

أثر أسلوب القصد المعاكس في تنمية الأمن النفسي لدى طلاب مرحلة الدراسة الإعدادية

أ.م. د. حامد قاسم ريشان

كلية التربية للعلوم الإنسانية / جامعة البصرة

مستخلص البحث

استهدف البحث الحالي التعرف على أثر أسلوب القصد المعاكس في تنمية الأمن النفسي لدى طلاب مرحلة الدراسة الإعدادية، ولغرض اختبار فرضيات البحث استعمل الباحث التصميم التجريبي ذا المجموعة الضابطة ذات الاختبار القبلي والبعدي. وقد شمل مجتمع البحث على طلاب المرحلة الإعدادية بعينة أساسية مقدارها (٤٦٠) طالباً ، أما عينة التجربة فتكونت من (٢٠) طالباً من طلاب مرحلة الدراسة الإعدادية وزعوا بالتساوي على مجموعتين (ضابطة وأخرى تجريبية) ، ولتحقيق أهداف البحث واختبار فرضياته قام الباحث ببناء مقياس للأمن النفسي مكون من (٣٨) فقرة وزعت على (٤) مجالات هي (الشعور بالأمن الشخصي) (الشعور بالاطمئنان حول المستقبل) (الشعور بالأمن الاقتصادي) (الشعور بالأمن الاجتماعي)، فضلاً عن بناء برنامج ارشادي على وفق أسلوب القصد المعاكس وبواقع (١٢) جلسة ارشادية، واتبع الباحث مخطط (الدوسري، ١٩٨٥) لبناء مخطط جلسات برنامج الارشادي.

أظهرت نتائج البحث وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الأمن النفسي، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط رتب درجات أفراد المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الأمن النفسي، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي على مقياس الأمن النفسي. وبناءً على نتائج البحث قام الباحث بوضع عدد من التوصيات منها: على المعلمين والمدرسين بث روح الطمأنينة والأمل لدى طلبتهم بما يساهم في رفع أمنهم النفسي، وضرورة القياس الدوري والمستمر للطلبة للتعرف على مستويات الأمن النفسي لديهم، وعقد ندوات وحلقات نقاشية حول موضوع الأمن النفسي للطلبة في المراحل الدراسية كافة، فضلاً عن اعتماد البرنامج الحالي وتطبيقه على الطلبة بعد ثبات فاعليته في تنمية الأمن النفسي. ووضع الباحث مجموعة من المقترحات التي قد تساهم في حل مشكلة تدني الأمن النفسي منها: إعداد برامج ارشادية قائمة على النظريات المعرفية والسلوكية في تعديل الأمن النفسي على مراحل دراسية أخرى وبعينات مختلفة، وإجراء دراسة ارتباطية بين الشعور بالأمن النفسي وأساليب التنشئة الوالدية أو استعمال القسوة من المعلمين، فضلاً عن إجراء دراسة ارتباطية بين الشعور بالأمن النفسي والقابلية للاستهواء أو المسايرة.

الكلمات المفتاحية: الأمن النفسي ، أسلوب القصد المعاكس.



The effect of the opposite approach is to develop psychological security

Students have a preparatory school

Asst. Prof. Dr. Hamed Kasem Reshan

University of Basra

College of education for human science

Summary of the research

The current research aimed to identify the effect of the opposite approach in developing the psychological security of students in the preparatory stage. For testing the hypotheses, the researcher used experimental design with the control group. The study population consisted of (460) students. The sample consisted of (20) students of the preparatory stage and distributed equally in two groups (experimental and experimental). To achieve the research objectives and test hypotheses, the researcher constructed a security measure Psychological (38) paragraph distributed on (4) areas (sense of personal security) (feeling of reassurance about the future) (sense of economic security) (sense of social security), as well as the construction of a program of guidance in accordance with the method of the opposite intention and the reality of (12) A follow-up session followed the researcher's scheme (Al-Dosari, 1985) to construct the Gel scheme S program beacon.

The results of the study showed statistically significant differences between the scores of the experimental group members in the tribal and remote tests on the psychological security scale. There were no statistically significant differences between the average grade of the control group members in the tribal and remote tests on the psychological security scale and the existence of statistically significant differences between the grades of the experimental group and the control group in the post-test on the psychological security scale. Based on the results of the research, the researcher made a number of recommendations, including: Teachers and teachers to instill confidence and hope in their students to contribute to raising their psychological security, and the need for periodic and continuous measurement of students to identify the levels of psychological security and holding seminars and seminars on the subject of psychological security for students in All stages of study, as well as the adoption of the current program and its application to students after the stability of its effectiveness in the development of psychological security. The researcher developed a number of proposals that may contribute to solving the problem of low psychological security, such as: the preparation of guidance programs based on cognitive and behavioral theories in the adjustment of psychological security in different stages of study and different samples, and conducting a correlation between the sense of psychological security and methods of parenting or cruelty by Teachers, as well as conduct a study of the correlation between the sense of psychological security and the possibility of aversion or compromise.

Key Words: opposite approach, psychological security.

مشكلة البحث

يبحث الناس في مرحلتَي المراهقة والرشد عن الأمن النفسي والطمأنينة الاقتصادية والرضا الاجتماعي، وعلى الرغم من أن المراهقة ينظر إليها بوصفها مرحلة مشاكل متلاحقة، فالمراهقون حساسون بالنسبة لأي تهديد لحاجتهم إلى الطمأنينة والأمن النفسي، فالفرد يكون في حالة أمن متى ما كان مطمئناً على صحته وعمله ومستقبله وأطفاله وحقوقه ومركزه الاجتماعي، ولإرضاء هذه الحاجة فيعمل على إكساب رضا الناس وحبهم واهتمامهم ومساعدتهم العاطفية. فدافعية الراشد في الحياة هي الكفاح للتغلب على النقص ولإحداث حالة من الأمن. (WWW.Cohe.Uckerbala.iq)

وتعد الحاجة إلى الأمن من أهم الحاجات النفسية ومن أهم دوافع السلوك طوال الحياة، وهي من الحاجات الأساسية اللازمة للنمو النفسي السوي والتوافق النفسي والصحة النفسية للفرد، والحاجة إلى الأمن هي محرك الفرد لتحقيق أمنه، وترتبط الحاجة إلى الأمن ارتباطاً وثيقاً بغريزة المحافظة على البقاء، وتتضمن شعور الفرد بأن بيئته صديقة مشبعة للحاجات وبأن الآخرين يحبونه ويحترمونه ويقبلونه داخل الجماعة.

ويعد الأمن النفسي من الحاجات المهمة لبناء الشخصية الإنسانية وفقدانها يعد مشكلة تحول دون بناء شخصيته بناءً سليماً، إذ أن جذوره تمتد من الطفولة وتستمر حتى الشيخوخة عبر المراحل العمرية المختلفة، ويصبح أمن الفرد مهدداً إذا ما تعرض إلى ضغوط نفسية واجتماعية لا طاقة له بها في أي مرحلة من تلك المراحل، مما يؤدي إلى الاضطراب النفسي. لذا فإن الأمن النفسي يعد من الحاجات ذات المرتبة العليا للإنسان ولا يتحقق إلا بعد تحقيق الحاجات الدنيا (جبر، ١٩٩٦، ص ٨٠).

إن عدم إشباع حاجة الأمن يجعل الفرد متوتراً أو أكثر قلقاً اتجاه مواقف الحياة اليومية، ويكون أقل مرونة من غيره وأكثر حذراً إذ يكون جامداً متردداً فيستجيب لمواقف الحياة مدفوعاً بما يشعر به من مخاوف وعدم الأمن فيكون سلوكه غير منطقي وغير فعال. (العامري، ١٩٩٩، ص ٣).

تتبع مشكلة البحث الحالي من تأثير الأفراد ولا سيما الطلبة من توافر أو عدم توافر الأمن النفسي، ومدى قدرة البرامج الإرشادية على زيادة الشعور به. ولا سيما البرامج التي تعتمد على الإقناع وتبديل فلسفة الحياة القديمة إلى أخرى جديدة تتعامل مع الأمور بواقعية.

أهمية البحث

يعد الشعور بالأمن حاجة مهمة لجميع الأشخاص في جميع المراحل العمرية، فالطفل في حاجة ماسة للأمن في مرحلة الطفولة نظراً لضعفه وقلة حيلته، وتحقق هذه الحاجة لديه عن طريق إشباع حاجاته الفسيولوجية، وأن يكون موضع عطف وود واهتمام من والديه، وأن يقوموا بوضع الحدود السليمة لسلوكياته، كما أن المراهق في حاجة ماسة للشعور بالأمن في تلك المرحلة التي تعد المرحلة الانتقالية

الى الاعتماد على النفس ، والتي يرغب فيها الفرد في الاستقلال عن أسرته التي تمدّه بالسند الروحي والتوجيهي ، كما أنه يخشى في تلك المرحلة من طغيان دافع الجنس وافلات الزمام من يده ، لذا فإن المراهق في تلك المرحلة في أمس الحاجة الى صديق أو مرشد أو جماعة ينتمي اليها، أو عقيدة دينية تشعره بالأمن (راجع ، ١٩٧٧، ص ١١٤)

إن للشعور بالأمن النفسي دوراً مهماً في تطور شخصية الفرد ونموه المعرفي (Fatil,Reddy,1985,p.12) . ووفقاً لماسلو Maslow فإن الأمن النفسي والصحة النفسية شيان مترادفان (Panwar, 1985,p.17) وبذلك يعد أحد مظاهر الشخصية السوية وضرورة للتكيف السليم، فضلاً عن أن الشعور بعدم الأمن ينعكس على أداء الفرد فيتخاشى الخبرات الجديدة والمواقف غير المتوقعة فيسعى للبحث عن الطمأنينة ويكون سلوكه كثير الشبه بسلوك الأطفال (Fantana.1981.p.72).

والأمن أساسي للتنمية فلا تنمية ولا ازدهار إلا في ظلال أمن سابع، فالتخطيط السليم والابداع الفكري والمثابرة العلمية من أهم مرتكزات التنمية، وهي أمور غير ممكنة الحدوث إلا في ظل أمن واستقرار يطمئن فيه الانسان على نفسه وثرواته واستثماراته. فالإنسان الذي يشعر بالأمن يسعد في عمله وينتج ويمارس حياته الطبيعية (زهران ٢٠٠٢، ص ٨٤).

ويرى الباحث مما سبق مدى أهمية تحقيق الأمن النفسي للإنسان وأن تلك الحاجة تعد محركاً لسلوكه وتوجيهه الوجهة السليمة، أما فقدان الشعور بالأمن من شأنه أن يسبب الاضطرابات النفسية والسلوكية فيؤثر في سير حياة الانسان ونشاطاته المختلفة في شتى المجالات، لذا فإن الأمن النفسي ضرورة لكل فرد ليحيا حياة يتحقق فيها التوازن الانفعالي والتوافق النفسي والصحة النفسية ، لذا يحتاج معظم الأفراد الى ارشادهم عن الكيفية التي يحققون فيها الشعور بالأمن النفسي في حياتهم، وأصبحت الحاجة ملحة لبناء برامج ارشادية تغير نظرتهم للحياة. وتكمن أهمية البحث في:

- ١- يلقي هذا البحث الضوء على الأمن النفسي ودوره في تحسين التوافق والصحة النفسية لدى المراهقين عموماً وطلبة المرحلة الإعدادية خصوصاً.
- ٢- يمكن استعمال البرنامج الارشادي المعد بعد ثبوت صلاحيته أو الاقتداء به لبناء برامج أخرى.
- ٣- أهمية المرحلة العمرية المدروسة وهي مرحلة المراهقة المتأخرة.
- ٤- أهمية فئة الطلاب كونهم العصب الأساسي الذي ترتكز عليه الأمة مستقبلاً.

أهداف البحث: يهدف البحث الحالي الى

"تعرف أثر البرنامج الارشادي في تنمية الأمن النفسي لدى طلبة المرحلة الإعدادية"، من خلال اختبار الفرضيات الآتية:

- ١- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات المجموعة التجريبية على الاختبارين القبلي والبعدي.
- ٢- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات المجموعة الضابطة على الاختبارين القبلي والبعدي
- ٣- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على الاختبار البعدي.

