ملخصا الدراسة

مقدمـــة:

لقد فرض واقع المجتمع المعاصر على الإنسان تغيرات حادة وعديدة وسـريعة ،قـد تتجاوز إمكاناته على الاستجابة لهذه المتغيرات المتلاحقة و على التكيف معـها وإسـتيعابها، وإيذاء هذا التغير الصادم قد يعانى الإنسان حاله من اختلال التوازن الذى يعبر عنـه "ألفيـن توفلر" بصدمة المستقبل، وذلك لأن جوهر هذه الصدمه هـو أن تغـيرات حـادة ومفاجئـة ومتلاحقة قد أحاطت بالإنسان فعجزت أجهزة التكيف و التلاؤم فى بنائه العضوى أو النفسـى عن ملاحقتها والاستجابة لها (ألفريد توفلر،١٩٧٤:٤).

أولاً: الدافع إلى الدراسة:

إن موقف المرء من نفسه من الأمور الهامة؛ فالشخص السوى فى وفاق مـع نفسـه، وهو دائما على علاقات حسنة مع غيره، ولا يضيع وقتة فى رثاء ذاته، ولا البحث عن أعذار لتصرفاته ،إنه لا ينتقص من قيمة نفسه ،وهو فى نفس الوقت لا يعطيها أكثر مـن قدرهـا.و يعبر علماء النفس عن هذا بقولهم :إنه نجح فى تقبل ذاته ، إنه لا يجامل ذاته ويحنو عليـها، ولكنه على وفاق معها بدرجة تسمح له بإدراك نواحى قدرته ومواطن ضعفه علـى السـواء، وفى حدود إمكاناته يعمل على بناء حياة سوية.

وينشأ مفهوم الفرد عن نفسه من مجموع الأنماط الإدراكية التى يكونها الفـرد عـن خصائص الشخصية ،وعلاقاته مع غيره مع ما يرتبط بذلك من القيم التى يؤمن بها، ويمتـص الفرد المفاهيم ،والمدركات، والقيم التي تكون مفهومه عن نفسه من الوسائط التربوية المختلفة؛ التي قامت بالتنشئة الاجتماعية له وأولها وأهمها :الأسرة ثم المدرسة، وبيئة العمـل، وشـلة الأصدقاء وغيرها ،ويستخدم الفرد هذه الخبرات الحسية فى ذاته فى شكل رمزى بحيث تظهر فى شعوره على أنها خبراته المباشرة.

ومرحلة المراهقة من أهم المراحل التي يمر بها الإنسان، يحاول فيها أن يكون مفـهوم عن نفسه فقد يصل إلى مفهوم عن ذاته يؤدى به إلى النجاح ،وإما يؤدى به إلى الفشل حيـث يؤثر البلوغ والنضج الجسمى فى حدوث تغير فى الاتجاهات نحو الـذات، ونحـو الآخريـن ويتعدل مفهوم الذات ويعاد تنظيمه حيث تحدث تغيرات داخلية و خارجية تؤدى إلى أن يصبح مفهوم الذات أكثر تأثيراً، وغير مستقر، ويعاد تكامله، ويزداد الذات مع النمو وتتعدل صـورة الذات المثالية فى مرحلة المراهقة.

والعلاج بالواقع :هو أحد العلاجات التى تستخدم فى إعادة الثقة بالنفس إلى المراهـق :وتساعده على تكوين هوية نجاح؛ ويجمع العلاج بالواقع بين المعالج المـهتم الـذى يوجـه الرعاية إلى العميل مع التأكيد الواضح على السلوك الاجتماعى الصريح، وتشـتمل المقابلـة

العلاجية بالواقع على :المناقشات الصريحة لتغيير السلوك، والتخطيط كذلك، وتتضمن المفاهيم الأساسية للعلاج بالواقع ،القرارات، تحديد الهوية، والإرادة ،والقوة التى ترتبط بمفاهيم التعهد بالمسئولية ، النضج، كما تواجه العميل باستمرار كلما حاول انتحال الأعذار، للتخلص من مسئولية سلوكه ويؤكد العلاج بالواقع على أهمية الحب وعلى النظام أيضاً فى العلاقة العلاجية.

