



## فاعلية التحليل بالمعنى في تنمية الوعي بالذات عند طالبات مرحلة الدراسة الإعدادية

الباحثة: مروة خالد هيلون عبد الواحد

أ.م.د. أمل عبد الرزاق نعيم المنصوري

جامعة البصرة - كلية التربية للعلوم الإنسانية  
قسم الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي

### الملخص

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على فاعلية برنامج إرشادي قائم على فنية التحليل بالمعنى في تنمية وعي الطالبات بذواتهن، إذ طبق البرنامج الإرشادي على عينة تجريبية من الطالبات ذوات الوعي الذاتي المنخفض، تضمن البرنامج (15) جلسة إرشادية بواقع جلستان في الأسبوع، استمر لمدة (8) أسابيع، وقد اثبت البرنامج الإرشادي فاعليته في تنمية الوعي بالذات عند الطالبات، كما تم التوصل إلى مجموعة من التوصيات والمنقرحات.

### مشكلة البحث: problem of the Research:

توصلت ورش عمل محلية وعالمية عديدة قد اجريت لتنمية الذات وتطويها إلأن أناس كثيرين لا يعرفون حقيقة ذاتهم، ولا يعرفون لأنفسهم هدفاً في الحياة والكثير منهم جاهلون بإمكاناتهم وطاقاتهم الحقيقية لذا اصبحوا اعداء أنفسهم على الرغم من أنهم خلقوا ليكونوا رابحين (مالهي وريزير، 2005، ص66). لان نقص الوعي بالذات يمكن أن يكون مدمراً ولاسيما عند اتخاذ القرارات التي يتوقف عليها مصير الفرد مثل الوظيفة التي يتجه إليها وغير ذلك، فقرارات الحياة متجددة، ومثل هذه القرارات لا يكفي فيها التفكير المنطقي، وانما تتطلب الوعي والحكمة (روبنس وسكوت، 2000، ص45).

فقد تولد لدى الباحثة شعور نتيجة معاشتها لطالبات المرحلة ا لإعدادية بأن اغلب المشكلات التربوية والنفسية والاجتماعية وغيرها التي تتعرض لها الطالبات في مرحلة المراهقة يلعب بها ضعف الوعي بالذات دوراً مهماً، لذلك لابد من وجود برنامج نمائيرشادي يهدف الى خلق حالة من الإدراك واليقظة عند الطالبات.

ومن هنا يمكن تحديد مشكلة البحث الحالي في الحاجة للإجابة عن الاسئلة الآتية :

- ما مستوى الوعي بالذات عند طالبات مرحلة الدراسة الإعدادية ؟
- هل هنالك فاعلية للبرنامج الارشادي القائم على فنية التحليل بالمعنى في تنمية الوعي بالذات عند طالبات مرحلة الدراسة الإعدادية ؟

### اهمية البحث : Importance of the Research

ليست هنالك قضية تشغل بال عالمنا المعاصر اليوم أكثر مما تُشغله قضية التربية، فهي التي ستقرّر مصير النوع



البشري على هذه الأرض الصاخبة، المزدحمة بتكاثر الإنسان، وتطاحن مصالحه، وأهوائه و نزعاته، وأطماعه، وطموحاته. ويتضح من ذلك أن التربية اليوم مشكلة من أعقد المشكلات، ومهمة من أصعب المهام، وموضوع رئيس وحساس وضروري لتحسين وضع الإنسان، في عصر تراكمت فيه منجزات العلم والثقافة (التميمي ، 2013 ص17-19).

وقد اكدت فلسفة التربية الحديثة على اهمية التوجيه والإرشاد في العملية التعليمية إذ اعدت ذلك جزء لا يتجزأ منها، فعلاقة الارشاد بالتربية علاقة تكامل حيث أن التربية تعد الارشاد جزءاً منها وقد اكد فنجر (Vaughar, 1975) على أنه لا يمكن التفكير بالتربية بدون الارشاد فالعلاقة بينهما متبادلة إذ يتضمن الإرشاد عمليتي التعلم والتعليم في تغيير السلوك وتتضمن التربية عمليتي التوجيه والارشاد ( العزة، 2006، ص 18؛ الهاشمي 2008، ص160).

وهنا تأتي وظيفة المجتمعات بالعبارة بالطلبة وحاجاتهم ومشكلاتهم التي تحول دون نمو شخصياتهم وتفجير طاقاتهم عن طريق وضع الخطط والبرامج التربوية التي تس اعد الطالب على الخروج من أطاره الأكاديمي الضيق الى دور الابداع والتقدم، ولأجل ذلك اصبحت برامج الإرشاد التربوي جزءاً من الخطط العامة للنهوض بالمجتمع عامة والطلبة خاصة، ولكي تكون هذه البرامج أكثر واقعية لا بد أن ترتبط عملياً بللحاجات والمشكلات التي تواجه هذه الشريحة المهمة من المجتمع.

وذلك لما للبرامج الارشادية من دور فعال حيث أثبتت فعالية البرامج الارشادية في علاج الكثير من المشكلات التي يتعرض لها الطلبة في العديد من الدراسات المحلية والعالمية . إذ تستند هذه البرامج الى العديد من النظريات الارشادية والأساليب والمهارات المعتمدة في تعديل السلوك الإنساني، وتستمد فنياتها من نظريات مختلفة تمثل جهداً إنسانياً طويلاً مثل النظريات السلوكية والمعرفية والإنسانية (حمد ، 2013 ص 148-150؛ الفحل ، 2007 ص167).

لاسيما نظرية الارشاد بالمعنى لفرانكل ' frankl' وأساليبيها و فنياتها وقد اثبتت العديد من الدراسات فعالية الارشاد بالمعنى بمختلف أساليبه وفنياته ومنها فنية التحليل بالمعنى في التنمية والارشاد وعلاج العديد من الحالات منها فقدان المعنى والهدف في الحياة، والتعامل مع المدمنين كدراسة كرومباخ و كار (Crumbaugh&Carr, 1973)، ودراسة محمد (2006) لعلاج خواء المعنى، ودراسة عبد الفتاح ( 2012 ) لتحسين الشعور بالأمل، ومن هنا يبدا ندره الدراسات التي تناولت فنية التحليل بالمعنى بصورة خاصة ولا سيما في مجتمعنا "العراق". لذا تظهر اهمية البحث الحالي من خلال حيوية الموضوع واهميته إذ انها تسعى الى دراسة فاعلية برنامج إرشادي قائم على فنية التحليل بالمعنى في تنمية الوعي بالذات عند طالبات المرحلة الاعدادية لذلك استعملت هذه الفنية في تنمية الوعي بالذات لغرض الانتقال بالإرشاد من دائرة العلاج الضيقة الى دائرة التنمية وهذا هو احد اهداف الإرشاد النفسي.

ومما يدعم ذلك ان الانسان منذ القدم يسعى للمعرفة العلمية وفهمها بشكل افضل فهو يريد أن يعرف بالضبط من هو ولماذا هو على ما هو علي هوكيف وصل الى ما وصل اليه، ومن هذا المنطلق فأن فهم الذات ليس مجرد انعكاس لما يراه الفرد عن نفسه ووعيون الاخرين وآرائهم بل هو مصطلح سيكولوجي يؤثر في السلوك ويوجهه بشكل



شعوري (البحاري، 2010، ص38).

إن الوعي بالذات يتضمن تركيز عقولنا على البحث عن الحقيقة مع عدم انكار الحقائق المؤلمة والاستجابة للحقائق والمعارف الجديدة، وهو يتطلب تقيماً دقيقاً للذات والقيام برحلة استكشاف الذات، وكما يقول جون برادشو "John Bradshaw" كل منا يخبي مفاجئة حقيقية لنا" أي انها مفاجئة اكتشاف ذاتنا الفريدة والقيمة مع هذا الادراك ستحقق أدراك ووعي جديد للذات (مالهي و ريزنر، 2005، ص67).

وتتجلى اهمية البحث الحالي من خلال النقاط الآتية :

1-أهمية التربية والإرشاد النفسي في مجالات الحياة المختلفة .

2-يقدم طريقة حديثة لتنمية الوعي بالذات عن طريق تخطيط برنامج إرشادي على وفق فنية التحليل بالمعنى وتجربته على عينة من طالبات المدارس الإعدادية للتعرف على مدى فاعليته.

3-ندرة الدراسات والبحوث على مستوى الوطن العربي التي تناولت فاعلية فنية التحليل بالمعنى كدراسة تجريبية، لذا تعد هذه الدراسة فريدة في هذا المضمار .

