



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة ديالى  
كلية التربية للعلوم الإنسانية  
قسم العلوم التربوية والنفسية



# أثر البرنامج الإرشادي بأسلوب التحدث مع الذات في تنمية التحكم الذاتي لدى الطلاب الأيتام في المرحلة المتوسطة

رسالة مقدمة الى مجلس كلية التربية للعلوم الانسانية وهي جزء من متطلبات  
نيل شهادة الماجستير في التربية/الارشاد النفسي والتوجيه التربوي

قدمها الطالب

ماهر سلمان مجيد هفش الشمري

إشراف

الأستاذ المساعد الدكتورة

سميعة علي حسن التميمي

٢٠١٨ م

١٤٣٩ هـ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

﴿ وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ

أَهْوَىٰ ﴿٤٠﴾ فَإِنَّ الْجَنَّةَ هِيَ الْمَأْوَىٰ ﴿٤١﴾ ﴿

صَدَقَ اللَّهُ الْعَظِيمِ

(سورة النازعات: آية ٤٠-٤١)

## إقرار المشرف

اشهد أن إعداد هذه الرسالة الموسومة بـ (أثر البرنامج الإرشادي بأسلوب التحدث مع الذات في تنمية التحكم الذاتي لدى الطلاب الإيتام في المرحلة المتوسطة) المقدمة من الطالب (ماهر سلمان مجيد) ، قد جرى بإشرافي في جامعة ديالى . كلية التربية للعلوم الإنسانية ، وهي جزء من متطلبات نيل درجة الماجستير في التربية / الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي.

الأستاذ المساعد الدكتورة

سميعة علي حسن التميمي

المشرف

م ٢٠١٨ / /

- بناءً على التوصيات المتوافرة ، أشرح هذه الرسالة للمناقشة.

الأستاذ الدكتور

خالد جمال حمدي

رئيس قسم العلوم التربوية والنفسية

م ٢٠١٨ / /

## إقرار الخبير اللغوي

أشهد أنني قرأت هذه الرسالة الموسومة بـ (أثر البرنامج الإرشادي بأسلوب التحدث مع الذات في تنمية التحكم الذاتي لدى الطلاب اليتام في المرحلة المتوسطة) التي قدمها الطالب (ماهر سلمان مجيد) إلى جامعة ديالى - كلية التربية للعلوم الإنسانية وهي جزء من متطلبات نيل درجة ماجستير في التربية/ الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي ، وقد أصبحت صالحة من الناحية اللغوية ولأجله وقعت.

التوقيع:

الاسم:

التخصص:

التاريخ:

## إقرار الخبير العلمي

أشهد أنني قرأت هذه الرسالة الموسومة بـ (أثر البرنامج الإرشادي بأسلوب التحدث مع الذات في تنمية التحكم الذاتي لدى الطلاب اليتام في المرحلة المتوسطة) التي قدمها الطالب (ماهر سلمان مجيد) إلى جامعة ديالى - كلية التربية للعلوم الإنسانية، وهي جزء من متطلبات نيل درجة ماجستير في التربية/ الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي، وقد أصبحت صالحة من الناحية العلمية.

التوقيع:

الاسم:

التخصص:

التاريخ:

## إقرار لجنة المناقشة

نحن رئيس لجنة المناقشة وعضائها نشهد أننا قد أطلعنا على الرسالة الموسومة (أثر البرنامج الإرشادي بأسلوب التحدث مع الذات في تنمية التحكم الذاتي لدى الطلاب الأيتام في المرحلة المتوسطة) المقدمة من طالب الماجستير (ماهر سلمان مجيد) وناقشناه في محتوياتها وفيما له علاقة بها منها جديرة بالقبول لنيل درجة الماجستير في التربية / الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي وبتقدير ( ) .

الأستاذ الدكتور

ياسين حميد عيال

عضواً

التاريخ: / / ٢٠١٨

الأستاذ المساعد الدكتور

علاء الدين كاظم عبد الله

عضواً

التاريخ: / / ٢٠١٨

الأستاذ الدكتور

عدنان محمود عباس المهداوي

رئيساً

التاريخ: / / ٢٠١٨

الأستاذ المساعد الدكتورة

سميعة علي حسن التميمي

عضواً ومشرفاً

التاريخ: / / ٢٠١٨

صدقت الرسالة من مجلس كلية التربية للعلوم الإنسانية في جامعة ديالى بتاريخ  
٢٠١٨ / /

الأستاذ المساعد الدكتور

نصيف جاسم محمد الخفاجي

عميد كلية التربية للعلوم الإنسانية / وكالة

التاريخ: / / ٢٠١٨

# الإهداء

سيد البشرية ومثلي الاعلى  
(محمد صلى الله عليه واله وسلم)  
من رعوني طفلا واعطوني القوة والأمان والدتي ووالدي  
برا و وفاءا  
التي كابدت معي صعوبة الحياة وقسوتها زوجتي الغالية  
حبا وامتنانا  
أبنائي.... أقمار عمري وقرة عيني اولادي  
سعادتي و املتي  
من دعم أركان حياتي إختوتي وأختواتي أنار الله طريقكم وأعلاكم  
حبا و اعتزازا  
من أكرمتني بوافر علمها وحسن تعاملها استاذتي  
تقديرا واحتراما  
من علموني فأجادوا أساتذتي  
فخرا وامتنانا  
من ساندني وأزرنى زملائي الأوفياء يوفقكم الله ويرعاكم  
وفاءا واخلاصا  
إلى هؤلاء جميعاً أهدي هذا الجهد المتواضع

ماهر

عالم

## شكر وامتنان

بسمه تعالى نبداً وبه نستعين والحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على سيد المرسلين والخلق أجمعين محمد وعلى آله الطيبين الطاهرين وأصحابه الغر المنتجبين ، أما بعد فبعد إتمام البحث يدعوني الواجب أن أعرب عن جزيل الشكر والعرفان إلى الأستاذة الفاضلة (سميعة علي حسن التميمي) المشرفة على الرسالة، هذه المرأة المعطاءة التي تجسدت في عطائها كل معاني الكرم والمروءة، لها الشكر على ما منحتني من ثقة مطلقة وتوجيهات قيمة طوال مدة البحث، أرجو أن أكون قد وفقت في تقديم ما يرضيها وما يليق وما يتناسب مع جهودها وتوجيهاتها، أسأل الله عز وجل أن يجزيها عني خير الجزاء وأن يوفقها لخدمة المسيرة العلمية.

كما أتقدم بوافر التقدير والاعتزاز إلى رئاسة قسم العلوم التربوية والنفسية الاستاذ الدكتور (خالد جمال الدليمي) وأساتذة لجنة السمنار الاستاذ الدكتور (عدنان محمود المهداوي) والاستاذ الدكتور (سالم نوري صادق) وأساتذة القسم لما قدموه من دعم معنوي خلال مدة دراستي.. ويدين الباحث بالشكر والامتنان للأساتذة المحكمين الذين أسهموا بشكل فاعل في إتمام هذه الرسالة لما كان لهم من آراء علمية سديدة ، والشكر عظيم الشكر إلى عائلتي الكريمة وألدي والدتي و زوجتي والى إخوتي وأخواتي لمساندتهم ودعمهم لي وتحملهم وصبرهم لحين إتمام مراحل الدراسة والبحث، وخالص شكري وامتناني إلى أصدقائي بفضل دعائهم لي في ظهر الغيب، وشكري وتقديري الى زملاء الدراسة أعتزاز.

