

فاعلية برنامج إرشادي في تنمية تقدير الذات لدى المعاقين بصريا

بمدرسة المكفوفين بمدينة بسكرة

أ. علجية غمري

أ. نوال صديقي.

جامعة بسكرة

جامعة الجزائر -2-

مخبر المسألة التربوية في الجزائر - جامعة بسكرة

Résumé:

A travers cette étude était de déterminer la contribution du guide de programme dans le développement de l'estime de soi de l'école pour malvoyants et aveugles grâce à la conception de guide de programme a été appliqué à un échantillon d'élèves de l'école primaire à l'école catégorie de l'éducation spéciale des aveugles.

المخلص:

نسعى من وراء هذا العمل لمعرفة مدى مساهمة برنامج ارشادي في تنمية تقدير الذات لدى المعاقين بصريا بمدرسة المكفوفين وذلك من خلال تصميم برنامج ارشادي تم تطبيقه على عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية بالمدرسة التربوية الخاصة بفئة المكفوفين

تمهيد:

يعد إشباع الحاجات النفسية والاجتماعية للفرد من الحاجات الأساسية التي لا غنى عنها، لذا اهتم التربويون والنفسانيون في العقود الأخيرة بدراسة العوامل التي تؤثر على فاعلية وأداء الفرد وعلى من حوله والصورة التي يرى بها ذاته بهدف تكوين أفراد قادرين على بذل الجهد اللازم في مجالات الحياة المختلفة للنهوض بمجتمعاتهم.

ويحتاج ذلك كله لتصحيح المسارات السلوكية الخاطئة التي تحول دون قدرة الفرد على الاندماج في مجتمعه والتي تنعكس سلبا على نظرته لذاته. اذ يعد تقدير

الذات حاجة أساسية لدى الفرد سواء كان مبصرا أو مكفوفاً فهي بمثابة القوة الدافعة له نحو تأكيد ذاته وتحقيق إمكاناته ويعتبر مفتاح الشخصية السوية وطريق الوصول إلى النجاح في كثير من المجالات، جاءت هذه الدراسة لتوضيح مدى فاعلية برنامج إرشادي في تنمية تقدير الذات لدى المعاقين بصريا بمدرسة المكفوفين.

1- إشكالية الدراسة:

تسعى وزارة التربية والتعليم بشكل عام إلى مساعدة التلاميذ غير المبصرين في تنمية قدراتهم إلى أقصى حد ممكن في جميع المجالات، فهي تعتبرها ضرورة للنمو وللصحة النفسية والعقلية وتعتبرها من أهم مظاهر النمو النفسي والاجتماعي، والتي أشارت إليها معظم نتائج الدراسات منها دراسة (AIZyoudi,2007) إلى أنه يوجد بعض الضعف لدى المراهقين من ذوي الإعاقة البصرية في مفهوم الذات، بذلك يتضح أنه لا بد أن يكون هناك تطوير في مفهوم الذات الايجابي لكلا الجنسين في جميع الجوانب ، كما أوضحت نتائج دراسة (Huurre,Komulainen&Aro,1999) أن العلاقات مع الأفراد والأصدقاء ساهمت في رفع تقدير الذات لدى المراهقين الذين يعانون من المشكلات البصرية، حيث كلما زاد تقدير الذات عند المعاقين بصريا زادت قدرتهم على معرفة ذاتهم مما يساهم في تحسين الصحة النفسية والعقلية لديهم والعكس صحيح، وبناء على ما تقدم تم بناء برنامج إرشادي في تنمية تقدير الذات لدى المعاقين بصريا بمدرسة المكفوفين بمدينة بسكرة، والدراسة الحالية تحاول الإجابة عن التساؤل العام التالي:

- التساؤل العام:

✓ هل يساهم البرنامج الإرشادي في تنمية تقدير الذات لدى المعاقين بصريا بمدرسة المكفوفين؟

- وينبثق عن هذا التساؤل مجموعة من التساؤلات الفرعية هي:

✓ هل يساهم البرنامج الإرشادي في تنمية البعد العقلي لدى المعاقين بصريا بمدرسة المكفوفين؟ .

✓ هل يساهم البرنامج الارشادي في تنمية البعد الجسمي لدى المعاقين بصريا
بمدرسة المكفوفين؟

✓ هل يساهم البرنامج الارشادي في تنمية البعد الانفعالي لدى المعاقين بصريا
بمدرسة المكفوفين؟

✓ هل يساهم البرنامج الارشادي في تنمية البعد الاجتماعي لدى المعاقين
بصريا بمدرسة المكفوفين؟

✓ هل يساهم البرنامج الارشادي في تنمية البعد الأخلاقي لدى المعاقين بصريا
بمدرسة المكفوفين؟

2-فرضيات الدراسة:

الفرضية العامة:

يساهم البرنامج الارشادي في تنمية تقدير الذات لدى المعاقين بصريا بمدرسة
المكفوفين.

الفرضيات الفرعية:

✓ يساهم البرنامج الارشادي في تنمية البعد العقلي لدى المعاقين بصريا
بمدرسة المكفوفين.

✓ يساهم البرنامج الارشادي في تنمية البعد الجسمي لدى المعاقين بصريا
بمدرسة المكفوفين.

✓ يساهم البرنامج الارشادي في تنمية البعد الانفعالي لدى المعاقين بصريا
بمدرسة المكفوفين.

✓ يساهم البرنامج الارشادي في تنمية البعد الاجتماعي لدى المعاقين بصريا
بمدرسة المكفوفين.

✓ يساهم البرنامج الارشادي في تنمية البعد الاخلاقي لدى المعاقين بصريا بمدرسة
المكفوفين.

3-أهمية الدراسة: تكمن أهمية الدراسة في الجوانب التالية:

✓ مساهمة هذه الدراسة في اثراء جانب مهم من مجالات الدراسات النفسية وهو فاعلية برنامج ارشادي في تنمية تقدير الذات لدى المعاقين بصريا بمدرسة المكفوفين.

✓ مساهمة البرنامج الإرشادي في اكساب المعاقين بصريا الشعور بالرضا والسعادة وتحقيق التوافق النفسي والصحة النفسية.

✓ يعطي البحث مجالا من مجالات التي تليق الاهتمام الكافي من الباحثين الجزائريين في مجال الإرشاد النفسي للمعاقين بصريا.

4-أهداف الدراسة: يهدف البحث الحالي إلى اعداد برنامج ارشادي لتنمية تقدير الذات للمعاقين بصريا ويتمثل في:

✓ مساعدة المعاقين بصريا في تنمية تقدير الذات لديهم من خلال وسائل وأنشطة البرنامج.

✓ معرفة مدى فعالية ونجاح البرنامج الارشادي المطبق في تنمية تقدير الذات لدى فئة المعاقين بصريا.

5-تحديد المفاهيم:

5-1-البرنامج الإرشادي: هو مجموعة من الخطوات المنظمة التي ترمي لتحقيق الهدف من البرنامج وهو مساعدة المعاقين بصريا في تنمية تقدير الذات لديهم محدد بأنشطة ووسائل التقويم.

5-2-تقدير الذات: هو الدرجة التي يحصل عليها أفراد العينة وفق مقياس تقدير الذات (سالمة راشد سالم الحجري 2010) المستخدم في الدراسة.

5-3-التلميذ الكفيف: هم التلاميذ المتواجدون في مدرسة المكفوفين، الذين يدرسون في الطور الابتدائي ويعانون من فقد القدرة الكلية على الإبصار التي تحدد قدرة إبصارهم حوالي 60/3 ويعني هذا لا يستطيع رؤية ما يراه الإنسان السليم عن مسافة 60 متر إلا إذا قرب 3 أمتارهم.

أولا: الإطار النظري:

1-تقدير الذات:

1-1- مفهوم الذات: هي الشعور والوعي بكيونة الفرد وتتكون كنتيجة للتفاعل مع البيئة، تسعى للتوافق والثبات وتنمو نتيجة للنضج والتعلم (خليل المعاينة، 2007: 82).

1-2- مفهوم تقدير الذات: يعرف تقدير الذات بأنه: "التقويم العام لدى الفرد لذاته في كليتها وخصائصها العقلية والاجتماعية والانفعالية والأخلاقية والجسدية وينعكس هذا التقويم على ثقته وشعوره نحوها وفكرته عن مدى أهميتها وجدارتها وتوقعاته كما يبدو ذلك في مختلف حياته التي يتفاعل فيها مع نفسه ومحيطه " (هناء علي صالح المومني، 2006: ص 06).

يعرفها كوبر سميث(1981): بأنها تقييم يضعه الفرد لنفسه وبنفسه، هكذا يكون تقدير الذات بمثابة خبرة ذاتية ينقلها الفرد الى الآخرين باستخدام الأساليب التعبيرية المختلفة (مصطفى نور القمش، 2006: 21).

1-3- مكونات تقدير الذات:

□ الجانب الجسدي: يتضمن مظهرين وهما:

✓ النمو الفسيولوجي: وهي التغيرات التي تحدث في الاجهزة الداخلية للفرد كالتغيرات في إفرازات الغدد الصماء مثلاً.

✓ النمو العضوي: ويتمثل في نمو الأبعاد الخارجية كالطول والوزن والتغير في ملامح الوجه وغيرها من المظاهر التي تصاحب عملية النمو عند الفرد.

✓ الجانب العقلي: ويشير إلى النواحي الثقافية والمعرفية ويتضمن المظاهر السلوكية التي تتطلب قدرات عقلية، وكلما قرب فكرة الفرد عن قدرته العقلية من الواقع كلما مكنه ذلك من تحقيق تكيف ايجابي مع ذاته ومع محيطه كما يسهم في وضع أهداف مثقفة مع امكاناته وبالتالي تحقيق النجاح والتقدم أما إذا بالغ في تقييم ذاته فانه يقابل بكثير من المعوقات التي تؤدي به الى الفشل وبذلك فإنه يعوق نفسه

بنفسه عن امكانية تحقيق ما يمكن تحقيقه وبحيط نفسه بمفهوم سالب للذات يقوده ويعوقه.

