة الخبرة الانفعالية ، طريقة مناقشة أحداث الخبرات الانفعالية ، فنية تحديد الأفكار التلقائية و العمل على تصحيحها ، فنية أعاده البناء المعرفى ، المحاضرة و المناقشة ، الدحض و التنفيذ، الواجبات المنزلية ، التدريب على اسلوب حل المشكلات) وفنيات سلوكية (فنية جدول الانشطة ، النمذجة، فنية التعزيز ، فنية التدريب على الاسترخاء ،فنية المرأة ، فنية لعب الدور ، تكنيك أو استجابة توكيد الذات ، التغذية الراجعة) على عينة مكونة من (٨) طالبات من طالبات الجامعة لزيادة الثقة بالنفس لديهن :

من خلال ما سبق عرضه من تراث نظرى و دراسات سابقة ، يمكن استخلاص فروض الدراسة و

هى: فروض الدراسة :

١. توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب درجات عضوات المجموعة التجريبية فى القياسيين القبلى و البعدى على أبعاد مقياس التحرش الجنى فى اتجاه التطبيق البعدى.

٢. توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب درجات عضوات المجموعة التجريبية (اللاتتعرضن للتحرش الجنى) فى القياسيين القبلى و البعدى على مقياس الثقة بالنفس فى إتجاه القياس البعدى.

٣. لا يوجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب درجات عضوات المجموعة التجريبية (اللاتتعرضن للتحرش الجنى) فى التطبيق البعدى و التبعى على أبعاد مقياس التحرش الجنى

٤. لا يوجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب درجات عضوات المجموعة التجريبية (اللاتتعرضن للتحرش الجنى) فى التطبيق البعدى و التبعى على مقياس الثقة بالنفس .

٥. توجد علاقات ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات طالبات المجموعة التجريبية (اللاتتعرضن

للتحرش الجنسي) في مقياس التحرش الجنسي ومقياس الثقة بالنفس .

إجراءات الدراسة:

أولاً: منهج الدراسة :

استعانت الباحثة بالمنهج التجريبي ، الذي يقوم على التصميم ذي المجموعة الواحدة ، ويعد التصميم التجريبي ذو المجموعة الواحدة من أكثر التصميمات المناسبة لطبيعة الدراسة الحالية و عينتها ، كما أن من أهم مزايا هذا التصميم أن المجموعة التجريبية هي نفس المجموعة الضابطة مما يؤدي الى تكافؤهما ، فالفرد في المجموعة يناظر نفسه قبل إدخال العامل التجريبي و بعده .

ثانياً: عينة الدراسة :

قامت الباحثة بتقسيم درجات أفراد العينة على مقاييس الدراسة إلى أربعيات و تم اختيار الإربعي الرابع (٢٧ %) من أفراد العينة لمقاييس (التحرش الجنسي و الاكتئاب و الشعور بالذنب) و هن الحاصلات على درجات مرتفعة على المقاييس الثلاثة ، والإربعي الأول لمقياس الثقة بالنفس و هن الحاصلات على درجات منخفضة على المقياس وذلك بالتطبيق على طالبات الفرقة الثالثة و الرابعة بمرحلة البكالوريوس بكلية رياض الاطفال وعددهن (٧٤) طالبة و أصبح عدد الطالبات اللاتي حصلن على الدرجات المطلوبة (٢٠) طالبة و من ثم اختارت الباحثة الطالبات اللاتي تعانى من اضطراب واحد أو أكثر من الاضطرابات الانفعالية و تم اختيار العينة بطريقة قصدية ، فتكونت العينة الاساسية من طالبات كلية رياض الاطفال جامعة بورسعيد و عددهن (٨) طالبات .

ثالثاً: أدوات الدراسة :

قامت الباحثة بعرض المقاييس التي اعتمدت عليها هذه الدراسة سواء ما قامت الباحثة بإعداده أو بحساب الخصائص السيكومترية ، و ذلك من حيث وصف لكل اختبار ، و الخصائص السيكومترية لكل مقياس من المقاييس و ذلك من خلال حساب معاملات الصدق و الثبات للتأكد من صلاحيتها للاستخدام في الدراسة الحالية و هم كالتالي :

١- مقياس التحرش الجنسي (إعداد / الباحثة)

٢- مقياس الثقة بالنفس (سيدنى شروجر ترجمة / عادل عبد الله ، ١٩٩٠)

١ - مقياس التحرش الجنسي (إعداد / الباحثة)

و بعد إطلاع الباحثة على هذه المقاييس قامت بإعداد مقياس للتحرش الجنسي ؛ تكونت أبعاده من :

١. خصال الضحية ؛ ويتكون من (٥) بنود وتتضمن معلومات عن السمات الشخصية و الجسدية التي تجعل الفتاه عرضة للتحرش الجنسي.

