

## فاعلية اسلوب المقابلات التحفيزية في تخفيض الشيخوخة النفسية لدى الطالبات فاقدمات الوالدين في المرحلة الاعدادية

الكلمات المفتاحية: الشيخوخة، النفسية، التحفيزية

٥٠١ د. سالم نوري صادق

م. م هدى عبد العاكف كنعان عليوي

جامعة ديالى/كلية التربية للعلوم الانسانية

[Dr.salim-noori@yahoo.com](mailto:Dr.salim-noori@yahoo.com)

[Hada6758@gmail.com](mailto:Hada6758@gmail.com)

### الملخص

هدف هذا البحث إلى التعرف على فاعلية اسلوب المقابلات التحفيزية في تخفيض الشيخوخة النفسية لدى الطالبات فاقدمات الوالدين في المرحلة الاعدادية، من خلال عدد من الفرضيات حيث قامت الباحثة ببناء مقياس الشيخوخة النفسية الذي تكون (٣٨) فقرة موقفيه بصيغته النهائية وبثلاثة بدائل بعد ان تم عرضه على مجموعة من الخبراء في التربية وعلم النفس، واستخراج الخصائص السايكومترية للمقياس (الصدق، الثبات)، إذ بلغ الثبات بطريقة اعادة الاختبار (٠,٨٦) و (٠,٨١) بطريقة الفا كرونباخ، وتم تطبيق المقياس على عينة مكونة من (٤٠٠) طالبة من الطالبات فاقدمات الوالدين في المرحلة الاعدادية، أما الوسائل الاحصائية التي استخدمت في البحث الحالي هي: (الاختبار التائي لعينة واحدة، معامل ارتباط بيرسون، معادلة الفا كرونباخ) للوصول الى النتائج المطلوبة في اجراءات البحث، وقد توصلت الباحثة الى ان الطالبات فاقدمات الوالدين في المرحلة الاعدادية لديهن شيخوخة نفسية واطهرت نتائج البحث الحالي فاعلية الاسلوب الارشادي (المقابلات التحفيزية) في تخفيض الشيخوخة النفسية لدى الطالبات فاقدمات الوالدين في المرحلة الاعدادية. وفي ضوء نتائج البحث قدمت الباحثة عدداً من التوصيات والمقترحات.

### الفصل الاول ..... التعريف بالبحث

#### مشكلة البحث :

تعد الشيخوخة ظاهرة نفسية اجتماعية وخبرة مؤلمة يتعرض لها الفرد وبدرجات متفاوتة، وهي بداية لمشكلات عديدة يمكن ان تواجه الافراد نتيجة لتعرضهم لفراغ نفسي الذي ينتج عنة نوع من الخصائص والمشاعر والافكار والسلوكيات التي ترافق مرحلة الشيخوخة تحاول التسلل الى نفوس الافراد الذين يفقدون اشخاص مهمين بالنسبة لهم مما يسبب لهم فقد الامل ومشاعر

الخوف وسوء التوافق النفسي والاجتماعي والشعور بعدم التقبل والود من الاخرين مما يؤدي الى فشل في اقامة العلاقات والانسحاب من الحياة الاجتماعية (جابر، ٢٠١٥: ص ٣٢).

لا شك ان الواقع المليء بالأحداث الصادمة التي تتمثل في وفاة شخص عزيز او هجر او الطلاق ادى الى الشيخوخة النفسية ان حالات الفقد هذه تؤثر على الحياة العادية للأفراد، فلها تأثير سلبي على ثقتهم بنفسهم وبالعالم من حولهم والوحدة نتيجة فقدان مما يعيق تطور شخصياتهم وظهور واضح للعجز النفسي والسلوكيات اللاتوافقية والافكار السلبية وضعف القدرة على مواجهة الحياة الصعبة وتبديد الطاقة النفسية وعدم وضوح الاهداف وتعطيل عن مواصلة التركيز فيما يقومون به وعدم القدرة على التوافق مع الواقع الجديد وعدم قدرته على التوافق النفسي والاجتماعي مما يؤدي بدوره الى الانطوائية والشعور باليأس وتتميز تلك التأثيرات على انها عميقة قوية التأثير وطويلة الامد ومنتشرة على حياة الابناء (عبد المنعم، ٢٠١٦: ص ٤٣).

بذلك تتعرض الطالبات فاقدمات الوالدين اكثر من غيرهم لمشكلة الشيخوخة النفسية (Psychological Senility) لان فقد الوالدين من اهم واكبر المشاكل واعقدها حيث ينتج عنها التأثيرات السلبية على نفس الاناث بشكل خاص والاسرة بشكل عام، فلا شك ان الاناث (فاقدات الوالدين) هن اكثرهن تأثرا و معاناة وهن اكثر انعزالا وتوترا مقارنة مع الطالبات اللواتي يعيشن مع والديهن وقد يتعرض المرء خلالها لاتجاهات سلبية وانفعالات شديدة يتصدرها الشيخوخة النفسية المبكرة (Tamar,2005:p10).

ومن اجل الاستقصاء والتأكد من مدى دقة احساس الباحثة في وجود هذه المشكلة قامت الباحثة بأجراء استبانة استطلاعية تم عرضها على (١٠) من المرشحات التربويات، تبين من خلال اجابة المرشحات ان (٨٢%) منهن أجايبنة وفقاً لفهمهن للتعريف "بنعم"، وتم توجيه نفس الاستبانة الى (١٠) من المدرسات مرشحات الصفوف المرحلة الاعدادية، تبين من خلال اجابه (٨٠%) منهن بأن الطالبات فاقدمات الوالدين يعان فعلاً من الشيخوخة النفسية.

#### أهمية البحث :

يعد اسلوب المقابلات التحفيزية اسلوب معرفي سلوكي يعمل على تفعيل دوافع المسترشد نحو التحفيز وتغيير فيما يخص الافكار ليعود بالفائدة على سلوك الفرد ومهمة المرشد هنا

تتوقف على الطريقة التي يمكن ان توقض دوافع المسترشد من اجل تغيير افكاره وسلوكياته السلبية (Miller ,Rolnick,2002:p16).

يبدو ان اسلوب المقابلات التحفيزية اكثر فاعلية عندما يتم تصميمه لنتناسب مع كفاءة الفرد الذاتية والاستعداد للتغيير، اذ اظهرت دراسات معظمها تحكماً استقلالياً محسناً لدى البالغين، وهو اكثر فاعلية عندما تكون مصممة حسب الحاجة الفردية وتستند الى القيم والبنى التحفيزية من اجل تعزيز التأثير والوصول الى اقصى اهمية ملائمة للأفراد، اذ تنتشر النتائج المختلفة تبين فاعلية هذا الاسلوب الواضح والايجابي على الافراد، حيث اظهرت دراسة تجريبية تشمل اثر المقابلات التحفيزية في تحسين الصورة الذاتية لدى المراهقين في المدارس تتراوح اعمارهم بين (١٦-٢٠) عاماً تحقيق نشاطات ومستوى عالٍ في المشاركة وتأثير ايجابي في تغيير وتحسين صورة الذات (Fattum.G, et, at, 2009: p109)، وافادت دراسة (Chens, et at; 2012) تحسين الادارة والكفاءة الذاتية ونوعية الحياة على (٢٥٠) فرداً، مع نصف المشاركين الذين تلقوا المقابلات التحفيزية والانتقال من التأمل الى التحضير، وكان الاثر اكثر فاعلية بالنسبة للنساء المشاركات في منتصف العمر اذا عملوا مستويات تعليم اعلى مقارنة مع المشتركين الذكور (Chen, et, at, 2012: P49).

تعد الشيخوخة احد مراحل النمو الاساسية التي يصاحبها العديد من التغيرات النفسية والاجتماعية والانفعالية ويترتب على هذه التغيرات العديد من الافعال والسلوكيات التي تعوق توافق الفرد مع نفسه واسرته ومجتمعه بشكل عام، وتؤثر على حالته النفسية ومكانه في المجتمع يتغير وبذلك يتغير تكييفه للبيئة المادية والاجتماعية المحيطة به، الشيخوخة الطبيعية هي عملية تدريجية تحدث تغيرات ليس مؤلمه او خطيرة بالضرورة فقد تشمل على تغيرات ظاهرية طبيعية، ولكن اذا كانت التغيرات سريعة ومفاجئة غير متوقعة تكون لها اشكال مختلفة عن الشيخوخة الطبيعية العادية اذ انها تؤدي الى حدوث اثار نفسية داخلية فهي بذلك تسمى (الشيخوخة النفسية\_Psychological Senility) (Chrisensen, 2015: p35)

تتمثل الشيخوخة النفسية خبرة عامة يمكن لأي انسان ان يمر بها وفقاً لتعرضه لمؤثرات نفسية وظروف او مواقف حياتيه مفاجئة وفي اوقات مختلفة، حيث ان الفرد يواجه كل يوم مواقف جديدة تتطلب منه قدرة نفسية عالية في مواجهة التحديات والتأقلم مع الظروف المؤلمة والازمات العديدة التي تواجهه في بداية حياته (محمود، ١٩٩٣: ص ٢٤)، ومهما كانت

التجارب التي تمنحها الحياه تبقى الشيخوخة اكثر ما يخشاه الفرد، ولكن تتوفر امامه اليوم خيارات لا تعد ولا تحصى عوضاً من الاستسلام لها، ولا بد ان يتخطى التجارب حتى لو استتبع ذلك تعديلاً في السلوك او تغييراً في الافعال (كلينك، ٢٠٠٢: ص ١٠).

ومما زاد من اهميه هذا البحث تناوله فئة من طالبات المرحلة الإعدادية وكونهن طالبات مرافقات يمرن بفترة انتقاله حرجه تعد من الفترات المهمة التي يجب الاهتمام بها، لأنها تمثل مرحلة نمو الشخصية التي توصف بأنها مرحلة الصراعات الداخلية في ذات المراهق نفسه، وينجم هذا الصراع عن رغبة في الاستقلال (الخطيب، ٢٠١٣: ص ٢٩٤).

### بذلك تتلخص أهمية البحث الحالي من خلال النقاط الآتي:

١. التوضيح بشكل نظري الاسلوب الإرشادي (المقابلات التحفيزية) علماً ان الباحثة لم تصل الى أي دراسة تجريبية تناولت الاسلوب المذكورة لغرض تخفيض الشيخوخة النفسية (على حد علم الباحثة).