□ **الجانب الاجتماعي:** هو الكيفية التي يدرك بها الفرد ذاته كفرد يقوم بعلاقات اجتماعية في المواقف الاجتماعية المختلفة، فيتضمن علاقات الفرد مع الآخرين ومكانته لديهم ومكانتهم لديه، والصورة التي يعتقد الفرد أن الآخرين يرونه عليها، حيث أن التفاعل الاجتماعي السليم والعلاقات الاجتماعية الناضجة تعزز الفكرة السليمة عن الذات وبذلك يزيد تفاعله الاجتماعي ويزيد بذلك تقديره لذاته.

□ **الجانب الاخلاقي:** يعني إدراك الفرد الالتزام بالمثل والقيم والمبادئ والأخلاقيات النابعة من الدين والثقافة، مما يعكس ذلك في زيادة تقدير الذات الفرد لذاته.

□ **ثقة الفرد لنفسه:** تتكون الثقة بالنفس كما أوضحها (ال مساعد2004) من خلال إعطاء الفرد فرصا كافية للخبرة والتجريب، لأنه مع الوقت يدرك أن حل المشاكل يحتاج الى الكثير من المحاولة والخطأ، وان توقعات النجاح قريبة من توقعات الفشل، كما أن تفاعل الفرد مع غيره من الجماعات المحيطة به تفاعلا ايجابيا يؤدي الى الثقة بالنفس وتأكيد الذات ومحاولته اشعار الآخرين بأهميته كفرد له كيان مستقل.

1-4-قياس تقدير الذات:

من أكثر الأساليب الشائعة في قياس تقدير الذات هي الاستبانات وقوائم الشطب التي تعتمد على تقدير الفرد لذاته، وحتى نحصل على نتائج أدق أو التأكد من النتائج التي حصل عليها الفرد يمكن اجراء مراقبة مباشرة للفرد أو اعتماد تقديرات المعلمين أو الأهل، إذ يوجد العديد من المقاييس المستخدمة لقياس تقدير الذات وتمثل في:

- مقياس تقدير الذات **لكوبر سميث** وهو مفيد للمسح داخل الغرفة الصفية لقياس تقدير الذات وبرامج تطوير الذات ويمتاز بأهمية واسعة في مجال البحث العلمي، أجريت عليه دراسات عديدة، وتوفرت معلومات كافية عن صدقه وثباته.

يستخدم للقياس القاعدي قبل مشاركة الطلبة في برنامج تحسين تقدير الذات وبعد انتهاء البرنامج.

- المقاييس الثقافية الحرة لتقدير الذات للأطفال والبالغين لـ باتل وعددهما اثنان الأول للصغار من الصف الثالث إلى التاسع والآخر للبالغين ويقيسان مدى إدراك الفرد لذاته.

- مقياس بيرس هاريس لمفهوم الذات لدى الأطفال وهو ملائم للتشخيص العيادي لتقدير الذات وهي: السلوك، المظهر العام، الانفعال، السعادة، الرضا، والوضع الأكاديمي والعقلي.

- مقياس تقدير الذات لـ روزنبرج يختص بتقدير الفرد لذاته، يمتاز بأنه مختصر ويقاس تقدير الذات الكلي ويستعمل للكبار.

- مقياس تقدير الذات لـ تنيسي ويستعمل مع الافراد من عمر 12 سنة وأكبر ويوفر نتائج متعددة وهي تقدير الذات الكلي ونتائج لثلاث مقاييس فرعية ويستخدم لغايات التشخيص العيادي.

- مقياس تقدير الذات للسلوك الأكاديمي كوبر سميث وجلبيرتز وهو موجه للمعلم لبيان رأيه في الطفل ويقاس تقدير الذات الأكاديمي للأطفال في الروضة إلى الصف الثامن عن طريق تقدير المعلم الخ

2- تقدير الذات لدى المعاقين بصريا :

تعتمد المجتمعات في بناء حاضرها ومستقبلها على الطاقات البشرية ولكي تحقق الاستفادة من كل ما يمكن أن يقدمه الفرد من جهد في الدراسة والعمل والتفكير الخلاق للنهوض بالوطن يحتاج ذلك كله إلى تصحيح المسارات السلوكية للأفراد، والاهتمام بسلوك الفرد وجوانب شخصيته منذ مراحل حياته الأولى، ولا بد أن تقدم له الرعاية المتكاملة لتشمل جميع جوانب شخصيته الجسمية والعقلية والانفعالية والاجتماعية والأخلاقية، وبذلك يحصل المجتمع على الأشخاص القادرين على تحقيق النجاح والتقدم بشكل عام ولأنفسهم بشكل خاص. حيث أن محاولات الفرد في معرفة ذاته وتحديد

معالمها تبدأ بشكل ملح في مرحلة المراهقة وتستمر كذلك طوال حياته تبعاً لما قد يحل عليه أو على البيئة من حوله من تغير أو تعديل (وهيبي 1999)، يعرف ستونلي (Stonley) المشار إليه في (زبيدة 2007) أن المراهقة هي مولد جديد للفرد وهي فترة عواصف وتوتر للفرد.

ويصف إريكسون (Erikson) المشار إليه في يسف (1993) مرحلة المراهقة بأنها فترة أزمة الهوية حيث يكافح المراهق من أجل الإحساس باستقرار الذات، وهي من أهم فترات الحياة وأن الصحة الجسدية والنفسية للفرد تتوقف على اجتيازه لفترة المراهقة بأمان واطمئنان، والتي تشهد بتغيرات نفسية وعقلية وعاطفية عميقة الأثر، وأشار (واطسون 2004) أن اهتمام الفرد يكون بنظرة الآخرين له بغض النظر عن رؤيته لنفسه وأكد (يعقوب 1992) إن من أهم المطالب الأساسية للمراهق الحاجة إلى تأكيد ذاته، ويرى روجرز (Rogers) المشار إليه في (الزغبى 2005) أنه إذا أخفق المراهق في تقديره لذاته بصورة ايجابية فتقدير الذات لبنة أساسية يجب أن يقوم عليها البناء النفسي لشخصية المراهق فهي تعتبر إحدى المهمات النمائية الأساسية للمراهق لسعيه الدائم لإيجاد ذاته .

ثانياً: البرامج الإرشادية:

1-2-تعريف البرنامج الإرشادي: هو مجموعة من الخطوات المحددة والمنظمة تستند في أساسها على نظريات وفنيات ومبادئ الإرشاد النفسي وتتضمن مجموعة من المعلومات والخبرات والمهارات والأنشطة المختلفة والتي تقدم للأفراد خلال فترة زمنية محددة بهدف مساعدتهم في تعديل سلوكيات ومهارات جديدة تؤدي بهم إلى تحقيق التوافق النفسي وتساعدهم في التغلب على المشكلات التي يعانونها في معترك الحياة (حسين، 2004، 283).

2-2-الأسس التي تقوم عليها البرامج الإرشادية:

2-2-1-الأسس العامة (المسلمات والمبادئ):

✓ مراعاة ثبات ومرونة السلوك الانساني وامكانية التنبؤ به وقابليته للتعديل والتغير.

✓ احترام حق الفرد في التوجيه والارشاد، وفي تقرير مصيره.

✓ تشجيع استمرارية المسترشد في عملية التوجيه والارشاد النفسي.

✓ الاهتمام بالسلوك الانساني سواء كان فرديا أو جماعيا (حامد الزهران، 1994، 303)

2-2-2-2-2 الأسس الفلسفية: تتعلق الأسس الفلسفية بطبيعة الإنسان وأخلاقيات الإرشاد النفسي، وقد لخصها كارلتون بيك / Carltone Beek فيما يلي :
✓ الاهتمام بالفرد واحترام ذاته والتأكد على كرامته وقيمه، والاهتمام بتحقيق أقصى ما يمكن من نمو لإمكانياته، وتحقيق حاجاته وتحرير ارادته، وتنمية خبراته واتجاهاته (صباح باقر وآخرون، 1988، 22).

✓ مراعاة اخلاقيات الارشاد النفسي المتمثلة في: العلم، الخبرة، الترخيص، سرية المعلومات، العلاقات المهنية، العمل المخلص، العمل كفريق، واحترام اختصاص الزملاء، والاستشارة المتبادلة، الاحالة، كرامة المهنة (حامد الزهران، 1994، 303).

2-2-3-2-2 الأسس النفسية والتربوية:

✓ مراعاة الفروق الفردية بين الافراد وبين الجنسين فسيولوجيا وجسميا وعقليا واجتماعيا وانفعاليا (مواهب عياد، 1998، 24).

✓ مراعاة خصائص النمو في كل مرحلة عمرية من حيث أهمية تحقيقها وخطورة عدم تحقيقها في مراحل النمو المتتالية (حامد الزهران، 1994، 304).

✓ اشباع الحاجات النفسية والاجتماعية للفرد (رشاد موسى ومحمد محمود، 2000، 110).

2-2-4-2-2 الأسس الاجتماعية: تتعلق الأسس الاجتماعية بالفرد والجماعة ومصادر المجتمع وهي كما يلي:

✓ الاهتمام بالفرد كعضو في جماعة يتأثر بها.

✓ تعريف الفرد (التلميذ) بالحياة الاجتماعية المحيطة به، وكيف يتعامل معها من خلال اقامة علاقات اجتماعية مصغرة داخل المدرسة (حامد الزهران، 1994، 304).