إيهم جميعاً الشكر الفائق والامتنان الوافر والله ولي التوفيق

ماهر



# المستخلص

## المستخلص

يهدف هذا البحث إلى معرفة (أثر البرنامج الإرشادي بأسلوب التحدث مع الذات في تنمية التحكم الذاتي لدى الطلاب الايتام في المرحلة المتوسطة) من خلال التحقق من صحة الفرضيات الصفرية الآتية :-

١- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ،بين رتب درجات أفراد

المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس التحكم الذاتي .

٢- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ، بين رتب درجات أفراد

المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي و البعدي على مقياس التحكم الذاتي .

٣- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ،بين رتب درجات أفراد

المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي على مقياس التحكم الذاتي

ولتحقيق هدف البحث واختبار فرضياته استعمل الباحث المنهج التجريبي ذا

تصميم المجموعتين (التجريبية والضابطة مع اختبار قبلي و بعدي لكلا المجموعتين ) .

يتحدد البحث بالطلاب الايتام في المرحلة المتوسطة للدراسة النهارية في المديرية العامة

لتربية محافظة ديالى في ناحية العبارة للعام الدراسي ( ٢٠١٦ - ٢٠١٧ م ) .

وقد تكون مجتمع البحث من (١٧) مدرسة و بلغ مجموع الطلاب الايتام ( ٥٤٤ )

طالباً وتم اختيار (٢٤) طالباً من مدرستين بطريقة قصدية من الطلاب الذين حصلوا

على اقل من الوسط الفرضي على مقياس التحكم الذاتي ، وزعوا بطريقة عشوائية على

مجموعتين (تجريبية وضابطة ) بواقع (١٢) طالباً في كل مجموعة ، وقد تم إجراء

التكافؤ للمجموعتين في بعض المتغيرات وهي (درجات الطلاب على مقياس التحكم

الذاتي، الذكاء، التحصيل الدراسي للأم، مهنة الأم، تسلسل الطالب ضمن الاسر، عدد

سنوات اليتيم).

هذا وقد قام الباحث ببناء مقياس التحكم الذاتي الذي تكون من (٣٠) فقرة موزعة على ثلاثة مجالات بواقع (١٠) فقرات في كل مجال، وتم عرضه على مجموعة من المحكمين في القياس والتقويم وعلم النفس للتأكد من الصدق الظاهري وأيضاً تم التحقق من مؤشرات صدق البناء، أما الثبات فتم إيجاده بطريقتين هي، الاختبار وإعادة الاختبار إذ بلغ (٠,٨٣)، والفاكرونباخ وقد بلغ (٠,٧٩).

وقام الباحث بتطبيق برنامج إرشادي (بأسلوب التحدث مع الذات) لغرض تنمية التحكم الذاتي لدى الطلاب الايتام، وتم التحقق من صدق البرنامج الإرشادي عن طريق الصدق الظاهري، من خلال عرضه على مجموعة من المحكمين في الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي، وقد تكوّن البرنامج من (١٤) جلسة إرشادية وبواقع جلسيتين في الأسبوع، وزمن الجلسة الواحدة (٤٥) دقيقة.

ولمعالجة بيانات البحث استعمل الباحث الوسائل الإحصائية الآتية: (معامل ارتباط بيرسون، معادلة الفاكرونباخ، الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، مربع كاي، اختبار ولكوكسن، اختبار مان وتني، الوسط المرجح، الوزن المنوي). وأظهرت نتائج البحث ما يأتي:

- ١- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥)، بين رتب درجات أفراد المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس التحكم الذاتي.
- ٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥)، بين رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس التحكم الذاتي
- ٣- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥)، بين رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس التحكم الذاتي.

وقد أستنتج أن للبرنامج الإرشادي أثراً في تنمية التحكم الذاتي لدى الطلاب الايتام في المرحلة المتوسطة وفي ضوء نتائج البحث قدم الباحث عدداً من التوصيات والمقترحات.

## ثبت المحتويات

الصفحة	الموضوع	ت
ب	الآية القرآنية.	١
ج	إقرار المشرف.	٢
د	إقرار الخبير اللغوي.	٣
هـ	إقرار الخبير العلمي.	٤
و	إقرار لجنة المناقشة.	٥
ز	الإهداء.	٦
ح	شكر وامتنان.	٧
ي-ك	مستخلص الرسالة باللغة العربية.	٨
ل-ن	ثبت المحتويات.	٩
س-ع	ثبت الجداول.	١٠
ع	ثبت الأشكال.	١١
٢٠-١	<b>الفصل الاول</b>	
٣-٢	أولاً: مشكلة البحث.	١
١٤-٤	ثانياً : أهمية البحث.	٢
١٤	ثالثاً : هدف البحث.	٣
١٥	رابعاً : حدود البحث.	٤
٢٠-١٥	خامساً : تحديد المصطلحات.	٥
٥٤-٢١	<b>الفصل الثاني</b>	
٢٧-٢٢	أولاً : أدبيات التحكم الذاتي	

٢٣-٢٢	مفهوم التحكم الذاتي	١
٢٤-٢٣	مظاهر التحكم الذاتي.	٢
٢٥-٢٤	آليات التحكم الذاتي.	٣
٢٦	مكونات للتحكم الذاتي.	٤
٣٢-٢٧	ثانياً : النظريات التي فسرت التحكم الذاتي.	
٢٧	التحكم الذاتي من وجهة نظر التحليل النفسي	١
٢٩-٢٧	التحكم الذاتي من وجهة نظر المنظور الإنساني	٢
٣١-٢٩	التحكم الذاتي في المنظور السلوكي.	٣
٣٢	مناقشة النظريات	
٤٥-٣٣	ثالثاً : الارشاد السلوكي المعرفي	
٣٩-٣٤	نظرية ميكينبوم (العلاج السلوكي المعرفي).	١
٤٥-٣٩	اسلوب التحدث مع الذات	٢
٤٩-٤٥	رابعاً : دراسات سابقة	
٤٦-٤٥	المحور الاول : دراسات عربية تناولت التحكم الذاتي	
٤٨-٤٦	المحور الثاني : دراسات اجنبية تناولت التحكم الذاتي	
٤٩-٤٨	المحور الثالث : دراسات سابقة تناولت اسلوب التحدث مع الذات	
٥٤-٤٩	مناقشة الدراسات السابقة التي تناولت التحكم الذاتي .	
٥٤	الافادة من الدراسات السابقة	
٨٨-٥٥	<b>الفصل الثالث</b>	
٥٦	اولاً : منهج البحث.	
٥٩-٥٦	ثانياً : التصميم التجريبي.	
٦١-٥٩	ثالثاً : مجتمع البحث.	

