

برنامج مقترح لخفض الشعور بالذنب لضحايا التحرش الجنسي من طالبات الجامعة

أ.د/ محمد أحمد سعفان د/ هبة كمال مكى أ. ساندى سمير إبراهيم الفار
أستاذ ورئيس قسم الصحة النفسية مدرس الصحة النفسية باهنة ماجستير
كلية التربية جامعة الزقازيق كلية التربية جامعة بورسعيد

ملخص الدراسة :

هدفت الدراسة إلى اختبار فعالية برنامج معرفى سلوكى لخفض الشعور بالذنب لضحايا التحرش الجنسي من طالبات الجامعة , وتكونت العينة من (٨) طالبات واستخدمت مجموعة تجريبية واحدة, واستخدمت الدراسة المنهج التجريبي والادوات التالية: مقياس التحرش الجنسي إعداد الباحثة, مقياس الشعور بالذنب لمحمد سعفان والبرنامج المعرفى السلوكى إعداد الباحثة والذى استغرق تطبيقه (١١) جلسة, وتوصلت الدراسة الى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات عضوات المجموعة التجريبية فى القياسين القبلى /البعدى على مقياس (التحرش الجنسي - الشعور بالذنب) 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/ التتبعى على مقياس(التحرش الجنسي- الشعور بالذنب) بأبعادهم ودرجاتهم الكلية بعد مرور فترة من المتابعة (شهر) .

برنامج مقترح لخفض الشعور بالذنب لضحايا التحرش الجنسي

برنامج مقترح لخفض الشعور بالذنب لضحايا التحرش الجنسي من طالبات الجامعة

أ.د/ محمد أحمد سحان د/ هبة كمال مكي أ. ساندى سمير إبراهيم الفار
باحثة ماجستير

أستاذ ورئيس قسم الصحة النفسية مدرس الصحة النفسية
كلية التربية جامعة الرقازيق كلية التربية جامعة بورسعيد

مقدمة :

تتعرض الطالبات- في مرحلة المراهقة المتأخرة - لبعض المشكلات التي تحد من أدوارهن الاجتماعية وتؤدي في بعض الأحيان إلى توقعهن حول ذاتهن، وأحتى الاتسام ببعض السمات العدوانية وقد يكون تأثيرها واضحاً على التحصيل الدراسى وعلاقتهن الاجتماعية بأسرتهم وأصدقائهن والمجتمع بكافة أفرادها، ومن هذه المشكلات التحرش الجنسي فيرجع انتشار تلك الظاهرة لعدة أسباب منها ما هو مرتبط بالتنشئة الأسرية الخاطئة والعوامل الاقتصادية وثقافة المجتمع وغياب فكرة المسؤولية والواجب الاجتماعى تجاه أفراد المجتمع بعضهم لبعض والصورة السلبية للمرأة التي تعرضها بعض وسائل الاعلام ، وللتحرش الجنسي تداعياته النفسية الخطيرة على الضحية التي تتمثل فى الغضب الشديد والخوف والإحراج والخجل والاكنتاب والشعور بالذنب والقلق وانخفاض الروح المعنوية ، والشعور بعدم احترام الذات وعدم الثقة فى الآخرين؛ فالتحرش الجنسي جريمة لا يمكن التساهل معه أو تجاهله، فالرادع القانوني للتحرش الجنسي عامل مهم للقضاء عليه ، وبالرغم من ذلك نجد أن العقوبة المقررة للمتحرش غير رادعة ، فلا شك أن التحرش الجنسي جريمة بلا دليل في الأغلب، الأمر الذي يجعل ممارس التحرش يشعر بأنه لا يعاقب على مثل هذه الجريمة، هذا بالإضافة إلى غياب التواجد الأمني في بعض المناطق المعروفة بانتشار مثل هذه الممارسات.

مشكلة الدراسة :

للتحرش الجنسي تداعياته النفسية والفسولوجية الخطيرة على شخصية الضحية؛ فتمثل الاعراض النفسية فى الشعور بالغضب الشديد والخوف والألم والاحراج والخجل انعدام الشعور بالأمن الشخصى والشعور بالذنب والاكئاب وبعض الاعراض الفسيولوجية كحدوث اضطرابات فى المعدة أو اضطرابات فى النوم والكوابيس وحالات الصداع وفقدان الوزن (رشا حسين، ٢٠٠٨، ١٣٢)؛ (محمد قطب، ٢٠٠٨، ٨٥) لذا اهتمت الباحثة بدراسة الاضطرابات الانفعالية التى تمر بها أى فتاه بعد التعرض للتحرش الجنىسى ، مع ملاحظة انه قد تختلف الاثار النفسية من امرأة لأخرى ولا يمكن القول أن هناك أثراً نفسية نموذجية يجب أن تظهر على المرأة ولكن ما هو مشترك بين هذه الاثار النفسية أنها تترك أثراً عميقة تؤثر على الصحة الجسدية والنفسية للمرأة ، فقدمت الباحثة برنامج - معرفى سلوكى -يراعى جوانب القوة والضعف لدى الطالبات ضحايا التحرش الجنىسى وذلك لخفض (الشعور بالذنب) لدى هؤلاء الطالبات لتحقيق النموالفعال فى جوانب شخصيتهن المختلفة عن طريق تنمية ثقتهن بأنفسهن ومواجهة الاضطرابات والضغوط التى يعانين منها .

مما سبق تتبلور مشكلة الدراسة الحالية فى السؤال التالى:

ما فاعلية البرنامج المقترح لخفض الشعور بالذنب لضحايا التحرش الجنىسى من طالبات الجامعة؟ ويتفرع منه الاسئلة التالية :

- إلى أى مدى توجد فروق بين درجات عضوات المجموعة التجريبية فى القياسين القبلى والبعدى على مقياس التحرش الجنىسى بعد تطبيق البرنامج ؟
- إلى أى مدى توجد فروق بين درجات عضوات المجموعة التجريبية (اللآتى تعرضن للتحرش الجنىسى) فى القياسين القبلى والبعدى على مقياس الشعور بالذنب بعد تطبيق البرنامج ؟
- ما إمكانية استمرار فعالية البرنامج المستخدم فى الدراسة على مقاييس(التحرش الجنىسى- الشعور بالذنب) بعد مرور فترة زمنية ؟
- هل توجد علاقة ارتباطية بين درجات طالبات المجموعة التجريبية (اللآتى تعرضن للتحرش الجنىسى) فى مقياس التحرش الجنىسى ومقياس الشعور بالذنب ؟

برنامج مقترح لخفض الشعور بالذنب لضحايا التحرش الجنسي

أهداف الدراسة :

- الكشف عن أثر خفض الشعور بالذنب لدى ضحايا التحرش الجنسي من طالبات الجامعة .
- التحقق من فعالية البرنامج المستخدم في الدراسة في تحقيق الهدف المرجومه لخفض الشعور بالذنب لضحايا التحرش الجنسي من طالبات الجامعة بعد التطبيق والمتابعة .

