فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي لخفض الوحدة النفسية وتحسين الأمن النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية بدولة الكويت

الملخص: هدفت الدراسة إلى إعداد برنامج إرشادي معرفي – سلوكي، وتحديد فاعليته في خفض الوحدة النفسية وتحسين الأمن النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية في الكويت، والتعرف على الفروق بين المجموعة التجريبية والضابطة في الوحدة النفسية والأمن النفسي بعد تطبيق البرنامج. وتكونت العينة الأساسية من (٢٠) طالبا من طلاب المدارس الثانوية بدولة الكويت الذين تتراوح أعمارهم بين ١٥ و١٦ عاما مقسمة بالتساوي بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة. استخدمت الباحثة في هذه الدراسة المنهج شبة التجريبي، كما استخدمت الأدوات التالية: مقياس الوحدة النفسية، ومقياس الأمن النفسي، والبرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي. أشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق بين المجموعة التجريبية والضابطة في الوحدة النفسية بعد تطبيق البرنامج، وأيضا وجود فروق بين المجموعة التجريبية والضابطة في درجة الأمن النفسي بعد تطبيق البرنامج وكانت هذه الفروق لصالح المجموعة التجريبية، حيث انخفض الشعور بالوحدة النفسية وارتفع الشعور بالأمن النفسي لدي أفراد العينة التجريبية مما يشير إلي فاعلية البرنامج. وعلى ضوء نتائج الدراسة وضعت عدة توصيات واقتراحات.

الكلمات المفتاحية: برنامج إرشادي معرفي – سلوكي، الوحدة النفسية، الأمن النفسي، طلاب الثانوية، الكويت.

Abstract: The study aimed to explore the effectiveness of behavior – cognitive program to reduce psycological loneliness and increase the psychological security for high school students in Kuwait. The sample consisted of two groups, the first one is experimental group, and the other one is control group. Each of both consisted of (10) male students and their ages are ranged between (15) and (16) years old. The psychological loneliness, the psychological security and the behavior cognitive program are used. The results indicated the effectiveness of behavior cognitive program to reduce psychological loneliness and increase psychological security. The results are interpreted according to the previous research studies. Further recommendations and future research studies are required.

مقدمة الدراسة:

يشهد القرن الحادي والعشرون العديد من التغيرات الاجتماعية والاقتصادية والثقافية والسياسية فضلا عن التغيرات التي لحقت بالقيم الإنسانية، مما تسببت في صراعات بين ما هو قديم وما هو جديد. إن تلك التغيرات المتسارعة والصراعات المتعددة تحمل في طياتها كثير من المواقف التي تتضمن عناصر من الضغط والتوتر وبالتالي الكثير من الشقاء الإنساني وهذا يدفع الإنسان إلى الانزواء والعزلة والشعور بالوحدة النفسية.

ويؤكد كل من عودة ومرسى (١٩٩٤: ١٠١) "أن الحاجة إلى الجماعة والانتماء من أهم الحاجات الأساسية التي تلح في الإشباع وتدفع الشخص إلى الارتباط بجماعة أو أكثر يحبها وتحبه، ويجد عندها الأمن والتقدير والاطمئنان والمكانة الاجتماعية وتشبع له حاجاته إلى الصحبة وتؤثر في بناء شخصيته وفى تكوين قيمة واتجاهاته وميوله."

ولقد بات من المؤكد أن خبرة الشعور بالوحدة النفسية حالة واسعة الانتشار لدى أفراد الجنس البشري لدرجة أنها أصحبت في واقع الأمر حقيقة موجودة في حياتنا اليومية، فهي قد توجد لدى الصغير والكبير والمتزوج وغير المتزوج والغني والفقير والمتعلم وغير المتعلم والشخص السليم والشخص المريض ولدى الانبساطيين والانطوائيين فهي في كل الأحوال توجد في كل مراحل الحياة وهى بصفة عامة تعتبر مدخلا أساسيا لفهم كثير من الظواهر النفسية (Seligman, 1983: 300).

وعموما فإن خبرة الشعور بالوحدة النفسية تعد في حد ذاتها خبرة أليمة وشاقة ومريرة على النفس البشرية حيث يقاسي الفرد ويعاني من جراء هذا الشعور من فقدان الحب والتقبل الأسري وكذلك الشعور بانعدام الود والصداقة والاهتمام من الأصدقاء والزملاء والأهل إلى جانب الشعور الدائم بالحزن والتشاؤم والانعزال وانعدام قيمة الذات والبعد عن المشاركة أو التفاعل مع الآخرين وبالتالي انعدام الثقة بالآخرين والشعور بفقدان التواصل الاجتماعي بل وفقدان أي هدف أو معنى للحياة مما يؤدى في نهاية الأمر إلى الإحساس بأنه شخص غير مرغوب فيه أو أنه لا فائدة منه، فيفقد الاهتمام بأي شيء نتيجة عدم الرضا الناتج عن إعاقة أو عدم تحقيق مطلب هام من مطالب النمو الإنساني وحاجة نفسية لابد من إشباعها في إطار اجتماعي، ألا وهى الحاجة إلى الجماعة والانتماء.

إن الأمن نعمة عظيمة من النعم التي انعم الله ﷻ بها على عباده يطلبها الناس ويبحثون عنها بشتى الوسائل وهو ضرورة من ضرورات الحياة ولكن الناس يتفاوتون ويتشتت سعيهم في طلبها حيث أخطأها الكثير منهم ووفق الله ﷻ القليل من عباده إلى سبيل تحصيلها وذلك فضل الله يؤتيه من يشاء والله ذو الفضل العظيم. وعلى ذلك فإن أي خلل أو مشكلات يمكن أن تعوق الفرد عن تحقيق تفاعله الاجتماعي الطبيعي أو تهدد أمنه النفسي قد تقوده إلى الدخول في دائرة الاضطرابات النفسية والاجتماعية والتي ربما يأتي في مقدمتها مشكلة الشعور بالوحدة النفسية.

وعليه فإن الدراسة الحالية تسلط الضوء على الشعور بالوحدة النفسية والأمن النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية، وذلك لاعتبارات أهمها: طبيعة المرحلة العمرية التي يكون الأفراد فيها أكثر عرضة للاضطرابات النفسية من غيرهم، كما تسعى هذه الدراسة إلى تقديم برنامج إرشادي معرفي سلوكي للتخفيف من درجة الوحدة النفسية وزيادة درجة الأمن النفسي لدى طلاب هذه المرحلة، لذلك تعتبر هذه الدراسة إضافة جديدة إلى رصيد الدراسات التي تبحث في موضوع الوحدة النفسية والأمن النفسي.

مشكلة الدراسة وتساؤلاتها:

الوحدة النفسية هي خبرة شخصية مؤلمة، يعيشها الفرد نتيجة شعوره بافتقاد التقبل والحب والاهتمام من جانب الآخرين بحيث يترتب على ذلك العجز عن إقامة علاقات اجتماعية مشبعة بالألفة والمودة والصداقة الحميمة. وتعد الوحدة النفسية ظاهرة نفسية يعاني منها المراهقون والشباب بصفة عامة، وهى شعور الفرد بوجود فجوة نفسية تباعد بينه وبين المحيطين به نتيجة افتقاده إمكانية الانخراط أو الدخول في علاقة مشبعة ذات معنى معهم مما يؤدى إلى شعوره بعدم التقبل والنبذ والقصور وإهمال الآخرين له بالرغم من أحاطتهم به.

كما يعد الأمن النفسي ضرورة لكل فرد ففي ظل الأمن والطمأنينة يؤدى كل فرد واجبه على أحسن وجه ويرتبط الأمن ارتباطا وثيقا وجوهريا بالتربية والتعليم، فبقدر ما تغرس القيم الأخلاقية النبيلة في نفوس أفراد المجتمع بقدر ما يسود أفراد ذلك المجتمع الأمن والاطمئنان والاستقرار.

وقد لاحظت الباحثة جهودا عديدة من الباحثين في مجالي الوحدة النفسية والأمن النفسي ولكنها في غالبها كانت تطبق وتبحث على طلاب المرحلة الجامعية بينما لم تنل المرحلة الثانوية ذلك القدر الكافي من الدراسة والبحث وعليه فإن هناك حاجة ماسة لإعداد برنامج إرشادي معرفي سلوكي يساهم في خفض درجة الوحدة النفسية وزيادة

درجة الأمن النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية وذلك من خلال دراسة شبة تجريبية لأن الوحدة النفسية تعد نقطة البداية لكثير من المشكلات التي يمكن أن يعانى منها الفرد. وعليه يمكن صياغة مشكلة البحث في التساؤل التالي: ما مدى فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض درجة الوحدة النفسية وزيادة درجة الأمن النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية بدولة الكويت؟ ويتفرع من هذا التساؤل التساؤلات الفرعية التالية:

١- هل توجد فروق بين متوسطي رتب درجات الوحدة النفسية بين أفراد المجموعة التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنامج الإرشادي؟

٢- هل توجد فروق بين متوسطي رتب درجات الوحدة النفسية بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة بعد تطبيق البرنامج الإرشادي؟

٣- هل توجد فروق بين متوسطي رتب درجات الوحدة النفسية بين أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي؟

٤- هل توجد فروق بين متوسطي رتب درجات الشعور بالأمن النفسي بين أفراد المجموعة التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنامج الإرشادي؟

٥- هل توجد فروق بين متوسطي رتب درجات الشعور بالأمن النفسي بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة بعد تطبيق البرنامج الإرشادي؟

٦- هل توجد فروق بين متوسطي رتب درجات الشعور بالأمن النفسي بين أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي؟

أهمية الدراسة:

تكمن أهمية البحث الحالي في أهمية الموضوع الذي يتناوله فهو يسعى إلى معرفة مدى فعالية الإرشاد المعرفي السلوكي في خفض درجة الوحدة النفسية وزيادة درجة الأمن النفسي وتتجلى أهمية هذا البحث من الناحيتين النظرية والتطبيقية.

الأهمية النظرية: يشكل البحث الحالي إضافة معرفية لموضوع الوحدة النفسية والأمن النفسي في المجتمع الكويتي كما أنه يمثل موضوعاً حديثا لم يلق من الاهتمام المناسب من قبل الباحثين، وبالتالي فإن هذا البحث يمكن أن يقدم إضافة في مجال علم النفس من خلال تطبيق البرنامج الإرشادي وأن يكون فاعلا في خفض الشعور بالوحدة وزيادة الشعور بالأمن النفسي لدي طلابنا الذين هم في أمس الحاجة إليه.

الأهمية التطبيقية: تتمثل في تطبيق برنامج إرشادي معرفي سلوكي يهدف إلى خفض مستوى ودرجة الوحدة النفسية وزيادة درجة الأمن النفسي لدى عينة البحث مما يساعدهم على تحقيق ذلك.

مصطلحات الدراسة:

تتحدد المفاهيم الأساسية للدراسة فيما يلي:

[١] الفاعلية Effectiveness:

تعرّف الباحثة الفاعلية إجرائيا: بأنها الأثر المنشود والمرغوب الذي ينتج عن البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي بهدف خفض درجة الوحدة النفسية وزيادة درجة الأمن النفسي.

[٢] البرنامج الإرشادي Counseling Program:

"هو برنامج مخطط منظم في ضوء أسس علمية لتقديم الخدمات الإرشادية المباشرة وغير المباشرة فرديا وجماعيا لجميع من تضمهم المؤسسة (المدرسة مثلا) بهدف مساعدتهم في تحقيق النمو السوي" (زهران، ٢٠٠٣، ص ٤٩٩).

وتعرّف الباحثة البرنامج الإرشادي إجرائيا: بأنه مجموعة من الإجراءات الإرشادية المترابطة والمنظمة التي تتمثل في الفنيات الإرشادية الفردية والجماعية التي يستخدمها المرشد بهدف رفع كفاءة الطلاب.