4-ندرة الدراسات والبحوث العربية والعراقية التي اهتمت بتنمية الوعي بالذات عند الطالبات، إذ تعد الدراسة الحالية إضافة نوعية الى الدراسات السابقة.

5-تركز الدراسة الحالية على قطاع مهم من مرحلة نمائية مهمة وهي مرحلة المراهقة لمساعدة المراهقات على ادراك ذواتهن والوعي بها ومعرفة نقاط القوة والضعف لديهن .

### أهداف البحث وفرضياته: the objective of the Research and hypotheses:

يهدف البحث الحالي الى ما يأتي :

-التعرف على فاعلية برنامج ارشادي قائم على تقنية التحليل بالمعنى في تنمية الوعي بالذات عند طالبات مرحلة الدراسة الاعدادية.

من خلال اختبار الفرضيات الآتية:

1-لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط درجات الاختبار القبلي والاختبار البعدي للمجموعة ال ضابطة على مقياس الوعي بالذات عند مستوى دلالة (0,05).

2-لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط درجات الاختبار القبلي والاختبار البعدي للمجموعة التجريبية على مقياس الوعي بالذات عند مستوى دلالة (0,05).

3- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط درجات المجموعتين (الضابطة والتجريبية) على مقياس الوعي بالذات في الاختبار البعدي عند مستوى دلالة (0,05).

### حدود البحث limitations of the Research:

تحدد البحث الحالي بما يأتي :

1-المدارس الإعدادية الحكومية الصباحية في مركز محافظة البصرة.

2-الطالبات الاناث في المرحلة الاعدادية اللاتي تتراوح اعمارهن (16-22) سنة.

3-للعام الدراسي (2016-2017) م.



## تحديد المصطلحات: Bounding of the terms

### أولاً: التحليل بالمعنى Analysis Logo:

#### -تعريف كرومباخ: (Crumbauagh ,1973)

"وهي عملية تحليل لخبرات الفرد في الحياة للبحث عن مصادر لمعنى جديد فيها، وتحديد الخبرات وتحويلها إلى جوانب جديدة لاكتشاف وإيجاد إحساس جديد بالهدف في الحياة" (محمد ومعوذ، 2012، ص107) .  
وقد تبنت الباحثة تعريف: (Crumbauagh ,1973) للتحليل بالمعنى في البحث الحالي لكونه تعريف العالم الاصيلي وهو اكثر وضوحاً من التعاريف الأخرى واحتوائه على العديد من التدريبات الواضحة والصريحة التي تهدف الى تقييم الذات ومعرفة نقاط القوة والضعف التي اتفقت مع مفاهيم الوعي بالذات ومكوناته وتدريباته فعن طريق تنمية معنى الوعي بالذات ستجد ادراكاً جديداً لمعنى الحياة.

#### التعريف الإجرائي للتحليل بالمعنى :

وهو عبارة عن مجموعة من النشاطات والفعاليات التي تتضمن تركيز انتباه الفرد على مراكز القوة الموجودة لديه ، ويتضمن خمس تدريبات طبقت ضمن البرنامج الإرشادي لغرض تنمية الوعي بالذات لدى الطالبات والذي ستظهر آثاره في درجاتهن في الاختبار البعدي على مقياس الوعي بالذات.

### ثانياً/الوعي بالذات: Self - Awareness

#### -تعريف كولمان (Goleman,1995)

بأنه قدرة الفرد على تقدير ذاته ومعرفتها واكتشاف حالاته المزاجية وتمييزه بين انفعالاته المختلفة ونوعية استجابته لدى تعرضه لمواقف مختلفة، و امتلاك الإدراك الواقعي للقدرات، والشعور القوي بالثقة بالنفس ( Goleman 1995,p42).

#### التعريف الاجرائي للوعي بالذات :

هو الدرجة الكلية التي تحصل عليها المستجيبات، نتيجة اجابتهن على مقياس الوعي بالذات الذي تبنته الباحثة لتحقيق أهداف البحث الحالي.

### ثالثاً/المرحلة الإعدادية: Preparatory stage

تعريف وزارة التربية (1977): "هي مرحلة دراسية تقع ضمن المرحلة الثانوية بعد المرحلة المتوسطة مدتها ( 3 ) سنوات تستهدف ترسيخ ما تم اكتشافه من قابليات الطلاب وميولهم وتمكينهم من بلوغ مستوى أعلى من المعرفة والمهارة مع تنويع وتعميق الميادين الفكرية والتطبيقية والتمهيدية لمواصلة الدراسة الحالية وإعدادهم للحياة العملية الإنتاجية" (وزارة التربية، 1977، ص4) .

#### -إطار نظري ودراسات سابقة

### أولاً/مقدمة عن النظرية الوجودية: Existentialism Theory

ظهرت بوادر الفلسفة الوجودية بوصفها اتجاهاً فكرياً في فلسفات قديمة، لكنها تبلورت وبرزت فلسفة أو نزعة واضحة المعالم على يد الفيلسوف الدنماركي سورين كيركيارد (Soren Kier Kgard) ما بين (1813 -1855)، ومن أوائل



الذين اعتنقوا المذهب الوجودي (ككيارد) الفيلسوف اللاهوتي في القرن التاسع عشر، وحاول تفسير علاقة الإنسان بالكون والإله، إلا أن الوجوديين قد جاءوا من مصادر معرفية مختلفة منهم من اللاهوت أمثال كيركيارد (1855-1889) و تلخ (Tillick, 1865-1886)، ومنهم من الحركة الفلسفية مثل هيدجر "Hekdgger" وسارتر Sartre (1889-1905) ومنهم من الطب النفسي وعلم النفس مثل منيكوسكي "Minkowski" وبنسونجر (Binswanger, 1977) و رولومي (Rolomay, 1909) وفرانكل (Frankle) (أبوعطية، 1988، ص 122)، إذ يعترف فرانكل زعيماً لثالث مدرسة نمساوية في العلاج النفسي بعد مدرستي فرويد وأدلر. إذ بدأ عمله في الطب النفسي بتوجه تحليلي بسبب كونه أحد تلاميذ فرويد، ثم تأثر بتوجهات الفلاسفة الوجوديين أمثال شيلر (Scheler) وهيدجر (Heidegger). إلا أن أفكار فرانكل قامت على أساس انتقاداته التي وجهها لكل من التحليل النفسي وعلم النفس الأدلري، إذ أشار فرانكل أن مبدأ اللذة الفرويدي، وإرادة القوة عند (آدلر) غير كافيين لتفسير سلوك الإنسان. (بلان، 2011، ص 230-231).

قد وضع فرانكل نظرية المسماة بالإرشاد بالمعنى أو اللوجو "Logo" وأصبحت من النظريات الإنسانية الرائدة في الإرشاد النفسي، وتعد هذه النظرية من نظريات الإرشاد الوجودي "Existentialism" وذلك ضمن المدرسة الإنسانية أو مدرسة فينا الثالثة في الإرشاد النفسي.

### ما المقصود بالإرشاد بالمعنى؟

تعد هذه النظرية (Logo Counseling) من أهم التطورات في علم النفس الحديث، إذ ازدادت العناية بأهمية التعرف إلى الذات والدخول إلى أعماق الروح، والبحث عن معاني الأشياء في الحياة ودورها في التفكير والتخيل من أجل تعديل السلوك، ومن الملاحظ أن العديد من الأساليب الإرشادية أصبحت تأخذ بعين الاعتبار إيجاد هدف ومعنى للحياة

واعد كرومباخ "Crumbaugh" أن الإرشاد بالمعنى هو ذلك النوع من الإرشاد الذي يتم من خلاله توجيه الفرد للبحث عن معنى فريد و متميز لحياته الشخصية. أنه شكل من الفلسفة الوجودية يركز اهتمامه على الوجود الإنساني في البعد المعنوي لدى الإنسان الذي يتميز عن البعد البيولوجي الجسمي الذي يؤدي وظائفه بشكل آلي . -أسس الإرشاد بالمعنى :

إن الإرشاد بالمعنى يقوم على ثلاث دعائم أساسية وهي :- حرية الإرادة -إرادة المعنى -ومعنى الحياة

1- حرية الإرادة: **The Freedom Of Will** يتبنى الإرشاد بالمعنى فكرة حرية الإرادة، و من ثم يتعارض هذا مع مفهوم الحتمية الذي تحدث عن ه فرويد الذي اعتبر الإنسان محصلة للمحددات البيولوجية والاجتماعية والنفسية أو نتاج الغرائز والوراثة (عبد الله، 2012، ص 209-210) .