٢. تسليط الضوء على مفهوم الشيخوخة النفسية وتكوين رؤية واضح وإثارة انتباه الباحثين اليه، ليكون منطلقاً لدراسات لاحقة.

٣. ان البحث الحالي تناول شريحة مهمة جداً وهي طالبات المرحلة الاعدادية وهي شريحة عمرية مهمة تتوسط (المراهقة- الشباب)، اذ تعتبر مرحلة التغيرات النفسية والجسمية والاجتماعية المتسارعة.

٤. تزود المرشدين التربويين في المدارس الإعدادية التابعة لوزارة التربية بأداة لقياس (الشيخوخة النفسية) لدى الطالبات فاقدرات الوالدين في المرحلة الاعدادية.

### هدف البحث

يهدف البحث الحالي التعرف على (فاعليه أسلوب المقابلات التحفيزية في تخفيض الشيخوخة النفسية لدى الطالبات فاقدرات الوالدين المرحلة الإعدادية). وقد انبثق هذا الهدف فرضيات صفرية وهي :-

١- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين درجات المجموعة التجريبية الاولى اسلوب (المقابلات التحفيزية) على مقياس الشيخوخة النفسية في الاختبارين القبلي والبعدي.

- ٢- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين درجات المجموعة الضابطة على مقياس الشخوخة النفسية في الاختبارين القبلي والبعدي
- ٣- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسط درجات المجموعتين (التجريبية والضابطة) على مقياس الشخوخة النفسية في الاختبار البعدي.
- ٤- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين الاختبارين البعدي والتتبعي (المرجأ) للمجموعة التجريبية باستعمال أسلوب (المقابلات التحفيزية)
- حدود البحث:**

يتحدد البحث الحالي بالطالبات فاقدرات الوالدين في المرحلة الاعدادية في المدارس الحكومية النهارية التابعة للمديرية العامة لتربية ديالى للعام الدراسي (٢٠١٩-٢٠٢٠)

**تحديد المصطلحات:**

١- المقابلات التحفيزية:- عرفها ميلر (Miller,1983):- أسلوب إرشادي توجيهي يركز على طالب الاستشارة هدفه زيادة الدافعية الداخلية للتغيير من خلال الاستكشاف الذاتي والبحث والاستبصار وحل التناقضات أو التناقضات. يعتمد بشكل أساسي على المبادئ الأربعة للأسلوب " التعبير عن التعاطف" ، إبراز التعارض ، التعامل مع المقاومة، تعزيز مشاعر الكفاءة الذاتية (Miller, 1983: p34)

\* **التعرف النظري:-** ستبنى الباحثة تعريف ميلر (Miller,1983) لأنه التعريف المعتمد في بناء اداة البحث الحالي.

\* **التعريف الاجرائي:-** وهو أسلوب إرشادي يتضمن مجموعة من الفنيات والانشطة المنتظمة في استراتيجيات الجلسات الإرشادية على وفق النظرية المعرفية السلوكية للعالم (Miller)، ستستخدمها الباحثة في برنامجها الإرشادي للتوصل الى الخطوات التي يجب اتخاذها لتحقيق اهداف البحث الحالي.

٢- الشخوخة النفسية:- عرفها ووردن (Worden,1987):- بأنها استجابة للحزن قوية التأثير تكمن بشعور الفرد بالألم وردود الافعال السلبية واخفاق الدوافع الذاتية، اذ لا يستطيع الفرد استثمار مشاعره مع اشخاص على قيد الحياة، مما يؤدي ان يسلك سلوكيات لا تشبه سلوك اقرانه العاديين بل سلوكيات المسنين ومشاعرههم (Worden,1987:p11).

\* **التعريف النظري للباحثة:** - تبنت الباحثة تعريف ووردن (Worden, 1987)، لأنه التعريف المعتمد في بناء اداة البحث الحالي.

\* **التعريف الاجرائي للباحثة:** - بأنه الدرجة الكلية التي تحصل عليها الطالبات من خلال اجابتهن على موقف مقياس الشيخوخة النفسية المستخدم في هذا البحث.

٣- **فاقدات الوالدين:** - عرفها (الزحيلي، ١٩٨٤): - هو الشخص الذي فقد احد والديه او كلاهما قبل ان يبلغ الحلم مبتغاه سواء كان غنياً او فقيراً، ذكراً او انثى (الزحيلي، ١٩٨٤: ص ٩).

\* **التعريف الاجرائي للباحثة:** - هي كل طالبة في المرحلة الاعدادية فقدت احد والديها او كلاهما نتيجة الموت او الطلاق او الانفصال او الهجر.

## الفصل الثاني..... الاطار النظري

### اولاً: - اسلوب المقابلات التحفيزية

يعد اسلوب المقابلات التحفيزية (Motivational interviews) المختصر بـ (MI) احد أساليب المجال المعرفي السلوكي (CBT) ظهر في بدأ الامر كعلاج قصير الامل لعلاج الادمان وحالات تعاطي المخدرات ثم تطور بعد ذلك واخذ يجري في مجالات اخرى، اذ استخدم من قبل المهتمين لعلاج الأفراد الذين لديهم السلوك العدواني والذهان والسلوكيات الصحية والعلاج النفسي والحالات الجنائية وغيرها من المجالات ، استخدم هذا الاسلوب من اجل رفع الدافعية لتغيير السلوك من خلال مساعدة المسترشد على حل التناقض الوجداني فهو اسلوب يساعد على تعزيز عملية التغيير أي النظر في ايجابيات - سلبيات التغيير واتخاذ القرارات حول التغيير.

هو اسلوب ارشادي تحفيزي متمركز حول المسترشد يعمل على دعم وتعزيز وتفعيل دوافع المسترشد نحو التحفيز وتغيير فيما يخص الافكار ليعود بالفائدة على سلوك الفرد واذا لم يبدي المسترشد اي دافعية نحو التغيير او اتباع ارشادات ونصائح المرشد يمكن ان تكمن ان المشكلة في المسترشد نفسه اتجاه هذا الرفض، وتتوقف مهمة المرشد هنا على الطريقة التي يمكنها ان توقض وتدعم دافع المسترشد الشخصية من اجل تغيير افكاره وسلوكه السلبي الى سلوك وافكار ايجابية (Miller & Rollnick, 2002: p20-23).

يعتمد اسلوب المقابلات التحفيزية على ثلاث طرائق للتواصل وهي (الاتباع، القيادة، التوجيه) هذه الطرائق عامه تستعمل في الحياه اليومية الا ان كل اسلوب يستعملها في مجالات وعلاقات مختلفة والاختيار الخطأ فيهن يثير مشاكل عديدة، الا انه يجب ان يكون المرشد ذو خبرة بحيث يكون قادر على توظيف هذه الطرائق بكل مرونة وبشكل يتكيف ويتمشى مع متطلبات المسترشد وحالته (Miller, 1983: p31)

### \* اهداف اسلوب المقابلات التحفيزية

يهدف اسلوب المقابلات التحفيزية الى :-

- ١- حل الازدواجية وتجنب المقاومة المسترشد
- ٢- التعرف على سلوك المسترشدين وحثهم على احداث التغيير، فهو اسلوب اتصالي توجيهي يدعو الناس الى النظر الى اوضاعهم الخاصة والعثور على حلول للحالات التي يحدونها كمشكلة وتعريفهم بإيجابيات وسلبيات التغيير.
- ٣- عرض رأي المسترشدين من اجل مساعدتهم في فهم الوضع من وجهة نظرهم بما في ذلك اهدافهم وقيمهم.

٤- صقل الافكار في سياق العلاقات المنشودة، فهو منهج تعاوني تلعب خبرة الممارسة دوراً كبيراً فيه (Rollnick & Miller et, at, 2008:p91).

### \* افتراضات و مبادئ أسلوب المقابلات التحفيزية

يستند اسلوب المقابلات التحفيزية (MI) على عدد من الافتراضات وهي:-

- ١- أن معظم الناس تتحرك من خلال سلسلة من الخطوات نحو تغيير سلوكهم
- ٢- التغيير يأتي من الداخل وليس من الخارج
- ٣- الرسائل المواجهة والسلبية ليست فعالة
- ٤- المعرفة وحدها ليست مفيدة
- ٥- الحد من التناقض هو مفتاح التغيير (Rollnick & Miller et al , 2008 ,p7-8)

### ثانياً:- مفهوم الشيخوخة النفسية

- الشيخوخة لغوياً:- يرجع اصل اشتقاق لفظة "الشيخوخة" الى شاخ الانسان اي اصبح شيخاً، والشيخ من ادرك الشيخوخة في الغالب عند الستين وهي مرحلة الكهولة دون الهرم (مجمع اللغة العربية، ١٩٩٥: ص ١٣٥٥) فسر (ابن منظور، ١٩٩٣) الشيخوخة:- من

المصدر (شيخ) اي الذي استبان فيه العمر وظهر عليه الشيب. وجمعه: أشياخ، وشيخان، وشيوخ (ابن منظور، ١٩٩٣: ٢٧٠)

• **الشيخوخة اصطلاحاً** - مفهوم يستخدمه الباحثون بمعنى الشيخوخة (Senility) واحياناً بمفهوم التقدم في العمر (Aging) والمفهوم ان يشير الى نفس المعنى، اطلق الباحثون على اختلاف توجهاتهم مسميات عدة للشيخوخة منها مصطلح العمر الثالث (Elderly) والتقدم في العمر (Aging)، او الرشد المتأخر (Late adulthood)، او ما بعد النضج (Postmaturity) او الشيخوخة (Senescence) وهي مرادفة للمصطلح (Senility) وغيرها من المسميات التي يزخر بها التراث النظري الخاص بهذا المصطلح، وكذلك تباينت تعريفاته، اذ انه يصعب ضبطه لتحديد مرحله معينه، فقد تعددت المقاييس لتشمل العمر الزمني، والعمر النفسي والعمر الاجتماعي، العمر السيكولوجي والعمر البيولوجي (Hurlock, 1985: p315)، الا ان الباحثة اعتمدت في بحثها على (العمر النفسي Psychological Aging) هو المصطلح المرادف للـ (الشيخوخة النفسية Psychological Senility) والاخذ بالحسبان مجمل العوامل التي تؤثر فيه.