2-2-5- الأسس الدينية: يعتبر الدين ركنا أساسيا في الإرشاد النفسي بجميع مجالاته، والنمو السوي يتضمن النمو الديني وتحقيق الصحة النفسية وان القيم الدينية والخلفية تمثل معايير مقدسة للسلوك الانساني كما ان احترام المسترشد للقيم الدينية والخلفية يؤدي إلى نجاح عملية الإرشاد واستمرارها (سليمة سايحي، 2004، 26)

2-2-6- الأسس العصبية والفسولوجية: تتعلق الأسس العصبية والفسولوجية بالجهاز العصبي والحواس وأجهزة الجسم الاخرى وهي كما يلي:
✓ مراعاة التأثير بين الناحية الجسمية والناحية النفسية عن طريق تأكد المرشد من قيام الجسم بجميع وظائفه، وخلو من الامراض الجسمية والعضوية التي تؤثر على الناحية النفسية باعتبار الانسان يسلك من محيطه البيئي كوحدة نفسية وجسمية (سليمة سايحي، 2004، 27)

✓ مراعاة تأثير التغيرات النفسية والجسمية والفسولوجية التي تحدث في كل مرحلة عمرية (رشاد موسى ومحمد محمود، 2000، 110).

✓ تأكد المرشد من سلامة الحواس، لأنها تعتبر المرصد اساسيا للجهاز العصبي (سليمة سايحي، 2004، 28).

3-خطوات تخطيط البرامج الارشادية:

✓ الاطلاع على الدراسات والكتابات النظرية ذات العلاقة بموضوع الدراسة.

✓ الاطلاع على بعض البرامج التدريبية التي صممت لتنمية تقدير الذات.

✓ التعرف على خصائص العينة ومدى حاجتهم لهذا البرنامج.

✓ تحديد أهداف البرنامج وصياغتها.

✓ تحديد وسائل وطرق تحقيق الاهداف.

- ✓ تحديد الامكانيات.
- ✓ تحديد ميزانية البرنامج.
- ✓ تحديد الخدمات.
- ✓ تحديد الخطوات العريضة لتنفيذ البرنامج.
- ✓ تحديد اجراءات تقييم البرنامج بهدف التقييم.
- ✓ اتخاذ الاحتياطات لمقابلة المشكلات التي قد تطرأ.
- ✓ تحيد الهيكل الاداري لتنظيم البرنامج والاشراف عليه.
- ✓ تحديد خصائص المسترشدين.

4- طرق البرامج الإرشادية: تتعدد طرق الارشاد النفسي بتعدد مجالاته وأطره النظرية، فهي كثيرة وسوف نركز على طريقتين لأهميتهما في هذه الدراسة وتتمثلان في طريقة الارشاد الجماعي وطريقة الإرشاد الفردي على النحو التالي :

- الارشاد الجماعي

- الارشاد الفردي

الجانب التطبيقي:

أولاً: تناول المنهجي:

1- المنهج المتبع: هو مجموعة القواعد والأسس العلمية التي يضمها الباحث من أجل الوصول إلى الحقيقة، حيث يقول رجاء محمود أبو علام: " بأن المنهج هو التصميم أو الخطة التي يضعها الباحث للحصول على البيانات وتحليلها بغرض الوقوف على طبيعة مشكلة من المشكلات " (رجاء ابو محمود علام، 2004، 4) وعليه فان اختيار المنهج الصحيح لكل مشكلة يعتمد أولاً، وأخيراً على طبيعة المشكلة نفسها واستجابة لموضوع الدراسة، تم استخدام المنهج شبه تجريبي في هذا البحث بتصميم المجموعتين التجريبية والضابطة وذلك لتحديد:

المجموعة	القياس القبلي (O1)	البرنامج الارشادي	القياس البعدي (O2)	قياس المتابعة (O3)
التجريبية	O1	X	O2	O3
الضابطة	O1	لا توجد معالجة	O2	O3

2-مجتمع وعينة الدراسة: تكون مجتمع الدراسة الأصلي من 20 تلميذ كفيف الموجودون بالمدرسة التربوية الخاصة من الطور للابتدائي بمدينة بسكرة وتم اختيار العينة من عمر (14-20) سنة من ذكور واثاث وذلك لتوفر الفئة المستهدفة للبحث فيها .

3-العينة والمعاينة: تم تقسيم العينة الى مجموعتين متساويتين : 10 عينة تجريبية و10عينة ضابطة بطريقة قصدية والجدول التالي يوضح ذلك:

المجموعة	العدد	الذكور	الاناث
التجريبية	10	4	6
الضابطة	10	5	5
المجموع	20	9	11

4-حدود الدراسة: أجريت الدراسة الميدانية لموضوع " فاعلية برنامج إرشادي في تنمية تقدير الذات لدى المعاقين بصريا بمدرسة المكفوفين " بمدينة بسكرة.

4-1-المجال المكاني: مدرسة صغار المكفوفين متواجدة بحي شارع حكيم سعدان ببسكرة حيث نشأت مدرسة الأطفال المعوقين بصريا بمقتضى مرسوم الإنشاء رقم: 59/80 المؤرخ في: 08/03/1980، تاريخ بداية النشاط: 01/10/1976، قدرة الاستيعاب تقدر بـ: 100تلميذ، أما القدرة الاستيعاب الحقيقة: 76تلميذ، كما تحتوي على 13 قسم ومرقدين للذكور والاناث ومطعم وعيادة طبية و 4 قاعات النشاط وملعب، فيما أطوار التعليم: من الطور الأول إلى الطور الخامس.

التأطير البيداغوجي: أستاذ التعليم المختص: (08)، مستشار تربوي: (01)،
أخصائيين نفسانيين: (03) معلم التعليم المختص: (12)، مراقب عام: (01)،
منسق الدراسات: (01).

4-2-المجال الزمني للدراسة: تم تحديد المجال الوقي 2014./01/21

4-3-المجال البشري للدراسة: تتكون عينة الدراسة من تلاميذ المرحلة الابتدائية
بالمدرسة التربوية الخاصة لفئة المكفوفين في الطورين الابتدائي بولاية بسكرة.

5-أداة الدراسة:

5-1-مقياس تقدير الذات: تم إعداد المقياس من طرف الباحثة سالمة راشد سالم
الحجري 2010 ويهدف إلى قياس درجات تقدير الذات 13-20 سنة وهو مكون من
(67) عبارة موزعة على (05) محاور موضحة كالتالي:

✓ البعد العقلي

✓ البعد الجسمي

✓ البعد الانفعالي

✓ البعد الاجتماعي

✓ البعد الاخلاقي

5-2-البرنامج الإرشادي: تصميم برنامج تقدير الذات لدى المعاقين بصريا الملحق
رقم (01).

6-أساليب المعالجة الإحصائية: تم الاستعانة في المعالجة الإحصائية للبيانات
بنظام (SPSS)، حيث تم استخدام الأدوات الإحصائية التالية: المتوسط الحسابي،
الانحراف المعياري، t. Test

ثانيا: تفسير وتحليل النتائج على ضوء الفرضيات:

هدف البحث الحالي إلى معرفة فاعلية برنامج إرشادي في تنمية تقدير الذات لدى
المعاقين بصريا في مدينة بسكرة وللتحقق من شرط تكافؤ المجموعتين التجريبية
والضابطة في درجات تقدير الذات على القياس القبلي (قبل تطبيق البرنامج

الإرشادي)، تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات تقدير الذات لدى أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة قبل تطبيق البرنامج الإرشادي والجدول رقم (01) يوضح نتائج ذلك:

الجدول رقم (01) يوضح الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في البعد العقلي								
القرار	مستوى الدلالة	T	درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	N	المجموعات	البعد العقلي
دال عند	00,00	37,415	18	2,31181	21,7000	10	الضابطة	العقلي
0.01				1,33749	53,3000	10	التجريبية	

الدلالة الإحصائية عند $\alpha = 0.01$

من خلال النتائج المعروضة في الجدول أعلاه، والخاصة بالفرضية الجزئية الأولى ، وباستخدام اختبار T لقياس الفروق بين نتائج المجموعتين الضابطة والتجريبية لتطبيق البعد العقلي الخاص بمقياس تقدير الذات ، نجد أن قيمة $T=37,41$ عند $(df=18)$ و مستوى الدلالة $\alpha= 0.01$ ، أي توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة $\alpha= 0.01$ ، لصالح المجموعة التجريبية أي أن هناك تحسن في المتوسطات الحسابية بعد تطبيق البعد العقلي يقدر بـ 53,30. أما الانحراف المعياري فقدّر بـ 1.33 ، أي أن هذه الفروق الإيجابية ليست نتيجة صدفة وإنما نقصد بها النواحي الثقافية والمعرفية التي تتضمن المظاهر السلوكية التي تتطلب قدرات عقلية ، وكلما قرب فكرة الفرد عن قدرته العقلية من الواقع كلما مكنه ذلك من تحقيق تكيف إيجابي مع ذاته ومع محيطه كما يسهم في وضع أهداف مثقفة مع إمكاناته وبالتالي تحقيق النجاح والتقدم ، أما إذا بالغ في تقييم ذاته فإنه يقابل بكثير من المعوقات التي تؤدي به إلى الفشل وبذلك فإنه يعوق نفسه بنفسه عن إمكانية تحقيق ما يمكن تحقيقه ويحيط نفسه بمفهوم سالب للذات يقيد ويعوقه.