مشكلة الدراسة:

إن مشكلة مفهوم الذات لدى المراهقين ظاهرة نفسية مركبة، تنطوى على عدد كبير من المتغيرات شأنها فى ذلك شأن الظواهر النفسية الأخرى، ويعنى ذلك أن مشكلة مفهوم الذات ترتبط بالعديد من المتغيرات منها (طبيعة الجسم،الملابس، الاسم واللقب،مستوى الطموح،الثقافة،العاطفة،العائلة)

لذا نلخص مشكلة الدراسة فى التساؤل الرئيس الآتى :

ما فاعلية العلاج بالواقع فى تحسين مفهوم الذات لدى عينة من المراهقين؟

ومن هذا التساؤل يتفرع الأسئلة التالية:

١- هل يختلف تأثير البرنامج العلاجى لدى المراهقين باختلاف الجنس؟

٢- هل يختلف تأثير البرنامج العلاجى لدى المراهقين بعد فترة المتابعة؟

أهمية الدراسة:

ترجع أهمية الدراسة إلى أن مرحلة المراهقة هى: نقطة الانطلاق إلى عالم الراشدين، وبالتالى فالمرور بهذه المرحلة بسلام يضمن للفرد تكوين شخصية سوية لا تعانى من الفشل، ويزيد من أهمية الدراسة استخدام برنامج علاجى يستند إلى نظرية العلاج بالواقع والذى لم يتم تطبيقة فى البيئة العربية كثيراً على الرغم من انتشاره وتصديه للعديد من المشكلات النفسية فى البيئات الأجنبية ،وهو علاج يتميز بالبساطة ،وسهولة تطبيقه بواسطة المرشدين ويستند إلى مجموعة من القواعد الملموسة فى الحياة اليومية؛ وبنجاح استخدام هذا العلاج مع مفهوم الذات سوف يفتح أبواب الأمل لاستخدام هذا العلاج فى أنواع كثيرة من الاضطرابات السلوكية والأمراض النفسية.

الهدف من الدراسة:

تسعى الدراسة الحالية إلى توضيح تأثيراستخدام العلاج بالواقع فى تحسين مفهوم الذات لدى عينة من المراهقين وذلك من خلال:

الهدف النظرى: وذلك بالكشف عن المتغيرات ذات العلاقة بمفهوم الذات.

الهدف التطبيقى: الذى يقوم على إعداد برنامج علاجى قائم علىأسس العلاج بالواقع، وتبين أثر هذا العلاج فى تحسين مفهوم الذات لدى عينة من المراهقين ،والهدف النهائى من هذه الدراسة هو توضيح إمكانية استخدام العلاج بالواقع فى تحسين مفهوم الذات لدى المراهقين.

دراسات سابقة:

قامت الباحثة بمسح شامل لمعظم الدراسات السابقة و البحوث التى تناولت العلاج بالواقع وفاعليتة مع بعض المتغيرات لا سيما مفهوم الذات؛ وذلك لدى عينات مختلفة وخاصة فى سن المراهقة وتم عرضها فى محور واحد تتناول فيه فاعلية العلاج بالواقع فى تحسين مفهوم الذات.

تحديد المصطلحات:

العلاج بالواقع: Reality therapy

هو :الذى يؤدى بالفرد نحو الواقع، والتوجة بالجنبات الملموسة وغير الملموسة للعالم الحقيقى.

هذا وتقوم الباحثة بإعداد برنامج علاجى لمساعدة المراهقين للإنتقال من هوية فشل إلى هوية نجاح ومن مفهوم ذات منخفض إلى مفهوم ذات مرتفع تبعاً، لمقياس تنسى لمفهوم الذات.