[٣] الإرشاد المعرفي السلوكي Cognitive Behavioral Counseling:

هو أحد أساليب العلاج المعرفي الحديثة الذي وضع أسسه أرون بيك Beck ويفترض أن أنماط التفكير الخاطئة تسبب السلوك المضطرب، ويهدف هذا الأسلوب إلى تعديل الاعتقادات غير العقلانية وغير الواقعية والخاذلة للذات وتعليم المسترشد أساليب تفكير أخرى أكثر عقلانية وأكثر إيجابية عن طريق الحوار الفلسفي والطرق الإقناعية. وتعرّف الباحثة الإرشاد المعرفي السلوكي في الدراسة الحالية بأنه نموذج تعليمي يكتسب الأفراد من خلاله المعرفة والمهارات الفنية تجاه ما يؤثر على حياتهم وطريقة تفكيرهم في الأمور المستقبلية ليتمكنوا من مواجهتها والتغلب عليها.

[٤] الشعور بالوحدة النفسية Psychological Loneliness:

يعرّف قشقوش (١٩٧٩: ١٩) الشعور بالوحدة النفسية بأنه "إحساس الفرد بوجود فجوة نفسية تباعد بينه وبين أشخاص وموضوعات مجاله النفسي إلى درجة يشعر معها بافتقاد التقبل والتواد والحب من جانب الآخرين، بحيث يترتب على ذلك حرمان الفرد من أهلية الانخراط في علاقات مثمرة ومشبعة مع أي من أشخاص وموضوعات الوسط الذى يعيش فيه ويمارس دوره من خلاله". كما يعرّفه بيلو وبيرلمان (Peplau & Perlman,1982: 32) بأنه "خبرة مشحونة بالمشاعر السيئة نتيجة تعرض علاقات الفرد الاجتماعية للفشل أو الإحباط".

[٥] الأمن النفسي Psychological Security:

يعرّف زهرة (١٩٩١: ١٣) الأمن بأنه "الإحساس بالطمأنينة التي يشعر به الفرد سواء بسبب غياب الأخطار التي تهدد وجوده أو نتيجة لامتلاكه الوسائل الكفيلة لمواجهة تلك الأخطار حال ظهورها". وترى الباحثة بأنه الحالة التي يكون فيها الإنسان محميا ضد أو بعيدا عن خطر يهدده – أو هو إحساس يتملك الإنسان المتحرر من الخوف.

حدود الدراسة:

تتحدد الدراسة بالعينة المستخدمة المكونة من مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة، قوام كل منهما (١٠) طلاب في المرحلة الثانوية بدولة الكويت، وبالمقاييس المستخدمة لقياس الشعور بالوحدة النفسية والأمن النفسي، وبالبرنامج الإرشادي، وبالأساليب الإحصائية المستخدمة.

مفاهيم الدراسة:

يمكن عرض مفاهيم الدراسة على النحو التالي:

أولاً: مفهوم الوحدة النفسية Psychological Loneliness:

١ – تعريف الوحدة النفسية:

الوحدة النفسية في اللغة: الوحدة بفتح الواو وتسكين الحاء تعنى الانفراد، والرجل الوحيد يقصد به الرجل المنفرد بنفسه أو المنفرد برأيه (الرازي، د.ت: ٧١١ – ٧١٢)

والوحدة ضد الكثرة. إضافة إلى هذا، تتعدد الآراء ووجهات النظر حول مفهوم الشعور بالوحدة النفسية وفقاً لاتجاه ووجهات نظر كل عالم من العلماء وفيما يلي عرض لبعض هذه التعريفات، حيث عرّف موستكار (Moustakar, 1961: 41) الوحدة لغويا بأنها بقاء الفرد دون صحبة ولكنه يضيف أن الشعور بالوحدة النفسية يعتبر شعورا أعمق من مجرد البقاء دون صحبة، فهو شعور بالفراغ العاطفي. ويرى قشقوش (١٩٨٨: ٩) أن الوحدة النفسية هي مفهوم يمثل حالة نفسية تنشأ من إحساس الفرد بأنه ليس على قرب نفسي من الآخرين وهذا الإحساس ناتج عن افتقار الفرد لأن يكون طرفا فى علاقة محدودة أو مجموعة من العلاقات. أما ويس Weiss فيرى أن الشعور بالوحدة النفسية هو ظاهرة معقدة سببها النتائج العاطفية السلبية التي تتيح ألم الانفصال وغياب إشكال المودة (زهران ١٩٨٨: ٢٧).

وتعرّف شقير (٢٠٠٠: ١٦٢) الشعور بالوحدة النفسية بأنه الرغبة في الابتعاد عن الآخرين والاستمتاع بالجلوس منعزلا عنهم مع صعوبة التودد وصعوبة التمسك بهم بجانب الشعور بالنقص وعدم الثقة بالنفس. كما يعرّف حمادة (٢٠٠٣: ١٠) الوحدة النفسية بأنها شعور الفرد بوجود فجوة نفسية تباعد بينه وبين الوسط المحيط به، وذلك لحدوث خلل في علاقاته الاجتماعية بصورة كمية أو كيفية وعدم قدرته على الدخول في علاقات مشبعة ومرضية مع الآخرين إضافة إلى شعوره بالإهمال وعدم التقبل مما يؤدى إلى الشعور بالوحدة والانزواء.

كما أن الوحدة النفسية هي الرغبة في الابتعاد عن الآخرين والاستمتاع بالجلوس منعزلا عنهم مع صعوبة القدرة على التودد إليهم وصعوبة التمسك بهم بجانب الشعور بالنقص وعدم الثقة بالنفس وأنه غير محبوب وعاجز عن الدخول في علاقات اجتماعية قوية مع غيره، ويفضل أن يبقى بمفرده أطول فترة ممكنه مع شعور بالخجل والتوتر في وجود الآخرين ولا يتفاعل معهم بشكل إيجابي ومقبول، فهو شخص لا يثق بنفسه وغالبا ما يشعر بالوحدة حتى في وجود الآخرين (المزروع، ٢٠٠٣: ١٦٠). وفي هذا السياق يرى جودة (٢٠٠٥: ١٠) أن الوحدة النفسية ظاهرة من ظواهر الحياة الإنسانية يخبرها الإنسان بشكل ما وتسبب له الألم والضيق والأسى فهي حقيقة حياتية لا مفر منها، فهي لا تقتصر على فئة عمرية معينة، حيث يعاني منها الأطفال والمراهقون والراشدون والمسنون.

في ضوء كل ما تقدم من أراء وتصورات بخصوص أهمية الشعور بالوحدة النفسية فإنه يمكن القول بأن هذا الشعور يتمثل في شعور الفرد بوجود فجوة نفسية تباعد بينه وبين أشخاص وموضوعات مجاله النفسي إلى درجة يشعر فيها الفرد بافتقاد التقبل والحب

من جانب الآخرين، ويترتب على ذلك حرمانه من الاختلاط مع أفراد المجتمع الذي يعيش فيه، والذي من خلاله يمارس دوره بشكل طبيعي، وهذا هو نفس تعريف قشقوش (١٩٧٩: ١٩) للشعور بالوحدة النفسية، حيث يتفق مع مضمون وأهمية هذا الشعور طبقاً لما ورد في آراء وتصورات الباحثين وممارسة فن التعامل معها إرشادياً وعلاجياً.

ولذا يعد الشعور بالوحدة النفسية من الظواهر الاجتماعية الهامة التي تنتشر بين الأفراد في جميع مراحل العمر المختلفة من الطفولة وحتى الكهولة (جابر وعمر، ١٩٨٩: ١٠).

٢- عناصر وأبعاد ومكونات الشعور بالوحدة النفسية:

لقد تباينت آراء الباحثون واختلفت حول أبعاد ومكونات وعناصر الشعور بالوحدة النفسية، وفيما يلي عرض لأحد هذه الآراء:

أ- عناصر الشعور بالوحدة النفسية:

ترى روكاتش وآخرين (Rokach, *et al.*, 2003: 541- 542)أن هناك نموذجا يتكون من أربعة عناصر أساسية للشعور بالوحدة النفسية وهى كما يلي:

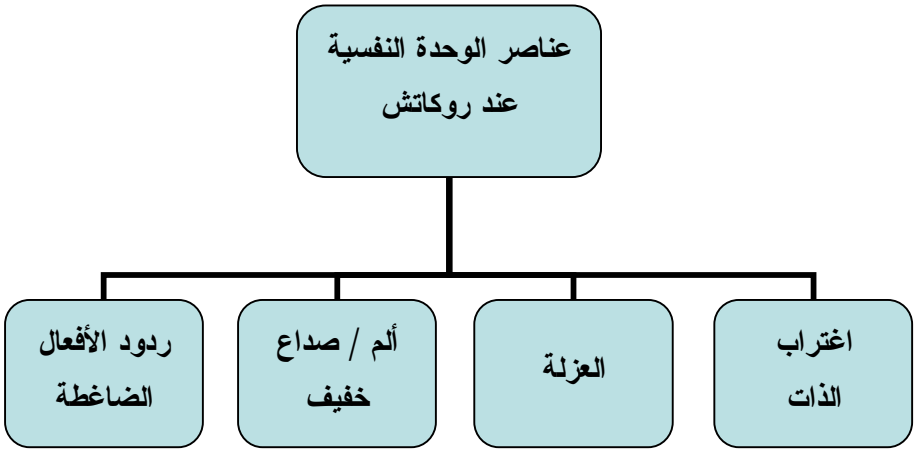
١- اغتراب الذات: وهو شعور الفرد بالفراغ الداخلي والانفصال عن الآخرين واغتراب الفرد عن نفسه وهويته والحط من قدر الذات.

٢- العزلة في العلاقات الشخصية المتبادلة: ويتمثل ذلك في مشاعر كون الفرد وحيدا انفعاليا وجغرافيا واجتماعيا وشعور الفرد بعدم الانتماء ونقص في العلاقات ذات المعنى لديه، حيث يتكون العنصر الآخر من غياب المودة وإدراك الفرد للغياب الاجتماعي والشعور بالخذلان والهجر.

٣- ألم/ صداع خفيف: وتتمثل في الهياج الداخلي والثوران الانفعالي للفرد وسرعة الحساسية والغضب وفقدان القدرة على الدفاع والاضطراب واللامبالاة الذين يستهدفون الأفراد الشاعرين بالوحدة النفسية.

٤- ردود الأفعال الموجعة الضاغطة: ويكون ذلك نتاج مزيج من الألم والمعاناة والخبرة المعاشة للشعور بالوحدة النفسية والمتضمنة للاضطراب والألم الذي يعايشه الأفراد الشاعرون بالوحدة النفسية.

ويوضح شكل (١) عناصر الوحدة النفسية عند روكاتش.



شكل (١)

عناصر الوحدة النفسية

ب- أبعاد الشعور بالوحدة النفسية:

وضع ويس (Weiss, 1973: 15) ثلاثة أبعاد أساسية لخبرة الشعور بالوحدة النفسية وهى:

- البعد الأول (العاطفة) Emotional: حيث يحتاج الأفراد دائما إلى الصداقة العاطفية الحميمة من الأشخاص المقربين وإلى التأييد الاجتماعي ويتولد الشعور بالوحدة النفسية نتيجة لفقد الأفراد الشعور بالعاطفة من قبل الآخرين.
- البعد الثاني فقدان الأمل (اليأس أو الإحباط) Despair and Frustration: وهو شعور الفرد بالقلق المرتفع والضغط النفسي عند التوقع لاحتياجات لا تتحقق، مما يولد الشعر بالوحدة النفسية.
- البعد الثالث (المظاهر الاجتماعية) Social aspects: وهى أن شعور الفرد بالوحدة النفسية يقف حائلا أمام تكوين الصداقات مع الآخرين مما يولد الشعور بالاكتئاب ويجعل الفرد مستهدفا للإدمان وانحراف المراهقين وقيامهم بسلوك يتسم بالعنف والعدوان.