أهمية الدراسة :

ترجع أهمية الدراسة الحالية إلى أهمية موضوع الدراسة ذاتها والعينة موضوع الدراسة والنتائج التي يمكن أن تسفر عنها . وتتمثل أهمية الدراسة في أهمية علمية نظرية وأهمية علمية تطبيقية.

الأهمية النظرية:

- ١- توضيح مشكلة التحرش الجنسي والآثار النفسية المترتبة عليه.
 - ٢- دراسة الظاهرة (التحرش الجنسي لدى المراهقا) في مرحلة المراهقة المتأخرة .
- الأهمية التطبيقية: تتمثل أهمية الدراسة التطبيقية في :
- ١- تحديد بعض الاضطرابات الانفعالية الشائعة التي تعاني منها ضحايا التحرش الجنسي من طالبات الجامعة.
 - ٢- التعرف على فعالية البرنامج -معرفى سلوكى- لخفض الشعور بالذنب لضحايا التحرش الجنسي من طالبات الجامعة وذلك من خلال :
- تصميم أداة قياسية عربية لقياس التحرش الجنسي وذلك لندرة المقاييس في هذا المجال - في حدود علم الباحثة- .
 - بناء وتطبيق برنامج - معرفى سلوكى- ثم اختبار فعاليته لخفض الشعور بالذنب لضحايا التحرش الجنسي من طالبات الجامعة

مصطلحات الدراسة :

Suggested Program : البرنامج المقترح :

هو برنامج مخطط ومنظم يتضمن تقديم بعض التدريبات والأنشطة المخططة والمنظمة الموجه لطالبات الجامعة، قائم على النظرية المعرفية التي تؤكد على أهمية الروابط الموجودة بين سلوكيات الأفراد وافكارهم وخبراتهم السابقة وقدراتهم العقلية (أساليب التفكير والادراك والتذكر)، والنظرية السلوكية التي تعتبر أن سلوك الفرد قابل للتعديل أو التغيير بإيجاد ظروف وأجواء تعليمية معينة وذلك باستخدام مجموعة من الفنيات (المعرفية والسلوكية) لخفض الشعور بالذنب لضحايا التحرش الجنسي لدى طالبات الجامعة خلال فترة زمنية محددة، وتدريبهم عليها خلال عدة جلسات لدعم مشاركتهن الفعالة في المواقف الاجتماعية والعمل على منع حدوث انتكاسه بعد الانتهاء البرنامج .

التحرش الجنسي: Sexual Harassment

تُعرف الباحثة التحرش الجنسي إجرائياً بأنه " تعرض الطالبة لافعال غير لفظية ذات طابع جنسي- لمس أو الاحتكاك الجسدي- أو مطالب لفظية ذات طابع جنسي- 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 الأماكن 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 الشعور بالذنب- الاحباط - الخوف الشديد) وأعراض فسيولوجية منها) اضطرابات الاكل - فقدان الوزن أو زيادته - حالات الصداع - ارتفاع ضغط الدم) ، وقامت 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) .

الشعور بالذنب: Feeling Guilty

يُعرف الشعور بالذنب إجرائياً بأنه " شعور الشخص بلوم الذات وتأنيب الضمير وتجريحها بسبب ما يبدو أو يعتقد الشخص أنه أتى أفعالاً خاطئة أو خرق أمر ما أخلاقياً أو أنه لا يعمل طبق ما يقتضيه دوره أو الفشل في تحقيق إمكانياته وأنه أساء إلى الآخرين ويتوقف مستوى

برنامج مقترح لخفض الشعور بالذنب لضحايا التحرش الجنسي

شعور الشخص بالذنب بالمدى الذى يذهب إليه فى تعبيره عن أفعاله وأفكاره وتقييمه لذاته ونظراته إلى مستقبله فى ضوء دلالات خبراته السابقة (مجد سغفان, ١٩٩٥, ٢٤٠).

إطار نظرى ودراسات سابقة :

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

أولاً: تعريف التحرش الجنى : Sexual Harassment

التعريف النفسى:

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

أشكال التحرش الجنى:

تتعدد أشكال التحرش الجنى ونسب شيعه وتتنوع حسب ثقافة المجتمع وثقافة أفراده , وحسب صرامة سلطاته فى تطبيق القانون وقد يتضمن التحرش الجنى - شكل واحد أوأكثر - من الاشكال الآتية:

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

أ- التحرش اللفظى:

اللفظ هنا يختلف عن ألفاظ الغزل الرقيقة والمتوددة، فهويميل إلى الفجاجة والصراحة الجارحة، ويميل إلى الدلالات الجنسية، وأحياناً يستخدم المتحرش ألفاظاً سوقية يعبر بها

أ. ساندی سمیر إبراهيم

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 : يظهر 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 " وَرَأَوْنَهُ الَّتِي هُوَ فِي بَيْتِهَا عَن نَّفْسِهِ وَعَلَّقَتِ الْأَبْوَابَ وَقَالَتْ هَيْت لَكَ قَالَ مَعَاذَ اللَّهِ إِنَّهُ رَبِّي أَحْسَنَ مَثْوَايَ إِنَّهُ لَا يُفْلِحُ الظَّالِمُونَ " سورة يوسف آية ٢٣ (مهند الشعبي، 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 إجتماعتهن 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 ولين رولي Lynn Wehrli واليزابيث كوهين Elizabeth (هشام فرج ، ٢٠١١ ، ١٩) .

