



كلية التربية

كلية معتمدة من الهيئة القومية لضمان جودة التعليم
مجلة دراسات في مجال الإرشاد النفسي والتربوي- كلية التربية- جامعة أسيوط

=====

برنامج إرشادي نفسي إيجابي في تنمية فاعلية الذات
الإرشادية لدى الإخصائي النفسي المدرسي

إعداد

د / زينب قرشي جمعه

مدرس الصحة النفسية

كلية التربية بقنا- جامعة جنوب الوادي

د / مصطفى عبد المحسن الحديبي

أستاذ الصحة النفسية المساعد

كلية التربية- جامعة أسيوط

وردة عبد اللطيف محمد محمد

باحثة ماجستير تخصص صحة نفسية

كلية التربية بقنا- جامعة جنوب الوادي

﴿المجلد الرابع □ العدد الثالث □ يوليو ٢٠٢١﴾

<https://dapt.journals.ekb.eg>

Your username is: ali_salah790@yahoo.com

Your password is: ztu6y8qpw

برنامج إرشادي نفسي إيجابي في تنمية فاعلية الذات الإرشادية لدى

الإخصائي النفسي المدرسي

أ/ وردة عبد اللطيف محمد محمد

ملخص الدراسة :

هدفت الدراسة التحقق من فعالية برنامج ارشادي قائم على استخدام بعض فنيات علم النفس الايجابي في تنمية فاعلية الذات الإرشادية لدى الاخصائي النفسي المدرسي ، وتكونت عينة الدراسة من (٢٠) إخصائي وإخصائية نفسيه (١٦ إناث، ٤ ذكور) من الإخصائيين النفسيين العاملين بالمدارس الإبتدائية والإعدادية والثانوية والذين تتراوح أعمارهم من ٢٧ - ٣٩ عاما (بمتوسط عمري ٣٤.٥ عاماً، وانحراف معياري ٣.١٦٧) ممن يعانون من انخفاض فاعلية الذات الإرشادية ، وتمثلت أدوات الدراسة في: استمارة البيانات الديمغرافية اعداد الباحثة ، مقياس فاعلية الذات الإرشادية إعداد على محمد على وبشرى إسماعيل أحمد أرنوط ، ٢٠١٥ ، البرنامج الارشادي القائم على استخدام بعض فنيات علم النفس الإيجابي في تنمية فاعلية الذات الإرشادية لدى الإخصائي النفسي المدرسي إعداد الباحثة، وأسفرت نتائج الدراسة عن فاعلية البرنامج الارشادي القائم على بعض فنيات علم النفس الايجابي في زيادة فاعلية الذات الإرشادية لدى الاخصائيين النفسيين المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة .

الكلمات المفتاحية : فنيات علم النفس الإيجابي، فاعلية الذات الإرشادية، الإخصائي النفسي المدرسي.

Abstract

The study aimed to identify the effectiveness of Counseling Program based on using Positive Psychology techniques in Developing Counseling Self –Efficacy for School Psychologist . The Sample of Study Consisted of 20 School Psychologist (16 females & 4 males) Those Who work inelementary middle and high schools . The age of Those school psychologists between (27–39) years lat aged average equals 34,65 and standard deviation equals 3,167 . who suffer from a decrease in the counseling self –efficacy the research used the following tools , the demographic data from prepared by the researcher , counseling self –efficacy prepared by Ali Mohammed Ali and Boshra Esmaiel Ahmed Arrnout ,2015,and the program counseling basied on useing positive psychology techniques in Developing counseling self – efficacy for school psychologist prepared by the researcher .the study results showed of the effectiveness of program counseling basied on using positive psychology techniques in Developing counseling self – efficacy for school psychologist the experimental group comparing with the control group .

Key word: Positive Psycholog techniques,Counseling Self–efficacy ,School psychologist .

برنامج إرشادي نفسي إيجابي فى تنمية فاعلية الذات الإرشادية لدى

الإخصائي النفسي المدرسي

أ/ وردة عبد اللطيف محمد محمد

مقدمة الدراسة :

تزداد حاجة الافراد والجامعات إلى الإرشاد النفسي يوماً بعد يوم نتيجة للتقدم العلمي والتكنولوجي الذي تشهده مختلف مناحي الحياة، ونتيجة التغييرات والتقلبات الأسرية والاجتماعية والاقتصادية، وقد انعكست آثار تلك التغييرات على الافراد وبخاصة في المدارس، مما جعل الافراد في حاجة ماسة الى الإرشاد النفسي، وبخاصة أن المعلم لم يعد قادراً وحده لمواجهة تلك التحديات ويعد الإخصائي النفسي المدرسي الذي يقدم المساعدة للطلاب داخل المدرسة ركن اساسي في العملية الإرشادية، وتتنوع تلك الخدمات المطلوبة داخل المدرسة مما يتطلب توافر مواصفات وكفاءات ومهارات محددة تجعله قادرة على تقديم هذه المساعدة على أكمل وجه.

وقد تعددت التعريفات التي وضعها المتخصصون للإرشاد والعلاج النفسي Counselling & Psychotherapy؛ لإعطائه الهوية المناسبة له، فبعض هذه التعريفات تعطي دلالة نظرية مختصرة؛ كونها تركز على المفهوم، وبعضها الآخر يعطي انطباعاً إجرائياً يحدد ملامح عمليتي الإرشاد والعلاج النفسي، في تركيزها على العلاقة الإرشادية والعلاجية وبعضها على عملية الإرشاد والعلاج ذاتها، وأبرز النتائج التي يصل إليها الفرد من عمليتي الإرشاد والعلاج النفسي (مصطفى عبد المحسن الحديبي، ٢٠٢٠، ٣) (*).

وهناك ضوابط أخلاقية تقع على عاتق المرشد (الإخصائي) النفسي كالخبرة والعلم والمحافظة على السرية والعمل كفريق وتفهم أبعاد الوسط الاجتماعي والثقافي وانهاء العلاقة الإرشادية عند العجز عن تقديم العون (أحمد عبداللطيف أبو أسعد ، ٢٠٠٩ ، ٣٦-٣٧) ، وهذا ما يُظهر أهمية دور المرشد (الإخصائي) النفسي بصفته الشخص المتخصص الذي يتولى القيام بمهام التوجيه والإرشاد بالمدرسة، لذا يجب أن يكون ذو كفاءة ومهارة في تعامله مع المسترشدين الطلاب (فاطمة عبدالرحيم النواسية، ٢٠١٣، ١٦).

(*) يتم التوثيق في هذه الدراسة كالتالي: (اسم الباحث أو الكاتب ، السنة ، رقم الصفحة أو الصفحات) ، طبقاً لدليل الجمعية الأمريكية لعلم النفس - الطبعة السابعة - APA Style of the Publication Manual of the American Psychological Association (7th ed) ، وتفاصيل كل مرجع مثبتة في قائمة المراجع.

وأكدت العديد من الدراسات أن هناك عدد من المتغيرات التي يعتمد عليها نجاح المرشد (الإخصائي) النفسى فى القيام بدور منها سماته الشخصية، مستوى تدريبه، فاعلية الذاتية، توجهاته النظرية وخبراته المهنية ومستوى رضاه المهني، حيث أوضحت نتائج دراسة أحمد سيد عبدالفتاح (٢٠٠٦) تأثير التدريب والخبرة على فاعلية الذات الإرشادية عند الإخصائي النفسى المدرسي والتعرف على تأثير المناخ المدرسي على فاعلية الذات الإرشادية، وتوصلت نتائج دراسة بندر بن محمد العتيبي (٢٠٠٨) إلى وجود علاقة ارتباطه بين اتخاذ القرار وفاعلية الذات الإرشادية لدى المرشدين النفسيين (الإخصائيين النفسيين)، وما أسفرت عنه نتائج دراسة عائشة سعيد البادي (٢٠١٤) بأنه يمكن التنبؤ بفاعلية الذات عن طريق سمات الشخصية.

والفاعلية الذاتية تشير الى التوقعات المرتبطة بالأداء التي تسهم في تفسير أساس اختلاف الناس في الكثير من المواقف وردود الأفعال، ومن ثم التفكير، وتقبل التغيير او رفضه ومن ثم التعصب لفكره او راي والإصرار عليه (Bandura,1999)، حيث توضح الفاعلية الذاتية لماذا يختلف الناس في أدائهم وانجازاتهم بالرغم من أنهم يملكون المهارات نفسها ، فتوقعات الفاعلية الذاتية من المحددات الرئيسية في ذلك، وهذا ما يؤكد على أن شخصية الإخصائي النفسى يتم تقييمها من خلال الفاعلية الذاتية التي يكون المرء قادراً بها على اظهار ردود فعل إيجابية من خلال تعامله مع مسترشدين مختلفين في ظل ظروف مختلفة.

ويتسق ذلك مع ما أوضحه Moser (1999) بأن الفاعلية الذاتية للإخصائي النفسى تعد من أكثر المتغيرات أهمية لمساعدة الآخرين فنجاح المرشد يعتمد بدرجة كبيرة على فاعليته الذاتية ومن الأساليب التي تقوم بتحسين الفاعلية الذاتية هو استخدام فنيات علم النفس الإيجابي التيار الحديث في علم النفس انطلق على يد مارتن سيليجمان رئيس الجمعيه الامريكية لعلم النفس ويركز على أوجه القوة في الانسان بدلاً من أوجه القصور وعلى تعزيز الإمكانيات وتنشيط الفاعلية الوظيفية والكفاءة والصحة الكلية للإنسان وتدور موضوعاته حول الخبرة الذاتية الإيجابية وفى الرفاهية الشخصية والسعادة والتدفق والمتع الحسيه والمعارف البناءة حول المستقبل وهي التفاوض والأمل والإيمان والولاء (سعيد مضيئة، ٢٠٠٩، ٣).

برنامج إرشادي نفسي إيجابي فى تنمية فاعلية الذات الإرشادية لدى

الإخصائي النفسي المدرسي

أ/ وردة عبد اللطيف محمد محمد

ويعد علم النفس الإيجابي Positive Psychology من التوجهات الحديثة في عملية الإرشاد والعلاج النفسي؛ لأنه يقدم أساليب وتكنيكات إيجابية فيهما، لذلك أُفرد له فرعاً في العلاج النفسي، يسمى بالعلاج النفسي الإيجابي Positive Psychotherapy القائم على الاهتمام بالخصال الإيجابية بجانب علاج نقاط الضعف لدى الفرد، فالعلاج النفسي الإيجابي يعالج الضعف وينمي ويدعم مناطق القوة لديه، من خلال اكتشاف المبادئ والنواحي الإيجابية والسمات والمهارات الإيجابية في شخصية الفرد (فضل إبراهيم عبدالصمد، مصطفى خليل عطاالله، ٢٠١٣، ٣٤٩)، ويتسق ذلك مع ما أوضحه مارتن سيلجمان (٢٠٠٠، ١٠-١٢) بأن من أهداف علم النفس الإيجابي هو تحسين الأداء الوظيفي للإنسان وهو يركز على العوامل التي تقضي الى تمكن الانسان من العيش حياة مرضية يحقق فيها طموحاته ويوظف فيها قدراته الى أقصى حد وصولاً الى الرضا عن الذات وعن الآخرين.

والعلاج النفسي الإيجابي يمثل واحدًا من أفضل السبل لمساعدة الأفراد في أوقات الشدة، لأن من يعانون من المشكلات السلوكية والاضطرابات النفسية في حاجة ماسة إلى من يخفف من معاناتهم ويحثهم على التمسك بالفضيلة والقدرة والأصالة والهدف، كما أن التخفيف من المعاناة يعتمد على الشعور بالسعادة وبناء الشخصية، فالانفعالات الإيجابية تبطل الانفعالات السلبية، كما أن الفضائل ومواطن القوة تعمل في اتجاه مضاد للشعور بالأسى والاضطرابات النفسية، وقد تكون هي المفتاح لبناء القدرة على استعادة القوة بعد الضعف (سيد أحمد الوكيل، خالد إبراهيم الفخراني، ٢٠١٤، ٣٥٠)، كما أن فهم القوى والفضائل الإنسانية، وقوة الشخصية، والظروف التي تؤدي إلى مستويات عالية من السعادة والأمل من خلال علم النفس الإيجابي تجعل الحياة ذات قيمة ومعنى، ويعمل على منع وتقليل آثار الأمراض والاضطرابات النفسية والضغط، حيث إن الشعور بالأمل والتفاؤل والإحساس بالتحكم الشخصي في الأحداث كلها عوامل حماية الصحة النفسية والبدنية للأفراد، لذلك فإن الفهم الأفضل للظروف البيئية ونقاط الشخصية التي تعمل كمصدر للأمراض سوف تعد الفرد بطريقة فعالة لكي يتخلص من معاناته (Seligman, 2000, 3-5).

وعلى صعيد التدخلات العلاجية لعلم النفس الإيجابي، أوضح محمد السعيد أبو حلاوة، ومصطفى عبد المحسن الحديبي (٢٠٢١) أن علم النفس الإيجابي له العديد من المجالات على المستوى الشخصي والاجتماعي ومن أهم موضوعاته السعادة والرضا والقناعة والأمان والابداع والمسؤولية واخلاقيات العمل، وأشار الفرحاني السيد محمود (٢٠١٥) أن ميدان علم النفس الإيجابي على مستواه الذاتي يدور حول الخبرات الذاتية المثمنة والمقدرة مثل هناء الفرد وتتعممه بالحياة والالتزام والأشباع في الماضي والامل للمستقل والتدفق والسعادة في الحاضر، اما على مستوى الأفراد فإنه يدور حول سمات الفرد الإيجابية والقدرة على الحب والشجاعة والعمل والمهارات البينشخصية والموهبة والحكمة، وعلى مستوى الجماعة فإنه بدور حول القيم المدنية والمؤسسات التي توجه الافراد نحو مواطنه أفضل كالمسؤولية والرعاية والايثار والحضارة والوسيلة والتسامح وقيم العمل.

والمستقرى لما سبق يتضح له لما لفتيات علم النفس الإيجابي من دور في تنمية مهارات الفرد الشخصية والاجتماعية والمهنية، وما للإخصائي النفسي المدرسي من دور أساسي في التدخل الإرشادي؛ الذي يسهم بشكل مباشر وغير مباشر في تحسين العملية التعليمية وتحقيق السواء النفسي للتلاميذ، وهذا ما حدا بالباحثة بالدراسة الحالية للكشف عن فعالية فنيات الإرشاد النفسي الإيجابي في تنمية فاعلية الذات الإرشادية للإخصائي النفسي المدرسي، وهذا ما قد يتضح ويتبلور في مشكلة الدراسة .

مشكلة الدراسة :

ظهرت مشكلة الدراسة مما لاحظها الباحثون من شيوخ عدد من المفاهيم الخاطئة عن عمليتي الإرشاد والعلاج النفسي، والتي تظهر في التردد الواضح لدى الأغلبية من الطلاب في اللجوء إلى تلقي الخدمة النفسية عند مواجهة مشكلة، ولصق المضطربين والمرضى النفسيين ببعض الأوصاف غير الصحيحة كالمجنون والمخبول ٠٠٠٠ الخ، وعند سؤالهم عن الأسباب الحقيقية لذلك كانت الإجابة تشير إلى أن المعتقدات والأفكار والاتجاهات الخاطئة نحو المرض النفسي والمرضى النفسيين سبب وراء ذلك، خاصة في ظل افتقارهم للمعارف الصحيحة عن طبيعة الخدمات النفسية التي تقدم للمرضى النفسيين والمضطربين نفسيًا، إضافة إلى التغيرات بالمنظومة التعليمية التي تبرز الحاجة الماسة في مدارسنا لتفعيل دور الاخصائي النفسي المدرسي للقيام بدوره الإرشادي على أكمل وجه ومساعدة الطلاب على حل مشكلاتهم.