٢. **أشكال التحرش**: ويتكون من (٥) بنود ويتضمن أكثر أنواع التحرش الجنى انتشاراً فى الحياة اليومية كالاستماع إلى بعض الالفاظ الخادشة للحياء و المعاكسات و التحرش باللمس و النظرات.
٣. **أماكن انتشار التحرش** : ويتكون من (٣) بنود تتضمن معلومات عن الاماكن التى تشعر فيها الطالبة بعدم الامان وتكون أكثر عرضة للتحرش الجنى فيها .
٤. **أسباب التحرش**؛ ويتكون من (٤) بنود وتشير الى مجموعه متضافرة من العوامل التى تؤدى إقدام المتحرش على ممارسة التحرش الجنى كالعوامل الاقتصادية ، الاجتماعية ، الاخلاقية ، الدينية و النفسية وسائل الاعلام .
٥. **العقد القانونى** : ويتكون من (٥) بنود ويتمثل مدى وعي الطالبة بحقوقها وواجباتها فى القانون المصرى فى حال تعرضها للتحرش الجنى ، ومدى تصدى القانون المصرى لتلك الظاهرة .
٦. **الأثار النفسية المترتبة على التحرش**: ويتكون من (٥) بنود وتشير إلى آثار التحرش الجنى على الضحية وتتمثل فى معاناتها من اضطرابات نفسية وتصبح غير واثقة بمن حولها وحتى نفسها وتعانى اضطرابا فى حياتها الأسرية و الشعور بالغضب و الخوف و الشعور بالذنب .
٧. **استراتيجيات التصدى للتحرش**: وتتكون من (٤) بنود وتشير إلى تفعيل دور الاسرة ، الدولة ، مؤسسات المجتمع المدني فى مواجهة ظاهرة التحرش الجنى.

٢ - مقياس الثقة بالنفس (سيدنى شروجر ترجمة / عادل عبد الله ، ١٩٩٠)

أعد هذا المقياس فى الأصل سيدنى شروجر (١٩٩٠) بنفسه وتقييمه لها .وعرف الثقة بالنفس على أنها إدراك الفرد لكفاءته أو مهارته وقدرته على أن يتعامل بفاعلية مع المواقف المختلفة . وقد هدف عند تصميمه لهذا المقياس أن يستخدم على نطاق عالمي مثل مقياس روزنبرج لتقدير الذات ويتألف المقياس فى شكله الأصلي من ٥٤ عبارة تم استبعاد ست منها عند قيام - المترجم المقتن - بإجراء التحليل العاملي ليصبح بذلك عدد العبارات التى يتألف منها المقياس فى شكلها الحالى ٤٨ عبارة، نصفها إيجابي والنصف الآخر سلبي، يوجد أمام كل منها خمسة إختيارات هي) تنطبق تمامًا - تنطبق بدرجة كبيرة - تنطبق إلى حد ما - لا تنطبق كثيرًا - لا تنطبق إطلاقاً

٣- الاطار العام للبرنامج المعرفى السلوكى لزيادة الثقة بالنفس لضحايا التحرش الجنى من طالبات

الجامعة (إعداد / الباحثة)

هدف البرنامج :

تقوم الدراسة الحالية بتقديم برنامج معرفى سلوكى يراعى جوانب القوة و الضعف لدى الطالبات ضحايا التحرش الجنى و ذلك لتحقيق النمو الفعال فى جوانب شخصيتهن المختلفة عن طريق تنمية

ثقتهن بأنفسهن و مواجهة الاضطرابات و الضغوط التي يعانين منها ، فالهدف العام من البرنامج هو زيادة الثقة بالنفس .

أهمية البرنامج :

يمكن توضيح أهمية البرنامج كما يلي :

١- تأتي أهمية البرنامج من أهمية الفئة التي يقدم لها وهن طالبات الجامعة ضحايا التحرش الجنسي لأن الشباب في تلك المرحلة هم مستقبل الأمة و إذا ما تم تقديم البرامج المناسبة لهن فإنه يمكن الاستفادة من طاقتهن الإيجابية وقدراتهن على الوجه الأمثل .

٢- يسهم البرنامج في تعلم طرق جديدة للتغلب على الاضطرابات النفسية المثيرة للانفعال و ذلك من خلال تصحيح الأفكار و المعتقدات الخاطئة لدى الطالبات مما يساعد على مواجهة مشكلاتهن بشكل أفضل.

٣ - يسهم البرنامج في تعديل سلوكيات الطالبات وذلك بعد تعديل الأفكار و المشاعر مما يؤدي بالتبعية إلى زيادة الثقة بالنفس و إثراء الجوانب الاجتماعية و الانفعالية في الشخصية و تنميتها.