2- إرادة المعنى: **the Will of Meaning** تعبر إرادة المعنى عن حاجة الإنسان إلى وجود معنى في حياته فهي اشبه ما تكون بقوة جاذبة لطاقت الإنسان حول مركز يبلىر فيه معنى لحياته، فكما أن الإنسان بحاجة إلى قوة جاذبية ارضية حتى يثبت أقدامه على الأرض ويتمكن من الوقوف عليها ، فإنه يحتاج إلى قوة جاذبية وجودية من المعنى ليؤكد من خلالها ذاته ويثبت وجوده (بلان، 2011، ص 241) .



3- **معنى الحياة The Meaning Of Life**: وهناك مجالات عديدة يمكن للفرد ان يشتق منها المعنى، اذ أستخلص كرومباخ و ماهوليك مصادر أربعة للمعنى هي: الالتزام وتحقيق الأهداف، القناعة والرضا بالحياة، القدرة على التحكم، الاستمتاع والحماسة في الحياة (Crumbaugh&Maholik,1964:201).

### فنيات وأساليب الإرشاد بالمعنى:

1- **أسلوب صرف التفكير Dereliction**: في مثل هذا الأسلوب يصرف الانتباه عن العملية وعن

الذات، ومثل هذا التغافل او صرف التفكير يمكن أن يبلغ الدرجة التي ينصرف عندها وعي المسترشد إلى المظاهر الايجابية ، (الشمري والتميمي، 2012، ص 221).

2- **القصد العكسي Paradoxical Intention**: في حالة توقع القلق ، فإن القلق يحدث النتائج نفسها

التي يتوقعها الفرد، وتوقع القلق يحدث اضطراباً في الأداء أو يمنع الأداء كلياً . إذ أنه بقدر ما يخاف المسترشد من حدوث الاعراض المشكلة يحاول تجنبه، بقدر ما يكون عرضة لحدوثه (فرانكل ، 1998، ص 123- 124).

3- **الحوار السقراطي Socratic Dialogue** : يعتبر أحد الفنيات الأساسية للإرشاد بالمعنى ، فيه يقوم

المُرشد بطرح أسئلة عديدة على المسترشد تمكنه أن يكتشف القيم الشخصية ذات المعنى لدية والوسائل التي يمكن بها أن يحقق هذه القيم ، كما يطرح أسئلة مصممة للتوضيح . إن الاختيار دائماً متاح لمعايشة القيم الذاتية الشخصية ومعنى الحياة، حتى لو كان هذا الاختيار محدوداً باتجاه الفرد الوحيد التي يتخذها نحو المشكلة أو نحو الحياة (الفحل ، 2007، ص 160).

4- **القصة الرمزية** : أن طريقة منهج القصة الرمزية تقوم على الإرشاد بالمعنى ومصممه لمساعدة المرضى في

الوصول إلى معنى ، وذلك انطلاقاً من الأفكار التي يؤمن بها الإرشاد بالمعنى والتي تذهب إلى أن المعنى يمكن أن يكون موجوداً حتى في خبرة المرض والألم والمعاناة (فرانكل ، 2004، ص 143-144).

5- **تعديل الاتجاهات Modification Of Attitude**: قدم لوكاس (Lukas,1984) فنية تعديل

الاتجاهات في الإرشاد بالمعنى بناء على أن الفرد يمكنه أن يتغلب على مشكلاته من خلال الاتجاه الذي يتخذه نحو مشكلته من خلال أحداث تغيير إيجابي في اتجاه المسترشد نحو ذاته وظروفه ومعوقاته مما يساعده على التغلب على ما يعانيه من مشكلات، وأن يتعايش ويتأقلم مع ما لا يمكنه حله (Lukas&Hirsch,2002 ,P;341).

6- **المسرحيات النفسية القائمة على المعنى Logo drama**: تمثل نوع من أساليب الإرشاد الجماعي

المتبع في الإرشاد بالمعنى، يقوم على تخيل الماضي من الحياة بهدف تعزيز الإحساس بالمسؤولية نحو الوجود الشخصي (فرانكل ، 1982، ص 154-155).

7- **التحليل بالمعنى Logo Analysis**:

قدم المعالج النفسي كرومباخ (Crumbagugh) التحليل بالمعنى عام 1973 كسلسلة منتظمة من الفعاليات المكتوبة وذات التوجه العملي لتكون تحت استخدام الأفراد. وكرومباخ (Crumbagugh) هو عالم نفسي إكلينيكي وأستاذ في علم النفس، درس تحت اشراف العالم فرانكل في جامعة هارفرد وشغل منصب مدير بحوث خدمات علم



النفس بمستشفى فيترناسادمينستريشن ViternasEdmination في جلفيورت، وهو شريك في التأليف مع العالم النفسي ماهوليك (Maholic)، حيث انتجا اختبار (الغرض في الحياة) (PIL) وادارا بحث تقييم نظرية الإرشاد بالمعنى وتطبيقاتها، واعتبر التحليل بالمعنى كامتداد لنظرية الإرشاد بالمعنى لفرانكل، فقد صمم التحليل بالمعنى لمساعدة المسترشدين في البحث عن قيم ذات معنى في حياتهم (Stropko,1975,p;32-35).

### أهداف التحليل بالمعنى:

- 1-فتح صورة جديدة للماضي والمستقبل تجعل المسترشد قادراً على رؤية حلول جديدة لمشكلاته .
- 2-فتح مجالات جديدة للمعنى في حالة الشعور بالضعف التي يمر بها المسترشد.
- 3-إرشاد وتوجيه المسترشد على تقييم ذاته بطريقة واقعية.
- 4-تشجيع المسترشد على عمل بيان مفصل لاهتماماته وقدراته الشخصية ومسؤولياته وعيوبه ومواطن ضعفه .
- 5-توجيه المسترشد لتحويل انتباهه من العيوب والنقائص التي يراها في صورة الحياة إلى التركيز على الحياة بشكلها الكلي .

### دور المرشد عند تطبيق التحليل بالمعنى :

يقوم المرشد بالاتي :

- 1-قيادة المسترشد للسؤال عن المعنى والهدف في الحياة .
- 2-مراجعة الحقائق الأساسية لحياة المسترشد متضمنة تحليل مواطن القوة لديهم .
- 3-مساعدة المسترشد في إلقاء الضوء على فريته وجوانب القوة والضعف لديه ، للمشاركة في الأنشطة التي تعزز ذات معنى بالنسبة لديهم .

### تدريبات التحليل بالمعنى :

#### 1-التدريب الأول /تقييم الذات Self-Evaluation :

تكون البداية من هذا التدريب ان يطلب المرشد من المسترشد أن يقدم تقييماً تفصيلياً لذاته، واين هو الآن من حياته ،وامكانياته ،ومسؤولياته وما اصاب في حياته (من حظ سعيد او غير سعيد )واهدافه وطموحاته واخفاقاته، ثم يسئله عن خطئه من اجل مسايرة ومعايشة مشكلاته الحالية من اجل خلق مستقبل جديد ، و تقسم خطوات تقييم الذات إلى مرحلتين :

- 1-إن يصبح المسترشد واعياً بموقفه الحالي .
  - 2-أستعراض طاقاته الكامنة Unused Potentials التي لم تستغل بعد ونجاحاته التي حققها ولم يشعر بها ومحاولة توظيف هذه الإمكانيات واستثمارها (Crumbaugh,1988,p; 59-60).
- يتطلب تقييم الذات اتمام سبع قوائم أساسية وهذه القوائم هي كالآتي :-

1-قائمة الآمال والأهداف والطموحات.

2-نقاط القوة في شخصيتك.



3- نقاط الضعف في شخصيتك.

4- مشاكل الحياة الخاصة التي تسبب لك الصراعات الداخلية.

5- آمالك وأهدافك وطموحاتك المستقبلية، ما الذي ترغب أن تكون عليه بالمستقبل فعلاً.

6- خططك في المستقبل، كيف تتوقع أن تتجز مهامك وطموحاتك أو كيف تصبح في المستقبل.

7- ملخص عن التغييرات السلبية والايجابية في القوائم السابقة ( Stropko,1975,p;36).

