

فَعَالِيَتْرَبْنَاجِحِ إِشَارِي

لتنمية الثقة بالنفس لدى زوار

وحدة الزائر الصغير بالحرم المكي الشريف

إعداد

ناصر بن نايف البقمي

The activities of a guiding program for the development of self-confidence among the visitors coming to the section of the Young Visitor at the Sacred Mosque in Makkah.

Prepared by Nāsir ibn Nāyef al-Baqmi

ملخص البحث

عنوان البحث: فعالية برنامج إرشادي لتنمية الثقة بالنفس لدى زوار وحدة الزائر الصغير بالحرم المكي الشريف.

هدفت الدراسة إلى تقصي فعالية برنامج إرشادي لتنمية الثقة بالنفس لدى زوار وحدة الزائر الصغير بالحرم المكي الشريف؛ وذلك من خلال التعرف على الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية، والضابطة في القياس البعدي على مقياس الثقة بالنفس، وكذلك خلال التعرف على الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية، والضابطة في القياس التبعي على مقياس الثقة بالنفس، وتكونت عينة الدراسة من (١٢) زائر لهذه الوحدة، تم تقسيمهم إلى مجموعتين: مجموعة تجريبية تتكون من (٦) تلاميذ، والأخرى ضابطة تتكون من (٦)، وأهم ما توصلت إليه نتائج الدراسة هو وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد المجموعة التجريبية، والضابطة في القياس البعدي على مقياس الثقة بالنفس لصالح المجموعة التجريبية، كما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد المجموعة التجريبية في القياس التبعي على مقياس الثقة بالنفس.

الكلمات المفتاحية: البرنامج الإرشادي-الثقة بالنفس



Abstract

Research Title: The effectiveness of a counseling program to develop self-confidence among visitors to the Young Visitor Unit in the Holy Mosque of Mecca.

The study aimed to investigate the effectiveness of a counseling program to develop self-confidence among visitors to the Young Visitor Unit in the Holy Mosque of Mecca, by identifying the differences with statistical significance between the average ranks of the members of the experimental group and the controls in the dimensional measurement on the scale of self-confidence, as well as by identifying the differences Statistical significance between the mean levels of the scores of the members of the experimental group and the control group in the successive measurement on the scale of self-confidence, and the most important findings of the study results is the presence of statistically significant differences between the average ranks of the degrees of the members of the experimental group and the control in the post measurement Li measure of self-confidence for the experimental group, and there are statistically significant differences between the averages of the experimental group arranged in the iterative measurement on the scale of self-confidence.

Key words: counseling program, self-confidence.

المُقَدِّمَةُ

يظل الحرم المكي رمز الأمة الإسلامية، حاملاً في كيانه بُعداً ثقافياً خاصاً، محتلاً مكان الصدارة من اهتمامات المسلم، يظل حاضراً في وجدانه وضميره على الدوام، كما خصه وميزه سبحانه وتعالى بعدد من الخصائص عن غيره من الأماكن، فهو أول بيت وُضِع للناس على وجه الأرض، والصلاة فيه أفضل من مائة ألف صلاة فيما سواه من المساجد، وهو الموضع الذي اختاره سبحانه وتعالى على نسق البيت المعمور في السماء حتى يطوف الناس به كما تطوف به الملائكة.

وللحرم مكانة عظيمة ليس فقط في الإسلام، بل على مدار التاريخ؛ حيث يُعتبر أكثر الأماكن كثافة وازدحاماً في العالم؛ إذ يصل تعداد الأشخاص في المتر المربع الواحد إلى سبعة أشخاص حسب ما تشير إليه الإحصائيات، وهذا دال على وجود أدبيات ومهارات ينبغي على كل فرد من القاصدين والعاملين في الحرم المكي الشريف الالتزام بها لاستشعار عظمة المكان، والرفع من حرمة بيت الله الحرام.

كما أن الحرم يقصده سنوياً الملايين من المسلمين المختلفين في أطباعهم وعاداتهم وميولهم واتجاهاتهم، بل حتى قدرتهم في مهارات التعامل مع بني جنسه؛ حيث هناك فروق فردية بينهم، وأن التعامل مع قاصدي الحرم المكي الشريف تتطلب معرفة ومرونة ودراية بالميول والاتجاهات، وفهم المشاعر وتقبل الاقتراحات والانتقادات من الآخرين، كما تتطلب أيضاً

مهارات إنسانية في كيفية التعامل مع الآخرين بشكل مباشر أو غير مباشر؛ لأن هؤلاء القاصدين مختلفين في تصرفاتهم وردود أفعالهم طبقاً للمواقف التي يتعرضون لها، مما يجعل القائمين على خدمتهم يتعرضون بدورهم إلى ردود أفعال من هؤلاء القاصدين.

ولأن الباحث أحد منسوبي الحرم المكي الشريف؛ فقد لامس عن قرب أهمية التعامل مع زوار وحدة الزائر الصغير ودوره في رفع مستوى الثقة بالنفس بما يعود بالنفع إلى المجتمع في تعظيم بيت الله الحرام، ف جاءت هذه الدراسة لتقديم فعالية برنامج إرشادي لتنمية الثقة بالنفس لدى زوار وحدة الزائر.

والثقة بالنفس والنجاح وجهان لعملة واحدة، ولا يمكن أن نذكر النجاح دون أن نؤكد على أن هذا الإنسان الناجح يتصف بثقته بنفسه، كما لا يمكن أن نقول أن هناك إنساناً فاشلاً يتمتع بثقته في نفسه، فالثقة بالنفس هي السبب الأول للنجاح في الحياة، لأنها تعني اتخاذك مواقف إيجابية في حياتك. (الأقصري، ٢٠٠١: ١٨).