٦٦-٦١	رابعاً : عينة البحث.
٧٢-٦٦	خامساً : تكافؤ المجموعتين.
٨٧-٧٢	سادساً : اداتا البحث
٨٨-٨٧	سابعاً : الوسائل الإحصائية.
١٣٨-٨٩	<b>الفصل الرابع</b>
٩٠	اولاً البرنامج الإرشادي.
٩٢-٩٠	ثانياً : بناء البرنامج الإرشادي.
٩٧-٩٢	ثالثاً : تخطيط البرنامج الإرشادي.
٩٨	رابعاً : صدق البرنامج.
١٣٨-٩٩	خامساً : خطوات تنفيذ البرنامج الإرشادي.
١٤٧-١٣٩	<b>الفصل الخامس</b>
١٤٤-١٤٠	اولاً : عرض النتائج.
١٤٦-١٤٤	ثانياً : مناقشة النتائج و تفسيرها .
١٤٦	ثالثاً : التوصيات.
١٤٧	رابعاً : المقترحات.
١٦٣-١٤٨	المصادر
١٥٩ - ١٤٩	اولاً : المصادر العربية
١٦٣-١٦٠	ثانياً : المصادر الاجنبية
١٦٣	ثالثاً : مصادر الانترنت
١٨١-١٦٤	الملاحق
<b>B-C</b>	مستخلص الرسالة باللغة الانكليزية

## ثبت الجداول

الصفحة	اسم الجدول	ت
٦١-٦٠	أسماء المدارس المتوسطة والثانوية وأعداد الطلاب.	١
٦٢	العينات المستخدمة في البحث الحالي.	٢
٦٣-٦٢	عينة المدارس المتوسطة والثانوية.	٣
٦٤	عينة وضوح التعليمات وفهم العبارات	٤
٦٥-٦٤	عينة التحليل الإحصائي موزعة على المدارس المتوسطة والثانوية.	٥
٦٦	عينة تطبيق البرنامج الإرشادي	٦
٦٨-٦٧	القيم الإحصائية لاختبار (مان - وتتي) لتكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار القبلي.	٧
٦٩	القيم الإحصائية لاختبار (مان _ وتتي) لمتغير الذكاء.	٨
٧٠	القيم الإحصائية لاختبار (كولمو جروف - سمير نوف) لمتغير التحصيل الدراسي للأُم.	٩
٧٠	القيم الإحصائية لاختبار (كولمو جروف - سمير نوف) لمتغير مهنة للأُم.	١٠
٧١	القيم الاحصائية لاختبار ( كولموجروف - سميرنوف) لمتغير تسلسل الطالب ضمن الاسرة.	١١
٧٢	القيم الاحصائية لاختبار ( كولموجروف - سميرنوف) لمتغير عدد سنوات اليتيم.	١٢
٧٥	الفقرات التي تم تعديلها بعد الاخذ بأراء المحكمين.	١٣
٧٦	الفقرات التي تم استبعادها بعد الأخذ بأراء المحكمين.	١٤

٧٨	قيمة مربع كاي لمعرفة آراء الخبراء في صلاحية فقرات مقياس التحكم الذاتي.	١٥
٨١-٨٠	القوة التمييزية لفقرات مقياس التحكم الذاتي.	١٦
٨٢-٨١	علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس.	١٧
٨٣	معاملات الارتباط بين درجة الفقرة ودرجة المجال لمقياس التحكم الذاتي.	١٨
٨٤	مصفوفة الارتباطات الداخلية لمجالات مقياس التحكم الذاتي.	١٩
٨٦	المؤشرات الإحصائية.	٢٠
٩٣-٩٢	الوسط المرجح و الوزن المئوي لكل فقرة من فقرات مقياس التحكم الذاتي.	٢١
٩٥-٩٤	فقرات مقياس التحكم الذاتي التي حولت الى حاجات.	٢٢
١٠٠	عناوين الجلسات الإرشادية وتاريخ تنفيذها.	٢٣
١٤١-١٤٠	درجات المجموعة الضابطة قبل تطبيق البرنامج الإرشادي وبعده وقيمة (W) المحسوبة والجدولية.	٢٤
١٤٣-١٤٢	درجات المجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج الإرشادي وبعده وقيمة (W) المحسوبة والجدولية	٢٥
١٤٤-١٤٣	درجات المجموعة الضابطة والتجريبية في الاختبار البعدي وقيمة (U) المحسوبة والجدولية	٢٦

### ثبت الأشكال

الصفحة	اسم الشكل	ت
٥٨	التصميم التجريبي المستخدم في البحث الحالي.	١
٨٦	منحنى التوزيع التكراري لعينة البحث على التحكم الذاتي	٢



# الفصل الأول

## التعريف بالبحث

أولاً : مشكلة البحث

ثانياً : أهمية البحث

ثالثاً : هدف البحث وفرضياته

رابعاً : حدود البحث

خامساً : تحديد المصطلحات

### أولاً : مشكلة البحث: The problem of research:

تعدّ مشكلة التحكم الذاتي من المشاكل التي تؤثر سلباً في الجانب الاجتماعي والنفسي للفرد ، إذ تؤثر هذه المشكلة في حياة الإنسان وسلوكه وتصرفاته وصحته النفسية ، كذلك في علاقاته مع الآخرين، مسببة له الاضطرابات النفسية المختلفة، وذلك لأنه انخفاض مستوى التحكم الذاتي يؤدي إلى تكوين الشخصية غير السوية(النوري،١٩٩٨، ١:).

وهذا الانخفاض لا شك يؤدي الى العديد من الافكار والمعتقدات والتصرفات السلبية التي ينتج عنها سلوكيات انفعالية واجتماعية غير مرغوب بأدائها؛ تكون بالتالي مسؤولة عن تحول الافراد من كائن ايجابي فعال الى كائن سلبي غير فعال مع أقرانه وتتعهد لديه السيطرة على تصرفاته ونشاطاته في حياته الواقعية (مصطفى،١٩٩٨:٢).

وهناك حاجة في الوقت الحاضر الى تنمية التحكم الذاتي لدى الطلاب كما أوصت دراسة (احمد، ٢٠١٤) على ضرورة تنمية التحكم الذاتي، لأنه يساعد الافراد على رفع مستوى تحكمهم الذاتي فالإنسان بطبيعته ميال الى التجمع والابتعاد عن العزلة (احمد،٢٠١٤:١٢٦) . فالمجتمع العراقي ينفرد عن المجتمعات المعاصرة لأنه تعرض لحروب عنيفة لأكثر من ربع قرن. وما تخللته هذه الاعوام المنصرمة من أحداث فريدة من العنف تمثلت بحوادث القتل التفجيرات اليومية التي طالت ارواح عشرات الآلاف من المدنيين في جميع انحاء العراق من دون استثناء، لقد نجم عن هذه الاحداث المتلاحقة الى موت مئات الآلاف من الضحايا الذين فقدوا ارواحهم في ساحات المعارك او في بيوتهم او في الاماكن العامة جراء عمليات القصف التي خلفت عشرات الالاف من الاليتام.(الزيدي، ٢٠١١: ١٧) .

وأن لفقدان احد الوالدين او كليهما له تأثيراً شديداً على الصحة النفسية للطفل والمراهق من شأنه أن يؤدي به إلى الشعور بالإحباط والنقص وفقدان الثقة بالنفس والطمأنينة والضياع فتعيق بذلك اندماجه في المجتمع وصعوبة إتخاذ قراراته المستقبلية

وصعوبة التحكم الذاتي وضبط سلوكياته أو تنظيم أفكاره وتفقدته الشعور بالمسؤولية في المجتمع (كمال، ١٩٨٩، ١٨٢ : ١٨٣).

وفي تقرير لوزارة حقوق الإنسان أظهر أن أعداد الأيتام في العراق بقاء بازياد خلال السنوات الأخيرة نتيجة للحروب و أعمال العنف وجرائم القتل التي طالت مئات الآلاف من العراقيين، إذ يضم العراق حالياً النسبة الأكبر من الأيتام في العالم العربي. ونتيجة لهذا الواقع المرير وما تتركه من مآسي مؤلمة التي تترسب ببطيء في اعماق الفرد لتؤثر في تركيب البنية النفسية السوية له (الزبيدي، ٢٠١١: ١٨).