فالشيخوخة المعتمدة في هذا البحث هي مجموعته من الافكار والمشاعر المصاحب لمرحلة الشيخوخة تظهر في سلوكيات الافراد ومواقفهم الحياتية في مرحلة مبكره من حياتهم نتيجة تعرضهم الى مواقف وتجارب حياتية محزنة او مفاجئة، تتصف بجملة من الخصائص النفسية والتغيرات السلبية، المتمثلة بعدم السعادة والانعزال وشعور بالخوف من المستقبل، وعدم القدرة على تحقيق الاهداف والطموح مما اطلق عليها (الشيخوخة النفسية Psychological Senility)، ويقال ان هذه الشيخوخة "حالة نفسية" نحن من نعطيها تلك الاهمية ونساعدها في الظهور بوقت مبكر من حياتنا نتيجة للتجارب والمواقف التي نعيشها، فالشيخوخة هنا لا ترجع فقط الى العوامل البيولوجية والفسولوجية الناتجة عن التقدم في العمر ولكن ايضاً لما يعانیه ويتعرض له الفرد من مشكلات نفسية واجتماعية تنعكس سلباً على حياته ومحيطه مما يؤدي الى ضعف التحكم البيئي والشعور بعدم الرضا عن حياته (Fontaine, 2007: p15) (عبد المنعم، ٢٠١٦: ص ٤٣).



## \* العوامل المؤثرة في الشيخوخة النفسية

وفقاً للاطار النظري تبين هنالك العديد من العوامل التي تؤدي الى حدوث الشيخوخة

النفسية وهي:-

١- العمر الزمني:- "الفترة الحرجة" كلما تقدم العمر الزمني للفرد كلما زادت تأثيراً للشيخوخة النفسية، فمن المتصور ان فقد او وفاة احد الوالدين او كلاهما يكون له تأثيراً واضحاً وفقاً للعمر لان مستوى التنمية العاطفية والمعرفية سيؤثر على فهم الاحداث الواردة عن فقد او فقد الوالدين.

٢- شدة الموقف:- ان شدة الموقف وقوته احد الجوانب المهمة والمسؤولة عن تباين الاستجابة للشيخوخة النفسية، حيث وجد الدراسات ان اغلب الافراد الذين تعرضوا الى خبرة او صدمة الفقد او موقف شديد هم اكثر تعرضاً للشيخوخة، وكلما زاد الموقف شدة كلما زاد من حد الشيخوخة النفسية للفرد.

٣- طول فترة الفقد:- تزداد المحنة النفسية المترتبة على الفقد بتقارب المدة، أذ وجد ان الافراد الاكثر شيخوخة هم من فقدوا والديهم بفترة زمنية قريبه مقارنة مع الذين فقدوا والديهم منذ مدة طويلة، بهذا كلما طالت فترة الفقد قلت اثار الشيخوخة النفسية وذلك تبعاً للعوامل والتغيرات الظروف التي تطرأ على الافراد

٤- نوعية العلاقة القائمة:- كلما كانت العلاقة قوية ووطيئة بين الابناء والشخص المفقود من الاب والام كلما زاد تعرض الافراد الى الشيخوخة النفسية بعد الفقد.

٥- طبيعة الفقد:- ويقصد به اذا كان طبيعة الفقد دون تدخل الانسان او فعله ك "الموت او الوفاة" او بتدخل الانسان ك "الهجر والطلاق والانفصال... الخ" ، أذ اثبتت الدراسات ان "الموت او الوفاة" يكون فيه الشيخوخة النفسية اصعب من الحالات الاخرى مما يقود الى التعب والفوضى ويكون فيه الانسان بائساً.

٦- مدى توفر البديل:- قد وجدت العديد من الدراسات ان الاشخاص الذين يألفهم اناس اخرون كبديل عن الشخص المفقود ويخفف وجودهم من واقع معاناه فقد الوالدين يخفف من اثار حدوث الشيخوخة النفسية (Alessandra, 2012: p145-147).

ستعرض الباحثة النظرية المعتمدة في البحث الحالي.

### نظرية ويليام . ج ووردن (William . J Worden Theory,1987)

وضع ويليام ووردن في الثمانينات من القرن الحالي نموذجاً للحزن مختلفاً قليلاً عن نموذج بولبي (١٩٦١) وباركس (١٩٧٢) (Bowlby, 1981:p42)، أذ بدأ ووردن بوضع نموذجه في عام (١٩٨٣) وطوره عبر السنين (١٩٨٣، ١٩٩١، ٢٠٠٣) حتى انتهى في عام (٢٠٠٣) بنظريته التي وصف فيها الحزن والشعور بالخسارة وعواقبه والتي ناقشها كنموذج في كتابه الذي اصدره عام (١٩٨٧) بعنوان (مشوره الحزن وعلاج الحزن \_ **Grief Counseling and grief therapy**)، ثم طور هذا الكتاب وناقش فيه نظريته بشكل اوضح في اصدارته الحديثة في العامين (١٩٩١، ٢٠٠٩).

تعتبر هذه النظرية من النظريات الحديثة التي قال فيها ووردن "ان الشخص الذين يتعرض لموقف محزن يقوم بسحب طاقة المشاعر واستثمارها بعلاقات اخرى"، ثم تراجع عن هذا قوله انه لا يجب ان يتخلى الشخص عن العلاقة مع الشخص الذي فقد ولكن يعيد موضعه في حياته ويتقبل الموقف، وهذا يعني موافقته على الفكرة التي تدعم الحفاظ على الرابط مع الشخص المفقود الا انه في المقابل يجب تقبل حقيقة الموت او الفقد ( Worden, 2009: p40-41).

توضح نظريته ووردن بأن كل شخص وكل خسارة تحدث له تفي بالعمل من خلال مجموعه من المشاعر السلبية المختلفة من "خوف، والشعور بالوحدة، اليأس، الغضب، العجز والى الشعور بالذنب، اللوم، الشفقة، والعار... الخ"، مما يصفون هؤلاء الاشخاص باللامبالاة وشدة الحساسية وتدني القدرة على مواجهة ضغوط الحياة، وعدم الوعي الذاتي وضعف الثقة بالنفس وبالأخرين، منسحب اجتماعياً، غير قادري على تحمل المسؤولية وغير متزني انفعالياً (Worden, 1987: p13).

وتحدث "ووردن" في نظريته عن فقد الابناء لوالديهم ومدى تأثير ذلك عليهم، فبين ان وجود الوالدين يدعم الابناء نفسياً وعاطفياً واجتماعياً وحتى جسدياً، فهم مصدر للبيئة امنه التي ينمو وينضج فيها الابناء وخسارة الوالدين نتيجة الموت او حدث ما يؤثر سلباً عليهم وبصورة كبيرة، ووجد في دراسته ان الاناث تظهر لديهن ردة فعل على الفقدان اكثر من الذكور ويأثر عليهن

الفقد بشكل اعراض نفسية وجسدية فهن يعانَ من الصداع ومشاكل جنسية اخرى ( Worden, 1996: p15).

ويوضح ان الشيخوخة تعمل بشكل مختلف اعتماداً على عمر الافراد، فإنه مع تقدم "العمر النفسي" يصبح الافراد غير متجانسين، وتزداد شيخوختهم النفسية بشكل كبير وملحوظ نتيجة لتجارب الحياه المختلفة والتعرض للمواقف المفاجئة كالفقد بأنواعه "الوفاء، الطلاق، الهجر، الانفصال....الخ" طول فترة حياه البالغين، ومن المحتمل ان تأخذ معنى مختلف في اي مرحلة من مراحل الحياه، مما ينتج عنها مشاكل نفسية عديدة (Barrett& Montepare, 2015: p55).

### \*افتراضات نظرية ويليام ووردن

- ١- التعرف على العوامل التي ادت الى حدوث الموقف او التجربة المرتبطة بالحزن.
- ٢- توعية الافراد بالعقبات المختلفة لإعادة النظر واعادة التنظيم للاستمرار مع علاقته مع الشخص المفقود.
- ٣- تقديم العديد من التقنيات التي يمكن ان تساعد على المضي قدماً في العمل، من خلال ممارسة اساليب اخلاقية تركز على العواطف والشعور لأجل اعادة ادخال الشخص الفرد في العالم النفسي والاجتماعي.
- ٤- تعزيز الابقاء على الشعور بالارتباط والتحالف مع الاحبة في تبني مستقبل متغير، والعمل من خلال قضايا الشعور بالحزن والغضب والذنب والتخلي عن الموت والحياه التي سبقته.
- ٥- مساعدة الافراد في تقدير دور الاحبة في بناء هويتهم الخاصة واعادة الوصول الى الحوارات ومراجعتها مع الشخص المفقود الذي يعيق التكيف مع البيئة ومع الاخرين بعد الخسارة (Worden, 2009: p43).

### الفصل الثالث..... منهجية البحث

#### منهجية البحث وإجراءات:

تحقيقاً لأهداف البحث الحالي استوجب على الباحثة اتباع "المنهج التجريبي" الذي يعد من ادق البحوث العلمية والذي يقصد به دراسة التأثيرات سببية بين المتغيرات، وتفسير تلك العلاقات عن طريق التجريب والضبط والتحكم، بمعنى ان البحث التجريبي يعتمد على

مجموعة من الاسس العامة التي تتمثل في المتغيرات، وضبط التجربة، وطرائق ضبط المتغيرات، والتصميمات التجريبية، ومن ثم فالمتغير التابع عبارته عن مكون رئيس في التجربة، بذلك يعتمد المنهج التجريبي على مقوم اساسي ألا وهو التجريب (حمداوي، ٢٠١٢: ص ٢٥) تحقيقاً لأهداف البحث استوجب اجراءات عديدة، اذ تم اعتماد على اجراءات المنهجية على النحو الآتي:-

**اولاً:- مجتمع البحث :-** يعرف مجتمع البحث بأنه جميع افراد الظاهرة المراد دراستها يشتركون في صفات محدده والذين يشكلون موضوع مشكلة البحث ولهم خصائص واحدة (ابو النصر، ٢٠١٧: ص ١٦٠)

**ويتكون مجتمع البحث الحالي من:-**

١- **مجتمع المدارس/** يتوزع افراد مجتمع البحث على (٣٠) مدرسة اعدادية تابعة للمديرية العامة لتربية محافظة ديالى يبلغ عدد طالبات هذه المدارس وفقاً للبيانات الإحصاء التربوي (١٣١٩٢) طالبة موزعين على جميع مدارس محافظة ديالى.