الجدول رقم (02) يوضح الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في البعد الجسمي

القرار	مستوى الدلالة	t	درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	N	المجموعات
دال عند 0.01	0,0000	- 23,202	18	3,19896	29,7000	10	الضابطة
				2,71825	60,5000	10	التجريبية

إن البيانات المحصل عليها من عرض نتائج الجدول اعلاه، الخاصة بالفرضية الجزئية الثانية ، باستخدام اختبار T لقياس الفروق من المجموعتين الضابطة والتجريبية لتطبيق البعد الجسمي الخاص بدرجات تقدير الذات على عينة الدراسة ، تبين لنا قيمة $T = -23,2$ ، عند دلالة إحصائية $\alpha = 0.01$ ، وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج عند مستوى الدلالة $\alpha = 0.01$ ، لصالح المجموعة التجريبية ، أي هناك تحسن واضح للمتوسطات الحسابية قدر ب: 60,50 ، بعد تطبيق البعد الجسمي ، أما الانحراف المعياري و قدر ب: 2,71، أي أن هذه الفروق الإيجابية ليست نتيجة صدفة، وإنما نقصد بها التغيرات التي تحدث في الاجهزة الداخلية للفرد كالتغيرات في إفرازات الغدد الصماء وغدة الجنس وكذا الابعاد الخارجية كالطول والوزن والتغير في ملامح الوجه وغيرها من المظاهر التي تصاحب عملية النمو عند الفرد.

. الجدول رقم (03):

القرار	مستوى الدلالة	T	درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	N	المجموعات
دال عند 0.01	0,0000	- 20,166	18	1,85293	30,1000	10	الضابطة
				4,62961	61,9000	10	التجريبية

من البيانات المحصل عليها لعرض نتائج الجدول اعلاه، الخاصة بالفرضية الجزئية الثالثة، وباستخدام اختبار T لقياس الفروق بين المجموعتين لتطبيق البعد الانفعالي الخاص بالتقويم والتدريب على الفهم وتنمية الذات والتحكم فيها عند عينة الدراسة، تبين لنا أن قيمة:

$T=-20,166$ ، عند الدلالة الإحصائية الثنائية $\alpha=0.01$ ، وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج عند مستوى الدلالة $\alpha=0.01$ ، لصالح المجموعة التجريبية أي التحسن كان ملموسا في نتائج القياس البعدي.

وكان الفرق بين المتوسطين الحسابيين يقدر ب : 61.9 أي الفرق أو قيمة التحسن في نتائج مقياس التقدير .كما قدر الانحراف المعياري ب : 4,62961 أي أن الفروق الإيجابية المتحصل عليها، لم تكن نتيجة الصدفة، وإنما نتيجة مساهمة تدريبات وتنمية ذواتهم والتحكم فيها.

الجدول رقم (04):

الجدول رقم (04) يوضح الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في البعد الاجتماعي							
القرار	مستوى الدلالة	T	درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	N	المجموعات
دال عند 0.01	00,00	- 23,64 6	18	2,84605	26,9000	10	الضابطة التجريبية
				1,70294	51,7000	10	التجريبية

من البيانات المحصل عليها لعرض نتائج الجدول اعلاه، الخاصة بالفرضية الجزئية الرابعة، وباستخدام اختبار T لقياس الفروق بين المجموعتين لتطبيق البعد الاجتماعي الخاص بالتقويم والتدريب على الفهم وتنمية الذات والتحكم فيها عند عينة الدراسة، تبين لنا أن قيمة:

$T=-23,646$ ، عند الدلالة الإحصائية الثنائية $\alpha=0.01$ ، وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج عند مستوى الدلالة $\alpha=0.01$ ، لصالح المجموعة التجريبية أي التحسن كان ملموسا في نتائج القياس البعدي و كان المتوسط الحسابي قدر

ب: 51,70 أي الفرق أو قيمة التحسن في نتائج مقياس التقدير. كما قدر الانحراف المعياري ب: 1,70، أي أن الفروق الإيجابية المتحصل عليها لم تكن نتيجة الصدفة، وإنما نتيجة مساهمة في الكيفية التي يدرك بها الفرد ذاته كفرد يقوم بعلاقات اجتماعية في المواقف الاجتماعية المختلفة.

فيتضمن علاقات الفرد مع الآخرين ومكانته لديهم ومكانتهم لديه والصورة التي يعتقد الفرد أن الآخرين يرونه عليها، حيث أن التفاعل الاجتماعي السليم والعلاقات الاجتماعية الناضجة تعزز الفكرة السليمة عن الذات وبذلك يزيد تفاعله الاجتماعي ويزيد بذلك تقدير الفرد لذاته .

وهذا ما جاءت متسقة مع دراسة 2001/Knight هدفت الى معرفة كيف تؤثر الإعاقة البصرية في نظام الدعم الاجتماعي وآثر ذلك في تقدير الذات، تكونت عينة الدراسة من 21 ومعاق بصريا وضعاف البصر المراهقين 15 طالبة و6 طلاب اعمارهم بين 18 فما فوق واستخدم الباحث مقياس روزنبرج لقياس تقدير الذات.

وقد تم عمل الاستبيان عن طريق الشريط السمعي، وأشارت النتائج إلى ارتفاع في مستوى تقدير الذات لصالح الإناث، وقد حصل الذكور على مستوى أعلى في العزلة الاجتماعية من الإناث، ومن النتائج أيضا حصول الذكور على مستوى أعلى في العزلة العاطفية من الإناث.

الجدول رقم (05):

الجدول رقم (05) يوضح الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في البعد الاخلاقي								
القرار	مستوى الدلالة	T	درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	N	المجموعات	
دال عند	,00 00	- 24,27 2	18	1,68655	25,2000	10	الضابطة	البعد الأخلاقي
0.01				2,71006	49,7000	10	التجريبية	

من البيانات المحصل عليها لعرض نتائج الجدول اعلاه، الخاصة بالفرضية الجزئية الخامسة، وباستخدام اختبار T لقياس الفروق بين المجموعتين لتطبيق البعد الاخلاقي الخاص بتنمية الذات والتحكم فيها عند عينة الدراسة، تبين لنا أن قيمة: $T=-24,27$ ، عند الدلالة الإحصائية الثنائية $\alpha=0,01$ ، وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين النتائج عند مستوى الدلالة $\alpha=0,01$ ، لصالح المجموعة التجريبية أي التحسن كان ملموسا في نتائج القياس البعدي و كان المتوسط الحسابي = 49,70 أي الفرق أو قيمة التحسن في نتائج درجات مقياس تقدير الذات. كما قدر الانحراف المعياري ب: 2,710، أي أن الفروق الإيجابية المتحصل عليها، لم تكن نتيجة الصدفة، وإنما نتيجة يعني إدراك الفرد الالتزام بالمثل والقيم والمبادئ والأخلاقيات النابعة من الدين والثقافة، مما يعكس ذلك في زيادة تقدير الذات الفرد لذاته.

2-الاستنتاج العام:

من خلال تحليل البيانات إحصائيا واختبار الفروض الجزئية والتعليق الإحصائي أظهرت نتائج هذه الدراسة باختصار: ان البرنامج الإرشادي له فاعلية في تنمية تقدير الذات لدى المعاقين بصريا المتواجدين بمدرسة طه حسين المتواجدة بحي حكيم سعدان ببسكرة، حيث ساهم البرنامج ارشادي في تنمية البعد العقلي والجسمي والانفعالي والاجتماعي وكذا الاخلاقي مما ادى الى تحسين وتغيير نظرتهم للحياة بطريقة ايجابية من خلال هذا البرنامج الارشادي

3-الاقتراحات والتوصيات:

- ✓ الإفادة من البرنامج الإرشادي في الجمعيات والمراكز التي تعنى وتهتم بالمعاقين بصريا لزيادة تقدير الذات لديهم.
- ✓ ضرورة الاهتمام بالتلاميذ المعاقين بصريا من خلال زيادة عدد المدارس التربوية الخاصة في كل منطقة في الجزائر.

✓ الاهتمام بتوفير الخدمات النفسية والتربوية للمعاقين بصريا للنهوض بالمستويين النفسي والتربوي ولتسهيل أمورهم التعليمية.

✓ عقد دورات تدريبية وورش عمل لتطوير مهارات التلاميذ المعاقين، ولتسهيل دمجمهم وتفاعلهم في المجتمع.

✓ عقد دورات تدريبية وورش عمل لتطوير مهارات الأهل في مجال تقدير الذات لدعم تقدير الذات الإيجابي لدى أبنائهم.

✓ تشجيع المدارس في تنمية تقدير الذات لدى الطلبة وخاصة في المراحل الأولى من التعليم، وذلك من خلال المقررات الدراسية المختلفة والأنشطة المدرسية المتعددة.

✓ عقد دورات تدريبية وورش عمل لتطوير مهارات المعلمين والمهنيين العاملين مع التلاميذ ذوي الاحتياجات الخاصة في مجال تقدير الذات لدعم نجاح تلاميذهم .

قائمة المراجع:

1. رجاء ابو محمود علام(2004): مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية، ط4، دار النشر للجامعات، مصر (القاهرة).
2. فاروق الروسان(2006): أساليب القياس والتشخيص في التربية الخاصة، ط2، دار الفكر للنشر والتوزيع، الاردن (عمان).
3. سليمان عبد الواحد يوسف، 2010: سيكولوجية ذوي الإعاقة الحسية، ط1، ايتراك للطباعة والنشر والتوزيع، مصر (القاهرة).
4. خليل المعاينة، 2007: سيكولوجية الاطفال ذوي الاحتياجات الخاصة (مقدمة في التربية الخاصة)، دار المسيرة للنشر والتوزيع، الاردن.
5. مصطفى نور القمش، 2006: الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة: أساسيات التربية الخاصة، دار المسيرة للنشر والتوزيع، الاردن (عمان).
6. حامد الزهران، 1994: التوجيه والإرشاد النفسي (نظرة شاملة)، مجلة الإرشاد النفسي جامعة عين شمس، ال عدد2، ص ص 297-348.
7. صباح باقر وآخرون، 1988: المشكلات الإرشادية، بغداد، مطبعة دار السلام للنشر والتوزيع.