ج- مكونات الشعور بالوحدة النفسية:

تكونت الوحدة النفسية من المكونات التالية:

١- إحساس الفرد بالضجر نتيجة افتقاد التقبل والتواد والحب من قبل الآخرين.

٢- إحساس الفرد بوجود فجوة نفسية Psychological gap تباعد بينه وبين الوسط المحيط يصاحبها أو يترتب عليها فقد الثقة بالآخرين.

٣- معاناة الفرد لعدد من الأعراض العصابية كالإحساس بالملل وانعدام القدرة على تركيز الانتباه والاستغراق في أحلام اليقظة.

٤- إحساس الفرد بافتقاد المهارات الاجتماعية اللازمة لانخراطه في علاقات مشبعة مثمرة مع الآخرين. (المزروع، ٢٠٠٣: ١٦١-١٦٣)

ويرى خضر والشناوي (١٩٨٨) أن مشاعر الوحدة تنتج من الحاجة للارتباط مع آخرين على أساس من الود والمحبة وإلى مقدرة الفرد على التعبير عن أفكاره وعواطفه بحرية تامة، وبدون خوف من الفرض أو سوء الفهم، وأن الوحدة أو الإحساس بها لا تحدث لكون الإنسان منفرداً بل هي نتيجة لنقص العلاقة الوثيقة والودودة مع شخص آخر، أو نتيجة نقص في نسيج العلاقات الاجتماعية التي يكون فيها الفرد جزءاً من مجموعة من الأصدقاء يشتركون في الاهتمامات والأنشطة.

٣- أسباب ومصادر الشعور بالوحدة النفسية:

إن للوحدة النفسية أسباب متعددة بعضها يعود إلى طبيعة الأشخاص أنفسهم بينما يعود البعض الآخر لاضطرابات كمية، أو كيفية في شكل العلاقات الاجتماعية، حيث يرى ويس (Weiss, 1973) أن الشعور بالوحدة يمكن أن يُعزي إلى ما يلي:

- المواقف الاجتماعية Situational: وهى تركز على النواقص أو المشكلات والصعوبات القائمة في البيئة باعتبارها أسبابا مؤدية للوحدة.
- الفروق الفردية أو ما يعرف بمجموعة الخصائص الشخصية Personal Characters: وهي التي تساعد في شعور الأفراد بالوحدة النفسية من أمثلتها الخجل والانطواء والعصابية مع وجود اختلافات بين الأفراد في هذه الخصائص (حسين، ١٩٩٠: ٩٠) .

في حين يرى Roy أن الوحدة النفسية هي حاجة للشعور بالانتماء، فلكل فرد ثلاث حاجات نفسية هي على الوجه التالي: الحاجة للحب والمشاركة الوجدانية، والحاجة إلي وجود طرف آخر يتفهم المشاعر والأحاسيس المختلفة، والحاجة لوجود من يشعر المرء بالاحتياج إليه. وفي حالة عدم إشباع الفرد للحاجات الثلاثة يشعر الفرد بالفراغ، في حين أن هذا الشعور بالوحدة ينشأ كنتيجة لنقص المهارات الاجتماعية للتواصل مع الآخرين، ومن ثم، يلزم الاهتمام بهذا التواصل الوجداني منذ الطفولة لتنمية قدرات الأفراد على التعامل مع العزلة دون الشعور بالوحدة (شيبي، ٢٠٠٥: ٢٥).

أما على مستوى الأسباب فقد أورد روكاتش وآخرون (Rokach, *et al.*, 2003: 267-282) أن الأسباب المؤدية إلى ظهور الوحدة النفسية، حيث أنها تنحصر في الأبعاد التالية: العجز الشخصي النمائي، والفشل في إقامة العلاقات، والهامشية الاجتماعية التي يعيشها الشخص.

أنواع الوحدة النفسية:

إذا كانت الوحدة النفسية لها أسباب متعددة بعضها يعود لطبيعة الأشخاص أنفسهم والبعض الآخر يعود لاضطرابات كمية أو كيفية في شكل العلاقات الاجتماعية، فإن للوحدة النفسية أنواعا كما يري (ويس) وهي على نوعين هما: الوحدة النفسية العاطفية، والوحدة النفسية الاجتماعية. ويرى ويس Weiss أن الوحدة النفسية العاطفية هي شعور داخلي يحدث نتيجة عدم الإشباع في العلاقات العاطفية للفرد أو نقص في العلاقات الودودة مع الآخرين مما يدفع الفرد للبحث عن تلك العلاقات الحميمة الدافئة من خلال الاندماج مع الآخرين أما الوحدة النفسية الاجتماعية فهي شعور خارجي يحدث نتيجة عدم كفاية العلاقات الاجتماعية للفرد أو نقص في شبكة العلاقات الاجتماعية مما يدفع الفرد للبحث عن مجموعات تشاركه الميول والاهتمامات والأفكار (الدهان،٢٠٠١: ٩٨، خضر والشناوي، ١٩٨٨: ١٢٢).

وقد ميز يونج Young بين ثلاث أنواع من الوحدة النفسية وهى على النحو التالي:

١- الوحدة النفسية العابرة: والتي تتضمن فترات من الوحدة النفسية على الرغم من أن حياة الفرد الاجتماعية تتسم بالتوافق والمواءمة.

٢- الوحدة النفسية التحولية : وفيها يتمتع الفرد بعلاقات اجتماعية طيبة في الماضي القريب ولكنه يشعر بالوحدة النفسية حديثا نتيجة لبعض الظروف المستجدة كالطلاق أو وفاة شخص عزيز.

٣- الوحدة النفسية المزمنة: وهى التي قد تستمر لفترات طويلة تصل إلى حد السنين وفيها لا يشعر الفرد بأي نوع من أنواع الرضا فيما يتعلق بعلاقاته الاجتماعية. (النيال، ١٩٩٩: ١٠٣)

الأضرار النفسية التي تنتج عن الشعور بالوحدة النفسية:

مما لاشك فيه أن معاناة الفرد وخصوصا المرأة من الشعور بالوحدة النفسية، تمثل أزمة نفسية عميقة تهز كيانهم، وتهدد أمنهم واستقرارهم الداخلي، فيختل توازنهم النفسي نتيجة لانهيار توافقهم الاجتماعي، ويترتب على ذلك بطبيعة الحال عواقب وأضرار مرضية، تظهر في عديد من أشكال الاضطرابات الانفعالية والمشكلات السلوكية كما يتضح فيما يلي: يؤكد ماهون وآخرون (Mahon, *et al.*, 1999) أن ارتفاع مستوى الشعور بالوحدة النفسية يؤثر سلباً على قدرات التفكير ألابتكاري لدى المراهقين. كذلك يتضمن الشعور بالوحدة النفسية بعض الأضرار النفسية الأخرى، والتي من أهمها، فقدان أي هدف أو معنى للحياة، والعجز عن إقامة علاقات شخصية حميمة ومستمرة مع الآخرين، وفقدان خاصية التواصل العاطفي، والفتور الانفعالي والعنف (Bragg, 1979: 55). كما يدفع شعور المراهق بالوحدة النفسية والعزلة وخاصة في مرحلة المراهقة المبكرة إلى اللجوء إلى حل الأزمة عن طريق الانتماء إلى إحدى الجماعات السياسية أو الدينية المتطرفة، وعادة ما يكون نشاط هذه الجماعات موجهاً نحو التورط في تغيير النظام القائم عن طريق استخدام العنف، حيث تؤدي العضوية في هذه الجماعات إلى إزالة القلق عند المراهق، عن طريق الشعور بالتوحد مع جماعة منظمة لها إطار مرجعي محدد وواضح، في الوقت الذي يكون فيه شاعراً بالضياع، وإن كان هذا الإطار موجهاً توجيهاً هداماً وليس بناء (إسماعيل، ١٩٩٦: ٣٣٨-٣٤١).

التغلب على الوحدة النفسية:

قد طور يونج نموذجا لعلاج مشكلة العزلة الذي تضمن ست مراحل متدرجة على الوجه التالي:

١- أن يشعر الفرد بالرضا عن نفسه.

٢- أن يشترك في نشاطات مع عدد من الأصدقاء.

٣- أن يميل نحو صديق يشعر بإمكانية عقد صداقة حميمة معه.

٤- إرساء علاقة حميمة مع صديق مناسب من خلال الإفصاح عن الذات.

٥- أن يشترك في إفصاح متبادل عن الذات مع صديق موثوق فيه.

٦- دعم الشعور بالالتزام الوجداني لصديق اعتز بصداقته. (عثمان، ٢٠٠١: ١٥٦)

ثانياً: الأمن النفسي Psychological Security:

يعد الشعور بالطمأنينة النفسية أحد مظاهر الصحة النفسية الإيجابية وأول مؤشراتها، فلقد تحدث الكثير من العلماء والمفكرين عن أبرز المؤشرات الإيجابية للصحة النفسية والتي منها شعور الفرد بالأمن النفسي والنجاح في إقامة علاقات مع الآخرين وتحقيق التوافق النفسي والبعد عن التصلب والانفتاح على الآخرين (زهران، ١٩٩٧: ١٦).

مفهوم الأمن النفسي:

أ - تعريف الأمن النفسي في اللغة: يعد مفهوم الأمن من المفاهيم اللغوية ذات الثراء في المعنى فقد ورد في لسان العرب (الأمان والأمانة بمعنى قد أمنت فأنا آمن .. والأمن: ضد الخوف والأمانة ضد الخيانة فأما آمنت المتعدي فهو ضد أخفته، وفى التنزيل: وهذا البلد الأمين" (التين: ٣) أي: الآمن يعنى مكة وهو من الأمن (ابن منظور، د.ت: ١٤٤).

ب- تعريف الأمن النفسي في الاصطلاح: عرفه زهران (١٩٩٧: ٢٩٦) بأنه الطمأنينة النفسية أو الانفعالية وهو الأمن الشخصي أو أمن كل فرد على حده، وهو حالة يكون فيها إشباع الحاجات مضمونا وغير معرض للخطر وهو محرك الفرد لتحقيق أمنه وترتبط الحاجة إلى الأمن ارتباطا وثيقا بغريزة المحافظة على البقاء.

ويعرّف (الكنانى، ١٩٨٨: ٩٣) الأمن النفسي بأنه مقدار ما يحتاج إليه الفرد من حماية لنفسه، ووقايتها من الظروف التي تشكل خطرا عليه مثل: التقلبات المناخية والطبيعية والأوبئة والأمراض والحروب وعدم الاستقرار السياسي والاقتصادي والاجتماعي والتقليل من القلق المرتفع المصاحب للمستقبل المجهول سواء فيما يتعلق بدراسته أو عمله أو مأكله أو ملبسه.

ويرى جبر (١٩٩٦: ٨٠) أن الإحساس بالأمن النفسي مرتبط بالحالة البدنية والعلاقات الاجتماعية للفرد، وكذلك مدى إشباع الدوافع الأولية والثانوية وقد صنف الأمن

النفسي في مكونين أحدهما داخلي يتمثل في عملية التوافق النفسي مع الذات والآخر خارجي يظهر في عملية التكيف الاجتماعي مع الآخرين والتفاعل معهم بعيدا عن العزلة والوحدة التي تخل بالتوازن النفسي للشباب والمراهقين وتؤثر على مستوى توافقهم الاجتماعي.