**2-التدريب الثاني/أفعل كما لو..... Act as if**:يعد تدريب أفعل كما لو ...التدريب الثاني من تدريبات

التحليل بالمعنى،وقد صمم ليبداً الفرد طريق الإحساس بمعنى وهدف جديد في الحياة، إذ إن مكان البداية يكون مع قوة الفعل الايجابي أفعل كما لو كنت شخصاً تتمنى أن تصبح مثل هويستطيع الفرد هنا أن يجعل نفس هيفعل ذلك حتى بالرغم من أنه قد لا يكون مؤمناً بذلك أو معتقداً فيه في البداية، ثم بعد ذلك بوقت قصير يبدأ أوتوماتيكياً في فعل ذلك بصورة أكثر إيجابية ( Yioti,1979,p;95).

**3-التدريب الثالث /إيجاد الهدف من خلال إقامة لقاء (أو مواجهة) Finding Purpose by**

**establishing an encounter**: حيث يمكن تحقيق المعنى والهدف في الحياة من خلال علاقة الفرد الحميمة والأليفة مع شخص اخر،فتستخدم هذه العلاقة الانفعالية الوجدانية في تغيير مشاعر الفرد ومعارف ه، إذ إن مشكلات الفرد الانفعالية غالباً ما تنشأ من تحطيم العلاقات السوية مع الآخرين، كما ان النقص في التقرب مع الآخرين ينشأ عنة الاكتئاب والوحدة والاعتراب.ويستطيع الفرد تحقيق هذا التقرب والألفة من خلال معايشة لأشخاص آخرين عن طريق(أسئلة النفس، التأمل المكتوب، التعرف على عواقب اللقاء)( Crumbaugh,1988,p;83).

**4-التدريب الرابع /البحث عن المعنى من خلال :**

**أ-القيم الابتكاريةCreative Values:**

وهي التي تنشأ من خلال الأنشطة الابتكارية،فالمصدر الأعظم للتعبير الابتكاري يمكن ان يوجد العمل الذي يقوم به الفرد،والذي يعتبر جديراً بالاهتمام وذا فائدة حيث إن الوسيلة الوحيدة لتحمل الحياة هي وجود مهمة يمكن تنفيذها واكمالها،وقد صمم التدريب الرابع لمساعدة الفرد لإيجاد المركز الدافعي الحقيقي لشخصيته (محمدمعوض، 2012، ص136).

**ب-القيم التجريبية Experiential Values:**

إن واحداً من أفضل الطرائق والوسائل للإحساس بالانسجام والمعنى والهدف في الحياة يكون من خلال الخبرات والتجارب المتعاقبة للفرد، وأيضاً من خلال الأنشطة الإنسانية والمجتمعية التي يمارسها الفرد وتبعث على المتعة أوالإحساس بالقيمة والأهمية في الحياة ( Crumbaugh,1988,p;18).

**ج-القيم الاتجاهية Attitudinal Values:**

صمم هذا التدريب لاكتشاف القيم الاتجاهية لدى الفرد،وهي تمثل اتجاه الفرد في مواجهة القدر المحتوم الذي يصعب تغييره والاتجاه الذي يسلكه الفرد نحوه فيكون قادراً على مواجهه ه عندما يقابل موقفاً محبطاً أو باعثاً على





اليأس، ويتضمن كيفية مواجهة القدر غير القابل للتغيير واتجاه الفرد نحوه (Yioti,1979,p;98) .

## 5-التدريب الخامس/ إعادة تقييم الذات والالتزام Self-reevaluation and

**commitment**: تتم عملية إعادة تقييم الذات والالتزام من خلال خطوتين مهمتين وهما:

-**الخطوة الأولى**: يُذكر المرشد المسترشد بأن الجزء الأول من هذه الخطوة هو مراجعة القوائم السبع في التدريب الأول، بضافة عبارات جيدة أو حذف عبارات سيئة في كل من القوائم الست الأولى، ادخال هذه التغييرات معاً في القائمة السابعة .

-**الخطوة الثانية**: هو تحليل أهداف الحياة التي ظهرت في القوائم ( 1-7 ) ،ومن خلالها يكون الفرد قادراً على تكوين صورة للتقييم ذات المعنى (محمد ومعوذ ،2012، ص161) .

الجزء الأول في هذه الخطوة هو مراجعة ما تم في التدريبات السابقة . فعند تنفيذ التدريبات بنجاح سيعكس ذلك التغيير الحادث تجاه الزيادة في السمات الايجابية وانخفاض في السمات السلبية ،وإذا لم يتم ذلك يجب إعادة كل تدريب . اما الجزء الثاني في هذه الخطوة هو تحليل أهداف الحياة التي ظهرت لدى الفرد ،ومن خلالها يكون الفرد قادراً على تكوين صورة للأشياء ذات المعنى له ،وعلى التخطيط العملي الذي يمكن من خلاله تحقيق هذه المعاني ،وهذا يقوده إلى التعهد والالتزام ببرنامج في حياته المستقبلية لتحقيق هذه الأهداف والمعاني (Crumbaugh,1988,p;183).

وقد تبنت الباحثة في هذا البحث نظرية الإرشاد بالمعنى لفرانكل،لما فيها من فنيات واساليب إرشادية مهمة واثبتت فعاليتها في الإرشاد النفسي و لاسيما فنية التحليل بالمعنى ، إذ استعملت في البرنامج الإرشادي فقط، ولأنه يحتوي على العديد من التدريبات التي تساعد على زيادة الوعي الذاتي لدى الفرد وانسجام هذه التدريبات مع خطوات تنمية الوعي بالذات وأبعاده ومكوناته في نظرية كولمان.

## ثانياً/الوعي بالذات Self-awareness

يعتقد كولمان أن الوعي بالذات " Self-awareness" ربما يكون اكثر الجوانب اهمية في الذكاء الانفعالي ، لأنه يسمح لنا بممارسة الضبط الذاتي وبطبيعة الحال فأن الفكرة لا تشير إلى اخمد المشاعر وإنما الوعي بهذه المشاعر، وان نستطيع التعامل والتكيف مع ما يحيط بنا بطريقة فاعلة.

وهو يعني ان يعي الإنسان نفسه والعالم المحيط به، ويدرك العلاقات التي تربط الأمور والظواهر المحيطة به، مهما بدت بعيدة ومنفصلة ،فوعي الفرد لنفسه يعني ان يتعمق بنوعية مشاعر ه،وماهية وجوده وهو وعي يقود عاجلاً أو آجلاً إلى الاعتراز بالنفس وتقديرها ( أبو جادو،2004، ص 389؛ عامر ومحمد،2008، ص27) .

قد اكتشف كولمان أن الأفراد يتميزون بأساليب مختلفة من حيث وعيهم بذواتهم وتلك الأساليب هي :

### 1-الواعون بذواتهم Self-awareness:

هم الذين يعرفون حالاتهم المزاجية عند حدوثها .وهؤلاء الأشخاص بالطبع يعرفون الكثير عن حالاتهم الانفعالية،وقد يرتبط هذا الوضوح في فهم الانفعالات بسمات شخصية اخرى: فهم تلقائيون وواثقون من حدودهم الذاتية ويتمتعون بصحة نفسية جيدة،ويمظهر ايجابي في الحياة .وحين يعانون من حالة مزاجية سيئة لا تشغلهم الافكار او تتتابهم الهواجس بل يتخلصون منها سريعاً، وباختصار يفيدهم وعيهم في إدارة انفعالاتهم (كولمان ،2004، ص 103) .



## 2- المنجرفون Engufed:

تطغى عليهم انفعالاتهم، فهم عاجزون عن دفعها وهم غير واعون بحالاتهم ومشاعرهم مستقرين فيها أكثر من ادراكهم لها وليس لديهم تحكم في حياتهم الانفعالية وهؤلاء الأشخاص هم من يشعرون غالباً بأنهم غارقون في انفعالاتهم وهم متقلبو المزاج غير مدركين تماماً لمشاعرهم إلى درجة يضيعون فيها وبيتعدون عن اهدافهم إلى حد ما، ومن ثم فهم قليل ما يحاولون الهروب من حالتهم النفسية السيئة

## 3- المتقبلون لذواتهم Self-Accepting:

لديهم رؤية واضحة عن مشاعرهم إلا أنهم متقبلون لها. لا يحاولون تغييرها وان هنالك نوعين من المتقبلين لمشاعرهم وهما:

أ- النوع الأول يشمل من هم في حالة مزاجية جيدة ومن ثم ليس لديهم دافع لتغييرها .

ب- النوع الثاني يشمل من لديهم رؤية واضحة لحالتهم النفسية ،ومع ذلك فحين يتعرضون لحالة نفسية سيئة يتقبلونها كأمر واقع ،ولا يفعلون أي شيء لتغييرها على الرغم من اكتئابهم، وهذا النموذج من المتقبلين يدخل في إطار المكتئبين الذين استكانوا لليأس (حسن ، 2013 ، ص28 ؛ كولمان ، 2000 ، ص76).