برنامج مقترح لخفض الشعور بالذنب لضحايا التحرش الجنسي

آثار التحرش الجنسي :

تختلف آثار التحرش الجنسي من فتاه لأخرى فيتوقف ذلك على شدة ومدة التحرش فقد تتفاوت هذه الآثار من الانزعاج الخفيف إلى الضرر النفسي الشديد وهناك من تحاول الانتقام وهناك من ينتابها الشعور بالذنب(www.sexualharassment.org)

ومن الآثار الناجمة عن تعرض المرأة للتحرش الجنسي:

- ١- التأثير سلبياً على شخصيتها وحالتها البدنية والنفسية .
- ٢- إنعدام الشعور بالأمن الشخصي .
- ٣- القلق
- ٤- معاناة من الأعراض النفسجسمية " كارتفاع ضغط الدم, القلق, الصداع , اضطرابات الهضم والنوم"
- ٥- الشعور بالذنب (طريف فرج وعادل هريدي , ٢٠٠٤ , ٢٠)

ثانياً: الشعور بالذنب

التحرش الجنسي من المشكلات التي ارتبطت بالعديد من الاضطرابات السلبية للصحة النفسية والجسدية للمراهقات ويعد الشعور بالذنب أحد أبرز الاضطرابات , وهوما أكدت عليه دراسة (Lisa, K .&Lucia,G.,2012) أن الشعور بالذنب هو أحد الاضطرابات النفسية التي تعرض لها عينة من الطالبات الأسيويات والبيض- Lucia,G., 2012,507-524).(Lisa, K .&524)

١- تعريف الشعور بالذنب:

أ- التعريف النفسي للشعور بالذنب:

هو قلق يشعر به الفرد داخلياً أى حوار داخلى بين الفرد وذاته (بين الأنا والأنا الأعلى) على أنه مخطئ أو ارتكب ذنباً وآثام, وأحياناً تكون هذه المشاعر وهمية مبالغ فيها لا ترتبط بخطأ واضح أو واقعي وينتظر الفرد أحياناً إلى أخطائه وكأنها لا تغتفر ويتوهم أن المحيطون به يعلموها جيداً وتؤدي إلى تحقير الذات والاشمئزاز منها (آمال باظه , ١٩٩٧ , ١٥٩).

ب- مصادر الشعور بالذنب :

أ. ساندی سمیر إبراهيم

اتفق كل من (آمال باظة ١٩٩٦؛ صلاح مكاوي، ٢٠١١) على أن مصادر الشعور بالذنب هي:

- ١- الأسرة وخاصة الآباء والأمهات.
- ٢- المجتمع بمختلف فئاته.
- ٣- المعايير الاجتماعية والدينية التي يكتسبها الفرد من خلال عملية التنشئة الاجتماعية
- ٤- معرفة قائمه المسموحات والممنوعات.
- ٥- التعرض للإيذاء الجنسي ويطلق عليها (مشاعر الذنب لدى الضحايا) .
- ٦- إما أن يكون مشاعر الذنب وهمية (مجرد أحساس بالذنب وليس ذنب حقيقي، هي مشاعر وهمية بالذنب لأن الشخص لم يرتكب ذنب حقيقي فأحساسه ناتج من ذنب وهمي) أو ذنب حقيقي (ما يشعر به الشخص نتيجة ذنب حقيقي كونه فعل شيء سي، أثم أقره، أو تصرف معين يُعتبر ذنب) ، فالإحساس بالذنب سواء وهمي أو حقيقي إحساس قاسي وصعب ومدمر وله تأثير على الإنسان، لذلك نجد الإنسان يلجأ إلى حيل للتخلص من الإحساس بالذنب.
- ٧- عقاب الذات : وهي من أشهر الحيل التي يضعها الإنسان، فعندما يشعر الإنسان بالذنب سواء الوهمي أو الحقيقي تجده يُريد أن يُعاقب نفسه وكأنه هناك قاضي فيجري لملاقاته لذلك قال أفلاطون "تجري النفس لملاقاة قاضيها" وهكذا فسر أفلاطون بحث الإنسان عن عقاب لذاته في أوقات كثيرة وكانه يرتاح عندما يتلقى عقاب معين.

ثالثاً : البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي:

١- تعريف الارشاد المعرفي السلوكي :

يعد الإرشاد المعرفي السلوكي من أشكال الإرشاد النفسي الحديث 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 أوالمريض (حامد الغامدي، ٢٠١٣ ، ١٣٥) .

برنامج مقترح لخفض الشعور بالذنب لضحايا التحرش الجنسي

نماذج لبعض الدراسات السابقة التي استخدمت الإرشاد المعرفي السلوكي في خفض آثار التحرش الجنسي:

ومن الدراسات التي استخدمت المدخل المعرفي السلوكي لمواجهة مشكلة التحرش الجنسي دراسة (أحمد حسن ٢٠١٥) هدفت الى اختبار فعالية برنامج ارشادى باستخدام المدخل المعرفي السلوكي في خدمة الفرد لمواجهه مشكلة التحرش الجنسي وتكونت العينه من ١٢ حالة تم اختيارهم بطريقة عمدية تتراوح أعمارهم من (١٣- ١٥ عام) واستخدمت الدراسة المنهج شبه التجريبي باستخدام مجموعة تجريبية واحدة وتوصلت الدراسة الى وجود فروق دالة احصائيا بين القياس القبلي والقياس البعدى لحالات الدراسة على مقياس الوعي بمشكلة التحرش الجنسي لتلاميذ المرحلة الاعدادية نتيجة التدخل المهني معهم بالبرنامج الارشادى باستخدام المدخل المعرفي السلوكي في خدمة الفرد وأكدت الدراسة فعالية البرنامج الارشادى باستخدام المدخل المعرفي السلوكي في خدمة الفرد لمواجهة مشكلة التحرش الجنسي .

وهدفت دراسة " كويانى " (Kubany, E.S & Hill, E.E 2003) التعرف على أثر برنامج معرفي سلوكي في معالجة ضغط ما بعد الصدمة للنساء المعنفات جنسياً , تكونت العينة من (٢٥) امرأة , حيث طبقت إستراتيجيات : التوعية والتعليم فيما يخص ضغط ما بعد الصدمة وإستراتيجية التعرض ومراقبة الحديث الذاتي السلبي , وخلصت الدراسة إلى أن النساء اللواتي أكملن جلسات العلاج المعرفي السلوكي أظهرن انخفاضاً في الشعور بالذنب والاكئاب وخفض كبيرة في تقدير الذات واستمر التحسن على مدى (٣- ٦) أشهر من المتابعة.

كما هدفت دراسة" كوهين وآخرون" (Cohen, et al., 2006) التعرف على فاعلية العلاج المعرفي السلوكي لدى عينة من النساء المعنفات جنسياً المصابات باضطراب ما بعد الصدمة, فتكونت العينة من (١٥٠) امرأة وتم 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 انخفاضا كبيرا في أعراض اضطراب ما بعد الصدمة مقارنة بالمجموعة الضابطة.