مفهوم الذات: self-concept

هو :ذلك التنظيم الإدراكى ــ الانفعالى الذى يتضمن إستجابات الفرد نحو نفسه ككل.

وهو :الدرجة التى يحصل عليها المفحوص فى مقياس تنسى لمفهوم الذات بأبعادة(الأخلاقية والشخصية والأسرية والإجتماعية) ، إعداد وليم فيتس ترجمة صفوت فرج وسهير كامل ١٩٩٨

المراهقين: Adolescence

والمراهقة هى: فتره التحول والنمو إلى الرجولة أو الأنوثة.

والمقصود بالمراهقين فى هذه الدراسة الطلبة والطالبات فى سن ما بين (١٣-١٥) سنة.

فروض الدراسة:

١-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات المجموعة التجريبية ذكور ومتوسط المجموعة الضابطة ذكور فى مفهوم الذات بعد تطبيق البرنامج العلاجى لصالح المجموعة التجريبية ذكور.

٢-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات المجموعة التجريبية إناث، ومتوسط درجات المجموعة الضابطة إناث فى مفهوم الذات بعد تطبيق البرنامج العلاجى لصالح المجموعة التجريبية إناث.

٣-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات المجموعة التجريبية ذكور ومتوسط درجات المجموعة التجريبية إناث فى مفهوم الذات بعد تطبيق البرنامج العلاجى.

٤-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات المجموعة التجريبية ذكور بعد تطبيق البرنامج العلاجى، ومتوسط درجات نفس المجموعة بعد فترة المتابعة.

٥-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات المجموعة التجريبية إناث بعد تطبيق البرنامج العلاجى ،ومتوسط نفس المجموعة بعد فترة المتابعة.

الأدوات:

تضمنت الدراسة الحالية الأدوات التالية:

١-مقياس تنسى لمفهوم الذات إعداد وليم فيتس ترجمة صفوت فرج و سهير كامل.

٢-برنامج علاجى من إعداد الباحثة.

العينة:

قامت الباحثة بتطبيق أدوات الدراسة على عينة مكونة من ٤٠ طالباً و طالبةً تم تقسيمهم إلى أربع مجموعات كالتالى:

- مجموعة تجريبية ذكور وعددها (١٠) طلبة
- مجموعة تجريبية إناث وعددها (١٠) طالبات
- مجموعة ضابطة ذكور و عددها (١٠) طلبة
- مجموعة ضابطة ذكور وعددها (١٠) طالبات

الأسلوب الإحصائى:

استخدمت الباحثة طريقة تحليل التباين كأسلوب إحصائى للمقارنة بين مجموعات الدراسة الأربعة قبل العلاج وبعده وبعد فترة المتابعة ولحساب دلاله الفروق بين متوسطات كل مجموعتين تم إستخدام إختبار "ت"،

نتائج الدراسة:

١-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات المجموعة التجريبية ذكور، ومتوسط درجات المجموعة الضابطة ذكور فى مفهوم الذات بعد تطبيق البرنامج العلاجى لصالح المجموعة التجريبية ذكور.

٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات المجموعة التجريبية إناث ومتوسط المجموعة الضابطة إناث فى مفهوم الذات بعد تطبيق البرنامج العلاجى.لصالح المجموعة التجريبية إناث.

٣- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات المجموعة التجريبية ذكور، ومتوسط درجات المجموعة التجريبية إناث فى مفهوم الذات بعد تطبيق البرنامج العلاجى.

٤-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات المجموعة التجريبيةذكور بعد تطبيق البرنامج العلاجى ،ومتوسط درجات نفس المجموعة بعد فترة المتابعة.

٥- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات المجموعة التجريبية إناث بعد تطبيق البرنامج العلاجى، ومتوسط درجات نفس المجموعة بعد فترة المتابعة.