وقد حدد كولمان ثلاث مجالات للوعي بالذات تتضمن ما يلي :

## أ- الوعي الانفعالي Emotional Awareness:

إن الوعي بالذات هو الانتباه المستمر للحالة الانفعالية والافكار المصاحبة لها وتفحص الخبرة الانفعالية الداخلية، فالشخص الذي لديه قدرة على إدارة انفعالاته، لا يسمح لأي موقف على ان يؤثر في حالة المزاجية، كما يركز على أفعاله وما الذي يجب ان يقوم به ، ويعبر عن مشاعره بطريقة ايجابية، أي من يفتقر إلى ادارة انفعالاته ، يظل في حالة صراع مستمر (الخفاف ، 2013 ، ص23 ؛ كولمان ، 2000 ، ص68).

## ب- الثقة بالنفس Self-Confidence:

إن الثقة بالنفس هي امر مهم لكل فرد و لا يكاد إنسان يستغني عن الحاجة إلى مقدار من الثقة بالنفس في امر من الأمور او موقف من المواقف او في الحياة الاجتماعية أوفي مجال التعليم ،فهي إحدى الصفات الشخصية التي تكون بمثابة طاقة تمكن الفرد من اظهار مواهبه وإمكانياته (kirk&Locke,1991,p;58).

## ج- التقييم الدقيق للذات Accurate Self –Assessment:

يعتمد التقييم الدقيق للذات على قيام الفرد بمقارنة سلوكه في موقف معين مع المحك الداخلي الذي يرتضيه الفرد لهذا السلوك ويشترك هذا المحك من خلال مجموعة من المعايير الخارجية أو من خلال اجبار الذات على استخدام معايير معينة واقعية أو غير واقعية ومن ثم فإن الأفراد يختلفون فيما بينهم في تقييم نواتهم (عثمان و رزق ، 2001 ، ص117).

ثالثاً/ دراسات سابقة:

أ- دراسات تناولت التحليل بالمعنى

-دراسة(عبد الفتاح، 2012)

**(فاعلية التحليل بالمعنى في تحسين الشعور بالأمل لدى عينة من طالبات الفصل الواحد بمحافظة المينا)**

هدفت الدراسة إلى التعرف على فعالية التحليل بالمعنى في تحسين الشعور بالأمل لدى عينة من طالبات مدارس الفصل وتكونت عينة الدراسة من ( 32 ) طالبة اختير منهن ( 11 ) طالبة حصلت على درجة منخفضة في الشعور بالأمل تراوحت اعمارهن ما بين ( 12-17 ) وتم تطبيق على عينة الدراسة الأساسية والاستطلاعية في مدارس الفصل الواحد في محافظة المينا بمركز سما لوط والمينا وأبو قراص ، واستخدمت الدراسة الأدوات الاتية : مقياس الشعور بالأمل لطالبات مدارس الفصل (اعداد الباحثة) وبرنامج التحليل بالمعنى (اعداد الباحثة) ، ومقياس الذكاء اللفظي والعملية للمراهقين والراشدين (وكسلر ، 1998 )، وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية : تمتع برنامج التحليل بالمعنى بفعالية كبيرة في تحسين الشعور بالأمل لدى عينة الدراسة . وعدم اختلاف فعالية برنامج التحليل بالمعنى باختلاف العمر الزمني عدا بعد الرضا عن الحياة (عبد الفتاح، 2012) .

**دراسات اجنبية:**

-دراسة سترايكو (Stropko 1975)

(التحليل بالمعنى والتخيل الموجه كمعالجات جماعية للفراغ الوجودي)

**Logo analysis and Guided Imagery as Group Treatments for Existential Vacuum**

تم تقييم تحليل المعنى و التخيل الموجه المعتمد على أنموذج فرانكل لمعالجة الذات كمعالجات مستفيدة من تقنية الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية، وقد تم استعمال مقياس الهدف من الحياة (إعداد الباحث) ومفهوم الذات الإيجابي (لتنبسي) ومقياس الشعور بالملل، وقد سجل كل الأفراد علامات واطئة على مقياس الهدف في الحياة (PIL)، و تم اخذ عينة تمثلت بثلاث مجموعات :مراهقين من عيادة للمراهقين في المركز الطبي العسكري في وليم بيومونت وزوجات الجنود الجدد في فورت بلس ومراهقين من هوم بوث الفينيوني. وقد اختيرت هذه العينات بطريقة عشوائية. لتطبيق على المجموعة التجريبية تحليل المعنى وال تخيل الموجه ، وتم اختيار ستة أفراد من الثلاث مجاميع للتجريب: (تحليل المعنى والتخيل الموجه). وقد اسفرت نتائج الدراسة عن فعالية البرنامج في تقليل الفراغ الوجودي ومفهوم الذات السلبي والملل وأن تحليل المعنى كمعالجة فعالة هي أكثر فاعلية من التخيل الموجه ( Stropko, 1975,p;92) .

**ب-دراسات تناولت متغير الوعي بالذات**

-دراسة(غولي والعبيدي ، 2013 )

(أثر برنامج إرشادي مقترح لتنمية الوعي الذاتي لدى الطلاب المتفوقين في المرحلة الثانوية )

هدفت الدراسة على التعرف على قياس الوعي الذاتي لدى الطلاب المتفوقين في المرحلة الثانوية ،وبناء برنامج إرشادي مقترح لتنمية الوعي الذاتي والتعرف على أثره في تنمية الوعي الذاتي لدى الطلبة المتفوقين ، وقد طبق مقياس الوعي الذاتي على عينة البحث البالغة (34) طالباً من مجتمع البحث، لذا فقد صمم على اساس اختيار عينة تمثلت بـ (26) طالباً لموضوع البحث بعد إجراء الاختبار القبلي للطلاب الذين حصلوا على اقل الدرجات -فوق المتوسط الفرضي -على مقياس الوعي الذاتي ومن ثم توزيع أفراد العينة بطريقة عشوائية بسيطة إلى (مجموعة



ضابطة ومجموعة تجريبية) بواقع ( 13 ) طالباً لكل مجموعة ، وقد تم استخدام الادوات التالية في الدراسة: مقياس الوعي الذاتي (القرة غولي ، 2011) وبرنامج تنمية الوعي الذاتي من (اعداد الباحثين ) ، وقد تم استعمال الاختبار التائي t-test واختبار (ولكوكسن) لمعرفة دلالة الفروق بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي وقد اسفرت النتائج عن: وجود فروق ذات دلالة احصائية بين رتب درجات المجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج وبعده . ولا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي على مقياس الوعي الذاتي بعد تنفيذ البرنامج الإرشادي (غولي والعيدي ، 2013 )

### -دراسات اجنبية

دراسة وودي وكامبلس (Woody&chambless,1997):

( الوعي الذاتي وعلاقته بالرهاب الاجتماعي)

### Self-Focused attention in the Treatment of Social phobia

استهدفت الدراسة معرفة العلاقة بين الوعي الذاتي والرهاب الاجتماعي لدى عينة مجموعة من الأفراد من مختلف الأعمار ، وكانت الأداة المستخدمة في هذه الدراسة هي المقابلة وقد استخدم الباحث أسلوب العلاج المعرفي السلوكي (cognitive – behavioral treatment) الذي تضمن العلاج مجموعة من الجلسات المتعددة ، بحيث ركزت هذه الجلسات بالدرجة الأساس على معالجة القلق والخاوف الشخصية والاجتماعية والتقويم الذاتي ، وعند انتهاء مدة الجلسات ، اظهرت النتائج أن التغيير في تركيز الوعي الذاتي الخاص في أثناء مدة العلاج كان له أثر مهم في تحقيق الهدف من العلاج ، فضلاً عن أن تقليل تركيز الانتباه الخاص قد يُكوّن علاجاً استراتيجياً مهماً ، وقد يكون ذا فائدة في معالجة بعض من هذه الأمراض (Woody&chambless,1997:p117).

### -منهجية البحث وإجراءاته

#### مجتمع البحث: Population of research:

بغية اختيار عينة البحث لابد اولاً من وصف المجتمع الاصلي الذي اختيرت منه عينة البحث الحالي المتمثل بعينة طالبات مرحلة الدراسة الإعدادية للفرعين العلمي والأدبي في مركز محافظة البصرة للمدارس الحكومية في مديرية تربية البصرة للعام الدراسي 2016-2017، إذ بلغ حجم المجتمع الأصلي للمدارس الإعدادية (11579) طالبة.