فقد أوضح (جوستين موسيريل وآخرون ، ٢٠١١) (Justin .M , et al. , 2011) فعالية العلاج المعرفي السلوكي القائم على اللعب للذين تعرضوا للاعتداء الجنسي ويهدف العلاج المعرفي السلوكي إلى : استيعاب الأعراض ، عزز المهارات الاجتماعية مشاكل احترام الذات ومهارات الحياة ؛ وتشير النتائج إلى أن العلاج المعرفي السلوكي القائم على اللعب كان فعالاً لتحسين الاستيعاب والحد من السلوكيات غير اللائقة واكتسابهم مهارات حماية الذات.

ومما لا شك فيه أن أي سلوك يعتمد على التفكير الذي يلعب دوراً أساسياً في توجيه السلوك الإنساني والمصدر الأساسي لكل الانفعالات ولهذا فإن اضطراب الأفكار وتشويش المعلومات يدفع الفرد إلى سلوكيات غير سوية ومن خلال البرنامج المعرفي السلوكي تكتسب الطالبات مهارات التفكير فيجعل منهم مواطنات ذوى نظره متعمقة وحكمة فى تناول المشاكل التى يعانى منها مجتمعهم ، فالتحرش الجنسى نوع من أنواع العنف الموجهة للمرأة وأكدت دراسات رشا حسين (٢٠٠٨)؛ محمد قطب (٢٠٠٨) أن للتحرش الجنسى تداعياته النفسية الخطيرة على الضحية والتي تتمثل فى الشعور بالغضب الشديد والخوف والالام والاحراج والخجل وحالات الصداع والاكئاب وبعض الاعراض الفيزيقية مثل حدوث اضطرابات فى المعدة أو اضطرابات فى النوم والكوابيس وفقدان الوزن وكذلك بعض الاعراض النفسية والانفعالية منها الشعور بعدم احترام الذات والقلق والغضب ووتشير دراسة (نيكول بوكانان وآخرون ، ٢٠١٣) (Buchanan N,et al.,2013) 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 والعمل على تصحيحها، فنيه أعاده البناء المعرفي، المحاضرة والمناقشة، الدحض والتفنيد، الواجبات المنزلية، التدريب على اسلوب حل المشكلات) وفنيات سلوكية (فنية جدول الأنشطة، 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 لخفض الشعور بالذنب لديهن:

من خلال ما سبق عرضه من تراث نظرى ودراسات سابقة، يمكن استخلاص فروض الدراسة على الوجه التالى:

برنامج مقترح لخفض الشعور بالذنب لضحايا التحرش الجنسي

١. وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب درجات عضوات المجموعة التجريبية في القياسيين القبلي والبعدي على أبعاد مقياس التحرش الجنسي في اتجاه التطبيق البعدي.
٢. وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب درجات عضوات المجموعة التجريبية (اللاتى تعرضن للتحرش الجنسي) في القياسيين القبلي والبعدي على مقياس الشعور بالذنب في إتجاه القياس البعدي.
٣. لا يوجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب درجات عضوات المجموعة التجريبية (اللاتى تعرضن للتحرش الجنسي) في التطبيق البعدي والتتبعي على أبعاد مقياس التحرش الجنسي .
٤. لا يوجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب درجات عضوات المجموعة التجريبية (اللاتى تعرضن للتحرش الجنسي) في التطبيق البعدي والتتبعي على مقياس الشعور بالذنب.
٥. توجد علاقات ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات طالبات المجموعة التجريبية(اللاتى تعرضن للتحرش الجنسي) في مقياس التحرش الجنسي ومقياس الشعور بالذنب .

إجراءات الدراسة:

أولاً: منهج الدراسة:

استعانت الباحثة بالمنهج التجريبي, الذى يقوم على التصميم ذي المجموعة الواحدة, ويعد التصميم التجريبي ذوالمجموعة الواحدة من أكثر التصميمات المناسبة لطبيعة الدراسة الحالية وعينتها, 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 وبعده.

ثانياً: عينة الدراسة:

قامت الباحثة بتقسيم درجات أفراد العينة على مقاييس الدراسة إلى أربعيات وتم اختيار الإرباعي الرابع (٢٧ %) من أفراد العينة لمقاييس (التحرش الجنسي والشعور بالذنب) وهن

أ. ساندی سمیر إبراهيم

الحاصلات على درجات مرتفعة على المقاييس, وذلك بالتطبيق على طالبات الفرقة الثالثة والرابعة بمرحلة البكالوريوس بكلية رياض الأطفال وعددهن (٧٤) طالبة وأصبح عدد الطالبات اللاتي حصلن على الدرجات المطلوبة (٢٠) طالبة ومن ثم اختارت الباحثة الطالبات اللاتي تعانى من اضطراب واحد أو أكثر من الاضطرابات الانفعالية وتم اختيار العينة بطريقة قصدية, فتكونت العينة الاساسية من طالبات كلية رياض الاطفال جامعة بورسعيد وعددهن (٨) طالبات.

ثالثاً: أدوات الدراسة:

قامت الباحثة بعرض المقاييس التي اعتمدت عليها هذه الدراسة سواء ما قامت الباحثة بإعداده أو بحساب الخصائص السيكومترية, وذلك من حيث وصف لكل اختبار, والخصائص السيكومترية لكل مقياس من المقاييس وذلك من خلال حساب معاملات الصدق والثبات للتأكد من صلاحيتها للاستخدام فى الدراسة الحالية وهم كالتالى:

١- مقياس التحرش الجنسي (إعداد/الباحثة)

٢- مقياس الشعور بالذنب (إعداد/ محمد سفيان ٢٠٠٥)

١- مقياس التحرش الجنسي (إعداد/الباحثة)

وبعد 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 والجسدية التي تجعل الفتاه عرضة للتحرش الجنسي.
٢. أشكال التحرش: ويتكون من (٥) بنود ويتضمن أكثر أنواع التحرش الجنسي انتشاراً فى الحياة اليومية كالاستماع إلى بعض الالفاظ الخادشة للحياء والمعاكسات والتحرش باللمس والنظرات.
٣. أماكن انتشار التحرش: ويتكون من (٣) بنود تتضمن معلومات عن الاماكن التي تشعر فيها الطالبة بعدم الامان وتكون أكثر عرضة للتحرش الجنسي فيها.
٤. أسباب التحرش: ويتكون من (٤) بنود وتشير الى مجموعه متضافرة من العوامل التي تؤدي إقدام المتحرش على ممارسة التحرش الجنسي كالعوامل الاقتصادية , الاجتماعية , الاخلاقية , الدينية والنفسية وسائل الاعلام.