برنامج إرشادي نفسي إيجابي في تنمية فاعلية الذات الإرشادية لدى

الإخصائي النفسي المدرسي

أ/ وردة عبد اللطيف محمد محمد

ومن المسوّغات التي دفعت الباحثين لإجراء الدراسة الحالية، ما أشارت إليه فاطمة عبدالرحيم النوايسه (٢٠١٣، ١٧) أن تطور مفهوم التعليم ومناهجه وتزايد اعداد الطلاب والتقدم الاقتصادي وما صاحب ذلك من قلق وتوتر أدى الى ظهور الحاجة الى الارشاد والتوجيه في المدرسة خصوصاً أن المعلم لم يعد قادراً على مواجهة هذا الكم من التغيرات بمفرده، هذا بالإضافة إلى ما تؤكد عليه الأطر التنظيرية والأوعية المعلوماتية بأن هناك العديد من التغيرات في النمو النفسي لدى الطلاب في كل مرحلة من مراحل النمو وفي تلك الفترات يحدث لبعض الطلاب مشكلات نفسيه وتغيرات قد تؤديان الى القلق والاكتئاب وكذلك بعض الطلاب الذين يتسمون بالخجل والخوف من المواجهة او من يعانون من الاضطرابات النفسية نتيجة المشكلات العائلية او بعض المشكلات الذاتية فهنا يكمن دور الاخصائي النفسي المدرسي من خلال تقديم خدمات علاجية وتطبيق أساليب العلاج النفسي ولكي يستطيع القيام بدوره على اكمل وجه لا بد ان تكون لديه فاعليه ذاتية ارشادية (مصطفى عبد المحسن الحديبي وأخرون ٢٠١٧)، وأن النجاح في العمل الإرشادي لا يتطلب مهارات معرفية وفنية فحسب وإنما يحتاج الى ايمان اكيد في المقدره الذاتية على التحكم بالأحداث والوصول إلى الأهداف المنشودة، فاعتقادات الفرد في فاعليته الذاتية تؤثر بشكل مباشر في أنماط السلوك ومستوي الأهداف والنتائج المتوقعة والحالة النفسية وإدراك الفرد (Ross & Gary,2004).

ومن ناحية أخرى فقد أوضحت نتائج عدد من الدراسات التي أجريت في البيئـة العربية أن هناك انخفاض في مستوى فاعلية الذات الإرشادية لدى الاخصائي المدرسي (أحمد سيد عبدالفتاح ، ٢٠٠٦ ؛ دخيل محمد البهدل، ٢٠١٣) ، وما أوصت إليه نتائج عدد من الدراسات ذات الصلة بضرورة تفعيل دور المرشد النفسي في المدارس والجامعات لان الارشاد النفسي يعد أمن العناصر الأساسية في العملية التعليمية في الوقت الحاضر لذا من الضروري العمل على تفعيل دور المرشد(الإخصائي) النفسي للقيام بمهامه على اكمل وجه (ناسو صالح سعيد ، ٢٠١٠ ، ٢٨١)، والاستمرار في إجراء البحوث والدراسات النفسية المتخصصة التي تعمل علي توفير وتحسين العملية الإرشادية (عبدالله أبو عراد الشهري ١٤٢٠هـ) ، وإجراء البحوث والدراسات حول آليات تعزيز قدرة مقدمي خدمات الصحة النفسية والإرشاد والعلاج النفسي على إعداد وتهيئة المسترشدين للعلاج النفسي؛ نظرًا لأن الحد من

التصورات السلبية للعلاج النفسى يؤدي لتحسين استخدام المستشارين لخدمات الصحة النفسية، والتثقيف ما قبل الإرشاد " التوجيه " قد يكون أكثر فعالية إذا تناول مخاوف المستشارين من قضايا الإفصاح عن ذواتهم، وتجنب كل الأفكار والمشاعر ذات الصلة بالوصمة بتلقي الخدمات النفسية (مصطفى عبد المحسن الحديبي، ٢٠٢٠)، وتطبيق البرامج القائمة على علم النفس الإيجابي فى التدخلات المدرسية (Shoshani et al., 2016).

ويعد العلاج النفسى الإيجابي من التوجهات الحديثة فى عملية العلاج النفسى، لا تقتصر تطبيقاته على إثراء عمليات العلاج النفسى، بل تمتد لتشمل كل جوانب الحياة الاجتماعية والنفسية، فالعلاج النفسى الإيجابي يعالج الضعف وينمي ويدعم مناطق القوة لدى الفرد، حيث يؤكد أصحاب علم النفس الإيجابي أن تنمية الانفعالات الإيجابية، وبناء الشخصية الفعالة المؤثرة الناجحة، يمكن أن تخفف من المعاناة النفسية من ناحية، بل وتجتث المرض النفسى من جذوره، بطرق مباشرة وغير مباشرة من ناحية أخرى (محمد مصطفى عبدالمغنى، ٢٠١٦، ٦١٠-٦٠٨)، وتساهم التدخلات الإيجابية فى تنمية الإبداع، وتنمية القدرة على حل المشكلات، والتخفيف من آثار الضغوط الناتجة عن الاضطرابات العضوية والنفسية، وتساهم فى زيادة أنماط السلوك الاجتماعى والإيجابي (سيد أحمد الوكيل، خالد إبراهيم الفخرانى، ٢٠١٤، ٣٥٠)، ولهذا فإن لعلم النفس الإيجابي درواً مهماً فى عملية الإرشاد والعلاج لأنه يقدم العديد من التكنيكات الإيجابية فى العلاج والإرشاد النفسى لأجل ذلك أفرد لنفسه فرعاً من العلاج النفسى يسمى بالعلاج النفسى الإيجابي القائم على السمات الإنسانية الإيجابية إلى جانب اهتمامه بعلاج نقاط الضعف لدى الفرد فالعلاج النفسى الإيجابي يعالج نقاط الضعف ويسمى نقاط القوة لدى الفرد (حسن عبد الفتاح الفنجري، ٢٠٠٨).

ويتسق ذلك مع ما أوضحه هيفرون ويونويل (٢٠١٦، ٦٥) بأن علم النفس الإيجابي حقل معرفى يركز على الخبرات الإيجابية فى ثلاث محطات زمنية وهى الماضى ويتم التركيز على الرفاهية والقناعة والرضا، والحاضر ويتم التركيز على السعادة والخبرات المتدفقة، والمستقبل وذلك بالتركيز على مفاهيم الأمل والتفاؤل، وتنقسم موضوعات علم النفس الإيجابي الى ثلاث محاور، وهى المحور الذاتى وهو يحتوى على الخبرات والحالات الإيجابية عبر الماضى والحاضر والمستقبل، والمحور الفردى ويركز على صفات الشخص الطيب والموهبة والحكمة والحب والإبداع، والمحور المجتمعي ويتناول المؤسسات الإيجابية والمواظبة الإيجابية والمجتمعات المحلية الإيجابية التسامح وإخلاقيات العمل والايثار .

برنامج إرشادي نفسي إيجابي في تنمية فاعلية الذات الإرشادية لدى

الإخصائي النفسي المدرسي

أ/ وردة عبد اللطيف محمد محمد

وأظهرت العديد من الدراسات ذات الصلة أن للعلاج النفس الإيجابي دور وفاعلية في خفض وعلاج العديد من الاضطرابات، مثل: الاكتئاب في دراسات (طاهر سعد حسن، ٢٠١٣؛ الزهراء علي عباس، ٢٠١٥؛ Dowlatabadi et al., 2016)، وقلق المستقبل في دراسة (حسن عبدالفتاح الفنجري ، ٢٠٠٨)، والتخفيف من المشكلات النفسية في دراسة (سيد أحمد الوكيل، ٢٠١٠)، والتخفيف من ضغوط ما بعد الصدمة في دراسة (Ochoa et al., 2017)، وتنمية بعض المتغيرات والسمات الإيجابية ، كالرضا عن الحياة في دراسات (نجوى عبدالمنعم إبراهيم، ٢٠١١؛ Asel et al., 2016) ، وتنمية الرضا المهني والنفسي في دراسة (هاني عبدالحفيظ السطوحي، ٢٠١٤)، وتعزيز الرفاهية في دراسة (Gander et al., 2013)، وتنمية الشعور بمعنى الحياة (محمد مصطفى عبد المغني، ٢٠١٦)، وخفض سلوك الانسحاب الاجتماعي وتحسين تقدير الذات في دراسة (وليد محمد سيد، ٢٠١٨)، وخفض التمر لدى طلاب المرحلة الإعدادية (محمد عطا محمد أحمد ، ٢٠٢٠)، وفاعلية تدخلات برامج علم النفس الإيجابي على مستوى الطلاب وتحصيلهم المعتمد على الرفاهية النفسية (Shoshani et al ., 2016).

والمستقرى لما سبق يتبين له أن العلاج النفسي الإيجابي يعد تدخلاً علاجياً ناجحاً في خفض العديد من المشكلات لدى الأفراد، وتنمية مكامن القوة لديهم، ويمثل مدخلاً علاجياً في سبيل التغلب على المشكلات، والآثار السلبية التي يمكن أن تنتج عن تلك الاضطرابات وهذه المشكلات، حيث يمكن استخدامه كمدخل علاجي وقائي، في ضوء ذلك ترى الباحثة أنه قد يكون للعلاج النفسي الإيجابي دوراً مهماً في تنمية فاعلية الذات الإرشادية للإخصائي النفسي المدرسي، فالدراسة الحالية تهدف إلي محاولة الكشف عن أثر بعض فنيات علم النفس الإيجابي في تنمية فاعلية الذات الارشادية لدى الاخصائي النفسي المدرسي ، وبالتالي تتحدد مشكلة الدراسة في السؤال الرئيس التالي: ما فاعلية برنامج إرشادي قائم على استخدام بعض فنيات علم النفس الإيجابي في تنمية فاعلية الذات الارشادية لدى الاخصائي النفسي المدرسي؟ ، ويتفرع من هذا السؤال الرئيس الأسئلة الفرعية التالية:

- ١- ما الفرق بين متوسطات رتب درجات الإخصائين النفسين للمجموعة التجريبية فى القياسين القبلى والبعدى على مقياس فاعلية الذات الإرشادية؟
- ٢- ما الفرق بين متوسطات رتب درجات الإخصائين النفسين للمجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس فاعلية الذات الإرشادية فى القياس البعدى؟
- ٣- ما الفرق بين متوسطات رتب درجات الإخصائين النفسين للمجموعة التجريبية فى القياسين البعدى والتتبعى على مقياس فاعلية الذات الإرشادية؟

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى :

- ١- الكشف عن الفرق بين متوسطات رتب درجات الإخصائين النفسين للمجموعة التجريبية فى القياسين القبلى والبعدى على مقياس فاعلية الذات الإرشادية.
- ٢- الكشف عن الفرق بين متوسطات رتب درجات الإخصائين النفسين للمجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس فاعلية الذات الإرشادية فى القياس البعدى.
- ٣- الكشف عن الفرق بين متوسطات رتب درجات الإخصائين النفسين للمجموعة التجريبية فى القياسين البعدى والتتبعى على مقياس فاعلية الذات الإرشادية.

أهمية الدراسة :

ترجع أهمية الدراسة إلى ما يلى:

- ١- إلقاء الضوء على أحد جوانب الأداء المهني بالتربية النفسية للإخصائي النفسي وهو التدخل الإرشادي وما يرتبط به من فاعلية للذات الإرشادية لديه، ولا يخفى ما لها من أهمية من حيث وجوب توافرها لدى الإخصائي النفسي لكي يؤدي عمله على أكمل وجه، وما يترتب على ذلك من توافر من مفاهيم ذات صلة بسماته وأدواره.
- ٢- لفت أنظار المرشدين والمعالجين النفسين إلى أهمية زيادة الوعي الإيجابي حول الخدمات النفسية للتغلب على الاتجاهات السلبية نحوها، والتخلص من المفاهيم الخاطئة عن عمليتي الإرشاد والعلاج النفسي، وذلك من خلال فاعلية الذات الإرشادية لديهم؛ مما ينعكس على أداء تلاميذهم الأكاديمي.

برنامج إرشادي نفسي إيجابي في تنمية فاعلية الذات الإرشادية لدى

الإخصائي النفسي المدرسي

أ/ وردة عبد اللطيف محمد محمد

٣- ما تسفر عنه نتائج الدراسة الحالية من فاعلية لبعض فنيات علم النفس الإيجابي في تنمية فاعلية الذات الإرشادية للإخصائيين النفسيين، يمكن الإفادة منه في إجراء الدراسات والبحوث الإرشادية والعلاجية لزيادة الاتجاهات الإيجابية نحو الخدمات النفسية، بل قد يمتد ذلك إلى تصميم برامج إرشادية وعلاجية في تعديل الاتجاهات السلبية نحو الخدمات النفسية، فليس من الممكن أن يتم تشخيص وعلاج المرض النفسي دون الاهتمام بالمحيط الاجتماعي الذي يعيش فيه التلميذ المُشكّل، والذي يؤثر فيه ويتأثر به، ودون الاهتمام بمعتقداته نحو عمليتي الإرشاد والعلاج النفسي، والإخصائي النفسي، واتجاهاته نحو المرض النفسي والمرضى النفسيين.

٤- يمكن أن تسهم نتائج هذه الدراسة في توجيه النظر حول أهمية تصميم برامج تربية وإرشادية وعلاجية وبخاصة في الجانب المدرسي للتعامل مع المشكلات السلوكية والانفعالية، عن طريق أساليب وتكنيكات العلاج النفسي الإيجابي لتنمية القوى الإنسانية الإيجابية للتلاميذ بصفة عامة، والتلاميذ المُشكّلين بصفة خاصة .

الإطار النظري والمفاهيم الأساسية للدراسة

١- الإخصائي النفسي المدرسي School Psychologist :

المستقرئ للأطر التنظيرية والأدبيات البحثية يتضح له تعدد التعريفات التي قدمها العلماء لمصطلح الإخصائي النفسي، حيث يعرف الإخصائي النفسي المدرسي بأنه: فرد مدرب مهنيًا يكرس نفسه للبحث في أحد فروع علم النفس السلوكي وتدريبه والكتابة فيه وممارسته ويتضمن التدريب برامج تعليمية متنوعة (جابر عبد الحميد، وعلاء الدين كفاي، ١٩٩٣، ٣٠٨١)، كما يعرف بأنه ذلك الشخص الذي يساعد الأطفال والمراهقين لكي يتقدموا أكاديميا واجتماعيا وانفعاليا ويتعاون مع المربين والمتخصصين لكي يوفرُوا بيئة آمنة وصحية ومساندة لكل الطلاب، ويؤدي ذلك إلى تقوية الصلة بين البيت والمدرسة (بركات حسن حمزة، ٢٠٠٧، ١٥-١٦).

وتعرفه الرابطة الأمريكية بأنه اختصاصي في السلوك الانساني يقدم مساعده للطلاب والطالبات من خلال اربعة جوانب وهي الارشاد وتوجيه الجماعات الكبيرة والاستشارة والتنسيق (حمدي عبدالله، ٢٠١٣، ٤٠)، كما يعرفه عبد الستار ابراهيم وعبدالله عسكر بأنه الشخص الحاصل على درجة الماجستير في علم النفس الإكلينيكي بعد حصوله على درجة الليسانس او البكالوريوس في علم النفس مع خبره لا تقل عن ثلاث سنوات في ميدان العلاج النفسي والقياس (جمال أحمد، ٢٠١٦، ١٦)، أو شخص مؤهل يعمل لتقديم المساعدة للطلبة من خلال ادوار رئيسيه كلف بها، وهو بذلك لا بد ان يتمتع ببعض الصفات والخصائص الفنية المهاريّة والأكاديمية التي تميزه عن غيره لكي يقوم بمهمه التوجيه (إيهاب عبد العزيز، ولمياء جميل بدوي، ٢٠١٤، ٢٨).

ولقد أشارت دراسة (Guest 2000) على أهمية تدريب الاخصائيين النفسيين العاملين بالمدارس على عينه قدرها (٢٥) إخصائي نفسي مدرسي، منهم (١٣) إناث، (١٢) ذكور من مدارس مختلفة، وتم استخدام أسلوب المقابلة والاستبيان، وأشارت نتائج الدراسة إلى التأثير الايجابي لدورات تنمية وتطوير عمل الاخصائي النفسي المدرسي لتطوير مهنته .

وأوصت دراسة سليمان محمد ال جبير، وصالح بن على الغامدي (٢٠٠٧) إلى تحليل لواقع عمل الإخصائي النفسي وأهمية تدريبيه من خلال توفير المعلومات المتعلقة بنماذج تقويم الخدمات، وطبقت الدراسة على (٩٤) اخصائي نفسي، وتم استخدام استبانة من إعداد الباحثان، تشمل بيانات عامه من المهام التي يقوم بها الاخصائي النفسي، وأوصت الدراسة بأهمية تدريبيه من خلال توفير المعلومات وتوفير الأجهزة التي يستخدمها الاخصائي النفسي، وأوضح عبد الله محمود سليمان (٢٠٠٨، ٥٧) أن الاخصائي النفسي المدرسي لن يستطيع الارشاد النفسي إلا إذا تدرب تدريباً عملياً طبقاً لبرامج معتمد على مختلف عمليات الإرشاد.