#### عينة البحث:

تم اختيار عينة للبحث بنسبه ( 5% ) ممثلة لخصائص المجتمع الأصلي وقد بلغت ( 579 ) طالبة، و اختارت الباحثة العينة بطريقة الطبقة العشوائية، وقد اختارت الباحثة تسع مدارس من كل مدرسة لجميع المراحل الإعدادية من الفرع العلمي والأدبي .وفي ضوء ذلك تم الاختيار بطريقة العشوائية(64) طالبة من كل مدرسة بواقع(22) للفرع الأدبي، و(42) للفرع العلمي مقسمة على المراحل الدراسية والجدول(1)يبين ذلك.

#### جدول (1)

توزيع افراد العينة حسب المدارس

المجموع	الفرع الأدبي	الفرع العلمي	أسم المدرسة
---------	--------------	--------------	-------------



64	22	42	اعدادية المعقل للبنات
64	22	42	اعدادية الإبله للبنات
64	22	42	اعدادية الفواطم للبنات
64	22	42	ث. الشهيد عبد المجيد الماجدي للبنات
64	22	42	اعدادية الوثبة للبنات
64	22	42	اعدادية العشار للبنات
64	22	42	اعدادية سبأ للبنات
64	22	42	ث. الأمام الرضا للبنات
67	24	43	ث. الرباط للبنات
579	200	379	المجموع

### عينة الثبات :

قامت الباحثة بتطبيق مقياس الوعي بالذات على عينة من طالبات الصف الخامس بفرعية (الأدبي والعلمي) على طالبات إعدادية مكة المكرمة للبنات على عينة مكونة من (30) طالبة بعد ثلاثة أسابيع من إجراء الاختبار الأول وتم حساب معامل الارتباط (بيرسون) بين الاختبارين وقد بلغ (0,82).

### عينة التجربة :

لغرض معرفة أثر فعالية التحليل بالمعنى في تنمية الوعي بالذات عند طالبات مرحلة الدراسة الإعدادية والتي تطلبتها تجربة البحث قامت الباحثة باختيار (24) طالبة بصورة قصدية استناداً إلى درجاتهن على مقياس الوعي بالذات. إذ وزعن على مجموعتين بطريقة عشوائية (القرعة).

### أداتا البحث:

#### 1-مقياس الوعي بالذات:

قامت الباحثة بتبني مقياس الوعي بالذات لـ (الخالدي، 2014) بعد الاطلاع على عدد من المقاييس منها مقياس (غولي 2011)، و(مقياس البديري، 2014)، وبناء برنامج إرشادي قائم على فنية (التحليل بالمعنى)، وذلك لتحقيق اهداف البحث الحالي والتحقق من فرضياته .

وتكون المقياس من (27) فقرة موزعة على ثلاثة مجالات وهي (الوعي الانفعالي-تقييم الذات -الثقة بالنفس)، وثلاثة بدائل وهي (تنطبق تماما -تنطبق أحياناً-لا تنطبق ابداً) تحمل الأوزان (3-2-1) للفرقات الايجابية وعددها (22) فقره، واما الفقرات السلبية فيراعى فيها عكس مفتاح الاجابة (1-2-3) وعددها (5) فقرات وهي فقرة (8، 15، 17، 24، 27) واعلى درجة في المقياس يمكن الحصول عليها (81)، واطل درجة في المقياس هي (27)، بوسط فرضي بلغ (54).

#### -الصدق الظاهري Face Validity:



وقد تحقق الصدق الظاهري لمقياس الوعي بالذات عن طريق عرض الاداة بصورتها الأولية والبالغ عدد فقراتها (27) فقرة على مجموعة من المحكمين والمختصين في الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي والعلوم التربوية والنفسية لأبداء ملاحظاتهم وآرائهم بخصوص هذه الأداة ومدى صلاحيتها الفقرات لتحقيق هدف البحث لتعديل أو اضافة أي فقرة يرونها مناسبة ومدى ملائمة التعليمات والبدائل. و استناداً إلى ملاحظات السادة المختصين و المحكمين الموافقين والمعترضين على فقرات المقياس، وتم اعتماد نسبة ( 80%) فأكثر عن كل فقرة تعد صالحة ويتم الابقاء عليها في المقياس (علام، 2000، ص95).

### المقياس بصيغته النهائية:

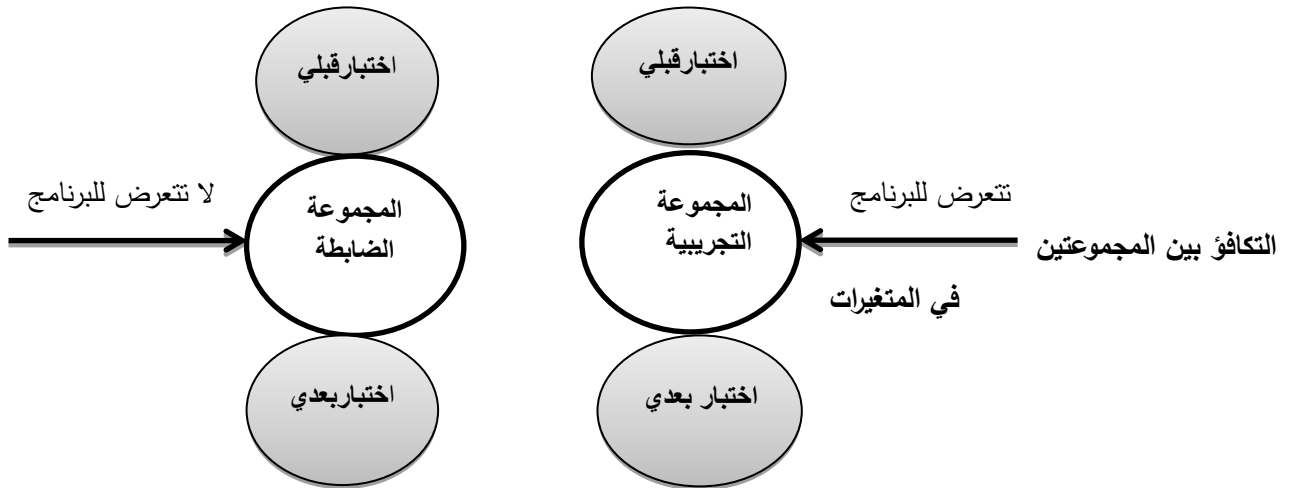
بعد اجراء الصدق والثبات، اصبح المقياس يتكون من 27 فقرة موزعة على ثلاثة مجالات (الوعي الانفعالي، الثقة بالنفس، التقييم الدقيق للذات) وثلاثة بدائل وهي (تنطبق تماماً-تنطبق أحياناً-لا تنطبق ابداً)، وقد تم تعديل فقرة (8) من المقياس فقط لتكون اكثر انسجاماً وملائمة مع الطالبات.

## 2- البرنامج الإرشادي: Counseling Program

يعبر البرنامج الإرشادي عن طبيعة المعالجة التجريبية للتحقق من فرضيات البحث، وعلى أساس ذلك يتم بناء البرنامج الإرشادي على فق أسس علمية مخططة ومنظمة. وبناءً على ذلك أعد البرنامج على فق نموذج منظم وهو نموذج الخطوات الخمس ( Five Step Model ) لباركيوجت، واستعمال التصميم التجريبي ذو المجموعتين الضابطة والتجريبية والشكل (1) يوضح ذلك.

شكل (1)

### التصميم التجريبي



(القياس القبلي، العمرالزمني، المستوى التحصيلي في الفصل الأول)

وتضمنت خطوات بناء البرنامج الإرشادي للبحث الحالي ما يأتي:

- 1- تطبيق الاختبار القبلي للمجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الوعي بالذات.
- 2- تم اختيار (24) طالبة بطريقة قصديه لتطبيق البرنامج استنادا الى درجاتهن على مقياس الوعي بالذات .
- 3- تم توزيع أفراد العينة بصورة عشوائية إلى مجموعتين (12) تجريبية و (12) ضابطة .