ومن خلال تجربة الباحث الميدانية في مجال الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي واحساسه لاحظ أن هناك معاناة غير معلنة وأحيانا أخرى واضحة من الطلاب الايتام في مرحلة المتوسطة ترتبط بالنظرة السلبية تجاه أنفسهم وتجاه واقعهم ومستقبلهم ، وصعوبة تحكمهم الذاتي، كانت نتيجة لفقدان أحد والديه أو كليهما من جراء أعمال العنف وما خلفه من آثار سلبية عليهم والتي انعكست سلبا على حالتهم النفسية والانفعالية والاجتماعية داخل المجتمع.

وللتأكد من وجود هذه مشكلة بين شريحة الطلاب الايتام في المرحلة المتوسطة في مؤسساتنا التعليمية قام الباحث بأجراء استبانة استطلاعية كما في ملحق(٤) الى (٢٠) من المرشدين التربويين ومرشدي الصفوف بواقع (١٢) مرشد صف و(٨) مرشدا تربوياً من الذين يعملون في المدارس المتوسطة وكانت اكثر من ٨٠% أجاباتهم تؤكد على انخفاض مستوى التحكم الذاتي لدى الطلاب الايتام في المرحلة المتوسطة ، ومن هنا تبرز مشكلة البحث والتي يسعى الباحث لدراستها في الإجابة عن التساؤل الاتي :

(هل للبرنامج الارشادي بأسلوب التحدث مع الذات أثر في تنمية التحكم الذاتي لدى الايتام طلاب في المرحلة المتوسطة؟).

## ثانياً : أهمية البحث : The Importance Of Research :

التحكم الذاتي من متغيرات الشخصية المهمة الذي يسهم في تحويل الإنسان من كائن سلبي تتحكم فيه النزعات الداخلية والتبنيهات الخارجية إلى كائن ايجابي فاعل يسيطر على كثير من اندفاعاته السلوكية والفكرية والانفعالية ، ويحقق المزيد من التكيف النفسي والاجتماعي ، وبذل مساع حقيقية للسيطرة على ذاته لتعديل عاداته ، والتحكم بنزعاته، وتحقيق الانجازات الشخصية بما فيه مصلحته ومصلحة الآخرين (مصطفى ، ١٩٩٨ : ١٢).

إن أحد المعالم الأساسية للتوافق النفسي الناجح هو إحساس الشخص بأن لديه القدرة على التحكم بسلوكه وبيئته وأفكاره ومشاعره، فعندما يدرك الفرد أن لديه القدرة على التحكم بسلوكه وأفكاره ومشاعره، يصبح أكثر قدرةً على التعامل مع ضغط الحياة. (الآلوسي، ٢٠٠١ : ١٥).

وتعد نظرة الفرد الى نفسه احدى العوامل المهمة التي تؤثر في سلوكه وتصرفه تجاه الآخرين عبر مواقف الحياة، وتشير الادبيات الى أن الشخص الذي يقدر ذاته يكون شخصاً واثقاً بنفسه، ويشير تقدير الذات (Self\_esteem) الى تقويم الفرد العالي، أو الواطئ لنفسه بوصفه شخصاً جديراً بالحسبان أو لا (Wright,1990:144).

والشخص المتحكم ذاتياً تكون لديه القدرة على إتخاذ قراره بنفسه وصياغة أهدافه التي يرغب في الوصول إليها، والتغلب على الصعوبات والمعوقات التي تعترض هذا الهدف ،كذلك نراه أكثر إحتراماً في إتخاذ قرار في المواقف التي لها نتائج أفضل على المدى البعيد (الخفاجي، ٢٠٠٢ : ٣).

وتبرز أهمية التحكم الذاتي بصورة فعالة في مجال التعليم والتحصيل الدراسي ، حيث أشارت دراسات متعددة إلى وجود علاقة بين التحكم الذاتي والتحصيل والتكيف الدراسي لدى فئات مختلفة من طلبة المدارس ، (الشتيوي ، ٢٠٠٥ : ١).

وبينت دراسة ردولف وزملائه (Rudolf,etal,1995) أن التحكم الذاتي هو إحدى المحكات النبوية الأساسية في بنية الذات بعلاقتها مع الآخرين (الجنابي، ٢٠٠٦: ٩) ووجدت دراسة فاننوزو وآخرين (Fantuzzo&others,1989) علاقات دالة وقوية بين مهارات التحكم الذاتي لدى تلامذة المدارس الابتدائية والتكيف الدراسي، وأظهرت دراسات ميريل (Merrel,1989,1990)، علاقة دالة وقوية بين التحكم الذاتي والكفاية الاجتماعية والتوافق السلوكي لدى عينات من المراهقين والأطفال.

وتعد تنمية التحكم الذاتي لدى الأفراد بمثابة الحصن النفسي الواقي من الانحرافات السلوكية والاضطرابات النفسية من سهولة الوقوع تحت تأثير المواقف والحالات السلبية وهذا ما توصلت إليه دراسة زاخاروفا (Sakharov , 1990) التي أظهرت إن التحكم الذاتي يعد تكويناً منظماً (Systematic Formation) وبُنية شخصية (Personality Structure) يرتبط بتقويم الذات للانجاز ، وتقدير الذات وضبط السلوك العدواني ، والضبط الانفعالي ، ودراسة سميث وآخرون (Smith & Others , 1987) لتأثير التحكم الذاتي في مجال التعليم والتحصيل الدراسي مقارنة بطلبة المدارس النموذجية ، ودراسة نيست وآخرون (Nist & Others , 1999) التي تناولت إيجابية التحكم الذاتي برفع مستوى التحصيل الدراسي للطلبة. وقد توصلت هذه الدراسات جميعاً في نتائجها إلى إن إحدى معالم التوافق النفسي الجيد هو قدرة الفرد على التحكم بسلوكه وبيئته وأفكاره ومشاعره مما ينعكس ذلك على قدرته في التعامل مع ضغوط الحياة المختلفة (الآلوسي ، ٢٠٠١: ١٥).

ويعد الإرشاد من أهم العلوم التطبيقية التي ينبغي أن يوليها المسؤولون عن العملية التربوية ما تستحقه من أهمية، إن كنا نهدف إلى الوصول بأبنائنا إلى مستوى مناسب من الصحة النفسية السليمة (عبد الغفار: ١٩٩٠، ٢٥٥).

ويعمل الإرشاد على تشجيع الفرد على أن يعرف نفسه ويكتشف قدرته ويصل إلى فهم كامل لذاته بحيث يستطيع أن يعمل شيئاً لنفسه ويتعامل مع فرص الحياة بواقعية (الحريري والأمامي، ٢٠١١: ٥٧).

ويقدم الارشاد المساعدة للفرد في ضوء استعداداته وقدراته، ويسعى إلى تنمية قدرته على توجيه ذاته وحياته بنفسه وتحديد أهدافه في الحياة وتحقيق مطالبه في ضوء معايير المجتمع وأسس التشريعية وتحقيق سعادته في ميادين الحياة الشخصية والتربوية والمهنية والاجتماعية (محمود، ١٩٩٨: ٣٦-٣٧).