برنامج مقترح لخفض الشعور بالذنب لضحايا التحرش الجنسي

٥. البعد القانوني : ويتكون من (٥) بنود ويمثل مدى وعي الطالبة بحقوقها وواجباتها في القانون المصري في حال تعرضها للتحرش الجنسي , ومدى تصدى القانون المصري لتلك الظاهرة .

٦. الآثار النفسية المترتبة على التحرش : ويتكون من (٥) بنود وتشير إلى آثار التحرش الجنسي على الضحية وتتمثل في معاناتها من اضطرابات نفسية وتصبح غير واثقة بمن حولها وحتى بنفسها وتعاني اضطرابا في حياتها الأسرية والشعور بالغضب والخوف والشعور بالذنب .

٧. استراتيجيات التصدي للتحرش: وتتكون من (٤) بنود وتشير إلى تفعيل دور الاسرة , الدولة , مؤسسات المجتمع المدني في مواجهة ظاهرة التحرش الجنسي.

٢- مقياس الشعور بالذنب (إعداد / محمد سعفان , ٢٠٠٥)

المقياس في صورته النهائية مكون من (٥٦) مفردة موزعة على أبعاده كما يلي: البعد الأول: مصادر الذنب ، البعد الثاني: تقييم الذات، البعد الثالث: مظاهر الشعور بالذنب، البعد الرابع: النظرة للمستقبل والمقياس بهذه الصورة النهائية صالح للتطبيق على عينة الدراسة الأساسية.

٣- الاطار العام للبرنامج المقترح لخفض الشعور بالذنب لضحايا التحرش الجنسي من طالبات الجامعة (إعداد / الباحثة)

هدف البرنامج :

تقوم الدراسة الحالية بتقديم برنامج معرفي سلوكي يراعى جوانب القوة والضعف لدى الطالبات ضحايا التحرش الجنسي وذلك لتحقيق النموالفعال في جوانب شخصيتهن المختلفة عن طريق تنمية ثقتهن بأنفسهن ومواجهة الاضطرابات والضغط التي يعانين منها ، فالهدف العام من البرنامج هوخفض الشعور بالذنب .

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 فى تلك المرحلة هم مستقبل الأمة وإذا ما تم تقديم البرامج المناسبة لهن فإنه يمكن الاستفادة من طاقتهن الإيجابية وقدراتهن على الوجه الأمثل .

٢- يسهم البرنامج فى تعلم طرق جديدة للتغلب على الاضطرابات النفسية المثيرة للانفعال وذلك من خلال تصحيح الافكار والمعتقدات الخاطئة لدى الطالبات مما يساعد على مواجهة مشكلاتهن بشكل أفضل.

٣- يسهم البرنامج فى تعديل سلوكيات الطالبات وذلك بعد تعديل الأفكار والمشاعر مما يؤدى بالتبعية إلى خفض الشعور بالذنب وإثراء الجوانب الاجتماعية والانفعالية فى الشخصية وتنميتها .

جدول يوضح محتوى جلسات البرنامج المعرفى السلوكى لخفض الشعور بالذنب
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 والاتفاق على بروتوكول البرنامج	٥٥ دقيقة	المناقشة والحوار ، الواجبات المنزلية .	لغوية اجتماعية	استمارة البوح الذاتى - استمارة التوقعات
الجلسة الثانية	التعريف بالتحرش الجنسي وأهداف البرنامج	٤٥ دقيقة	المحاضرة - المناقشة والحوار - الواجب المنزلي	قصصى	صور توضيحية للمشكلة
المرحلة الانتقالية (٣ - ٧)					
الجلسة الثالثة	النموذج المعرفى	٥٥ دقيقة	الحوار والمناقشة - النمذجة -الدحض - لعبة الدور - الواجب المنزلي .	لغوية	جدول المشاعر

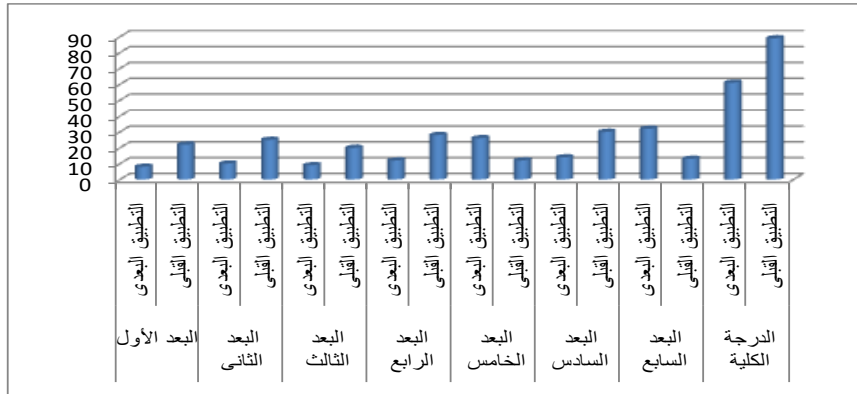
برنامج مقترح لخفض الشعور بالذنب لضحايا التحرش الجنسي

الجلسة الرابعة والخامسة	الأفكار الآلية السلبية والبدايل الايجابية لها	٤٥ - ٦٠ دقيقة	التغذية الراجعة ، التعزيز ، المناقشة والحوار ، لعب الدور	فنى تمثيلى	عرض جزء من فيلم بعنوان (٦٧٨)
الجلسة السادسة	الحوار الذاتى وتحديث الحوار الذاتى	٤٥ دقيقة	الحوار والمناقشة - المحاضرة - النمذجة - التنفيذ - الواجب المنزلي	قصصى - لغوية	كروت ملونه - لوحة بيضاء - لوحة سوداء
الجلسة السابعة	أخطاء التفكير	٤٥ دقيقة	التعزيز - المناقشة والحوار - الواجبات المنزلية	قصصى	جدول تقييم المعتقدات
مرحلة العمل (٨ - ٩)					
الجلسات (الثامنة والتاسعة)	النموذج المعرفى للشعور بالذنب	٤٥ - ٦٠ دقيقة	المناقشة والحوار - التنفيذ - النمذجة - المحض - الامتحان - الواجب المنزلي	قصصى - فنى تمثيلى	عرض الصورة المعلقة فى محطة الشهداء بمترو الانفاق فى القاهر - جدول الانشطة اليومية - ورق أقلام
المرحلة النهائية (١٠ - ١١)					
الجلسة العاشرة	العضوات مرشدات أنفسهن	٤٥ - ٦٠ دقيقة	الحوار والمناقشة - المحاضرة - النمذجة - التغذية الراجعة - الواجب المنزلي	فنى تمثيلى	عرض مجموعة من الصور وتكتب الطالبات ما يفعلونه عندما يتعرضن لتلك المواقف
الجلسة الحادية عشر	الانتهاء من البرنامج	٤٥ - ٦٠ دقيقة	الحوار والمناقشة - المحض - لعب الدور - التغذية الراجعة - الواجب المنزلي .	تمثيلى	أوراق - اقلام - مرآه