8. رشاد موسى ومحمد محمود، 2000: العلاج الديني للأمراض النفسية وأثر الدعاء كأسلوب إرشادي نفسي في تخفيف بعض الاضطرابات السيكوسوماتية لدى عينة من طالبات الجامعة الملتنمة وغير الملتنمات دينيا، ط1، القاهرة، الفاروق الحديثة للطباعة والنشر.
9. سليمة سايحي (2004/2003): فاعلية برنامج ارشادي لخفض مستوى قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي، جامعة ورقلة، تخصص علم النفس المدرسي.
10. المومني، هناء علي صالح: (2006)تقدير الذات وعلاقته بالمستوى التعليمي والعمر وطريقة التنقل والحركة لدى المعاقين بصريا .رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة عمان الربية للدراسات العليا.
11. الأشرم، رضا إبراهيم محمد (2008) صورة الجسم وعلاقتها بتقدير الذات لذوي الإعاقة البصرية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الزقازيق.

البرنامج الإرشادي: (الملحق رقم 01)

الجلسات الإرشادية لتنمية تقدير الذات:

الجلسات التمهيدية (ما قبل البرنامج الإرشادي):

اليوم: الاحد 2013/11/11

- الهدف العام من الجلسة: تطبيق المجموعتين التجريبتين والضابطة للقياس القبلي
- تهيئة أعضاء المجموعة الإرشادية (التجريبية) للمشاركة في البرنامج الإرشادي
- الهدف (1): أن يجيب أعضاء المجموعة التجريبية والضابطة على المقياس تقدير الذات بصدق وموضوعية.
- الاساليب الإرشادية: المناقشة والحوار.
- الادوات: مقياس تقدير الذات
- اجراءات التنفيذ: رحبت المرشدة بأفراد العينة وشكرتهم على الحضور ، ثم عرفت بنفسها حيث قالت : أنا صديقي نوال طالبة ماجستير تربية خاصة في جامعة الجزائر-2- ببوزريعة قامت بعد ذلك بقراءة ارشادات المشاركة في البرنامج الإرشادي لأجراء القياس القبلي بالطريقة الشفوية وبشكل منفرد لكل عضو ، وتم بعد ذلك تقسيمهم على 4 أيام بواقع 7-8 تلاميذ في اليوم الواحد وتم ابلاغ كل مجموعة باليوم التي سيتواجد فيه وفي اليوم الخامس طلبت منهم التواجد لتقسيمهم الى مجموعتين متساويتين تجريبية وضابطة وتم بذلك بطريقة قصدية ، ثم قامت المرشدة بالتحقق من شرط التكافؤ بين المجموعتين في درجات تقدير الذات ، ووضحت ان المجموعة التجريبية سوف تتلقى التدريب على البرنامج الإرشادي بعكس المجموعة الضابطة التي لن تتلقى اي تدريب ، وسيتم مقابلة المجموعة الضابطة مرة اخرى لأجراء اختبار القياس البعدي
- الهدف (3.2):

1. ان يوافق اعضاء المجموعة الإرشادية موافقة شفوية على المشاركة في البرنامج الإرشادي.

2. ان يتفق اعضاء المجموعة الإرشادية مع المرشد على الوقت ومكان تنفيذ الجلسات الإرشادية.

- المدة الزمنية: 40د

- الاساليب الإرشادية: المناقشة والحوار.

- الادوات: (-)

- اجراءات التنفيذ: عرفت المرشدة اعضاء المجموعة الإرشادية في اليوم الخامس انهم بصدد مشاركة في برنامج ارشادي اذ اردوا ، وسيكسبهم هذا البرنامج مجموعة من الاساليب المعرفية والسلوكية والانفعالية التي تساعد على تحسين نمط تفكيرهم لتحسن حياتهم الحالية والمستقبلية

، علما بأنهم محتاجون لهذا البرنامج الإرشادي ، فلاحظت على أعضاء المجموعة الإرشادية التفكير في المشاركة وفي ما سوف يقدمه البرنامج من تغير ، فقامت المرشدة بتشجيعهم ، وبيان أهمية ذلك ، ثم أتاحت المرشدة فرصة للاستفسار عن البرنامج فسأل أحد الاعضاء كم مدة هذا البرنامج فأجابته المرشدة شهرين تقريبا وذلك بواقع جلستين في الاسبوع ، ثم أخذت الموافقة الشفهية للمشاركة في البرنامج الإرشادي .

الجلسة الإرشادية الأولى: التعارف

مدة الجلسة: (90د)

الهدف العام من الجلسة: أن يتم بناء العلاقة الإرشادية والتعارف بين المرشد وأعضاء المجموعة الإرشادية

الهدف (01): أن يتعرف اعضاء المجموعة الإرشادية على المرشدة وعلى بعضهم بعضا وذلك لبناء العلاقة الإرشادية

المدة الزمنية: (30د)

الاساليب الإرشادية: المناقشة والحوار + التغذية الراجعة + تمرين التعارف + التعزيز

الادوات: بطاقة التعارف

اجراءات التنفيذ: رحبت المرشدة بأعضاء المجموعة الإرشادية والقت التحية عليهم، وشكرتهم على مشاركتهم في هذا البرنامج بعدها عرفت المرشدة بنفسها (اسمها، مكان اقامتها، مهنتها، هواياتها) ثم اتاحت المرشدة الفرصة للأعضاء المجموعة الإرشادية للاستفسار عن أي سؤال، فقام أحد الاعضاء وسأل هل وجدت صعوبة في متابعة دراستك ودخولك برنامج الماجستير في جامعة الجزائر؟ فأجابته المرشدة نعم، لابد أن تواجه أي فرد صعوبة معينة في دراسته وأكثر صعوبة واجهتني في هذه الدراسة هي التنقل من والى الجامعة وبعد ذلك طلبت المرشدة من اعضاء المجموعة الإرشادية بالجلوس على شكل U مع مساعدة المرشدة لهم تغيير وضعية جلوسهم، ولتتمية التفاعل وكسر الحاجز النفسي بين اعضاء المجموعة الإرشادية قامت المرشدة بعمل تمرين التعارف الذي أضيف جو من المرح.

الهدف (02): ان يتعرف اعضاء المجموعة الإرشادية على الهدف من البرنامج الإرشادي

المدة الزمنية: (20د)

الاساليب الإرشادية: المناقشة والحوار .

الادوات: بطاقة

السلوك الجيد

اجراءات التنفيذ:

قامت المرشدة بتوضيح طبيعة البرنامج الارشادي وعرفته على انه مجموعة من الخطوات المحددة والمنظمة تستند في اساسها نظريات وفنيات ومبادئ الارشاد النفسي وتتضمن مجموعة من المعلومات والخبرات والمهارات والانشطة المختلفة والتي تقدم للأفراد خلال فترة زمنية محددة بهدف مساعدتهم في تعديل سلوكيات ومهارات جديدة تؤدي بهم الى تحقيق التوافق النفسي وتساعدهم في التغلب على صعوبات التي يعانونها في معترك الحياة ، ونطرت الباحثة الى التعريف بالبرنامج الارشادي الذي يتكون من (10) جلسة ، فسألها أحد التلاميذ كم مدة هذا البرنامج ؟ فوضحت له أنه سيطبق بواقع جلستين في الاسبوع أي حوالي شهرين، وتتراوح المدة الزمنية لكل جلسة ما بين (60-90) دقيقة، وحدثتهم عن المحاور التي سوف تتضمنها كل جلسة.

وبعد ذلك وزعت المرشدة بطاقة السلوك الجيد التي كانت بأوراق برايل، وطلبت قراءتها، وقامت بعدها المرشدة بقراءتها وتوضيحها مرة اخرى، وطلبت من أعضاء المجموعة الارشادية طرح اي استفسار او اي غموض في هذه البطاقة، ثم أكدت على ضرورة الالتزام بها، وبعدها طلبت منهم أن يوافقوا عليها بتوقيعها ببصمة الاصبع.

الهدف (03): أن يتم تحديد واجبات وحقوق كل عضو من أعضاء المجموعة الارشادية.

- المدة الزمنية: (30د)

- الاساليب الارشادية: المناقشة والحوار + واجب منزلي

- الادوات: ماذا سنتعلم؟ + بطاقة عقد الاتفاق + بطاقة تقييم الجلسة للأعضاء + بطاقة تقييم الجلسة للمرشدة.

- اجراءات التنفيذ: قامت المرشدة بتحديد واجبات وحقوق الاعضاء وذكرت لأعضاء المجموعة الارشادية بان اي عمل جماعي لا بد ان تحكمه معايير وشروط وقوانين لتجنب حدوث صراعات ومشكلات في المستقبل وقامت بتوزيع بطاقة ماذا سنتعلم؟ حيث قرأها أحد الاعضاء بطريقة برايل، ومع توضيح المرشدة للبطاقة، ومن ثمة قاموا بتوقيعها ببصمة الاصبع على بطاقة عقد الاتفاق مع ابداء رغبتهم واستعدادهم للمشاركة وعلى ان يبذلوا قصارى جهدهم للالتزام ببنود عقد الاتفاق الارشادي.

- تقييم الجلسة: قامت المرشدة وأعضاء المجموعة الإرشادية بتقييم هذه الجلسة.

الجلسة الارشادية الثانية: تقدير الذات

مدة الجلسة: (90د)

الهدف العام من الجلسة: ان يتعرف

الهدف (01): أن يتعرف أعضاء المجموعة الارشادية على مفهوم تقدير الذات وتأثيره على الاعاقة البصرية.

- الاساليب الارشادية: التغذية الراجعة + تمارين + التعزيز + المرح.
- الادوات: مجسمات + مسجل + بطاقة تقدير الذات + بطاقة التخيل " لو كنت بطلا" + بطاقة التعريف بالصفات الحميدة + بطاقة تقييم الجلسة للأعضاء + بطاقة تقييم الجلسة للمرشدة
- اجراءات التنفيذ:

رحبت المرشدة بأعضاء المجموعة الارشادية وشكرتهم على التزامهم بالحضور بالموعد، وتأكدت من أن جميع الاعضاء حاضرين، وقامت بفتح المجال للنقاش حول البرنامج الارشادي مع تقديم تغذية راجعة.