حاجة الفرد إلى الأمن النفسي:

إن الحاجة إلى الأمن من أهم الحاجات النفسية ومن أهم دوافع السلوك طوال الحياة وهى من الحاجات الأساسية اللازمة للنمو النفسي السوي والتوافق النفسي والصحة النفسية للفرد. ويذكر زهران أن الحاجة إلى الأمن هي محرك الفرد لتحقيق أمنه وترتبط ارتباطا وثيقا بغريزة المحافظة على البقاء وتتضمن الحاجة إلى الأمن الحاجة إلى شعور الفرد أنه يعيش في بيئة صديقة مشبعة للحاجات وأن الآخرين يحبونه ويحترمونه ويقبلونه داخل الجماعة وأنه مستقر وآمن ومتوافق اجتماعيا وأنه مستقر في سكن مناسب وله مورد رزق مستمر وأنه آمن وصحيح جسميا ونفسيا وأنه يتجنب الخطر ويلتزم الحذر ويتعامل مع الأزمات بحكمة ويأمن الكوارث الطبيعية ويشعر بالثقة والاطمئنان والأمن والأمان (زهران، ١٩٨٨: ٢٩٢).

وقد أشار ماسلو (Maslow, 1970: 39–43) إلى أهمية الشعور بالأمن النفسي في هذا العالم الذي يتصف بالحروب والكوارث والأزمات الاقتصادية وانتشار البطالة والخوف من المستقبل مما يجعل الطفل يشعر بالقلق والعجز واليأس. وتعد الحاجة للأمن هي الحاجة الثانية في الأهمية في هرم ماسلو للحاجات. ويرى ماسلو Maslow أن تحقيق الأمن النفسي يتم بوسائل كثيرة حسب طبيعة الفرد ومرحلة نموه ولكن أهم تلك الوسائل يتم عن طريق تجنب الفرد مصادر التهديد والألم والقلق والبحث عن الطمأنينة (الصنيع، ١٩٩٥: ٧٥).

مهددات الأمن النفسي:

إن فقدان الشعور بالأمن قد يكون سببا في حدوث الاضطرابات النفسية أو قيام الفرد بسلوك عدواني تجاه مصادر إحباط حاجته إلى الأمن وقيامه باتخاذ أنماط سلوكية غير سوية من أجل الحصول على الأمن الذي يفتقر إليه أو الانطواء على النفس من أجل المحافظة على أمنه وأن تأثير انعدام الأمن يختلف من شخص إلى آخر ومن مرحلة عمرية إلى أخرى ومن مجتمع إلى آخر ومن الأسباب التي تهدد الأمن النفسي للفرد كما أشار إلى ذلك عكاشة (١٩٨٩: ٣٤) ما يلي:

١- الخطر أو التهديد بالخطر: وهذا يثير الخوف والقلق لدى الفرد ويجعله أكثر حاجة إلى الشعور بالأمن من جانبه ومن جانب الأمراض الخطيرة وما يصاحبها في كثير من الأحيان من توتر وقلق مرتفع، واكتئاب، وشعور عام بعدم الأمن.

٢- عوامل جسمية واجتماعية: للفرد حاجات لابد من إشباعها ليكون متوافقا، إلا أن إشباعها لابد أن يكون بصورة اجتماعية، ولا شك أن الظروف الاجتماعية والأسرية السيئة كالتفكك الأسري والظروف الاقتصادية السيئة والتغيرات السريعة تمثل عوامل لسوء التوافق قد يلجأ بعض الأشخاص إلى اتخاذ الحلول الوسيطة وسيلة التوافق.

٣- عوامل نفسية: بالرغم من أن التوافق سمة أو خاصية نفسية فإن ذلك لا يعني عدم تأثرها بالمتغيرات النفسية الأخرى إذ أن هناك عوامل نفسية كثيرة يمكن أن تساعد على التوافق الحسن، أو تزيد من حدة سوء التوافق.

أساليب تحقيق الأمن النفسي:

يلجأ الفرد إلى تحقيق الأمن النفسي أو ما يسمى عمليات الأمن النفسي وهي أنشطة يستخدمها الجهاز النفسي لخفض الضغط النفسي والكرب والتوتر والإجهاد أو التخلص منه وتحقيق تقدير الذات والشعور بالأمان ويجد الفرد أمنه النفسي في انضمامه إلى جماعة تشعره بهذا الأمن (زهران، ٢٠٠٣: ٣٠٠).

ولتحقيق الأمن النفسي يتعين على الفرد تحقيق ما يلي:

١- إشباع الحاجات الأولية للفرد أساسا هاما في تحقيق الأمن والطمأنينة النفسية وهذا ما أكدت النظريات النفسية والتصور الإسلامي بحيث وضعتها في المرتبة الأولى من حاجات الإنسان التي لا حياة بدونها (الصنيع، ١٩٩٥: ٧٨).

٢- الثقة بالنفس وبالآخرين: حيث تعد من أهم ما يدعم شعور الفرد بالأمن والعكس صحيح فأحد أسباب فقدان الشعور بالأمن والاضطرابات الشخصية هو فقدان الثقة بالنفس على نحو تصبح الثقة بالآخرين مسألة مستحيلة ومن ثم يفقد الفرد تواصله مع الآخرين (عيد، ١٩٩٧: ٢٢٩).

٣- تقدير الذات وتطويرها: هو أسلوب يقوم على أن يقدر الفرد قدراته ويعتمد عليها عند الأزمات، ثم يقوم بتطوير الذات عن طريق العمل على إكسابها مهارات

وخبرات جديدة تعينه على مواجهة الصعوبات التي تتجدد في الحياة (الصنيع، ١٩٩٥: ٧٨).

٤- العمل على كسب رضا الناس وحبهم ومساندتهم الاجتماعية والعاطفية: بحيث يجد الفرد من يرجع إليه عند الحاجة، كما أن للمجتمع دورا في تقديم الخدمات التي تضمن للفرد الأمن عن طريق المساواة في معاملة جميع الأفراد مهما كانت مراكزهم الاجتماعية لأن العدل أساس الأمن (راجح، ١٩٧٣: ١١٣٠).

٥- الاعتراف بالنقص وعدم الكمال: إن وعي الفرد بعدم بلوغه الكمال يجعله يفهم طبيعة قدراته وضعفها وبالتالي فإنه يقوم باستغلال تلك القدرات الاستغلال المناسب دون القيام بإهدارها من غير فائدة حتى لا يخسرها عندما يكون في أمس الحاجة إليها ومن هنا فإنه يسعى إلى سد ما لديه من نقائص عن طريق التعاون مع الآخرين وهذا يشعره بالأمن لأن ذلك يجعله يؤمن بأنه لا يستطيع مواجهة الأخطار وحده دون مساعدة الآخرين والتعاون معهم (الصنيع، ٢٠٠٢: ٧٩).

٦- معرفة حقيقة الواقع وهذا يقع على عاتق المجتمع وله الدور الكبير في توفيره، وخاصة في الحياة المعاصرة التي أصبح فيها الفرد يعتمد على وسائل الإعلام في معرفة الحقائق المختلفة وتظهر أهمية هذا الأسلوب في حالة الحروب حيث أن الأفراد الذين يعرفون حقيقة ما يجري حولهم هم أكثر صلابة في مواجهة أزمات الحروب على عكس الأفراد المضللين الذين لا يعرفون ما يحدث حولهم (الصنيع، ١٩٩٥: ٨٠).

دراسات سابقة:

يمكن تصنيف الدراسات السابقة إلى المحاور التالية:

أولا: الدراسات التي تناولت الوحدة النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات:

بعد الإطلاع على الدراسات السابقة التي تتعلق بموضوع الوحدة النفسية تبين أن هناك عددا من الدراسات تدور حول موضوع الوحدة النفسية من حيث علاقتها بمتغيرات مختلفة، وبمراحل عمرية مختلفة كالطفولة والشباب والمسنين وهى على النحو التالي:

قام خضر والشناوي (١٩٨٨) بدراسة العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية وبعض متغيرات الشخصية، وقد طبقت الدراسة على مجموعة مكونة من (٣٠٠) فردا،

منهم (١٥٠) طالبا بالمرحلة الثانوية و(١٥٠) طالبا جامعيا وأهم ما أظهرته النتائج دراستهما وجود علاقة موجبة دالة إحصائيا بين درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس الشعور بالوحدة النفسية ودرجاتهم على مقياس العصابية.

كما أجرى حسين (١٩٩٤) دراسة بعنوان الوحدة النفسية وعلاقتها ببعض سمات الشخصية، هدفت إلى معرفة العلاقة بين الوحدة النفسية وأربعة من السمات الشخصية وهي: السيطرة، والمسئولية، والاتزان الانفعالي، والاجتماعية. تكونت عينة الدراسة من (١٨٢) طالباً من جامعة عين شمس منهم (٩٠) أنثى و (٩٢) من الذكور، واستخدم الباحث مقياس الشعور بالوحدة النفسية من إعداد خضر والشناوي (١٩٨٨) واختبار البروفيل الشخصي من إعداد جابر عبد الحميد وفؤاد أبو حطب، وقد تبين من نتائج الدراسة وجود علاقة سالبة ودالة إحصائيا بين الوحدة النفسية من جانب والسمات التالية: الاجتماعية، والالتزام الانفعالي، والسيطرة من جانب آخر ، ولم تظهر ارتباطات دالة بين الوحدة النفسية وسمة المسئولية لدى الجنسين ولكن الإناث أظهرن شعورا بالوحدة النفسية أكثر من الذكور.

وأما دراسة خوج (٢٠٠٢) فقد هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين الخجل والشعور بالوحدة النفسية وأساليب المعاملة الوالدية لدى عينة من طالبات المرحلة المتوسطة بمدينة مكة المكرمة، كما هدفت إلى الكشف عن الفروق فى الخجل والشعور بالوحدة النفسية نتيجة لاختلاف العمر الزمني وقد شملت العينة (٤٨٤ طالبة) من طالبات المرحلة المتوسطة بمدينة مكة المكرمة، حيث استخدمت الباحثة مقياس الخجل (للدرينى) ومقياس الشعور بالوحدة النفسية (الدسوقى، ١٩٩٨) ومقياس أساليب المعاملة الوالدية للنفيعي (١٩٩٧). وقد بينت نتائج الدراسة وجود علاقة موجبة ذات دلالة إحصائية بين الخجل والشعور بالوحدة النفسية لدى أفراد العينة، كما أن هناك علاقة بين كل من الأسلوب العقابي للأب والأم وأسلوب سحب الحب للأب والشعور بالوحدة النفسية، كذلك ظهرت علاقة بين كل من أسلوب سحب الحب للأم وأسلوب التوجيه والإرشاد للأب والأم و الشعور بالوحدة النفسية. كما بينت نتائج الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الدرجات التي حصل عليها أفراد العينة في مقياس الشعور بالوحدة النفسية ترجع لمتغير العمر.

ودراسة غانم (٢٠٠٢) بعنوان: "المساندة الاجتماعية المدركة وعلاقتها بالشعور بالوحدة النفسية والاكتئاب لدى المسنين والمسنات في مؤسسات إيواء وأسر طبيعية" أجريت الدراسة بهدف الكشف عن علاقة المساندة الاجتماعية المدركة بكل من الشعور بالوحدة النفسية والاكتئاب لدى المسنين والمسنات في مؤسسات إيواء وأسر طبيعية، وقد

استخدم الباحث المنهج الوصفي المقارن على عينة مكونة من (١٠٠) مسناً ومسنة (يعيشون في دور ٧٤ عاماً، وقد استخدم الباحث مقياس - إيواء وأسر طبيعية حيث تراوحت أعمارهم ما بين ٦٠ المساندة الاجتماعية المدركة الذي ترجمته وأعدته للبيئة العربية) مروى محمد شحته (٢٠٠٠) نقلا عن بطارية المساندة الاجتماعية لكراوس، كما استخدم مقياس الشعور بالوحدة النفسية ترجمة وإعداد) عبد الرقيب البحيري (وقائمة بيك للاكتئاب) ترجمه وأعده للغة العربية غريب عبد الفتاح (١٩٨٥) عن الصورة المختصرة لمقياس بيك للاكتئاب، وقد بينت نتائج الدراسة أن إدراك المسنين والمسنات الذين يعيشون في بيئة طبيعية للمساندة الاجتماعية أكبر وأفضل من المسنين والمسنات الذين يقيمون في دور الإيواء، وأن إدراك الشعور بالوحدة النفسية والاكتئاب يتزايد لدى المسنين والمسنات المقيمين في دور الإيواء.