نتائج الدراسة ومناقشتها:

١- ينص الفرض الأول على " وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب درجات عضوات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس التحرش الجنسي في اتجاه القياس البعدي حيث يوجد فرق بين متوسطات رتب درجات عضوات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس الشعور بالذنب لعضوات المجموعة التجريبية (الآتى تعرضن للتحرش الجنسي) في اتجاه التطبيق البعدي. وبالرجوع الى متوسطات الدرجات للقياسين يتضح أن اتجاه هذه الفروق في صالح القياس ذا المتوسط الأصغر وهو القياس البعدي، هذا الفارق يعزى الى تطبيق البرنامج المعرفى السلوكى على عضوات المجموعة التجريبية مما يدل على فعالية البرنامج المعرفى السلوكى لخفض من الشعور بالذنب لضحايا التحرش الجنسي، ويتضح من الجدول السابق أن قيمة " Z " دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥، مما يشير إلى وجود فرق بين متوسطى رتب درجات التطبيق القبلي والبعدي لطالبات المجموعة التجريبية (الآتى تعرضن للتحرش الجنسي) على مقياس الشعور بالذنب في اتجاه التطبيق البعدي.

٢- تفسير نتائج الفرض الاول :



شكل (١)

رسم بياني لمتوسطى التطبيق القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية على أبعاد مقياس التحرش الجنسي والدرجة الكلية

برنامج مقترح لخفض الشعور بالذنب لضحايا التحرش الجنسي

يوضح الرسم البياني السابق شكل (١) وجود فرق بين متوسطات درجات (القياسين القبلي والبعدي) لعضوات المجموعة التجريبية على أبعاد مقياس التحرش الجنسي والدرجة الكلية في اتجاه التطبيق البعدي، ويتضح من خلال العرض السابق مدى تأثير التدخل المعرفي السلوكي على أبعاد مقياس التحرش الجنسي (خصال الضحية، أشكال التحرش، أماكن انتشار التحرش، أسباب التحرش، البعد القانوني، الآثار النفسية المترتبة على التحرش، استراتيجيات التصدي للتحرش) فكانت الأبعاد الأكثر تأثيراً ترتيبها كالاتي:

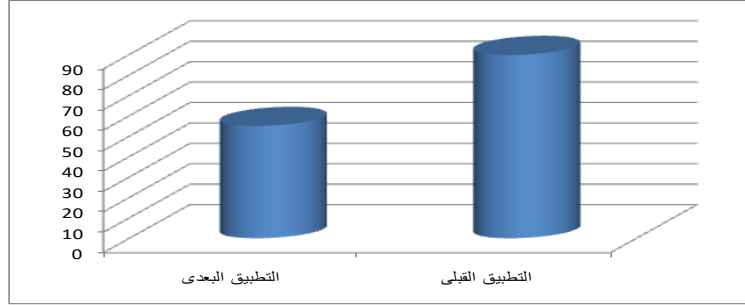
- ١- البعد الأول: خصال الضحية.
- ٢- البعد الخامس: البعد القانوني .
- ٣- البعد السادس: الآثار النفسية المترتبة على التحرش .
- ٤- البعد السابع: استراتيجيات التصدي للتحرش .
- ٥- البعد الثامن: أشكال التحرش الجنسي .
- ٦- البعد الرابع: أسباب التحرش الجنسي .
- ٧- البعد الثالث: أماكن انتشار التحرش الجنسي .

فتدل نتائج هذا الفرض على فعالية البرنامج المعرفي السلوكي الذي طبق على مجموعة الدراسة بهدف الحد من تأثير التحرش الجنسي على عضوات المجموعة التجريبية، حيث أظهر عضوات المجموعة التجريبية مستويات مرتفعة على مقياس التحرش الجنسي قبل تطبيق البرنامج المعرفي السلوكي من خلال القياس القبلي، ولكن بعد تطبيق جلسات البرنامج المعرفي السلوكي سجل عضوات المجموعة التجريبية انخفاض على مقياس التحرش الجنسي، وترجع الباحثة أسباب هذه التغيرات الفعالة إلى تدريب العضوات على ممارسة الفنيات المعرفية السلوكية التي تعمل على الحد من تأثير التحرش الجنسي.

الفرض الثاني:

ينص الفرض الثاني على " وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات عضوات المجموعة التجريبية (اللاتى تعرضن للتحرش الجنسي) فى القياسين القبلي والبعدي على مقياس الشعور بالذنب فى اتجاه القياس البعدي.

تفسير نتائج الفرض الثاني :



شكل (٢)

رسم بياني لمتوسطى التطبيق القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية على مقياس الشعور بالذنب

يوضح الرسم البياني السابق شكل (٢) وجود فرق بين متوسطات درجات حيث يوجد فرق بين متوسطات رتب درجات عضوات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس الشعور بالذنب لعضوات المجموعة التجريبية (الأتى تعرضن للتحرش الجنسى) فى اتجاه التطبيق البعدي. وبالرجوع الى متوسطات الدرجات للقياسين يتضح أن اتجاه هذه الفروق فى صالح القياس ذا المتوسط الأصغر وهو القياس البعدي هذا الفارق يعزى الى تطبيق البرنامج المعرفى السلوكى على عضوات المجموعة التجريبية مما يدل على فعالية البرنامج المعرفى السلوكى لخفض الشعور بالذنب لضحايا التحرش الجنسى ، ويتضح من الجدول السابق أن قيمة " Z " دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠٠٥ .

