



جامعة الفيوم
كلية التربية
قسم الصحة النفسية

أثر العلاج الواقعي على تقدير الذات
والشعور بالوحدة
النفسية لدى طلبة الجامعة

رسالة مقدمة من

أحمد سيد عبد الفتاح عبد الجواد
مدرس مساعد بقسم الصحة النفسية
كلية التربية - جامعة الفيوم

للحصول على درجة دكتور الفلسفة في التربية
تخصص "صحة نفسية"

إشراف

الدكتور

رجب علي شعبان

أستاذ الصحة النفسية المساعد

ووكيل الكلية لشئون التعليم والطلاب

بكلية رياض الأطفال - جامعة الفيوم

الدكتور

محمد عبد التواب أبو

النور

أستاذ الصحة النفسية

ووكيل الكلية لشئون خدمة المجتمع وتنمية البيئة

بكلية التربية - جامعة الفيوم

١٤٣١ هـ - ٢٠١٠ م

ملخص الدراسة باللغة العربية

أولاً : مقدمة الدراسة:

يمثل الشباب الثروة الحقيقية للمجتمع، وطلبة الجامعة هم إحدى فئات الشباب، وعليهم يقع العبء الأكبر في النهوض به، مما يدعو إلى ضرورة الاهتمام بهم، والحرص على تمتعهم بمستوى مناسب من التوافق والصحة النفسية، والتي من أبرز مؤشرات وجود مستوى ملائم لتقدير الذات وانخفاض الشعور بالوحدة النفسية. فتقدير الذات لدى الفرد يؤثر في سلوكه، وأسلوب تفكيره، وقدرته على اتخاذ القرارات، كما يسهم في تحديد مدى قدرة على استثمار قدراته، و اقتحام المواقف الصعبة ومواجهة ضغوط الحياة؛ في حين يؤدي انخفاض تقدير الذات إلى العديد من المشكلات حيث يشعر الفرد بالدونية، وتنقصه الثقة بالنفس، وينخفض مستوى طموحه، ويصبح أكثر عرضة للشعور بالقلق، والمعاناة من الضغوط النفسية. ومن ناحية أخرى فإن الإنسان بطبيعته كائن اجتماعي؛ يحتاج إلى جماعة يعيش وسطها، ويؤثر فيها ويتأثر بها، أما إذا شعر الفرد بأن خبراته في القاعل مع الآخرين لا تحقق له مستواً مناسباً من الإشباع فإنه يعاني من الشعور بالوحدة النفسية، والتي تسبب له العديد من المشكلات؛ مثل: فقدان الشعور بالمحبة والاهتمام، وانعدام الثقة بالآخرين، والشعور بالحزن، والتشاؤم، والفشل، واللامبالاة، والإحساس بالعجز، وعدم الرضا عن الذات، وعدم الثبات الانفعالي، وافتقاد الشعور بالأمان.

وإذا كان انخفاض تقدير الذات والشعور بالوحدة النفسية يمثلان القاسم المشترك في العديد من الاضطرابات التي يتعرض لها الفرد؛ فلا بد من البحث عن أسلوب علاجي مناسب لهما، ومن الأساليب العلاجية المناسبة لهما العلاج الواقعي، حيث يشير جلاسر إلى أن هناك حاجات إنسانية أساسية لا بد من إشباعها حتى يتحقق للفرد الهوية الناجحة، ومن ثم يصل إلى مستوى مناسب من التوافق، ومنها الحاجة إلى الشعور بالقيمة والأهمية والحاجة إلى الشعور بالحب والانتماء. وتعني الحاجة إلى الشعور بالقيمة حاجة الفرد إلى الشعور بالإنجاز والكفاءة والقدرة من