وعليه فإن الارشاد يمثل عملية تعلم اجتماعي تقوم على أساس علاقة مباشرة بين اثنين احدهما المستفيد من العملية (المسترشد) الاخر هو المرشد المتخصص الذي يمتلك المعلومات والأساليب الإرشادية النفسية العلمية المختلفة التي تتطلبها هذه العملية، التي أول ما تهدف إليه هو مساعدة الفرد لمعرفة إمكاناته، ودوافع نشاطه، وأسباب إحباطه، وعوامل قلقه، وما قد يؤدي ذلك إلى شعوره بحالات من الصراع النفسي والعدوان على الذات أو على الآخرين، واختلال الصحة النفسية، فهو يعد الجانب التطبيقي من جوانب التربية الذي يهدف إلى مساعدة الفرد لكي يستعمل طاقاته وإمكاناته المختلفة استعمالاً سليماً لتحقيق التوافق مع مطالب الحياة والشعور بالرضا عنها وعن نفسه (ألخالدي، ٢٠٠١: ١٩٦).

ولذلك تقع على عاتق المرشد التربوي مسؤولية كبيرة في توجيه الطلبة ومساعدتهم على معرفة أنفسهم والبيئة المحيطة بهم وتعليمهم أساليب معالجة الذات مع البيئة (القاضي، ١٩٨١، ص ١٥)، وإن الطالب قادر على تحسين سلوكه حينما يصل إلى مرحلة متقدمة من الاستبصار (الداهري: ١٩٩٨، ٢٧).

وتكمن أهمية الإرشاد في المتغيرات المتلاحقة والمتعددة التي أدت إلى ضرورته وحتميته، ولعل أهم هذه المتغيرات هي المرحلة الحالية التي نعيشها والتي تتمثل بمرحلة الضغوط، حيث الحروب والويلات والفقر والبطالة والتفرقة وتدني المستوى المعاشي مقارنة بالغلاء وانتشار الأمراض والحرمان الاجتماعي ونقص التعليم والانفجار السكاني والمعرفي والثورة والمعلوماتية وتنوع سبل الاتصالات وظهور التقنية الحديثة، والتفكك الأسري، وانتشار الجريمة والانحرافات السلوكية، وتعدد التخصصات الأكاديمية وتشعب أقسامها وفروعها، وغيرها من الأمور التي تجعل الحاجة إلى الإرشاد ضرورة ملحة لتقديم

العون والمساعدة للأفراد الذين يعانون من المشكلات والاضطرابات النفسية (الحريري والأمامي: ٢٠١١، ٢٥-٢٦).

ولذلك أصبحت العملية الإرشادية علماً له مناهجه وأأسسه وخطته وبرامجه، وتعددت مناهجه وأساليبه تبعاً لتعدد النظريات الإرشادية، فضلاً عن تعدد المشكلات وتنوعها التي يواجهها الأفراد (سفيان: ٢٠٠٢، ١١٠).

والأساليب الإرشادية عنصر مهم وجوهري في العملية التربوية، ومن الوسائل الضرورية في تكوين جماعة تسودها الألفة والمحبة والاحترام، فضلاً عن قدرتها على مساعدة الجماعة الإرشادية على التخلص مما يواجهها من أزمات ومشاكل في الجوانب التي أعدت لها تلك الأساليب الإرشادية. (الأميري، ٢٠٠١: ٣٠).

لذلك فإن الهدف الرئيسي للأسلوب الإرشادي هو الوصول بالفرد إلى التوافق النفسي والاجتماعي وتوفير الجو الملائم في المدرسة والمجتمع (الحياني، ١٩٨٩: ٢٠٨)، وسواءً كانت الأساليب الإرشادية وقائية أم علاجية أم إنمائية، فإنها تسعى لمعالجة مشكلات الفرد وفقاً لأساليب علمية وتقنية تعمل على تنمية ميوله واتجاهاته وتوافقه مع نفسه وبيئته. (Berdie, 1959 : 175-176).

ومما لا شك فيه أن الأساليب الإرشادية تُعدّ من الخدمات الطلابية التي عرفت في مدارس العالم الحديث وأخذت هذه الأساليب تنمو وتتطور بسرعة هائلة في الدول المتقدمة، وذلك لتواكب خدمات هذه الأساليب التقدم التكنولوجي الذي تعيشه تلك الدول، وقد نجحت تلك الأساليب نجاحاً باهراً في القضاء على الكثير من المشكلات والصعوبات التي يواجهها الطلاب والإيفاء بحاجاتهم. (الدوسري، ١٩٨٥: ٢٣٥).

وقد ظهر العديد من الأساليب الإرشادية التي تهدف إلى تعديل سلوك الطلبة ومساعدتهم على تجاوز أزماتهم وحل مشكلاتهم ومن هذه الأساليب أسلوب التحدث مع الذات (self Talk Style) للعالم ميكينبوم (Meichenbaum) الذي اعتمده البحث الحالي.

ويُعدّ هذا الأسلوب أحد أشكال إعادة البناء المعرفي الذي يهدف إلى تعليم الفرد التحدث الايجابي مع الذات من أجل تغيير السلوك المُشكّل، إذ يرى (ميكينبوم) أن التخلص من مشكلة ما يعني التخلص من التحدث مع الذات بطريقة سلبية واستبدالها بالتحدث مع الذات بطريقة ايجابية، أي أن إجراءات التدريب على التحدث مع الذات قد ركزت على أهمية اللغة بوصفها موجهاً للسلوك، وإيلاء الأهمية الكبيرة للعناصر اللفظية عند تعديل السلوك، وهو مبني على افتراض مؤداه ( أن ما يقوله الفرد لنفسه هو العامل الأساس في توجيه سلوكه) (الخطيب، ١٩٩٥ : ٢٦٠).

ويرى (ميكينبوم) بأن للتفكير والمعتقدات والمشاعر والحديث الايجابي مع النفس وتوجيهات الفرد لنفسه (إعطاء أوامر لنفسه) لها دوراً كبيراً في عملية التعلم، ويجب التركيز على فهم الفرد كمسؤول عن إحداث سلوكه (بطرس، ٢٠٠٨ : ١٧٨)، إذ أن المسترشد يكتشف من خلال الحوار مع نفسه بأن ما يتمسك به من أفكار ومعتقدات هو أسلوب خاطئ اعتاد عليه . (منصور، ٢٠٠٠ : ٢٤٨).

وقد أشار (ميكينبوم) إلى أن هذا الأسلوب يمكن أن يساعد على تعديل مجموعة كبيرة من السلوكيات السلبية وغير المتوافقة عند الأطفال والمراهقين والكبار على حدٍ سواء، مثل النشاطات الزائدة، والعزلة الاجتماعية، والقلق، والسلوك العدواني ضد الذات أو ضد الآخرين (الفسفوس، ٢٠٠٦ : ٦٤).

إن ما يبيّن أهمية هذا الأسلوب هو ما أشارت إليه دراسة ( Meichenbaum & Good Man,1971) التي أكدت على أن لأسلوب التحدث مع الذات أثراً وفاعلية لتدريب الأطفال والمراهقين المندفعين للتحدث مع أنفسهم لتنمية الضبط الذاتي (Meichenbaum & Good Man,1982:24).

كما أكد نجاح هذا الأسلوب في الإرشاد ما توصلت إليه الكثير من الدراسات ومنها دراسة (حمد، ٢٠١١) أستخدمت في خفض ايذاء الذات و(حميد ٢٠١٤) فقد أشارت



إلى أن لأسلوب التحدث مع الذات أثراً وفاعلية في تعديل البنى المعرفية للشخصية المميزة .