ثم قامت المرشدة بطرح عدة أسئلة في بطاقة تقدير الذات على اعضاء المجموعة الارشادية ودار النقاش بينها وبين أعضاء المجموعة الارشادية حول هذه الاسئلة ومدى المامهم بمفهوم تقدير الذات ، وبعدها تم الاتفاق على تعريف تقدير الذات المرشدة وأعضاء المجموعة الارشادية وهو التقييم العام الذي يكونه الفرد عن ذاته وانعكاس هذا التقييم على ثقته بنفسه وشعوره نحوها وفكرته عن مدى أهميتها وتقديره، وتوقعاته لها، وقامت المرشدة بتشغيل شريط مسجل به بطاقة مصادر تقدير الذات ، وقد استمع اليه أعضاء المجموعة الارشادية بإنصات بعد الاستماع الى الشريط المسجل سأل أحد أعضاء المجموعة الارشادية ماهي الصفات التي لابد ان تكون في الشخص الذي يمتلك تقدير عال ؟، أوضحت المرشدة أنها بصدد أن تذكر بعدها أجرت المرشدة تمرين بطاقة التخيل " لوكنت بطلا " شفها، واستمعت المرشدة لآراء أعضاء المجموعة الارشادية وما هي توقعاتهم في المستقبل أن يكون بطلا في مجال معين، وقامت بالإجابة عن تساؤلاتهم مع تقديم التعزيز والتغذية الراجعة، وايضا أكدت المرشدة على أهمية أن يتصف أعضاء المجموعة الارشادية ببعض الصفات الحميدة والايجابية لتساعدهم على زيادة تقديرهم لذاتهم والتي يسعى كل عضو للاتصاف بها واكتسابها وذلك بإجراء تمرين بطاقة التعريف بالصفات الحميدة على شكل مجسمات للحيوانات وتوزيعها على اعضاء المجموعة الارشادية ، حيث كلفت المرشدة أعضاء المجموعة الارشادية بأن يختار كل منهم صفة يشعر أنها تنطبق عليه أو يذكر صفة لم ترد بين تلك الصفات المذكورة سابقا على أن تكون ايجابية، ويجعل اسمه مقترنا بالصفة فيقول مثلا : جودي اجتماعي، حيدر متعاون، ويكمل بقية الاعضاء العملية بنفس الطريقة، ويردد كل عضو بالأسلوب السابق لمدة ثلاث دقائق وهكذا ...

تقييم الجلسة: قامت المرشدة وأعضاء المجموعة الإرشادية بتقييم هذه الجلسة.

الواجب المنزلي: طلبت المرشدة من أعضاء المجموعة الإرشادية الاتي: " أريد من كل واحد أن يراقب تقدير الذات الخاصة به وما رأيه في ذاته لحين الجلسة القادمة

الجلسة الإرشادية الثالثة: تقبل الاعاقة

مدة الجلسة: (70د)

الهدف العام من الجلسة: ان تتم مساعدة اعضاء المجموعة الإرشادية على تقبلهم لإعاقتهم وتقديرهم لذواتهم

الهدف (01): ان يقبل كل عضو من اعضاء المجموعة الإرشادية حقيقة انه معاق.

- الاساليب الإرشادية: التغذية الراجعة + لعب الادوار + الواجب المنزلي.

- الادوات: بطاقة قصة عليا + بطاقة قصة خليل + بطاقة تقييم الجلسة للأعضاء + بطاقة تقييم الجلسة للمرشدة

- اجراءات التنفيذ:

قامت المرشدة باستقبال أعضاء المجموعة الإرشادية وشكرتهم على الحضور في المكان والزمان المتفق عليهما، ثم قامت بعرض ملخص لما تم في الجلسة السابقة، بعده فتحت المرشدة مجالاً للنقاش حول الواجب المنزلي، وكيف قاموا بمراقبة تقديرهم لذاتهم خلال الأيام التي مضت مع تقديم المرشدة التعزيز الإيجابي والتغذية الراجعة.

بدأت المرشدة الجلسة بسؤال لأعضاء المجموعة الإرشادية، لماذا تعد نظرة الفرد لذاته أمراً مهماً؟، وبعد أن استمعت إلى آرائهم المختلفة حول السؤال المطروح، أوضحت أن تقييم الفرد لذاته أمراً مهماً؛ لأنه يظهر ويراها الآخرون عن طريق سلوكه وحديثه، ويتصرفون معه بناءً عليه، كذلك فهو يؤثر في شعور الفرد نحو ذاته، فيقتنع في النهاية بما يقوله عن ذاته يتصرف على أنه إما شخص مهم وقادر على إنجاز المهمات المطلوبة منه أو أنه شخص غير مهم وغير قادر على إنجاز أي شيء.

بعدها ذكرت المرشدة قصة علياء لأعضاء المجموعة الإرشادية، وبعد إنصاتهم واستماعهم للقصة وما دار فيها من أحداث وطلبت منهم المرشدة كيف ستكون ردة فعلهم وأفكارهم لو وضعوا في موقف علياء؟! وبعدها تحدث كل عضو من أعضاء المجموعة الإرشادية عما لديه من أفكار ومقارنة ردة فعل العضو المتحدث مع آراء وأفكار الأعضاء الآخرين مع استماع المرشدة وملاحظتها لسلوكهم وردة فعلهم، وما حدث لهم من مواقف مشابهة، بعدها ذكرت المرشدة الأفكار اللاعقلانية في هذه بعدها قام ثلاثة أعضاء من المجموعة الإرشادية بلعب الأدوار لبطاقة قصة

خليل وذلك بالقراءة بطريقة بريل، مع ملاحظة المرشدة واستماعها للآراء التي سيقولها الأعضاء حول ما ذكر والإجابة عن تساؤلاتهم مع تقديم التعزيز الإيجابي والتغذية الراجعة.

- **تقييم الجلسة:** قامت المرشدة واطعاء المجموعة الإرشادية بتقييم الجلسة.

الجلسة الإرشادية الرابعة: العزلة

مدة الجلسة: (70د)

الهدف العام من الجلسة: ان تتم مساعدة اعضاء المجموعة الإرشادية على الخروج من العزلة الهدف (01): ان يتعرف اعضاء المجموعة الإرشادية على مفهوم العزلة وابرار اثارها السلبية.

- الاساليب الإرشادية: التغذية الراجعة +المرح+ قصة +تمرين+ التعزيز +الواجب المنزلي.

- الادوات: بطاقة قصة صلاح وسليمان+ بطاقة العزلة + بطاقة تقييم الجلسة للأعضاء والمرشدة

اجراءات التنفيذ:

قامت المرشدة باستقبال أعضاء المجموعة الإرشادية وشكرتهم على الحضور في المكان والزمان المنفق عليهما، ثم قامت بذكر ملخص لما تم في الجلسة السابقة، بعد ذلك فتحت المرشدة مجالاً للنقاش حول الواجب المنزلي الذي تم تكليفهم به حيث تمت مناقشته مع تقديم التعزيز الإيجابي والتغذية راجعة والإنصات لما يقولونه، حيث ذكر بعض الأعضاء إنهم حاولوا التطبيق والقراءة خلال الأيام التي مضت ما تم ذكره في القرآن والسنة ومن عناية الإسلام بالإعاقاة في كل جوانب الحياة، والرجوع بين الحين والآخر إلى الكتب الإسلامية والمواقع الدينية لزيادة الثقة بالنفس؛ بدأت بعدها المرشدة بطرح موضوع الجلسة على النحو التالي على هيئة أسئلة:

- ما هو مفهوم العزلة؟

- ما هو شعورك نحو العزلة أهي إيجابية أم سلبية؟ ولماذا؟

- كيف ومتى تشعر بأنك منعزل عن الآخرين؟

- اذكر لي بعض الآثار السلبية للعزلة؟

وقامت المرشدة بالاستماع إلى حديث أعضاء المجموعة الإرشادية مع تشجيعهم على المشاركة، وذلك بتشويقهم من خلال استخدام المرشدة العبارات التشويقية، بعد ذلك ذكرت المرشدة بأن أي فرد عندما يفتقر إلى تقدير الذات يشعر بالكآبة والعزلة والعجز ولا تكون هناك ثقة كافية في نفسه لمواجهة صعوبات الحياة، ولتوضيح العزلة التي تبدو على الشخص المنعزل بشكل مختلف، ذكرت المرشدة بطاقة قصة صلاح وسليمان لأعضاء المجموعة الإرشادية، بعدها أجرت حواراً ونقاشاً حول القصة السابقة مركزة على مظاهر العزلة من حيث الأنماط السلوكية والأفكار اللاعقلانية.

قامت المرشدة بعدها بإعطاء أعضاء المجموعة الإرشادية بطاقة العزلة على طريقة بريل لكل شخص حتى يتم تكوين عبارات تكون شعار له ويكررها في حديثه الذاتي باستمرار وخاصة عندما يشعر برغبة في الابتعاد عن الناس والانعزال عنهم.

قامت المرشدة بعدها بمناقشة الطلبة ما سبق ذكره والإجابة عن تساؤلاتهم وطلبت من أحد الأعضاء تلخيص ما جاء في هذه الجلسة من تغيير طريقة تفكير العضو بنفسه وبعزلته وبناء تقدير الذات الإيجابي.

- **تقييم الجلسة:** قامت المرشدة وأعضاء المجموعة الإرشادية بتقييم الجلسة

الواجب المنزلي: كلفت المرشدة أعضاء المجموعة الإرشادية بالآتي " أريد من كل عضو أن يراقب ما مدى اندماجه في الحياة اليومية إلى الجلسة القادمة".