٢- **مجتمع الطالبات/** يتكون المجتمع الاصلي لهذا البحث من الطالبات (فاقدات الوالدين) في المرحلة الاعدادية / للدراسة الصباحية، والبالغ عددهن (١١٤٠) طالبة من فاقدات (الاب/ الام او كلاهما)، موزعين على جميع مدارس محافظة ديالى البالغة (٣٠) مدرسة اعدادية، وبذلك فان مجتمع البحث الطالبات يشكلون نسبة (٨,٦٤%) من نسبة طالبات المرحلة الاعدادية للدراسة الصباحية في محافظة ديالى.

**ثانياً:- عينات البحث:-** بلغت عينة المستعملة في البحث الحالي (٤٠٠) طالبة من الطالبات في المرحلة الاعدادية البالغ مجموعهن الكلي (١١٤٠) طالبة من الطالبات فاقدات احد الوالدين او كلاهما، وتشتمل عينات البحث على :-

١- **عينة التحليل الإحصائي :-** اخذت الباحثة بنظرها الاعتبارات العلمية في اختيار عينة بحثها، اذ بلغت (عينة التحليل الإحصائي) (٤٠٠) طالبة من الطالبات فاقدات الوالدين، اختيروا بطريقة قصدية من (١٤) مدرسة تابعة الى المديرية التربية العامة لمحافظة ديالى وإذ إن هذا العدد يمكن أن يعطي أفضل صورة عن الخصائص السيكومترية للعينة موضوع البحث اذ انهم يشكلون نسبة (٣٦,٨٤%) من عينات البحث (طالبات فاقدات الوالدين).

٢- عينة الثبات: - بلغت عينة الثبات (٣٠) طالبة تم اختيارهم من مدرسة (اعدادية ام حبيبة للبنات)، بطريقة قصدية بواقع (١٠) طالبات من ثلاث صفوف (الرابع، الخامس، السادس) الاعدادي، لاستخراج الثبات بطريقة إعادة الاختبار والثبات بطريقة الفا-كرونباخ ضمن عينة التحليل الإحصائي.

### ثالثاً: - أداة البحث

\* بناء مقياس الشيخوخة النفسية: - تحقيقاً لأهداف البحث يتطلب أداة لقياس الشيخوخة النفسية، ولغرض بناء مقياس (أداة) لقياس الشيخوخة النفسية مرت عملية البناء بعدد من الخطوات، وهي كالآتي:

١- تحديد المفهوم: - تبنت الباحثة تعريف ووردن (Worden,1987) للشيخوخة النفسية، والذي عرفها على أنها: - استجابة للحزن قوية التأثير تكمن بشعور الفرد بالألم وردود الافعال السلبية واخفاق الدوافع الذاتية، اذ لا يستطيع الفرد استثمار مشاعره مع اشخاص على قيد الحياة، مما يؤدي ان يسلك سلوكيات لا تشبه سلوك اقرانه العاديين بل سلوكيات المسنين ومشاعرهم (Worden,1987:p11).

٢- تحديد مجالات المقياس: - حددت مجالات المقياس في ضوء ما استمدته الباحثة من نظرية ووردن (Worden,1987) ضمن الاطار النظري، ولذلك فقد حددت النظرية ثلاثة مجالات اساسية وهي: - (المجال النفسي، والمجال الشخصي، والمجال الشخصي)

٣- صياغة مواقف المقياس: - قامت الباحثة بصياغة موقف المقياس محاولةً تجنب اختلاف الطالبات في تفسيرها وسهولة لغتها بما يتلاءم وفنتهم العمرية، اذ تم صياغة (١٦) موقف للمجال النفسي و(١٤) موقف لكل من المجالين الشخصي والاجتماعي، ووضع ثلاثة بدائل للإجابة على كل موقف واعطاء درجات عشوائية لكل بديل وهي (١، ٢، ٣)، بذلك اصبح المقياس يتكون من (٤٤) موقف قبل عرضه على الخبراء.

٤- اعداد تعليمات المقياس: - تعد تعليمات المقياس بمثابة الدليل الذي يسترشد به المستجيب اثناء اجابته على فقرات الاداة، لذا تم اعداد التعليمات التي تضمنت كيفية الاجابة عن المواقف من خلال وضع مثالاً توضيحاً، وحث المستجيبات على الدقة في الاجابة، وتم اخفاء الهدف من الاداة، كما طلب منهن الاجابة بصراحة وعدم ترك اي موقف من دون اجابة، وذلك دون الحاجة الى ذكر اسمائهن، كما تم التأكيد على ان

الاجابة لن يطلع عليها احد سوى الباحثة وانها سوف تستعمل لأغراض البحث العلمي فقط.

٥- تحديد أوزان البدائل وطريقة التصحيح: - كان لكل موقف من مواقف مقياس الشيخوخة النفسية ثلاثة بدائل وهن (لا يقيس السمة، يقيس الى حد ما، يقيس السمة) ، تم الاتفاق في عملية تصحيح المقياس على بإعطاء الدرجات (١-٢-٣) وزعت عشوائياً على بدائل الاستجابة.

٦- عرض الأداة على المحكمين: - بعد أن تم تحديد مفهوم ومجالات مقياس الشيخوخة النفسية وصياغة (٤٤) موقف بصيغته الاولية وإعداد تعليماته وطريقة تصحيحه، قامت الباحثة بعرض المقياس على مجموعة من الاساتذة الخبراء كمحكمين ومتخصصين في مجال التربية وعلم النفس والإرشاد النفسي والتوجيه التربوي، (ملحق/٢)، إذ وضح للمحكمين الهدف من الدراسة والتعريف النظري المُعتمد، وقد عدت الباحثة نسبة ٨٠% فأعلى معياراً لقبول الموقف، بعد الاخذ بآرائهم تم تعديل بعض المواقف وحذف (٤) مواقف مما اصبح المقياس بصيغته الاولية (قبل التحليل الاحصائي) يحتوي على (٤٠) موقفاً.

٧- عينة وضوح التعليمات (العينة الاستطلاعية): - لتحقيق هذا الغرض قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة بلغت (٢٠) طالبة من طالبات المرحلة الاعدادية تم اختيارهم عشوائياً، بعد إجراء التطبيق تبين أن مواقف المقياس وتعليماته كانت واضحة ومفهومة، وقد تراوح الوقت المستغرق للإجابة عن مواقف المقياس بين (١٠-١٤) دقيقة بمتوسط قدره (١٢) دقيقة.

٨- تطبيق المقياس على عينة المجتمع المدروس: - قامت الباحثة بسحب عينة ممثلة للمجتمع المدروس مكونة من (٤٢٠) طالبة من الطالبات فاقدرات الوالدين في المرحلة الاعدادية في المدارس التابعة للمديرية التربوية العامة في محافظة ديالى، تم تطبيق مقياس الشيخوخة النفسية على عينة البحث الحالي وهن الطالبات (فاقدات احد الوالدين او كلاهما)، لغرض اجراء التحليل الاحصائي للمواقف المقياس.

٩- التحليل الاحصائي لفقرات للمقياس: - استعملت الباحثة خمسة أساليب لتحليل الفقرات وهي (ايجاد القوة التمييزية بأسلوب المجموعتين المتطرفتين) و(أسلوب علاقة الفقرة بالدرجة

الكلية للمقياس) و(أسلوب علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمجال) و(مصنوفة علاقة المجال بالمجالات الاخرى)، وفيما يلي توضيح لذلك.

#### ◆ إيجاد القوة التمييزية لل فقرات (Item Discrimination):

يعرف التمييز بمدى قدرة الفقرة على التمييز بين الأفراد في الصفة التي يقيسها الاختبار (استانزي واران، ٢٠١٥: ص ٢٣٠). يعد معامل التمييز او القدرة على التمييز بين المستجيبين من اهم الخصائص السيكومترية لل فقرات، كي يتمكن المقياس من الكشف عن الفروق الفردية بين الافراد (الدليمي والمهداوي، ٢٠١٦: ص ١٢٨).

#### \* أسلوب المجموعتين المتطرفتين Extreme Groups Method:

لأجل حساب القوة التمييزية صححت استمارات عينة التحليل الاحصائي البالغة (٤٠٠) استمارة عن أداة البحث (الشيخوخة النفسية) على وفق الأوزان المعطاة (١-٢-٣) التي يتراوح المدى النظري لدرجاتها ما بين (٣٨-١١٤) تم تحديد الدرجة الكلية التي تحصل عليها الطالبة ثم رتبت درجاتهن تنازلياً من أعلى درجة إلى أدنى درجة اختيرت نسبة الـ (٢٧%) من المجموعة العليا، و(٢٧%) من المجموعة الدنيا، في ضوء ذلك بلغ عدد الاستمارات لكل مجموعة (١٠٨) في كل مجموعة، بذلك اصبح عدد الاستمارات (٢١٦) استمارة، وعليه حلت فقرات المقياس باستخدام معادلة الاختبار التائي (T-test) لعينتين مستقلتين بوساطة الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) لاختبار الفروق بين المجموعتين في درجات كل فقرة على أساس أن القيمة التائية تمثل القوة التمييزية وعند مقارنتها بالقيمة الجدولية (١,٦٩) ودرجة حرية (٢١٤) عند مستوى دلالة (٠,٠٥)

تبين أن (٣٨) فقرة من فقرات المقياس كانت مميزة ودالة عند مستوى دلالة (٠,٠٥)، باستثناء فقرتين (١٢-٣٣) كانت غير مميزة لان قيمها التائية المستخرجة تساوي (١,٨٠) للفقرة (١٢)، و(١,٦٢) للفقرة (٣٣) وهي أقل من القيمة التائية الجدولية البالغة (١,٩٦) عند درجة حرية (٢١٤) ومستوى دلالة من (٠,٠٥)

١٠ - الخصائص السيكومترية لمقياس الشيخوخة النفسية: - قامت الباحثة باستخراج

الصدق والثبات للمقياس وكما يأتي:-

أولاً: مؤشرات الصدق : Indicators Validity

- أ- **الصدق الظاهري (Face Validity):** - قد تم التحقق من هذا النوع من الصدق في مقياس الشيخوخة النفسية من خلال عرض الباحثة للمقياس بصورته الأولية على مجموعة من الخبراء والمختصين في التربية وعلم النفس والإرشاد النفسي والتوجيه التربوي (ملحق/٣).
- ب- **صدق البناء (Construction Validity):** - قد توفر هذا النوع من الصدق في مقياس (الشيخوخة النفسية) من خلال المؤشرات الاحصائية وهي: - (القوة التمييزية للفقرات بأسلوب المجموعتين المتطرفتين، علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس، علاقة الفقرة بمجالها، علاقة المجال بالمجالات الاخرى "مصفوفة الارتباطات الداخلية"، ومصفوفة المجالات بالدرجة الكلية للمقياس).