ملخص الدراسة باللغة العربية

جانب نفسه، والاستحسان والتقدير من جانب الآخرين، ومن ثم فإن إشباع هذه الحاجة يجعل الفرد يشعر بالجدارة والتقدير ويقيم ذاته بطريقة إيجابية. وتعني الحاجة إلى الشعور بالحب والانتماء حاجة الفرد إلى الاندماج مع الآخرين والتواصل والتفاعل معهم، ويساعد إشباع هذه الحاجة في التغلب على الشعور بالوحدة النفسية. كما يؤكد جلاسر على مفهوم المسؤولية، والتي تعني قدرة الفرد على إشباع حاجاته دون أن يتسبب في إحداث الضرر للآخرين، ودون أن يعوقهم أو يحرّمهم من إشباع حاجاتهم؛ مما يحقق له الشعور بقيمة ذاته واحترام الآخرين له، والمحافظة على علاقاته معهم. كما يساعد العلاج الواقعي الفرد على مواجهة الواقع، من خلال التركيز على مسؤوليته عن سلوكه، والتركيز على الحاضر أكثر من الماضي، وتدعيم القيم الإيجابية لديه، مما يساعده على تقبل ذاته والاندماج مع الآخرين. ويركز العلاج الواقعي أيضاً على نقاط القوة لدى الفرد، وضرورة إدراكه أن لديه بعض القدرات التي يمكن أن يستخدمها من أجل تحقيق النجاح دون أن يتجاهل الواقع أو يهرب منه. وهناك العديد من الفنيات المستخدمة في العلاج الواقعي؛ مثل: الاندماج، والتركيز على السلوك أكثر من المشاعر، والتركيز على الحاضر أكثر من الماضي، ومساعدة العميل على تقييم سلوكه، والتخطيط للسلوك المسئول، والالتزام والتعهد، ورفض الأعذار والتبريرات، وتجنب أساليب العقاب، وتدعيم بوادر السلوك المسئول.

ثانياً : مشكلة الدراسة:

تتلخص مشكلة الدراسة في التساؤل الرئيسي الآتي: ما أثر العلاج الواقعي على كل من تقدير الذات والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة؟

ثالثاً : أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة إلى تعرف أثر العلاج الواقعي على كل من تقدير الذات والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة.

رابعاً : أهمية الدراسة:

تتمثل أهمية الدراسة في تناولها لمشكلتين تتسببان في قدر كبير من المعاناة التي يعانيها الفرد؛ وهما انخفاض تقدير الذات والشعور بالوحدة النفسية، وذلك من خلال أحد الأساليب العلاجية الحديثة نسبياً وهو العلاج الواقعي.

خامساً : مصطلحات الدراسة:

تقوم الدراسة على عدة مفاهيم أو مصطلحات؛ وهي: العلاج الواقعي، وتقدير الذات، والشعور بالوحدة النفسية.

سادساً : حدود الدراسة:

تتوقف إمكانية تعميم نتائج هذه الدراسة على حدودها الموضوعية، والبشرية، والمكانية، والزمنية.

سابعاً : الإطار النظري والدراسات السابقة:

تم إعداد إطار نظري يتضمن تأصيلاً نظرياً لكل من العلاج الواقعي وتقدير الذات والشعور بالوحدة النفسية. وتم تصنيف الدراسات السابقة إلى دراسات تناولت فعالية العلاج الواقعي في تنمية تقدير الذات، ودراسات تناولت فعالية العلاج الواقعي في تخفيف الشعور بالوحدة النفسية، وتم التعقيب على هذه الدراسات من حيث الأهداف، والعينات التي أجريت عليها، والأدوات المستخدمة فيها، وأهم نتائجها، ومدى استفادة الدراسة الحالية منها.

ثامناً : فروض الدراسة:

أ- فروض الدراسة التجريبية:

١- توجد فروق دالة بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية لتقدير الذات (ذكور - إناث) في القياسين القبلي والبعدي لتقدير الذات، في اتجاه القياس البعدي.

ملخص الدراسة باللغة العربية

٢- توجد فروق دالة بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية للوحدة النفسية (ذكور - إناث) في القياسين القبلي والبعدى للوحدة النفسية، في اتجاه القياس البعدى.

٣- لا توجد فروق دالة بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية لتقدير الذات (ذكور - إناث) في القياسين البعدى والتبعي لتقدير الذات.

٤- لا توجد فروق دالة بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية للوحدة النفسية (ذكور - إناث) في القياسين البعدى والتبعي للوحدة النفسية.

ب- فروض الدراسة الكلينية:

١- تختلف الصورة الكلينية لشخصية الفرد ذي تقدير الذات المنخفض قبل تعرضه لبرنامج تنمية تقدير الذات عنها بعد تعرضه للبرنامج.

٢- تختلف الصورة الكلينية لشخصية الفرد ذي الشعور المرتفع بالوحدة النفسية قبل تعرضه لبرنامج تخفيف الشعور بالوحدة النفسية عنها بعد تعرضه للبرنامج.

تاسعاً : منهج الدراسة:

تعتمد الدراسة الحالية على استخدام المنهج التجريبي والمنهج الكلينيكي.