تحديد المصطلحات

الأمن النفسي Emotional Security

الأمن النفسي هو: الطمأنينة النفسية أو الانفعالية وهو الأمن الشخصي، أو أمن كل فرد على حدة، وهو حالة يكون فيها إشباع الحاجات مضموناً وغير معرض للخطر، وهو محرك الفرد لتحقيق أمنه، وترتبط الحاجة الى الأمن ارتباطاً وثيقاً بغريزة المحافظة على البقاء (زهران، ٢٠٠٢، ص ٨٦).

ويعرف الأمن النفسي (شعور الفرد بأنه محبوب ومقبول ومقدر من قبل الآخرين، وندرة شعوره بالخطر والتهديد وإدراكه أن الآخرين ذوي الأهمية النفسية في حياته (خاصة الوالدين) مستجيبون لحاجاته وموجودين معه بدنياً ونفسياً لرعايته وحمايته ومساندته عند الأزمات (مخير، ٢٠٠٣، ص ٦١٧).

تعريف ماسلو للأمن النفسي (شعور الفرد بأنه محبوب ومتقبل من الآخرين له مكانة بينهم ويدرك أن بيئته صديقة ودودة غير محبطة ويشعر فيها بندرة الخطر والقلق والتهديد. (أقرع، ٢٠٠٥، ص ١٤)

ويعرف الأمن النفسي (شعور الفرد بالسعادة والطمأنينة والراحة النفسية داخلياً وخارجياً وذلك من خلال رضاه عن نفسه وتقبلها والقناعة بما كتبه الله له، وقدرته على إشباع حاجاته الفسيولوجية والنفسية والاجتماعية بنفسه وقدرة الفرد على التكيف والتوافق مع الحياة التي يعيشها وقدرته على حل مشكلاته وعدم شعوره بالآلام والاحزان). (عقل، ٢٠٠٩، ص ٨)

ويعرف الطهراوي (٢٠٠٦) الشخص الآمن نفسياً بأنه الشخص الذي يشعر أن حاجاته مشبعة، وأن المقومات الأساسية لحياته غير معرضة للخطر، والإنسان الآمن نفسياً يكون في حالة من توازن أو توافق أممي، وفي حالة حرمانه من الأمن يكون فريسة للمخاوف مما ينعكس سلباً على شتى جوانب حياته (الطهراوي، ٢٠٠٦، ص ٩٨٦)

التعريف الاجرائي للأمن النفسي: الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب على مقياس الأمن النفسي الذي أ ستعمل في البحث الحالي.

القصد المعاكس The Opposite Intention

عرفه فرانكل (١٩٨٢): تعريض المسترشد الى أن يفعل أو يرغب في حدوث ما يخاف منه لانتزاع القلق المتوقع الذي يفسر ميكانزمات التغذية الراجعة التي تبدأ الحالة العصابية من خلالها وتجعلها في حالة استمرار (عبد الله، ٢٠١٢، ص ٢١٧)

التعريف الاجرائي: مجموعة من الأنشطة والإجراءات الارشادية المخططة والتي تتضمن مجموعة من الفنيات تقدم من خلال مجموعة من الجلسات تهدف الى تنمية الأمن النفسي لدى طلبة المرحلة الإعدادية.

الإطار النظري

تعد حاجة الأمن النفسي من أهم حاجات الإنسان وأنها محور نشاط السلوك الإنساني بحيث يسخر الإنسان كل قواه وامكانياته العضلية والجسدية لإشباع تلك الحاجة وشعور الإنسان بالحاجة الى الأمن يسيطر عليه ويحدد آراءه وفلسفاته ونظراته لما حوله من البيئة المحيطة وأنه يعيش للأمن وحده باحثاً عنه، فكل ما في الوجود يعد أقل أهمية من الأمن (قمر، ٢٠١٥، ص ٢٦٦). وقد يتعثر إحساس الفرد بالأمن لأسباب عدة تعمل مجتمعة أو بصورة منفردة منها: اخفاق الفرد في اشباع حاجاته، وعدم القدرة على تحقيق الذات وعدم الثقة بالنفس والشعور بعدم التقدير الاجتماعي، والقلق والمخاوف الاجتماعية، والضغط النفسي، وتوقع الفشل، وعدم الاستمتاع بالحياة وأساليب التنشئة الاجتماعية الخاطئة (حمزة، ٢٠٠١، ص ١٣٠)

فالأمن النفسي هو تحرير المرء من الخوف مهما كان مصدره، ولا شك أن الشعور بالأمن من أهم شروط الصحة النفسية، وذلك لأن الخوف هو مصدر لكثير من العلل والمتاعب النفسية، كما انه الوجه الآخر للشعور بالنقص وضعف الثقة بالنفس والشعور بالكراهية (عوض، ١٩٨٨، ص ١٠١)

ويعد مفهوم الأمن النفسي من المفاهيم المركبة في علم النفس ويتداخل في مؤشرات مع مفاهيم أخرى مثل الطمأنينة الانفعالية، والأمن الذاتي، التكيف الذاتي، الرضا عن الذات، مفهوم الذات الإيجابي، التوازن الانفعالي. (سعد، ١٩٩٩، ص ١٥).

كما يعد الأمن النفسي من المتطلبات الأساسية للصحة النفسية التي يحتاج الفرد اليها لكي يتمتع بشخصية إيجابية ومنتزعة ومنتجة وتشير الدراسات السابقة الى أن القلق الزائد يصيب الفرد لاضطرابات نفسية متعددة واحساساً بضعف الشعور بالأمن النفسي في حين يؤدي شعور الفرد بتقبل الآخرين له وحبهم إياه ومعاملته بدفء ومودة وكذلك شعوره بالانتماء الى الجماعة، وان له دوراً فعالاً فيها، واحساسه بالسلامة وقلة الخطر التهديد (العتوم وعبد الله، ٢٠٠٦، ص ١٤).

ويؤكد ليبب (١٩٧٠) أن انعدام الشعور بالأمن يجعل الفرد يجد صعوبة في مواجهة الحياة بما فيها من مشكلات وصعوبات حيث انه في استجاباته للموقف الخارجي تتداخل مخاوفه وقلقه وأنواع الصراع الذي يعاني منه (ليبيب، ١٩٧٠، ص ١١٥)

كما يعد مفهوم الأمن النفسي مفهوماً شاملاً تناولته نظريات علم النفس بشكل عام وركزت عليه دراسات الصحة النفسية بشكل خاص. ويعد ماسلو (١٩٧٠) مفهوم الأمن النفسي محورياً أساس من محاور الصحة النفسية، فالصحة النفسية كحالة لا تعني غياب الأعراض المرضية فقط بل هو أيضاً قدرة الفرد على مواجهة الاحباطات التي يتعرض لها بشكل يضمن له التوافق. ويكمن جوهر الشعور بالأمن النفسي بالشعور بالحب والقبول والتقدير من المحيطين فيه كالوالدين والأصدقاء فضلاً عن شعوره بالانتماء والاستقرار وندرة شعوره بالقلق والضغط النفسي (نعيسة، ٢٠١٢، ص ١٣٢).

ويعد الأمن النفسي من المفاهيم المركبة في علم النفس ويتداخل في مؤشرات مع مفاهيم أخرى مثل الطمأنينة الانفعالية، والأمن الذاتي، التكيف الاجتماعي، الرضا عن الذات، مفهوم الذات الإيجابي، التوازن الانفعالي الخ (سعد، ١٩٩٩، ص ١٥).

أهم النظريات التي تناولت مفهوم الأمن النفسي

١- نظرية فرويد: يرى فرويد إن الشخصية تتكون من ثلاثة مكونات هي الهو (Id)، الأنا (Ego)، الأنا الأعلى (Super Ego)، تعمل هذه المكونات كتركيب متجانس في الفرد السليم نفسياً، وفي حالة الصراع بين هذه المكونات يصبح الفرد متوتراً فاقداً للأمان (هول، ١٩٨٨، ص ٢٢).

٢- نظرية الذات : يؤكد كارل روجرز أن الأمن النفسي هو حاجة الفرد الى الشعور بأنه محبوب ومقبول اجتماعياً، وتكمن جذور هذه الحاجة في أعماق حياتنا الطفولية، فالطفل الآمن الذي يحصل على الحب والرعاية والدفع العاطفي وهو الذي يشعر بحماية من يحيطون به فيرى بيئته الاسرية بيئة آمنة ويميل الى تعميم هذا الشعور فيرى ان البيئة الاجتماعية بيئة مشبعة لحاجاته ويرى في الناس الخير والحب ويتعاون معهم ويحظى بتقديرهم فيقبله الآخرون وينعكس ذلك على تقبله لذاته ، لأن هناك علاقة إيجابية بين تقبل الذات وتقبل الآخرين ، أما الطفل غير الآمن فهو الذي يشعر بالإهمال الانفعالي ويشعر بالنقص العاطفي ، أي أنه يشعر بغياب الحماية ، هذا الطفل يرى ان البيئة مهددة فتتولد لديه بالتدريج الانانية والخوف (السرسى وعبد المقصود، ٢٠٠٣، ص ٣)

٣- نظرية ماسلو: أشار ماسلو الى أن الأمن الانفعالي يمثل الجانب النفسي في الشخصية في سوائها أو مرضها، ويرى أن الاطمئنان النفسي والانتماء والحب عوامل مهمة تقابلها حاجات أساسية عند الفرد ، ولهذا فأن اشباع هذه الحاجات في السنوات المبكرة من حياة الفرد يؤدي الى مشاعر الأمن النفسي في

أية مرحلة عمرية تالية، أما عدم الاشباع لهذه الحاجات أو احباطها فيؤدي الى أعراض مرضية ، وعليه فقد انتهى ماسلو الى أن الشعور بالأمن شعور مركب يتضمن ثلاثة أبعاد أولية وهي: شعور الفرد بأنه محبوب ومتقبل من الآخرين، له مكانة بينهم، ويدرك أن بيئته صديقة ودودة غير محبطة لا يشعر فيها بالخطر والقلق والتهديد ويترتب على هذه الأبعاد الرئيسة مجموعة أخرى من المشاعر. (عبد الله، ١٩٩٦).

ولقد اهتم العديد من علماء النفس بدراسة دوافع السلوك الإنساني التي من بينها دافع الأمن، ومن أشهر هؤلاء العالم ابراهام ماسلو (Maslow) الذي قسم دوافع السلوك الإنساني على خمسة دوافع جعلها تنتظم في شكل هرمي قاعدته الأساسية هي الحاجات الفسيولوجية تليها مباشرة الحاجة الى الأمن، ثم الحاجة الى الحب، وآخرها الحاجة الى تحقيق الذات. وقد أشار أريك أريكسون (Erikson) الى أن الحاجة الى الأمن تعد من أهم الدوافع النفسية والاجتماعية التي تحرك السلوك الإنساني وتوجهه نحو غايته، وإذا أخفق الفرد في تحقيق حاجته من الأمن فإن ذلك يؤدي الى عدم التحرك والتوجه نحو تحقيق الذات (جبر، ١٩٩٦، ص ٨١).

ينجم فقدان الشعور بالأمن عن المواقف الحياتية الضاغطة والتعرض للحوادث والخبرات الحادة والمفاجئة وعدم ثبات المدرسين والآباء في التعامل مع الأطفال ، فالتناقض ما بين معالجة بعض السلوكيات أو التذبذب بين المحبة والكراهية واهمال قدرات المتعلمين والطلبة ومن ثم يتوقعون منهم ما لا يستطيعون عمله ،أي يطلبون منهم الكمال ، كما أن النقد المتعدد والمتكرر للأطفال كل ذلك يساعد على وجود القلق ومما يساعد على عدم الشعور بالأمن والذنب الذي يتولد لدى الأطفال من خلال القيام بسلوكيات قد تخالف القوانين والمعايير الاجتماعية ، كما ان للإحباط المستمر الذي يتعرض له الطفل من الوالدين أو المحيطين قد يعرضه للشعور بعدم الأمن (سمارة ونمر ، ١٩٩٩، ص ١٧٩)

إن الحرمان من الأمن يختلف تأثيره في الصحة النفسية من شخص لآخر ومن مرحلة الى أخرى، فإذا حدث الحرمان في مرحلة الرشد فإن تأثيره السيء قد يكون مؤقتاً يزول بزوال أسبابه وتوفر الأمن ،قد لا يؤثر في الصحة النفسية إذا استطاع الشخص تغيير مطالب أمنه ولم يشعر بقلق الحرمان ، أما اذا حدث الحرمان من الأمن في مرحلة الطفولة المبكرة خاصة فإنه يعيق النمو النفسي ويؤثر تأثيراً سلباً في الصحة النفسية في جميع مراحل الحياة لأن الحرمان من الأمن يعني تهديداً خطيراً لإشباع حاجة الطفل الضرورية وهو ضعيف لا يقوى على اشباعها، فيشعر بقلق الحرمان الذي ينمى فيه سمات التوافق السيء والتي من أهمها سمات القلق والعداوة والشعور بالذنب (محمد ومرسي، ١٩٨٦، ص ٩٦)

ان الحاجة الى الأمن من أهم الحاجات النفسية التي يجب أن تشبع في السنوات المبكرة من حياة الطفل، كما يستمر أثره مع الفرد في حياته المستقبلية حتى بعد أن يتحقق له أسباب الحب والانتماء،

فالفرد يستطيع أن يحتفظ بأمنه في غمار البيئة المنعزلة التي تتطوي على التهديد والخطر (Engler,1998,p.344).

وضع ماسلو الحاجة للأمن في تقسيمه للحاجات الإنسانية في المستوى الثاني من الأنموذج الهرمي للحاجات، وهذا التقسيم يبدأ بالحاجات الفسيولوجية ثم حاجات الأمن ثم الحاجة الى الحب، فالحاجة الى الاحترام والتقدير، فالحاجة الى تقدير الذات.

وتبعاً لنظام ماسلو (١٩٧٠) للحاجات لا يستطيع الفرد الانتقال من مستوى الى مستوى أرقى في الحاجات الا بعد اشباع الحاجات الخاصة بالمستوى الذي يوجد فيه فيظهر تأثيرها في دافعية الفرد فينتقل الى المستوى الأرقى للحاجات (Ryckman, 1992,p.376-377)

ولتحقيق الأمن النفسي يتعين على الفرد ما يأتي:

- اشباع الحاجات الأولية للفرد اساساً مهماً في تحقيق الأمن والطمأنينة النفسية، وهذا ما أكدت عليه النظريات النفسية والتصور الإسلامي بحيث وضعتها بالمرتبة الأولى من حاجات الانسان التي لا حياة بدونها (الصنيع، ١٩٩٥، ص ٦٨)
- الثقة بالنفس والتي تعد من أهم ما يدعم شعور الفرد بالأمن والعكس صحيح فأحد أسباب فقدان الشعور بالأمن والاضطرابات الشخصية هو فقدان الثقة بالنفس (راجع، ١٩٩٢، ص ٢٨)
- تقدير الذات وتطويرها وهو أسلوب يقوم على ان الفرد يطور قدراته ويعتمد عليها عند الأزمات ثم يقوم بتطوير الذات عن طريق العمل على اكسابها مهارات وخبرات جديدة تعينه على مواجهة الصعوبات التي تتجدد في الحياة (الصنيع، ١٩٩٥، ص ٧٠)
- العمل على كسب رضا الناس وحبهم ومساندتهم الاجتماعية والعاطفية بحيث يجد من يرجع اليه عند الحاجة، كما ان للمجتمع دور في تقديم الخدمات التي تضمن للفرد الأمن عن طريق المساواة في المعاملة بين جميع الأفراد مهما كانت مراكزهم الاجتماعية. (راجع، ١٩٩٢، ص ٣٠)

تحدث ماسلو عن أربعة عشر مؤشراً للأمن النفسي يقدمها على وفق السياق الآتي:

- ١- الشعور بمحبة الآخرين وقبولهم ومودتهم.
- ٢- الشعور بالعالم وطناً والانتماء والمكانة بين الجماعة.
- ٣- مشاعر الأمان وندرة مشاعر التهديد والقلق.
- ٤- إدراك العالم والحياة بدفء، حيث يستطيع الناس العيش بأخوة وسعادة.
- ٥- إدراك البشر بصفاتهم الخيرة من حيث الجوهر وبصفاتهم ودودين وخيرين.
- ٦- مشاعر الصداقة والالفة نحو الآخرين، حيث التسامح وقلة العدوانية ومشاعر المودة مع الآخرين.
- ٧- الاتجاه نحو توقع الخير والاحساس بالتقاول بشكل عام.

- ٨- الميل الى السعادة والقناعة.
- ٩- مشاعر الهدوء والراحة والاسترخاء وانتقاء الصراع والاستقرار الانفعالي.
- ١٠- الميل الى الانطلاق من خارج الذات، والقدرة على التفاعل مع العالم ومشكلاته بموضوعية.
- ١١- تقبل الذات والتسامح معها وتقهم الاندفاعات الشخصية.
- ١٢- الرغبة في امتلاك القوة والكفاية في مواجهة المشكلات بدلا من الرغبة في السيطرة على الآخرين والحزم والايجابية.
- ١٣- الخلو النسبي من الاضطرابات العصابية أو الذهانية والقدرة المنظمة على مواجهة الواقع.
- ١٤- الاهتمامات الاجتماعية وبروز التعاون بلطف والاهتمام بالآخرين.
- (عبد المجيد، ٢٠٠٤، ص ٢٤٧)

ونظراً لاعتماد الباحث النظرية الوجودية وبالتحديد وجهة نظر فرانكل فانه سيتطرق الى موجز عن النظرية.

النظرية الوجودية

- أسس النظرية الوجودية: قامت النظرية الوجودية على مجموعة من الأسس المهمة منها:
- ١- إن الانسان حر وهو يصنع نفسه بنفسه، والانسان هو الكائن الواعي بوجوده ومسؤولاً عن هذا الوجود.
- ٢- تعيش الكائنات في ثلاثة عوالم في الوقت نفسه (العالم البيولوجي من غير وعي ذاتي، وعالم العلاقات الداخلية أو المواجهات مع الأشخاص الآخرين مع وجود الوعي المتبادل، وعالم الكينونة أو الكيان الذاتي أو الوجود في ذاته أو العالم الخاص وهو علاقة الفرد بذاته) (باترسون، ١٩٨١، ص ٤٤٥)
- ٣- إن علاقة الشخص بواقعه لا تخلو من التوتر والصراع، فمتطلبات الوجود قد تختلف وتتنافر مع المتطلبات الشخصية، فالفرد يبحث عن استقلاله ويحتاج لتجاوز وتخطي المعايير السائدة، والمجتمع على العكس يريد أن يفرض معايير بأشكال مختلفة ويطلب الخضوع لهذه المعايير ومنها العادات والتقاليد (إسكندر، ١٩٨٨، ص ١٠١)
- المفاهيم الأساسية للنظرية الوجودية
- ١- التسامي بالذات Self-transcendence

يعتبر فرانكل إن تحقيق الذات ليس الغاية القصوى عند الإنسان ولا حتى مقصده الأول، ذلك أن تحقيق الذات إذا صار غاية في حد ذاته فإنه يتعارض مع خاصية تجاوز الذات أو التسامي بالذات وهي الخاصية المميزة للوجود الإنساني (فرانكل، ١٩٨٢، ص ١٨١)

٢- العصاب المعنوي المنشأ No Genic Neurosis

ويعود الى البعد الروحي فهو لا ينشأ نتيجة الصراع بين الغرائز من جهة وبين الدوافع من جهة أخرى، ولكنه نتيجة للصراع بين القيم المختلفة (الزيود، ٢٠٠٨، ص ٢٩٦)

٣- عصاب يوم الأحد Sunday Neurosis وهو نوع من الاكتئاب يصيب الفرد في أيام الراحة بعد انتهاء أسبوع مزدحم بالمشاغل، وهو يصيب الطلبة عند انتهاء العام الدراسي وبعد التخرج وعدم الحصول على عمل أو بعد التقاعد على المعاش (فرانكل، ١٩٨٢، ص ١٤٣)

٤- الفراغ الوجودي Existential Vacuum

ويرجع فرانكل سبب الفراغ الوجودي الى فقدان عام للمعنى من الحياة، وإن سبب الفراغ الوجودي هو التواكل الذي ينتج عنه الافراط والمغالاة والنظرة الجبرية أو القدرية للحياة (البريثين، ٢٠٠٨، ص ١٤)

٥- معنى الحب The Meaning of Love

هو الطريقة الوحيدة التي يدرك بها الإنسان كائناً آخر في أعماق أغوار شخصيته، وعيش خبرة شخص آخر بكل تفردا وفرديتها وفي الحب يتم فهم الشخص (المحبيب) بأخص خصائصه بوصفه كائناً وحيداً وفريداً (الخوaja، ٢٠٠٩، ص ١٣١-١٣٢)

الأسلوب الارشادي (أسلوب القصد المعاكس)

ويتضمن استبدال الانفعالات غير الصحيحة بالانفعالات الصحيحة، ويسميه فرانكل بالتراجع الى الانفعال السليم، ويعتمد على تغيير اتجاه المسترشد وليس تغيير السلوك، وهذا الأسلوب يشجع المسترشد لكي يرى أعماله بنفسه ويتبين ما بها، ومن ثم يؤدي الى كسر الدائرة غير السليمة في أعماقه مما يدفعه الى التخلص من الأعراض بغض النظر الى الموقف ككل، ومساعدة المسترشد على أن يتعامل مع كل المعاني حتى لو كانت متناقضة (الزيود، ٢٠٠٨، ص ٣٠٥)

إن المرشد الوجودي حين يستعمل طريقة القصد المعاكس فإنه يكون مهتماً كثيراً لا بالعرض في ذاته ولكن باتجاه المسترشد نحو الأعراض.

وتضمن أسلوب القصد المعاكس مجموعة من الفنيات هي:

١- الوعي بالمسؤولية Awareness of Responsibility

يهتم القصد المعاكس بجعل الناس واعين بمسؤولياتهم لأن كون الإنسان مسؤولاً يعد أساساً ضرورياً للوجود الإنساني (باترسون، ١٩٩٠، ص ٤٧١)

٢- أسلوب الفهم The Style of Understanding

يفترض المرشدون أن عالم البيئة المحيطة يمكن أن يفهم ببساطة بواسطة الدراسة المباشرة، وإن البيئة المحيطة في الإرشاد الوجودي هي واحدة من الطرق التي يمكن رؤية المسترشد من خلالها بوصفه شخصاً يختار ويحول ويوجه نفسه تجاه شيء ينبثق ويظهر في الظروف الحاضرة (الزيود، ١٩٩٨، ص ٢٨٦)

٣- اكساب ثقة Cain Confident

وهو شعور المسترشد بالثقة في فاعلية الخدمة الارشادية ويفهم ما يحاول المرشد أن يفعله (باترسون، ١٩٩٠، ص ٤٨٤)

٤- المناقشة والحوار Discussion and Dialogue

المناقشة طريقة تربوية ارشادية تستهدف تعديل بعض السلوكيات والأفكار والمعتقدات والاتجاهات لدى المسترشدين، وتعد من الوسائل الموصلة الى الإقناع وتغيير الاتجاه الذي قد يدفع الى تعديل السلوك الى الأفضل (السليمانى، ٢٠٠٥، ص ٧)

٥- إزالة المخاوف remove Worries

يجري من خلالها تشجيع المسترشد على ان يعرض نفسه للمواقف المخوفة، ولكن من غير حدوث نتائج المشوقة وذلك يؤدي الى انطفاء الخوف المتوقع (باترسون، ١٩٩٠، ص ٤٨٧)

٦- تأكيد الذات Self-Assertive

وتجري تنمية الوعي بالذات من خلال التذكر وشحن الحس البدني، وأن يجرب المسترشد استمرارية الانفعال والاستماع للحديث الذاتي، وأن يقيم تكاملاً للوعي (باترسون، ١٩٩٠، ص ٣٤٨)

٧- تحديد الهدف: يتطلب الارشاد الوجودي هدفاً متفرداً، وبهذا يجد المرشد الوجودي نفسه ملتزماً بمساعدة المسترشد ليكيف نفسه ويضبطها، فهو يساعد المسترشد ليختبر وجوده، وهذا آخر شيء يتوقعه المسترشد من المرشد، فالمسترشد في أغلب الأحيان يحاول بطريقة ما حماية نفسه من رؤية وجوده كما عليه حقيقة (الزيود، ١٩٩٨، ص ٢٨٦).

الدراسات السابقة

لم يحصل الباحث بحسب علمه على أي دراسة تناولت أثر برنامج القصد المعاكس في تنمية الأمن النفسي لذا سيستعرض الدراسات الآتية:

١- دراسات تناولت متغير الأمن النفسي وعلاقته بمتغيرات أخرى:

الدراسات العربية

دراسة كفاقي (١٩٨٩) تقدير الذات في علاقته بالتنشئة الوالدية والأمن النفسي: دراسة في عليّة تقدير الذات

تناولت الدراسة العلاقة بين تقدير الذات وبعض المتغيرات النفسية والاجتماعية التي يمكن أن ترتبط ارتباطاً عالياً وهي التنشئة الوالدية كما يدركها الأبناء والشعور بالأمن النفسي. توصلت الدراسة الى وجود ارتباط بين متغيرات التنشئة الوالدية والأمن النفسي من ناحية وبين الأمن النفسي وتقدير الذات من ناحية أخرى. (كفاقي، ١٩٨٩).

دراسة جبر (١٩٩٦) (بعض المتغيرات الديموغرافية المرتبطة بالأمن النفسي) هدفت الدراسة الى التعرف على العلاقة بين الأمن النفسي وبعض المتغيرات (الجنس، الحالة الاجتماعية، والسن، ومستوى التعليم) على عينة قدرها (٣٤٢) من الذكور والإناث البالغين المتزوجين وغير المتزوجين، واستعمل الباحث اختبار ماسلو للأمن النفسي، وأظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة احصائياً في مستويات الأمن النفسي بين الكور والإناث وزيادة الشعور بالأمن مع تقدم السن وزيادة المستوى التعليمي.

دراسة سعد (١٩٩٨) (مستويات الأمن النفسي والتفوق التحصيلي) وأظهرت النتائج ارتباطاً دالاً بين الشعور بالأمن النفسي والتفوق التحصيلي، وتوجد علاقة فروق دالة في مستويات الأمن النفسي بين المتفوقين وغير المتفوقين وبين التخصصات المختلفة، ولم توجد فروق بين الطلاب والطالبات. دراسة نصيف (٢٠٠١) هدفت الدراسة الى محاولة الكشف عن طبيعة العلاقة بين الالتزام الديني والأمن النفسي لدى طلبة جامعة صنعاء في ضوء بعض المتغيرات، وتوصلت الدراسة الى وجود علاقة ارتباطية قوية بين مستوى الالتزام الديني تعزى لكل من متغير الجنس والتخصص.

دراسة شقير (٢٠٠٢) هدفت الدراسة الى التعرف على العلاقة بين الطمأنينة النفسية والتفاؤل والتشاؤم، وقد أسفرت النتائج الى عدم وجود علاقة دالة احصائياً بين الطمأنينة الانفعالية والتفاؤل.

دراسة السهيلي (١٤٢٥هـ) (٢٠٠٣ م) هدفت الدراسة الى التعرف على علاقة الأمن النفسي بالتحصيل الدراسي لدى طلاب دور رعاية الأيتام بمدينة الرياض، وتوصلت الدراسة الى أن هناك علاقة ارتباطية بين الأمن النفسي والتحصيل الدراسي.

دراسة عبد المجيد (٢٠٠٤) (إساءة المعاملة والأمن النفسي لدى عينة من تلاميذ المدرسة الابتدائية) أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة سالبة بين سوء المعاملة والأمن النفسي.

دراسة السعدي (٢٠٠٥) الأمن النفسي وعلاقته بالتوافق الاجتماعي لدى طلبة الجامعة تحت ظروف الاحتلال.

توصلت الدراسة الى:

- ١- إن مستوى الشعور بالأمن النفسي لدى طلبة الجامعة يميل الى الانخفاض نوعاً ما.
- ٢- أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الأمن النفسي تبعاً لمتغير الجنس ولصالح الذكور. وظهر بأن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية في الأمن النفسي تبعاً لمتغير السكن ولصالح الريف.
- ٣- هناك علاقة بين الأمن النفسي والتوافق الاجتماعي وهي علاقة قوية وموجبة. (السعدي، ٢٠٠٥)

دراسة زاهد (٢٠٠٩) (علاقة النمو النفس - اجتماعي (فاعليات الأنا) والأخلاقي بأنماط السلوك الجانح دراسة مقارنة على عينة من الجانحات وغير الجانحات بمدينة مكة).

وتوصلت النتائج الى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائياً بين فاعليات الأنا والتفكير الأخلاقي.

دراسة محمد (٢٠١٦) علاقة الأمن النفسي بالسلوك العدواني لدى الأطفال في المرحلة العمرية من (٩-١٢ سنة

توصلت الدراسة الى:

- ١- توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائياً عند (٠,٠١) بين فقدان الأمن النفسي والسلوك العدواني.
- ٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في حجم العلاقة بين فقدان الأمن النفسي والسلوك العدواني بين كلا من مجموعة الذكور ومجموعة الإناث.
- ٣- ينبئ فقدان الأمن النفسي بالسلوك العدواني عند الأطفال. (محمد، ٢٠١٦)

الدراسات الأجنبية

دراسة Robert & John 1995 (الأمن النفسي للكبار وأعراض الاكتئاب)

توصلت الدراسة الى وجود علاقة دالة بين العلاقات غير الحميمة والنقص في الشعور بالأمن، وأن انعدام الأمن يؤدي الى ظهور أعراض مرض الاكتئاب.

دراسة Gordon.T. et al, 2004 (الخلافات الزوجية والأمن النفسي - حول العلاقات العائلية وتوافق الطفل)

توصلت الدراسة الى أن الخلافات الزوجية تؤثر سلباً في شعور الطفل بالأمن النفسي.

٢- الدراسات التي تناولت البرامج الارشادية التي استخدمت في تنمية الأمن النفسي.

دراسة الزهراني (١٤٣٤ هـ) (٢٠١٢م) أثر فعالية برنامج ارشادي معرفي سلوكي في تخفيض الوحدة النفسية وزيادة الإحساس بالأمن النفسي لدى طلاب الثانوية. هدفت الدراسة الى معرفة فعالية البرنامج الارشادي المعرفي السلوكي في تخفيض الوحدة النفسية وزيادة الإحساس بالأمن النفسي لدى طلاب الثانوية ، وتكونت عينة الدراسة من (٤٦٥) طالباً من طلاب المرحلة الثانوية بجدة أخذت بطريقة عشوائية طبقية ، وبعد تطبيق المقياس أخذت عينة ثانية قصدية بلغ عددها (٢٠) طالباً قسموا عشوائياً الى مجموعتين ضابطة وتجريبية لكل منها (١٠) طالب واستعمال الباحث مقياس الطمأنينة النفسية من إعداد (الدليم وآخرين ١٩٩٣) ومقياس الوحدة النفسية من إعداد قشقوش ١٩٨١ ، وتوصلت الدراسة الى وجود فعالية للبرنامج الارشادي في تخفيض درجة الوحدة النفسية للمجموعة التجريبية وزيادة الأمن النفسي لديهم ، وأوصت الدراسة بتزويد المرشدين الطلابيين بالبرنامج الارشادي من أجل مساعدة الطلاب في المرحلة الثانوية.

دراسة المنعمي (٢٠١٣) برنامج معرفي سلوكي في تنمية الأمن النفسي لدى المراهقين ذوي الظروف الخاصة.

هدفت الدراسة الى التعرف على مدى فعالية برنامج معرفي سلوكي في تنمية الأمن النفسي لدى المراهقين ذوي الظروف الخاصة ، وذلك على عينة شملت ٣٠ طالباً من طلاب المرحلة المتوسطة والثانوية مجهولي الوالدين ، اختيروا بعد تطبيق مقياس الأمن النفسي على عينة عشوائية عددها (٦٥) طالباً ، وقسم الطلاب على مجموعتين متجانستين الأولى تجريبية وعددها (١٥) طالباً والأخرى ضابطة وعددها (١٥) طالباً ، وتمثلت أدوات الدراسة في مقياس الطمأنينة النفسية من إعداد الدليم وآخرون (١٩٩٣) والبرنامج العلاجي المعرفي السلوكي في تنمية الأمن النفسي من إعداد الباحث والذي تكون من (٩) جلسات ارشادية طبقت على مدى ثلاثة أسابيع ، وقد أوضحت النتائج فعالية البرنامج الارشادي في تنمية الأمن النفسي.

دراسات تناولت أثر برامج ارشادية مستندة للإرشاد الوجودي

دراسة Borkovech & Costello (1993)

" أثر الإرشاد الوجودي والإرشاد المعرفي وأسلوب التدريب على الاسترخاء في خفض القلق "

هدفت الدراسة الى المقارنة بين ثلاثة أساليب ارشادية في خفض القلق وهي (التدريب على الاسترخاء، والإرشاد المعرفي و، الارشاد الوجودي)، وتكونت عينة الدراسة من (٣٨) فرداً متوسط أعمارهم ١٥ سنة، قسمت العينة على ثلاث مجاميع، المجموعة الأولى عددها ١٢ فرداً تلقت الارشاد الوجودي، والمجموعة الثانية ١٢ فرداً تلقت التدريب على الاسترخاء، في حين تلقت المجموعة الثالثة المكونة من ١٤ فرداً تلقت

الارشاد المعرفي. وأوضحت النتائج ان كلاً من الارشاد الوجودي والتدريب على الاسترخاء هما الأفضل في تأثيرهما وفاعليتهما في التخفيف من حدة القلق. (الجبوري، ٢٠١٠، ص ٧٣).

دراسة الوادي (٢٠٠٣)

" فاعلية برنامج ارشادي لخفض القلق الوجودي وتنمية مهارات الحياة لدى المراهق الكفيف" استهدفت الدراسة فاعلية الارشاد الوجودي في خفض القلق وتنمية مهارات الحياة لدى المراهقين الذين يعانون من فقدان البصر. تكونت عينة الدراسة من (٢٤) كفيفاً قسمت الى مجموعتين متساويتين احدهما تجريبية والأخرى ضابطة، وتعرضت المجموعة التجريبية الى البرنامج الارشادي، في حين لم تتعرض المجموعة الضابطة الى البرنامج الارشادي الذي كانت مدته ثلاثة أسابيع بواقع تسع ساعات منفصلة. وتوصلت نتائج الدراسة الى انخفاض مستوى القلق لدى أفراد العينة التجريبية وازدياد قابليتهم للاشتراك في النشاطات الاجتماعية والمشاركات الوجدانية.

دراسة الأزيرجاوي (٢٠١٠)

" أثر الأسلوبين الإرشاديين (القصد المعاكس، وصرف التفكير) في خفض الإحباط الوجودي لدى طلاب المرحلة الاعدادية "

هدفت الدراسة الى التعرف على أثر الاسلوبين الارشاديين القصد المعاكس وصرف التفكير في خفض الإحباط الوجودي لدى طلاب المرحلة الإعدادية ، وتكونت عينة الدراسة من (٣٦) طالباً وزعت عشوائياً على ثلاث مجاميع متساوية بالعدد: مجموعتين تجريبيتين وأخرى ضابطة، تعرضت المجموعتين التجريبيتين الى البرنامج الارشادي وكان عدد جلسات البرنامج ١٢ جلسة لكل أسلوب بواقع جلستين في الأسبوع في حين لم تتلق المجموعة الضابطة أي تدريب ، واسفرت الدراسة عن فعالية البرنامج الارشادي في خفض الإحباط الوجودي للمجموعتين التجريبيتين ، في حين لم يحدث تغيير ذو دلالة على درجات المجموعة الضابطة التي لم تتعرض لأي أسلوب ارشادي ، وأشارت النتائج أيضاً الى أن أسلوب القصد المعاكس كان أكثر فاعلية في خفض الإحباط الوجودي من أسلوب القصد المعاكس (الازيرجاوي، ٢٠١٠،

منهجية البحث واجراءاته

مجتمع البحث: اشتمل مجتمع البحث الحالي على طلاب المرحلة الإعدادية للعام الدراسي ٢٠١٧-٢٠١٨ والبالغ عددهم (٢٨١٠٣) طالب موزعين على مدارس محافظة البصرة.

عينة البحث: قسمت عينة البحث الحالي الى:

١- عينة البناء: تألفت عينة البناء من (٤٦٠) طالباً اختيرت بطريقة عشوائية لأغراض استخراج القوة التمييزية ومعامل الثبات ومفهومية فقرات المقياس.

- ٢- عينة التجربة: تكونت عينة التجربة من (٢٠) طالباً اختيروا بطريقة قصدية من الذين حصلوا على درجات متدنية على مقياس الأمن النفسي، وقسمت على عینتين احدهما تجريبية والأخرى ضابطة. أدوات البحث: لتحقيق أهداف البحث قام الباحث ببناء مقياس الأمن النفسي على وفق الخطوات الآتية:
- ١- تحديد مجالات المقياس وفقراته: تبنى الباحث في إعداد فقرات المقياس ومجالاته على نظرية (ماسلو للحاجات) وحددت مجالات المقياس بـ (مجال الشعور بالأمن الشخصي، مجال الشعور بالاطمئنان حول المستقبل، مجال الشعور بالأمن الاقتصادي، مجال الشعور بالأمن الاجتماعي).
- ٢- صياغة فقرات المقياس: صيغت فقرات المقياس اعتماداً على أدبيات الموضوع وبعض الدراسات السابقة، وتكونت من (٣٨) فقرة موزعة على أربعة مجالات، المجال الأول بواقع (١١) فقرة، والمجال الثاني بواقع (٩) فقرات، والمجال الثالث بواقع (٩) فقرات، والمجال الرابع بواقع (٩) فقرات.
- ٣- صلاحية فقرات المقياس: عرضت فقرات المقياس على مجموعة من المختصين في مجال القياس والتقويم والإرشاد النفسي، وللحكم على صلاحية الفقرات استعمل الباحث معادلة (C.V.R) (Cohen,1988,p.127).
- ٤- وضوح تعليمات المقياس (التطبيق الاستطلاعي): طبق المقياس على عينة من (٢٠) طالباً اختيروا عشوائياً من المجتمع.
- ٥- تصحيح المقياس: وضعت ثلاثة بدائل للاستجابة بثلاثة أوزان تتراوح درجاتها بين (١-٣) وإن أعلى درجة يمكن أن يحصل عليها المستجيب (١١٤) وأقل درجة (٣٨).
- ٦- تحليل الفقرات احصائياً:
- الصدق الظاهري Face Validity من خلال عرض المقياس على مجموعة من المختصين في مجال القياس والتقويم والإرشاد النفسي.
- صدق البناء:
- أ- القوة التمييزية للفقرات: اتبع الباحث أسلوب المجموعتين الطرفيتين باختيار عينة من الطلبة تبلغ (٤٠٠) طالباً، وبعد تحديد درجاتهم، رتبوا حسب الدرجات الحاصلين عليها من الأعلى الى الأدنى، ثم اختير نسبة ٢٧% من الطلاب ذوو الدرجات العليا ومثلها لذوي الدرجات الدنيا. وعند مقارنة القيم المحسوبة بالقيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) وبدرجة حرية (٣٩٩) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) كانت جميع فقرات المقياس مميزة، وكما موضح في الجدول (٢)

جدول (٢) القوة التمييزية لفقرات المقياس

القيمة التائية المحسوبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		التسلسل
	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	
١٩,٨٤٧	٠,٩٦	١,٤٢	٠,٨٩	٢,٧٢	١
٣٨,٧٠٩	٠,٢٠	١,٥٦	٠,٥٢	٢,٦٤	٢
٣٠,٩٩٥	٠,٦٣	١,٤٥	٠,٦٢	٢,٨٢	٣
٣٩,٦٢٣	٠,٧٤	١,٢٢	٠,٤١	٢,٩٠	٤
١٥,٥٤٢	٠,٣٠	١,٩٠	٠,٩٣	٢,٦٦	٥
٣٧,٠٥٩	٠,٢٣	١,٣٢	٠,٢٥	١,٩٥	٦
١٨,٧١	٠,٥٣	١,٥٥	١,١٢	٢,٧١	٧
٣٩,٨	٠,٦٢	١,٠٧	٠,٤٦	٢,٦٣	٨
٣٧,٠٥٩	٠,٢٥	١,٠٢	٠,٢٣	٢,٦٧	٩
١٤,١١٩	٠,٥٥	٢,٠٩	٠,٤٩	٢,٦١١	١٠
١٣,٧٩٣	٠,٢٥	٢,٠٥	٠,٥٣	٢,٤٥	١١
٢٩,٧٠٢	٠,٤٠	١,٩٨	٠,٥٤	٢,٤٩	١٢
٣٠,٣٤١	٠,٤٢	١,٨٣	٠,٤٩	٢,٨١	١٣
١٧,٩٨	٠,٣٣	١,٨٢	٠,٥٤	٢,٣٩	١٤
١٧,٤٨٥	٠,٤٣	٢,٠١	٠,٤٩	٢,٥٨	١٥
٣٠,٥٥٦	٠,٢٣	١,٩٩	٠,٢٨	٢,٥٤	١٦
١٠,٧٣٤	٠,٥٢	٢,٢٢	٠,٤٨	٢,٦٠	١٧
١٧,٨١٦	٠,٤٦	١,٩٢	٠,٥٢	٢,٥٤	١٨
١١,٤٢٩	٠,٥٤	١,٨٣	٠,٤٤	٢,٢٣	١٩
٢٨,٨٢٤	٠,٤٤	١,٠١	٠,٥٢	١,٩٩	٢٠
١٠,٦١٢	٠,١٢	٢,٠٠	٠,٩٧	٢,٥٢	٢١
٨,٠٩٥	٠,٣٥	٢,٢٥	٠,٢٢	٢,٤٢	٢٢
١٥,٣١٩	٠,٤٥	١,٨٣	٠,٨٢	٢,٥٥	٢٣
٢,٧٠٢	٠,٦٢	١,٨٨	٠,٤٠	١,٩٨	٢٤
٦,٢٥	٠,٥١	١,٩٨	٠,٦٢	٢,٢٣	٢٥

٢٦	٢,٢٢	٠,٩٥	١,٨٦	٠,٤٧	٦,٧٩٢
٢٧	٢,٦٤	٠,٨٨	١,٩٥	٠,٣٣	١٤,٦٨١
٢٨	٢,٠٠	٠,٥٤	١,٢٣	٠,٥٥	١٩,٩٤٨
٢٩	٢,١٣	٠,٤٧	١,٩٠	٠,٣٦	٧,٧٧
٣٠	٢,٢٤	٠,١٢	١,٨٤	٠,٢٧	٢٧,٠٢٧
٣١	٢,٦٢	٠,٥٥	١,٩٢	٠,٢٥	٢٣,١٧٩
٣٢	٢,٤٤	٠,٦٢	١,٣٤	٠,٨٢	٢١,٣٥٩
٣٣	٢,٥٦	٠,٧٨	١,٢٧	٠,٣٣	٣٠,٤٢٥
٣٤	٢,٧٠	٠,٥٢	٢,١٠	٠,٥١	١٦,٤٥٦
٣٥	٢,٩٠	١,٣٢	١,٢٢	٠,٥٤	٢٣,٥٢٩
٣٦	٢,٨٣	٠,٥٢	١,٩٢	٠,٤٤	٢٦,٦٨٦
٣٧	٢,٦٤	٠,٦٢	١,٨٩	٠,٥٧	١٧,٧٧٣
٣٨	٢,٥٣	٠,٧٧	١,٨١	٠,٤٧	١٥,٩٢٩

ب- علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس: تشير انستازي الى أن ارتباط درجة الفقرة بدرجة المحك الخارجي أو الداخلي يعد مؤشراً على صدقها، وعندما لا يتوافر محكاً خارجياً فإن أفضل طريقة هو المحك الداخلي عن طريق ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس (Anastasia , 1988 ,p.211).

ولحساب معامل الارتباط بين درجات أفراد العينة على كل فقرة من فقرات المقياس ودرجاتهم الكلية حسب معامل ارتباط بيرسون، وبعد اختبار بمعادلة القيمة التائية لدلالة معامل الارتباط، وفي ضوء المؤشرات اتضح ان جميع الفقرات مرتبطة بالدرجة الكلية للمقياس وأبقي عليها كون معامل ارتباطها أعلى من القيمة الجدولية البالغة (٠,٠٩٨).

ج- علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي اليه.

استخرجت معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي اليه، واتضح ان جميع الفقرات دالة احصائياً وذات ارتباط مقبول مقارنة بالقيمة الجدولية وبعد اخضاعها لمعادلة القيمة التائية لدلالة معامل الارتباط، وجرى الإبقاء عليها.

د- علاقة درجة المجال بالدرجة الكلية للمقياس.

استخرج الباحث العلاقة الارتباطية بين درجة كل مجال من مجالات المقياس والدرجة الكلية للمقياس، وتبين بأن

هـ- علاقة درجة كل مجال بالدرجة الكلية للمجالات الأخرى.

ثبات المقياس: تم استخراج ثبات المقياس باستعمال طريقة الاختبار وإعادة الاختبار (Test-re test) على عينة بلغت (٤٠) طالباً من طلاب المرحلة الاعدادية اختبروا عشوائياً، وتبين أن معامل الثبات بين التطبيقين قدره (٠,٧٤) وهو ثبات يمكن الركون اليه واعتماده كمؤشر على ان المقياس ثابت.

التصميم التجريبي: يقصد بالتصميم التجريبي وضع الهيكل الأساس للتجربة، وعلى ذلك يتضمن وصفاً للجماعات التي يتكون منها أفراد التجربة وتحديد الطرائق التي يجري فيها اختيار هذه العينة (العيسوي، ٢٠٠٠، ص ٨٠)، واعتمد الباحث تصميم المجموعتين ذوات الاختبارين القبلي والبعدي، وقد صمم البرنامج على وفق الخطوات الآتية:

- ١- اختيار (٢٠) طالباً عينة للبرنامج الارشادي.
 - ٢- توزيع العينة الى مجموعتين (ضابطة وتجريبية).
 - ٣- اجراء التكافؤ بين المجموعتين في متغيرات (درجات أفراد المجموعتين على مقياس الأمن النفسي، والحالة الاقتصادية للأسرة).
 - ٤- تطبيق الأسلوب الارشادي على المجموعة التجريبية وترك المجموعة الضابطة من دون تطبيق أي أسلوب أو فنيات.
 - ٥- اجراء المقارنات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية.
- صدق البرنامج: لاستخراج صدق البرنامج عرض على مجموعة من المحكمين في الارشاد النفسي وإعداد البرامج الارشادية، وطلب منهم بيان رأيهم بشأن صلاحية البرنامج الارشادي أو عدم صلاحيته.
- البرنامج الارشادي**
- وقد بني البرنامج الارشادي على وفق نظام (التخطيط والبرمجة والميزانية) إذ يعد أحد الأساليب الفعالة في التخطيط، إذ يسعى الى أقصى فعالية بأقل التكاليف (الدوسري، ٩٨٥، ص ٢٤٢).
- واتخذت الخطوات الآتية في بناء البرنامج الارشادي.
- ١- تحديد الاحتياجات: من خلال ترتيب فقرات المقياس بعد تطبيقها بحسب أوساطها المرجحة وأوزانها المئوية، كما موضح في الجدول (٣)

جدول (٣) فقرات المقياس مرتبة بحسب اوساطها المرجحة وأوزانها المئوية

ت	نص الفقرة	الوسط المرجح	الوزن المئوي %
١	أعتقد بأن مستقبلي سيكون خالياً من المشاكل	٢,٧	٩٠
٢	يسانندي الآخرين في حل مشكلاتي	٢,٧	٩٠
٣	أرى أن ادائي الدراسي جيد	٢,٧	٩٠
٤	أشعر بالنشاط والحيوية	٢,٦	٨٦,٦٦
٥	أشعر بالأمان والاطمئنان من المجتمع	٢,٥	٨٣,٣٣
٦	أفكر بالزواج مستقبلاً	٢,٥	٨٣,٣٣
٧	أرى أن قدراتي العقلية تؤهلني للنجاح	٢,٤	٨٠
٨	أعتقد أن وضعي المادي جيد	٢,٤	٨٠
٩	أشعر أن أسرتي تسانديني	٢,٤	٨٠
١٠	أشعر بالاطمئنان بشأن قدرتي على اتخاذ قرارات مهمة في حياتي	٢,٣	٧٦,٦٦
١١	يمكنني الحصول على وظيفة بعد تخرجي	٢,٣	٧٦,٦٦
١٢	أتلقي المساندة والدعم الاجتماعي من مدرستي	٢,٣	٧٦,٦٦
١٣	يمكنني البوح بأسراري الى أصدقائي	٢,٣	٧٦,٦٦
١٤	أشعر بالسعادة عند تواجدي مع أسرتي	٢,٣	٧٦,٦٦
١٥	أثق بمن حولي وأشعر بالرضا تجاههم	٢,٢	٧٣,٣٣
١٦	أشعر بالرضا عن نفسي	٢,٢	٧٣,٣٣
١٧	أثق بقدرة البلد على الازدهار	٢,٢	٧٣,٣٣
١٨	أثق بمستقبلي العملي	٢,٢	٧٣,٣٣
١٩	أشعر بالأمان ممن يحيطون بي	٢,٢	٧٣,٣٣
٢٠	أشعر بالسعادة وعدم التوتر	٢,١	٧٠
٢١	أشعر بأنه سيكون لي شأن في المجتمع	٢,١	٧٠
٢٢	هناك تلاحم وتعاطف بين أفراد المجتمع	٢,١	٧٠
٢٣	لدي تفاؤل وأمل في المستقبل	٢	٦٦,٦٦

٢٤	أنا مطمئن بشأن مستقبل أسرتي	٢	٦٦,٦٦
٢٥	أرى أن بناء المجتمع بناءً صحيحاً	٢	٦٦,٦٦
٢٦	أعتقد بأنني أقضي وقتي بإنجاز أعمال مفيدة	١,٩	٦٣,٣٣
٢٧	أعتقد بأن الاقتصاد سيتحسن أكثر	١,٩	٦٣,٣٣
٢٨	الحالة الاقتصادية من سيء الى أسوء	١,٩	٦٣,٣٣
٢٩	أعتقد بأنني لا أستطيع الزواج بسبب الوضع الاقتصادي	١,٩	٦٣,٣٣
٣٠	أسعى لأكون مميزاً بين أفراد أسرتي	١,٨	٦٠
٣١	العيش خارج البلاد أفضل من داخله	١,٨	٦٠
٣٢	أعتقد بأنه سيكون لي مورداً ثابتاً أعتمد عليه	١,٨	٦٠
٣٣	سأضطر للهجرة لتحسين وضعي المادي	١,٨	٦٠
٣٤	هناك فرص عمل كثيرة يمكن أن تستوعب كل الشباب	١,٦	٥٣,٣٣
٣٥	أستمتع بالسفرات الترفيهية	١,٥	٥٠
٣٦	لا أشعر بالقلق عند الاستماع الى الأخبار	١,٤	٤٦,٦٦
٣٧	أشعر بالقلق بشأن مستقبل الثروات في بلادي	١,٢	٤٠
٣٨	سألتحق بالجامعة بعد تخرجي من الإعدادية	١,١	٣٦,٦٦

٢- تحديد الأولويات: حددت الأولويات من خلال ترتيب فقرات المقياس تنازلياً، وعدت الفقرات التي حصلت على وسط حسابي يساوي (٢) فأكثر بمثابة حاجة للأمن النفسي. وقد صيغت موضوعات للجلسات الارشادية بناءً على حاجات المسترشدين، وعرضت الجلسات على مجموعة من المتخصصين في الارشاد النفسي لإبداء آراءهم بشأن صلاحيتها، وكانت عناوين الجلسات الارشادية، وقد روعي في تحديد الأولويات اتجاه الفقرات إيجابية أو سلبية. كما موضح بالجدول (٤)

جدول (٤) عناوين جلسات البرنامج الإرشادي

عناوين الجلسات	نص الفقرات	تسلسل الفقرة في المقياس
الثقة بالنفس	أشعر بالرضا عن نفسي.	٨
	أرى أن أدائي الدراسي جيد.	١١
الإمكانيات والقدرات	أرى أن قدراتي العقلية ستؤهلني للنجاح.	٤
	أشعر بالاطمئنان حول قدرتي على اتخاذ القرارات المهمة في حياتي.	١
الشعور بالسعادة	أشعر بالنشاط والحيوية.	٥
	استمتع بالسفرات الترفيهية.	٣
	أشعر بالسعادة وعدم التوتر.	١٠
رسم معنى الحياة	أشعر بأنه سيكون لي شأن في المجتمع.	١٧
	أفكر بالزواج مستقبلاً.	١٤
الاطمئنان الانفعالي	يمكنني الحصول على وظيفة بعد تخرجي.	١٢
	العيش خارج البلاد أفضل من داخله.	١٥
	أعتقد بأن مستقبلي سيكون خالياً من المشاكل.	١٩
	أنا مطمئن بشأن مستقبل أسرتي.	٩
التفاؤل والأمل	أعتقد بأن وضعي المادي جيد.	٢١
	أثق بقدرة البلد على الازدهار الاقتصادي.	٢٢
	أثق بمستقبلي العملي.	٢٠
	لدي تفاؤل وأمل في المستقبل.	١٦
الثقة بالآخرين	يمكنني البوح بأسراري الى أصدقائي.	٣٤
	أشعر بالسعادة عند تواجدي مع أسرتي.	٣٧
	أشعر بالأمان والاطمئنان من المجتمع.	٣٨
	أثق بمن حولي وأشعر بالرضا تجاههم.	٢
التعاطف	هناك تلاحم وتعاطف بين أفراد المجتمع.	٣١
	أتلقي المساندة والدعم الاجتماعي من مدرستي.	٣٢
	أشعر بأن أسرتي تساندني.	٣٣
الاندماج الاجتماعي	يساندني الآخرون في حل مشكلاتي	٣٦
	أرى أن بناء المجتمع بناءً صحيحاً.	٣٠
	أشعر بالأمان ممن يحيطون بي.	٣٥

٣- تحديد الأهداف العامة والسلوكية.

٤- تحديد الأنشطة والفنيات: اعتمد الباحث على الفنيات الخاصة بأسلوب القصد المعاكس وهي (إزالة المخاوف، اكساب الثقة، تأكيد الذات، والمناقشة والحوار).

نتائج البحث

١- نتائج الفرضية الأولى: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات المجموعة التجريبية على الاختبارين القبلي والبعدي".

مستوى الدلالة ٠,٠٥	قيمة (و)		رتب الفروق	الفروق	درجات الاختبار	
	الجدولية	المحسوبة			القبلي	البعدي
دال	٨	صفر	٥	٢٥	١٠٥	٨٠
			٣	٢٠	١٠٤	٨٤
			٥	٢٥	١٠٠	٧٥
			٩	٣٨	٩٨	٦٠
			١	١٧	٨٧	٧٠
			٢	١٩	١٠١	٨٢
			١٠	٤٤	٨٩	٤٥
			٧	٣٣	١٠٤	٧١
			٨	٣٤	١٠٦	٧٢
			٥	٢٥	٩٩	٧٤

يتضح من الجدول المذكور آنفاً أن هناك فروقاً دالة إحصائية بين رتب درجات المجموعة التجريبية على الاختبارين القبلي والبعدي، وهذا يدل على تأثير البرنامج الإرشادي في تنمية الأمن النفسي للمجموعة التجريبية، ويوعز الباحث ذلك إلى اعتماد الباحث على الأسس النظرية العلمية في بناء البرنامج الإرشادي واعتماد أسلوب القصد المعاكس بفنياته وفاعليته في تعديل الأمن النفسي لدى الطلاب.

٢- نتائج الفرضية الثانية: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات المجموعة الضابطة على الاختبارين القبلي والبعدي".

مستوى الدلالة	قيمة (و)		رتب الفروق مع الإشارة	رتب الفروق دون إشارة	الفروق	درجات الاختبار	
	الجدولية	المحسوبة				القبلي	البعدي
غير دالة إحصائياً	٨	١٨,٥	١,٥-	١,٥	١-	٧٥	٧٤
			٤	٤	٢	٦٢	٦٤
			٨,٥	٨,٥	٤	٧٤	٧٨
			٤-	٤	٢-	٧٢	٧٠
			٦,٥-	٦,٥	٣-	٦٩	٦٦
			١,٥	١,٥	١	٦٤	٦٥
			١٠	١٠	٦	٧٠	٧٦
			٤	٤	٢	٦٥	٦٧
			٦,٥-	٦,٥	٣-	٨٠	٧٧
			٨,٥	٨,٥	٤	٥٦	٦٠
						٣٦,٥ = ١ و	١٨,٥ = ١ و

يتبين من الجدول المذكور آنفاً عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات المجموعة الضابطة على الاختبارين القبلي والبعدي، ويوعز الباحث هذه النتيجة الى عدم تعرض المجموعة الضابطة الى البرنامج الارشادي والى الضبط التجريبي الذي أسهم في هذه النتيجة.

٣- نتائج الفرضية الثالثة: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على الاختبار البعدي".

مستوى الدلالة ٠,٠٥	قيمة (U)		المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية	
	الجدولية	المحسوبة	الرتبة	الدرجة	الرتبة	الدرجة
			١	٦٠	١٩	١٠٥
			٢	٦٤	١٧,٥	١٠٤
			٣	٦٥	١٥	١٠٠
			٤	٦٦	١٣	٩٨
			٥	٦٧	١١	٨٧

دال احصائياً	٣٣	صفر	٦	٧٠	١٦	١٠١
			٧	٧٤	١٢	٨٩
			٨	76	١٧,٥	١٠٤
			٩	77	٢٠	١٠٦
			١٠	٧٨	١٤	٩٩
			مجموع الرتب = ٥٥		مجموع الرتب = ١٥٥	

يتبين من الجدول المذكور آنفاً وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على الاختبار البعدي، ويوعز الباحث ذلك الى فاعلية البرنامج الارشادي وأثره في الاسهام بهذه النتيجة، ويبين مدى استفادة المجموعة التجريبية من البرنامج الارشادي.

الاستنتاجات:

- ١- من الممكن تنمية الأمن النفسي للأفراد عن طريق تغيير مشاعرهم نحوه، ورسم فلسفة حياة جديدة تؤمن بالثقة والتفاؤل والاطمئنان النفسي.
- ٢- قدرة البرامج الارشادية بطريقة الارشاد الوجودية في تنمية الأمن النفسي.
- ٣- يمكن تنمية الأمن النفسي في المراحل العمرية المتقدمة لأنه ليس سمة ملاصقة للفرد بل هو حالات من الممكن تعديلها وتنميتها.
- ٤- اتفقت نتائج هذه الدراسة مع نتائج الدراسات السابقة في فعالية الارشاد الوجودي على تنمية المن النفسي.

التوصيات: بناءً على النتائج التي توصل اليها البحث الحالي يوصي الباحث بـ:

- ١- على المعلمين والمدرسين بث روح الطمأنينة والأمل لدى طلبتهم بما يسهم في رفع أمنهم النفسي.
- ٢- ضرورة القياس الدوري والمستمر للطلبة للتعرف على مستويات الأمن النفسي لديهم، وعقد ندوات وحلقات نقاشية عن موضوع الأمن النفسي للطلبة في المراحل الدراسية كافة.
- ٣- اعتماد البرنامج الحالي وتطبيقه على الطلبة بعد ثبات فاعليته في تنمية الأمن النفسي.

المقترحات: وضع الباحث مجموعة من المقترحات التي قد تسهم في حل مشكلة تدني الأمن النفسي منها:

- ١- إعداد برامج ارشادية قائمة على النظريات المعرفية والسلوكية في تعديل الأمن النفسي على مراحل دراسية أخرى وبعينات مختلفة.

٢- اجراء دراسة ارتباطية بين الشعور بالأمن النفسي وأساليب التنشئة الوالدية أو استعمال المعلمين القسوة.

٣- اجراء دراسة ارتباطية بين الشعور بالأمن النفسي والقابلية للاستهواء أو المسايرة أو الاعتمادية الزائدة.

المصادر

الأزيرجاوي، رحيـم هملي (٢٠١٠) أثر الاسلوبين الارشاديين القصد المعاكس وصرف التفكير في خفض الإحباط الوجودي لدى طلاب المرحلة الإعدادية، رسالة دكتوراه، كلية التربية، الجامعة المستنصرية. أقرع أياد محمد نادي (٢٠٠٥) الشعور بالأمن النفسي وتأثره ببعض المتغيرات لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية، كلية الدراسات العليا، فلسطين.

إسكندر، نبيل رمزي (١٩٨٨) الاغتراب وأزمة الإنسان المعاصر، الطبعة الأولى، دار المعرفة الجامعية، القاهرة.

باترسون، س هـ (١٩٨١) نظريات الارشاد والعلاج النفسي، ترجمة حامد عبد العزيز الفقي، الطبعة الأولى، دار القلم للنشر والتوزيع، الكويت.

باترسون، س هـ (١٩٩٠) نظريات الارشاد والعلاج النفسي، ترجمة حامد عبد العزيز الفقي، الطبعة الأولى، دار القلم للنشر والتوزيع، الكويت.

البريثين، عبد العزيز عبد الله (٢٠٠٨) الارشاد الأسري، دار الشروق، عمان، الأردن.

جبر، محمد (١٩٩٦) بعض المتغيرات الديموغرافية المرتبطة بالأمن النفسي، مجلة علم النفس، المجلد العاشر، العدد ٣٩، الهيئة المصرية للكتاب، القاهرة، مصر.

الجبوري، عباس شمران شهد (٢٠١٠) فاعلية برنامج ارشادي جمعي بأسلوبين معنى الحياة والتسامي بالذات في خفض القلق الوجودي لدى المراهقات المقيمات في دور الدولة، أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية ابن رشد، جامعة بغداد.

الدوسري، صالح جاسم (١٩٨٥) الاتجاهات العلمية في تخطيط برامج التوجيه والإرشاد، مجلة رسالة الخليج العربي، العدد (١٥) المملكة العربية السعودية.

راجح، أحمد عزت (١٩٩٢) أصول علم النفس، الطبعة ١١، دار المعارف بمصر، القاهرة، مصر.

راجح، أحمد عزت (١٩٧٧) أصول علم النفس العام، الطبعة ١١، دار المعارف بمصر، القاهرة.

زاهد، رانية (٢٠٠٩) علاقة النمو النفس - اجتماعي (فاعليات الأنا) والأخلاقي بأنماط السلوك الجانح دراسة مقارنة على عينة من الجانحات وغير الجانحات بمدينة مكة، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة أم القرى، مكة المكرمة، السعودية.

الزعبي، أحمد محمد (٢٠٠٢) الأمراض النفسية والمشكلات السلوكية والدراسية عند الأطفال، دار زهران للنشر والطباعة، عمان، الأردن.

زهران، حامد عبد السلام (١٩٨٩) الأمن النفسي دعامة أساسية للأمن القومي العربي، مجلة دراسات تربوية، مجلد ٤، العدد ١٩، حزيران - تموز، عالم الكتب، القاهرة، ص ٢٩٦-٢٩٧.

زهران، حامد عبد السلام (٢٠٠٢) دراسات في الصحة النفسية والإرشاد النفسي، الطبعة ١، مصر، القاهرة.

الزهراني، بالخير (١٤٣٤هـ) فاعلية برنامج ارشادي معرفي سلوكي في تخفيض درجة الوحدة النفسية وزيادة درجة الأمن النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة جدة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى، مكة المكرمة.

الزيود، نادر فهمي (٢٠٠٨) نظريات الارشاد والعلاج النفسي، الطبعة الثانية، دار الفكر، عمان، الأردن.

حافظ، سلام هاشم وراضي، أحمد إبراهيم (٢٠١٠)، دراسة (قياس الشعور بالأمن النفسي لدى طلبة جامعة بابل)، مجلة القادسية للعلوم الإنسانية، العدد ٤، المجلد الثالث ص ٣٠١-٣٠٢.

الخوaja، عبد الفتاح محمد (٢٠٠٩) الارشاد النفسي والتربوي بين النظرية والتطبيق، دار الثقافة، عمان، الأردن.

العامري، فريدة محي الدين (١٩٩٩) الأمن النفسي وعلاقته بالشعور بالعوز الغذائي لدى طلبة المرحلة الثانوية في مدينة صنعاء وعدن، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، ابن رشد، جامعة بغداد.

عبد الله، محمد قاسم (٢٠١٢) نظريات الارشاد والعلاج النفسي، دار الفكر ناشرون وموزعون، عمان، الأردن.

عبد الله، هشام (١٩٩٦) الاتجاه نحو التطرف وعلاقته بالحاجة للأمن النفسي لدى عينة من العاملين وغير العاملين، بحث منشور، مجلة الارشاد النفسي، العدد الخامس، جامعة عين شمس.

عقل، وفاء علي سليمان (٢٠٠٩) الأمن النفسي وعلاقته بمفهوم الذات لدى المعاقين بصرياً، الجامعة الإسلامية، عمادة الدراسات العليا، كلية التربية، قسم علم النفس، فلسطين.

عبد المجيد، السيد (٢٠٠٤) إساءة المعاملة والأمن النفسي لدى عينة من تلاميذ المدارس الابتدائية، مجلة دراسات نفسية، المجلد ١٤، العدد ٢، رابطة الاخصائيين النفسيين المصرية.

العقيلي، عادل (٢٠٠٤) الاغتراب وعلاقته بالأمن النفسي، رسالة ماجستير، كلية الدراسات العليا، جامعة نايف للعلوم الأمنية، الرياض، السعودية.

عودة، محمد وكمال، مرسى (٢٠٠٤) الصحة النفسية، الطبعة ١، مكتبة دار الثقافة للنشر، عمان، الأردن.

السرسى، أسماء وعبد المقصود أمانى (٢٠٠٣) مقياس الحاجات النفسية، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة، مصر.

سعد، علي (١٩٩٨) مستويات الأمن النفسي والتفوق التحصيلي، بحث ميداني على الطلبة المتفوقين مقارنة بغير المتفوقين في جامعة دمشق، مجلة جامعة دمشق، المجلد ١٤، العدد ٣).

سعد، علي (١٩٩٩) مستويات الأمن النفسي لدى الشباب الجامعي، مجلة جامعة دمشق، المجلد ١٥، العدد ١، ص ٥٠-٧٧).

السليمانى، هانى (٢٠٠٥) الحوار دليلك الى تطوير شخصيتك كيف تحاور الآخرين، الطبعة الأولى، دار إسراء، عمان، الأردن.

سمارة، عزيز وعصام، نمر (١٩٩٩) محاضرات في التوجيه والإرشاد، الطبعة ٣، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، الأردن.

السهيلي، عبد الله (١٤٢٤ هـ) الأمن النفسي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى طلاب دور الإيتام بمدينة الرياض، رسالة ماجستير غير منشورة، أكاديمية نايف العربية للعلوم الأمنية، الرياض.

شقيير، زينب (٢٠٠٢) الشخصية السوية والمضطربة، الطبعة ٢، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة.

شقيير، زينب (٢٠٠٥) مقياس الأمن النفسي، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة.

الصنيع، صالح (١٩٩٥) دراسات في التأصيل الإسلامي لعلم النفس، الطبعة ١، دار الكتب، الرياض، السعودية.

فراكل، فيكتور (١٩٨٢) الارشاد الأسري، دار الشروق، عمان، الأردن.

قمر، مجذوب أحمد محمد (٢٠١٥) الأمن النفسي وتقدير الذات وعلاقتهما بالاتجاهات التعصبية (دراسة مسحية على طلاب جامعة دنقلا كليتي التربية مروي والآداب كريمة مجلة الدراسات الاقتصادية والاجتماعية، العدد ٢، سبتمبر، السودان، ص ١-٣٣).

هول كالفن س (١٩٨٨) مبادئ علم النفس الفرويدي، ترجمة دحام الكيال، الطبعة الثالثة، بغداد، مطبعة الرصافي.

نعيسة، عذراء (٢٠١٢) الاغتراب النفسي وعلاقته بالأمن النفسي، دراسة ميدانية على عينة من جامعة دمشق القاطنين بالمدينة الجامعية، مجلة جامعة دمشق، المجلد ٢٨، العدد الثالث.

مخيمر، عماد محمد (٢٠٠٣) استبيان الأمن النفسي، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة، مصر.

محمد، وفاء عطوة عبد المالك (٢٠١٦) **علاقة الأمن النفسي بالسلوك العدواني لدى الأطفال في المرحلة العمرية من (٩-١٢) سنة**، معهد الدراسات العليا للطفولة، قسم الدراسات النفسية للأطفال، جامعة عين شمس.

المنعمي، أنوار راجح مسعود (٢٠١٣) **فعالية برنامج معرفي سلوكي في تنمية المن النفسي لدى المراهقين ذوي الظروف الخاصة**، رسالة ماجستير، برنامج الدراسات العليا. المملكة العربية السعودية، جامعة الملك عبد العزيز.

الوادي، فهد (٢٠٠٣) **فاعلية برنامج ارشادي في خفض القلق وتعديل بعض المهارات الاجتماعية لدى عينة من المراهقين فاقد البصر**، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة بغداد.

Anastasi, A.(1988) **psychological testing** , (6th ed) ,New York .McMillan.
Engler, Barbara.(1998) **Personality Theories An introduction** ,4th ed, Union
County College, Houghton Mifflin Company, Boston Toronto .
Fatil ,Redd y,A.N.(1985) **Study of felling of security –Insecurity among Professional and non–Professional Student of Gulbarga city**. Indian
psychological Review, Vol 29

WWW.Minshaw.com

Gordon & Others (2004) **Marital Conflict, Child Emotional Security about Family Relationship & Child Adjustment**. School of Psychology. Cardiff
university, Cardiff .U.K.

Fantana,D,(1981). **Personality and Education**, London, Mc Millan Press.
Panwars, S (1985) Roles of Scholastic achieves and School background in
Security. **Asian of psychology and education**, Vol, 15.No, 2
Robert John (1995) **Adult Attachment Security and Symptoms of Depression**,
Vol 70, No (2).
Ryckman, Richard m. (1992) **Theories of Personality** ,5th ed, University of
Maine Brooks, Cole Publishing Company Pacific Grove, California.

WWW.Cohe.Uckerbala.iq

الملاحق

بناء مقياس الأمن النفسي

جامعة البصرة

كلية التربية للعلوم الإنسانية

قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي

م/ تحكيم فقرات مقياس الأمن النفسي من قبل الخبراء

حضرة الأستاذ الدكتور المحترم

ينوي الباحث القيام بدراسة بعنوان (أثر أسلوب القصد المعاكس في تنمية الأمن النفسي لدى طلبة المرحلة الإعدادية)، وقد بني مقياسه بناءً على النظرية الوجودية (فرانكل، ١٩٥١) وقد عرف ماسلو الأمن النفسي (شعور الفرد بأنه محبوب ومتقبل من الآخرين له مكانة بينهم ويدرك أن بيئته صديقة ودودة غير محبطة ويشعر فيها بندرة الخطر والقلق والتهديد. (أقرع، ٢٠٠٥، ص ١٤). وبالنظر لما تمتلكونه من خبرة في مجال بناء البرامج الإرشادية يتوجه اليكم الباحث بالتفضل بتحكيم المقياس من خلال التأشير على فقراته بـ (صالحة، غير صالحة، بحاجة الى تعديل) مع تفضلكم باقتراح التعديل المناسب، أو أي إضافة تجدونها تخدم البحث. مع الشكر والاحترام.

الباحث

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	بحاجة الى تعديل
١	أشعر بالاطمئنان حول قدرتي على اتخاذ القرارات المهمة في حياتي			
٢	أثق بمن حولي وأشعر بالرضا تجاههم			
٣	أستمتع بالسفرات الترفيهية			
٤	أرى أن قدراتي العقلية ستؤهلني للنجاح			
٥	أشعر بالنشاط والحيوية			
٦	لا أشعر بالقلق عند الاستماع الى الأخبار			
٧	أعتقد بأنني أقضي وقتي بإنجاز أعمال مفيدة			
٨	أشعر بالرضا عن نفسي			
٩	أنا مطمئن حول مستقبل أسرتي			
١٠	أشعر بالسعادة وعدم التوتر			

١١	أرى أن أدائي الدراسي جيد		
١٢	يمكنني الحصول على وظيفة بعد تخرجي		
١٣	سألتحق بالجامعة بعد تخرجي من الإعدادية		
١٤	أفكر بالزواج مستقبلاً		
١٥	العيش خارج البلاد أفضل من داخله		
١٦	لدي تفاؤل وأمل في المستقبل		
١٧	أشعر بأنني سيكون لي شأن في المجتمع		
١٨	أسعى لأكون مميزاً بين أفراد أسرتي		
١٩	أعتقد بأن مستقبلي سيكون خال من المشاكل		
٢٠	أثق بمستقبلي العملي		
٢١	أعتقد بأن وضعي المادي جيد		
٢٢	أثق بقدرة البلد على الازدهار الاقتصادي		
٢٣	هناك فرص عمل كثيرة يمكن ان تستوعب كل الشباب		
٢٤	أعتقد بان الاقتصاد سيتحسن أكثر		
٢٥	أعتقد بأنه سيكون لي مورد ثابت أعتمد عليه		
٢٦	الحالة الاقتصادية من سيء الى أسوء		
٢٧	سأضطر للهجرة لتحسين وضعي المادي		
٢٨	أعتقد بأنني لا أستطيع الزواج بسبب الوضع الاقتصادي		
٢٩	أشعر بالقلق حول مستقبل الثروات في بلادي		
٣٠	أرى أن بناء المجتمع بناءً صحيحاً		
٣١	هناك تلاحم وتعاطف بين أفراد المجتمع		
٣٢	أتلقي المساندة والدعم الاجتماعي من مدرستي		
٣٤	أشعر بأن اسرتي تساندني		
٣٥	يمكنني البوح بأسراري الى أصدقائي		
٣٦	أشعر بالأمان ممن يحيطون بي		
٣٧	يساندني الآخرون في حل مشكلاتي		
٣٨	أشعر بالسعادة عند تواجدي مع اسرتي		
٣٩	أشعر بالأمان والاطمئنان من المجتمع		

نماذج من جلسات البرنامج الإرشادي

الجلسة الثانية: الثقة بالنفس

مدة الجلسة: ٦٠ دقيقة

تحديد الاحتياجات	الأهداف السلوكية	الفنيات والأنشطة	التقويم التكويني (البنائي)
١- الحاجة الى بناء الثقة بالنفس.	١- أن يعرف المسترشد أهمية الثقة بالنفس.	١- المناقشة والحوار: عن طريق فتح باب الحوار والمناقشة حول موضوع الثقة بالنفس.	١- توجيه سؤال للمسترشدين حول أهمية الثقة بالنفس.
٢- الحاجة الى التعرف على الاثار السلبية لنقص الثقة بالنفس	٢- ان يعبر المسترشد عن مشاعره السلبية بطريقة فيها ثقة بالنفس.	٢- توضيح أهمية الثقة بالنفس للطالب وأثارها على حياته الاجتماعية والأكاديمية، وشعوره بالأمن النفسي.	٢- الطلب من المسترشدين التعبير عن مشاعرهم، ثم تقويمها بالدقة والصحة.
	٣- أن يكون المسترشد مطمئناً لمشاعر الثقة بالنفس.	٣- جعل المسترشد يعبر عن أفكاره ومعتقداته وانطباعاته ومشاعره مما يجعله يشعر بالأمن النفسي في المجموعة.	٣- توجيه سؤال: هل أصبحت مطمئناً لمشاعرك بالثقة بالنفس.
		٤- يستعرض. المرشد صفات الأشخاص الواثقين بأنفسهم.	٤- تقديم استمارة يطلب فيها المرشد بتقييم الجلسة الارشادية تقييماً عاماً.
		٥- إزالة مخاوف المسترشدين حول عدم قدرتهم على تأكيد ثقتهم بأنفسهم.	٥- تقديم الواجب البيتي : اذكر موقفا تعاملت معه بثقة وآخر كنت فيه مهزوزاً.
		٦- اطلاع المسترشدين على أهمية الوعي بالمسؤولية في اتخاذ القرارات والإصرار على تأكيد الثقة بالنفس.	
		٧- الاعتدال وعدم التفريط بالثقة بالنفس.	

الجلسة الرابعة: الشعور بالسعادة

مدة الجلسة: ٦٠ دقيقة

التقويم التكويني (البنائي)	الفنيات والأنشطة	الأهداف السلوكية	تحديد الاحتياجات
١- هل تعرفت الآن على معنى السعادة الحقيقية.	١- المناقشة والحوار: حول مفهوم السعادة مقابل والاحساس بالراحة واللذة.	١- أن يتصرف المسترشد بسعادة في كافة المواقف.	١- الحاجة للشعور بالسعادة الحقيقية.
٢- هل تغيرت نظرتك للحياة من السلبية الى الايجابية.	٢- مساعدة المسترشد على ضبط النفس ودفعها للسعادة الدائمة وليس المتعة الآنية.	٢- أن يكون المسترشد قادراً على خلق معنى للسعادة.	٢- توضيح معنى السعادة الحقيقية.
٣- هل تعرفت على الفرق بين السعادة واللذة.	٣- توضيح معنى مصطلح طاحونة اللذة: وهو التكيف الذي يحدث بسرعة مع الأشياء الطيبة واللذيذة، ومن ثم البحث عن غيرها بعد ان تفقد بريقها ولذتها.	٣- أن ينظر المسترشد نظرة إيجابية للحياة.	٣- إيجاد معنى للشعور بالسعادة
٤- كيف ستتصرف في المواقف الجديدة في حياتك.	٤- الأقران بين مفهوم السعادة ومعناها والشعور بالأمن النفسي.	٤- أن يفرق المسترشد بين السعادة واللذة المؤقتة.	
٥- قوم الجلسة الارشادية بصورة عامة (جيدة، متوسطة، غير جيدة)	٥- ادماج المسترشدين ببعض الأنشطة التعاونية لاكتشاف معنى السعادة عن طريق التعاون.		
٦- قم بتسجيل مواقف شعرت بها بالسعادة الحقيقية في حياتك.	٦- إزالة مخاوف المسترشدين من قلة الأمن النفسي والثقة بالحياة من خلال رسم معنى السعادة واستعمال الفكر في ايجادها.		
٧- الواجب البيئي: اكتب مقترحاتك حول كيفية صنع الانسان لسعادته.	٧- مساعدة المسترشدين على تأكيد ذواتهم من خلال التحدث عن المواقف السعيدة في حياتهم.		
	٨- الوعي بالمسؤولية: من خلال افهام المسترشدين حول مسؤوليتهم عن سلوكياتهم التي يشعرون بها بالتعاسة أو السعادة.		

الجلسة الخامسة: رسم معنى الحياة

مدة الجلسة : ٦٠ دقيقة

التقويم	الفنيات والأنشطة	الأهداف السلوكية	تحديد الاحتياجات
١- هل استطعت إيجاد واكتشاف معنى الحياة. ٢- هل تشعر بإيجابية نحو الحياة؟ وهل ستتصرف إيجابية حيال مشكلاتها. ٣- هل تشعر بالأمان النفسي بعد فهمك لمعنى الحياة. ٤- اذكر مواقف قابلة للتحدي بما يخدم فلسفة الحياة ذات المعنى. ٥- الواجب البيتي: دون كيف يستطيع الانسان ان يغير نظرتة للحياة.	١- أسلوب الفهم: من خلال التوضيح بأن الانسان الذي لا يستطيع اكتشاف معنى لحياته سيعيش فترة الإحباط الوجودي وعدم الشعور بالأمن النفسي. ٢- اكساب الثقة: من خلال تحفيز المسترشدين على انجاز الأعمال بحماس الاقدام عليها بما يحقق معنى للحياة. ٣- المسؤولية: توضيح مسؤولية المسترشد في تحمل اتخاذ القرار واختياره لأهداف حياته. وأن يبحث عن معنى الحياة من خلال تقديم الخبرات الإبداعية وتنوq الجمال والايثار في العلاقات، ومواجهة الظروف السلبية والتأقلم معها بما يحقق الأمن النفسي.	١- أن يكون المسترشد قادراً على اكتشاف معنى لحياته. ٢- أن يتصرف المسترشد باتجاه إيجابي نحو الحياة. ٣- أن يكون المسترشد مشاعر بالأمن النفسي من خلال رسم فلسفة جديدة لحياته.	١- الحاجة الى اكتشاف معنى الحياة. ٢- الحاجة الى رسم معنى جديد ايجابي للحياة.

الجلسة السادسة: الاطمئنان الانفعالي

مدة الجلسة: ٦٠ دقيقة

تحديد الاحتياجات	الأهداف السلوكية	الفنيات والأنشطة	التقويم
١- الحاجة الى الشعور بالراحة النفسية. ٢- ضبط الانفعالات في المواقف الصعبة. ٣- تأجيل اشباع الحاجات وعدم القلق حولها.	١- أن يتمكن المسترشد من ضبط انفعالاته في المواقف كافة. ٢- أن يطلع على أهمية ضبط الانفعالات وردود الأفعال. ٣- ان يحاول الموازنة بين الانفعال والأفعال.	١- تأكيد الذات: من خلال محاولة المرشد القيام بالألعاب التي يحاول فيها المسترشد ضبط انفعالاته والوعي بها. ٢- المناقشة حول ضرورة المرونة وعدم الاندفاع أو المغالاة في الاستجابة. ٣- الوعي بالمسؤولية: تعليم المسترشد على كيفية تأجيل الاشباع والتخطيط بعيد المدى وإعلان المسؤولية الكاملة عن التصرفات والأعمال.	١- تقديم مواقف انفعالية افتراضية واختبار قدرة المسترشد في السيطرة على انفعالاته. ٢- تقييم عام لمدى استفادة الأعضاء من الجلسة الإرشادية. ٣- تعريض المسترشد لمواقف ضاغطة والطلب منه الموازنة بين الموقف الضاغطة والانفعال. ٤- تقديم الواجب البيتي: اذكر موقفاً شعرت فيه بالاطمئنان الانفعالي. ٥- ارسم خطة لكيفية ضبط الانفعال.

الجلسة السابعة: التفاوض والأمل

مدة الجلسة ٦٠ دقيقة

التقويم	الفنيات والأنشطة	الأهداف السلوكية	تحديد الاحتياجات
١- تقديم استمارة تقويم الجلسة الارشادية. ٢- هل أصبحت أكثر تفهماً لكيفية التعامل مع المواقف. ٣- هل أصبح لديك ثقة بالمستقبل والانفتاح على الخبرات. ٤- تقديم الواجب البيتي: ماذا تعمل إذا ألمت بك مشكلة لا تستطيع حلها الآن؟ هل ستأمل أن تحلها مستقبلاً. ٥- هل تثق بالمستقبل: تحدث بأسطر عن هذا المعنى.	١- إزالة المخاوف: من خلال توضيح المرشد لطبيعة الظروف المتحركة وغير الثابتة. ومحاولة ارشاد المرشد الى كيفية التعامل مع المواقف بروح التفاؤل. ٢- اكساب الثقة: يعمل المرشد على اكساب ثقة المرشد بنفسه وبالأخرين فضلاً عن ثقته بطبيعة قراراته وعدم التشاؤم حولها. ٣- اجراء بعض الألعاب كالتحدث الى المرأة حول طبيعة الشخص الذي أمامه ويدور الحديث حول التشاؤم والتفاؤل. ٤- تأكيد الذات: من خلال التأكيد على الأمل في الحياة ورسم خطط مستقبلية.	١- ان يتصرف المرشد بروح التفاؤل مع المواقف المتشائمة. ٢- أن يثق المرشد بالمستقبل ويضع تطلعات واقعية. ٣- أن تكون لديه القدرة على توقع الخير بدلا عن الشر	١- الحاجة الى الشعور بالتفاؤل وعدم التشاؤم. ٢- الحاجة الى وضع تطلعات آمال مستقبلية واقعية ممكنة التحقيق. ٣- الحاجة الى الانفتاح على الخبرات وتحدي مجريات الحياة.