وتتفق نتائج هذا الفرض مع نتائج الدراسات السابقة ومنها (قطب حنور ٢٠١٢) التى

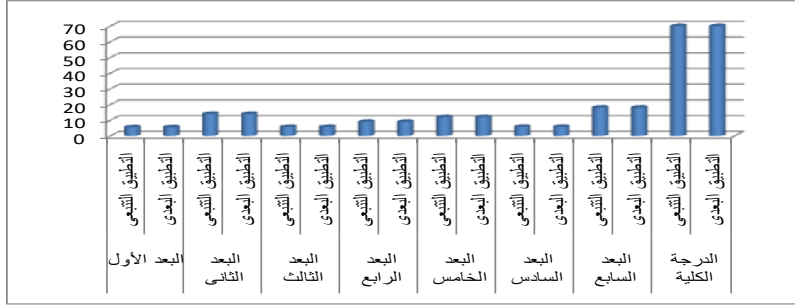
أكدت على فعالية العلاج القائم على فنيات العلاج المعرفى السلوكى فى خفض مشاعر الذنب غير السوية فتم تحسين مستوى الصحة النفسية لديهم من خلال التخلص من معاناتهم من بعض المشكلات والاضطرابات النفسية وخاصة الشعور بالذنب .

الفرض الثالث :

ينص الفرض الثالث على " لا يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطى رتب درجات التطبيق البعدي والتتبعى لطالبات المجموعة التجريبية على أبعاد مقياس التحرش الجنسى " .

برنامج مقترح لخفض الشعور بالذنب لضحايا التحرش الجنسي

تفسير نتائج الفرض الثالث :



شكل (٣)

رسم بياني لمتوسطى التطبيق البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية على أبعاد

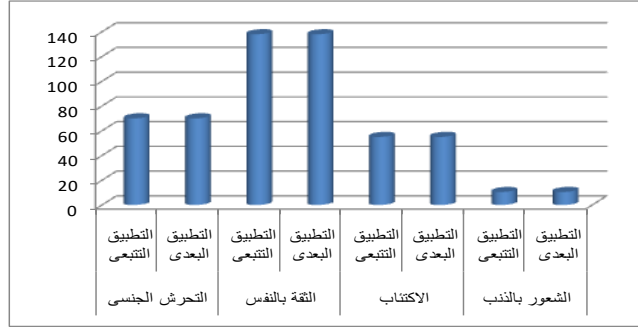
مقياس التحرش الجنسي والدرجة الكلية

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 المعرفى السلوكى لمواجهه مشكلة التحرش الجنسي، فهذه الدراسات أثبتت فعالية الإرشاد المعرفى السلوكى فى الحد من آثار التحرش الجنسي واستمرار فعاليات البرنامج مما يدل على الأثر الممتد لهذا النوع من الإرشاد مثل دراسة "كوبانى وهيل" (Kubany, E.S & Hill, E.E 2003) فلخصت الدراسة إلى أن النساء اللواتى أكملن جلسات العلاج المعرفى السلوكى أظهرن انخفاضاً فى الشعور بالذنب والاكتئاب وخفض كبيرة فى تقدير الذات واستمر التحسن على مدى (٣-٦) أشهر من المتابعة، وهو ما يؤكد صحة الفرض.

الفرض الرابع:

ينص الفرض الرابع على " لا يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطى رتب درجات التطبيق البعدي والتتبعي لطالبات المجموعة التجريبية على مقياس الشعور بالذنب.

تفسير نتائج الفرض الرابع :



شكل (٤)

رسم بياني لمتوسطات رتب درجات طالبات المجموعة التجريبية على مقياس التحرش الجنسي ومقياس الشعور بالذنب ومقياس الاكتئاب ومقياس الثقة بالنفس.

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

الفرض الخامس:

ينص الفرض الخامس على " وجود علاقات ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات طالبات المجموعة التجريبية (اللاتى تعرضن للتحرش الجنسي) فى مقياس التحرش الجنسي ومقياس الشعور بالذنب .

برنامج مقترح لخفض الشعور بالذنب لضحايا التحرش الجنسي

تفسير نتائج الفرض الخامس:

لاختبار صحة الفرض الخامس استخدمت الباحثة معامل الارتباط التتابعى لبيرسون Correlation Coefficient لحساب العلاقات الارتباطية بين التحرش الجنى والشعور بالذنب، ويوضح جدول (١) نتائج هذا الفرض:

جدول (١)

قيم معاملات الارتباط بين درجات أفراد العينة فى مقياس التحرش الجنى ومقياس الشعور بالذنب

الشعور بالذنب	الاكتئاب	الثقة بالنفس	التحرش الجنى	المتغيرات المتغيرات
**٠.٦١	**٠.٧٤	**٠.٥٧ -	-	التحرش الجنى
-	**٠.٦٣	**٠.٥٦ -	**٠.٦١	الشعور بالذنب

(**) دال إحصائياً عند مستوى ٠.٠١ (*) دال إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥

ويتضح من جدول (١) العلاقة طردية موجبة بين التحرش الجنى والشعور بالذنب فقد أكدت دراسة (طريف فرج وعادل هريدى، ٢٠٠٤) على أن الشعور بالذنب من أبرز الآثار الناجمة عن تعرض المرأة للتحرش الجنى، فعادة ما تحمل المرأة نفسها سبب تعرضها للتحرش الجنى .

ويرى (Littleton, H., & Breitkopf, C. R., 2006) أن للتحرش الجنى تأثيرات طويلة الأجل على الضحية ومنها: تدنى احترام الذات، اللوم الذاتى والشعور بالذنب الذى يمكن أن يدوم لشهر أو لسنوات. Littleton, H., & Breitkopf, C. R., 2006, p p (116-161)

نتائج الدراسة :

توصلت الدراسة الحالية إلى:

- وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب درجات عضوات المجموعة التجريبية فى القياسين القبلى والبعدى على أبعاد مقياس التحرش الجنى فى اتجاه التطبيق البعدى.
- وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب درجات عضوات المجموعة التجريبية (الآن تعرضن للتحرش الجنى) فى القياسين القبلى والبعدى على مقياس الشعور بالذنب فى اتجاه القياس البعدى.
- لا يوجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب درجات عضوات المجموعة التجريبية (الآن تعرضن للتحرش الجنى) فى التطبيق البعدى والتبعى على أبعاد مقياس التحرش الجنى .
- لا يوجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب درجات عضوات المجموعة التجريبية (الآن تعرضن للتحرش الجنى) فى التطبيق البعدى والتبعى على مقياس الشعور بالذنب.
- وجود علاقات ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات طالبات المجموعة التجريبية (اللاتى تعرضن للتحرش الجنى) فى مقياس التحرش الجنى ومقياس الشعور بالذنب .