مشكلة الدراسة:

من خلال عمل الباحث في بيئة الحرم المكي الشريف شاهد عن قرب أهمية وعظمة هذا البيت الحرام؛ حيث شاهد دور منسوبيه في تقديم الخدمات طوال أيام السنة من أجل استشعار وممارسة الشعائر الدينية للقاصدين من الحجيج والزوار والمعتمرين في شت بقاع الأرض.

وهذا مؤشر على أن بيئة الحرم تختلف عن غيرها من البيئات الأخرى، بحكم أن قاصديه مختلفين بِسِمَاتِهِم الشخصية والاتجاهات والميول والعادات والتقاليد، وهذا يتطلب تقديم خدمات تتماشى مع الخطط والمعايير المتفقة عليها من قبل القيادة بما يتناسب مع المستفيدين من هذه الخدمات.

ونظراً لأهمية دور منسوبي الحرم المكي الشريف في تقديم هذه الخدمات من أجل توفير سبل الراحة لهؤلاء القاصدين، وما يتعرضون له في التعامل مع الكثافة البشرية لزوار بيت الله الحرام من ضغط نفسي وجسدي، كان من الأهمية تنمية وتحسين مهارات الثقة بالنفس لدى زوار وحدة الزائر الصغير، ورفع شأن الخدمة المقدمة لقاصدي بيت الله.

وبالتالي فإن الباحث أستوضح من خلال عمله في الحرم المكي الشريف أن هناك حاجة إلى وجود برامج خاصة لدى وحدة الزائر الصغير في تعريفهم لهؤلاء القاصدين عظمة هذا البيت وتنمية مهاراتهم الحياتية.

ومن خلال إحساس واستشعار الباحث أهمية وجود برامج ترفع من مستوى مهارات الحياة اليومية والثقة بالنفس مع قاصدي هذه الوحدة، تم إجراء استطلاع شفوي مع بعض هؤلاء القاصدين في كيفية التعامل وحسن المعاملة وضبط النفس عند الغضب، وتبين لدى الباحث من خلال الاستطلاع أن كثيراً من هؤلاء الأطفال لم يكن لديهم توكيداً لذواتهم.

ويرى الباحث من خلال عمله وما يلامسه عن قرب أهمية تنمية الثقة

بالنفس، أن إجراء مثل هذه الدراسة يُعد خطوة جيدة في الرفع من مستوى الثقة بالنفس لدى زوار وحدة الزائر، وتقديم الخدمات التي تنعكس على القاصدين في الاستجابة والتقبل، وأن النتائج التي سيتوصل إليها الباحث يمكن أن تساهم في إضافة فائدة للمؤسسات المشاركة في تقديم الخدمات للحرم المكي الشريف ومعهد الحرم المكي.

تتلور مشكلة الدراسة الحالية في الإجابة على التساؤل الرئيسي التالي:

ما فعالية البرنامج الإرشادي في تنمية الثقة بالنفس لدى زوار وحدة الزائر الصغير في الحرم المكي الشريف.

ويتفرع من هذا السؤال الرئيسي عدد من الأسئلة:

١. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية والضابطة على مقياس الثقة بالنفس لزوار وحدة الزائر الصغير لصالح المجموعة التجريبية؟

٢. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات القياس القبلي والقياس البعدي على مقياس الثقة بالنفس لزوار وحدة الزائر الصغير لصالح القياس البعدي لدى المجموعة التجريبية؟

٣. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات القياس البعدي والقياس التبعي على مقياس الثقة بالنفس لزوار وحدة الزائر الصغير لصالح القياس التبعي لدى المجموعة التجريبية؟

فروض الدراسة:

١. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب أفراد المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس الثقة بالنفس لصالح المجموعة التجريبية.
٢. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب أفراد المجموعة التجريبية القياسيين القبلي والبعدي على مقياس الثقة بالنفس لصالح القياس البعدي.
٣. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب أفراد المجموعة التجريبية في القياسيين البعدي والتبعي على مقياس الثقة بالنفس.

أهداف الدراسة:

- تهدف الدراسة الحالية إلى معرفة الباحث ما درجة فاعلية البرنامج الإرشادي في تنمية الثقة بالنفس لدى زوار وحدة الزائر الصغير في الحرم المكي الشريف.
- ويسعى الباحث في تحقيق الهدف الرئيسي بتحقيق الأهداف الفرعية التالي:

١. الكشف عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية والضابطة على مقياس الثقة بالنفس لزوار وحدة الزائر الصغير بالحرم المكي الشريف لصالح المجموعة التجريبية.

٢. الكشف عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات القياس القبلي والقياس البعدي على مقياس الثقة بالنفس لزوار وحدة الزائر الصغير بالحرم المكي الشريف لصالح القياس البعدي لدى المجموعة التجريبية.

٣. الكشف عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات القياس البعدي والقياس التبعي على مقياس الثقة بالنفس لزوار وحدة الزائر الصغير بالحرم المكي الشريف لصالح القياس التبعي لدى المجموعة التجريبية.

أهمية الدراسة:

الأهمية النظرية:

١. إسهام الدراسة الحالية في إثراء الجانب النظري بما يتعلق بالمهارات الاجتماعية.

٢. إسهام الدراسة الحالية الى تنمية الثقة بالنفس؛ حيث إنها تعد من واحد من الدراسات المهمة في تناولها لمواضيع متعلقة بالإرشاد النفسي داخل الحرم المكي الشريف - على حسب علم الباحث -، كما أن البحوث الأخرى التي أجريت داخل الحرم المكي الشريف لم تتطرق لمثل هذه المواضيع التي تتعلق بالإرشاد النفسي.