برنامج إرشادي نفسي إيجابي فى تنمية فاعلية الذات الإرشادية لدى

الإخصائي النفسي المدرسي

أ/ وردة عبد اللطيف محمد محمد

كما أكد إبراهيم سليمان المصري (٢٠٠٩، ٤٨) على أهمية الدور الذي يقوم به الإخصائي النفسي داخل المؤسسة التربوية وخارجها وهو دور يعتمد على فهمه لطبيعة عمله، ولذلك يعتمد نجاح العملية الإرشادية بشكل كبير على المهارات الإرشادية التي يمتلكها الإخصائي النفسي المدرسي عن طريق الإعداد العلمي والإكاديمي، ولا بد للإخصائي النفسي إن يكون ملم بالنظريات والمعارف التي تبنى عليها مهاراته ليستطيع التعامل مع جميع المشكلات ، ولذلك تعد الدورات التدريبية من أبرز النشاطات التي تقوم بها الجمعية الأمريكية للإرشاد والتطور، ومن أحدث البرامج التي توصلوا إليها في تدريب الإخصائيين النفسيين نموذج تدريب المرشد الماهر ويشتمل على ثلاث مراحل وهى مرحلة الاستكشاف ومرحلة الفهم ومرحلة العمل.

كما أوضحت دراسة ماجي وليم يوسف ، وهشام عماد احمد (٢٠٠٩) التي هدفت إلى تنمية مهارات الإخصائي النفسي المدرسي بالتدريب من خلال نظرية العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي، ونظرية التربية النفسية، وتم تطبيق الدراسة على (٣٠) إخصائي نفسي، وتم استخدام ثلاث برامج الاول لتنمية التفكير العقلاني، والثاني لتنمية المهارات لدى الإخصائي النفسي المدرسي، والثالث لتنمية كفاءة الإخصائي النفسي لإعداد البرامج النفسية، كما تم استخدام استمارة استطلاع رأي لدراسة الإخصائي النفسي ، وأشارت نتائج الدراسة إلى فاعلية البرامج في تحسن أداء الإخصائيين النفسيين .

كما هدفت دراسة (Kozina et al ., 2010) ، قياس أثر التدريب الميداني والإشراف على فاعلية (المرشدين) الإخصائيين النفسيين الذاتية، والحكم على الفاعلية الذاتية ارتبطت بعدة جوانب يمتلكها الإخصائيون النفسيون (مهارات الإرشاد، التعامل مع سلوكيات المسترشدين، وامتلاك المعرفة النظرية، الوعي بالقيم الأخلاقية والمهنية)، وطبقت الدراسة على عينه قدرها (٢٠) إخصائي وإخصائية من طلاب الارشاد النفسي بإحدى الجامعات الأمريكية في أمريكا الشمالية، وتم قياس فاعلية الذات لدى طلبة الإرشاد أثناء التدريب وبعده، وكانت فترة التدريب (٦٣) ساعة، ونتج عن الدراسة تحسن ملحوظ في فاعليتهم الذاتية والمهارات الإرشادية وزيادة معرفتهم النظرية نتيجة للتدريب .

كما أشارت دراسة (Kimberly & Janine, 2013) التي هدفت الى نقل الاخصائيين النفسيين من المعرفة النظرية الى التدريب العملي والتطبيق بهذه المعرفة وطبقت الدراسة على طلبة الارشاد النفسى من الإخصائيين النفسيين بجامعة نيوتيا بكندا، وأشارت نتائج الدراسة إلى أهمية تحويل الدراسة من الدراسة النظرية إلى المعرفة المتكاملة المهنية وأهمية التدريب وتطبيق الممارسة للإخصائي النفسى، وكما أشارت دراسة (Aladag, 2013) التي هدفت الى دراسة مهارات الإرشاد النفسى قبل التدريب العملي في المرحلة الجامعية في تركيا، وطبقت الدراسة على عينة (١١) إخصائي نفسي، وتم استخدام استبانة مكونه من (١٠) أسئلة مفتوحة تناولت طرق التدريب على المهارات الإرشادية، ووقت التدريبات، ومحتوياته، وبعض الكتب العلمية الخاصة بالمهارات الإرشادية وأشارت نتائج الدراسة أن برامج التدريب الميداني الجامعي كانت فعالة وهادفة في تدريب الطلبة على المهارات الإرشادية.

كما أشارت دراسة هناء حسين النمرابي (٢٠١٦) التي هدفت إلى معرفة فاعلية التدريب الميداني في رفع مستوى المهارات الإرشادية لدى طلبة الارشاد النفسى في جامعة اليرموك، وتكونت عينة الدراسة من (٢٦١) طالباً وطالبة من طلبة الإرشاد النفسى، وتم استخدام مقياس المهارات الإرشادية، وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية قبل وبعد تلقيهم خبرة التدريب الميداني، وأظهرت أيضاً فروق ذات دلالة إحصائية لأبعاد المهارات الإرشادية بعد التدريب، وأوضحت دراسة (Levitt, 2008) أن مهارة الاستماع من المهارات المصغرة التي تبدأ بها الإرشاد والتي تحسن من قدرات المرشد (الإخصائي) النفسى المدرسي وهي مهاره محوريه وهدفت الدراسة الى استخدام خمس مستويات لتدريب الاخصائيين النفسيين، وأن المهارة الأساسية هي الاستماع، ونتج عن التدريب على هذه المهارة الى زيادة فاعلية الذات الإرشادية، وأوصت الدراسة بالاهتمام بالمهارات الإرشادية .

ويقصد بالإخصائي النفسى المدرسي اجرائياً بأنه : الشخص المؤهل علمياً ونفسياً بما يمتلكه من مهارة وخبرة وأخلاقيات مهنة الإرشاد ويبدى كافة الاستعداد لتقديم يد العون والمساعدة لجميع الطلاب المشكلين والعاديين للتغلب على مشكلاتهم المختلفة .

٢- فاعلية الذات الإرشادية -Efficacy Counseling self :

عرف Larson & Daniels (1998, 180) فاعلية الذات الإرشادية بأنها احكام المرشد (الايخصائي) النفسي بشأن قدرته على القيام بعملية الارشاد في المستقبل القريب، كما عرفها (Johnoson 1989) بأنها توقعات المرشد النفسي المتدرب وثقته بالنجاح في استخدام مهاراته الإرشادية في القيام بالعملية الإرشادية بفاعليه، كما عرفها على محمد على وبشرى اسماعيل احمد (٢٠١٥،٩) بأنها حكم المرشد على قدرته وعلى ما يمكن ان يفعله من جهود للنجاح في الارشاد ومساعدة المسترشد وتتمثل في كفاءته الشخصية والعملية وتوقعاته فيما يتعلق بقدرته على اقامة علاقه ارشاديه ناجحة، وتحديد مشكلة المسترشد ،تشخيصها بدقه، وتحديد وصياغة الاهداف الإرشادية، اختيار الطريقة الإرشادية المناسبة، وتقويم نتائج الارشاد، وكذلك قدرته على إنهاء الإرشاد، واقفال الحالة بفاعلية مما يساعد على النجاح في موقف الإرشاد .

ولبيان دينامية العلاقة بين فاعلية الذات والأداء بشكل عام ، والعمل الإرشادي بشكل خاص ، تعرف عواطف حسين صالح (١٩٩٣ ، ٤٦) الفعالية الذاتية بأنها قدرة الفرد على أداء السلوك الذي يحقق نتائج مرغوبة في موقف معين والتحكم في الأحداث التي تؤثر في حياته وإصدار التوقعات الذاتية عن كيفية أداء المهام والأنشطة التي يقوم بها الفرد والتنبؤ بمدى الجهد والمثابرة المطلوبة لتحقيق ذلك النشاط أو العمل.

ويتسق هذا مع ما أوضحه (Bandura (1994 , 13 أن فاعلية الذات هي التي تهتم بمعتقدات الفرد حول قدرته على ممارسة الضبط والتحكم في الأحداث التي تؤثر على الحياة ، فهذه المعتقدات تؤثر على الاختيارات الحياتية ، ومستوى الدافعية وكفاءة وجوده الوظائف والتغلب على الضغوط النفسية ، فالفاعلية الذاتية ليست سمة ثابتة أو مستقرة في السلوك الشخصي فهي مجموعة من الأحكام لا تتصل بما ينجزه الفرد فقط ولكنها تشمل الحكم على ما يستطيع الفرد إنجازه كما أنها نتاج للمقدرة الشخصية ، وما أوضحتها عواطف حسين صالح (١٩٩٤ ، ٨٣) بأن الفعالية الذاتية هي الإدراك الذاتي لقدرة الفرد على أداء السلوك الذي يحقق نتائج مرغوبة في أي موقف معين وتوقعاته عن كيفية الأداء الحسن ومقدار الجهد والنشاط والمثابرة المطلوبة عند تعامله مع المواقف ، والتنبؤ بمدى النجاح في تحقيق ذلك السلوك .

وهدفت دراسة (Haron et al., 2010) معرفة تأثير المناخ المدرسى على فاعلية الذات الإرشادية على عينه قدرها (١٠٠) مرشد نفسى مدرسى ، بمدارس ماليزيا ، وتم تطبيق استبيان عن الخلفية المعرفية ومستوى البيئة المدرسية ومقياس فاعلية الذات الإرشادية، واستبيان تقدير الذات، وفسرت نتائج الدراسة أن هناك علاقة بين المناخ المدرسى بما تحويه من قناعات الاخرين وفاعلية الذات الإرشادية، كما هدفت (Gunduz 2012) معرفة العلاقة بين الفاعلية الذاتية والإنهاك النفسى والدعم المدرسى، وتم استخدام استبانة الدعم المجتمعي، واستبانة فاعلية الذات، وذكرت نتائج الدراسة أن هناك علاقة سالبه بين الإنهاك النفسى وفاعلية الذات، ويتسق ذلك مع ما توصلت إليه نتائج دراسة دخيل بن محمد البهدل (٢٠١٤) بأن هناك علاقة ارتباطيه سالبه داله احصائيا بين الفاعلية الذاتية بجميع أبعادها الفرعية، وعاملي العصائية والذهانية، ووجود علاقة إيجابيه بين أبعاد فاعلية الذات وبعد الانبساط، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في فاعلية الذات وعوامل الشخصية طبقا لسنوات الخبرة .

وأوضح (Schiele et al., 2014) تأثير التدريب والممارسة على مشاركة الأسره ودعم الاقران والاشراف وتأثيرها على فاعلية الذات الإرشادية والعلاقة بين فاعلية الذات الإرشادية وهذه العوامل، ونتج عن الدراسة أن هناك علاقة بين التدريب والممارسة، ودعم الأقران والإشراف كمصدر مهم من مصادر فاعلية الذات الإرشادية، وتم تطبيق الدراسة على (٩١) اخصائي نفسى مدرسى، وتم استخدام مقياس فاعلية الذات الإرشادية، وتم استخدام البرنامج الإرشادي، وأوصت الدراسة بتعزيز فاعلية الذات الإرشادية.

وذكرت جهاد علاء الدين (٢٠١٤) أن تحالف العمل الاشرافي من وجهة نظر المرشدين المتدربين منتبأ قوى بفاعلية الذات الإرشادية، واكتشاف ما إذا كانت إدراكات المرشدين والمرشادات المتدربين من حيث الاهداف والمهارات والرابطة العاطفية تنتبأ بإدراكهم لفاعلية الذات الإرشادية، وأن عنصر الأهداف في علاقته بتحالف العمل الاشرافي من وجهة نظر المتدربين كان منتبأ فريداً بالإدراكات الأكبر للفاعلية الذاتية الإرشادية.

برنامج إرشادي نفسي إيجابي في تنمية فاعلية الذات الإرشادية لدى

الإخصائي النفسي المدرسي

أ/ وردة عبد اللطيف محمد محمد

وأوضحت دراسة (Kilalp (2015) إلى الاهتمام بمزيد من التدريب والممارسات لزيادة فاعلية الذات الإرشادية في دراسته التي هدفت الى معرفة مستوى فاعلية الإرشادية للمرشدين النفسيين من (١ : ٤) سنوات لطلبة الارشاد النفسي، وتم استخدام مقياس فاعلية الذات الإرشادية، وأوضحت نتائج الدراسة الى عدم وجود فروق في فاعلية الذات الإرشادية من (١ : ٤) سنوات لطلاب الإرشاد، وهدفت دراسة (Aliyev & Tunc (2015) معرفة العوامل المؤثرة على مستوى فاعلية الذات الإرشادية، وأظهرت النتائج أن هناك اختلافات كبيرة ذات دلالة إحصائية تعزي لمتغير العمر والأقدمية المهنية على فاعلية الذات الإرشادية ولم يكن هناك تأثير لنوع المدرسة التي يعمل بها الاخصائيين النفسيين، وهدفت (Ooi et al ., (2017) معرفة العلاقة بين مصادر فاعلية الذات الإرشادية وفاعلية الذات الإرشادية للمرشدين النفسيين، وطبقت الدراسة على (٥٤) مرشداً نفسياً في جميع أنحاء البلاد، وتم استخدام فاعلية الإرشادية، واستبيان تقدير الذاتي، وأظهرت نتائج الدراسة ان هناك علاقة بين الخبرة وفاعلية الذات الإرشادية.

وهدفت دراسة انتصار يوسف الصامدي (٢٠١٧) التعرف على الفاعلية الذاتية لدور المرشد النفسي من وجهة نظر كلية العلوم الإسلامية على عينه قدرها (١٤٥) طالباً وطالبة، وتم استخدام مقياس الفاعلية الذاتية، وذكرت نتائج الدراسة أن أدنى مستوى للفاعلية الذاتية كان لطلاب السنة الأولى والثانية، ومن معدل دون (٦٠) بينما كان أعلى معدل للإناث وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الفاعلية الذاتية لجميع المستويات الدراسية، وهدفت صلاح محمد محمود (٢٠١٨) الكشف عن عادات العقل المنتجة لدى المرشد النفسي المدرسي وعلاقته بفاعلية الذات الإرشادية على عينه قدرها (١٥٢) مرشداً نفسياً، وتم استخدام مقياس عادات العقل المنتجة، ومقياس فاعلية الذات الإرشادية، وأن هناك علاقة ارتباطية بين عادات العقل المنتجة، وهي : المثابرة ، والاصغاء، والتحكم بالعمق، والتفكير بمرونة، والتساؤل لطرح المشكلات، وفاعلية الذات الإرشادية، وأنه يمكن التنبؤ بفاعلية الذات الإرشادية من خلال عادات العقل المنتجة، ووجود فروق بين الذكور والإناث في المثابرة والكفاح من أجل الدقة كأبعاد عادات العقل المنتجة لصالح الإناث.

تُعرف فاعلية الذات الإرشادية إجرائياً على أنها : معتقدات الإخصائي حول قدرته التي تساعده وتدفعه للنجاح في حل المشكلات الطلابية التي يوجهها أو التي تعرض عليه داخل المدرسة .

٣- الإرشاد النفسى الإيجابى Positive Counselling :

نالت جوانب الشخصية الإيجابية على اهتمام علم النفس الإيجابى، الذي ظهر على يد مارتن سليجمان أواخر التسعينيات، ويرى أن الإنسان يحمل بداخلة جوانب القوة والضعف وبهما تتحدد حياته، وقد حان الوقت لعلم النفس أن يهتم بجوانب القوة والفضيلة لدى الأفراد ويحدد مفهومها ويسعى لقياسها، وتوظيف وتفعيل طاقات وإمكانيات الفرد ليعيش حياة سعيدة منتجة (مارتن سليجمان، ٢٠٠٢، ٦).