### ثانياً: مؤشرات الثبات : Indicators Reliability

تحققت الباحثة من ثبات مقياس الشيخوخة النفسية بالطرق الآتية:-

- أ- **طريقة الاختبار- وإعادة الاختبار:** - قامت الباحثة بحساب الثبات بهذه الطريقة بعد إعادة تطبيق المقياس على عينة الثبات البالغ عددها (٣٠) طالب في (اعدادية ام حبيبة للبنات) بعد مرور اسبوعين من التطبيق الأول وتم حساب معامل ارتباط بيرسون بين التطبيقين الأول والثاني، فبلغت قيمة معامل الارتباط (٠,٨٦) وهي معاملات ثبات جيدة.
- ب- **معامل ألفا كرونباخ للاتساق الداخلي:** - تم حساب الثبات بهذه الطريقة واستخراج معامل التجانس الداخلي باستعمال معادلة الفا كرونباخ باستعمال برنامج (SPSS) وجدت الباحثة ان معامل الثبات يساوي (٠,٨١) وهو معامل ثبات جيد مقارنة بالدراسات السابقة.
- \* **البرنامج الإرشادي:** - لتحقيق هدف البحث الحالي المتمثل في التعرف على (فاعلية اسلوب المقابلات التحفيزية في تخفيض الشيخوخة النفسية لدى الطالبات فاقدرات الوالدين في المرحلة الاعدادية) لابد من بناء برنامج ارشادي قائم على اسلوب المقابلات التحفيزية للمنظر (ميلر) يتلاءم مع طبيعة البحث واغراضه في الارشاد، اذ تم تحديد الحاجات وفق نموذج (بوردرز ودراري، ١٩٩٢)، اذ يسمح هذا النموذج بإدخال جميع فقرات مواقف المقياس تم اختيار عناوين الجلسات والتي تم ترتيبها من اعلى متوسط الى اقل متوسط، وقامت الباحثة بتطبيق البرنامج الإرشادي بالاستناد على الاسلوب الإرشادي المذكور و اعتمدا على الإرشاد الجمعي، واستطاعت الباحثة تحقيق (١٦) جلسة ارشادية واستغرقت كل جلسة (٤٥) دقيقة بواقع جلستين في الاسبوع ابتداءً من تاريخ (٢٤/١١/٢٠١٩) ولغاية (١٩/١/٢٠٢٠) والتي



تضم فنيات وانشطة اسلوب المقابلات التحفيزية وهي(طرح الاسئلة، النقاش حول التغير، سلم التقدير، اختيار الاهمية، الاستماع المعاكس، التأكيد الموقفي، تحويل التركيز، التوازن في اتخاذ القرار، دعم الكفاءة الذاتية، الالتفاف الخلف، النظر الى الامام، التلخيص).

• **الصدق الظاهري للبرنامج:** - عرض البرنامج الارشادي على عدد من المختصين في الارشاد النفسي لمعرفة مدى ملائمة الفنيات والانشطة والاهداف والمدة الزمنية المقترحة لكل جلسة ومع الاخذ بنظر الاعتبار المقترحات والتعديلات والاضافات المناسبة، واخذت الباحثة بآراء السادة الخبراء للوصول الى البرنامج الارشادي المطلوب، وهذا انموذج من ادارة الجلسة الثانية من البرنامج الارشادي الذي تم تطبيقه على طالبات المجموعة التجريبية

#### ادارة الجلسة الثانية:- اللامبالاة

- ◆ تلقي المرشدة التحية "السلام" على المسترشدات، تسألهن عن احوالهن.
- ◆ تتابع المرشدة التدريب البيتي للجلسة السابقة وتقديم الشكر اللواتي انجزنه بشكل جيد.
- ◆ تقدم المرشدة موضوع الجلسة وهو "اللامبالاة" وتعرفه لهن على انها "حالة وجدانية سلوكية معناها ان يتصرف المرء بلا اهتمام في شؤون حياته او حتى الاحداث العامة وعدم توفى الارادة او الاهتمام بشأن النتائج وان كان هذا غير صالح (مانسون، ٢٠١٨: ص١٧).
- ◆ توضح المرشدة الموضوع من خلال مناقشتها للعبارة "ان النجاح في المبالاة والاهتمام بالذات في الوقت المناسب وبالشكل المناسب يعد من أكثر الامور التي يمكن ان تنفع الانسان ولا تضره على العكس من الاهمال واللامبالاة تماماً وكونك في مرحلة عمرية رائعة تقع بين المراهقة وقريبة للشباب".
- ◆ تذكر المرشدة عدة مواقف للمسترشدات وهو "جريبي وتجاهلي طفل يبلغ من العمر ثلاث سنوات سيطلب منك الانتباه والاهتمام به من تلقاء نفسه وبشكل ايجابي، ولكن اذا واصلت التجاهل واللامبالاة به فأنت ستسمعين سريعاً صدمات وصراخاً عالي الصوت للحصول على مردود او استجابة منك حتى وان كان مردوداً سلبياً فهو افضل بالنسبة له من عدم الحصول على الاستجابة على الاطلاق"
- لان لنطبق ذلك على المنزل فأى فرد من افراد العائلة ان لم يجد من لا يهتم به ويبالى له يتوق الى ردود افعال سلبية، فالفتاة التي لا تجد من يهتم بها ويشجعها على الاهتمام بالذات

تصبح انسانة لامبالية، مثلاً عندما ترتدي فستان ما وتساءل احد افراد عائلتها ولا يبدون لها استجابة ايجابية سوف تشعر بخيبة امل قائلة:- "اعرف انني لا ابدو جميلة في هذا الفستان لكنني لا اجد من يهتم بي لاهتم انا بمظهري او ذاتي".

◆ تقوم المرشدة بـ "طرح الاسئلة" عليهن لغرض التعرف على درجة المبالاة والاهتمام بالذات وبالآخرين لدى المسترشدات موجه لهن السؤال "ماذا تلاحظين من هذا الموقف؟ ما هي افكارك اتجاهه؟".

- ترى بعض المسترشدات ان من حق الفتاة ان لا تهتم بذاتها واللامبالاة بنفسها مادام انها لا تجد من يهتم بها.

◆ تتعرف المرشدة على افكار واستجابات المسترشدات وتتعلم فنية "الاستماع المعاكس" وتقدم لهن التوضيحات اللازمة لغرض تحويل افكارهن السلبية الى افكار واستجابات ايجابية موضحة لهن:- "ان الشخص الذي لا يجد من يهتم به ولا من يبالي لمظهره واموره الشخصية من المؤكد سوف يهمل نفسه ولا يبالي لذاته، الا ان هذا الاسلوب والتفكير خاطئ فنحن لا نهتم بأنفسنا لإرضاء الآخرين، انما المبالاة والاهتمام بنفسك... مظهرك... دراستك... وحتى علاقاتك مع الاخرين، تمكنك من الحصول على افضل النتائج الايجابية.

◆ تستخدم المرشدة فنية "التأكيد الموقفي" للتأكد على المواقف الايجابية وعلى تغير افكارهن و سلوكياتهن الجديدة، قائلة:- "من المؤكد ستكونين يوما ما ذلك الشخص الذي يهتمون به الاخرين ويقلدونه في الاهتمام ويتقصدونه في كل الامور الايجابية".

◆ تؤكد المرشدة على الاستمرار في النتائج الايجابية من خلال تقديم "التغذية الراجعة" وتقديم "التعزيز" الثناء على المسترشدات اللواتي شاركن في الجلسة الارشادية.

◆ توجه المرشدة الاسئلة الاتية للمسترشدات لغرض "التقويم":-

س/ من تستطيع تلخيص ما دار في الجلسة؟ س/ ماذا استفادوا من الجلسة الارشادية؟

### الوسائل الإحصائية:

استعملت الباحثة في تحليل البيانات الوسائل الإحصائية المناسبة وبالاستعانة بالبرنامج الإحصائي (SPSS) ومنها :- (الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، معامل ارتباط بيرسون، معادلة سبيرمان براون، معادلة الفاكرونباخ)

### الفصل الرابع..... عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

لتحقيق هدف البحث الحالي هو التعرف على فاعلية اسلوب (المقابلات التحفيزية) في تخفيض الشيوخة النفسية لدى الطالبات فاقدمات الوالدين في المرحلة الاعدادية من خلال اختبار الفرضيات الآتية:-

◆ **الفرضية الاولى:-** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين درجات المجموعة التجريبية الاولى اسلوب (المقابلات التحفيزية) على مقياس الشيوخة النفسية في الاختبارين القبلي والبعدي.

لغرض اجراء المقارنة بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية الأولى في الاختبارين القبلي والبعدي والتي طبق عليها أسلوب (المقابلات التحفيزية) في تخفيض الشيوخة النفسية لدى الطالبات فاقدمات الوالدين، استعملت الباحثة الاختبار التائي لعينتين مستقلتين (T.TEST) لمعرفة هل هناك تخفيض في الشيوخة النفسية لدى طالبات المجموعة التجريبية الأولى وتوضح نتائج الاختبار أن هناك فرقاً ذا دلالة إحصائية بين الاختبارين (القبلي والبعدي) ولمصلحة الاختبار البعدي، إذ إن القيمة التائية المحسوبة تساوي (٧,٠٧٢) هي اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (٢,٠٧٤) عند درجة حرية (٢٢) ومستوى دلالة (٠,٠٥) مما يشير الى ان اسلوب (المقابلات التحفيزية) قد خفض من مستوى الشيوخة النفسية لدى الطالبات فاقدمات الوالدين.