زمن البرنامج :

يستغرق تطبيق البرنامج في إطاره العام شهرين أما بالنسبة لعدد الجلسات الاسبوعية فهي ثلاث جلسات إسبوعياً وقد بدأ العمل في البرنامج في تاريخ ٢٠١٥/١١/١ و انتهى العمل بالبرنامج ٢٧/١٢/٢٠١٥ و قد قامت الباحثة بالقياس التبعي للتأكد من استمرار فعالية البرنامج بعد مضي شهر من التطبيق في تاريخ ٢٧/١/٢٠١٦ .

تقييم البرنامج :

ويتم على التقييم على ثلاث مراحل :

المرحلة الاولى : (التقييم المبدئي) قبل تطبيق البرنامج وذلك من خلال القياس القبلي ، الذي يحدد مستوى الاضطرابات (الاكتئاب - الشعور بالذنب) لدى أفراد المجموعة التجريبية و كذلك تحديد الصعوبات النوعية التي تعاني منها كل طالبة على حدة .

المرحلة الثانية : (التقييم البنائي / التكويني) : أثناء تطبيق البرنامج مع عينة الدراسة ، والذي يتخلل الجلسات حيث تنتهي كل جلسة بالتقييم ، كما أنه بعد الانتهاء من كل محور من محاور البرنامج الأساسية يتم تقييمه و ذلك قبل الانتقال إلى المحور الذي يليه ، و يسمى بالتقييم المصاحب و يشمل ملاحظة الباحثة لأداء الطالبات و تقييمها لأدائهن بعد كل نشاط .

المرحلة الثالثة (التقييم النهائي) : و ذلك من خلال تطبيق المقاييس مرة اخرى (القياس البعدي) و مقارنته (بالقياس القبلي) للتأكد من وجود تحسن طراً على مستوى أفراد العينة ، كما يتم تقييم مدى

استمرارية فعالية البرنامج في زيادة الثقة بالنفس و الحد من بعض الاضطرابات الانفعالية (الاكتئاب - الشعور بالذنب) لضحايا التحرش الجنسي من طالبات الجامعة ، وذلك من خلال تطبيق القياس التتبعي بعد شهر من انتهاء البرنامج .

جدول يوضح محتوى جلسات البرنامج المعرفي السلوكي لزيادة الثقة بالنفس لضحايا التحرش الجنسي من طالبات الجامعة

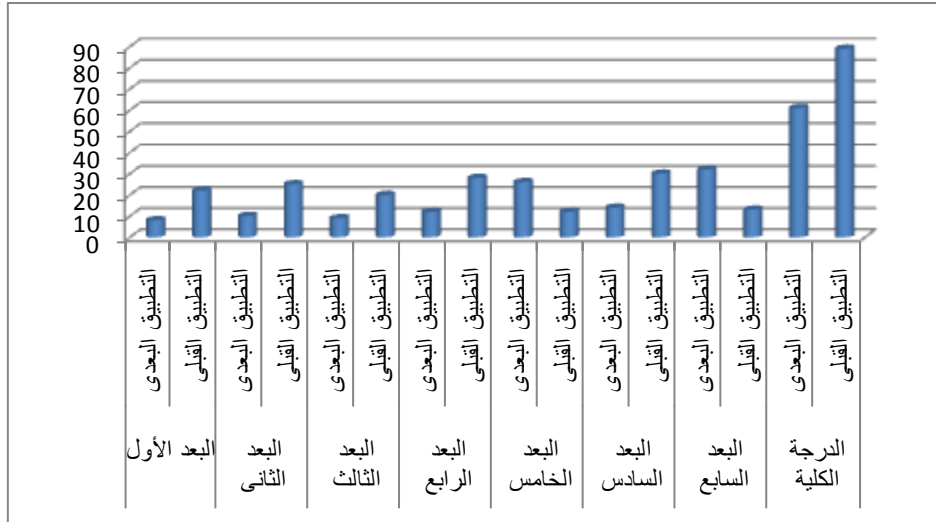
المرحلة التمهيديّة (١ - ٢)					
رقم الجلسة	موضوع الجلسة	مدة الجلسة	الغيات (المعرفية والسلوكية)	الأنشطة	الأدوات المستخدمة
الجلسة الأولى	التعارف و الاتفاق على بروتوكول البرنامج	٥٥ دقيقة	المناقشة والحوار ، الواجبات المنزلية .	لغوية اجتماعية	استمارة البوح الذاتي - استمارة التوقعات
الجلسة الثانية	التعريف بالتحرش الجنسي وأهداف البرنامج	٤٥ دقيقة	المحاضرة - المناقشة والحوار - الواجب المنزلي .	قصصي	صور توضيحية للمشكلة
المرحلة الانتقالية (٣ - ٧)					
الجلسة الثالثة	النموذج المعرفي	٥٥ دقيقة	الحوار و المناقشة - النمذجة - الدحض - لعب الدور - الواجب المنزلي .	لغوية	جدول المشاعر
الجلسة الرابعة و الخامسة	الأفكار الآلية السلبية و البدائل الايجابية لها	٤٥ - ٦٠ دقيقة	التغذية الراجعة ، التعزيز ، المناقشة والحوار ، لعب الدور	فني تمثيلي	عرض جزء من فيلم بعنوان (٦٧٨)
الجلسة السادسة	الحوار الذاتي و تحديث الحوار الذاتي	٤٥ دقيقة	الحوار و المناقشة - المحاضرة - النمذجة - التنفيذ - الواجب المنزلي	قصصي لغوية	كروت ملونه - لوحة بيضاء - لوحة سوداء
الجلسة السابعة	أخطاء التفكير	٤٥ دقيقة	التعزيز - المناقشة والحوار - الواجبات المنزلية	قصصي	جدول تقييم المعتقدات
مرحلة العمل (٨ - ١٣)					
الجلسات الثامنة - التاسعة - العاشرة - الحادية عشر	النموذج المعرفي للثقة بالنفس	٤٥ - ٦٠ دقيقة	المحاضرة - النمذجة - التخيل - توكيد الذات - الواجب المنزلي .	قصصي فني تمثيلي	ورق - أقلام - ألوان شمعية - عرض CD يوضح بعض الخطوات البسيطة لمواجهة المتحرشين