الأهمية التطبيقية:

تتمثل الأهمية التطبيقية في:

١. أن الدراسة سوف تساهم في تعريف منسوبي الحرم المكي الشريف الذين لهم احتكاك مباشر مع الجمهور ومع الأطفال بشكل خاص بما ينعكس

على عملهم، وفاعلية تقديم الخدمات بصفة عامة من نتائج إيجابية في حال استخدام الأسلوب الأمثل في تعاملهم مع الجمهور.
٢. تدريب الأطفال على القيام بالأنشطة المتنوعة.

حدود الدراسة:

١. الحدود الموضوعية:

يقتصر موضوع الدراسة الحالية على تطبيق برنامج إرشادي مقترح لتنمية الثقة بالنفس لدى زوار وحدة الزائر الصغير بالحرم المكي الشريف.

٢. الحدود المكانية:

تم اختيار العينة من زوار وحدة الزائر الصغير بالحرم المكي الشريف.

٣. الحدود الزمانية:

تم تطبيق البرنامج خلال الفصل الدراسي الثاني من عام ١٤٣٨هـ - ١٤٣٩هـ على العينة الأساسية في الدراسة الحالية خلال أسبوع.

مصطلحات الدراسة:

ترسى الدراسة الحالية على بعض المفاهيم الأساسية:

البرنامج الإرشادي (Program):

يُعرف البرنامج بأنه «مخطط منظم في ضوء أسس علمية لتقديم الخدمات الإرشادية المباشرة وغير المباشرة فرديًا وجماعيًا لجميع ما تشملهم المدرسة

بهدف مساعدتهم على تحقيق النمو السوي» (زهران ٢٠٠٥: ٤٩٩).

التعريف الإجرائي:

الإرشاد الذي يتبعه الباحث في تطبيقه للبرنامج الإرشادي مستخدم مقياس يقيس الثقة بالنفس.

الثقة بالنفس (Self-confidence):

يعرف الغامدي (٢٠٠٩) الثقة بالنفس على أنها مدى إدراك الفرد لكفاءته ومهاراته وقدراته الجسمية والنفسية والاجتماعية واللغوية التي من خلالها يتفاعل بفاعلية مع المواقف المختلفة التي يتعرض لها في الحياة.

ويعرف (2004) couch مفهوم الثقة بالنفس بأنها عبارة عن سلوكيات لفظية وغير لفظية محددة ومميزة تقتضي من الفرد استجابات ملائمة إيجابية وفعالة يتأثر أدائها بخصائص تفاعل الفرد مع البيئة المحيطة به، ويعرف مفهوم الثقة بالنفس بأنها عملية توافق وانسجام وتوازن بين عدة أبعاد للشخصية، وهي رؤية الشخص لنفسه ورؤية الآخرين له، فإن رأى الشخص في نفسه أو شعر بذاته أكثر من حقيقته أو أكثر مما يراه الناس، أصابه الشعور بالعظمة وما يصاحبه من غرور وتعال، وإن رأى نفسه وشعر بذاته أقل من حقيقته أصابه الشعور بالنقص والدونية وما يصاحبه من قلق وخجل؛ فالثقة بالنفس إذاً فضيلة تقع وسطاً ما بين طرفين نقيضين من الصفات المذمومة، هما: الشعور بالعظمة، والشعور بالنقص، أي بين الغرور والتواضع.

التعريف الإجرائي:

أنه سمةٌ شخصيةٌ داخل الفرد تجعله يعبر عن ذاته وقدراته وإمكاناته، والتفاعل مع الأنشطة المختلفة بما ينعكس على الرضا والسعادة.

الدراسات السابقة:

على حد علم الباحث أن هناك ندرةً في الدراسات التي تناولت الثقة بالنفس مما دعى الباحث في حدود استطلاعه إلى استعراض تلك الدراسات التي بها مواضيع تخص الثقة بالنفس والدارسات المقاربة لها كالمهارات الاجتماعية، نظراً لندرة الدارسات المتعلقة بالثقة بالنفس؛ وذلك من أجل الاستفادة منها في تقديم فكرة واضحة عن جهود تلك الدراسات في موضوع الثقة بالنفس، كما تم ترتيب الدراسات من الأحدث الى الأقدم، وهي كما يلي:

أشار الشعبي (٢٠١٥) دراسة بعنوان: فاعلية برنامجٍ إرشاديٍّ لإدارة الغضب، قائمٍ على الاتجاه المعرفي السلوكي في تحسين تقدير الذات والمهارات الاجتماعية لدى طالبات الصف الثامن، كما هدفت الدراسة الى قياس فاعلية برنامجٍ إرشاديٍّ لإدارة الغضب قائمٍ على الاتجاه المعرفي السلوكي في تحسين تقدير الذات والمهارات الاجتماعية لدى طالبات الصف الثامن، واستخدم في الدراسة المنهج الشبه التجريبي، كما تكوّنت عينة الدراسة من (٣٠) طالبة، كما تم تطبيق مقياسي تقدير الذات والمهارات الاجتماعية على أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة، وأظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي

على مقياس تقدير الذات والمهارات الاجتماعية؛ حيث أظهر أفراد المجموعة التجريبية ارتفاعاً في الدرجة على مقياسي تقدير الذات والمهارات الاجتماعية بالمقارنة مع أفراد المجموعة الضابطة، مما يشير إلى فعالية البرنامج المعرفي السلوكي القائم على إدارة الغضب، والمستخدم لتحسين تقدير الذات والمهارات الاجتماعية لدى طالبات الصف الثامن، كما أن الدراسة لم تظهر أي نتائج بين القياس البعدي والمتابعة في كل من تقدير الذات والمهارات الاجتماعية، مما يدل على استمرار أثر البرنامج الإرشادي في تقدير الذات والمهارات الاجتماعية لدى طالبات المجموعة التجريبية.