- 4- إجراء التكافؤ في بعض المتغيرات ( درجات القياس القبلي، العمر الزمني، التحصيل الدراسي).
- 5- تطبيق البرنامج الإرشادي على أفراد المجموعة التجريبية بينما تبقى المجموعة الضابطة بدون برنامج
- 6- إجراء اختبار بعدي لمعرفة الفروق ودلالاتها بالنسبة للمجموعة التجريبية والضابطة .
- 7- تحديد موقع تطبيق البرنامج في مدرسة ثانوية الشهيد عبد المجيد الماجدي في دور الضباط حي البتول .
- 8-بدأ تطبيق الجلسات في الاربعاء الموافق 2017/2/22.
- 9-تحديد أيام الجلسات وهي ( الاثنين -والاربعاء ) من كل اسبوع.
- 10-تم الانتهاء من الجلسات الإرشادية الاثنين الموافق 2017/4/17.
- 11-تحديد موعد لإجراء الاختبار البعدي على المجموعتين التجريبية والضابطة بتاريخ 23 / 4 / 2017 م

### الوسائل الإحصائية

- اعتمدت الباحثة على الحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية ( SPSS ) لتحليل بيانات النتائج للمقياس و البرنامج الإرشادي و قد استعملت الوسائل الاحصائية الآتية :
- 1-الاختبار التائي t-test لعينة واحدة لحساب مستوى الوعي بالذات لدى عينة البحث .
  - 2- معامل ارتباط بيرسون لإيجاد ثبات المقياس.
  - 3- اختبار مان - وتني Mann-Whitney u-test. لمعرفة دلالات الفرق (التكافؤ) بين المجموعة التجريبية و الضابطة.
  - 4- اختبار ولكوكسن Wilcoxon. استخدم لمعرفة دلالة الفروق بين الاختبار(القبلي و البعدي) للمجموعة الضابطة و قياس الفرق بين الاختبار القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج الإرشادي .
- عرض النتائج و مناقشتها :

يتضمن هذا الفصل عرض النتائج ومناقشتها في ضوء النتائج الإحصائية التي تم التوصل إليها على وفق أهداف البحث و فرضياته وتفسير تلك النتائج ومناقشتها ومقارنتها مع نتائج الدراسات السابقة،ومن ثم عرض الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات التي توصل إليها في ضوء تلك النتائج وعلى النحو الآتي :

**الهدف الأول: التعرف على فاعلية البرنامج الإرشادي القائم على وفق فنية التحليل بالمعنى في تنمية الوعي بالذات عند طالبات مرحلة الدراسة الإعدادية .**

تم التعرف على فاعلية البرنامج الإرشادي القائم على التحليل بالمعنى الذي تم تطبيقه على المجموعة التجريبية وذلك من خلال اختبار الفرضيات الآتية :

-الفرضية الاولى :لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ( 0,05 ) بين متوسط درجات المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الوعي بالذات

ولاختبار صحة هذه الفرضية است عملت الباحثة اختبار (ويلكوكسن) لمعرفة دلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي إذ اظهر أن القيمة المحسوبة والتي تساوي (13,5) غير دالة احصائياً عند مقارنتها بالقيمة الجدولية والتي



تساوي (10) عند مستوى دلالة ( 0,05 )، وبدرجة حرية ( 11)، وهذا يعني قبول الفرضية الصفرية أي لا توجد فروق بين المجموعة الضابطة قبل تطبيق البرنامج الإرشادي وبعده ، لأنهم لم يتلقوا أي تدريب أو ممارسة على البرنامج الإرشادي والجدول (2) يبين ذلك.

### جدول (2)

نتائج اختبار ويلكوكسن ( القبلي - البعدي للمجموعة الضابطة )

الدلالة الاحصائية (0,05)	قيمة ويلكوكسن		مجموع الرتب	متوسط الرتب	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الاختبار	المجموعة
	الجدولية	المحسوبة						
غير دالة احصائياً	10	13,5	34,50	8,63	3,075	50	القبلي	الضابطة
			31,50	4,50	4,358	49,92	البعدي	

الفرضية الثانية :لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ( 0,05 ) بين رتب درجات المجموعة التجريبية في الاختبار القبلي والبعدي على مقياس الوعي بالذات بعد تطبيق البرنامج :ولاختبار صحة هذه الفرضية استخدمت الباحثة اختبار(ويلكوكسن) لمعرفة دلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي إذ ظهر أن القيمة المحسوبة التي تساوي ( 3,062) هي دالة احصائياً ؛ لأنها أصغر من القيمة الجدولية التي تساوي (10) عند مستوى دلالة ( 0,05 )، وهذا يعني رفض الفرضية الصفرية وقبول الفرضية البديلة أي توجد فروق بين المجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج وبعده والجدول (3) يبين ذلك .

### جدول (3)

نتائج اختبار ولكوكسن للمجموعة التجريبية للاختبار القبلي و البعدي

الدلالة	قيمة ويلكوكسن	مجموع	متوسط	الانحراف	الوسط	الاختبار	المجموعة
---------	---------------	-------	-------	----------	-------	----------	----------





الاحصائية (0,05)	الجدولية	المحسوبة	الرتب	الرتب	المعياري	الحسابي		
دالة	10	3,062	56	40	4,316	49,42	القبلي	التجريبية
احصائياً			69	56	4,522	61,42	البعدي	

**الفرضية الثالثة:** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ( 0,05 ) بين رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الوعي بالذات بعد تطبيق البرنامج :ولاختبار صحة هذه الفرضية استخدمت الباحثة اختبار مان وتني لمعرفة دلالة الفروق بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة ، إذ ظهر أن القيمة المحسوبة التي تساوي ( 1,500 ) هي دالة لأنها اصغر من القيمة الجدولية التي تساوي ( 33 ) عند مستوى دلالة ( 0,05 ) ولصالح المجموعة التجريبية وهذا يعني رفض الفرضية الصفرية وقبول الفرضية البديلة أي توجد فروق بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة بعد تطبيق البرنامج ، والجدول (4) يبين ذلك .

#### جدول (4)

قيمة مان وتني للمجموعة التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي

الدالة الاحصائية (0,05)	مان-وتني للقيمة		مجموع الرتب	متوسط الرتب	الاختبار	المجموعة
	الجدولية	المحسوبة				
الفرق دال إحصائياً	33	1,500	79,50	6,63	البعدي	التجريبية
			220,50	18,38	البعدي	الضابطة

#### -مناقشة النتائج:

أظهرت النتائج الخاصة بالبحث عن فاعلية البرنامج في تنمية الوعي بالذات عند طالبات مرحلة الدراسة الإعدادية بالنسبة للمجموعة التجريبية مقارنةً بالمجموعة الضابطة إذ تمكن البرنامج من زيادة درجات المجموعة التجريبية على مقياس الوعي بالذات، ويمكن أن نرجح هذه النتيجة إلى العوامل الآتية :

1-عدم تعرض أفراد المجموعة التجريبية إلى مثل هذه التجربة أي عدم اشراكهم في أي برنامج إرشادي من قبل، مما ساهم في زيادة دافعيتهن وحماهن نحو التواصل في البرنامج والتعاون مع الباحثة الأمر الذي أسهم أن تكون نتائج البرنامج إيجابية .

2-فاعلية الفني المستعملة في هذا البرنامج (التحليل بالمعنى)وهو أحد فنيات الإرشاد بالمعنى التي تعمل على علاج بعض المشكلات التي تواجه الأفراد، وكذلك فاعلية الأنشطة والتدريبات التي تحتويها هذه ال فنية، و يعكس



مدى استفادة المجموعة التجريبية من الفنيات و النشاطات المستخدمة فيه في حين لم تتأثر نتائج المجموعة الضابطة كونها لم تتعرض لبرنامج إرشادي. وتتفق الدراسة الحالية مع دراسة ( Stropko, 1975 )، ودراسة ( عبد الفتاح، 2012 ) ، في فاعلية التحليل بالمعنى على رغم من اختلاف المتغير التابع، وتختلف الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة من حيث المتغير المدروس، والعينة من حيث جنس العينة والمرحلة الدراسية.

3-العلاقة المهنية الجيدة التي إقامتها الباحثة مع أفراد المجموعة التجريبية القائمة على الاحترام والثقة المتبادلة

### التوصيات : Recommendations

في ضوء النتائج التي توصل إليها البحث الحالي توصي الباحثة بما يأتي :

- 1-قيام المرشدين التربويين في المدارس العراقية بمواكبة التطورات العلمية الجديدة وإتباعهم أفضل الطرق والفنيات الإرشادية في تطبيق البرامج الإرشادية على الطلبة .
- 2-عقد دورات للإرشاد بالمعنى بالتنسيق مع وزارة التربية ووزارة التعليم العالي للمرشدين التربويين في المدارس العراقية ، وذلك كون الإرشاد بالمعنى توجه إرشادي جديد.
- 3-استفادة المرشدين التربويين من البرنامج الذي أعدته الباحثة في تنمية الوعي بالذات .
- 4-الاهتمام والمتابعة المستمرة لشريحة الطلبة في المرحلة الإعدادية لما تتميز به هذه الفئة من قدرات وقابليات من الممكن تطويرها و استثمارها في مختلف المجالات.
- 5-تطوير وزيادة اهتمام المؤسسات التعليمية للبرامج المختصة بتنمية الجوانب الايجابية في الشخصية ومنها تنمية الوعي بالذات.