الجلسة الإرشادية الخامسة: التوافق بين المشاعر الداخلية والسلوك الناتج

مدة الجلسة: (60د)

الهدف العام من الجلسة: ان يتعرف اعضاء المجموعة الإرشادية على أهمية التوافق بين المشاعر الداخلية والسلوك الناتج.

الهدف (01): ان تتم مساعدة اعضاء المجموعة الإرشادية على التوافق بين المشاعر الداخلية والسلوك الناتج

- الاساليب الإرشادية: المناقشة والحوار +تمارين +واجب منزلي.

- الاموات: بطاقة تمرين 1+بطاقة تمرين 2+ بطاقة تقييم الجلسة للأعضاء والمرشدة

اجراءات التنفيذ:

قامت المرشدة باستقبال أعضاء المجموعة الإرشادية وشكرتهم على الحضور في المكان والزمان المتفق عليهما، ثم قامت بعرض ملخص لما تم في الجلسة السابقة، بعده فتحت المرشدة مجالاً للنقاش حول الواجب المنزلي الذي تم تكليفهم به مع تقديم تعزيز وتغذية راجعة.

قامت المرشدة بتوضيح الهدف من هذه الجلسة وهو العلاقة ما بين المشاعر والسلوك وذلك بطرح سؤال لأعضاء المجموعة الإرشادية كالاتي كيف هو الجو في السلطنة في فصل الصيف وكيف هو شعورهم نحوه؟ استمعت المرشدة لما قاله الأعضاء حول هذا السؤال، من ثم سنقول المرشدة: أنتم تعرفون أن الجو عندنا حر في بسكرة وجميعنا نتجنب أشعة الشمس الحارة.....

- فلو سألتكم هل جميع الناس ردة فعلهم تجاه الصيف واحدة؟

- وكذلك في الشتاء، هل جميع الناس ردة فعلهم تجاه الشتاء واحدة؟

وأوضحت المرشدة لهم كيف تأثر مشاعرهم على سلوكهم، وأوضحت أيضا أن هذا نعمه على أي موقف فأى استجابة تظهر منا سواء لفظية أو معنوية أو حركية وإنما هي انعكاس لما نفكر به داخليا.

وقالت المرشدة لأعضاء المجموعة الإرشادية من هنا يتضح لنا:

1. لابد للفرد أن تكون أفكاره ومشاعره تجاه الحياة واقعية وإيجابية.
2. يكون ذلك بأن يدرّب نفسه على أن الشخص يستطيع أن يعمل ويجتهد وأنه قادر على تغيير حياته للأفضل ويتحقق ذلك بأمرين هما:

- التوقف عند كل الأفكار والمشاعر السلبية وبيدأ بالحد منها تدريجيا وهي مثل قولة لنفسه: أنا إنسان فاشل، أنا معوق سأكون عالة على المجتمع، لا أستطيع أن أساعد حتى نفسي.
- ترديد وتثبيت كل المشاعر والأفكار الإيجابية وذلك بترديده كل يوم: أنا إنسان ناجح، أنا سوف أقدم كل جهدي للمجتمع هناك العديد من المعوقين العظماء، أنا مؤمن بالله، أنا سعيد والحمد لله. على حالة تقدير الذات لدى أحد الأفراد المعاقين بصريا فإن (ABC) وذكرت لنتصور نموذج تمثل الإعاقة البصرية التي يعاني منها الفرد ولذلك فإن هذا المعاق بصريا سيعاني من قلة (A) والتي تكون معتقداته (B) حالته الذاتية هي (C) و (A) وهي نتيجة، ولكن بين (C) تقدير الذات اللاعقلانية فيقول مثلا أنني معاق ولا أستطيع أن أعمل شيئا ولا أستطيع أن أنجز شيئا وأن الناس تفضل الابتعاد عني فإن (B) وهي نظام المعتقدات اللاعقلانية هي التي تسبب للمعاق بصريا قلة تقدير الذات لديه وليست الإعاقة هي السبب الرئيسي.

وأوضحت المرشدة هذه الصورة أكثر من خلال عمل تمرين والاستجابات السلبية التي راودت الطالب وعملت على مناقشتها مع أعضاء المجموعة.

بعدها قامت المرشدة بتوزيع تمرين آخر لكل عضو، الذي يهدف إلى مساعدة الأعضاء في كيفية القدرة على تغيير أي عبارات سلبية قد تواجههم إلى عبارات إيجابية.

تقييم الجلسة: قامت المرشدة وأعضاء المجموعة الإرشادية بتقييم هذه الجلسة.

الواجب المنزلي: كلفت المرشدة أعضاء المجموعة الإرشادية كالآتي " أريد من كل عضو أن يراقب المواقف التي قد حدثت معه ويوضح الموقف والمشاعر والسلوك الذي اتبعه لحين الجلسة القادمة

«.

الجلسة الإرشادية السادسة: التفاؤل

مدة الجلسة: (80د)

الهدف العام من الجلسة: ان تتم مساعدة اعضاء المجموعة الارشادية على إدراك اهمية التفاوض في الحياة اليومية.

الهدف (01): ان يدرك اعضاء المجموعة الارشادية على مفهوم التفاوض في الحياة اليومية.

- الاساليب الارشادية: المناقشة والحوار + اشباع المطالب + التغذية الراجعة + الواجب المنزلي + لعب الادوار.
- الادوات: مادة سمعية + بطاقة قصة سعد + بطاقة تقييم الجلسة للأعضاء والمرشدة.
- اجراءات التنفيذ:

قامت المرشدة باستقبال أعضاء المجموعة الإرشادية وشكرتهم على الحضور في المكان والزمان المتفق عليهما، ثم قامت بعرض ملخص لما تم في الجلسة السابقة، بعده فتحت المرشدة مجالاً للنقاش حول الواجب المنزلي حيث لاحظت المرشدة أن الأعضاء لديهم العديد من الأحلام يودون تحقيقها، وقد ذكروا الصعوبات التي ستواجههم، وكيف سيتغلبون عليها، حيث ذكر البعض أنه يود أن يكون متخصص في الإلكترونيات وآخر في المسرح، وأخرى معلمة لغة إنجليزية، قامت المرشدة بعدها بتعزيز الإجابات الممتازة وشكرتهم على تفاعلهم معها.

استهلت المرشدة حديثها في هذه الجلسة بطرح سؤال لأعضاء المجموعة الإرشادية وهو كالآتي: هل موضوع التفاوض من المواضيع المهمة في حياة الفرد؟ لماذا؟، قامت المرشدة بالاستماع إلى حديث الأعضاء مع تقديم التعزيز الإيجابي والتغذية الراجعة لهم، وأوضحت بأن هناك ارتباط موجب بين التفاوض وكل من السعادة وتقدير الذات، والنظرة الإيجابية للمواقف الضاغطة، وبعد أن تحدثت المرشدة عن التفاوض بشكل مبسط قالت سنستمع لمحاضرة عن التفاوض وهي مادة سمعية... بعد ذلك بعد المحاضرة المبسطة (أتاحت المرشدة للأعضاء المناقشة والحوار حول ما تم الاستماع إليه)، بعدها قامت المرشدة بأخذ توقعات كل عضو منهم ماذا يتوقع أن يكون في المستقبل، وما يسعى إليه وكيف سيحققه، قامت المرشدة بتعزيز الأعضاء وذلك بتعزيزهم وإعطائهم مجموعة من الطويات تقديراً لمشاركتهم لها.

قامت المرشدة بتوزيع بطاقة قصة سعد على اثنين من الأعضاء في أوراق قد كتبت بطريقة بريـل، وبعدها ناقشت أعضاء المجموعة الإرشادية فيما سبق ذكره والإجابة عن تساؤلاتهم، وتلخيص ما جاء في هذه الجلسة.

تقييم الجلسة: قامت المرشدة وأعضاء المجموعة الإرشادية بتقييم هذه الجلسة.

الجلسة الارشادية السابعة: اتخاذ القرار

مدة الجلسة: (75د)

الهدف العام من الجلسة: ان يدرك اعضاء المجموعة الارشادية على اهمية اتخاذ القرار في الحياة اليومية.

الهدف (01): ان يدرك اعضاء المجموعة الارشادية على اهمية اتخاذ القرار الناجح.

- المدة الزمنية: (30د)

- الاساليب الارشادية: المناقشة والحوار + تمرين.

- الادوات: بطاقة اتخاذ القرار.

- اجراءات التنفيذ:

قامت المرشدة باستقبال أعضاء المجموعة الإرشادية وشكرتهم على الحضور في المكان والزمان المتفق عليهما، ثم قامت بعرض ملخص لما تم في الجلسة السابقة، وذكرت لهم مدى تأثير كل جلسة في تقديرهم لذاتهم.

في بداية هذه الجلسة قالت المرشدة "إن الحياة سلسلة من القرارات، فحياتنا هي حاصل جمع قراراتنا"، بعد هذه العبارة سألت المرشدة أعضاء المجموعة الإرشادية على ما تدل؟، فاستمعت المرشدة إلى ما توصلوا إليه أعضاء المجموعة الإرشادية مع التشجيع الإيجابي والتغذية الراجعة، وأوضحت المرشدة إن ضعف تقدير الذات لدينا يسلبنا الثقة في أنفسنا في اتخاذ حتى أصغر القرارات وهذا يصل بنا إلى درجة احتقار أنفسنا والشعور بأننا لا نستحق أن نكون سعداء.

أوضحت المرشدة ذلك بعمل تمرين بسيط في بطاقة اتخاذ القرار وذلك بانقسام أعضاء المجموعة الإرشادية إلى مجموعات ثنائية وقراءة التمرين بطريقة بريل، استمعت المرشدة إلى آراء كل مجموعة مع تشجيعهم والتي كانت إجابات كل مجموعة مختلفة بعض الشيء عن الأخرى.

الهدف (02): ان يطبق اعضاء المجموعة الارشادية الخطوات العلمية لاتخاذ القرار.