ويهتم علم النفس الإيجابى ببحث كل ما يمكن أن يخلق السعادة البشرية، والتركيز على العوامل التي تساعد الإنسان في توظيف إمكانياته وقدراته، وتحقيق طموحاته والرضا عن نفسه وعن الآخرين والشعور بالإشباع النفسى، وعيش حياة مرضية، وبذلك يهتم علم النفس الإيجابى بتحسين الأداء الوظيفى العام للإنسان، وبذلك تجاوز علم النفس الإيجابى المنحى التقليدى لعلم النفس الذي يهتم فقط بالأمراض والاضطرابات، إلى دراسة محددات الصحة النفسية الإيجابية؛ لذلك اهتم العلماء والمفكرين بدراسة أهم محددات ومؤشرات الصحة النفسية الإيجابية ومنها: الشعور بالطمأنينة النفسية، وتحقيق التوافق النفسى، والانفتاح على الآخرين، وإقامة علاقات ناجحة معهم (محمد السعيد ابو حلاوة، عاطف مسعد الحسينى، ٢٠١٦، ٣١).

العلاج النفسى الإيجابى هو أسلوب علاجي يعتمد على مبادئ علم النفس الإيجابى (Rashid,2015)، وبدأ ظهور علم النفس الإيجابى بتولى Martin Seligman لرئاسة الجمعية الأمريكية لعلم النفس عام (١٩٩٨)، حيث سعى من خلاله إلى تحويل اهتمام علماء النفس من التركيز على تشخيص وعلاج صيغ القصور، والاعتلال، والاضطرابات، والمشكلات النفسية لدى الفرد والمجتمع، إلى اكتشاف مكامن القوة، وجوانب التميز لدى الأفراد، وتنمية النواحي الإيجابية، فتمتيتها بمثابة مناعة طبيعية وحائط صد لمقاومة الاضطرابات والمشكلات التي تواجه الفرد والمجتمع (Carr,A.2014, 9)؛ خالد إبراهيم الفخرانى، وسيد احمد الوكيل، (٢٠١٤، ٣٤٢).

برنامج إرشادي نفسي إيجابي فى تنمية فاعلية الذات الإرشادية لدى
الإخصائي النفسي المدرسي
أ/ وردة عبد اللطيف محمد محمد

ويُعرف علم النفس الايجابي إجرائياً على أنه: ذلك العلم الذي يقوم بإخراج كل هو
إيجابي داخل الاخصائي النفسي المدرسي للمساعدة في تنمية فاعلية الذات الارشادية .

إجراءات الدراسة

١ - منهج الدراسة :

تستخدم الدراسة الحالية **المنهج شبه التجريبي** ؛ ليلائم متغيرات الدراسة متمثلة في :
المتغير التجريبي وهو فنيات علم النفس الإيجابي، والمتغير التابع وهو فاعلية الذات الإرشادية
للإخصائيين النفسيين، باستخدام اثنين من التصميمات التجريبية للجمع بين مزايا كل منهما
وتقادي عيوبه ، وهما :

١- التصميم شبه التجريبي ذو المجموعة الواحدة (مجموعة تمر بحالتين تضبط إحدهما
الأخرى) ، وقد تمت المقارنة بين رتب متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية في
القياسين القبلي والبعدي ؛ لمعرفة فاعلية برنامج فنيات علم النفس الإيجابي في تنمية
فاعلية الذات الإرشادية لدى الإخصائي النفسي المدرسي.

٢- التصميم شبه التجريبي ذو المجموعتين (مجموعة ضابطة - مجموعة تجريبية) ، وقد
تمت المكافأة بينهما ، ثم المقارنة بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين الضابطة
والتجريبية في القياسين القبلي والبعدي ؛ لمعرفة تأثير فاعلية برنامج فنيات علم النفس
الإيجابي في فاعلية الذات الإرشادية لدى الإخصائي النفسي المدرسي.

ويعد المنهج شبه التجريبي أكثر المناهج مناسبة للدراسة الحالية ، حيث تتكافئ
المجموعتان (أو المجموعة الواحدة) في كل الخصائص موضع الدراسة ما عدا المتغير
التجريبي الذي يتم إدخاله على المجموعة التجريبية (فنيات علم النفس الإيجابي) ، وبالتالي
يكون الفرق بين المجموعتين (أو المجموعة الواحدة) في القياس البعدي يرجع إلى فاعلية
البرنامج المستخدم فنيات علم النفس الإيجابي .

٢ - المشاركون بالدراسة :

أجريت الدراسة على عينة من الإحصائيين النفسيين بمدارس التربية والتعليم الابتدائية والاعدادية والثانوية بمحافظة قنا، وانقسم المشاركون بالدراسة الحالية إلى : الأفراد المشاركين بالدراسة الاستطلاعية ، والأفراد المشاركين بالدراسة الأساسية ، والأفراد المشاركين بالدراسة الإرشادية تم تطبيق برنامج الدراسة عليها .

١ - المشاركون بالدراسة الاستطلاعية :

تكونت العينة الاستطلاعية من (٨٠) إحصائي وأخصائيه نفسيه تراوحت اعمارهم بين ٢٧-٤٧ عاماً، بمتوسط عمري ٣٤,٩٨، وانحراف معياري ٢٠.٨١٠، وذلك للتحقق من الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة.

٢ - المشاركون بالدراسة الأساسية :

تكونت العينة الاساسيه من (٢٠) إحصائي وأخصائيه نفسيه تراوحت اعمارهم بين (٢٧- ٣٩) عاماً بمتوسط عمري ٣٤.٦٥ عاماً ، وانحراف معياري ٣.١٦٧ ممن يعملون بالمدارس الابتدائية والاعدادية والثانوية بمحافظة قنا، ممن يعانون من انخفاض فاعلية الذات الارشادية ، وتم توزيع الإحصائيين النفسيين بطريقه عشوائيه على مجموعتين متساويتين ، المجموعه التجريبية ، حيث طبق على افرادها جلسات البرنامج المستخدم في الدراسه الحاليه ، والبالغ عددهم (١٠) إحصائي وإحصائية نفسية (٨ إناث، ٢ ذكور) ، المجموعه الضابطه التي لم يتم تعرضها للبرنامج وبلغ عدد افرادها (١٠) إحصائي وإحصائية نفسيه (٨ إناث ، ٢ ذكور).

وقد تعرض المجموعه التجريبية للمتغير المستقل وهو برنامج قائم على فنيات علم النفس الإيجابي ، تمت المكافئة بين المجموعتين التجريبية والضابطه ، حيث تم ضبط الفروق والتكافؤ بين مجموعتي الدراسة التجريبية والضابطه من الأخصائيين النفسيين في المتغيرات غير التجريبية، وهي: النوع، والعمر، والمتغيرات التجريبية، وهي فاعلية الذات الإرشادية وأبعادها، حيث قامت الباحثة بتوزيع استمارة البيانات الأساسية للمفحوصين ومقياس فاعلية الذات الإرشادية على عينة الأخصائيين النفسيين من المجموعتين الضابطه والتجريبية، ثم قامت بالتحقق من تكافؤ المجموعتين ، ويوضح جدول(١) دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات الأخصائيين النفسيين المجموعتين التجريبية والضابطه في القياس القبلي لمقياس فاعلية الذات الإرشادية .

برنامج إرشادي نفسي إيجابي في تنمية فاعلية الذات الإرشادية لدى

الإحصائي النفسي المدرسي

أ/ وردة عبد اللطيف محمد محمد

جدول (١)

دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات الأخصائيين النفسيين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس القبلي لمقياس فاعلية الذات الإرشادية (ن = ١٠)

المتغير	المجموعة	ن	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة U	قيمة W	قيمة Z
النوع	التجريبية	١٠	١٢.٨٥	١٢٨٥٠	٢٦.٥٠٠	٨١.٥٠٠	١.٧٩٤- NS
	الضابطة	١٠	٨.١٥	٨١.٥٠			
العمر	التجريبية	١٠	١٠.٠٠	١٠٠.٠٠	٤٥.٠٠٠	١٠٠.٠٠٠	.٥٠٣- NS
	الضابطة	١٠	١١.٠٠	١١٠.٠٠			
توقعات المرشد فيما يتعلق بكفاءة الشخصية والعملية	التجريبية	١٠	٩.٦٥	٩٦.٥٠	٤١.٥٠٠	٩٦.٥٠٠	.٦٤٧- NS
	الضابطة	١٠	١١.٣٥	١١٣.٥٠			
توقعات المرشد حول قدرته على إقامة علاقة إرشادية ناجحة	التجريبية	١٠	١٠.٣٥	١٠٣.٥٠	٤٨.٠٠٠	١٠٣.٥٠٠	.١١٤- NS
	الضابطة	١٠	١٠.٦٥	١٠٦.٥٠			
توقعات المرشد حول قدرته على تحديد مشكلة المرشد وتشخيصها	التجريبية	١٠	١٠.٧٠	١٠٧.٠٠	٤٨.٠٠٠	١٠٣.٠٠٠	.١٥٢- NS
	الضابطة	١٠	١٠.٣٠	١٠٣.٠٠			
توقعات المرشد حول قدرته على تحديد وصياغة الأهداف الإرشادية	التجريبية	١٠	١٠.٧٠	١٠٧.٠٠	٤٨.٠٠٠	١٠٣.٠٠٠	.١٥٣- NS
	الضابطة	١٠	١٠.٣٠	١٠٣.٠٠			
توقعات المرشد حول قدرته على اختيار الطريقة الإرشادية	التجريبية	١٠	١٠.٦٠	١٠٦.٠٠	٤٩.٠٠٠	١٠٤.٠٠٠	.٠٧٦- NS
	الضابطة	١٠	١٠.٤٠	١٠٤.٠٠			
توقعات المرشد حول قدرته على تقويم النتائج	التجريبية	١٠	١٠.٣٠	١٠٣.٠٠	٤٨.٠٠٠	١٠٣.٠٠٠	.١٥٣- NS
	الضابطة	١٠	١٠.٧٠	١٠٧.٠٠			
توقعات المرشد حول قدرته على إقبال الحالة وإنهاء الإرشاد	التجريبية	١٠	١٠.٥٥	١٠٥.٥٠	٤٩.٥٠٠	١٠٤.٥٠٠	.٠٣٩- NS
	الضابطة	١٠	١٠.٤٥	١٠٤.٥٠			
المقياس الكلي	التجريبية	١٠	١٠.٥٠	١٠٥.٠٠	٥٠.٠٠٠	١٠٥.٠٠٠	.٠٠٠ NS
	الضابطة	١٠	١٠.٥٠	١٠٥.٠٠			

NS غير دال إحصائياً .

يتضح من جدول (١) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس القبلي سواء للمتغيرات غير التجريبية (النوع، العمر) أم للمتغيرات التجريبية والتي اشتملت على مقياس فاعلية الذات الإرشادية وأبعادها، ومن ثم فإن المجموعتين متكافئتان في القياس القبلي لمقياس فاعلية الذات الإرشادية.

٣- أدوات الدراسة :

١- مقياس فاعلية الذات الإرشادية :

يهدف مقياس فاعلية الذات الإرشادية إعداد على محمد علي، وبشرى إسماعيل أحمد أرنوط (٢٠١٦) الكشف عن فاعلية الذات الارشادية لدى الاخصائيين النفسيين العاملين بوزارة التربية والتعليم ، ويتألف من ٧٠ عبارة مصاغه جميعها بصورة ايجابية، يمثل كل منها مظهراً من مظاهر فاعلية الذات الإرشادية لدى المرشد (الإخصائي) النفسي، وتتنوع هذه العبارات على ٧ ابعاد بالتساوي ،كل منها يتكون من ١٠ عبارات، وهي: توقعات المرشد فيما يتعلق بكفاءته الشخصية والعلميه (عبارات ١-١٠)، وتوقعات المرشد حول قدرته على اقامة علاقه ارشاديه ناجحه (عبارات ١١-٢٠)، وتوقعات المرشد حول قدرته على تحديد مشكلة المسترشد وتشخيصها (عبارات ٢١-٣٠)، وتوقعات المرشد حول قدرته على تحديد وصياغة الأهداف الإرشادية (عبارات ٣١-٤٠)، وتوقعات المرشد حول قدرته على اختيار الطريقه الارشاديه (عبارات ٤١-٥٠)، وتوقعات المرشد حول قدرته على إقبال الحاله وإنهاء الإرشاد (عبارات ٦١-٧٠)، ويقوم المفحوص باختيار أحد البدائل من بين ست البدائل المدرجة أمام كل عبارة، وهي ،غير متوفر تماماً،متوافر بدرجة قليلة جداً،متوافر بدرجة قليلة ،متوافر بدرجة متوسطه، متوافر بدرجة كبيره، متوافر بدرجة كبيره جداً، ويتم تصحيح العبارات من خلال الاجابه على بنود المقياس باختيار واحدا من ستة بدائل هي (٥ ، ٤ ، ٣ ، ٢ ، ١ ، صفر)،وللمقياس درجه كليه هي عبارته عن مجموع درجات الفرد على العبارات المكونه لابعاد المقياس السبعه معا (وبذلك تتراوح الدرجه الكليه للفرد على المقياس بين صفر الى ٣٥٠ درجه) كما ان المقياس يعطي درجه فرعيه وهي مجموع استجابات الفرد على العبارات المكونه للبعد (وبذلك تتراوح الدرجه على احد الابعاد المكونه للمقياس بين صفر الى ٥٠ درجه).

برنامج إرشادي نفسي إيجابي فى تنمية فاعلية الذات الإرشادية لدى

الإخصائي النفسي المدرسي

أ/ وردة عبد اللطيف محمد محمد

الكفاءة السيكومترية لمقياس فاعلية الذات الإرشادية :

قاما معدي المقياس بالتأكد من صدق عبارات المقياس بإرساله للتحكيم من عدد من الأساتذة المتخصصين في الإرشاد النفسي والصحة النفسية والقياس والتقييم النفسي ،للحكم على مدى مناسبة الصياغة اللغوية ووضوحها ومدى انتماء العبارة للبعد وقد أجرى الباحثان بعض التعديلات في الصياغة اللغوية لبعض العبارات وفقا لآراء المحكمين

أ- صدق المقياس :

تم التحقق من صدق المقياس باستخدام صدق الاتساق الداخلي بحساب معاملات الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي اليه وكذلك حساب معاملات ارتباط الأبعاد بالدرجة الكلية للمقياس على عينة التقنين وكذلك النتائج وتراوحت معاملات ارتباط العبارة بالبعد الذي تنتمي اليه تراوحت بين (٤٧١ ، ٠-٨٥٨ ، ٠) وكانت جميعها داله عند مستوى ٠.٠١ وهذا يشير الى الاتساق الداخلي للمقياس، كما تم التحقق من صدق المقارنه الطرفيه ،وذلك بترتيب الافراد تنازليا حسب درجاتهم على مقياس فاعلية الذات الإرشادية ،واخذت ٢٧ % من الفئة العليا و ٢٧ % من الفئة الدنيا ،وباستخدام اختبار (ت) تم المقارنه بين المجموعتين العليا والدنيا وكانت داله عند ٠.٠١ .

وقد تم حساب صدق المقياس بالدراسة الحالية بالطريقه التاليه :

(١)الاتساق الداخلي :

للتحقق من اتساق المقياس داخليا قامت الباحثة بحساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات القائمة ودرجة البعد التي تتدرج تحته بعد تطبيقه على المشاركين بالدراسة الاستطلاعية ، ويوضح جدول (٢) معاملات الارتباط بين عبارات مقياس فاعلية الذات الإرشادية والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه ودلالاتها.