◆ **الفرضية الثانية:-** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين درجات المجموعة الضابطة على مقياس الشيوخة النفسية في الاختبارين القبلي والبعدي

لغرض اجراء المقارنة بين متوسطات درجات المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي والتي لم يطبق عليها أي برنامج ارشادي استعملت الباحثة الاختبار التائي لعينتين مستقلتين (T.TEST) لمعرفة هل هناك فروق في متوسطي الشيوخة النفسية لدى طالبات المجموعة الضابطة في الاختبارين (القبلي والبعدي)، إذ كانت القيمة التائية المحسوبة تساوي (٠,٤٧٠) هي اصغر من القيمة التائية الجدولية البالغة (٢,٠٧٤) عند درجة حرية (٢٢) ومستوى دلالة (٠,٠٥) مما يشير الى انه ليس هنالك فروق في الشيوخة النفسية لدى الطالبات فاقدمات الوالدين بالنسبة للمجموعة الضابطة في الاختبارين (القبلي- البعدي) .

◆ الفرضية الثالثة:- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين رتب درجات المجموعة التجريبية الأولى باستعمال أسلوب (المقابلات التحفيزية) والمجموعة الضابطة على مقياس الشيخوخة النفسية في الاختبار البعدي.

لتحقيق هذا الهدف استعملت الباحثة الاختبار التائي لعينتين مستقلتين (T.TEST) لمعرفة هل هناك فروق في متوسطي الشيخوخة النفسية لدى الطالبات فاقدرات الوالدين بين المجموعتين (التجريبية الاولى والضابطة) في الاختبار البعدي، اذ اظهرت درجات ورتب المجموعة التجريبية الأولى والتي تدرت على أسلوب (المقابلات التحفيزية) فاعلية في تخفيض الشيخوخة النفسية، إذ أن قيمة (T) المحسوبة والتي تساوي (-٧,٠٨٤) هي دالة إحصائياً عند مقارنتها بالقيمة الجدولية والتي تساوي (٢,٠٧٤)، وهذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند درجة حرية (٢٢) مستوى دلالة (٠,٠٥) بين المجموعة التجريبية الأولى والمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي.

◆ الفرضية الثالثة:- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين الاختبارين البعدي والتتبعي (المرجأ) للمجموعة التجريبية الأولى باستعمال أسلوب (المقابلات التحفيزية)

لتحقيق هذا الهدف استعملت الباحثة الاختبار التائي لعينتين مستقلتين (T.TEST) لمعرفة هل هناك فروق في متوسطي الشيخوخة النفسية لدى طالبات فاقدرات الوالدين في المجموعة التجريبية الاولى في الاختبارين البعدي والتتبعي(المرجأ)، إذ اظهرت النتائج أن قيمة (T) المحسوبة والتي تساوي (٠,١٣٠) هي اصغر من القيمة التائية الجدولية البالغة (٢,٠٧٤) عند درجة حرية (٢٢) ومستوى دلالة (٠,٠٥) مما يشير الى انه ليس هنالك فروق في الشيخوخة النفسية لدى الطالبات فاقدرات الوالدين بالنسبة للمجموعة التجريبية الاولى في الاختبارين (القبلي - التتبعي)، كما تشير هذه النتائج الى ان اسلوب (المقابلات التحفيزية) قد خفض من مستوى الشيخوخة النفسية لدى الطالبات فاقدرات الوالدين في المرحلة الاعدادية.

### تفسير النتائج ومناقشتها Raising & Definding The Results

أظهرت نتائج البحث الحالي شيوع الشيخوخة النفسية لدى الطالبات فاقدرات الوالدين في المرحلة الاعدادية، وتتفق الباحثة مع نتائج بحثها في تفوق الإناث في الشيخوخة النفسية وبالأخص ممن فُقدنَ احد والديهما وهذا ما اثبتته دراسة (Worden, 1996) التي ووجد ان

الاناث يعانّ من الشخوخة النفسية وتظهر لديهن ردة فعل على فقدان اكثر من الذكور ويأثر عليهن فقد بشكل اعراض نفسية وجسدية فهن يعانّ من الصداع ومشاكل جنسية اخرى (Worden, 1996: p15).

وأسفرت النتائج الخاصة بأهداف البحث الحالي على وفق المنهج التجريبي عن فاعلية الاسلوب الارشادي "المقابلات التحفيزية" في تخفيض الشخوخة النفسية لدى الطالبات فاقدرات الوالدين في المرحلة الاعدادية، إذ أظهرت نتائج التحليل الاحصائي تخفيض درجات المجموعة التجريبية في حين لم يحدث اي تغيير ذو دلالة احصائية على درجات المجموعة الضابطة التي لم تتعرض لأي اسلوب ارشادي، أن هذه النتيجة تعود إلى أن المجموعة التجريبية خضعت للبرامج بأساليبها الإرشادية بينما لم تخضع المجموعة الضابطة لأي أسلوب أرشادي، ويعد هذا مؤشراً على نجاح الاساليب الارشادية المستعملة في تطبيق البرنامج الارشادي.

#### تعزو الباحثة النتائج الايجابية الذي توصل اليها البحث الحالي للأسباب الآتية :-

١. استعملت الباحثة أسلوب "المقابلات التحفيزية" لـ ميلر (Miller)، وهو الاسلوب اثبت نجاحه في العديد من الدراسات حيث اشارة دراساته الى نجاح وفاعلية اسلوب المقابلات التحفيزية في تخفيض العديد من المشكلات منها تحسين صورة الذات كما في دراسة (Fattum.G, et, at, 2009)، وتحسين الادارة والكفاءة الذاتية ونوعية الحياة كما في دراسة (Chen, et, at, 2012).
٢. إن النظرية التي اعتمدها الباحثة (نظرية ميلر) منسجمة ومتناسقة مع أهداف البرنامج الارشادي لان كل منها ينتمي الى نفس الاتجاه النظري وهو (الاتجاه المعرفي السلوكي)، وكان لها أثرها الواضح في تخفيض الشخوخة النفسية لدى الطالبات فاقدرات الوالدين في المرحلة الاعدادية.
٣. إن الإرشاد الجماعي والاساليب الارشادية الاثنتين كان لهما اثراً واضحاً في مساعدة الطالبات فاقدرات الوالدين على إجراء الحوار والتفاعل الايجابي بين المرشدة والمسترشدات دون تردد او خوف، وأدى ذلك إلى نجاح البرامج بالأسلوبين الإرشادين في تخفيض الشخوخة النفسية.

٤. إن عناوين الجلسات الإرشادية المقتبسة من النظرية المعتمدة (نظرية ووردن للشيخوخة النفسية) وأهداف البرنامج كان لها الأثر الواضح في تفاعل المسترشدات مع البرامج الإرشادية لأنها تُشبع وتحاكي الحاجات موجودة داخل المسترشدات.

### الاستنتاجات

١. يعد الأسلوب الإرشادي المستعمل في البحث الحالي أسلوب جيد إذ أحدث تغييراً إيجابياً في تخفيض الشيخوخة النفسية لدى الطالبات فاقدمات الوالدين في المرحلة الإعدادية، وبذلك يمكن الاعتماد عليهما في بناء برامج إرشادية أخرى.
٢. وجود الشيخوخة النفسية تعد مشكلة خطيرة ومنتشرة الطالبات فاقدمات الوالدين وخصوصاً في المرحلة الإعدادية والتي هي بعمر المراهقة.
٣. تفاعل الطالبات مع الأنشطة المقدمة والعلاقات الإيجابية بين المرشدة والمسترشدات ساعد في تخفيض الشيخوخة النفسية لدى الطالبات فاقدمات الوالدين في المرحلة الإعدادية.
٤. إن عينة البحث الحالي (الطالبات فاقدمات الوالدين)، يعان من مشكلات نفسية مثل الشعور بالحزن، التشاؤم، فقدان الأمل، فقدان معنى الحياة، ضعف الإحساس بالسعادة، قلق المستقبل، الشعور بالوحدة النفسية، بذلك فهن بأمرس الحاجة إلى البرامج أو الأساليب الإرشادية.

### التوصيات

١. الاستفادة من مقياس الشيخوخة النفسية الذي أعدته الباحثة في وزارة التربية للكشف عن الطالبات اللواتي يعان من الشيخوخة النفسية لدى عينة البحث الحالي الطالبات فاقدمات الوالدين أو عينات أخرى.
٢. إن تهتم المرشدات التربويات بالطالبات فاقدمات الوالدين في المرحلة الإعدادية وأجراء مقابلات وجلسات إرشاد فردي وجمعي، والتعرف على معاناتهن لغرض تقديم الدعم النفسي والاجتماعي والشخصي لهن.
٣. تفعيل دور مؤسسات المجتمع المدني لغرض تقديم المعونات والمساعدات المادية لهم ولأسرهم

المقترحات

١. إجراء دراسة تجريبية مماثلة فاعلية الاسلوب الارشادي "المقابلات التحفيزية" ، في تخفيض الشيخوخة النفسية لدى الطالبات فاقدرات الوالدين على مراحل دراسية اخرى، كالمرحلة الابتدائية أو المتوسطة.
٢. إجراء دراسة تجريبية مماثلة لتخفيض الشيخوخة النفسية لدى الطالبات فاقدرات الوالدين في المرحلة الاعدادية باستعمال أساليب إرشادية اخرى مثل "دحض الافكار، العلاج الواقعي، التدخل التناقضي، حل المشكلات..."
٣. إجراء دراسة مقارنة بين الطالبات اللواتي لم يفقدن احد والديهما او كلاهما والطالبات فاقدرات الوالدين ومعرفة الفروق بينهما في مستوى الشيخوخة النفسية في مراحل دراسية مختلفة (المتوسطة، الاعدادية، الجامعية).

**Abstract**

**The Effectiveness of Style Motivational Interviews in Reducing Psychological Senility among Female Students Who Lost both Parents in Preparatory Schools**

**Assist. Inst**

**Huda Abd AL Akef Kanan**

**University of Diyala**

**College of Education for Human Sciencation**

**Department of Educational and Psychological Sciences**

**Psychological Senility :Key Words**

This research aims to identify the effectiveness of the Motivational interviews in reducing psychological Senility of students who have lost parents in the preparatory stage, Where the researcher built a measure of psychological Senility, which consists of (38) paragraphs position finalized and three alternatives after it was presented to a group of experts in education and psychology, Extraction of psychometric properties of the scale (Validity-Reliability) Received the test in a test repetition (0,86) and (0,81) in the east of the fur kronbach, was applied to a sample of (400) students, the statistical methods used in the current research is (T-test for one sample, Pearson correlation coefficient, Vakrnbach) to reach the desired results in the research procedures, The researcher concluded that the students who lost the parents in the preparatory stage have psychological Senility, and the current results showed identify the effectiveness of the Motivational interviews in reducing psychological Senility of students who have lost parents in the preparatory stage, the researcher made a number of recommendations and suggestions.