ومن خلال الادبيات والدراسات السابقة التي تتعلق بموضوع البحث، وكتاب تعديل السلوك الإنساني، هناك أثر للآباء والمرشدين التربويين في القضايا التعليمية والنفسية والاجتماعية التي تؤثر على ذاتهم (عبد الهادي والعزة، ٢٠٠٥: ٢٦٩).

لذا أستخدم الباحث أسلوب التحدث مع الذات في تنمية التحكم الذاتي لدى الطلاب الايتام في المرحلة المتوسطة من خلال تنمية وتعزيز الثقة بالنفس والوعي الذاتي والضبط الانفعالي والتفاعل الاجتماعي وتحمل المسؤولية وتقدير الذات وتعزيزها.

ورغم مرحلة المراهقة في معظم مجتمعات العالم مصدراً من مصادر الطاقة غير الناضبة ولاسيما فيما يتعلق بطاقتهم الجسمانية عامة والفكرية منها خاصة، إلا إن استثمار طاقات افراد هذه الفئة العمرية لاسيما في مجتمعات العالم الثالث لا تسير بالاتجاه الصحيح، الأمر الذي يؤدي الى هدرها وضعف الاستفادة منها على النحو المطلوب(المعموري، ٢٠١١: ٧)، والطلبة الايتام في المرحلة المتوسطة تحيط بهم الكثير من التحديات تتعلق بمدى تفكيرهم الدراسي والتفكير بمستقبلهم فضلاً عن المشكلات النفسية والاقتصادية والأسرية المختلفة مما تبعث في الغالب الاحساس بالتوتر والضيقة والقلق .

كل ذلك يستدعي الكشف عن هؤلاء الطلبة لتقديم المساعدة الارشادية والعلاجية لهم ، وصار لزاماً على التربويين والمختصين ان يوجهوا جلّ اهتمامهم الى رعاية الأيتام لكي يوفر لهم جواً يقيمون فيه وينمو نمواً سليماً في جميع جوانب شخصيتهم وان يحاولوا اسعادهم وتحقيق درجة من الرضا عن حياتهم مما يجعلهم قادرين على التحكم الذاتي.

ويؤكد العلماء أن الطالب إذا كان قادراً في ( الأحوال الإعتيادية ) على تعلم المهارات والخبرات الحياتية المتنوعة ،كان قادراً أيضاً على مراقبة نفسه وتصرفاته ومقارنة سلوكه على أساس معايير صحيحة نموذجية يوافق عليها ويقتنع بفائدتها ويوجهها ذاتياً



خلال التعزيز (الإيجابي أو السلبي) لنفسه على السلوك المطلوب، وزيادة ذلك تعتمد إجراءات التحكم الذاتي في تنفيذها وفاعلية نتائجها على رغبة الطالب وقدرته على تنفيذها وترجمتها الى واقع ملموس (kanfel,1973:24-25).

إن مدى إهتمام الأمم بشبابها ورعايتهم وإعدادهم إعداداً سليماً ليس مقياساً أساسياً لتقدمها ونهضتها في حاضرها فحسب، بل لما يمكن أن تكون عليه الأمم وهي تشق طريقها لتحقيق طموحاتها وأهدافها وبناء مستقبلها المنشود، أن الانسان لم يكن في يوم من الأيام أشد حاجة الى فهم شخصيته، وبذلك نمت معرفته بالعلم الطبيعي، وتقدمت سيطرته عليه، وقد وصل اليوم الى مرحلة من المهارة والقدرة مما يتطلب منه أن ينمي معرفته بالطبيعة البشرية لأحداث التوازن اللازم في المعرفة الإنسانية (مليكة، ١٩٥٩: ١١٠).

لذا نحن بحاجة اليوم الى التعرف العلمي الدقيق لفهم الشخصية، ولاسيما شخصية الطلبة لأنها المحور الاساس الذي تدور بشأنه معظم البحوث التربوية والنفسية ولمختلف اختصاصات علم النفس وفروعه، ولأهميتها في فهم السلوك الانساني في الجوانب النفسية والاجتماعية وحتى الفسيولوجية المختلفة، يساعد فهم الشخصية على الكشف عن فاعلية الفرد وشروط تحقيق هذه الفاعلية وبذلك تمكن من الوصول للتفسير المناسب للظواهر النفسية المختلفة (عباس: ١٩٨٢: ٥). وتأتي أهمية هذا البحث من أهمية مرحلة الدراسة المتوسطة التي تشمل المراهقين الذين ابتدأوا حياة نفسية جديدة ومرحلة من مراحل نمو الشخصية وحسب تحليل أريكسون هي مرحلة الإحساس بالهوية (جابر، ١٩٧٨ : ٧٠).

فتأتي أهمية المراهقة كمرحلة عمرية دراسية مهمة وخصوصا مرحلة المتوسطة لكونها مرحلة حرجة فيها اجهاد للمراهق يتمثل في فقدان هويته هذا ما أكده (اركسون) حين أطلق عليها (مرحلة أزمات)، نلاحظ على الطالب المراهق في هذه المرحلة تحولاً في ميوله العلمية والإدارية والمهنية. (الظاهر، ٢٠٠٤ : ١٠).



فمرحلة المراهقة من أكثر المراحل التي يتعرض الفرد من خلالها للتقلبات فتبرز على المراهق مظاهر العنف لتدهور ضعف القدرة على ضبط النفس والشعور بالارتباك النفسي وكل هذا ناتج عن النمو السريع والتغيرات السريعة والتغيرات الجسمية والاضطرابات في الأجهزة الحيوية والهرمونية مما يؤدي إلى تغيرات سلوكية واجتماعية تؤثر على البيئة الاجتماعية التي يعيش فيها (Zewabi, 2001: 21).

وإذا كانت هذه المرحلة (المراهقة) توصف بأنها مرحلة التحولات السريعة والتغيرات المفاجئة فإنها أيضا مرحلة يصبح فيها مركز الاهتمام أكثر جد وارتباطاً اجتماعياً وبنمو لدى المراهق دوافع باتجاه النقد والنقاش والتحليل والفهم والتقييم . (معاليقي، ٢٠٠٧ : ١١) في هذه المرحلة تبرز ثورة تتميز بالتحول في بنائه العقلي فيتحول المراهق من التفكير المحسوس إلى التفكير التصوري والمجرد وما يرافق ذلك من قلق وغموض وتساؤلات فضلا عن مشكلات الاندماج الاجتماعي. (النوابسة، ٢٠١٣ : ٣٠).

فالمراهقة تمثل مدة الأزمة النفسية اذا تعدّ من فترات تكامل الشخصية و تحديد هوية السلوك إذا كان سوبيا أو غير سويّ . (العمرى ، ٢٠٠٥ : ١٢٠).

كون أن المراهق لا يدرك ذاته فانه يعمد إلى تجربة الأدوار التي لا تليق به فيصل إلى التطرف والعدوان والى ادوار غير ناجحة وأيضاً إلى ادوار الطموحات التي لا تتناسب مع إمكاناته (الجسماني ، ١٩٩٤ : ٢٩٩).

هذا ما أكده المري الأمريكي (جون ديوي) بأن أساس المشاكل الحديثة هو عدم التكيف بين تقدم العالم الحديث و بين عقائد البشر وقوانينهم الأخلاقية (الحياني ، ٢٠١١ : ٢٧).

فالمراهق في حاجة دائما إلى من يساعده على تحقيق الاتزان في حياته بين القوة الجارفة في انفعالاته وبين النقص الملموس في قدراته الضابطة . (العقاد ، ٢٠٠١ : ١٣٠).