وذكر القطاونة (٢٠١٤) دراسة بعنوان: فاعلية برنامج إرشادي جمعي سلوكي معرفي في تنمية بعض المهارات الاجتماعية لدى عينة من الأحداث في جنوب الأردن، وهدفت الدراسة التعرف على فاعلية البرنامج الإرشادي الجمعي السلوكي المعرفي في تنمية بعض المهارات الاجتماعية لدى عينة من الأحداث في جنوب الأردن؛ حيث استخدم الباحث المنهج الشبه تجريبي، وتكونت عينة الدراسة من (٣٠) حدثاً، كما استخدم مقياس المهارات الاجتماعية المكونة من (٥٠) فقرة، وأظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في التطبيق القبلي والبعدي لصالح التطبيق البعدي، وهذا إشارة إلى فاعلية البرنامج في تنمية المهارات الاجتماعية لدى الأحداث.

وذكر العباسي (٢٠١٢) دراسة بعنوان: مهارات التعامل مع زوار المسجد النبوي الشريف في ضوء التربية الإسلامية، وهدفت الدراسة إلى تحديد وكشف وتوضيح مهارات التعامل مع زوار المسجد الحرام؛ حيث استخدم الباحث المنهج الوصفي، كما استخدم عينة (٣٥٥) فرداً، واستخدم الباحث خلال بحثه أداة بحثية (استبانة)، وأظهرت النتائج أن أكثر مهارات التعامل مع زوار المسجد النبوي تم الموافقة عليها هي المهارات الاجتماعية بنسبة (٩٢,٨٪)، تليها المهارات الوجدانية بنسبة (٩٢,٤٪)، تليها المهارات الحركية بنسبة (٨٨,٢٪)، كما وضحت الدراسة أن أكثر المهارات الاجتماعية التي تمت الموافقة عليها هي مهارة إفشاء السلام، وأكثر المهارات الوجدانية التي تمت الموافقة عليها هي مهارة اللين والرحمة، وأكثر المهارات الحركية التي تمت الموافقة عليها هي مهارة الابتسام في وجه الزائر.

وأخبر الجعافرة (٢٠١٠) في دراسة بعنوان: فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى الاتجاه المعرفي السلوكي في تحسين مهارات التواصل الاجتماعي، واتخاذ القرار لدى مراكز الشباب، وهدفت الدراسة إلى الكشف عن فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى الاتجاه المعرفي السلوكي في تحسين مهارات التواصل الاجتماعي، واتخاذ القرار لدى أعضاء مراكز الشباب في الأردن، واستخدم الباحث المنهج الشبه تجريبي، كما تكوّنت عينة الدراسة من (٦٠) عضواً وعضوه مقسمة على (٣٠) من مجموعة تجريبية، و(٣٠) من المجموعة الضابطة، كما قام الباحث بتطبيق مقياس التواصل الاجتماعي ومقاس اتخاذ القرار، وقد أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين

التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مهارات التواصل الاجتماعي واتخاذ القرار، وهذا مؤشر على فعالية البرنامج الإرشادي، كما أشارت الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في القياس البعدي على مهارات التواصل الاجتماعي واتخاذ القرار في المجموعة التجريبية، كما أوضحت الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد المجموعة في القياس البعدي والمتابعة على مهارات التواصل الاجتماعي واتخاذ القرار، وهذا يعني أن فعالية البرنامج الإرشادي مستمر.

وذكر (Sams & Collin & Reynolds 2006) في دراسة بعنوان: التحقق من إمكانية العلاج المعرفي مع التلاميذ، وأثر ذلك على قدراتهم في إدراك الانفعالات، والتمييز بين الأفكار والمشاعر والسلوكيات، ومفهومهم عن ذواتهم؛ وذلك على عينة تكونت من (59) تلميذاً، وأظهرت نتائج الدراسة إمكانية استخدام العلاج المعرفي مع التلاميذ، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح المجموعة المشاركة في البرنامج.

وأشار oHalloran (2003) في دراسة بعنوان: التحقق من أثر تدريس المهارات الاجتماعية المباشرة في موقف تعليمي على السلوك الاجتماعي، وعلى تحسين مهارة حل المشكلات، وتحسين مفهوم الذات، وتكونت عينة الدراسة من (94) تلميذاً، وتم تقسيمهم إلى مجموعتين: مجموعة تجريبية تكونت من (47)، ومجموعة ضابطة تكونت من (47)، وأهم ما توصلت إليه الدراسة هو وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح المجموعة التجريبية.

منهج الدراسة :

يعتمد البحث الحالي على المنهج شبه التجريبي؛ نظرًا لأنه يهدف إلى التعرف على فعالية برنامج إرشادي (كمتغير مستقل) لتنمية الثقة بالنفس (كمتغير تابع) لدى زوار وحدة الزائر الصغير بالحرم المكي الشريف، من خلال استخدام المنهج شبه التجريبي ذي المجموعتين المتكافئة (ضابطة وتجريبية) للوقوف على أثر البرنامج الإرشادي.