## المصادر

- ابن منظور، محمد بن مكرم بن علي الانصاري، (١٩٩٣): *لسان العرب*، ط٣، تحقيق: محمد سعيد كيلاني، دار صادر، بيروت- لبنان.
- ابو العزائم، محمود جمال (٢٠١٣): *كيف تواجه مشكلاتك النفسية*، ط١، مطبعة دار اخبار اليوم، مصر.
- ابو النصر، مدحت محمد (٢٠١٧): *مناهج البحث في الخدمات الاجتماعية*، ط٢، مجموعه النبيل العربية، القاهرة- مصر.
- ابو سميرة، محمود والطيطي، محمد عبد الاله (٢٠١٩): *مناهج البحث العلمي من التبيين الى التمكين*، ط١، دار البازوري العلمية للنشر والتوزيع، عمان- الاردن.
- استانزي، ان وارانا، سوزانا (٢٠١٥): *القياس النفسي*، ترجمة صلاح الدين محمود علام، ط١، دار الفكر ناشرون وموزعون، عمان- الأردن.
- الجابري، كاظم كريم رضا (٢٠١١): *مناهج البحث في التربية وعلم النفس*، ط١، مكتب النعيمي للطباعة والاستتساخ، بغداد- العراق.
- الخطيب، احمد حامد والخطيب، محمد احمد (٢٠١١): *الاختبارات والمقاييس النفسية*، ط١، دار الحامد للنشر، عمان- الاردن.
- الدليمي، احسان عليوي والمهداوي، عدنان محمود (٢٠١٦): *الاختبارات والمقاييس في التربية وعلم النفس*، ط١، دار الحداثة للنشر والتوزيع، بغداد- العراق.
- الزحيلي، وهبة (١٩٨٤)، *الفقه الاسلامي وادلته*، ط١، دار الفكر للنشر والتوزيع، دمشق- سوريا.
- عبد المنعم، عفاف محمد (٢٠١٦): *الشيخوخة مظاهرها ومحدداتها بين النظرية والتطبيق*، ط١، دار المعرفة الجامعية للنشر والتوزيع، الاسكندرية- مصر.
- قندلجي، عامر (٢٠١٩): *منهجية البحث العلمي*، ط١، دار اليازوري للنشر والتوزيع، عمان- الاردن.
- كلينك، مايو (٢٠٠٢): *حول الشيخوخة المعافاة*، ط١، ترجمة: زينة ادريس، الدار العربية للعلوم، منتدى اقرأ الثقافي، بيروت- لبنان.



- مانسون، مارك (٢٠١٨): *فن اللامبالاة لعيش حياة تختلف عن المؤلف، ترجمة: حارث نبهان، ط١، نيويورك- امريكا.*
- مجمع اللغة العربية (١٩٩٥): *المعجم الوجيز، وزارة التربية والتعليم، القاهرة- مصر.*
- مجيد، سوسن شاكر (٢٠١٣): *اسس بناء الاختبارات والمقاييس النفسية والتربوية، ط١، الناشر مركز ديونو لتعليم التفكير، عمان- الاردن.*
- محاسنة، إبراهيم محمد (٢٠١٣): *القياس النفسي في ظل النظرية الحديثة، ط١، دار جرير للنشر والتوزيع، عمان- الأردن.*
- محمود، سامي (١٩٩٣): *لا للشيخوخة المبكرة، ط١، الدار المصرية للنشر والاعلام، القاهرة- مصر.*
- المكدامي، ياسر محمود وهيب (٢٠١٦) : *موضوعات في القياس والتقويم التربوي والاختبارات، ط١، المطبعة المركزية، جامعة ديالى، العراق.*
- النبهان، موسى محمد (٢٠١٣) : *اساسيات القياس في العلوم السلوكية، ط١، دار الشروق للنشر والتوزيع، عمان- الاردن.*
- وزارة التربية العراقية (٢٠١١): *نظام المدارس الثانوية في العراق، رقم(٣)، مديرية مطبعة وزارة التربية، بغداد، العراق.*
- Alessandra. Alciti (2012): *Different Types of childhood Adverse Experiences and mood Disorders*, Clinical, Research and Treatment Approaches to affective Disorders, Edited by Dr Mario Juruena. Italy.
- Barrett. A,E& Montepare. J,M (2015): *"Its abot time" Applying life span and life Gourse perspectives to the study of Subjectiv age*, In M; Annual Review of gerontology and Geriatrics, Vol. 35, Research on Subjective aging "siting", p.p 55-77, Springer, New yourk.
- Chens. SM, Creedy. D, Lin. Hs, Wdlin. J (2012): *Effects of Motivtioal interwing inter Self- management*, psychological and glycemc outcomes in type 2 dimbetes: arondomized controlled trial. Int J Nurs Stud, p 49: 637- 644.
- Chrsenesen .H (2015): *What Congnitive con be expected with normal aging?* Asstralian and New Zealand Journal of psychioty, 35(6), p.p 768- 775.
- Fattum. G, Friend. S,Neumark. S, Ztainer. D, Story. M (2009): *Motivtioal interwing as acomponent of a school. based obesity program for adolescent girls.* J Am Diet. Assoc, 109, pp 421-430.
- Fontaine. R (2007): *psychologies du Vieillissement*, Dunned, paris, p. p15- 30.

- Huppert. F, A& Cooper. C.L (2014): **Wellbing: ACimlete Refence Guide**, interventions and policies to Enerican wellbeing, (Vol.6), American psychologist, 678, p.p 60-61.
- Hurlock. E (1985): **Development psychology A life- span Approach**, 5ed , New Delhi: Tata Mc Craw. Hill publishing Company.
- Miller. R Willem (1983): **Motivational interviewing with problem drinkers Behavioral Psychotherapy**, (1<sup>nd</sup> ed), New York, London, p. p 149-172
- Miller. Willem & Rollnick. Stephen (2002): **Motivational interviewing preparing people for change** (2<sup>nd</sup> ed) New york Guilford press. raduit en Franc National center for Suicide Research and prevent publications, university I oslo, Norway, vol 123, N. 16.
- Nunnally. J (1978): **Psychometric Theory**, McGraw-Hill, New York.
- Rollnick. Stephen, Miller. R. William, (2008): **Motivational interviewing In Health Care, Helping Patients Change Behavior The Guilford Press**, New York , London .
- Tamar. G (2005): **Children and young people growing up with loss and it is effects**, Without you, Jessica kingsley publishers, London.
- Worden. J,W (1987): **Grief Counseling and grief Therapy**, The and book for the meantal health practitioner, 1 St. ed, Springer, publis Company, New yourk.
- Worden. J,W (1991): **Grief Counseling and grief Therapy**, Atland book for the mantal health practitioner, 2th ed, Socond edition Routl. Edge. Londen.
- Worden. J,W (1996): **Children and grief**, when apparent dies, Guilford press, New yourk.
- Worden. J,W (2009): **Grief Counseling and grief Therapy**, health practitioner, Fourth Edition: 4th ed, publis Company, Springer, New your

## ملحق (١)

## مقياس الشيخوخة النفسية بصيغته النهائية

المواقف	ت	المواقف	ت
<ul style="list-style-type: none"> <li>• مشاريعي في المستقبل هي:-</li> <li>أ- ليس لدي مشروع معين ( )</li> <li>ب- انتهاء المرحلة الاعدادية فقط ( )</li> <li>ج- أكمل المرحلة الجامعية في التخصص الذي ارغبه ( )</li> </ul>	٢	<ul style="list-style-type: none"> <li>• أشعر ان حياتي بعد فُقد والدي:-</li> <li>أ- أكثر خوف من السابق ( )</li> <li>ب- أكثر حريه من السابق ( )</li> <li>ج- لا معنى لحياتي من بعدهم ( )</li> </ul>	١
<ul style="list-style-type: none"> <li>• عندما يحين عيد ميلادي فأني:-</li> <li>أ- أعده يوماً عادياً كباقي الايام ( )</li> <li>ب- أشعر بالفرح ( )</li> <li>ج- اشعر بالحزن الشديد ( )</li> </ul>	٤	<ul style="list-style-type: none"> <li>• عندما أواجه مشكله ما فأني:-</li> <li>أ- أستطيع حلها بمفردي ( )</li> <li>ب- أعجز عن حلها بمفردي ( )</li> <li>ج- ألجأ الى الآخرين في حلها ( )</li> </ul>	٣
<ul style="list-style-type: none"> <li>• روتيني اليومي عباره عن:-</li> <li>أ- مشاهدة تلفاز وتناول وجبات بمفردي ( )</li> <li>ب- انشغل بالأعمال المنزلية ( )</li> <li>ج- الخروج لاماكن عامه مع صديقاتي ( )</li> </ul>	٦	<ul style="list-style-type: none"> <li>• طموحي في الحياة محدود والسبب هو:-</li> <li>أ- لم تعد لي رغبة في الحياه ( )</li> <li>ب- اترك لغيري تخطيط حياتي ( )</li> <li>ج- أنتظر تغير الظروف واعدو اليها ( )</li> </ul>	٥
<ul style="list-style-type: none"> <li>• عندما أقوم بعمل ما فأني:-</li> <li>أ- أشعر ببطيء في أنجازه ( )</li> <li>ب- لا أستطيع أنجاز العمل ( )</li> <li>ج- أنجزه في الوقت المحدد ( )</li> </ul>	٨	<ul style="list-style-type: none"> <li>• التفكير بالموت:-</li> <li>أ- يشعرنني بالقلق الشديد ( )</li> <li>ب- تقبل قضاءه الله واجله ( )</li> <li>ج- لا افكر فيه ( )</li> </ul>	٧
<ul style="list-style-type: none"> <li>• عندما اكون في الدرس فأني:-</li> <li>أ- اشعر بتشتت الانتباه ( )</li> <li>ب- اركز على مادة الدرس ( )</li> <li>ج- اكتفي بفهم ما أستطيع فهمه ( )</li> </ul>	١٠	<ul style="list-style-type: none"> <li>• أرى ان زيادة علاقاتي بمن حولي:-</li> <li>أ- تسبب لي المشاكل ( )</li> <li>ب- تشعرنني بالاطمئنان ( )</li> <li>ج- لا أتأثر ان زادت او قلت ( )</li> </ul>	٩
<ul style="list-style-type: none"> <li>• عندما اكون بين افراد عائلتي فأني:-</li> <li>أ- ستمتع لهم قدر الامكان ( )</li> <li>ب- ينتابني الشعور بالوحدة ( )</li> <li>ج- يسعدني تواجدي معهم ( )</li> </ul>	١٢	<ul style="list-style-type: none"> <li>• لو رجع بي الزمن الى الماضي فأني:-</li> <li>أ- سأعيش حياه أخرى ( )</li> <li>ب- اتمنى ان لا اعيش الحياه ( )</li> <li>ج- اعيش نفس حياتي الحالية ( )</li> </ul>	١١
<ul style="list-style-type: none"> <li>• عندما أكون في جلسة نقاش فأني:-</li> <li>أ- أشارك الآخرين آرائهم ( )</li> <li>ب- لا أشارك في التعبير عن الرأي ( )</li> <li>ج- أتردد في المشاركة الرأي والنقاش ( )</li> </ul>	١٤	<ul style="list-style-type: none"> <li>• عندما يتوفر لي وقت فراغ فأني:-</li> <li>أ- أكمل واجباتي المدرسية ( )</li> <li>ب- الجأ الى النوم ( )</li> <li>ج- أمارس هواياتي ( )</li> </ul>	١٣
<ul style="list-style-type: none"> <li>• نظرتي الى الصدفة والحظ:-</li> <li>أ- جعلتني اتعس مخلوق ( )</li> <li>ب- اعتقد ان الحظ يتحسن بمرور الزمن ( )</li> <li>ج- الحياه عمل وكفاح وليس صدفة وحظ ( )</li> </ul>	١٦	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ذكرياتي مع الشخص الذي فُقدته تجعلني:-</li> <li>أ- استمتع بها لأنها تذكرنني به ( )</li> <li>ب- تعطيني دعم للعيش في هذه الحياه ( )</li> <li>ج- تثير المي و حزني من بعده ( )</li> </ul>	١٥
<ul style="list-style-type: none"> <li>• عندما يحل بي مصاب فأني أقوم:-</li> <li>أ- لا اعرف ماذا افعل ( )</li> <li>ب- البكاء حتى الشعور بالراحة ( )</li> <li>ج- افعل اشياء تنسيني حزني مثل "الصلاة، قراءة القرآن، الدعاء" ( )</li> </ul>	١٨	<ul style="list-style-type: none"> <li>• يهمني أن يراني الناس:-</li> <li>أ- شخصاً اعتيادياً ( )</li> <li>ب- محبه للآخرين وعطوفة عليهم ( )</li> <li>ج- لا يهمني رأي الاخرين بي ( )</li> </ul>	١٧
<ul style="list-style-type: none"> <li>• الاشتراك في المهرجانات المدرسية:-</li> <li>أ- تقوي علاقتي مع الناس من حولي ( )</li> <li>ب- قضاء وقت فراغي فقط ( )</li> <li>ج- مجال للتعبير عن هواياتي ( )</li> </ul>	٢٠	<ul style="list-style-type: none"> <li>• اهتمامي بمظهري الشخصي يجعلني:-</li> <li>أ- أبذل جهدي لآكون انيقة ( )</li> <li>ب- اللامبالاة بمظهري ( )</li> <li>ج- أتقبل مظهري عما هو عليه ( )</li> </ul>	١٩

٢١	• عندما أفكر في الماضي فأته:- أ- تتنابني مشاعر غير سارة ( ) ب- تتنابني مشاعر الحنين الى الماضي ( ) ج- لا اهتم بالماضي وأفكر بالمستقبل ( )	٢٢	• عندما تقترب نتيجة الامتحان فأني:- أ- احرص على ان تكون نتيجتي مميزه ( ) ب- لا اهتم بما ستكون عليه النتيجة ( ) ج- اكتفي بالنجاح فقط ( )
٢٣	• أعمل ايام المناسبات والعطل على:- أ- الخروج الى اماكن ترفيهيه ( ) ب- استثمارها في زيارة الاقارب ( ) ج- المكوث في المنزل ( )	٢٤	• أشعر معظم وقتي:- أ- باليأس من حالتي ( ) ب- براحة ومعنوية عالية ( ) ج- ضائعة بين الماضي والحاضر ( )
٢٥	• بسبب فقدي والدي/ والدتي اصبحت:- أ- لا اثق بأي احد ( ) ب- اثق بنفسي فقط ( ) ج- اثق بنفسي وبالآخرين ( )	٢٦	• إذا كلفت بواجب اجتماعي فأني:- أ- أعتذر عن القيام به ( ) ب- يسرني القيام به ( ) ج- اقوم به على قدر المستطاع ( )
٢٧	• منذ فقدي لوالدي/ والدتي وأنا:- أ- لا استطيع التوقف عن التفكير به ( ) ب- أحاول تقبل فكرة انه فارقتي ( ) ج- ارى ان لي حياة جديده من بعدهم ( )	٢٨	• اشعر أن شخصيتي بعد فقد من أحب:- أ- ازدادت قوه وتحمل بعد مصيبتني ( ) ب- تراجعت وأصبحت بخيبة ( ) ج- لم تتأثر بفراق أحد ( )
٢٩	• أتوقع ما هو ساند في مواقع التواصل الاجتماعي أخبار:- أ- اعتياديه لا تثير اهتمامي ( ) ب- فنيه ورياضية وثقافية ( ) ج- قتل وعنف وحوادث حول العالم ( )	٣٠	• اعتقد ان الاحداث اليومية تجعلني:- أ- أشعر بالأمل رغم الفشل ( ) ب- أعتبرها احداثاً طبيعية ( ) ج- مصدر لكل احباطاتي ( )
٣١	• النجاح في مجالات الحياه بالنسبة لي:- أ- أمراً غير مهم ( ) ب- أمراً طبيعي لا بد منه ( ) ج- أميل الى تحقيق المزيد من النجاحات ( )	٣٢	• عندما أنظر الى ما حققته فأني:- أ- اشعر بخيبة امل إزائها ( ) ب- ليس لدي دافع لتحقيق المزيد ( ) ج- لا يزال لدي الكثير لأحققه ( )
٣٣	• فقدي لوالدي/ والدتي جعلني:- أ- أتحمل مسؤوليات اضافيه في المنزل ( ) ب- أتحمل مسؤوليات الخاصة بي فقط ( ) ج- لم أتحمل اي مسؤولية ( )	٣٤	• وجود الآخرين بالنسبة لي:- أ- هم ملجئي وقت الضيق ( ) ب- أشعر بوجود فراغ بيني وبينهم ( ) ج- لا أعير اهتمام لوجودهم او غيابهم ( )
٣٥	• أرى ان الحياه :- أ- جميله تستحق العيش ( ) ب- لا شيء فيها جميل ( ) ج- لا تهمني كيفما كانت ( )	٣٦	• مكانتي بين الاخرين اصبحت:- أ- موضع للتقدير ( ) ب- موضع للشفقة ( ) ج- موضع للسخط والسخرية ( )
٣٧	• عندما تصدر من رفاقي فكره ما فأني: أ- ارفض افكارهم ( ) ب- اتقبل الفكرة الصادرة عنهم ( ) ج- اطرح افكاري وناقشها معهم ( )	٣٨	• عندما اقابل شخصاً حزين فأني:- أ- أحاول ان أخفف عنه ( ) ب- لا يهمني حزنه ( ) ج- احزن لحزنه ( )

## ملحق (٢)

## أسماء السادة الخبراء مرتبة حسب الحروف الهجائية ودرجاتهم العلمية

ت	اسم الخبير ولقبه العلمي	التخصص	مكان العمل
١	أ.د. بشرى عناد مبارك	علم النفس الاجتماعي	جامعة ديالى/ كلية التربية الأساسية
٢	أ.د. خالد جمال جاسم	قياس وتقويم	جامعة بغداد/ كلية التربية ابن هيثم
٣	أ.د. عدنان محمود عباس	ارشاد نفسي وتوجيه تربوي	جامعة ديالى / كلية التربية للعلوم الانسانية
٤	أ.د. صفاء طارق حبيب	قياس وتقويم	جامعة بغداد / كلية التربية ابن رشد
٥	أ.د. علاهن محمد على احمد	ارشاد نفسي وتوجيه تربوي	جامعة المستنصرية/ كلية التربية
٦	أ.د. مهند محمد عبد الستار	علم النفس التجريبي	جامعة ديالى /كلية التربية الاساسية
٧	أ.د. نادية شعبان مصطفى	تربية خاصة	جامعه المستنصرية/ كلية التربية
٨	أ.د. هيثم احمد علي	علم النفس العام	جامعة ديالى/ كلية التربية للعلوم الانسانية
٩	أ.م.د. اخلاص حسين علي	علم النفس التربوي	جامعة ديالى/ كلية التربية الاساسية
١٠	أ.د.م. اياد هاشم محمد	علم النفس التربوي	جامعة ديالى/ كلية التربية للعلوم الانسانية
١١	أ.م.د. زهرة موسى جعفر	علم النفس التربوي	جامعة ديالى/ كلية التربية للعلوم الإنسانية
١٢	أ.م.د. سميرة علي حسن	ارشاد نفسي وتوجيه تربوي	جامعة ديالى/ كلية التربية للعلوم الإنسانية
١٣	أ.م.د. سلمان جودة مناع	ارشاد نفسي وتوجيه تربوي	جامعة المستنصرية/ كلية التربية
١٤	أ.د.م. عبد الكريم محمود	ارشاد نفسي وتوجيه تربوي	ديالى / معهد الفنون الجميلة
١٥	أ.م.د. لطيفة ماجد محمود	علم النفس التربوي	جامعة ديالى / كلية التربية للعلوم الإنسانية
١٦	أ.د.م. محمد ابراهيم حسين	علم النفس التربوي	جامعة ديالى / كلية التربية للعلوم الانسانية