عاشراً : عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة الأساسية من (٧٨٨) طالباً وطالبة بالفرقة الرابعة تعليم عام وأساسى بكلية التربية جامعة الفيوم، منهم (٢١٦) طالباً و(٥٧٢) طالبة، وتم استخراج المجموعات التجريبية والضابطة من هذه العينة باستخدام معايير مناسبة لأهداف الدراسة، وتم تكوين أربع مجموعات قوام كل منها (٢٠) فرداً وكل مجموعة تم تقسيمها وهي: المجموعة التجريبية لتقدير الذات (ذكور - إناث)، والمجموعة الضابطة لتقدير الذات (ذكور - إناث)، والمجموعة التجريبية للوحدة النفسية (ذكور - إناث)، والمجموعة الضابطة للوحدة النفسية (ذكور - إناث)، وتتضمن كل مجموعة مجموعتين فرعيتين إحداهما للذكور وتتكون من (١٠) طلاب والأخرى للإناث وتتكون من (١٠) طالبات. وتم إجراء دراسة كلينية على حالتين، وهما

ملخص الدراسة باللغة العربية

طالب يعاني من انخفاض تقدير الذات، وطالبة تعاني من الشعور المرتفع بالوحدة النفسية.

حادي عشر: أدوات الدراسة:

تم استخدام مقياسي تقدير الذات والشعور بالوحدة النفسية كأدوات أساسية للدراسة التجريبية، وتم استخدام مقياسي الثقة بالنفس والرضا عن الحياة والعلاقات الاجتماعية المتبادلة كأدوات للتحقق من كفاءة وفعالية البرنامجين، وتم اختبار الذكاء المصور ومقياس المستوى الاجتماعي الاقتصادي للأسرة كأدوات لمجانسة أفراد المجموعات التجريبية والضابطة، كما تم استخدام استمارة المقابلة الشخصية واختبار تفهم الموضوع للكبار كأدوات للدراسة الكلينيكية.

ثاني عشر: إجراءات الدراسة:

تم إجراء الدراسة وفقاً للخطوات الآتية:

- ١- القيام بعمل مسح للدراسات والبحوث السابقة والأدبيات التي تناولت متغيرات الدراسة.
- ٢- إعداد الإطار النظري للدراسة.
- ٣- إعداد البرنامجين المستخدمين في الدراسة.
- ٤- الحصول على أدوات الدراسة والتأكد من صدقها وثباتها.
- ٥- تحديد عينة الدراسة الأساسية.
- ٦- تطبيق أدوات الدراسة على أفراد العينة الأساسية، وذلك لتحديد عينة الدراسة التجريبية.
- ٧- إجراء دراسة استطلاعية للبرنامجين على عينة مماثلة لعينة الدراسة التجريبية.
- ٨- توزيع أفراد العينة على المجموعات التجريبية والضابطة.
- ٩- التطبيق القبلي لأدوات الدراسة على أفراد المجموعات التجريبية والضابطة.
- ١٠- تحديد أفراد العينة الكلينيكية، وتطبيق استمارة دراسة الحالة واختبار تفهم الموضوع عليهم قبل البدء في تطبيق البرنامجين.
- ١١- تطبيق البرنامجين العلاجين على أفراد المجموعات التجريبية.

ملخص الدراسة باللغة العربية

- ١٢- التطبيق البعدي لأدوات الدراسة على أفراد المجموعات التجريبية والضابطة.
- ١٣- تطبيق اختبار تفهم الموضوع على أفراد العينة الكلينية بعد تطبيق البرنامجين.
- ١٤- التطبيق التتبعي لأدوات الدراسة على أفراد المجموعات التجريبية.
- ١٥- تفرغ البيانات وجدولتها وفقاً لمتغيرات الدراسة.
- ١٦- المعالجة الإحصائية للبيانات باستخدام الأساليب الإحصائية المناسبة.
- ١٧- استخلاص النتائج ومناقشتها وتفسيرها.
- ١٨- تقديم توصيات الدراسة ومقترحات بشأن البحوث والدراسات المستقبلية.

ثالث عشر: نتائج الدراسة:

أظهرت نتائج الدراسة التجريبية فعالية العلاج الواقعي في تنمية تقدير الذات لدى طلبة الجامعة واستمرار أثره أثناء فترة المتابعة، وفعالية العلاج الواقعي في تخفيف الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة واستمرار أثره أثناء فترة المتابعة. كما أظهرت نتائج الدراسة الكلينية وجود اختلاف جوهري بين استجابات الحالتين الكليينيتين على بطاقات اختبار تفهم الموضوع قبل تعرضهما للبرنامج عنها بعد تعرضهما له.