عينة الدراسة :

تكونت عينة الدراسة من (١٢) تلميذ زائر للوحدة، تراوحت أعمارهم الزمنية من (٩-١١) سنة من الصف الثالث الابتدائي إلى الصف الخامس الابتدائي، وتم تطبيق المقياس على العينة، وتم تقسيمهم إلى مجموعتين: الأولى تجريبية قوامها (٦)، والأخرى ضابطة قوامها (٦).

أدوات الدراسة :

١- مقياس الثقة بالنفس (إعداد الباحث):

يهدف هذا المقياس إلى تحديد مستوى الثقة بالنفس لدى عينة من التلاميذ لزوار وحدة الزائر الصغير.

خطوات إعداد المقياس :

ولإعداد المقياس قام الباحث بالآتي:

١- الاطلاع على الدراسات والمراجع العلمية المتخصصة التي تناولت الثقة بالنفس وتقدير الذات بشكل عام.

٢- تم إعداد صورة أوليه للمقياس، تضمنت ثلاثة أبعاد هي (تقدير الذات - الاعتماد على النفس - البعد الاجتماعي - البعد الأكاديمي)، والتي اشتمل كل بعد منها على (٤) عبارات.

٣- تم عرضها على (١١) من المحكمين من أساتذة علم النفس التربوي والإرشاد النفسي، وتم الأخذ بملاحظاتهم في تغيير بعض كلمات المقياس لتكون أكثر ملائمة للتلاميذ.

تصحيح المقياس:

يتكون المقياس في صورته النهائية من (٢٠) عبارة تقيس أربعة أبعاد، هي: تقدير الذات، والاعتماد على النفس، والبعد الاجتماعي، والبعد الأكاديمي، (٥) عبارات لكل بعد، وأمام كل منها (٤) خيارات: (دائمًا - أحيانًا - نادرًا - أبدًا)، ويحصل التلميذ على الدرجات نظير كل اختيار تتمثل في (٤-٣-٢-١) على الترتيب، عليه فإنه تكون الدرجة الكلية للمقياس تتراوح من (٢٠) إلى (٨٠)، وتعتبر الدرجة المرتفعة عن وجود ارتفاع في مستوى الثقة بالنفس، والدرجة المنخفضة تدل على وجود تدنٍّ في مستوى الثقة بالنفس.

الخصائص السيكومترية للمقياس:

-الصدق الظاهري:

تم عرض المقياس على (١١) من المحكمين من أساتذة علم النفس التربوي والإرشاد النفسي، وتم الأخذ بجميع الملاحظات والتعديلات،

وَعُرِضَتْ عَلَيْهِمْ مرةً أخرى بعد إجراء التعديلات، واتفق جميعهم على أن المقياس يصلح في صورته النهائية.

-الصدق البيئي التقاربي:

أو كما يعرف بصدق التكوين؛ حيث تم التأكد من صدق بنود المقياس بحساب معاملات الارتباط البيئية، كما يُبينه الجدول التالي:

جدول رقم (١)

معامل الارتباط	البعد
**٠,٨١٧	الأول
**٠,٧٧٥	الثاني
**٠,٨٦١	الثالث
**٠,٧٩١	الرابع

-ثبات المقياس:

للتأكد من درجة الثبات للمقياس، فقد تم استخدام معامل الثبات بطريقة (الفاكرونباخ)، والجدول التالي يوضح النتائج:

جدول رقم (٢)

عدد الفقرات	معامل الفا كرونباخ	البعد
٥	٠,٧٥	البعد الأول
٥	٠,٧٩	البعد الثاني
٥	٠,٨٧	البعد الثالث
٥	٠,٩٠	البعد الرابع
٢٠	٠,٩٢	المقياس

يتضح من الجدول السابق أعلاه أن قيم معاملات (الفا كرونباخ) قد تراوحت من (٠,٧٥) إلى (٠,٩٠)، مما يشير إلى ثبات مرتفع لفقرات هذه الأبعاد، وارتباط كل منها بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي له، كما يتضح أن قيمة معامل (الفا كرونباخ) لجميع فقرات المقياس قد بلغت (٠,٩٢) مما يشير إلى درجة ثبات عالية للمقياس.

١- البرنامج الإرشادي (إعداد الباحث):

لإعداد البرنامج تم الاطلاع على العديد من الدراسات السابقة التي تناولت برامج إرشادية في تحسين الثقة بالنفس، بهدف التعرف إلى مكونات

البرنامج، وتحديد الخطوات التي يجب اتباعها عند إعداد البرنامج، وسوف يعرض الباحث هذه الخطوات:

الهدف العام من البرنامج:

يهدف البرنامج إلى تنمية الثقة بالنفس لدى زوار وحدة الزائر الصغير.

الأسس التي يقوم عليها البرنامج:

ينطلق البرنامج من الأسس التي تناولت برامج لتنمية الثقة بالنفس في دراسات مشابهة باختلاف الاستراتيجيات، وفيما يلي عرضها:

١- الأسس العامة:

- الثبات النسبي للسلوك الإنساني وإمكانية التنبؤ به.
- التقبل بدون قيد أو شرط.
- استمرارية عملية التوجيه والإرشاد.

٢- الأسس النفسية:

- مراعاة الفروق الفردية.
- استخدام وسائل وفتيات تناسب العمر الزمني للزوار.

٣- الأسس الاجتماعية:

- الاعتماد على التشجيع والتعزيز الإيجابي.
- السلوك الاجتماعي بطبيعته سلوك مكتسب.

- يتغير الدور الاجتماعي للفرد وفقاً لمراحل نموه.
- الاهتمام بالفرد كعضو في الجماعة.

٤- الأسس الأخلاقية:

- مسؤولية الباحث تجاه المجتمع بحيث يراعي العادات والتقاليد.
- مسؤولية الباحث تجاه المهنة بحيث يراعي أخلاقيات مهنة الإرشاد النفسي.
- أخلاقيات عملية التوجيه والإرشاد المنصوص عليها بقانون الإرشاد والتوجيه والميثاق الأخلاقي للمهنة.

المبادئ الإجرائية للبرنامج الإرشادي السلوكي:

- تطبيق البرنامج في جلسات جماعية مغلقة.
- سرية الجلسات، وضرورة الثقة بأعضاء المجموعة والإيمان بكفاءة البرنامج الإرشادي.
- ضرورة الالتزام والاهتمام بالتوجيهات والإرشادات أثناء فترة التطبيق.
- أن تتناسب موضوعات البرنامج مع خصائص العمر الزمني لأفراد المجموعة التجريبية.
- أن يشمل البرنامج الإرشادي على واجبات منزلية تساعد على اكتساب المهارات المطلوبة لتنمية الثقة بالنفس.

الغنيات المستخدمة في البرنامج الإرشادي:

تم تصميم البرنامج الإرشادي على مبادئ الارشاد المعرفي السلوكي، وفي ضوء ذلك تم توظيف بعض الغنيات في بناء البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي منها: المحاضرة - المناقشة والحوار - النمذجة - لعب الدور - التعزيز.

الأدوات والوسائل المستخدمة:

- أوراق A4.

- لوحات البوستر والأقلام الخاصة للكتابة.

- بطاقات.

- مرآة.

تحكيم البرنامج الإرشادي:

للتحقق من صلاحية البرنامج فقد تم عرضه على مجموعة من أساتذة علم النفس التربوي والإرشاد النفسي بلغ عددهم (١١) محكمًا؛ وذلك للاستفادة من خبراتهم وملاحظاتهم على البرنامج قبل تطبيقه على العينة المستهدفة، وقد تمثلت تعديلات المحكمين فيما يلي:

- تغيير محتوى بعض الواجبات المنزلية.

- تعديل في بعض الغنيات المستخدمة.

وقد أخذ الباحث بتعديلات المحكمين سواء فيما يتعلق بتغيير محتوى بعض الواجبات، أم بتعديل بعض الغنيات المستخدمة في تلك الجلسات؛ ليصبح البرنامج في صورته النهائية.

جدول رقم (٣)

رقم الجلسة	عناوين الجلسات	الوقت
١	تعارف وتمهيد	٤٥ دقيقة
٢	مفهوم الثقة بالنفس	٤٥ دقيقة
٣	التعرف على الأفكار الإيجابية (التكيفية) وغير التكيفية المرتبطة بالذات والتمييز بينها	٤٥ دقيقة
٤	تابع/ التعرف على الأفكار الإيجابية (التكيفية) وغير التكيفية المرتبطة بالذات والتمييز بينها	٤٥ دقيقة
٥	تنمية مفهوم ذات إيجابي	٤٥ دقيقة
٦	التدريب على حل المشكلة	٤٥ دقيقة
٧	تابع/ التدريب على حل المشكلة	٤٥ دقيقة
٨	مهارة تكوين الصداقة	٤٥ دقيقة
٩	تأكيد الذات	٤٥ دقيقة
١٠	تابع/ تأكيد الذات	٤٥ دقيقة

رقم الجلسة	عناوين الجلسات	الوقت
١١	مهارة تكوين الصداقة	٤٥ دقيقة
١٢	التدريب على الإذاعة المدرسية	٤٥ دقيقة
١٣	التقييم والانتهاة	٤٥ دقيقة

علمًا بأنه تم تطبيق أول جلسة فقط في وحدة الزائر الصغير بالحرم المكي الشريف، وهي تعارف وتمهيد، بعد أخذ الأذن من مدير المدرسة، وباقي الجلسات تم تطبيقها في غرفة مصادر التعلم بالمدرسة، بواقع ثلاث جلسات أسبوعيًا لمدة شهر، وبعدها بأسبوعين، لضيق الوقت وانتهاء الترم الدراسي، وعدم إمكانية ضبط الطلاب بعد ذلك لدخول الإجازة الصيفية، وإمكانية نقل البعض منهم إلى مدارس أخرى تم تطبيق المقياس التبعي.

نتائج الدراسة ومناقشتها:

هدفت الدراسة إلى تقصي فعالية برنامج إرشادي لتنمية الثقة بالنفس لدى زوار وحدة الزائر الصغير بالحرم المكي الشريف، وذلك من خلال التعرف على الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية والضابطة في المقياس البعدي على مقياس الثقة بالنفس، والتعرف على الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين متوسطي رتب

درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسات القبلي والبعدي والتتبعي على مقياس الثقة بالنفس، ومن أجل تحقيق هدف الدراسة تبنت الدراسة التحقق من الفرضيات المطروحة، وتم إعداد برنامج إرشادي مقترح لتنمية الثقة بالنفس بهدف رفع مستوى الثقة بالنفس؛ وذلك عن طريق فنيات، هي: (التعزيز- المحاضرات- المناقشة الجماعية والحوار- الواجبات المنزلية- النمذجة- لعب الدور- التغذية الراجعة)، وتصميم مقياس الثقة بالنفس يتضمن ثلاثة أبعاد هي (تقدير الذات - الاعتماد على النفس - البعد الاجتماعي - البعد الأكاديمي)، والتي اشتمل كل بعد منها على ٤ عبارات، تم تطبيقه على عينة الدراسة، والتي تكونت من (١٢) تلميذ من الذكور، تتراوح أعمارهم بين (٩-١١) سنة من الصف الثالث الابتدائي إلى الصف الخامس الابتدائي، وتم تقسيمهم إلى مجموعتين: تجريبية، والأخرى ضابطة، قوام كل مجموعة (٦) تلاميذ، وبعد جمع البيانات تم استخدام برنامج التحليل الإحصائي (SPSS) لإجراء بعض المعالجات الإحصائية التي ساعدت في تحليل البيانات والتحقق من الفرضيات المطروحة، وفيما يلي عرض لتلك النتائج ومناقشتها.