ولأهمية رعاية اليتيم وكفالاته والاهتمام بشؤونه كما أمر الله سبحانه وتعالى عندما أكد على رعاية اليتيم في مواضع متعددة من القرآن الكريم ((أَلَمْ يَجِدْكَ يَتِيمًا فَآوَى))، و((فَأَمَّا الْيَتِيمَ فَلَا تَقْهَرْ)) (الضحى، ٦-٩).

كما ان الايتام من الموضوعات التي أخذت مجالا واسعا من عناية الباحثين في مجال التربية وعلم النفس لأهمية الأب في بناء شخصية الابن و اكتسابه المعارف والاتجاهات والقيم الاجتماعية التي تؤدي إلى الشعور بالمسؤولية الألتزام بالكثير من المعايير والأنظمة (رمضان، ١٩٩٨، ص ١٥) .

وان فقدان احد الوالدين يجعل الفرد يشعر بعدم الأمان وعدم الكفاية وعدم الثقة مما يجعله يبالغ في تقدير المواقف التي يمر بها على إنها تمثل ضغوط ويشعر بعدم القدرة على مواجهة الضغوط مما يجعله أكثر قلقا، مما يدفعه إلى اللجوء للعدوان للتغلب على بيئتهم ، وإرغامها على تحقيق مطالبهم ، كما يكسب صفة العناد والتي تسبب إزعاجا مستمرا للاخرين(اسماعيل، ٢٠٠٩ : ٣).

والايتام هم الشريحة الضعيفة في المجتمع فهي تحتاج إلى العناية والرعاية ، كما إن غياب الأب له آثار سلبية على العديد من جوانب الشخصية مثل ضعف الثقة بالنفس ضعف الارادة والتحكم اتجاه المواقف الحياتية و ضعف القدرة على بناء علاقات اجتماعية مع الاخرين(صالح، ٢٠٠٠).

والايتام في مرحلة المراهقة هم بحاجة للمساعدة والنصح والإرشاد بسبب التغيرات التي تحدث له على المستوى النفسي والجسمي ، لأجل ذلك فهم يبحثون عن السند النفسي والاجتماعي والعاطفي لدى اقرب الناس لديه وهم الوالدين لكن يصطدم بعدم وجود أحدهما أو كليهما مما يوتر سلباً على شخصيته وسلوكه وقدرته في التحكم في المواقف الحياتية (نادية، ٢٠١٢: ٦).

لقد أصبحت قضية الأيتام قضية تستدعي العناية على مستوى العراق بشكل خاص ، أن كثير من الأسر والأبناء يتعرضون يومياً لفقدان الأب نتيجة تردي الوضع الأمني في البلد وهذه الاعداد بازدياد على اساس أن فقدان العديد من العراقيين في الاعوام الماضية خلف عدداً كبيراً من الايتام ،فقد بينت وزارة التخطيط في بيان نشر في ( ٢٧ / ٧ / ٢٠١٦) عن وجود ( ٦٠٠ ) ألف يتيم في العراق تم تسجيلهم من ( ١٧-٠ ) في العراق عام ( ٢٠١٦ ) ، ( شبكة الأعلام العراقي ) ( [www.nrttv.com](http://www.nrttv.com) ) .

وتعد المرحلة المتوسطة مرحلة تعليمية مهمة لأنها تترك أثراً واضحاً على مستقبل الطالب دراسياً ومهنياً بالإضافة إلى أن المدرسة تعد من أهم المؤسسات المسؤولة عن إعداد الطالب للحياة الأسرية والاجتماعية وتحقق له التكيف والصحة النفسية (الرحيم، ١٩٩٦: ٥).

فالمدرسة في المرحلة المتوسطة بوصفها مؤسسة تربية واجتماعية لها اثر كبير وفاعل لتهيئة الجو الملائم للنمو النفسي والاجتماعي للفرد . كما إن لها الدور الكبير في تعديل السلوكيات غير المرغوب بها والتي يقوم بها الطالب وفي جميع المراحل الدراسية وتكون الحاجة إلى تعديل هذه السلوكيات في المرحلة المتوسطة المتمثلة بمرحلة المراهقة ملحة أكثر من بقية المراحل الدراسية الأخرى (حمزة، ١٩٧٦ : ١٦٤).

ووصفها ستانلي هول (Stanly Hool) بأنها مرحلة تكتنفها الأزمات النفسية وتسود المعاناة والإحباط والقلق والمشكلات وصعوبات التوافق

. (Giddenetal,2005:370)

ومن هنا تتجلى أهمية البحث في الجانبين النظري والتطبيقي:

أولاً: الجانب النظري Theoretical side:

١- من الدراسات العراقية التجريبية الأولى التي تهدف إلى تنمية التحكم الذاتي للطلاب الايتام(على حد علم الباحث).

٢- إضافة علمية جديدة للمكتبة العراقية تتعلق بالتحكم الذاتي.

٣- تثير عناية الباحثين لاهمية دراسة التحكم الذاتي لإجراء المزيد من البحوث العلمية باستعمال أساليب أخرى لتنمية التحكم الذاتي .

### ثانياً: الجانب التطبيقي The practical side :

١- يزود المرشدون التربويون بأداة (مقياس التحكم الذاتي) الذي أعده الباحث لقياس التحكم الذاتي للطلاب الايتام في المرحلة المتوسطة.

٢- يزود المرشدون التربويون ببرنامج إرشادي بأسلوب التحدث مع الذات يؤدي الى تنمية التحكم الذاتي للطلاب الايتام في المرحلة المتوسطة.

٣- الارتقاء بمستوى الطلاب الايتام وتوفير جو دراسي ملائم من خلال تذليل الصعوبات التي يواجهونها.

### ثالثاً : هدف البحث وفرضياته : (The Objectiv of Research hypotheses)

يهدف البحث معرفة أثر البرنامج الإرشادي في تنمية التحكم الذاتي لدى الطلاب الايتام في المرحلة المتوسطة . وذلك من خلال اختبار الفرضيات الآتية :-

١- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ،بين رتب درجات أفراد المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس التحكم الذاتي .

٢- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ، بين رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي و البعدي على مقياس التحكم الذاتي .

٣- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ،بين رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي على مقياس التحكم الذاتي.

**رابعاً : حدود البحث (The Limits of Research):-**

يتحدد البحث بالطلاب الايتام في المرحلة المتوسطة للدراسة الصباحية في المدارس الحكومية لناحية العبارة التابعة للمديرية العامة لتربية محافظة ديالى و للعام الدراسي ( ٢٠١٦ - ٢٠١٧ م ).

**خامساً : تحديد المصطلحات Definition of term :-****أولاً - الأثر The Effect :**

١- الأثر لغةً :هو بقية الشيء والجمع آثار وخرجت في أثره أي بعده ،والتأثير هو أبقاء الأثر. (ابن منظور، ٢٠٠٥، ١٩)

٢- الأثر اصطلاحاً: هو نتيجة الشيء ، وله معان عدة : فهو بمعنى النتيجة ، وهو الحاصل من الشيء ، هو بمعنى العلامة اي السمة الدالة على الشيء وهو ايضاً ما يترتب على الشيء (التهانوي، 1998:87)

**ثانياً:- البرنامج الإرشادي Counseling Program :**

عرفه كل من:-

**١-تايلر (Tyler,1969) :**

هو خدمة يتم تقديمها بغية مساعدة الأشخاص الأسوياء في سبيل اتخاذ قرارات تؤدي إلى نموهم في المستقبل. (Tyler 1969 p:20)

**٢-موراي (Murray 1970) :**

هو مجموعة من النشاطات أو العمليات التي ينبغي القيام بها لبلوغ هدف معين وهدف البرنامج تنظيم العلاقة بين أهداف الخطة ومشروعها وتنفيذها وان هناك اختلافات أساسية بين البرنامج من حيث الهدف ووسائل التنفيذ والظروف المتاحة ( Murray, 1970 , p. 3 )

٣- زهران (١٩٨٠) :

هو برنامج مخطط ومنظم في ضوء أسس علمية ، لتقديم الخدمات الإرشادية المباشرة وغير المباشرة فرديا وجماعيا ، لجميع من تضمهم المؤسسة (المدرسة) مثلا ، بهدف مساعدتهم على تحقيق النمو السوي والقيام بالاختيار الواعي المتعقل ولتحقيق التوافق النفسي داخل المؤسسة وخارجها ، وتقوم بتخطيطه وتنفيذه وتقييمه لجنة وفريق من المسؤولين والمؤهلين (زهران ١٩٨٠ : ٤٣١) .

٤- بوردر (Border&Dryra, 1992) :

مجموعة من الأنشطة يقوم بها المسترشدون في تفاعل وتعاون بما يعمل على توظيف طاقاتهم وامكانياتهم فيما يتفق مع ميولهم وحاجاتهم واستعداداتهم في جو يسوده الأمن والطمأنينة وعلاقة الود بينهم وبين المرشد (Border & Dryra 1992, p462) .

٥- الريحاني (٢٠١٠) :

بأنه مجموعة من الخطوات المحددة والمنظمة تستند في أساسها الى نظريات وفنيات مبادئ الإرشاد النفسي ، وتتضمن مجموعة من المعلومات والخبرات والمهارات والأنشطة المختلفة التي تقدم للأفراد خلال مدة زمنية محددة بهدف مساعدتهم في تعديل سلوكياتهم وإكسابهم سلوكيات ومهارات جديدة تؤدي بهم إلى تحقيق التوافق النفسي وتساعدهم في التغلب على المشكلات التي يعانونها في معترك الحياة (الريحاني ، ٢٠١٠ : ٢٨٣) .

\* التعريف النظري للبرنامج الإرشادي :

لقد تبني الباحث تعريف (Border&Dryra1992) وذلك لاعتماده نموذجاً في تخطيط البرنامج الإرشادي.



## \* التعريف الإجرائي للبرنامج الإرشادي:

هو مجموعة الأساليب والإجراءات والفنيات التي تتمثل في محتويات الجلسات الإرشادية التي وضعها الباحث من أجل مساعدة الطلاب الأيتام الذين يعانون من انخفاض مستوى التحكم الذاتي الذي أظهرته درجاتهم على مقياس التحكم الذاتي .

## ثالثاً: - اسلوب التحدث مع الذات Self-Talk

## عرفة كل من

١- (Meichenbaum ,1974)

(ويقصد به الكلام الداخلي أو الذاتي الذي يقلل من آلية النشاط السلوكي غير المتوافق ويزودنا بأساس لتقديم سلوك جديد متوافق) (باترسون، ١٩٩٠: ١٢٢).

١- Taylor(2008)

حوار داخلي يقول الأشخاص اثناءه لأنفسهم أشياء قد تمنعهم أو تساعدهم على القيام بالعادات الصحية المناسبة (Taylor،2008 :901).

٢- (ظافر، ٢٠٠٩)

تعديل التعليمات الذاتية (ما يقوله الفرد لنفسه) الذي ينتج عنه سلوك متوافق بدلاً من السلوك غير المتوافق، إذ يتمكن الفرد من التعامل مع المواقف والمشكلات التي يواجهها (ظافر: ٢٠٠٩، ١١).

٣- (كرم الله، ٢٠١٠)

أحد الأساليب الإرشادية التي تستعمل الحوار الداخلي أو التعليمات الذاتية في مناقشة الذات في محاولة لإيجاد الاستجابة المناسبة للموقف (كرم الله: ٢٠١٠، ١٣).

## \* ويعرفه الباحث نظرياً:

لقد تبنى الباحث تعريف (Meichenbaum, 1974) لأنه تعريف الاسلوب الذي  
تبناه الباحث في بناء البرنامج الارشادي.

## \* التعريف الإجرائي للباحث:

وهو أسلوب إرشادي يتضمن مجموعة من الفنيات والأنشطة المنتظمة في استراتيجيات  
الجلسات الإرشادية المستخدمة لأغراض انجاز هذا البحث.

## رابعاً: - التحكم الذاتي Self\_Control :

عرفه كل من :-

## ١- موسوعة علم النفس ١٩٧٧:

السيطرة التي يمارسها الفرد على مشاعره ودوافعه وأفعاله بحيث يكون قادراً على التحكم  
بها وتوجيهها وفقاً لإرادته كما يتسنى له أن يدرس عواقبها ويتحسب للمضاعفات التي قد  
تنجم عنها (رزوق: ١٩٧٧، ١٧٨)

## ٢- باندورا (Bandura, 1977):

هو السيطرة على الاستجابات الانفعالية والفسولوجية باستخدام الاساليب المعرفية  
وعبارات الذات (Self\_Statement)، (Bandura, 1977).

## ٣- قاموس أوكسفورد Oxford 2000:

هو القدرة على السيطرة على السلوك الذاتي أو عدم أظهر المشاعر: oxford: 2000: (1066).

## ٤- حنتول (٢٠٠٤)

قدرة الفرد على التعامل الفاعل المتزن حيال المواقف الضاغطة ، والقدرة على تحقيق التوازن الفاعل بين اندفاعاته الداخلية والخارجية (حنتول : ٢٠٠٤ ، ١١) .

## \* ويعرفه الباحث نظرياً:

اعتمد الباحث تعريف باندورا (Bandura,1977) تعريفاً نظرياً للتحكم الذاتي، كما تم اعتماد نظريته.

## \* التعريف الإجرائي:

الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب خلال إجابته عن فقرات مقياس التحكم الذاتي الذي أعده الباحث لهذا الغرض.

## خامساً: - الأيتام Orphans :

## عرفة كل من :-

## ١- التميمي (٢٠٠٨):

الشخص الذي فقد والده أو كليهما بالوفاة أو الفقدان ، وينتمي الى احد المؤسسات التربوية التي تشرف عليها وزارة التربية في العراق ( التميمي : ٢٠٠٨ ، ١٤ ) .

## ٢- الحصيني (٢٠٠٩):

الفرد الذي فقد احد والديه او كليهما بسبب الموت او الطلاق او عدم الاهلية ، ويسكن في دور الدولة التي تشرف عليها وزارة العمل والشؤون الاجتماعية ومستمر على الدراسة في المدرسة الابتدائية ( الحصيني : ٢٠٠٩ ، ١٤ ) .



سادساً: - المرحلة المتوسطة:

تعريف وزارة التربية العراقية (١٩٨٨):

وهي المرحلة الدراسية التي تلي المرحلة الدراسية الابتدائية وتسبق الدراسة الإعدادية، وتضم ثلاث صفوف (الأول، والثاني، والثالث) ويتراوح أعمار الطلبة ما بين ١٢-١٥ (وزارة التربية ، ١٩٨٨ : ٩١).