					- الثانية عشر - الثالثة عشر
المرحلة النهائية (١٤ - ١٥)					
عرض مجموعة من الصور وتكتب الطالبات ما يفعلونه عندما يتعرضن لتلك المواقف	فنى تمثيلي	الحوار و المناقشة- المحاضرة - النمذجة - التغذية الراجعة - الواجب المنزلي	٤٥ - ٦٠ دقيقة	العضوات مرشدات أنفسهن	الجلسة الرابعة عشر
أوراق - اقلام - مرآه	تمثيلي	الحوار و المناقشة- الدحض - لعب الدور - التغذية الراجعة - الواجب المنزلي .	٤٥ - ٦٠ دقيقة	الانتهاء من البرنامج	الجلسة الخامسة عشر

نتائج الدراسة و مناقشتها:

١- ينص الفرض الاول على أنه " توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب درجات عضوات المجموعة التجريبية فى القياسيين القبلى و البعدى على مقياس التحرش الجنىسى فى اتجاه البعدى .

تفسير نتائج الفرض الاول :



شكل (١)

رسم بياني لمتوسطى التطبيق القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية على أبعاد مقياس التحرش الجنىسى والدرجة الكلية

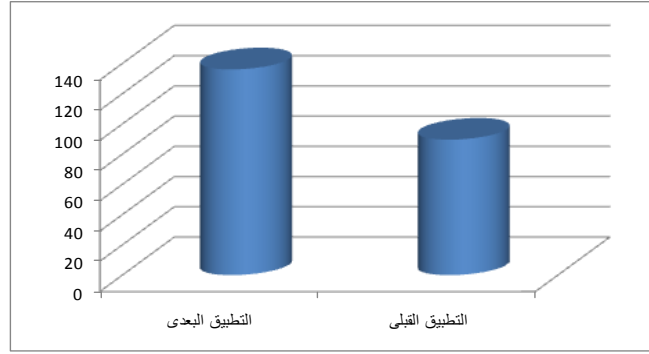
يوضح الرسم البيانى السابق شكل (١) وجود فرق بين متوسطات درجات (القياسين القبلى والبعدى) لعضوات المجموعة التجريبية على أبعاد مقياس التحرش الجنى والدرجة الكلية فى اتجاه التطبيق البعدى، و يتضح من خلال العرض السابق مدى تأثير التدخل المعرفى السلوكى على أبعاد مقياس التحرش الجنى (خصال الضحية، أشكال التحرش ، أماكن انتشار التحرش ، أسباب التحرش ، البعد القانونى ، الآثار النفسية المترتبة على التحرش ، استراتيجيات التصدى للتحرش) فكانت الأبعاد الأكثر تأثيراً ترتيبها كالتالى:

- ١- البعد الأول: خصال الضحية.
- ٢- البعد الخامس : البعد القانونى .
- ٣- البعد السادس : الآثار النفسية المترتبة على التحرش .
- ٤- البعد السابع : استراتيجيات التصدى للتحرش .
- ٥- البعد الثانى : أشكال التحرش الجنى .
- ٦- البعد الرابع : أسباب التحرش الجنى .
- ٧- البعد الثالث : أماكن انتشار التحرش الجنى .

فندل نتائج هذا الفرض على فعالية البرنامج المعرفى السلوكى الذى طبق على مجموعة الدراسة بهدف الحد من تأثير التحرش الجنى على عضوات المجموعة التجريبية ، حيث أظهر عضوات المجموعة التجريبية مستويات مرتفعة على مقياس التحرش الجنى قبل تطبيق البرنامج المعرفى السلوكى من خلال القياس القبلى ، ولكن بعد تطبيق جلسات البرنامج المعرفى السلوكى سجل عضوات المجموعة التجريبية انخفاض على مقياس التحرش الجنى ، وترجع الباحثة أسباب هذه التغيرات الفعالة إلى تدريب العضوات على ممارسة الفنيات المعرفية السلوكية التى تعمل على الحد من تأثير التحرش الجنى.

الفرض الثانى :

ينص الفرض الثانى على أنه " توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب درجات عضوات المجموعة التجريبية (اللاتى تعرضن للتحرش الجنى) فى القياسين القبلى و البعدى على مقياس الثقة بالنفس فى اتجاه القياس البعدى.

تفسير نتائج الفرض الثانى :

شكل (٢)

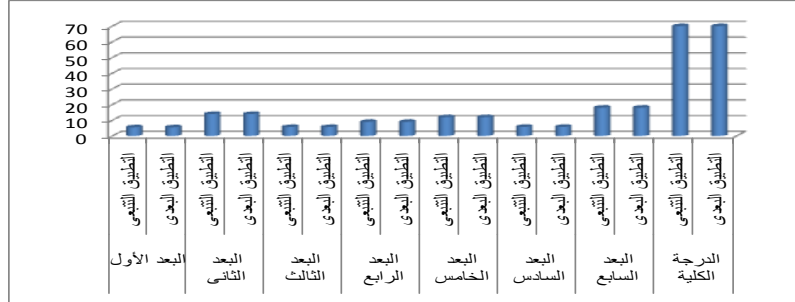
رسم بيانى لمتوسطى التطبيق القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية على مقياس الثقة بالنفس يوضح الرسم البيانى السابق شكل (٢) وجود فرق بين بين متوسطات رتب درجات عضوات المجموعة التجريبية في القياسين القبلى والبعدى على مقياس الثقة بالنفس فى اتجاه التطبيق البعدى. و بالرجوع الى متوسطات الدرجات للقياسين يتضح أن اتجاه هذه الفروق فى صالح القياس ذا المتوسط الاكبر وهو القياس البعدى (القياس البعدى للثقة بالنفس < القياس القبلى للثقة بالنفس) هذا الفارق يعزى الى تطبيق البرنامج المعرفى السلوكى على عضوات المجموعة التجريبية مما يدل على فعالية البرنامج المعرفى السلوكى لزيادة الثقة بالنفس لضحايا التحرش الجنى ، ويتضح من الجدول السابق أن قيمة " Z " دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥ مما يشير إلى وجود فرق بين متوسطى رتب درجات التطبيق القبلى والبعدى لطالبات المجموعة التجريبية (الطالبات التى تعرضن للتحرش الجنى) على مقياس الثقة بالنفس فى اتجاه التطبيق البعدى.

فتدل نتائج هذا الفرض على فعالية البرنامج المعرفى السلوكى الذى طبق على مجموعة الدراسة بهدف زيادة الثقة بالنفس لعضوات المجموعة التجريبية ، حيث أظهرت عضوات المجموعة التجريبية مستويات منخفضة على مقياس الثقة بالنفس قبل تطبيق البرنامج المعرفى السلوكى من خلال القياس القبلى ، ولكن بعد تطبيق جلسات البرنامج المعرفى السلوكى سجل عضوات المجموعة التجريبية ارتفاع على مقياس الثقة بالنفس ، وجدير بالذكر أن المسئول عن إحداث هذه التغيرات الفعالة هو تدريب العضوات على ممارسة الفنيات المعرفية السلوكية و منها (النمذجة - التخيل - توكيد الذات - الدحض) و بعض الأنشطة التى كان تأثير واضح لزيادة ثقة عضوات المجموعة التجريبية بأنفسهن و منها (عرض CD لبعض الخطوات البسيطة لمواجهة المتحرشين و تدريب العضوات على أداء بعض الحركات كان له أثر واضح عيهن - نشاط كرسى الإعراف - عرض بعض وسائل الدفاع عن النفس واتفقت الطالبات على استخدام بعض هذه الوسائل البسيطة للدفاع عن أنفسهن) .

الفرض الثالث :

ينص الفرض الخامس على " لا يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطى رتب درجات التطبيق البعدي والتتبعي لطالبات المجموعة التجريبية على أبعاد مقياس التحرش الجنسي ". .

تفسير نتائج الفرض الثالث :



شكل (٣)

رسم بياني لمتوسطى التطبيق البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية على أبعاد

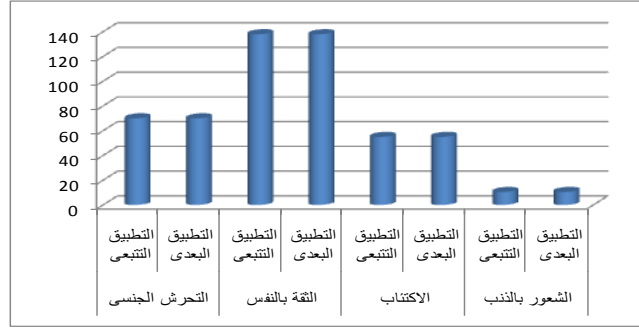
مقياس التحرش الجنسي والدرجة الكلية

يوضح الرسم البياني السابق شكل (٣) لا يوجد فرق بين متوسطى درجات التطبيق البعدي والتتبعي لطالبات المجموعة التجريبية على أبعاد مقياس التحرش الجنسي (خصال الضحية، أشكال التحرش ، أماكن انتشار التحرش ، أسباب التحرش ، البعد القانوني ، الآثار النفسية المترتبة على التحرش ، استراتيجيات التصدي للتحرش) والدرجة الكلية.

ويؤكد نتائج هذا الفرض ما توصلت إليه نتائج دراسة (أحمد حسن ٢٠١٥) فعالية التدخل المعرفي السلوكي لمواجهه مشكلة التحرش الجنسي ،فهذه الدراسات أثبتت فعالية الإرشاد المعرفي السلوكي فى الحد من آثار التحرش الجنسي و استمرار فعاليات البرنامج مما يدل على الأثر الممتد لهذا النوع من الإرشاد مثل دراسة " كوبانى و هيل " (Kubany, E.S & Hill, E.E 2003) فخلصت الدراسة إلى أن النساء اللواتى أكملن جلسات العلاج المعرفي السلوكي أظهرن انخفاضاً فى الشعور بالذنب و الاكتئاب و زيادة كبيرة فى تقدير الذات و استمر التحسن على مدى (٣ - ٦) أشهر من المتابعة ، وهو ما يؤكد صحة الفرض .

الفرض الرابع :

ينص الفرض السادس على " لا يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطى رتب درجات التطبيق البعدي والتتبعي لطالبات المجموعة التجريبية على مقياس الثقة بالنفس .

تفسير نتائج الفرض الرابع :

شكل (٤)

رسم بياني لمتوسطي التطبيق البعدي والتتبعي لطالبات المجموعة التجريبية على مقياس التحرش الجنسي ومقياس الثقة بالنفس ومقياس الاكتئاب ومقياس الشعور بالذنب.

يوضح الرسم البياني السابق شكل (٤) لا يوجد فرق بين متوسطي درجات طالبات المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي والتتبعي على مقياس التحرش الجنسي ومقياس الثقة بالنفس ، مما يشير إلى استمرار فعالية البرنامج المستخدم في الدراسة، من خلال البرنامج المعرفي السلوكي تكتسب الطالبات طريقة أفضل للتعامل مع مشكلة التحرش الجنسي و تصبحن أكثر قدرة على مواجهته في المستقبل بطريقة أكثر عقلانية ، فيجعل منهن مواطنات ذوى نظرة متعمقة و حكمة فى تناول المشاكل التى يعانى منها مجتمعهم ، فالتحرش الجنسي نوع من أنواع العنف الموجهة للمرأة و أكدت دراسات رشا حسين (٢٠٠٨) ؛ محمد قطب (٢٠٠٨) أن للتحرش الجنسي تداعياته النفسية الخطيرة على الضحية والتي تتمثل فى الشعور بالغضب الشديد و الخوف والالم والاحراج والخجل و حالات الصداع والاكتئاب و بعض الاعراض الفيزيائية مثل حدوث اضطرابات فى المعدة أو اضطرابات فى النوم والكوابيس وفقدان الوزن وكذلك بعض الاعراض النفسية والانفعالية منها الشعور بعدم احترام الذات والقلق والغضب .

الفرض الخامس:

ينص الفرض السابع على " توجد علاقات ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات طالبات المجموعة التجريبية (اللاتى تعرضن للتحرش الجنسي) فى مقياس التحرش الجنسي ومقياس الثقة بالنفس .

تفسير نتائج الفرض الخامس:

لاختبار صحة الفرض الخامس استخدمت الباحثة معامل الارتباط التتابعى لبيرسون **Correlation Coefficient** لحساب العلاقات الارتباطية بين التحرش الجنسي والثقة بالنفس، ويوضح جدول (١) نتائج هذا الفرض:

جدول (١)

قيم معاملات الارتباط بين درجات أفراد العينة في مقياس التحرش الجنسي ومقياس الثقة بالنفس ومقياس الاكتئاب ومقياس الشعور بالذنب

الشعور بالذنب	الاكتئاب	الثقة بالنفس	التحرش الجنسي	المتغيرات المتغيرات
**٠.٦١	**٠.٧٤	**٠.٥٧ -	-	التحرش الجنسي
**٠.٥٦ -	**٠.٤٥-	-	**٠.٥٧ -	الثقة بالنفس

(***) دال إحصائياً عند مستوى ٠.٠١

(*) دال إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من جدول (١) العلاقة العكسية (سالبة) بين التحرش الجنسي و الثقة بالنفس وذلك فالتعرض للتحرش الجنسي سبباً من أسباب انخفاض الثقة بالنفس فإن التعرض للمضايقة عادة ما يؤثر سلباً على العلاقات المهنية والشخصية ويؤدي إلى فقدان الثقة بالنفس، والأرق، والإجهاد، والغثيان، ومشاكل في الأكل ونوبات الذعر (Gillen, S., 2008 , 16-17).

ويؤكد "بولافيشر" (١٩٩٨) Fisher P. أن من العقبات التي تواجه المرأة في المهن غير التقليدية عقبات خارجية كالتحرش الجنسي وعقبات داخلية كعدم الثقة بالنفس وهنا يجب الاهتمام بتفعيل دور إدارات دعم المرأة لمواجهة هذه العقبات (Fisher P., 1999, 8).

وجاءت أهم آثار التحرش الجنسي على عينة من طالبات الجامعة كما أوضحها (محمود محمد ، ٢٠١٠ هي الاكتئاب و نوبات من الرعب والأرق و الكوابيس ، الشعور بالعار والذل، صعوبة التركيز، الشعور بالذنب ، وفقدان الثقة بالنفس .

نتائج الدراسة :

توصلت الدراسة الحالية إلى :

١. وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب درجات عضوات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي و البعدى على أبعاد مقياس التحرش الجنسي في اتجاه التطبيق البعدى.
٢. وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب درجات عضوات المجموعة التجريبية (اللاتعرضن للتحرش الجنسي) في القياسين القبلي و البعدى على مقياس الثقة بالنفس في اتجاه القياس البعدى.

٣. لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات عضوات المجموعة التجريبية (اللاتتعرضن للتحرش الجنسي) في التطبيق البعدي والتتبعي على أبعاد مقياس التحرش الجنسي.

٤. لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات عضوات المجموعة التجريبية (اللاتتعرضن للتحرش الجنسي) في التطبيق البعدي والتتبعي على مقياس الثقة بالنفس .

٥. وجود علاقات ارتباطية دالة إحصائية بين درجات طالبات المجموعة التجريبية (اللاتتعرضن للتحرش الجنسي) في مقياس التحرش الجنسي ومقياس الثقة بالنفس

توصيات الدراسة :

١. إعداد ورش عمل لطالبات الجامعة عن التوعية بحقوقهن وواجباتهن في قضايا التحرش الجنسي
٢. إقامة ندوات حول الاضطرابات الانفعالية وتأثيرها على الصحة النفسية نتيجة التعرض للتحرش الجنسي وكيفية علاجها .
٣. نشر الوعي الفكري والثقافي عن ماهية الجنس كغريزة لها ضوابط سماوية ووضعية والإرشاد الديني والأخلاقي والاجتماعي من خلال وسائل الإعلام والمدارس والنوادي الرياضية وأماكن العمل.
٤. تعلم كيفية الدفاع عن النفس سواء بالمواجهة اللفظية أو بتعلم بعض الرياضة القتالية (كارتيه - كونغ فو) مع إعلان الرفض للمعتدي بكلمات قليلة محدودة تهين كرامته ورجولته ومحاولة الابتعاد عن المكان الذي يتواجد فيه .
٥. الاستماع للأبناء والبنات باهتمام وخاصة المراهقين و الاطفال وملاحظة أي تغير يطرأ عليهم واستيعاب الحالة ومحاولة الإبلاغ عنها وعلاج الضحية علاجاً نفسياً لتستعيد ثقتها بنفسها و بالآخرين .

دراسات مقترحة :

- ١- فعالية برنامج كمبيوترى باستخدام الوسائط المتعددة في توعية طلاب المرحلة الابتدائية بالتحرش الجنسي .
- ٢- العوامل المؤدية إلى ظاهرة التحرش الجنسي و دور معلمين المرحلة الابتدائية في التعامل معها .
- ٣- العلاقة بين الصلابة النفسية والآثار النفسية للتحرش الجنسي لدى طالبات الجامعة.

المراجع

- أحمد محمود حسن (٢٠١٥). فعالية برنامج إرشادي باستخدام المدخل المعرفي السلوكي فى خدمة الفرد لمواجهة مشكلة التحرش الجنسي بين تلاميذ المرحلة الاعدادية. رسالة دكتوراه ، كلية الخدمة الاجتماعية ، جامعة الفيوم.
- أمل عبد الكريم قاسم يونس (٢٠١٠). فاعلية برنامج لتنمية الثقة بالنفس لدى طفل الروضة. رسالة دكتوراه ، معهد دراسات الطفولة جامعة عين شمس.
- أنوار غانم يحيى الطائي (٢٠٠٧). الثقة بالنفس وعلاقتها ببعض المتغيرات لدى طلبة كلية التربية فى جامعة الموصل مجلة التربية والعلم ، كلية التربية بجامعة الموصل، ١٤ (١)، ٢٩٣ - ٣١٢.
- بدر عمر العمر (٢٠٠٠). علاقة الدافعية نحو العمل ببعض المتغيرات الشخصية والوظيفية لدى الموظفين فى دولة الكويت . مجلة مركز البحوث التربوية بالكويت ، ١٧ ، ٨٣ - ١٠٠.
- حامد بن احمد ضيف الله الغامدى (٢٠١٣). فاعلية العلاج المعرفي السلوكي فى معالجة بعض اضطرابات القلق . الاسكندرية : دار الوفاء للطباعة .
- رشا محمد حسين (٢٠٠٨). غيوم فى سماء مصر التحرش الجنسي : من المعاكسات الى الاغتصاب دراسة سوسيولوجية . رسالة ماجستير، المركز المصرى لحقوق المرأة .
- سيدنى شروجر (١٩٩٠). مقياس الثقة بالنفس (ترجمة عادل عبد الله). القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية.
- سميه مصطفى رجب علي (٢٠٠٩). فعالية برنامج إرشادي مقترح لتنمية الثقة بالنفس لدى طالبات الجامعة الإسلامية بغزة . رسالة ماجستير، كلية التربية الجامعة الإسلامية بغزة.
- عبد الله راغب شراب (٢٠١٣). فعالية برنامج لتنمية الثقة بالنفس كمدخل لتحسين المسؤولية الاجتماعية لدى طلاب المرحلة الثانوية. رسالة دكتوراه، كلية البنات الآداب والعلوم والتربية، جامعة عين شمس.
- عزة كريم (١٩٩٣). سلوك الوالدين الإيذائي والحماية القانونية للطفل. بحث مقدم الى مؤتمر الطفل وآفاق القرن الحادى والعشرين. القاهرة : المركز القومى للبحوث الاجتماعية والجنائية.
- محمد على قطب (٢٠٠٨). التحرش الجنسي أبعاد الظاهرة آليات المواجهة : دراسة مقارنة بين القوانين الوضعية والشريعة الاسلامية . القاهرة : إيتراك للطباعة والنشر .
- محمود فتحى محمد (٢٠١٠) العوامل المؤدية الى ظاهرة التحرش الجنسي ودور الخدمة الاجتماعية فى التعامل معها . رسالة ماجستير ، كلية الخدمة الاجتماعية جامعة الفيوم
- مهند بن حمد بن منصور الشعبى (٢٠٠٩). تجريم التحرش الجنسي وعقوبته . رسالة ماجستير ، كلية الدراسات العليا جامعة نايف العربية للعلوم الامنية .
- هشام عبد الحميد فرج (٢٠١١). التحرش الجنسي وجرائم العرض. المنوفية : دار الوثائق.

- Buchanan Nicole Tblustein , Brooke M , Nappa Alexc , Krystle C. ,& Depatie , Melissa M.(2013) . Exploring Gender Differences in Body image Eating Pathology and Sexual Harassment, University of London , 10 (3), 302-360.
- Cohen L.R. ,& Denise .A.H(2006) *Treatment outcomes for women with substance abuse and PTSD who have experienced complex trauma* , USA: American psychiatric association, pp. 230-255
- Gonzalez, Andrea G (2006). Sexual harassment and women's career development .*Ph.D.*, Louise University, United States,p73.
- Juliette Nicole,& Isist.HK (2007) .The moderating roles of race and gender-role attitudes in the relationship between sexual harassment and psychological well-being: psychology of women quarterly, *Journal of Youth and Adolescence*, 42,pp. 31-50.
- John F.Till(2009). *Sexual Harassment A report on the sexual Harassment of students*, Washington Advisory Council on women Educational programs. London : karnac books
- Justin Misurell , Springer, Craig, & Tryon, Warren W.(2011) .Game-Based Cognitive-Behavioral Therapy (GB-CBT) Group Program for Children Who Have Experienced Sexual Abuse: A Preliminary Investigation. *Journal of Child Sexual Abuse*, American Humane Association, 20 (1), p14-36.
- Kubany, E.S , & Hill, E.E (2003). Cognitive Trauma Therapy for Battered woman with PTSD, *Journal of Traumatic Stress*, pp. 81-91.
- Paula Fisher(1999). Women in Nontraditional Programs. . www.ERIC.com.
- Sally Gillen(2008). *Unwelcome attention sexual harassment of women*. Community Care : Karnataka
- Willness, C. , Steel, P., & Lee, K. (2007). A meta-analysis of the antecedents and consequences of workplace sexual harassment. . *Journal of Personnel Psychology* , 60, 127-162.
- Word Health Organization (WHO) (2008). *Multi-country study on women's health and domestic violence against women: Initial results on prevalence*, Switzerland: health outcomes and women's responses.