الإجابة عن فروض الدراسة:

الفرض الأول: والذي ينص على (توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد المجموعة التجريبية، والضابطة في القياس البعدي على مقياس الثقة بالنفس لصالح المجموعة التجريبية).

للتحقق من صحة الفرض تم إجراء اختبار مان – وتني على درجات تلاميذ عينة الدراسة من المجموعة التجريبية، والضابطة في القياس البعدي على مقياس الثقة بالنفس.

جدول رقم (٤)

المجموعة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة U	مستوى الدلالة
الضابطة	٦	٤	٢٤	٣,٠٠	٠,٠١٦
التجريبية	٦	٩	٥٤		
المجموع	١٢				

يتضح من الجدول أن متوسط الرتب لدرجات أفراد المجموعة الضابطة قد بلغ (٤)، بينما متوسط الرتب لدرجات أفراد المجموعة التجريبية بلغ (٩)، وبحساب قيمة U وجد أنها قد بلغت (٣,٠٠)، مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية للفرق بين متوسطي الرتب في درجات أفراد المجموعتين لصالح المجموعة التجريبية، وبناء على ذلك يتم قبول الفرض الذي ينص على (توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية ودرجات أفراد المجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياس الثقة بالنفس لصالح المجموعة التجريبية).

وقد ثبت صحة هذا الفرض؛ حيث أن أفراد المجموعة التجريبية طبق عليهم أنشطة البرنامج، لذلك أصبح أفراد المجموعة التجريبية يعبرون عن ذواتهم، واستطاعوا ان يقيموا علاقات اجتماعية مع أقرانهم بنجاح، ويتفاعلون في الأنشطة الاجتماعية والمدرسية مما أتاح لهم الفرصة لتنمية الثقة بالنفس.

وقد روعي في أنشطة البرنامج التنوع والبساطة، وتقديم النماذج المحببة لهم، والسرعة في الزمن، طبقاً لخصائص التلاميذ، كل ذلك أدى إلى اكتساب الثقة بالنفس لدى أفراد المجموعة التجريبية، مما أدى إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح أفراد المجموعة التجريبية بعد تطبيق الثقة بالنفس.

الفرض الثاني: والذي ينص على (توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد المجموعة التجريبية القياسيين القبلي والبعدي على مقياس الثقة بالنفس لصالح القياس البعدي).

للتحقق من صحة الفرض تم استخدام اختبار ويلكوكسون على درجات تلاميذ عينة الدراسة من المجموعة التجريبية في القياسيين القبلي والبعدي على مقياس الثقة بالنفس.

جدول رقم (٥)

مستوى الدلالة	قيمة Z	مجموع الرتب	متوسط الرتب	العدد	
٠,٠٢٦	٢,٢٢٠	٠,٠٠٠	٠,٠٠٠	٠,٠٠٠	الرتب السالبة
		٢١,٠٠٠	٣,٥٠٠	٦,٠٠٠	الرتب الموجبة
				٠,٠٠٠	الرتب المتعادلة
				٦,٠٠٠	المجموع

يتضح من الجدول أن متوسط الرتب للفروق السالبة في درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس القبلي والبعدي على مقياس الثقة بالنفس قد بلغ (٠)، بينما متوسط الرتب للفروق الموجبة قد بلغ (٣,٥)، وبحساب قيمة Z وجد أنها قد بلغت (٢,٢٢)، مما يدل على وجود دلالة إحصائية للفرق بين متوسطي الرتب في درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي عند مستوى دلالة أقل من (٠,٠٥)، وبناء على ذلك يتم قبول الفرض الذي ينص على (توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب الفروق السالبة والموجبة في درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس الثقة بالنفس لصالح القياس البعدي).

فعالية برنامج إرشادي

الفرض الثالث: والذي ينص على (لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتبعي على مقياس الثقة بالنفس).

للتحقق من الفرض تم استخدام اختبار ويلكوكسون على درجات تلاميذ عينة الدراسة من المجموعة التجريبية في القياسين: العدي والتبعي على مقياس الثقة بالنفس.

جدول رقم (٦)

مستوى الدلالة	قيمة Z	مجموع الرتب	متوسط الرتب	العدد	
١,٠٠٠	٠,٠٠٠	١٠,٥٠٠	٣,٥٠٠	٣,٠٠٠	الرتب السالبة
		١٠,٥٠٠	٣,٥٠٠	٣,٠٠٠	الرتب الموجبة
				٠,٠٠٠	الرتب المتعادلة
				٦,٠٠٠	المجموع

يتضح من الجدول أن متوسط الرتب للفروق السالبة في درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس العدي والتبعي على مقياس الثقة بالنفس قد بلغ (٣,٥)، بينما متوسط الرتب للفروق الموجبة في الدرجات قد بلغ (٣,٥) وبحساب قيمة Z وجد أنها قد بلغت (٠,٠٠)، مما يدل على عدم وجود دلالة إحصائية للفرق بين متوسطي الرتب في درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتبعي عند مستوى دلالة أقل من (٠,٠٥)، وبناء على ذلك يتم قبول التساؤل الصفري الذي ينص على (لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب الفروق السالبة والموجبة في درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين العدي والتبعي على مقياس الثقة بالنفس).

وهذه النتيجة في ضوء ما تضمنه البرنامج من فنيات، وفي ضوء ما أبداه أفراد المجموعة التجريبية التي تلقت فنيات البرنامج من تفاعل وتعاون، وبمتابعة الباحث لهم بعد إجراء البرنامج وحتى وبمتابعة الباحث لهم بعد إجراء البرنامج وحتى فترة المتابعة والتي بلغت أسبوعين.

توصيات الدراسة :

في ضوء ما توصلت إليه الدراسة الحالية من نتائج برنامج تنمية الثقة بالنفس لدى زوار وحدة الزائر الصغير من العينة التجريبية، ومن خلال التعامل والمعاشية لهؤلاء التلاميذ أثناء البرنامج وقبله، ومن خلال الاطلاع على الدراسات السابقة، خرج الباحث بمجموعة من التوصيات ألا وهي:

فعالية برنامج إرشادي

- الاهتمام بالبرامج والأنشطة المختلفة في تعزيز الثقة بالنفس لدى الأطفال.
- توعية المعلمين وأولياء الأمور على خصائص الأطفال وحاجاتهم النفسية.
- تطوير أدوات البحث التي قام بإعدادها الباحث التي يمكن أن تستخدم في هذا المجال.



فهرس المصاكر والمراجع

المراجع العربية:

- ١- الأقصري، يوسف (٢٠٠١)، الثقة بالنفس كيف تقوي ثقتك بنفسك أمام الآخرين، القاهرة: دار اللطائف للنشر والتوزيع.
- ٢- الجعافرة، محمد عفيف (٢٠١٠)، فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى الاتجاه المعرفي السلوكي في تحسين مهارات التواصل الاجتماعي واتخاذ القرار لدى أعضاء مراكز الشباب، رسالة ماجستير غير منشورة كلية عمادة الدراسات العليا، جامعة مؤته.
- ٣- الشعيبي، إيمان (٢٠١٥)، فاعلية برنامج إرشادي لإدارة الغضب قائم على الاتجاه المعرفي السلوكي في تحسين تقدير الذات والمهارات الاجتماعية لدى طالبات الصف الثامن، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الدراسات العليا، الجامعة الاردنية.
- ٤- العباسي، عبد الله عبد الوهاب (٢٠١٢)، مهارات التعامل مع زوار المسجد النبوي الشريف في ضوء التربية الإسلامية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الدعوة وأصول الدين، الجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة.
- ٥- القطاونة، دلالة محمد (٢٠١٤)، فاعلية برنامج إرشادي جمعي سلوكي معرفي في تنمية بعض المهارات الاجتماعية لدى عينة من الأحداث في

جنوب الأردن، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية عمادة الدراسات العليا،
جامعة مؤتة.

٦- زهران، حامد عبد السلام (٢٠٠٥)، التوجيه والإرشاد النفسي،
القاهرة: عالم الكتاب للطباعة والنشر.

المراجع الأجنبية:

- 1- O,Halloran, p.(2003). Social skills intervention in a residential summer camp setting for children with learning disabilities. Journal of Development Alternatives Incorporated-57(5),20-30.
- 2- Sams,K.& Collin,S &Reynolds,S. (2006). Sognitive therapy abilities in people with. Lournal of Applied Research in intelleetual Disablilities-19(6)،92-104.



Bibliography

Arabic references:

1. Al-Aqsuri, Yūsuf (2001 AD). Self-Confidence - How to Boost Your Self-Confidence in the Presence of Others. Publisher: Dār al-Latā'if for Publishing and Distribution, Cairo.
2. Al-Ja'āfirah, Muhammad 'Afīf (2010 AD). The effectiveness of a guidance program based on the informative and behavioral trend in the improvement of the skills of social communication and decision making among the members of youth centers - An unpublished Master's thesis, at the Faculty of the Deanship of Graduate Studies, Mu'tah University.
3. Ash-Shu'aybi, Īmān (2015 AD). The effectiveness of a guidance program for anger management based on the informative and behavioral trend in the improvement of self-appreciation and social skills among 8th grade female students - An unpublished master's thesis, the Faculty of Graduate Studies, the University of Jordan.
4. Al-'Abbāsi, 'Abdullāh 'Abdul-Wahhāb (2012 AD). The skills of dealing with the visitors of the Prophet's Mosque in light of the Islamic education - An unpublished master's thesis, the Faculty of Da'wah and Usūl Ad-Dīn, the Islamic University of Madīnah.
5. Al-Qatāwinah, Dulāmah Muhammad (2014 AD). The activities of a collective, guidance, behavioral, and informative program about the

development of some social skills among a section of youths in southern Jordan - An unpublished master's thesis, the Faculty of the Deanship of Graduate Studies, Mu'tah University.

6. Zahrān, Hāmīd 'Abdus-Salām. Mental Direction and Guidance. Publisher: 'Ālam al-Kitāb for Printing and Publishing, Cairo (2005 AD).

Non-Arabic references:

1- O, Halloran, p. (2003). Social skills intervention in a residential summer camp setting for children with learning disabilities. Journal of Development Alternatives Incorporated - 57(5), 20-30.

2- Sams, K. & Collin, S & Reynolds, S. (2006). Cognitive therapy abilities in people with. Journal of Applied Research in intellectual disabilities -19(6), 92-104.