- المدة الزمنية: (45د)

- الاساليب الارشادية: المناقشة والحوار + تمرين + التغذية الراجعة + واجب منزلي.

- الادوات: بطاقة الخطوات المنهجية في اتخاذ القرار + بطاقة تمرين + بطاقة تقييم الجلسة الاعضاء والمرشدة.

- اجراءات التنفيذ: في هذا الهدف طرحت المرشدة سؤال كالاتي: كيف تكون عملية اتخاذ القرار عند الفرد؟، استمعت المرشدة لآراء أعضاء المجموعة الإرشادية مع التشجيع لإبداء رأيهم، ومن ثم أوضحت المرشدة أن عملية اتخاذ القرار لا بد أن تأتي بعد تفكير واع، وليس بطريقة عشوائية، وقامت بتوزيع أوراق بريل فيها كتبت الخطوات المنهجية في اتخاذ القرار التي لا بد أن يتبناها الشخص حتى يصل إلى قرار ناجح مع توضيح المرشدة لهذه البطاقة وذلك بضرب عدة أمثلة

عليها، من خلال ذلك أوضحت معنى اتخاذ القرار وهو بكل بساطة دراسة البدائل والاختيارات المتاحة واختيار الأنسب منها ويعني هذا تحديد ما يجب أن تفعله تجاه الموقف الذي يواجهك والقيام بتنفيذ هذه البديل.

بعد ما قامت المرشدة بتوضيح الخطوات المنهجية لاتخاذ القرار مع إنصات أعضاء المجموعة الإرشادية لها، وزعت المرشدة تمرين بطريقة بريل فيه عدة تساؤلات لأعضاء المجموعة الإرشادية تمت مناقشتها، قامت المرشدة بتعزيز الأعضاء وذلك بتعزيزهم وإعطائهم مجموعة من الحلوليات تقديرا لمشاركتهم لها.

تقييم الجلسة: قامت المرشدة وأعضاء المجموعة الإرشادية بتقييم هذه الجلسة.

الواجب المنزلي: كلفت المرشدة أعضاء المجموعة الإرشادية كالاتي: أريد من كل عضو أن يفكر في مدى استفادته في إتباع اتخاذ القرار في حياته الخاصة.

الجلسة الارشادية الثامنة: الاستقلالية

مدة الجلسة: (80د)

الهدف العام من الجلسة: ان يدرك اعضاء المجموعة الارشادية مفهوم الاستقلالية في الحياة اليومية

الهدف (01): مساعدة اعضاء المجموعة الارشادية على إدراك مفهوم الاستقلالية

- المدة الزمنية:

- الاساليب الارشادية: التغذية الراجعة+ لعب الادوار + تمرين+ الواجب المنزلي

- الادوات: مكعبات تركيبية +بطاقة شبكة الدعم الاجتماعي +بطاقة قصة هناء+ بطاقة تقييم الجلسة الاعضاء والمرشدة.

- اجراءات التنفيذ:

قامت المرشدة باستقبال أعضاء المجموعة الإرشادية وشكرتهم على الحضور في المكان والزمان المتفق عليهما، ثم قامت بعرض ملخص لما تم في الجلسة السابقة، بعده فتحت المرشدة مجالاً للنقاش حول الواجب المنزلي، حيث سألتهم هل استطاعوا أن يطبقوا خطوات اتخاذ القرار في حياتهم اليومية، الذي تم تكليفهم به مع تقديم تعزيز وتغذية راجعة.

سألت المرشدة سؤال ليكون مدخلا للمناقشة وهو: هل يجب أن يعتمد المعاق بصريا على

الآخرين دائما؟ ولماذا؟

قامت المرشدة بالاستماع لإجابات أعضاء المجموعة الإرشادية، ثم أوضحت عدة جوانب أهمها حاجة ذوي الإعاقة البصرية إلى الرعاية والمساعدة وخاصة خارج البيئة غير المألوفة،

ولكن لا يصل الأمر إلى درجة قبول البعض للمساعدة باستمرار، قامت المرشدة بعمل تمرين شبكة الدعم الاجتماعي لأعضاء المجموعة الإرشادية، والذي يهدف إلى زيادة وعي واستبصار الفرد بالأفراد المحيطين به، ومعرفة مدى قريهم منه والمسافة التي يرغب أن يكون عليها معهم وذلك عن طريق مكعبات التركيب التي سهلت عليهم فهم الفكرة والتجاوب مع المرشدة، ولاحظت المرشدة استمتاعهم بهذا التمرين، حيث دار نقاش بسيط بين الأعضاء

والهدف من هذه الجلسة:

قامت المرشدة بتوزيع بطاقة قصة هناء على اثنين من الأعضاء في أوراق قد كتبت بطريقة بريل، وبعدها ناقشت أعضاء المجموعة الإرشادية فيما سبق ذكره والإجابة عن تساؤلاتهم، وتلخيص ما جاء في هذه الجلسة.

- **تقييم الجلسة:** قامت المرشدة وأعضاء المجموعة الإرشادية بتقييم هذه الجلسة.
- **الواجب المنزلي:** يختتم المدرب الجلسة ويطلب منهم مراقبة مدى استقلاليتهم في الحياة اليومية لحين الجلسة القادمة.

الجلسة الارشادية التاسعة: الجلسات الختامية

مدة الجلسة: (50د)

1. **الهدف العام من الجلسة:** توضيح ايجابيات البرنامج الارشادي، والاولويات التي تحتاج الى تطوير
 2. **اجراء القياس البعدي.**
- الهدف (01):** ان يجيب اعضاء المجموعة الارشادية بموضوعية عن استمارة التقييم الختامي للبرنامج الارشادي
- **المدة الزمنية: (40د)**
 - **الاساليب الارشادية:** المناقشة والحوار + التغذية الراجعة.
 - **الادوات:** بطاقة اشياء يجب تذكرها + بطاقة تقييم الجلسة الاعضاء والمرشدة.
 - **اجراءات التنفيذ:**

قامت المرشدة في اليوم الأول باستقبال أعضاء المجموعة الإرشادية وشكرتهم على جهدهم المبذول وتواصلهم الإيجابي طوال تنفيذ البرنامج الإرشادي، ثم طلبت من أحدهم ذكر ملخص لما تم في الجلسة السابقة، ثم ناقشتهم في الواجب المنزلي وقدمت بالتغذية الراجعة المناسبة لهم، ثم تعرفت على مدى استفادتهم من البرنامج الإرشادي، والإيجابيات، والأولويات التي تحتاج إلى

تطوير من خلال الإجابة على استمارة التقييم الختامي، وتوزيع بطاقة أشياء يجب تذكرها للأعضاء حتى يستفاد منها.

الهدف (02): تطبيق مقياس تقدير الذات على المجموعة التجريبية والضابطة.

- الاساليب الارشادية: المناقشة والحوار.

- الادوات: مقياس تقدير الذات.

- اجراءات التنفيذ:

قامت المرشدة بإجراء القياس البعدي (مقياس تقدير الذات) للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة، وذلك بشكل منفرد وشفويا لكل عضو خلال (3) أيام وكل عضو يحتاج من (14-20) دقيقة وذلك بواقع (10) طلاب في اليوم الواحد، وحثتهم على تحري الدقة والموضوعية وصدق الإجابة عنها.

الهدف (03): ان يتفق اعضاء المجموعة التجريبية والضابطة مع المرشدة على موعد قياس المتابعة

- المدة الزمنية: (10د)

- الاساليب الارشادية: المناقشة والحوار.

- الادوات: لا توجد ادوات

- اجراءات التنفيذ:

قامت المرشدة بتجميع الطلاب في اليوم الرابع وخلال (10) دقائق، من أعضاء المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة تكملة جهودهم بالحضور لقياس المتابعة في موعد تم الاتفاق عليه وهو يوم الاحد على الساعة التاسعة صباحا، وأكدت ضرورة الحضور؛ لأهمية ذلك في تحقيق الأهداف المنشودة من البرنامج الارشادي.

- تقييم الجلسة: قامت المرشدة بتقييم هذه الجلسة

الجلسة الارشادية العاشرة: الجلسات ما بعد البرنامج (جلسات المتابعة):

مدة الجلسة:

الهدف العام من الجلسة: تطبيق المجموعتين التجريبية والضابطة لقياس المتابعة.

الكشف عن استمرارية فاعلية البرنامج الارشادي بعد فترة المتابعة.

الهدف (01): ان يجيب المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس تقدير الذات بصدق وموضوعية.

- الاساليب الارشادية: المناقشة والحوار.

- الادوات: مقياس تقدير الذات.

- اجراءات التنفيذ:

رحبت المرشدة بأفراد المجموعتين التجريبية والضابطة، وشكرتهم على حضورهم، رغم فترة الانقطاع، بعدها قامت المرشدة بإجراء قياس المتابعة (مقياس تقدير الذات) للمجموعة التجريبية والضابطة، وذلك بشكل منفرد وشفويا لكل عضو خلال (3) أيام وكل عضو له (14-20) دقيقة، وحثتهم على تحري الدقة والموضوعية وصدق الإجابة عنها.

الهدف (02): ان يتحدث اعضاء المجموعة الارشادية عن حياتهم وتجاربهم مع الاحداث المواقف التي مروا بها خلال فترة المتابعة.

- المدة الزمنية: (30د)

- الاساليب الارشادية: المناقشة والحوار + التعزيز الايجابي.

- الادوات: (لا توجد)

- اجراءات التنفيذ: تحدثت المرشدة مع المجموعة التجريبية في اليوم الأخير عن الفترة من نهاية البرنامج الإرشادي حتى هذه اللحظة من حيث:

- أبرز المواقف والأحداث التي تعرضتم لها، وكيف تعاملتم معها؟

- نظرتكم إلى الذات والآخرين من حولكم، والمستقبل؟