توصيات الدراسة:

- إعداد ورش عمل لطالبات الجامعة عن التوعية بحقوقهن وواجباتهن فى قضايا التحرش الجنى.
- إقامة ندوات حول الاضطرابات الانفعالية وتأثيرها على الصحة النفسية نتيجة التعرض للتحرش الجنى وكيفية علاجها .
- نشر الوعي الفكرى والثقافى عن ماهية الجنس كغريزة لها ضوابط سماوية ووضعيات الإرشاد الدينى والأخلاقى والاجتماعى من خلال وسائل الإعلام والمدارس والنوادي الرياضية وأماكن العمل.
- تعليم كيفية الدفاع عن النفس سواء بالمواجهة اللفظية أو بتعلم بعض الرياضة القتالية (كارتيه - كونغ فو) مع إعلان الرضى للمعتدي بكلمات قليلة محدودة تهين كرامته ورجولته ومحاولة الابتعاد عن المكان الذى يتواجد فيه .

◆◆ برنامج مقترح لخفض الشعور بالذنب لضحايا التحرش الجنسي ◆◆

٥. الاستماع للأبناء والبنات باهتمام وخاصة المراهقين والاطفال وملاحظة أي تغير يطرأ عليهم واستيعاب الحالة ومحاولة الإبلاغ عنها وعلاج الضحية علاجاً نفسياً لتستعيد ثقتها بنفسها وبالآخرين

المراجع:

١. آمال عبدالسميع مليجي باظة (١٩٩٧). *الشخصية والاضطرابات السلوكية والوجدانية*. القاهرة: مكتبة الانجلوالمصرية.
٢. أحمد محمود حسن (٢٠١٥). فعالية برنامج إرشادي باستخدام المدخل المعرفى السلوكى فى خدمة الفرد لمواجهه مشكلة التحرش الجنسى بين تلاميذ المرحلة الاعدادية. رسالة دكتوراه , كلية الخدمة الاجتماعية , جامعة الفيوم.
٣. حامد بن احمد ضيف الله الغامدى (٢٠١٣). *فاعلية العلاج المعرفى السلوكى فى معالجة بعض اضطرابات القلق*. الاسكندرية: دار الوفاء للطباعة .
٤. رشا محمد حسين (٢٠٠٨). *غيوم فى سماء مصر التحرش الجنسى: من المعاكسات الى الاغتصاب دراسة سوسيوولوجية*. رسالة ماجستير, المركز المصرى لحقوق المرأة .
٥. طريف شوقى محمد فرج , وعادل محمد هريدى (٢٠٠٤). *التحرش الجنسى بالمرأة العاملة : دراسة استكشافية على عينة من العاملات المصريات*. مجلة كلية الآداب بجامعة القاهرة ٧٠، ١٩-٧٩ .
٦. عزة كريم (١٩٩٣). *سلوك الوالدين الإيذائى والحماية القانونية للطفل*. بحث مقدم الى مؤتمر الطفل وأفاق القرن الحادى والعشرين. القاهرة: المركز القومى للبحوث الاجتماعية والجنائية.
٧. قطب على خليل حنور (٢٠١٢). *فعالية برنامج معرفى سلوكى لخفض مستوى الشعور بالذنب لدى عينة من المكفوفين المكتئبين*. مجلة كلية التربية، بدمهور، ٤ (٢)، ١١٧-١٦٣ .
٨. محمد أحمد سعفان (١٩٩٥). *فاعلية العلاج العقلانى الانفعالي فى خفض مستوى الشعور بالذنب*, مجلة كلية التربية، بجامعة عين شمس , ١٩ , ٢٤٠-٢٥٣ .
٩. محمد على قطب (٢٠٠٨). *التحرش الجنسى أبعاد الظاهرة آليات المواجهة: دراسة مقارنه بين القوانين الوضعية والشريعة الاسلامية*. القاهرة : إيتراك للطباعة والنشر .
١٠. صلاح فؤاد محمد مكاوى (٢٠١١). *دراسة تنبؤيه لأثر الشعور بالذنب على الصحة النفسية والتوافق النفسى لدى الشباب الجامعى المتعاطين للبانجو*. مجلة كلية الآداب بجامعة الزقازيق , ٥٨ , ١٢٩-١٧٣ .

برنامج مقترح لخفض الشعور بالذنب لضحايا التحرش الجنسي

١١. مهند بن حمد بن منصور الشعبي (٢٠٠٩). تجريم التحرش الجنسي وعقوبته . رسالة ماجستير، كلية الدراسات العليا جامعة نايف العربية للعلوم الامنية .
١٢. هشام عبد الحميد فرج (٢٠١١). التحرش الجنسي وجرائم العرض. المنوفية: دار الوثائق.
13. 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.
14. 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
15. Gonzalez, Andrea G (2006). Sexual harassment and women's career development .*Ph.D.*, Louise University, United States,p73.
16. John F.Till(2009). *Sexual Harassment A report on the sexual Harassment of students, Washington Advisory Council on women Educational programs*. London : karnac books
17. 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.
18. 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.
19. Kubany, E.S , & Hill, E.E (2003). Cognitive Trauma Therapy for Battered woman with PTSD, *Journal of Traumatic Stress*, pp. 81-91.
20. Lisa Sunderland (2004). Speech, Language, and Audiology Services in Public Schools. *Journal of Early Childhood Research*,39 (4), 209-217.
21. Willness, C. , Steel, P., & Lee, K. (2007). A meta-analysis of the antecedents and consequences of workplace sexual harassment. . Top of Form *Journal of Personnel Psychology* , 60, 127–162.

22. World 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.
23. www.sexualharassment.org(2012) The Effect of Sexual Harassment on Victim.

برنامج مقترح لخفض الشعور بالذنب لضحايا التحرش الجنسي

Suggested Program to Decrease Feeling Guilty in Female University Students Victims of Sexual Harassment

Abstract

The recent research study aimed at testing the efficiency of a Cognitive Behavioral Program to Decrease Feeling Guilty in Female University Students Victims of Sexual Harassment .The research sample (8) female students for one experimental group .The program has lasted for (11) sessions . The research study made use of the following tools : a measure of Sexual Harassment (designed by the researcher), a measure of Feeling Guilty prepare by D / Mohamed Safaan. 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, Feeling Guilty) 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, Feeling Guilty) and on the scale as a whole after the implementation of the program for the favor of the post – test