### المقترحات: Suggestions

استناداً إلى نتائج البحث الحالي يمكن تقديم المقترحات الآتية :

- 1-إجراء دراسات تكشف عن فاعلية التحليل بالمعنى في تنمية أو خفض متغيرات اخرى لم يتناولها البحث الحالي مثل (معنى الحياة- اللامبالاة-التقاؤل-الاحباط).
- 2-إجراء بحث مماثل للبحث الحالي وتطبيقه على فئات مجتمعية أخرى ومقارنتها لمعرفة أثر الثقافة والمكان على هذه المتغيرات.
- 3-إجراء بحث لتنمية الوعي بالذات باستعمال اساليب إرشادية اخرى ومقارنة نتائج البحث بالبحث الحالي.

### قائمة المصادر والمراجع

#### أولاً: المصادر العربية

أبو جادو، صالح محمود علي ( 2004 ) : علم النفس التطوري (الطفولة، المراهقة)، ط1



عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.

أبو عطيه، سهام درويش (1988) مبادئ الإرشاد النفسي، ط1

جامعة الكويت: دار العلم للنشر والتوزيع.

البجاري، أحمد يونس (2010): أثر برنامج إرشادي في تعديل مفهوم الذات لدى طلبة كلية التربية، مجلة

كلية التربية الإسلامية، مجلد 11، عدد 12، كلية التربية، جامعة الموصل.

بلان، كمال يوسف (2011): نظريات الإرشاد النفسي، ط2، منشورات جامعة دمشق، كلية التربية.

التميمي، ياسين عبد الصمد كريدي (2013): سلسلة دراسات وأبحاث 2 الفلسفة وفلسفة التربية، ط1

العراق: دار الفيحاء للنشر والتوزيع والطباعة، البصرة.

حسن، أنعام هادي (2013) الذكاء الانفعالي وعلاقته بأساليب التعامل مع الضغوط النفسية، ط1

عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع.

حمد، ليث كريم (2013): الإرشاد النفسي في التربية والتعليم (أدبيات برامج، دراسات)

العراق: جامعة ديالى، المطبعة المركزية.

الخفاف، إيمان عباس (2011): الذكاءات المتعددة (برنامج تطبيقي)، ط1

عمان: دار المناهج للنشر والتوزيع.

روبنسنبايم، وسكوت جان (2000): الذكاء الوجداني، ترجمة صفاء الاعسر وعلاء الدين كفاقي

القاهرة: داء قباء.

الشمري، سلمان جودة مناع والتميمي، محمود كاظم (2012): الأساليب والبرامج الإرشادية

انموذجات تطبيقية في برامج الإرشاد النفسي، مؤسسة مصر مرتضى للكتاب العراقي.

عامر، طارق عبد الرؤوف ومحمد، ربيع (2008): الذكاءات المتعددة، ط1

عمان: دار اليازوري العلمية لنشر والتوزيع.

عبد الله، محمد قاسم (2012): نظريات الإرشاد والعلاج النفسي، ط1

جامعة حلب: دار الفكر ناشرون وموزعون.

عبد الفتاح، أسماء فتحى لطفى (2012): فعالية التحليل بالمعنى في تحسين الشعور بالأمل لدى عينة

من طالبات مدارس الفصل الواحد بمحافظة المينا، اطروحة دكتوراه غير منشورة في

الصحة النفسية جامعة المينا، كلية التربية.

عثمان، فاروق السيد و رزق، محمد عبد السميع (2001): الذكاء الانفعالي مفهومته وقياسه، مجلة علم

النفس، مجلد 9، عدد 58، ص. ص 222-237.

العزة، سعيد حسني عبد الهادي (2006): دليل المرشد التربوي في المدرسة، ط1

عمان: دار الثقافة للنشر والتوزيع.

علام، صلاح الدين محمود (2000): تحليل بيانات البحوث النفسية والتربوية والاجتماعية، ط3

القاهرة: دار الفكر العربي.



غولي، حسن أحمد سهيل القرة والعبيدي، مظهر عبد الكريم (2013): أثر برنامج إرشادي (مقترح) لتنمية الوعي الذاتي لدى الطلاب المتفوقين في المرحلة الثانوية، مجلة دراسات تربوية/المديرية العامة للتربية في محافظة بغداد، مجلد 6، العدد 22، ص.ص 9-42 .

الفحل، نبيل محمد (2009) : برامج الإرشاد النفسي - النظرية والتطبيق، ط1 القاهرة: دار العلوم للنشر والتوزيع.

فرانكل، فيكتور أيميل (1982): الإنسان يبحث عن المعنى (مقدمة في العلاج بالمعنى التسامي بالنفس)، ط1، ترجمة طلعت منصور، الكويت: دار القلم.

\_\_\_\_\_ (1998): إرادة المعنى، أسس وتطبيقات العلاج بالمعنى، ترجمة أيمن فوزي القاهرة: دار زهراء الشرق.

\_\_\_\_\_ (2004): إرادة المعنى أسس و تطبيقات العلاج بالمعنى . ترجمة أيمن فوزي، القاهرة: دار زهراء الشرق.

كولمان، دانيل (2000) : الذكاء العاطفي، ترجمة ليلى الجبالي، مراجعة محمد يونس، سلسلة عالم المعرفة، رقم 262، الكويت: تصدر عن المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب.

\_\_\_\_\_ (2004) ذكاء المشاعر، مكتبة الأسرة، ترجمة هشام الحناوي، دار هلا للنشر والتوزيع.

مالهي، رانجيت سينج و ريزنر، روبرت دلبيو (2005): تعزيز تقدير الذات: إعادة بناء وتنظيم نفسك في الألفية الجديدة، ط1، المملكة العربية السعودية: منتديات مجلة الابتسامة .

محمد، السيد عبد العظيم و معوض، محمد عبد التواب (2012) (العلاج بالمعنى (النظرية - الفنيات - التطبيق) ، ط1 ، القاهرة: دار الفكر العربي.

الهاشمي، عبد الحميد محمد (2008) : التوجيه والإرشاد النفسي (الصحة النفسية الوقائية)، ط4 بيروت: دار شروق للنشر والتوزيع.

وزارة التربية (1977): نظام المدارس الثانوية رقم (2) والمعدل برقم (7) .

#### المصادر الأجنبية:

Crumbaugh, J.C (1988 ): **Everything to gaia .A guide to self – fulfillment through logo analysis** .California :Instiaute of logo therapy press .

Crumbaugh , J. &Maholic , L . (1964) . An experimental study in existentialism : The psychometric approach to Frankl's concept



of noo-genic neurosis . **Journal of clinical psychology, 20**

(pp. 200-207).

Goleman, Daniel (1995):**Emotional Intelligence Why it can Matter More than IQ**, New York;Bantam Books.

Kirk,p, & Locke ,E(1991):**Leadership :Do traits Matter Academy of Management Executive,30(5)2-56 .**

Lukas ,E &Hirsch, B.(2002 ):**Comprehensive hand Book of psychotherapy**, New York. John Wiley &Sonc .Inc.

Stropko, Andrew John(1975):**Logoanalysis and Guided Imagery as Group Treatments For Existential Vacuum** ,A Dissertation in psychology University In Partial Fulfillment of the Requirements ,doctor of philosophy.

Woody ,S.& Chambliss ,D(1997): **Self-Focused attention in the treatment of social phobia** , behavior research and therapy.

Yioti, Helena (1979):**Differential effects of logotherapy , logo-analysis and group discussion onfeeling of alienation** .ph,D , Southern Illinois University at Carbondale ,Illinois.

## **The Effectiveness of Logo-analysis in Developing Self-awareness among Female Students in Preparatory School**

### **Abstract:**

The present research aims at recognizing the effectiveness of indicative program based upon the technique of logo-analysis used to develop female students' self-awareness. This program is applied to an experimental sample of female students who have low self-awareness. The program includes 15 counseling sessions, two sessions per week. The program lasted 8 weeks. This program has proven its effectiveness in developing their awareness. The researcher has presented some suggestions and recommendations at the end of the work.