جدول (٢)

معاملات الارتباط بين عبارات مقياس فاعلية الذات الإرشادية والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه ودلالاتها

البعد السابع		البعد السادس		البعد الخامس		البعد الرابع		البعد الثالث		البعد الثاني		البعد الأول	
ر	م	ر	م	ر	م	ر	م	ر	م	ر	م	ر	م
**٠.٦٤٩	٦١	**٠.٨١٣	٥١	**٠.٧٦٦	٤١	**٠.٧٧٥	٣١	**٠.٦٧٧	٢١	**٠.٧٩٤	١١	**٠.٦٨٥	١
**٠.٨٠٥	٦٢	**٠.٨١٧	٥٢	**٠.٨١٤	٤٢	**٠.٨٤٩	٣٢	**٠.٧٧٦	٢٢	**٠.٧٤٤	١٢	**٠.٥٤٩	٢
**٠.٧٨٧	٦٣	**٠.٨٢٠	٥٣	**٠.٦٥٠	٤٣	**٠.٨٥٠	٣٣	**٠.٧٤٥	٢٣	**٠.٨٢٩	١٣	**٠.٧٢٠	٣
**٠.٨٧١	٦٤	**٠.٨٨٤	٥٤	**٠.٦٧٩	٤٤	**٠.٤٠٥	٣٤	**٠.٨٣٥	٢٤	**٠.٨٠٥	١٤	**٠.٧٣٩	٤
**٠.٧٩٧	٦٥	**٠.٨٤٣	٥٥	**٠.٨٠٣	٤٥	**٠.٦٧٠	٣٥	**٠.٨١٤	٢٥	**٠.٧٩٧	١٥	**٠.٥٠١	٥
**٠.٧٣٦	٦٦	**٠.٨٣٧	٥٦	**٠.٧٩٠	٤٦	**٠.٦٢٨	٣٦	**٠.٨٤٥	٢٦	**٠.٨٢٢	١٦	**٠.٤٤١	٦
**٠.٧١٤	٦٧	**٠.٧٨٦	٥٧	**٠.٧٩٧	٤٧	**٠.٧٩١	٣٧	**٠.٦٤٠	٢٧	**٠.٧٤٨	١٧	**٠.٨٥٥	٧
**٠.٧٩٥	٦٨	**٠.٧٢٦	٥٨	**٠.٧٧٨	٤٨	**٠.٧٣٦	٣٨	**٠.٨٤٧	٢٨	**٠.٧٤٠	١٨	**٠.٧٩٧	٨
**٠.٧٩٧	٦٩	**٠.٨٢٥	٥٩	**٠.٧٨٠	٤٩	**٠.٧٧٧	٣٩	**٠.٨٦٧	٢٩	**٠.٦١٧	١٩	**٠.٧٠٣	٩
**٠.٦٧٢	٧٠	**٠.٨٥٨	٦٠	**٠.٧٤٩	٥٠	**٠.٦٧٣	٤٠	**٠.٧٦٥	٣٠	**٠.٤٨٣	٢٠	**٠.٧٣٥	١٠

** دال عند مستوى ٠.٠١

يتضح من جدول (٢) أن جميع معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة ودرجة البعد الذي تتدرج تحته لمقياس فاعلية الذات الإرشادية دالة عند مستوى ٠.٠١ ، مما يعني اتساق المقياس داخلياً.

برنامج إرشادي نفسي إيجابي في تنمية فاعلية الذات الإرشادية لدى

الإخصائي النفسي المدرسي

أ/ وردة عبد اللطيف محمد محمد

(٢) الصدق التمييزي :

قد تم الاعتماد على طريقة المقارنة الطرفية للاختبار، وذلك بترتيب الأفراد تنازليًا حسب درجاتهم علي مقياس فاعلية الذات الإرشادية، وأخذت نسبة (٢٧٪) من الفئة العليا و(٢٧٪) من الفئة الدنيا، وباستخدام اختبار (ت) تم المقارنة بين المجموعتين العليا والدنيا، ويوضح جدول (٤) نتائج اختبار ت بين درجات المجموعة الدنيا والعليا علي مقياس فاعلية الذات الإرشادية وأبعاده .

جدول (٤)

نتائج اختبار ت بين درجات المجموعة الدنيا والعليا
علي مقياس فاعلية الذات الإرشادية وأبعاده

قيمة ت	منخفضوا فاعلية الذات الإرشادية		مرتفعوا فاعلية الذات الإرشادية		مقياس فاعلية الذات الإرشادية وأبعاده
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
** ١٦.٤٨٢	٤.٦٣٤	١٨.٠٥	٢.٩٣٤	٣٧.٣٢	الأول : توقعات المرشد فيما يتعلق بكفاءة الشخصية والعملية
** ١٣.٦٤٢	٦.٥٩٥	١٩.٥٠	٣.٦٠٦	٤١.٣٦	الثاني : توقعات المرشد حول قدرته على إقامة علاقة إرشادية ناجحة
** ١٦.٦٣٨	٤.٩٧٨	١٧.٧٣	٢.٧٠٢	٣٧.٨٢	البعث الثالث : توقعات المرشد حول قدرته على تحديد مشكلة المسترشد وتشخيصها
** ١٩.٢٤٣	٣.٣٦٥	١٤.٩١	٢.٥٦٧	٣٢.٢٧	البعث الرابع : توقعات المرشد حول قدرته على تحديد وصياغة الأهداف الإرشادية
** ١٤.٥٧٦	٤.٧٧٠	١٢.٩١	٤.٤٧١	٣٣.٢٣	البعث الخامس : توقعات المرشد حول قدرته على اختيار الطريقة الإرشادية
** ١٨.٣٣٧	٤.١٦٣	١١.٢٣	٤.٣٠٤	٣٤.٦٤	البعث السادس: توقعات المرشد حول قدرته على تقويم النتائج
** ٢١.٤٦١	٣.٤٢٥	١٢.٧٣	٣.٧٢٠	٣٥.٨٦	البعث السابع : توقعات المرشد حول قدرته على إقفال الحالة وإنهاء الإرشاد
** ١٦.٠٤٦	٣٢.٣٤٩	١١٨.٥٩	١٣.١٤٦	٢٣٨.٠٥	مقياس فاعلية الذات الإرشادية ككل

** دال عند مستوى ٠.٠١

يتضح من جدول (٤) أن قيمة (ت) كانت دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠١) وهذا يشير إلي أن هناك فروقاً جوهرية بين المتوسطات الحسابية علي أبعاد مقياس فاعلية الذات الإرشادية وبالتالي فإن المقياس قادراً علي التمييز بين الأفراد ذوي فاعلية الذات الإرشادية المرتفعة وبين الأفراد ذوي فاعلية الذات الإرشادية المنخفضة.

ب- ثبات المقياس :

تم حساب الثبات باستخدام الفا كرونباخ وتراوحت معاملات الثبات للابعد بين ٨٨٨٥ و ٠٠ الى ٩٣٦ ، ٠ ، كذلك قام معدا المقياس بحساب ثبات التجزئه النصفيه لابعاد المقياس وتم استخدام سبيرمان - براون ، جتمان وكان البعد الاول ٨٨٧،٠، البعد الثاني ٨١٨ ، ٠ ، البعد الثالث ٨٨٨ ، ٠، البعد الرابع ٨٠٧ ، ٠، البعد الخامس ٨٧٠ ، ٠، البعد السادس ٨٤٢،٠، البعد السابع ٩٢٠ ، ٠، المقياس الكلي ٩٤٥ ، ٠، وبذلك تمتع المقياس بالثبات .

وقد تم حساب ثبات المقياس بالدراسة الحالية بالطرق التاليه :

(١) طريقة ألفا كرونباك Alpha Cronbach Method :

استخدمت الباحثة معادلة ألفا كرونباك (صفوت فرج ، ٢٠٠٧) وهي معادلة تستخدم لإيضاح المنطق العام لثبات الاختبار ، ويوضح جدول (٥) قيم معامل ثبات ألفا كرونباك لقائمة سلوكيات التفاعل الاجتماعي المدرك لوالدي الأطفال الذاتويين وأبعادها الفرعية الأربعة.

(٢) - طريقة التجزئة النصفية :

تم حساب ثبات مقياس فاعلية الذات الإرشادية بطريقة القسمة النصفية مع تصحيح الطول باستخدام معادلة (سبيرمان براون)، وذلك علي النحو المبين في الجدول التالي:

برنامج إرشادي نفسي إيجابي في تنمية فاعلية الذات الإرشادية لدى
الإخصائي النفسي المدرسي
أ/ وردة عبد اللطيف محمد محمد

جدول (٥)

قيم معامل ثبات مقياس فاعلية الذات الإرشادية للإخصائي النفسي المدرسي وأبعاده السبع
بطريقتي ألفا كرونباك وإعادة تطبيق الاختبار

قيم معامل الثبات			أبعاد قائمة سلوكيات التفاعل الاجتماعي المدرك لوالدي الأطفال الذواتيين
ألفا كرونباك	التجزئة النصفية		
	جوتمان	سبيرمان - براون	
٠.٨٥١	٠.٧٤٦	٠.٧٥٢	الأول: توقعات المرشد فيما يتعلق بكفاءة الشخصية والعملية
٠.٩٠٢	٠.٨٥٤	٠.٨٥٥	الثاني: توقعات المرشد حول قدرته على إقامة علاقة إرشادية ناجحة
٠.٩٢٥	٠.٨٩٤	٠.٨٩٤	البعد الثالث: توقعات المرشد حول قدرته على تحديد مشكلة المسترشد وتشخيصها
٠.٨٧٦	٠.٨٩٤	٠.٨٩٤	البعد الرابع: توقعات المرشد حول قدرته على تحديد وصياغة الأهداف الإرشادية
٠.٩١٨	٠.٨٦٦	٠.٨٦٦	البعد الخامس: توقعات المرشد حول قدرته على اختيار الطريقة الإرشادية
٠.٩٤٦	٠.٩٠٠	٠.٩٠٠	البعد السادس: توقعات المرشد حول قدرته على تقييم النتائج
٠.٩١٩	٠.٩٠٢	٠.٩٠٤	البعد السابع: توقعات المرشد حول قدرته على إقفال الحالة وانتهاء الإرشاد
٠.٩٧٦	٠.٨٣٢	٠.٨٣٤	مقياس فاعلية الذات الإرشادية ككل

يتضح من جدول (٥) ارتفاع قيم معامل ثبات مقياس فاعلية الذات الإرشادية وأبعاده الفرعية بطريقتي ألفا كرونباك والتجزئة النصفية؛ مما يشير إلى تمتع المقياس ككل وأبعاده الفرعية بدلالات ثبات مناسبة .

٢- البرنامج الإرشادى القائم على بعض فنيات علم النفس الإيجابى لتنمية فاعلية الذات الإرشادية لدى الإخصائى النفسى المدرسى (إعداد الباحثة)

أ- الأساس النظرى لبرنامج علم النفس الإيجابى :

يعد العلاج النفسى الإيجابى أحد الاتجاهات الحديثة فى مجال العلاجات النفسية، يتكامل مع المدارس العلاجية الأخرى، ويقوم هذا الاتجاه على الاهتمام بالسمات الإنسانية الإيجابية إلى جانب اهتمامه بعلاج نقاط الضعف لدى الفرد، فالعلاج النفسى الإيجابى يعالج القصور والضعف ويدعم وينمي مناطق القوة لدى الأفراد .

يسعى العلاج النفسى الإيجابى إلى مضاعفة وزيادة الموارد الإيجابية للأفراد والمشاعر الإيجابية ونقاط القوة الشخصية والمعنى، والعلاقات الإيجابية، كما يهدف أيضا إلى تحقيق التوازن بين الاهتمام بالأحداث والسلوكيات السلبية والإيجابية فى العلاج النفسى (Rashid et al., 2017)، ويهدف العلاج النفسى الإيجابى إلى تشجيع الأفراد على البحث واكتشاف الإيجابيات المحتملة من التجارب الصعبة التى مروا بها، ومساعدة الأفراد على التعبير العاطفى، والتأمل، واكتشاف خبرات النجاح والفشل، ومساعدة الأفراد على تعلم استخدام مواطن القوة، والمهارات، والموهب، والقدرات فى مواجهة التحديات وحل المشكلات، وتشجيع الأفراد على مواجهة التجارب السلبية والتعامل معها بإيجابية والاستفادة من هذه التجارب (Rashid, 2015)، كما يهدف العلاج النفسى الإيجابى بجانب التخلص من الاضطراب النفسى إلى تحقيق أهداف أعلى كنشر جودة الحياة وازدهارها، ومساعدة الأفراد على التركيز على الأهداف التى يرغب فى تحقيقها، وكيفية استخدام إيجابياته وإيجابيات بيئته للوصول إلى الهدف، كما أنه يساعد فى إحداث تغييرات إيجابية فى بيئة الأفراد، والمساعدة فى التخلص من مظاهر الاضطراب النفسى، كما يساعد العلاج النفسى الإيجابى فى تحسين ظروف حياة الأفراد واكسابها جودة عالية على المستوى النفسى من خلال اكسابه صفات مثل التواصل أو التحول إلى شخص ذى فاعلية (خالد محمد الخنجى، ٢٠٠٦، ٢٣٠) .

برنامج إرشادي نفسي إيجابي فى تنمية فاعلية الذات الإرشادية لدى

الإخصائي النفسي المدرسي

أ/ وردة عبد اللطيف محمد محمد

ويعتمد العلاج النفسي الإيجابي على فرضية أن العلاج لا يتم فقط من خلال تخفيف الأعراض السلبية ومواجهتها، ولكن أيضًا من خلال بناء العواطف والانفعالات الإيجابية والفضائل ونقاط القوة بشكل مباشر وأساسي، فبناء هذه الموارد الإيجابية يؤدي إلى التغلب على الأعراض السلبية بشكل مباشر، وقد يخفف أيضًا من تكرارها في المستقبل (Seligman et al., 2006).

ويتضح دور العلاج النفسي الإيجابي في مساعدة الأفراد في بناء وتوسيع الموارد العلاجية الإيجابية، وتوليد الأفكار والإجراءات لحل المشكلات، وتقديم أنشطة للعملاء تؤدي إلى توليد مشاعر إيجابية تساعد على توليد أفكار جديدة، وتسهل إعادة تفسير الذكريات القديمة، فالمشاعر الإيجابية ليست مجرد مؤشرات على الفرح والسعادة فقط، ولكن الأهم من ذلك أنها تولد تغييرات إدراكية، وسلوكية، وعاطفية لدى الأفراد، والعمل على توليد العواطف والانفعالات الإيجابية، مما يزيد من شعور الأفراد بالأمل، ويتيح إمكانية النظر إلى الحياة بمنظور أكثر إيجابية، ومساعدة الأفراد على تحديد نقاط قوة شخصياتهم، والفضائل والموارد الإيجابية التي يتمتعون بها، واستخدامها بطرق هادفة ومرضية، ومساعدة الأفراد في إجراء تقييم إيجابي دقيق وشامل، وتحديد الأشياء التي تلبى وتعطي معنى للحياة، لأن التركيز على خبرات النجاح والإنجازات يلهم للعمل نحو تحقيق الأهداف المستقبلية (Rashid et al., 2017).

وتبدو العلاقة بين تدخلات العلاج النفسي الإيجابي والتتمر في تركيزها على تنمية الجوانب الإيجابية لدى الأفراد ودفعهم إلى توجيه جهودهم نحو أنشطة بناءة من شأنها أن تلبى طموحاتهم وتصرف انتباههم عن القيام بسلوكيات التتمر غير المرغوب فيها (عبد الكريم جرادات، ٢٠١٦).

حيث يؤثر التمر بما يحمله من عنف تجاه الآخرين، ويسبب العديد من المشكلات للمتمتع، أو ضحيته، أو على البيئة المدرسية بأكملها، حيث يعاني المتمتعون من مشكلات نفسية واجتماعية، تتمثل في: الانخراط في أعمال الهوس والعنف، والميل للعدوانية، والسلوك الفوضوي، واضطرابات في الشخصية، والميل للتحدي والعناد، وخرق الأنظمة المدرسية، كما يعانون من صعوبات في التكيف مع المناخ المدرسي، ويشعرون بعدم الأمان داخل المدرسة، ويعانون من مشكلات في التحصيل الدراسي، وكره شديد للمدرسة والواجبات المدرسية (زينب محمود شقير، ٢٠١٨؛ مسعد نجاح أبوالديار، ٢٠١٢ب).

ويتضح دور العلاج النفسى الإيجابى فى تنمية الذات الإرشادية من خلال مساعدة الإخصائى النفسى على تحقيق أهداف العملية الإرشادية والنقص التدريجى لأعراض المشكلة أو الاضطراب للمسترشد ، ومساعدتهم على الشعور بجودة الحياة وازدهارها، ومساعدة الأفراد فى التركيز على الأهداف التى يرغب فى تحقيقها، وكيفية استخدام إيجابياته وإيجابيات بيئته للوصول إلى الهدف، كما أنه يساعد فى إحداث تغييرات إيجابية فى بيئة الأفراد، كما يساعد الإرشاد ببعض فنيات علم النفس الإيجابى فى تحسين ظروف حياة الأفراد وإكسابها جودة عالية على المستوى النفسى من خلال اكسابه صفات مثل التواضع، والتسامح، والأمل، والتفائل، والكفاءة الذاتية والاجتماعية، والتحول إلى شخص ذى فاعلية، وتحسين العلاقات الاجتماعية، والاحتواء، والتقبل الإيجابى للآخرين

ب- أهداف البرنامج:

(١)الهدف العام للبرنامج :

يتمثل الهدف العام للبرنامج فى زيادة فاعلية الذات الإرشادية لدى الإخصائى النفسى المدرسي من خلال فنيات علم النفس الإيجابى التى تساعده على اكتشاف مواطن قوته الشخصيه والتي تساعده على مواجهة المشكلات الارشادية وتحسن من علاقاته مع الطلاب المسترشدين فى المدرسة واولياء الامور والافراد العاملين بالمدرسه.

برنامج إرشادي نفسي إيجابي فى تنمية فاعلية الذات الإرشادية لدى

الإخصائي النفسي المدرسي

أ/ وردة عبد اللطيف محمد محمد

(٢) الاهداف الفرعية للبرنامج :

- أن يتعرف أفراد المجموعه الإرشادية على مفهوم فاعلية الذات الإرشادية.
- أن يتعرف أفراد المجموعه الإرشادية على جوانب فاعلية الذات الإرشادية.
- أن يستنتج أفراد المجموعه الإرشادية أهمية فاعلية الذات الإرشادية في عملهم الإرشادي داخل المدرسة.
- أن يتعرف أفراد المجموعه الإرشادية على مصادر فاعلية الذات الإرشادية.
- أن يتعرف أفراد المجموعه الإرشادية على مفهوم علم النفس الإيجابي.
- أن يقيم أفراد المجموعه الإرشادية خصائصهم الشخصية.
- أن يحدد أفراد المجموعه الإرشادية خصائصهم المعرفيه وقدراتهم العقلية.
- أن يكتشف أفراد المجموعه الإرشادية مواطن قوتهم النفسية.
- أن يرهن أفراد المجموعه الإرشادية عن اهمية الالمام بمعرفة الإنسان ومشكلاته.
- أن يتدرب أفراد المجموعه الإرشادية ارشاديه على بعض الطرق التي تعينهم على إقامة علاقه ارشاديه ناجحة.
- أن تستخدم أفراد المجموعه الإرشادية بعض الاستراتيجيات التي تساعدهم على تحديد المشكلات الإرشادية.
- أن تستخدم أفراد المجموعه الإرشادية بعض الطرق التي تعينهم على تشخيص المشكلات الارشاديه.
- أن يستخدم أفراد المجموعه الإرشادية بعض المهارات التي تعينهم على تحديد الأهداف الإرشادية.
- أن يتدرب أفراد المجموعه الإرشادية على بعض الفنيات التي تعينهم على التغلب على صعوبات تحديد الأهداف الإرشاديه.

- أن يتدرب أفراد المجموعه الإرشادية على استخدام بعض الفنيات التي تعينهم على تقويم العمليه الإرشادية.
- أن يستخدم أفراد المجموعه الإرشادية بعض الفنيات التي تساعدهم على اقبال الحالات وإنهاء الإرشاد.

ج- الفنيات والاساليب المستخدمه فى البرنامج:

استخدمت الباحثة فى البرنامج بعض الفنيات المستمه من علم النفس الايجابى وهى:
(١) فنية النفاؤل، (٢) فنية التدفق، (٣) فنية الاسترخاء، (٤) فنية التخيل الإيجابي، (٥) التفكير الإيجابي، (٦) الامتتان، (٧) العصف الذهني، (٨) ممارسة التسامح، (٩) فنية اليوم الجميل، (١٠) فنية السرد كما جاء بالفصل الثاني " الإطار النظري للدراسة " .

كما تم استخدام بعض الفنيات والأساليب مثل:

- (١) **المحاضره:** وهى تعتمد على تقديم معلومات بطريقه منظمه لافراد العينه التجريبية للبرنامج واستخدمتها الباحثة لتوضيح كيفية استخدام وتوظيف فنيات علم النفس الايجابى.
- (٢) **المناقشه والحوار:** وتعتبر المناقشه من انجح السبل العلاجيه الارشاديه وذلك لانها تعتمد على قدرة الانسان على الكلام وتوظيف الرموز فى كلا من الحوار والكتابه وايضا تقيد فى التقويم والتعديل (محمد محروس الشناوى ١٩٩٦، صص ٤٤: ٤٥)
- (٣) **النمذجه:** وهى احد الفنيات المهمه والتي تستند النظرية التعلم الاجتماعى ،حيث يحدث التعلم نتيجة ملاحظه سلوك يقوم به شخص اخر ،ويقوم التعلم بتقليد السلوك ومحاكاته فى نفس الوقت او وقت لاحق، وتستخدم النمذجه فى اكساب المسترشد سلوكا جديدا مناسباً او تكرار سلوك مرغوب فيه (محمد السيد عبد الرحمن ومحمد محروس الشناوى ،٢٠١٠، صص ١٣٥-١٣٦).
- (٤) **التخيل الايجابى:** وفيه يتخيل المسترشد نفسه فى الموقف وان يتصور نفسه يسلك ويشعر بطريقه مختلفه عما يحدث فى الواقع (سيد عبد العظيم وفضل ابراهيم ومحمد عبد التواب ،٢٠١٠، صص ١٧٩).

برنامج إرشادي نفسي إيجابي فى تنمية فاعلية الذات الإرشادية لدى

الإحصائي النفسي المدرسي

أ/ وردة عبد اللطيف محمد محمد

نتائج الدراسة وتفسيرها

١- نتائج الفرض الأول وتفسيرها:

ينص الفرض الأول على أنه "توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات الأخصائيين النفسيين للمجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس فاعلية الذات الإرشادية في التطبيق البعدي لصالح المجموعة التجريبية".

للتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثة بتطبيق مقياس فاعلية ذات الإرشادية على المجموعتين التجريبية والضابطة (الإحصائيين النفسيين) مجموعتين متساويتين : مجموعة ضابطة لا تخضع لتطبيق برنامج فنيات علم النفس الإيجابي، ومجموعة تجريبية تخضع لتطبيق برنامج فنيات علم النفس الإيجابي ، تمت المجانسة بينهما في متغيري النوع والعمر وفاعلية الذات الإرشادية وأبعاده ، وتم تطبيق برنامج فنيات علم النفس الإيجابي على المجموعة التجريبية بصورة جماعية ، وبعد الانتهاء من تطبيق البرنامج تم تطبيق مقياس فاعلية الذات الإرشادية وأبعاده ، ثم قامت الباحثة بحساب الفرق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس فاعلية الذات الإرشادية وأبعاده بعد تطبيق برنامج فنيات علم النفس الإيجابي باستخدام اختبار " مان - ويتني Mann- Whitney " للأزواج المستقلة، ويوضح جدول (١٢) الفروق بين متوسطي رتب درجات الأخصائيين النفسيين للمجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس فاعلية الذات الإرشادية وأبعاده في التطبيق البعدي .

جدول (١٢)

الفروق بين متوسطي رتب درجات الأخصائيين النفسيين للمجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس فاعلية الذات الإرشادية وأبعاده في التطبيق البعدي (ن=١٠)

م	مقياس فاعلية الذات الإرشادية وأبعاده	المجموعة الضابطة (ن=١٠)		المجموعة التجريبية (ن=١٠)		قيمة "U"	قيمة "Z"
		متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب		
١	توقعات المرشد فيما يتعلق بكفاءة الشخصية والعملية	٥٥.٥٠	٥٥٠.٠٠	١٥.٥٠	١٥٥.٠٠	٠.٠٠٠	٣.٨٢٧-
٢	توقعات المرشد حول قدرته على إقامة علاقة إرشادية ناجحة	٥٥.٥٠	٥٥٠.٠٠	١٥.٥٠	١٥٥.٠٠	٠.٠٠٠	٣.٨٧١-
٣	توقعات المرشد حول قدرته على تحديد مشكلة المسترشد وتشخيصها	٥٥.٥٠	٥٥٠.٠٠	١٥.٥٠	١٥٥.٠٠	٠.٠٠٠	٣.٧٨٨-
٤	توقعات المرشد حول قدرته على تحديد وصياغة الأهداف الإرشادية	٥٥.٥٠	٥٥٠.٠٠	١٥.٥٠	١٥٥.٠٠	٠.٠٠٠	٣.٧٩١-
٥	توقعات المرشد حول قدرته على اختيار الطريقة الإرشادية	٥٥.٥٠	٥٥٠.٠٠	١٥.٥٠	١٥٥.٠٠	٠.٠٠٠	٣.٧٩٧-
٦	توقعات المرشد حول قدرته على تقويم النتائج	٥٥.٥٠	٥٥٠.٠٠	١٥.٥٠	١٥٥.٠٠	٠.٠٠٠	٣.٩٠٧-
٧	توقعات المرشد حول قدرته على إقبال الحالة وإنهاء الإرشاد	٥٥.٥٠	٥٥٠.٠٠	١٥.٥٠	١٥٥.٠٠	٠.٠٠٠	٣.٨٣٥-
	مقياس فاعلية الذات الإرشادية وأبعاده	٥٥.٥٠	٥٥٠.٠٠	١٥.٥٠	١٥٥.٠٠	٠.٠٠٠	٣.٧٨٢-

برنامج إرشادي نفسي إيجابي فى تنمية فاعلية الذات الإرشادية لدى

الإحصائي النفسي المدرسي

أ/ وردة عبد اللطيف محمد محمد

يتضح من جدول (١٢) وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية والضابطة على مقياس فاعلية الذات الإرشادية لصالح المجموعة التجريبية عند مستوى (٠.٠١)، مما يدل على تحقق الفرض الأول للدراسة ويدل على فاعلية البرنامج الإرشادي لتنمية فاعلية الذات الإرشادية لدى الإحصائيين النفسيين .

وهذا يشير إلي مدى التحسن الذي طرأ في سلوك الإحصائيين النفسيين من تعزيز الذات الإرشادية لديهم بشكل عام وضمن مجالات فاعلية الذات الإرشادية من توقعات المرشد فيما يتعلق بكفاءته الشخصية والعملية، توقعات المرشد حول قدرته على إقامة علاقة إرشادية ناجحة، توقعات المرشد حول قدرته على تحديد مشكلة المسترشد وتشخيصها، توقعات المرشد حول قدرته على تحديد وصياغة الأهداف الإرشادية، توقعات المرشد حول قدرته على اختيار الطريقة الإرشادية، توقعات المرشد حول قدرته على تقييم النتائج، توقعات المرشد حول قدرته على إقبال الحالة وإنهاء الإرشاد.

تُعزى الباحثة الفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس فاعلية الذات الإرشادية وأبعاده بعد تطبيق برنامج فنيات علم النفس الإيجابي لصالح المجموعة التجريبية إلى تعرض أفراد المجموعة التجريبية للبرنامج الإرشادي القائم على بعض فنيات علم النفس الإيجابي دون أفراد المجموعة الضابطة، حيث وفر البرنامج الفرصة لزيادة بعض الجوانب والمهارات المرتبطة بفاعلية الذات الإرشادية، مثل زيادة توقعات الإحصائي

النفسى حول تحديد الخصائص الشخصية والعلمية ومعرفته التخصصية عن الانسان ونموه والمشكلات التى يواجهها الفرد وطرق التعامل مع المشكلات ، وهذا ما احتوى عليه البرنامج فى الجلسة التى بعنوان (احكم على خصائصك الشخصية بطريقه أكثر تفاؤلاً) والتى تضمنت الحكم على خصائص الشخصية بطريقه تفاؤليه من خلال مهارة الدحض والتفنيد .

ولقد كان لاستخدام فنية التخيل الايجابى والعصف ذهنى ، والتدريب على خطوات التفكير التفاؤلى من زيادة توقعات افراد المجموعة التجريبية من الحكم على خصائص الشخصية ، ويتسق ذلك مع ما أكدت عليه نتائج دراسة عبد المحسن ديغم (٢٠٠٨) بوجود علاقة بين التفاؤل وفاعلية الذات حيث ان الطاقة الإيجابية الدافعة التى تؤدى للنجاح هي الطاقة فى نظرية الفاعلية الذاتية التى تجعل الانسان يؤدي افضل ما عنده (ص ٧).

كما أن التفاؤل من السمات المهمة التى لا بد ان تتمى لدى الاخصائى النفسى حتى تزيد من فاعليته الذاتية الإرشادية ، وهذا ما أشارت إليه نتائج دراسة رامى مصطفى الخطيب (٢٠١٠) بأن هناك علاقة بين التفاؤل وفاعلية الذات لدى المرشدين النفسيين، وأيضاً هذا ما توصلت إليه نتائج دراسة ماجد مانع ومحمد درويش (٢٠١٣، ٢٧) بأن سمة التفاؤل من السمات المنبئه بتوجهات طلبة الارشاد النفسى، وكذلك هذا ما اوصى به اسامه مرزوق وعثمان فضل (٢٠١٦) بإقامة برامج تدريبيه للمرشدين النفسيين العاملين فى المدارس فى مجال سيكولوجية التفاؤل ، واوصت الدراسة بضرورة غرس التفاؤل لدى المرشدين النفسيين .

برنامج إرشادي نفسي إيجابي في تنمية فاعلية الذات الإرشادية لدى

الإخصائي النفسي المدرسي

أ/ وردة عبد اللطيف محمد محمد

وايضا كان للأنشطة العقلية مثل العصف الذهني الذي يقوم على حرية التفكير لتوليد اكبركم من الافكار (على احمد سيد ومحمد محمود محمد ، ٢٠١٣، ١٩٠٠) ساعدت أفراد المجموعة التجريبية على تحديد الخصائص الشخصية، كما احتوت الجلسة التي كانت بعنوان (قدر ذاتك واكتشف خصائصك المعرفية والعقلية) وقامت فيها الباحثة بتدريب أفراد المجموعة التجريبية على خطوات تقدير الذات قد اسهمت في زيادة توقعات الاخصائي النفسي في تحديد الخصائص المعرفية والنظرية، وما لها من أهميه حيث إن الإخصائي النفسي لابد أن يتمتع بمهارات المعرفة النظرية في مجال العمل الإرشادي والإفادة من نظريات علم النفس (إبراهيم سليمان، ٢٠٠٩ ؛ حمدي عبد الله، ٢٠١٢)، وما أشارت اليه دراسة ماجي وليم وهشام عماد (٢٠٠٩) إلى انه قد تحسن اداء الاخصائيين النفسيين وزادت مهاراتهم الإرشادية وذلك من خلال التدريب على نظريتي العلاج العقلاني الانفعالي والسلوكي، ويتسق ذلك مع ما توصلت إليه نتائج دراسة (Froese & Montogmeryp (2013) ، ومحمد أحمد دياب (٢٠١٣)، و Ooi et al., (2017) بأن تقدير الذات يرتبط بشعور الإنسان بقيمته وبأهمية الدور الذي يقوم به في حياته.

كما احتوى البرنامج على بعض الوسائل ،مثل مشاهدة الافلام ،وهذا يعد نمذجة مصوره أو اكتساب المهارة عن طريق النموذج، وهذا ما أوضحه (Bandura(1999, 2) على أن مشاهدة سلوك الاخرين ،وهم ينجحون ويحققون نتائج ايجابية فعالة فانه يقوي اعتقاد الفرد بان لديه القدرات التي تؤهله لذلك.

كما تُعزى الباحثة الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية إلى أن أفراد المجموعة الضابطة لم يتعرضوا لجلسات البرنامج والفنيات التي تم ذكرها لتقوية هذا الجانب، ونظرا لأنهم يعانون من نقص في توقعاتهم حول ما يمتلكون من خصائص شخصية ومعرفيه وعلميه تخصصيه عن الانسان ونموه وعن طرق التعامل مع المشكلات وهذا ما أشارت اليه دراسة (Schiele et al., 2014)، وصالح بن هادي (٢٠١٦) انه لا تتوفر المهارات والكفايات الإرشادية لدى المرشد النفسى المدرسي؛ لقلة البرامج العلاجية، ويتسق ذلك مع ما أوضحتها نتائج دراسة أروى حسين عرب (٢٠١٧) بأن هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المهارات الإرشادية وذلك لصالح القياس البعدي ؛ مما يشير إلى فاعلية البرنامج، وكذلك ما أسفرت عنه نتائج دراسة عبد الله سالم المهايه وعادل جورج طنوس (٢٠١٦) عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح المجموعة التجريبية تعزى للبرنامج ، وما أشارت إليه الدراسات ذات الصلة من فعالية التدريب الميداني على فاعلية الذات الإرشادية، وتحسن فاعلية الذات ومهارات الإرشاد النفسى للمرشدين النفسيين نتيجة التدريب (Aladag, Kozina et al., 2010)؛ 2013 ؛ Kimberly & Janine , 2013 ؛ محمد نزيه ويحيى مبارك الخطاطبه، (٢٠١٣).

كما تعزى الباحثة الفروق ايضا بين أفراد المجموعة التجريبية والضابطه في بعد توقعات الاخصائي النفسى حول قدرته على اقامة علاقه ارشاديه ناجحه وذلك بسبب احتواء البرنامج فنيات تم التدريب عليها فقد احتوت جلسه بعنوان (كن مبادرا) على تدريب افراد العينه التجريبية على خطوات الفعل الايجابي، والتدريب على اساليب المبادره الى العمل، وكذلك التدريب على فنية الفعل الايجابي مما اسهم في زيادة توقعات افراد المجموعه التجريبية من الاخصائيين النفسيين حول قدرتهم على ما يمكن من فعله من جهود لإقامة علاقه إرشاديه ناجحة مع المسترشد، وهي من المهارات المهمه لجوانب فاعلية الذات الإرشادية، ولقد اشار الى ذلك (Smith 2005) في دراسته إلى ان الممارسة الفعلية للعمل لها علاقه بفاعلية الذات الارشاديه، وايضا ما اشار اليه (Kocark 2002) انه يمكن التنبؤ بأداء المرشد النفسى من خلال فاعليته الذاتيه الارشاديه .

برنامج إرشادي نفسي إيجابي في تنمية فاعلية الذات الإرشادية لدى

الإخصائي النفسي المدرسي

أ/ وردة عبد اللطيف محمد محمد

كما كان لاستخدام فنية التعبير عن الامتتان في الجلسة التي كانت بعنوان (كن ممتنا لما تمتلك) في زيادة توقعات أفراد المجموعة على تحديد مهاراته وعلى قدرتهم على إقامة علاقه إرشاديه ناجحة مع الطلاب والمعلمين واولياء الامور وإدارة المدرسة ، وذلك من خلال ما تم من تدريب أفراد المجموعة التجريبية على ممارسة الامتتان، ولقد أوضح إبراهيم يونس (٢٠١٨) أن العلاج بالامتتان يولد لدى الفرد شعور بالرضا ويطنم الفرد على نفسه وما يملكه (ص ٦١)، وهذا ما اكد عليه سيلجمان (٢٠٠٥) بأن الامتتان وسيله فعاله في جلب الرضا، وهذا ما اكده عبد المرید قاسم (٢٠٢٠) أن الامتتان يمثل احد القوى الإيجابية في الشخصية التي لها دور في تشكيل الخبرات الاجتماعية، ولقد اتفق ذلك مع بعض الدراسات التي استخدمت الامتتان واكدت على فاعليته واوضحت ان هناك فروق بين أفراد المجموعة التجريبية والضابطة في ممارسة الامتتان لصالح المجموعة التجريبية ، ومنها دراسة (Emomons & Mculough (2003)، وهاله عبد اللطيف (٢٠١٤)، الزهراء على محمد(٢٠١٤)، ظاهر سعد حسن (٢٠١٦).

وتعد هذه نتيجة منطقيه نتيجته لاستخدام الفنيات السابق ذكرها والتي تم التدريب عليها والتي نتج عنها فروق بين متوسطي رتب درجات افراد المجموعه الضابطه والتجريبية في القياس البعدي لصالح التجريبية ،وبينما ما حدث مع افراد المجموعه الضابطه من عدم تطبيق البرنامج عليهم وما يتضمنه هذا البرنامج من فنيات متنوعه ،اضافه الى ان افراد المجموعه الضابطه لم يتدربوا على اساليب التفكيرالتقاؤلي ،والتفكير القائم على الامل ،ولم يتم التدريب على الامتتان وانشطة العصف الذهني والسرد واللقاء والمناقشه مما ادى الى الإبقاء على انخفاض توقعاتهم حول قدرتهم على تحديد خصائصهم الشخصية والمعرفيه ،وكذلك قدره على إقامة علاقه

ارشاديه ناجحه ،وعلى قدرتهم على تحديد مشكلة المسترشد وتشخيصها ،وانخفاض توقعاتهم حول قدرتهم على تحديد وصياغة الاهداف الارشاديه وعلى اختيار الطريقه الارشاديه وتقويم النتائج واقفال الحاله .،وما ترتب على ذلك من وجود فروق بين المجموعه التجريبيه والضابطه بعد تطبيق البرنامج لصالح المجموعه التجريبيه في الاتجاه الافضل وتعتبر هذه النتيجة منطقيه حيث لم تتعرض افراد المجموعه الضابطه لاي تدخل يعمل على زياده فاعليه الذات الارشاديه وتؤكد هذه النتيجة بشكل غير مباشر فعالية البرنامج الارشادي القائم على بعض فنيات علم النفس الايجابي واتقت هذه النتيجة مع نتائج الدراسات السابقه التي استخدمت فنيات علم النفس الايجابي ومنها دراسة سيد احمد الوكيل (٢٠١٠) ،انوار محمد الكندري (٢٠١٣) سناء حامد زهران (٢٠١٥).

٢ - نتائج الفرض الثاني وتفسيرها :

ينص الفرض الثاني على أنه : " يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي لبرنامج فنيات علم النفس الإيجابي على مقياس فاعلية الذات الإرشادية وأبعاده لصالح القياس البعدي " .

وللتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثة بتطبيق مقياس فاعلية الذات الإرشادية على أفراد المجموعة التجريبية " الإحصائيين النفسيين " قبل تطبيق برنامج فنيات علم النفس الإيجابي (التطبيق القبلي)، ثم أعيد تطبيق المقياس مرة أخرى على أفراد المجموعة التجريبية " الإحصائيين النفسيين " أنفسهم بعد انتهاء تطبيق البرنامج فنيات علم النفس الإيجابي (التطبيق البعدي) ، ويوضح جدول (١٣) دلالة الفرق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة الإرشادية على مقياس فاعلية الذات الإرشادية وأبعاده في التطبيقين القبلي والبعدي باستخدام اختبار " ويلكوكسون Wilcoxon Signed Ranks " للأزواج المرتبطة.

برنامج إرشادي نفسي إيجابي فى تنمية فاعلية الذات الإرشادية لدى

الإخصائي النفسي المدرسي

أ/ وردة عبد اللطيف محمد محمد

جدول (١٣)

دلالة الفرق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس فاعلية الذات الإرشادية وأبعاده قبل تطبيق برنامج علم النفس الإيجابي وبعده (ن = ١٠)

م	مقياس فاعلية الذات الإرشادية وأبعاده	الرتبة الموجبة			الرتب السالبة		
		مجموع الرتب	متوسط الرتب	ن	مجموع الرتب	متوسط الرتب	ن
١	توقعات المرشد فيما يتعلق بكفاءة الشخصية والعملية	٥٥.٠٠	٥.٥٠	١٠	٠	٠	٠
٢	توقعات المرشد حول قدرته على إقامة علاقة إرشادية ناجحة	٥٥.٠٠	٥.٥٠	١٠	٠	٠	٠
٣	توقعات المرشد حول قدرته على تحديد مشكلة المسترشد وتشخيصها	٥٥.٠٠	٥.٥٠	١٠	٠	٠	٠
٤	توقعات المرشد حول قدرته على تحديد وصياغة الأهداف الإرشادية	٥٥.٠٠	٥.٥٠	١٠	٠	٠	٠
٥	توقعات المرشد حول قدرته على اختيار الطريقة الإرشادية	٥٥.٠٠	٥.٥٠	١٠	٠	٠	٠
٦	توقعات المرشد حول قدرته على تقويم النتائج	٥٥.٠٠	٥.٥٠	١٠	٠	٠	٠
٧	توقعات المرشد حول قدرته على إقبال الحالة وإنهاء الإرشاد	٥٥.٠٠	٥.٥٠	١٠	٠	٠	٠
	مقياس فاعلية الذات الإرشادية وأبعاده	٥٥.٠٠	٥.٥٠	١٠	٠	٠	٠

** دال عند مستوى دلالة ٠.٠١

يتضح من جدول (١٢) وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطى رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية فى القياس القبلى والبعدى على مقياس فاعلية الذات الإرشادية لصالح القياس البعدى عند مستوى (٠.٠١)، وهذا يدل على ارتفاع فاعلية الذات الإرشادية لدى الأخصائين النفسيين فى القياس البعدى ، مما يعنى أن هنا تحسناً قد حدث فى جميع مجالات فاعلية الذات الإرشادية من توقعات المرشد فيما يتعلق بكفاءته الشخصية والعملية، توقعات المرشد حول قدرته على إقامة علاقة إرشادية ناجحة، توقعات المرشد حول قدرته على تحديد مشكلة المسترشد وتشخيصها، توقعات المرشد حول قدرته على تحديد وصياغة الأهداف الإرشادية، توقعات المرشد حول قدرته على اختيار الطريقة الإرشادية، توقعات المرشد حول قدرته على تقويم النتائج، توقعات المرشد حول قدرته على إقفال الحالة وإنهاء الإرشاد.

تشير نتائج الفرض الثانى الى كفاءة وفعالية البرنامج الإرشادى القائم على بعض فنيات علم النفس الإيجابى فى تنمية فاعلية الذات الإرشادية لدى أفراد المجموعة التجريبية وتتفق هذه الدراسة مع نتائج بعض الدراسات التى اثبتت فاعلية البرامج القائمة على علم النفس الإيجابى ومنها دراسة (Wellenzahn et al ., 2015) ، وسيد احمد الوكيل (٢٠١٠)، وأنوار محمد الكندري (٢٠١٣)، وهاله عبد اللطيف (٢٠١٤)، وهانى عبد الحفيظ سطوحى (٢٠١٤)، والزهران على محمد (٢٠١٤)، وسناء حامد زهران (٢٠١٥)، ونتيجة سعيد مناع (٢٠١٥).

كما تتسق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة (Koszina etall 2010)، ودراسة (Aladag 2013) ودراسة محمد نزيهه ويحيى مبارك الخطاطبه (٢٠١٣). حيث توصلت هذه الدراسات الى وجود فروق داله احصائيا بين درجات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس فاعلية الذات الإرشاديه وذلك لصالح القياس البعدى بعد تطبيق البرنامج .

برنامج إرشادي نفسي إيجابي فى تنمية فاعلية الذات الإرشادية لدى

الإخصائي النفسي المدرسي

أ/ وردة عبد اللطيف محمد محمد

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء الاثر الايجابي لمحتوى البرنامج الارشادي القائم على فنيات علم النفس الايجابي المستخدم في الدراسة الحالية والذي عمل على زيادة توقعات الاخصائيين النفسيين للمجموعة التجريبية حيث احتوى البرنامج على فنيات تهدف الى زيادة توقعات الاخصائي النفسي حول قدرته على اقامة علاقه ارشاديه ناجحة وما يمكن من فعله من جهود لإقامة علاقه ارشاديه تتسم بالموضوعية واحترام حرية المسترشد ، وكذلك زاد البرنامج من توقعات أفراد المجموعة التجريبية حول قدرتهم على جمع المعلومات اللازمة لتحديد مشكلة المسترشد وتشخيصه وفهم اسلوب حياة المسترشد ومشكلاته ، وكذلك زادت من توقع افراد المجموعة حول قدرتهم على تطبيق الاختبارات ودراسة الحالة واجراء المقابلات لمساعدة المسترشد على فهم جوانب مشكلته .

كما كان للتدريب على خطوات المرونة النفسية من اهميه كبيره لأفراد المجموعة التجريبية حيث ساعدتهم على زيادة توقعاتهم حول تحديد مشكلة المسترشد وفهم اسلوب حياة المسترشد وادارة الحوار معه والمقابلة والملاحظة ودراسة الحالة، وكذلك زادت من توقعات افراد المجموعة التجريبية على اختيار الطريقة الإرشادية والمناسبة والملائمة لخصائص المسترشد وطبيعة سلوك المشكلة التي يعاني منها المسترشد ،ولقد وضح اسبنويل وستودينجر (٢٠٠٦، ١٢٢) على أهمية المرونة النفسية باعتبارها احد المظاهر المهمة، ويظهر في قدرة الانسان على وضع خطه وإعلانها والقدرة على النجاح.

ووجدت الباحثة ايضا في هذه الدراسة في تأثير استخدام التدريب على خطوات المرونة النفسية إلى زيادة توقعات أفراد المجموعة الإرشادية على تشخيص المشكلات وتحديد ما زاد من فاعلية الذات الإرشادية ولقد اشار عبد الله خلف صالح (٢٠١٨) في دراسته ان هناك علاقه بين المرونة النفسية والقدرة على حل المشكلات .

كما كان لاستخدام أنشطة التدريب على الاسترخاء كوسيلة هامة لتحديد المشكلات الإرشادية، وكذلك زاد من توقعات أفراد المجموعة التجريبية حول قدرتهم على تحديد وصياغة الأهداف الإرشادية التي يعاني منها المسترشد، وأوضح إبراهيم يونس (٢٠١٨، ٩٣) أن الاسترخاء تقنيه ارشاديه فعاله في اغلب طرق الوقاية الإيجابية وله فوائده فهو يزيد من الشعور بالتحكم والقوه مما يعطي التحكم الذاتي في الافكار والمشاعر يساعد التركيز وزيادة الانتباه . ويعد جانب تحديد المشكلات وحلها واجراء المقابلات ووضع الخطط العلاجية واستقبال الطلاب وصياغة الأهداف الإرشادية واقامة علاقه ارشاديه ناجحة مع كل من صلة بالمسترشد من اهم ادوار الاخصائي النفسى المدرسي و اشار الى ذلك (Arthur 2006) ، وسليمان محمد جبير وصالح زين علي الغامدي (٢٠٠٧) ،محمد قاسم عبد الله (٢٠٠٩)،(Jaffar(2011) .

ولقد اكد على ذلك سكرن في النظرية السلوكيه ان من أدوار المرشد (الاخصائي) النفسى ان يقوم بتقبل المسترشد والاصغاء له وتعزيزه ،وكذلك وضع البرت اليس في نظرية الارشاد العقلاني الانفعالي ان الاخصائي النفسى لابد ان يتعرف على مشكلة المسترشد والاسباب غير المنطقية التي يعتقدھا الطالب (حمدي عبد الله ،٨٩،٢٠١٣-٩٠).

كما لاستخدام الأنشطة القائمة على التدريب على التدفق النفسى فعالية حيث زادت من توقعات أفراد المجموعة التجريبية حول قدرتهم على تحديد وتشخيص المشكلات الإرشادية وهي جانب مهم من جوانب فعالية الذات الإرشادية مما زاد من فاعلية الذات الإرشادية لدى افراد المجموعة التجريبية ومما يؤكد على ذلك دراسة محمد السيد صديق (٢٠٠٩)،وهبه حسن اسماعيل (٢٠١٢) ان هناك علاقه بين التدفق النفسى وفاعلية الذات .

برنامج إرشادي نفسي إيجابي في تنمية فاعلية الذات الإرشادية لدى
الإخصائي النفسي المدرسي
أ/ وردة عبد اللطيف محمد محمد

كما لاتباع الباحثة مع أفراد المجموعة التجريبية المناقشة والحوار والسرد من اثر عظيم
ادى الى تفاعل ايجابي بين أفراد المجموعة التجريبية مع بعضهم البعض من خلال أنشطة
البرنامج مما شجع الإخصائيين النفسيين على اكتشاف الجوانب الإيجابية لديهم وزيادة توقعاتهم
حول قدرتهم على القيام بعملية الإرشاد مما ساهم في تحقيق الإفادة من البرنامج .

٣- نتائج الفرض الثالث وتفسيرها:

ينص الفرض الثالث على أنه : " لا يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي رتب
درجات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس فاعلية الذات الإرشادية وأبعاده في التطبيق البعدي
، ودرجاتهم في التطبيق التتبعي على المقياس نفسه بعد مضي شهر ونصف من إنهاء برنامج
فنيات علم النفس الإيجابي " .

وللتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثة بتطبيق مقياس فاعلية الذات الإرشادية
وأبعاده على أفراد المجموعة التجريبية بعد انتهاء برنامج علم النفس الإيجابي (التطبيق البعدي)
، ثم أعيد تطبيق المقياس مرة أخرى على أفراد المجموعة التجريبية أنفسهم بعد مضي شهر
ونصف من انتهاء تطبيق برنامج علم النفس الإيجابي (التطبيق التتبعي) ، ويوضح جدول (١٤)
دلالة الفرق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس فاعلية الذات
الإرشادية وأبعاده في التطبيقين البعدي والتتبعي باستخدام اختبار " ويلكوكسون
Wilcoxon Signed Ranks " للأزواج المرتبطة.

جدول (١٣)

دلالة الفرق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس فاعلية الذات الإرشادية وأبعاده في التطبيقين البعدي والتبعي برنامج علم النفس الإيجابي (ن = ١٠)

م	مقياس فاعلية الذات الإرشادية وأبعاده	الرتبة الموجبة			الرتب السالبة			
		الرتب المتعادلة	مجموع الرتب	متوسط الرتب	ن	مجموع الرتب	متوسط الرتب	ن
١	توقعات المرشد فيما يتعلق بكفاءته الشخصية والعملية	٧	٤.٥٠	٢.٢٥	٢	١.٥٠	١.٥٠	١
٢	توقعات المرشد حول قدرته على إقامة علاقة إرشادية ناجحة	٨	١.٥٠	١.٥٠	١	١.٥٠	١.٥٠	١
٣	توقعات المرشد حول قدرته على تحديد مشكلة المرشد وتشخيصها	٥	٧.٥٠	٣.٧٥	٢	٧.٥٠	٢.٥٠	٣
٤	توقعات المرشد حول قدرته على تحديد وصياغة الأهداف الإرشادية	٦	٤.٥٠	٢.٢٥	٢	٥.٥٠	٢.٧٥	٢
٥	توقعات المرشد حول قدرته على اختيار الطريقة الإرشادية	٨	٣.٠٠	١.٥٠	٢	٠	٠	٠
٦	توقعات المرشد حول قدرته على تقويم النتائج	٨	١.٥٠	١.٥٠	١	١.٥٠	١.٥٠	١
٧	توقعات المرشد حول قدرته على إقفال الحالة وإنهاء الإرشاد	٩	١.٠٠	١.٠٠	١	٠	٠	٠
	مقياس فاعلية الذات الإرشادية وأبعاده	٢	٢٦.٠٠	٤.٣٣	٦	١٠.٠٠	٥.٠٠	٢

NS غير دال إحصائياً .

برنامج إرشادي نفسي إيجابي في تنمية فاعلية الذات الإرشادية لدى

الإحصائي النفسي المدرسي

أ/ وردة عبد اللطيف محمد محمد

يتضح من جدول (١٣) أنه لا توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي رتب درجات الأخصائيين النفسيين للمجموعة التجريبية في القياس البعدي والتتبعي بعد شهر ونصف من انتهاء تطبيق البرنامج علي مقياس فاعلية الذات الإرشادية مما يؤيد صحة هذه الفرضية، وتشير هذه النتيجة إلي استمرارية فاعلية البرنامج في تنمية الفاعلية الذات الإرشادية لدى الأخصائيين النفسيين في المجموعة التجريبية.

وتعزى الباحثة ذلك الى استمرار اثر البرنامج في اكتساب أفراد المجموعة التجريبية لبعض المهارات التي تم التدريب عليها من خلال استخدام بعض فنيات علم النفس الايجابي، وكان التدريب على خطوات التفكير الايجابي له اثر في زيادة توقعات أفراد المجموعة التجريبية حول قدرتهم على تحديد وصياغة الأهداف الإرشادية ووضع اهداف عامه للإرشاد واهداف خاصه بكل مسترشد، وكذلك ساهم التفكير الايجابي في زيادة توقعات افراد المجموعة التجريبية حول قدرتهم على استخدام الطريقة الإرشادية المناسبة، وقدرتهم على اختيار الطريقة الإرشادية في ضوء النتائج المرغوبة، ووضح ذلك عبد الستار ابراهيم (٢٠١١، ١٩٦) ان التفكير الايجابي يجعل الشخص لديه رضا عن امكاناته وقدراته، ويشجع على اقامة علاقات اجتماعيه ناجحة واتخاذ قرارات ايجابية، وما أشارت إليه نتائج دراسة محمود منصور البو الحسن (٢٠١٨) ان هناك علاقه بين التفكير الايجابي والكفاءة الذاتية .

كما تعزى الباحثة أيضاً استمرار فعالية البرنامج إلى استخدام بعض فنيات علم النفس الايجابى وهى فنية المثابرة من خلال سرد القصص عن الاشخاص المثابرين فى العمل والنمذجة المصورة عن طريق الافلام مما كان لها اثر فى زيادة توقعات أفراد المجموعة التجريبية من التغلب على صعوبة تحديد الأهداف الإرشادية ،وتشخيص المشكلات وتحديدها، ويتسق ذلك مع ما أسفرت عنه نتائج دراسة صلاح محمد محمود (٢٠١٨) بوجود علاقه بين المثابرة وفاعلية الذات الإرشادية لدى الاخصائي النفسى المدرسي .

كما كان للتدريب على خطوات التفكير المزدوج دورا كبيرا لزيادة توقعات أفراد المجموعة التجري بية فى بعد تقويم النتائج وما يمكن فعله لتقويم النتائج المرغوبة وغير المرغوبة للإرشاد، وتحديد كمية التغيير فى سلوك المسترشد واتخاذ القرارات حول اختيار الإستراتيجيات المناسبة للإرشاد ومدى تحقق السلوك المستهدف .

وكذلك كان للتدريب على فنية اليوم الجميل أثر على أفراد المجموعة التجريبية حيث زاد من توقعاتهم حو قدرتهم على انتهاء الارشاد بطريقه فعاله ومراجعة ما تحقق من اهداف وان المسترشد قد تعلم شيئاً جديداً من خلال الجلسات الإرشادية ،واستطاع الإفادة منها فى حياته الواقعية، وأوضح إبراهيم يونس (٢٠١٨، ١٠١) أن فنية اليوم الجميل ان الفرد يستمتع من خلال التفاصيل والتغير الايجابى وتحسين الوعي بالذات، ولقد أشارت العديد من البرامج التي استخدمت هذه الفنيه الى فاعليتها ومنها دراسة نتيجته سعيد مناع (٢٠١٥) .

برنامج إرشادي نفسي إيجابي في تنمية فاعلية الذات الإرشادية لدى
الإخصائي النفسي المدرسي
أ/ وردة عبد اللطيف محمد

ويمكن تفسير استمرارية فاعلية البرنامج نتيجة لما حدث من تغيرات في الأخصائيين النفسيين من شعور بالرضا والارتياح بعد حصولهم علي برنامج لتنمية فاعلية الذات الإرشادية الأمر الذي شجعهم علي أن يستمروا في الفاعلية التي وصلوا إليها من خلال البرنامج التدريب لرفع فاعلية الذات الإرشادية.

وأن عدم حدوث تحسن أكثر مما حدث بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج يعود إلي أن البرنامج لا يمكن أن يصل في نتائجه إلي مرحلة التعميم وتغيير الأخصائيين النفسيين من حالة ضعف في فاعلية الذات الإرشادية إلى زيادة فاعلية الذات الإرشادية التي تكاد تصل إلي المثالية يتطلب جهود متكاملة من جوانب مختلفة تربوية واجتماعيًا ونفسيا وإلي فترة زمنية طويلة من المتابعة.

ثانياً : توصيات الدراسة

- فى ضوء ما اسفرت عنه الدراسة الحاليه من نتائج وفى ضوء الدراسة ومشكلتها واهميتها ،والاطار النظرى لها تقدم الباحثه عدد من التوصيات والتطبيقات التربويه التاليه :
- ١- تفعيل دور الاخصائى النفسى المدرسى والتوعيه بذلك من خلال المجالات التربويه ومجالات الحائظ بالمدرسه لتعريف الطلاب والمعلمين وطاقتهم الاداره المدرسيه باهميه دوره وانه جزء لا يتجزأ من العمليه التعليميه ومكمل اساسى لدور المعلم .
 - ٢- عمل دورات تدريبيه مكثفه للاخصائين النفسيين وتدريبهم على المهارات الارشاديه لكي يستطيعوا القيام بدورهم على اكمل وجه .
 - ٣- عمل ندوات بالمدارس لاولياء الامور لتوعيتهم بدور الاخصائى النفسى المدرسى وضروره التعامل معه ومساعدته فى حل مشكلات ابناءهم الطلاب
 - ٤- توفير الادوات من مقاييس واختبارات للاخصائى النفسى المدرسى داخل المدرسه حتى يستطيع القيام بدوره الارشادى مع الطلاب

برنامج إرشادي نفسي إيجابي فى تنمية فاعلية الذات الإرشادية لدى

الإخصائي النفسي المدرسي

أ/ وردة عبد اللطيف محمد محمد

قائمة المراجع

- إبراهيم إبراهيم أحمد (٢٠٠١). اثر فاعلية الذات ووجهة التحكم (الداخلي - الخارجي) على دافعية المثابرة لدى طلاب المرحلة الثانوية. *المؤتمر العلمي الثالث - التربية والثقافة في عالم متغير*، كلية التربية، جامعة القاهرة، ٢ (٣) ، ٦٥٠ - ٦٧٩.
- إبراهيم الفقي (٢٠٠٩). *التفكير الايجابي والتفكير السلبي*. القاهرة: دار اليقين للنشر والتوزيع .
- إبراهيم سليمان موسى المصري (٢٠٠٩). المرشد النفسي بين المهارة والتطبيق، *مجلة دراسات نفسية وتربوية*، جامعة قاصدي مرياح، الجزائر، (٢٤) ، ٤٦ - ٧٦ .
- إبراهيم يونس (٢٠١٨). *أنماط القيادة الأسرية وعلاقتها بفاعلية الذات لدى المراهقين*، الإسكندرية : مؤسسة حورس الدولية .
- بركات حسن حمزه (٢٠٠٨) . *علم النفس المدرسي*، القاهرة : الدار الدولية للاستشارات الثقافية.
- بشار كمال حفطي (٢٠١٣). *فاعلية برنامج سلوكي معرفي في خفض مستوى الاحتراق النفسي وتحسين الكفاءة الذاتية المدركة لدى المرشدين التربويين في فلسطين*، سالة دكتوراه، كلية الدراسات العليا، الجامعة الأردنية .
- بشير معمريه (٢٠١٠). علم النفس الايجابي اتجاه جديد لدراسة القوى الفضائل الإنسانية، *دراسات نفسية*، مركز البصيرة للبحوث والاستشارات والخدمات التعليمية، الجزائر، ١ (٢)، ٩٧-١٥٨ .

خلدون الدبابى، ورابعه الدبابى، وعبد السلام عبد الرحمن (٢٠١٩). التفاوض وعلاقته بالكفاءة الذاتية والسعادة لدى طلبة جامعة العلوم والتكنولوجيا الأردنية، *دراسات العلوم التربوية*، ٤٦، (٢) ملحق ٢، ١٠٧ - ١٢٣

داود بورقيبه (٢٠٠٥). نحو مرشد نفسى للألفية الثالثة، *دراسات الجزائر*، (٢) ٥٦ - ٧٠.

دخيل محمد البهدل (٢٠١٠). أنماط طلب العون الإرشادى وعلاقته ببعض المتغيرات لدى عينه من المرشدين والمرشحات دراسة ميدانية فى عدد من مناطق المملكة العربية السعودية، *مجلة الإرشاد النفسى*، (٢٦) ٢١٠ - ٥١.

دخيل محمد البهدل (٢٠١٣). فاعلية الذات لدى المرشد النفسى وعلاقته باختياره للأسلوب الإرشادى المناسب لدى عينه من المرشدين والمرشحات دراسة ميدانية فى عدد من مناطق المملكة العربية السعودية، *مجلة رسالة التربية وعلم النفس*، المملكة العربية السعودية، ٢(٤١)، ٩٢٠-١٢٤.

سناني عبد الناصر (٢٠١٦). الاخصائى النفسى فى المدارس ضرورة تربية: الأقسام التحضيرية نموذجاً، *المجلة العربية للعلوم الاجتماعية*، المؤسسة العربية للاستشارات العربية وتنمية الموارد البشرية، ٩(٢)، ١٣٩ - ١٤٩.

سهيار صلاح مخيمر (٢٠١٤). الإرشاد النفسى المدرسى ودوره فى العملية التعليمية، *مجلة الإرشاد النفسى*، مركز الإرشاد النفسى، جامعة عين شمس، (٣٨)، ٣٧٠ - ٣٥٧.

سيد احمد الوكيل (٢٠١٠). فاعلية استخدام بعض فنيات علم النفس الايجابى فى تحسين مستوى التوافق النفسى لدى عينه من مرضى السكري، *مجلة كلية التربية*، جامعة بورسعيد، ٤(٧)، ١١٨ - ١٥٦.

برنامج إرشادي نفسي إيجابي فى تنمية فاعلية الذات الإرشادية لدى
الإخصائي النفسي المدرسي
أ/ وردة عبد اللطيف محمد محمد

محمد السيد عبد الرحمن ،ومحمد محروس الشناوي (٢٠١٠) . *العلاج السلوكي الحديث
أسسه وتطبيقاته* . القاهرة : مكتبة زهراء الشرق .

محمد السيد عبد الرحمن ،وهشام ابراهيم عبد الله (٢٠٠٣) . *دليل عمل الاخصائي النفسي
المدرسي* . القاهرة : الهيئه العامه لمطابع الشؤون الاميرييه وزارة التربيه
والتعليم .

محمد جدوع مرازيق (٢٠٠٨) . *فعالية برنامج تدريبي لتنمية المهارات الارشاديه لدى
المرشدين النفسيين في مدارس وكالة غوث بقطاع غزة* . رسالة
ماجستير ، الجامعه الاسلاميه ، غزة .

محمد حسن غانم (٢٠١٥) . *التفاؤل والتشاؤم : تأهيل نظري ودراسة ميدانيه* ، القاهرة : مكتبة
الانجلو المصرية .

- Aladag ,M . (2013) . Counseling skills in The Praction traning and Gudince and counseling under graduate programs Aqualitatave investigation . **Educational Sciences Theory :practice** ,(1) ,72 -79 .
- Aliyev, R &Tunc , C.(2015).Self-efficacy in counseling :The role of organizational Psychological capital , Job satisfaction , and burnout . and burnout ,**sciences** ,190 ,97-105.
- Bandura ,A. (2002) .**Self -Efficacy in changing Societies**. Cambridge university .
- Katie,R et all (2018) . **The Role of Self -Efficacy and Autonomy Support In School Psychologists Use of ABA**.www Eric ,.1167583 .
- Kiralp,F. (2015). Docourses taken from psychological counseling departments affect The trainee counselor Self -efficacy . **Social and Behavioral sciences** ,205 ,637-641.
- Kozina ,K.,Grabovair ,N., Stefano,J and Drapeau ,M(2010) . Measurning changes in counselor Sel f -Efficacy further Larson ,M& Daniels ,J,A(1998) .Review of The counseling self - Efficacy Literature. **The Counseling Psychologist** , 26 (2) , 179-218.
- Larson ,M & Daniels ,J . (1998) .Review of The counseling self -Efficacy Literature. **The Counseling Psychologist** , 26 (2) , 179-218.
- Vangalen ,M., Depuijtar, M &Smeets,C(2006). **Citizens and Resilience** .Amsterdam : Dutch Knowledge advise center .

برنامج إرشادي نفسي إيجابي فى تنمية فاعلية الذات الإرشادية لدى
الإخصائي النفسي المدرسي
أ/ وردة عبد اللطيف محمد

Kashdan ,T & Rottenberg ,J . (2010) . Psychological Flexibility as a fundamental aspect of health . *Clinical Psychological Review* , (2010) ,10-101 .WWW.research gat .net.

Howard ,M &Cogswell, J. (2018). The left Side of Courage :Three exploratory Studies on the antecedent of Social courage, *The journal of Positive psychology* .13(5), 112-138 .

Seligman ,M,E(2002) . positive Psychology. The Hand book of Positive Psychology .New yourk :oxford.

Shoshani ,A &Steinmetz ,S &Maymon ,Y . (2016) . Effects of the Maytiv positive Psychology School Program on early adolescents Well-being engagement and achievement, *Journal of school psychology* ,57 , 73-92.