وبالمثل قام مخيمر (٢٠٠٣) بدراسة هدفت إلى فحص العلاقة بين إدراك الرفض الوالدي ورفض الأقران والشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من المراهقين بلغ حجمها (٢٩٥) فردا، (١٤٧) منهم مراهقا و(١٤٨) مراهقة تراوحت أعمارهم بين (١٢ – ١٥) عاما. ومن بين النتائج التي أظهرتها الدراسة وجود ارتباط موجب دال إحصائيا بين الرفض الوالدي والشعور بالوحدة النفسية لدى كل من المراهقين والمراهقات، ووجود ارتباط موجب دال إحصائيا بين رفض الأقران والشعور بالوحدة النفسية لدى كل من المراهقين والمراهقات، كما تزايد الشعور بالوحدة النفسية بفعل التأثير المشترك للرفض الوالدي ورفض الأقران لدى كل من المراهقين والمراهقات.

ودراسة المزروع (٢٠٠٣) بعنوان: "فعالية برنامج إرشادي لتنمية المهارات الاجتماعية في تخفيف حدة الشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى " أجريت بهدف التعرف على عناصر الشعور بالوحدة النفسية، وتصميم برنامج إرشادي لخفض حدة الشعور بالوحدة النفسية لدى طالبات جامعة أم القرى المقيمات بالوحدات السكنية، حيث استخدمت الباحثة المنهج التجريبي للتحقق من ذلك على عينة مكونة من (٢٠) طالبة من (٢٤) سنة بمتوسط عمري قدره (٢١) طالبات جامعة أم القرى تتراوح أعمارهن ما بين (١٨) سنة، وقد استخدمت الباحثة مقياس الشعور بالوحدة النفسية إعداد إبراهيم قشقوش، واختبار المصفوفات المتتابعة لرافن، ومقياس المستوى الاجتماعي /الاقتصادي الثقافي للأسرة السعودية إعداد سهير عجلان، و البرنامج الإرشادي من إعداد الباحثة والذي يهدف لخفض الشعور بالوحدة النفسية ويعتمد بصفة عامة على الإرشاد الجماعي القائم على الفنيات المنتقاة التالية(التقارير اللفظية الذاتية، التشجيع، فنية لعب

الدور، وفنية السيكودراما، وفنية السيسيودراما) ، وقد تبين من تحليل بيانات الدراسة إحصائيا الفعالية الإيجابية لبعض الفنيات الإرشادية المنتقاة التي تم تطبيقها على عينة الدراسة بهدف زيادة درجة المهارات الاجتماعية لديهن، ثم خفض حدة الشعور بالوحدة النفسية والذي كانت تخبره العينة قبل إجراء تلك الجلسات حيث تبين فعالية كل من فنية (لعب الدور، التمثيل النفسي المسرحي، التمثيل الاجتماعي).

أما دراسة شيبى (٢٠٠٥) فقد هدفت إلى الكشف عن الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بسمات الشخصية وفقا للمقياس المعد اعتمادا على نظرية أريسكون ودراسة الأثر المحتمل لكل من متغير (العمر والتخصص والمستوى الدراسي) على المتغيرات الأخرى. أجريت الدراسة على عينة من طالبات جامعة أم القرى وشملت العينة (٤٠٠) طالبة، (٢٠٠) طالبة من التخصص الأدبي و(٢٠٠) طالبة من التخصص العلمي. وقد كشفت الدراسة عن وجود ارتباط سالب بين الوحدة النفسية وسمات الشخصية (مثل: الإحساس بالثقة، وفقد الإحساس بالاستقلال، والإحساس بالمبادأة، والإحساس بالإنجاز، والإحساس بالهوية، والإحساس بالألفة، والإحساس بالتدفق)، كما أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الشعور بالوحدة النفسية وفقا لمتغيرات المستوى الدراسي والتخصص لصالح الأقسام الأدبية.

كما أجرت جودة (٢٠٠٦) هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الوحدة النفسية والاكتئاب لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة الأقصى ومعرفة مدى تأثر الوحدة النفسية والاكتئاب بكل من النوع والسكن والحالة الاجتماعية. وقد بلغت عينة الدراسة (٤٥٠) طالبا وطالبة، (٢١٧) طالبا و(٢٣٣) طالبة وقد استخدمت الباحثة مقياس الوحدة النفسية إعداد إبراهيم قشقوش (١٩٨٨) ومقياس بيك الثاني للاكتئاب. بينت نتائج الدراسة أن هناك علاقة موجبة بين الوحدة النفسية والاكتئاب، كما بينت الدراسة عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات أفراد العينة في مقياس الوحدة النفسية تعزى لمتغير النوع، ولكن وجودت فروق دالة تعزى لمتغيري السكن والحالة الاجتماعية حيث تبين أن سكان المدينة أكثر شعورا بالوحدة النفسية مقارنة بسكان المخيم وأن المتزوجين أقل معاناة من الوحدة النفسية مقارنة بغير المتزوجين.

ودراسة كردي (٢٠٠٦) بعنوان: "اضطرابات النوم والشعور بالوحدة النفسية والاكتئاب لدى عينة من المسنات في مدينة الطائف" هدفت الدراسة إلى التعرف على الفروق بين درجات المسنات بدار الرعاية الاجتماعية والمسنات اللاتي يسكن مع أسرهن في مدينة الطائف بالنسبة للمتغيرات الآتية (اضطرابات النوم، والاكتئاب والشعور بالوحدة النفسية)، وقد اعتمدت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي، على عينة مكونة من (٢٥) من

المسنات بدار الرعاية الاجتماعية، و(٣٠) من المسنات المقيمات مع ذويهم، حيث تم اختيار العينة عشوائيا، وقد استخدمت الباحثة مقياس الوحدة النفسية ومقياس يسافاج Yasavage ، اضطرابات النوم (تعريب رباب محمود) إعداد الباحثة (ومقياس الاكتئاب) وكان من نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المسنات المقيمات في دار الرعاية الاجتماعية ودرجات المسنات المقيمات مع ذويهم على مقياس الشعور بالوحدة النفسية لصالح المسنات بدار الرعاية الاجتماعية ،حيث أنهن أكثر شعوراً بالوحدة النفسية.

ودراسة عابد (٢٠٠٨) بعنوان: "علاقة الشعور بالوحدة النفسية لدى زوجات الشهداء بكل من المساندة الاجتماعية والالتزام الديني" هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن علاقة الشعور بالوحدة النفسية لدى زوجات الشهداء بكل من المساندة الاجتماعية والالتزام الديني، كما هدفت إلى الكشف عما إذا كان هناك فروق في مستوى الشعور بالوحدة النفسية يمكن أن تعزى إلى بعض المتغيرات الديمغرافية مثل المستوى الاقتصادي للأسرة، نمط السكن، عدد الأبناء، عدد السنوات بعد استشهاد الزوج، المؤهل العلمي للزوجة، ومكان السكن. واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي ,تكونت عينة الدراسة الاستطلاعية من (٥٠) زوجة شهيد من شهداء انتفاضة الأقصى وذلك للتحقق من صدق وثبات أدوات الدراسة، كما تكونت العينة الفعلية من (١٥٣) زوجة شهيد من شهداء انتفاضة الأقصى: قامت الباحثة بأعداد الأدوات التالية (استبانه الوحدة النفسية – استبانه المساندة الاجتماعية – واستبانه الالتزام الديني) استخدمت الأساليب الإحصائية التالية (التكرارات والمتوسطات الحسابية والنسب المئوية – تحليل التباين) توصلت الدراسة إلى النتائج التالية: توجد علاقة ارتباطيه عكسية دالة إحصائيا بين الشعور بالوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية.– لا توجد علاقة ارتباطيه بين الشعور بالوحدة والالتزام الديني .–لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الشعور بالوحدة النفسية تعزى لكل من المستوى الاقتصادي، نمط السكن، عدد الأبناء. توجد فروق دالة إحصائيا في مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى زوجات الشهداء تعزى لكل من عدد السنوات، والمؤهل العلمي، ومكان السكن.

ثانيا: الدراسات التي تناولت الأمن النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات:

أجرى أبو بكرة (١٩٩٣) دراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين القيم الدينية والأمن النفسي لدى عينة من (560) طالب وطالبة من جامعة اليرموك بالأردن، واستخدم الباحث مقياس ماسلو للأمن النفسي، وأظهرت النتائج علاقة دالة بين القيم

الدينية والأمن النفسي أي أن الطلبة المتمسكين بالقيم الدينية أكثر شعورًا بالأمن النفسي.

كما تناولت دراسة حسين (١٩٩٣) الشعور بالأمن النفسي في ضوء بعض المتغيرات كالمستوى الدراسي والتخصص والتحصيل الأكاديمي لدى عينة من طلبة الثانوية بمدينة الرياض، وتكونت العينة من (١٧٦) طالباً من المرحلة الثانوية واستخدم الباحث مقياس ماسلو (للأمن/ وعدم الأمن). أظهر النتائج تقاربا في مستوى الشعور بالأمن لدى الطلاب ولكن الشعور بعدم الأمن كان مرتفعا مقارنة بعينات أمريكية ولم يظهر تأثير للمستوى الدراسي أو للتخصص أو التحصيل الأكاديمي على الشعور الأمن النفسي.

ودراسة دافيز وآخرون (Davis, *et al,* 1995) التي هدفت إلى التعرف على أثر النزاع بين البالغين على مستوى الأمن النفسي لديهم، وتكونت العينة من (١١٢) طفلا من الذكور والإناث من مجموعات عمرية مختلفة من ولاية فرجينا الأمريكية، واستخدم الباحث عدة أدوات لقياس الأمن النفسي لدى الأطفال وأظهرت النتائج وجود علاقة بين النزاع بين البالغين وشعور الأطفال بعدم الأمن في جميع المجموعات العمرية المختلفة، وعدم وجود فروق دالة في العلاقة بين الصراع الخاص لدى البالغين والأمن النفسي بين المجموعات الثلاث.

وفي دراسة جبر (١٩٩٦) التي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الأمن النفسي وبعض المتغيرات الجنس، السن، الحالة الاجتماعية، مستوى التعليم وأجريت الدراسة على عينة من (٣٤٢) فردًا من الذكور والإناث البالغين من مستويات تعليمية واجتماعية مختلفة، منهم (٢٥٢) متزوجون و(٩٥) من غير المتزوجين، واستخدم الباحث اختبار ماسلو للأمن النفسي وأظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائيا في مستويات الأمن النفسي بين الذكور والإناث، وزيادة الشعور بالأمن مع تقدم السن وزيادة المستوى التعليمي.

ودراسة عيد (١٩٩٧) التي هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين فقدان الأمن النفسي وقوة الأنا، وأجريت على عينة من (٣٠٠) طالب وطالبة في المرحلتين الإعدادية والثانوية، واستخدم الباحث مقياس الأمن النفسي من إعداده، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة سالبة بين فقدان الأمن النفسي والاتجاه الايجابي نحو الأنا.

وقام سعد (١٩٩٨) بدراسة هدفت إلى فحص العلاقة بين مستويات الأمن النفسي والتفوق التحصيلي. أجريت الدراسة على عينة من (٢٥٥) طالباً وطالبة من المتفوقين وغير المتفوقين من كليات علمية وإنسانية بجامعة دمشق واستخدام الباحث قائمة

ماسلو للشعور بالأمن/ وعدم الأمن النفسي. أظهرت النتائج وجود ارتباط دال بين مستوى الأمن النفسي والتفوق.

في حين قامت عودة (٢٠٠٢) بدراسة استهدفت التعرف على طبيعة العلاقة بين المناخ النفسي والاجتماعي والطمأنينة الانفعالية وقوة الأنا، وتكونت العينة من (٣٧٦) طالبة من الجامعة الإسلامية بغزة، واستخدمت الباحثة مقياسًا للطمأنينة الانفعالية من إعدادها وأظهرت النتائج ارتباطًا دالا بين المناخ النفسي الاجتماعي والطمأنينة الانفعالية، ولم تظهر فروقات دالة إحصائيا في مستوى الطمأنينة الانفعالية بين الطالبات باختلاف تخصصاتهم.

وقد قام عبد المجيد (٢٠٠٤) بدراسة هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الأمن النفسي وإساءة المعاملة لدى عينة قوامها (٣٣١) من تلاميذ المدارس الابتدائية الحكومية والخاصة، وقام الباحث بتصميم مقياس للأمن النفسي وآخر لسوء المعاملة. وأظهرت النتائج وجود علاقة سالبة بين سوء المعاملة والأمن النفسي، كما عانى الذكور من سوء المعاملة أكثر من الإناث، أضف إلى ذلك أظهرت النتائج وجود تفاعل إحصائيا بين الجنس ونوع الدراسة والأمن النفسي.

وفى دراسة المهندس (٢٠٠٦) والتي هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين أساليب المعاملة الوالدية للأب والأم والأمن النفسي والقلق لدى عينة من طالبات المرحلة المتوسطة بمدينة جدة. توصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين منخفضات ومرتفعات القلق في أسلوب التوجيه والإرشاد للأب وللأم، ولكن توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين منخفضات ومرتفعات القلق في أساليب معامل سحب الحب. ولم تظهر الدراسة فروق ذات دلالة إحصائية بين منخفضات ومرتفعات الأمن النفسي في الأسلوب العقابي للأب.

تعقيب على الدراسات السابقة:

باستقراء سريع لأدبيات الدراسات السابقة تظهر أهمية دراسة الشعور بالوحدة النفسية والإحساس بالأمن النفسي وخاصة عند طلبة المرحلة الثانوية، كما أن مراجعة التراث النفسي تكشف عن وجود علاقات ارتباطية بين كل من متغيري الجنس والتخصص الأكاديمي والأمن النفسي والوحدة النفسية لكن الملاحظ أنه وعلى الرغم من حجم الدراسات التي تعكس اهتماما واسعا بهذه الظاهرة التي تمت على المستوى العربي والأجنبي إلا أن هناك ندرة فيما يتعلق بالبرامج الإرشادية وهو ما تسعى هذه الدراسة

إلى تحقيقه. كما يتضح من الدراسات السابقة مدى أهمية موضوع الوحدة النفسية والأمن النفسي لما لهما من آثار سلبية على مختلف جوانب الشخصية لدى الفرد وفى مختلف مراحل حياته. وعلى الرغم مما توصلت إليه الدراسات التي اهتمت بموضوع الوحدة النفسية والأمن النفسي لدى الطلاب إلا أن فئة طلاب المرحلة الثانوية لم تحظ باهتمام كاف من الدراسات التربوية والنفسية مقارنة بطلاب وطالبات المرحلة الجامعية بالإضافة إلى أن معظم الدراسات كانت وصفية.

فروض الدراسة:

بعد عرض المفاهيم الخاصة بالشعور بالوحدة النفسية والأمن النفسي، ونتائج الدراسات السابقة في هذا الصدد، يمكن صياغة فروض الدراسة على النحو التالي:

١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات الوحدة النفسية بين أفراد المجموعة التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنامج الإرشادي لصالح التطبيق البعدي.

٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات الوحدة النفسية بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة بعد تطبيق البرنامج الإرشادي لصالح افرد المجموعة التجريبية.

٣- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات الوحدة النفسية بين أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي.

٤- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات الأمن النفسي بين أفراد المجموعة التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنامج الإرشادي لصالح التطبيق البعدي.

٥- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات الأمن النفسي بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة بعد تطبيق البرنامج الإرشادي لصالح أفراد المجموعة التجريبية.

٦- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات الأمن النفسي بين أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي.

منهج الدراسة:

تأسيسا على مشكلة الدراسة وتساؤلاتها فإن المنهج الملائم للدراسة الحالية هو المنهج شبه التجريبي من أجل ذلك فقد تم استخدام أحد تصميمات المنهج شبه التجريبي وهو تصميم المجموعات غير المتكافئة القائم على مجموعتين "تجريبية – ضابطة" واختبارين "قبلي– بعدى" لمعرفة أثر المتغير المستقل "فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي" على المتغير التابع درجة الوحدة النفسية ودرجة الأمن النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية بدولة الكويت.

عينة الدراسة وإجراءاتها:

تم اختيار عينة الدراسة على مرحلتين: المرحلة الأولى تم تطبيق مقياسي الوحدة النفسية والطمأنينة النفسية على عينة قوامها (٤٤٧) من طلاب الصف العاشر من المرحلة الثانوية بنين تراوحت أعمارهم بين ١٥ إلى ١٦ عاما، وتم اختيارهم بطريقة العينة العشوائية الطبقية. وفيما يلي خطوات اختيار طلاب المجموعتين التجريبية والضابطة تفصيليا:

المرحلة الأولى:

تم اختيار عينة عشوائية طبقية من طلاب المرحلة الثانوية بدولة الكويت حسب الخطوات التالية:

- تم تقسيم دولة الكويت إلى ستة مناطق تعليمية.
- تم حصر المدارس الثانوية الموجودة في كل منطقة تعليمية.
- تم الاختيار العشوائي لعدد من المدارس الثانوية الحكومية داخل كل منطقة تعليمية.
- تم تطبيق مقاييس الوحدة النفسية والأمن النفسي على الطلاب التي تم اختيارها وعددهم (٤٤٧).
- تم تصحيح درجات الوحدة النفسية لعينة الدراسة الكلية (٤٤٧) طالبا حيث تعطى الدرجة (٣) للاستجابة (تنطبق تماما) وتصل إلى (١) درجة للاستجابة لا تنطبق تماما وبذلك تتراوح الدرجة من (٤٩–١٣٨) كما سيرد تفصيليا عند الحديث عن تصحيح المقياس.

- تم تحديد الطلاب الذين كانت درجاتهم الخام على مقياس الوحدة النفسية الذي تتراوح درجاته من (١٠٨-١٣٨) وكان عددهم (٢٨) طالبا الذين يعانون من الوحدة النفسية.
- تم تصحيح مقياس الأمن النفسي وحساب الدرجة الخام وهي عبارة عن مجموع درجات المفحوص على المقياس التي تتراوح درجاته من ١٥-١٦٥ درجة ثم حساب الدرجة التائية المقابلة للدرجة الخام ومنها يمكن تحديد مستوى الأمن النفسي لدى المفحوص حسب معيار أن حصول المفحوص على درجة تائية ٧٠ فأكثر تعني انه يعاني من عدم الطمأنينة النفسية باعتباره مرضا.
- وجد أن عدد الطلاب الذين كانت درجاتهم الخام تقابل الدرجة التائية (٧٠ فأكثر) هو (٣٧) طالبا.
- تم الرجوع إلى درجات الطلاب مرتفعي الإحساس بالوحدة النفسية (٢٨)، منخفضي عدم الأمن النفسي (٣٧) طالبا وجد أن من بينهم (٢٠) طالبا فقط كانت درجاتهم على مقياس الأمن النفسي منخفضة والإحساس بالوحدة النفسية مرتفعة.

المرحلة الثانية:

تم اختيار العينة القصدية (٢٠) طالبا والتي تتوافر فيها خصائص العينة المطلوبة لتحقيق البحث من حيث الإحساس المرتفع بالوحدة النفسية وشعورهم بعدم الأمن النفسي وتم تقسيمهم عشوائيا إلى مجموعتين إحداهما تجريبية (١٠) طلاب، وهذه المجموعة تعرضت للبرنامج الإرشادي، والثانية هي المجموعة الضابطة (١٠) طلاب وهذه المجموعة لم تتعرض للبرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي. ويوضح جدول (١) التكافؤ بين المجموعتين في متغيرات الدراسة.

جدول (١)

التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات الدراسة باستخدام معادلة مان – وتني Mann – Whitney

متغيرات الدراسة		المجموعة التجريبية					المجموعة الضابطة					قيم z	الدلالة الإحصائية
		العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	متوسط الرتب	مجموع الرتب	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	متوسط الرتب	مجموع الرتب		
العمر		١٠	١٥,٧١	٠,٥٩	٦,٨٣	٦٨,٣	١٠	١٥,٦٨	٠,٦١	٦,١٧	٦١,٧	٠,١٣	غـ.د
الوحدة النفسية	العزلة والانسحاب	١٠	٢١,٤٠	٢,٣١	٦,٩٢	٦٩,٢	١٠	١٩,٩٨	٢,٢٩	٦,٠٨	٦,٠٨	٠,٢٠	غـ.د
	قلة الصداقة	١٠	١٩,١٧	٢,٤٣	٦,٥٠	٦٥,٠	١٠	١٩,٠٦	٢,٤٥	٦,٢١	٦٢,١	٠,٢٧	غـ.د
	فقدان الاتصال	١٠	٣٠,٤٣	٢,٢٥	٦,٨٩	٦٨,٩	١٠	٣٠,٤١	٢,٢٦	٦,٥٠	٦٥,٠	٠,٣١	غـ.د
	النبذ الاجتماعي	١٠	٢٨,٢٧	٢,٣٦	٦,٥١	٦٥,١	١٠	٢٨,٢١	٢,٣٨	٦,٢٣	٦٢,٣	٠,٥٦	غـ.د
الدرجة الكلية		١٠	٩٩,٢٧	٣,٠١	٧,٠٠	٧,٠٠	١٠	٩٧,٦٦	٣,٠٥	٦,٦٥	٦٦,٥	٠,٦٩	غـ.د
الأمن النفسي	الرضا عن الحياة	١٠	٢٤,٢٢	٢,٢٧	٦,٨٩	٦٨,٩	١٠	٢٤,١٩	٢,٢٤	٦,٨٥	٦٨,٥	٠,٤٣	غـ.د
	الطمأنينة النفسية	١٠	١٨,٢٧	٢,٦١	٦,٩٢	٦٩,٢	١٠	١٨,١٧	٢,٥٩	٦,٦٨	٦٦,٨	٠,٥٦	غـ.د
	الاستقرار الاجتماعي	١٠	٢٣,٦٥	٢,٣٩	٧,٠١	٧٠,١	١٠	٢٣,٢٦	٢,٤١	٦,٩٩	٦٩,٩	٠,٦١	غـ.د
	التقدير الاجتماعي	١٠	٢٠,٦٧	٢,٤١	٥,٥٧	٥٥,٧	١٠	٢٠,٢٥	٢,٤٣	٥,٥٩	٥٥,٩	٠,٧٧	غـ.د
الدرجة الكلية		١٠	٨٦,٨١	٣,١٤	٦,٦١	٦٦,١	١٠	٨٥,٨٧	٣,١٨	٦,٦٤	٦٦,٤	٠,٩١	غـ.د

أوضحت النتائج في جدول (١) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد المجموعة التجريبية والضابطة في كل من المتغيرات التالية: العمر، الدرجة الكلية للوحدة النفسية وأبعادها (العزلة والانسحاب – قلة الصداقة – فقدان الاتصال – النبذ الاجتماعي)، والدرجة الكلية للأمن النفسي وأبعاده (الرضا عن الحياة – الطمأنينة النفسية – الاستقرار الاجتماعي – التقدير الاجتماعي)، حيث لم تصل قيم "z" إلى

مستوى الدلالة الإحصائية، وهذا إنما يدل على وجود تكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة قبل تطبيق البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي.

أدوات الدراسة:

استخدمت الباحثة الأدوات القياسية التالية:

[١] مقياس الوحدة النفسية Psychological Loneliness scale:

قامت الباحثة بإعداد مقياس الوحدة النفسية بعد دراسة واسعة للموضوع وفقاً للخطوات التالية:

١- اطلعت على الأطر النظرية والدراسات السابقة التي تناولت موضوع الوحدة النفسية بالبحث والدراسة.

٢- الاطلاع على مجموعة مقاييس للوحدة النفسية ومنها مقياس الشعور بالوحدة النفسية من إعداد راسيل Rasel وتعريب وتقنين الدسوقي (١٩٩٨)، ومقياس الشعور بالوحدة النفسية من إعداد قشقوش (١٩٨٨).

٣- صياغة التعريف الإجرائي للوحدة النفسية وبناء عليه تمت صياغة فقرات المقياس.

وصف المقياس: تكون مقياس الوحدة النفسية في صورته النهائية من (٤١)فقرة موزعة على الأبعاد التالية: بعد العزلة والانسحاب (٩) عبارات، وبعد قلة الصداقة (٩) عبارات، وبعد فقدان الاتصال (١٢) عبارة، وبعد النبذ الاجتماعي (١١) عبارة.

تصحيح المقياس: تقع الإجابة على فقرات المقياس في ثلاثة مستويات هي: تنطبق تماما (٣ درجات)، تنطبق إلى حد ما (٢ درجة)، لا تنطبق إطلاقا (١) للعبارات الموجبة، ويُعكس التصحيح للبنود السلبية.(البنود السلبية: ٩-١٩-٢٣-٢٤-٢٥-٢٧-٢٩-٣٠-٣١)، وارتفاع الدرجة يعني ارتفاع الوحدة النفسية، والعكس صحيح.

الخصائص السيكومترية للمقياس:

أولا: الصدق:

١- صدق المحكمين: تم عرض المقياس في صورته الأولية (٥٠ فقرة) على مجموعة من أساتذة الجامعات من المتخصصين عددهم (٧)، حيث قاموا بإبداء أرائهم وملاحظاتهم حول مناسبة فقرات المقياس للغرض من تصميمه، وكذلك وضوح صياغاته اللغوية وفي

ضوء تلك الآراء تم استبعاد بعض الفقرات وإضافة فقرات أخرى وتعديل بعضها الأخـــر ليصبح عدد فقرات مقياس الوحدة النفسية في صورته بعد التحكيم (٤٦) فقرة.

٢- الاتساق الداخلي: تم حساب الاتساق الداخلي لعبارات أبعاد الوحدة النفسية، وذلك من خلال حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي ينتمـــي إليه، وذلك من خلال تطبيقه على عينة مكونة من (٨٠) طالباً. ويوضح جدول (٢) معاملات الاتساق الداخلي لعبارات أبعاد مقياس الوحدة النفسية، ودلالتها الإحصائية.

جدول (٢)
معاملات الاتساق الداخلي لعبارات أبعاد مقياس الوحدة النفسية، ودلالتها الإحصائية
(ن = ٨٠)

العزلة والانسحاب		قلة الصداقة		فقدان الاتصال		النبذ الاجتماعي	
رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
١	**٠,٨٥	١١	**٠,٦٨	٢٣	**٠,٦١	٣٥	**٠,٦٩
٢	**٠,٨٣	١٢	**٠,٦٠	٢٤	**٠,٦٤	٣٦	**٠,٧٤
٣	**٠,٧٦	١٣	**٠,٣١	٢٥	**٠,٦٥	٣٧	**٠,٨٠
٤	**٠,٨٢	١٤	**٠,٧٠	٢٦	**٠,٦٩	٣٨	**٠,٨٤
٥	**٠,٧٠	١٥	**٠,٧٣	٢٧	**٠,٥٩	٣٩	**٠,٨٢
٦	٠,٠٧	١٦	**٠,٦٩	٢٨	**٠,٤٩	٤٠	**٠,٣٢
٧	**٠,٥٥	١٧	**٠,٣٠	٢٩	**٠,٤٩	٤١	**٠,٧٣
٨	**٠,٧٧	١٨	٠,١٢	٣٠	**٠,٦٦	٤٢	**٠,٧٢
٩	**٠,٨٣	١٩	٠,٠٣	٣١	**٠,٦٦	٤٣	**٠,٧٥
١٠	**٠,٦٨	٢٠	**٠,٤٥	٣٢	**٠,٣١	٤٤	**٠,٧٩
		٢١	**٠,٤٧	٣٣	**٠,٤٠	٤٥	**٠,٧٥
		٢٢	٠,٠٧	٣٤	**٠,٤٦	٤٦	٠,٠١

أشارت النتائج في جدول (٢) إلى ما يلي:

- العزلة والانسحاب: لم تصل معامل الارتباط للعبارة (٧) إلى مستوى الدلالة الإحصائية، بينما تراوحت معاملات الارتباط لبقية العبارات ما بين (٠,٥٥) إلى (٠,٨٥)، وكلها دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١.

- قلة الصداقة: لم تصل معاملات الارتباط للعبارات (١٨، ١٩، ٢٢) إلى حدود الدلالة الإحصائية، بينما تراوحت معاملات ارتباط بقية العبارات من (٠,٣١) إلى (٠,٧٣)، وكلها معاملات دالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١.

- فقدان الاتصال: تراوحت معاملات ارتباط بعد فقدان الاتصال من (٠,٣١) إلى (٠,٦٩)، وكلها معاملات دالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١.

- النبذ الاجتماعي: لم يصل معامل الارتباط للعبارة (٤٦) إلى حدود الدلالة الإحصائية، بينما تراوحت معاملات ارتباط عبارات بعد النبذ الاجتماعي من (٠,٣٢) إلى (٠,٨٤)، وكلها دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١.

وقد تم حذف العبارة (٦) من بعد "العزلة الاجتماعية"، وأصبح عدد عباراته (٩)، وحذف العبارات (١٨، ١٩، ٢٢) من بعد "قلة الصداقة"، وأصبح عدد عباراته (٩)، وتم حذف العبارة (٤٦) من بعد "النبذ الاجتماعي"، وأصبح عدد عباراته (١١)، وقد ظلت عدد عبارات بعد "فقدان الاتصال" كما هي، التي تكونت من (١٢) عبارة.

إلى جانب هذا، تم حساب معاملات الاتساق الداخلي لأبعاد مقياس الوحدة النفسية، فبلغت معاملات الارتباط على النحو التالي: (٠,٦٤) لبعد العزلة والانسحاب، و(٠,٥٩) لبعد قلة الصداقة، و(٠,٦٦) لبعد فقدان الاتصال، و(٠,٧١) لبعد النبذ الاجتماعي، وكلها معاملات دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١.

ثانيا: ثبات المقياس:

١- طريقة التجزئة النصفية: تم حساب ثبات مقياس الوحدة النفسية باستخدام طريقة التجزئة النصفية، فبلغت معاملات الثبات بعد تصحيح طول الاختبار باستخدام معادلة سبيرمان – براون إلى ما يلي: (٠,٨٣) لبعد العزلة والانسحاب، و(٠,٨٦) لبعد قلة الصداقة، و(٠,٨٥) لبعد فقدان الاتصال، و(٠,٨٨) لبعد النبذ الاجتماعي، و(٠,٩٥) للمقياس ككل، وكلها معاملات دالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١

٢- طريقة ألفا لكرونباخ: تم حساب ثبات مقياس الوحدة النفسية باستخدام معادلة ألفا لكرونباخ، فبلغت معاملات الثبات على النحو التالي: (٠,٧٧) لبعد العزلة والانسحاب، و(٠,٨١) لبعد قلة الصداقة، و(٠,٧٩) لبعد فقدان الاتصال، و(٠,٨٢) لبعد النبذ الاجتماعي، و(٠,٨٨) للمقياس ككل، وكلها معاملات مقبولة إحصائياً.

٢- مقياس الأمن النفسي Psychological Security Scale:

استندت الباحثة في تصميم مقياس الأمن النفسي على العديد من الدراسات والبحوث السابقة، التي تناولت دراسة الأمن النفسي وبعض مقاييس الأمن النفسي مثل مقياس الأمن النفسي الذي قام بإعداده أبو بكرة (١٩٩٣)، ومقياس فقدان الأمن من إعداد عيد (١٩٩٧).

وصف المقياس: يتضمن المقياس (٤٧) فقرة في صورته النهائية موزعة على أربعة أبعاد على النحو التالي: مجال الرضا عن الحياة (١٣) عبارة، ومجال الطمأنينة النفسية (١٠) عبارات، ومجال الاستقرار الاجتماعي (١٣) عبارة، ومجال التقدير الاجتماعي (١١) عبارة.

تصحيح المقياس: يتم تصحيح المقياس وفقاً لثلاثة مستويات وتتراوح الدرجة على كل عبارة بين ثلاث درجات كالتالي: تنطبق تماما (٣ درجات)، تنطبق إلى حد ما (٢ درجة)، لا تنطبق إطلاقا (١) للعبارات الموجبة، ويُعكس التصحيح للبنود السلبية. (البنود السلبية: ٥-١٤-١٨-٢٣-٢٥-٢٨-٢٩-٣٠-٤٠-٥٢)، وارتفاع الدرجة يعني الانخفاض في الأمن النفسي، والعكس صحيح.

الخصائص السيكومترية للمقياس:

أولا: الصدق:

١- صدق المحكمين:

تم عرض المقياس في صورته الأولية على مجموعة من أساتذة الجامعات من المتخصصين عددهم (٧) حيث قاموا بإبداء أرائهم وملاحظاتهم حول مناسبة فقرات المقياس للغرض الذي صمم من أجله وكذلك وضوح صياغاته اللغوية وفي ضوء تلك الآراء تم استبعاد بعض الفقرات وإضافة فقرات أخرى وتعديل بعضها الأخر ليصبح عدد فقرات مقياس الأمن النفسي (٥٥) فقرة.

٢- الاتساق الداخلي:

تم حساب الاتساق الداخلي لعبارات مقياس الأمن النفسي، وذلك من خلال حساب معامل الاتساق بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي ينتمي إليه. ويوضح جدول (٣) معاملات الاتساق الداخلي لعبارات أبعاد مقياس الأمن النفسي، ودلالتها الإحصائية.

جدول (٣)

معاملات الاتساق لعبارات أبعاد مقياس الأمن النفسي، ودلالتها الإحصائية

(ن = ٨٠)

الرضا عن الحياة		الطمأنينة النفسية		الاستقرار الاجتماعي		التقدير الاجتماعي	
رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
١	٠,٤٦**	١٥	٠,٠٣	٢٨	٠,٤٢**	٤٤	٠,٥٩**
٢	٠,٥٩**	١٦	٠,١٨	٢٩	٠,٣٦**	٤٥	٠,٣٦**
٣	٠,٤٢**	١٧	٠,٤٢**	٣٠	٠,٣٦**	٤٦	٠,٦٥**
٤	٠,٣١**	١٨	٠,٤٧**	٣١	٠,٥٣**	٤٧	٠,٦٠**
٥	٠,٤٢**	١٩	٠,٦٦**	٣٢	٠,٤٩**	٤٨	٠,٦٢**
٦	٠,٤٨**	٢٠	٠,٦٨**	٣٣	٠,١٦	٤٩	٠,٦١**
٧	٠,٤٢**	٢١	٠,٥٢**	٣٤	٠,٦٣**	٥٠	٠,٦٩**
٨	٠,٥٤**	٢٢	٠,٦٤**	٣٥	٠,٢٧*	٥١	٠,٠٧
١٠	٠,٢٧*	٢٣	٠,٧٦**	٣٦	٠,٤٥**	٥٢	٠,٥٣**
١١	٠,٣٠**	٢٤	٠,٦٣**	٣٧	٠,٥٣**	٥٣	٠,٤٣**
١٢	٠,٥٨**	٢٥	٠,٥١**	٣٨	٠,٠١	٥٤	٠,٦٠**
١٣	٠,٢٦**	٢٦	٠,١٤	٣٩	٠,٣٠**	٥٥	٠,٦٥**
١٤	٠,٢٦**	٢٧	٠,٥٥**	٤٠	٠,٤٢**		
				٤١	٠,٢٦**		
				٤٢	٠,٠٥		
				٤٣	٠,٣٣**		

أوضحت النتائج في جدول (٣) ما يلي:

- الرضا عن الحياة: لم يصل معامل ارتباط العبارة (٩) إلى حدود الدلالة الإحصائية، بينما تراوحت معاملات ارتباط بقية عبارات الرضا عن الحياة من (٠,٢٦) إلى (٠,٥٩)، وكلها دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥، ٠,٠١.
- الطمأنينة النفسية: لم تصل العبارات (١٥، ١٦، ٢٦) إلى حدود الدلالة الإحصائية، بينما تراوحت معاملات ارتباط بقية عبارات بعد الطمأنينة النفسية من (٠,٤٢) إلى (٠,٧٦)، وكلها دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١.
- الاستقرار الاجتماعي: لم تصل العبارات (٣٣، ٣٨، ٤٢) إلى حدود الدلالة الإحصائية، بينما تراوحت معاملات ارتباط بقية عبارات الاستقرار الاجتماعي من (٠,٣٠) إلى (٠,٥٣)، وكلها معاملات دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١.
- التقدير الاجتماعي: لم يصل معامل ارتباط العبارة (٥١) إلى حدود الدلالة الإحصائية، بينما تراوحت معاملات ارتباط بقية عبارات التقدير الاجتماعي من (٠,٣٦) إلى (٠,٦٩)، وكلها معاملات دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١.

ومن ثم، تم حذف العبارة (٩) من بعد "الرضا عن الحياة"، والذي أصبح عدد عباراته (١٣)، وحذف العبارات (١٥، ١٦، ٢٦) من بعد "الطمأنينة النفسية"، والذي أصبح عدد عباراته (١٠)، وحذف العبارة (٣٨) من بعد "الاستقرار الاجتماعي"، والذي أصبح عدد عباراته (١٣)، وحذف العبارة (٥١) من بعد "التقدير الاجتماعي"، والذي أصبح عدد عباراته (١١).

والى جانب هذا، تم حساب الاتساق الداخلي لأبعاد مقياس الأمن النفسي، فبلغت معاملات الارتباط على النحو التالي: (٠,٧٣) لبعد الرضا عن الحياة، و(٠,٦٩) لبعد الطمأنينة النفسية، و(٠,٧١) لبعد الاستقرار الاجتماعي، و(٠,٧٥) لبعد التقدير الاجتماعي، وكلها معاملات دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١.

ثانياً: ثبات المقياس:

١- طريقة التجزئة النصفية: تم حساب ثبات أبعاد مقياس الأمن النفسي بواسطة استخدام طريقة التجزئة النصفية، وقد بلغت معاملات الارتباط بعد تصحيح طول الاختبار باستخدام معادلة سبيرمان – براون على النحو التالي: (٠,٧٢) لبعد الرضا عن الحياة، و(٠,٦٩) لبعد الطمأنينة النفسية، و(٠,٧٣) لبعد الاستقرار

الاجتماعي، و(٠,٦٧) لبعد التقدير الاجتماعي، و(٠,٧٨) للمقياس ككل، وكلها معاملات دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١.

٢- طريقة ألفا لكرونباخ: تم حساب أبعاد مقياس الأمن النفسي باستخدام معادلة ألفا لكرونباخ، فبلغت معاملات الثبات على النحو التالي: (٠,٧٠) لبعد الرضا عن الحياة، و(٠,٦٧) لبعد الطمأنينة النفسية، و(٠,٦٩) لبعد الاستقرار الاجتماعي، و(٠,٦٤) لبعد التقدير الاجتماعي، و(٠,٧٥) للمقياس ككل، وكلها معاملات مقبولة إحصائياً.

٣- البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي:

قامت الباحثة بإعداد برنامج إرشادي معرفي سلوكي لخفض درجة الوحدة النفسية وتحسين درجة الأمن النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية وقد اعتمدت الباحثة عند إعدادها لهذا البرنامج على التراث النفسي وما فيه من دراسات ومصادر سابقة.

التعريف بالبرنامج:

برنامج خفض درجة الوحدة النفسية وزيادة درجة الأمن النفسي هو برنامج مخطط ومنظم في ضوء أسس علمية لتقديم الخدمات الإرشادية بطريقة جماعية لعينة من طلاب المرحلة الثانوية بهدف خفض درجة الوحدة النفسية وزيادة درجة الأمن النفسي لديهم مما يحقق لهم التوافق النفسي والاجتماعي والشعور بالصحة النفسية.

ويعتمد هذا البرنامج على استخدام فنيات معرفية وسلوكية وانفعالية متمثلة في إعادة البنية المعرفية والحوار والنقاش والمحاضرات المبسطة والحوار الذاتي واكتشاف الأفكار السلبية لدي الفرد وتحفيز الذات أو ما يسمى (التعليلات الذاتية الإيجابية) والحض والإقناع المنطقي وحل المشكلات والمواجهة والاستبصار ومراقبة الحوار الذاتي وتقييمه وتدعيم الحوار الإيجابي والتدرب على التعلم الذاتي والمرح والدعابة والإيحاء بالنمذجة ولعب الأدوار من أجل التنفيس الانفعالي والتقبل غير المشروط والواجبات المنزلية والتعزيز والتحصين التدريجي بالإضافة للإرشاد الديني وتستغرق الفترة الزمنية لبرنامج الإرشادي (١٤) جلسة ترشيدية لمدة خمسة أسابيع بواقع ثلاث جلسات أسبوعيا وجلستين في الأسبوع الخامس ومدة كل جلسة ٤٥- ٦٠ دقيقة.

إجراءات الدراسة:

تم تنفيذ الدراسة وفقاً للخطوات التالية:

- تم تصميم كل من مقياس الوحدة النفسية والأمن النفسي، وحساب خصائصهما السيكومترية من صدق وثبات على عينة استطلاعية مكونة من ثمانين طالباً في المرحلة الثانوية، إلى جانب تصميم البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي الذي تكون من (١٤) جلسة.
- تكونت عينة الدراسة من مجموعتين أحدهما تجريبية والأخرى ضابطة، قوام كل منهما (١٠) طلاب في المرحلة الثانوية ممن تراوحت أعمارهم من (١٥) إلى (١٦) سنة، وقد تم التكافؤ بنهمها في متغيرات العمر، والوحدة النفسية، والأمن النفسي.
- تم تطبيق البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي على أفراد المجموعة التجريبية الذي استغرق خمسة أسابيع، بمعدل ثلاث جلسات أسبوعياً، وجلستين في الأسبوع الخامس دون المجموعة الضابطة.
- بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي على أفراد المجموعة التجريبية، تم تطبيق كل من مقياس الوحدة النفسية والأمن النفسي على المجموعتين التجريبية والضابطة كقياس بعدي.
- بعد مرور شهر من تطبيق البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي على أفراد المجموعة التجريبية، تم تطبيق كل من مقياس الوحدة النفسية والأمن النفسي كقياس تتبعي.
- تم تصحيح الاستجابات على بنود المقياسين وفقاً لمفاتيح التصحيح، وتفريغهما، لتحليلهما إحصائياً.

الأساليب الإحصائية المستخدمة:

تم استخدام الأساليب الإحصائية التالية: معامل ارتباط بيرسون، ومعادلة ألفا لكرونباخ، ومعادلة ويلككسون Wilcoxon، ومعادلة مان – وتني Mann – Whitney.

نتائج الدراسة ومناقشتها:

أولاً: عرض نتائج الدراسة:

[١] عرض النتائج الخاصة لاختبار صحة الفرض الأول الذي ينص على ما يلي: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات الوحدة النفسية بين أفراد المجموعة التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنامج الإرشادي لصالح التطبيق البعدي.

جدول (٤)

المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، ومتوسط الرتب، ومجموع الرتب، وقيم z، والدلالة الإحصائية لأبعاد مقياس الوحدة النفسية لأفراد المجموعة التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي باستخدام معادلة ويلككسون Wilcoxon

أبعاد الوحدة النفسية	العمليات الإحصائية	العدد	المتوسطات الحسابية	الانحرافات المعيارية	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيم z	الدلالة الإحصائية
العزلة والانسحاب	الرتب السالبة	٠	٢١,٤٠	٢,٣١	٠,٠٠	٠,٠٠	٣,٧١	٠,٠١
	الرتب الموجبة	١٠	١٥,٣٧	٢,٦٨	٣,٥٠	٣٥,٠٠		
	التعادل	٠						
	المجموع	١٠						
قلة الصداقة	الرتب السالبة	٠	١٩,١٧	٢,٤٣	٠,٠٠	٠,٠٠	٣,٦٦	٠,٠١
	الرتب الموجبة	١٠	١٤,٤٣	٢,٧٥	٣,٥٠	٣٥,٠٠		
	التعادل	٠						
	المجموع	١٠						
فقدان الاتصال	الرتب السالبة	٠	٣٠,٤٣	٢,٢٥	٠,٠٠	٠,٠٠	٣,٩١	٠,٠١
	الرتب الموجبة	١٠	١٩,٩٨	٢,٦٨	٣,٥٠	٣٥,٠٠		
	التعادل	٠						
	المجموع	١٠						
النبذ الاجتماعي	الرتب السالبة	٠	٢٨,٢٧	٢,٣٦	٠,٠٠	٠,٠٠	٣,٨٨	٠,٠١
	الرتب الموجبة	١٠	٢٢,٦٨	٢,٧٧	٣,٥٠	٣٥,٠٠		
	التعادل	٠						
	المجموع	١٠						
الدرجة الكلية	الرتب السالبة	٠	٩٩,٢٧	٣,٠١	٠,٠٠	٠,٠٠	٣,٧٧	٠,٠١
	الرتب الموجبة	١٠	٧٢,٤٦	٣,١١	٣,٥٠	٣٥,٠٠		
	التعادل	٠						
	المجموع	١٠						

أوضحت النتائج في جدول (٤) ما يلي:

- **العزلة والانسحاب: وجود فروق دالة إحصائية في العزلة والانسحاب أحد أبعاد الوحدة النفسية بين أفراد المجموعة التجريبية قبل (م = ٢١,٤٠، ع = ٢,٣١، م الرتب = ٠,٠٠، مج الرتب = ٠,٠٠) وبعد (م = ١٥,٣٧، ع = ٢,٦٨، م الرتب = ٣,٥٠، مج الرتب = ٣٥,٠٠) تطبيق البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي، حيث بلغت قيمة "z" (٣,٧١)؛ وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١.**
- **قلة الصداقة: وجود فروق دالة إحصائية في قلة الصداقة أحد أبعاد الوحدة النفسية بين أفراد المجموعة التجريبية قبل (م = ١٩,١٧، ع = ٢,٤٣، م الرتب = ٠,٠٠، مج الرتب = ٠,٠٠) وبعد (م = ١٤,٤٣، ع = ٢,٧٥، م الرتب = ٣,٥٠، مج الرتب = ٣٥,٠٠) تطبيق البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي، حيث بلغت قيمة "z" (٣,٦٦)؛ وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١.**
- **فقدان الاتصال: وجود فروق دالة إحصائية في فقدان الاتصال أحد أبعاد الوحدة النفسية بين أفراد المجموعة التجريبية قبل (م = ٣٠,٤٣، ع = ٢,٢٥، م الرتب = ٠,٠٠، مج الرتب = ٠,٠٠) وبعد (م = ١٩,٩٨، ع = ٢,٦٨، م الرتب = ