

المؤتمر العلمي الأول

لطلاب المرحلة الجامعية والدراسات العليا
الجامعة الأسمرية الإسلامية 1445هـ - 2023م



فاعلية برنامج العلاج النفسي السلوكي الجماعي في خفض درجة الشعور بالوحدة النفسية لدي عينه من طالبات التربية الخاصة

حنان بلعيد المزعوق* و فتحية بن خير

قسم التربية الخاصة، كلية العلوم الإنسانية-بنات، الجامعة الأسمرية الإسلامية، زليتن، ليبيا.

*البريد الإلكتروني: hannanbelied@gmail.com

The Effectiveness of a Group Behavioral Psychotherapy Program in Reducing the Level of Psychological Loneliness among a Sample of Special Education Female Students

Hannan Belied Al-Mazouq* and Fathia Ben Khair

Department of Special Education, Faculty of Human Science – Girls, Alasmariya Islamic University, Zliten, Libya.

الملخص

هدفت الدراسة إلى إعداد برنامج علاجي سلوكي، وتحديد فاعليته في خفض الشعور بالوحدة النفسية لدى طالبات التربية الخاصة في كلية العلوم الإنسانية في الجامعة الأسمرية الإسلامية، في مدينة زليتن في الفترة من (2022/11/17 - 2023/01/19) والتعرف على الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الوحدة النفسية، وتكونت العينة الأساسية من (16) طالبة من قسم التربية الخاصة مقسمة بالتساوي بين المجموعتين التجريبية والضابطة، استخدمت الباحثتان في هذه الدراسة المنهج التجريبي كما استخدمتا مقياس الوحدة النفسية والبرنامج الإرشادي السلوكي وقد خلصت الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعتي الدراسة، بناء عليه لم تظهر فروق بين المقياس القبلي والبعدي للمجموعتين. وقد يعزى عدم فاعلية البرنامج إلى حذف العديد من فقرات المقياس و كان قرار الحذف من المشرف والمحكمين أو عدم صدق إجابات العينة.

الكلمات الدالة: برنامج العلاج السلوكي، التربية الخاصة، الوحدة النفسية.

Abstract

The study aimed to develop a behavioral therapeutic program and determine its effectiveness in reducing the feeling of psychological loneliness among female students of Special Education at the Faculty of Human Science for Girls, Alasmariya Islamic University, in the city of Zliten, during the period from November 17, 2022, to January 19, 2023. It



also sought to identify the differences between the experimental and control groups in psychological loneliness. The main sample consisted of 16 female students from the Department of Special Education, equally divided between the experimental and control groups. The researchers adopted the experimental method and employed the Psychological Loneliness Scale and the Behavioral Counseling Program. The study concluded that there were no statistically significant differences between the two groups. Accordingly, no differences appeared between the pre- and post-test results of the two groups. The lack of effectiveness of the program may be attributed to the deletion of several items from the scale—based on the decision of the supervisor and the evaluators—or to the lack of validity in the participants' responses.

Keywords: Behavioral Therapy Program, Special Education, Psychological Loneliness.

1. المقدمة

أنعم الله على الإنسان نعماً كثيرة لا يستطيع حصرها مهما حاول، ومن هذه النعم نعمه الصحة والعافية، ولا شك أن صحة النفس لا تقل عن صحة الجسد أو العقل، ولكن في ظل التطورات والتغيرات التي يعيشها الإنسان في مختلف مجالات الحياة، وما يواجهه الفرد من مشكلات وضغوط مختلفة أثر ذلك على طبيعته المستقرة وحياته الهادئة.

فإن الإنسان أصبح يعيش في عصر من القلق والخوف K وفي خضم من الصراعات المستمرة والمتداخلة بغية تحقيق التوازن والاستقرار محاولاً أن يقوم بما في وسعه من إمكانيات، وفي حال عدم قدرته على تحقيق رغباته فإنه يشعر بالعزلة ويفتقد التواصل والشعور بالانتماء مع الآخرين فيعيش في عزلة وبعيداً عن حوله، ويكون ذلك مؤشراً لبداية مشكلة نفسية وهي الشعور بالوحدة النفسية. في ظل التغيرات السريعة وضغوط الحياة، يواجه الأفراد تحديات نفسية واجتماعية تؤثر على شعورهم بالانتماء والتواصل. تعد الوحدة النفسية من أبرز هذه المشكلات، خاصة لدى الطالبات الجامعيات، لما لهذه المرحلة من حساسية وتأثير على الصحة النفسية والسلوك الاجتماعي. وتبرز أهمية التدخلات العلاجية السلوكية الجماعية كأحد الأساليب المساندة للتخفيف من حدة هذه الظاهرة.

1.1. مشكلة الدراسة

تزايدت المشكلات النفسية لدى الأفراد ولا سيما لدى فئة المراهقين الذين يواجهون صعوبات كبيرة في التكيف وإقامة علاقات اجتماعية سليمة ومتوافقة والسبب يعود لحساسية هذه المرحلة كونها مرحلة انتقالية يواجه فيها الفرد تغيرات عقلية واجتماعية، عندما يفشل البعض في تحقيق التوافق والتوازن في هذه المرحلة فإن ذلك يؤدي إلى التعرض إلى العديد من المشكلات والأعراض المرضية.



تتمثل مشكلة الدراسة في ارتفاع معدلات الشعور بالوحدة النفسية لدى بعض طالبات التربية الخاصة، وتأثير ذلك على سلوكياتهن وتحصيلهن الأكاديمي.

2.1. تساؤلات الدراسة

- هل تؤثر الوحدة النفسية على عطاء الطالبات و على سلوكياتهن و العلاقات الاجتماعية.
- ما مدى فاعلية البرنامج العلاجي السلوكي الجماعي لخفض الشعور بالوحدة النفسية؟
- ما مدى استجابات الطالبات لبرنامج الجلسات العلاجية؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية؟
- هل توجد مصداقية لدى الأفراد الذي يعانون من الوحدة النفسية عند ملئهم للاستبيان الخاص بالوحدة النفسية؟

3.1. أهداف الدراسة

تهدف الدراسة إلى:

- قياس مستوى الوحدة النفسية لدى الطالبات.
- اختبار فاعلية برنامج علاج سلوكي جماعي في خفض الوحدة النفسية.
- مقارنة نتائج المجموعتين الضابطة والتجريبية.

4.1. أهمية الدراسة

تستمد الدراسة الحالية أهميتها النظرية والتطبيقية من حيث أهمية الموضوع الذي تتصدى له والمتعلق بتخفيف حدة الشعور بالوحدة النفسية. إن هذه الدراسة تتماشى مع روح العصر الذي نعيشه ونحياه والذي يتسم بمجموعة من التغيرات السريعة والمتلاحقة التي تعجز إمكانياتنا المحدودة عن مسايرتها أو ملاحقتها، حيث يمثل الشعور بالوحدة النفسية أحد أبرز الظواهر النفسية المنتشرة في حياة الإنسان في الوقت الراهن. وتؤكد الدراسات على أن الشعور بالوحدة النفسية قد مر به معظم الناس في فترة ما بين فترات حياتهم لسبب أو لآخر، علاوة على كون الشعور بالوحدة النفسية يمثل مشكلة هامة وخطيرة لدى نسبة لا تقل عن (66%) لدى طالبات المدارس المتوسطة و الثانية هذا كمثل.

5.1. مصطلحات الدراسة

فاعلية (التعريف الإجرائي لها): هي المقدرة على تحصيل النتيجة المطلوبة والمبتغاة والمتوقعة، كما تعرف الفاعلية بأنها درجة أو مستوى تحقيق الأهداف وبصورة أكثر تحديداً إنها نسبة الهدف المتحقق



إلى الهدف المخطط أو المرسوم مسبقاً، وتعرف الفاعلية بأنها أداء الأعمال الصحيحة وهي مدى صلاحية العناصر المستخدمة للحصول على النتائج المطلوبة، فهي العلاقة بين نوع العناصر وليس كميتها. التعريف الإجرائي للبرنامج العلاجي السلوكي: هي مجموعة من الخطوات العلمية المنظمة التي تسير وفق تسلسل منطقي، بهدف تقديم خدمات علاجية فعالة للمريض، وتتحدد خطوات كل برنامج من خلال الإطار النظري للجلسات العلاجية التي سوف يتبعها المعالج، ويعرف أيضاً بأنه طريقة علاجية تعتمد على الحديث بين المريض والمعالج وذلك بهدف التغلب على المشاكل عن طريق تغيير طريقة التفكير والتصرف.

الشعور بالوحدة النفسية: هو حالة من الاحتياج إلى اتصال عميق وليس سطحيًا وهو حالة نفسية. ويعرفها الأنور (2001) بأنها خبرة مؤلمة يعيشها الفرد نتيجة لفقدان الحب والاهتمام من الآخرين ويظهر عند تقييمه لعلاقاته بهم خاصة وقت الحاجة إليهم.

العينة: هي مجموعة جزئية يختارها الباحث من مجتمع البحث، بحيث تعبر عنه وتحمل نفس خصائصه ويكون الهدف من اختيارها هو الحصول على بيانات ومعلومات ترتبط بمجتمع الدراسة، ويقصد بعينة البحث العلمي أنها مجموعة جزئية من مجتمع الدراسة الأصلي يقوم الباحث باختيارها بطريقة مناسبة و من ثم يقوم بإجراء الدراسة عليها و الاستعانة بجميع النتائج التي تحصل عليها من واقع الدراسة .

التربية الخاصة: هي مجموعة من البرامج والخطط والاستراتيجيات المصممة خصيصاً لتلبية الاحتياجات الخاصة بذوي الاحتياجات الخاصة الغير عاديين، وتشمل طرائق تدريس وأدوات ومعدات خاصة بالإضافة إلى خدمات مساندة.

2. منهجية البحث وإجراءاته

1.2. منهج البحث

تتطلب طبيعة الدراسة الحالية استخدام المنهج التجريبي وذلك للتعرف على فاعلية برنامج العلاج السلوكي الجماعي لخفض الشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من طالبات التربية الخاصة، واعتمدت الباحثتان على استخدام (المقياس القبلي، المقياس خلال البرنامج، المقياس البعدي).

ويعرف المنهج التجريبي بأنه الطريقة الأمثل لهذه الدراسة ويتم ذلك من خلال مجموعة من الأدلة التجريبية، ويعتبر هذا المنهج أسلوباً يمكن من خلاله الحصول على قدر كافٍ من المعرفة، وبإمكانك أن تحصل على المعلومات التي ترغب بها من خلال الرصد أو عن طريق التفاعل الإيجابي.



اعتمدت الدراسة المنهج التجريبي، واشتملت العينة على 16 طالبة تم تقسيمهن إلى مجموعتين متساويتين. استخدمت أداة مكونة من 32 فقرة تغطي أبعاد الثقة بالنفس، والخوف من الآخرين، وضعف التفاعل الاجتماعي. تضمن البرنامج جلسات علاجية جماعية تعتمد على الحوار، وتمارين تعزيز الثقة، والتدريب على مهارات التواصل.

2.2. مجتمع البحث

تكون مجتمع البحث من طالبات قسم التربية الخاصة، كلية العلوم الإنسانية للبنات، الجامعة الأسمرية الإسلامية، الواقعة بمدينة زليتن.

3.2. عينة البحث

تم الاعتماد في هذا البحث الذي اعتمد المنهج التجريبي على عينة المجموعة، حيث تكونت عينة البحث من (16) طالبة وتم تقييم العينة حسب ما يقتضيه المنهج التجريبي إلى مجموعتين، ضابطة وتجريبية وتكونت العينة الضابطة من (8) طالبات، وتكونت العينة التجريبية من (8) طالبات، حيث تم اختيار العينة بشكل قصدي أي تم اختيار العينة بالطريقة القصدية.

4.2. أداة البحث

قامت الباحثتان باستخدام مقياس الشعور بالوحدة النفسية من إعداد (راسيل Russel) تعريب وتقنين الدسوقي (1998)، واستخدمت الباحثتان مقياس الشعور بالوحدة النفسية المتكون من (32) فقرة موزعة على الأبعاد التالية: البعد الأول (عدم الثقة بالنفس)، البعد الثاني (الخوف من الآخرين والمجتمع)، البعد الثالث (عدم التفاعل الاجتماعي). وقد تم استخدام مقياس ليكارت الرباعي لقياس استجابات المبحوثين لفقرات الاستبيان، وقد تحققت الباحثتان من ثبات استمارة استبيان الدراسة من خلال معامل (ألفا كرونباخ α) باستخدام برنامج SPSS.

تصحیح المقياس تقع الإجابة على فقرات المقياس في أربع مستويات هي: أبداً (1)، نادراً (2)، أحياناً (3)، دائماً (4).

صدق المحكمين: تم عرض المقياس في صورته الأولى من (50) فقرة على مجموعة من أساتذة الجامعة المتخصصين في هذا المجال وعددهم (5) حيث قاموا بإبداء آرائهم، وملاحظاتهم حول مناسبة فقرات المقياس للغرض من تصميمه، وكذلك وضوح صياغته اللغوية وفي ضوء تلك الآراء تم استبعاد بعض الفقرات وإضافة فقرات أخرى وتعديل بعضها الآخر ليصبح عدد الفقرات (32) فقرة.

5.2. برنامج العلاج بالجلسات

استخدمت الباحثتان برنامج من إعداد مصطفى (2012)، وقد تم بناء البرنامج وفق نظرية الإرشاد الوجودي لـ(فرانكل). إن الهدف العام من البرنامج هو تنظيم العلاقة بين أهداف الخطة ومشروعها،



أما الهدف الخاص فهو معرفة أثر البرنامج الإرشادي في خفض الشعور بالوحدة النفسية، و الهدف من الدراسة هو خفض الشعور بالوحدة النفسية باستخدام برنامج علاجي سلوكي جماعي، وقد اطلعت الباحثتان على مجموعة من الدراسات التي لها نفس الاهتمام.

6.2. الهدف من البرنامج

يهدف هذا البرنامج العلاجي السلوكي الجماعي إلى إزالة أخطاء التفكير أو التشوهات المعرفية بحيث يمكن للمسترشدين العمل بشكل أكثر فاعلية ويتم ذلك عن طريق معالجة المعلومات والسلوكيات غير المتكيفة لديهم فيقوم المرشد او المعالج بتزويدهم بالمهارات اللازمة التي من شأنها أن تساعدهم على المشكلات المستقبلية وذلك من خلال جلسات علاجية سلوكية تتضمن أسئلة وحوارات بين المرشد والمجموعة وواجبات منزلية ومواجهة الخوف وطرح العيوب والمزايا والمقارنة بينهما والتدريب على التخيل والتعزيز المعنوي والمادي.

7.2. مصادر بناء البرنامج

تم بناء برنامج الدراسة في ضوء المصادر الآتية:

- نتائج الدراسات السابقة ذات الصلة بالوحدة النفسية.
- نتائج الدراسات السابقة ذات الصلة بالعلاج بالجلسات.
- الاطلاع على بحوث ودراسات ذات صلة بفاعلية البرنامج العلاجي السلوكي الجماعي.

8.2. الأسس التي يقوم عليها البرنامج

الأساس العام: يركز البرنامج الحالي على الاضطراب السلوكي وهو الشعور بالوحدة النفسية الذي تعاني منه بعض الطالبات المستجدات والذي يؤثر على تفاعلهم مع زميلاتهن وأقاربهن والتكيف مع المجتمع.

الأسس النظرية: لكل فتاة طبيعتها وسماتها الخاصة بها التي تميزها عن غيرها من الفتيات الأخريات وهذا ما يجعلها تحتاج إلى تدعيم الثقة بالنفس لديها، وكيف تكون عضواً فعالاً في مجتمعها ولعل ذلك يعود للبيئة التي نشأت فيها كل فتاة سواء البيئة الأسرية أو الاجتماعية أو الاقتصادية أو التعليمية، وهذا ما أدى إلى اختلاف مستويات الوحدة النفسية لديهم، ومن خلال الاطلاع على نظريات العلاج السلوكي نجد أن هناك العديد من الطرق والأساليب والبرامج التي تساعد في خفض الشعور بالوحدة النفسية لدى هؤلاء الطالبات.

9.2. الأهداف الإجرائية من البرنامج

- تنمية الثقة بالنفس.



- تنمية مهارة التواصل بالآخرين.
- مساعدة الطالبة على فهم نفسها فهماً كاملاً.
- يساعد البرنامج في وضع حلول للمشاكل التي تتعرض للفرد.
- مساعدة الطالبة كي تكون قادرة على توجيه نفسها بنفسها.

3. النتائج والمناقشة

من خلال هذه الدراسة وعينة البحث للمجموعتين الضابطة والتجريبية والمقارنات اتضح ما يلي:

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط المجموعة التجريبية ومتوسط المجموعة الضابطة لاستجابات الطالبات في الاختبار القبلي لمستوى الشعور بالوحدة.
 - عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط المجموعة التجريبية ومتوسط المجموعة الضابطة لاستجابات الطالبات في الاختبار البعدي لمستوى الشعور بالوحدة.
 - عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لاستجابات الطالبات لمستوى الشعور بالوحدة.
 - عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة لاستجابات الطالبات لمستوى الشعور بالوحدة.
- أظهرت التحليلات الإحصائية عدم وجود فروق ذات دلالة بين المجموعتين أو بين القياسات القبلي والبعدي، مما يشير إلى أن البرنامج لم يكن فعالاً إحصائياً في خفض الوحدة النفسية. ومع ذلك، لاحظت الباحثتان تحسناً سلوكياً ونفسياً لدى بعض الطالبات في المجموعة التجريبية، مما قد يعكس تأثيرات غير قابلة للقياس الكمي.

تُعزى هذه النتائج لصغر حجم العينة وعدم الصدق في الإجابة على فقرات المقياس ولضغط فترة الامتحانات على الرغم من أن الجلسات العلاجية كانت لها نتائج جوهرية وواضحة اتضحت على أفراد المجموعة التجريبية سواء سلوكياً أو نفسياً أو اجتماعياً فهناك أفراد منهم تعززت لديهم الثقة بالنفس وكان ذلك ملحوظاً من قبل الباحثتان والأهل ومن لهم علاقة بأفراد المجموعة ومن أفراد المجموعة أنفسهم وقد كانت نتائج البرنامج المطبق مرضية للباحثة وللمجموعة .

4. الاستنتاجات



خلصت الدراسة إلى أن البرنامج العلاجي لم يحقق فروقاً ذات دلالة إحصائية، لكن الملاحظات الميدانية تشير إلى تأثيرات إيجابية محتملة. توصي الباحثتان بإعادة تصميم البرنامج مع زيادة مدة التطبيق، وتحسين أداة القياس، وإجراء الدراسات على عينات أكبر.

المراجع

- الأنور، محمد الشبراوي (2001). *سن النضج الجنسي وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية لدى المراهقين*. الهيئة المصرية العامة للكتاب.
- الدسوقي، مجدي محمد (1998). *مقياس الشعور بالوحدة النفسية: دليل التعليمات*. مكتبة الأنجلو المصرية.
- مصطفى، ضفاف عدنان (2012). *أثر برنامج إرشادي لتخفيف العزلة الاجتماعية لدى طالبات المرحلة المتوسطة*. *مجلة الأستاذ للعلوم الإنسانية والاجتماعية*، 203، 1369-1391.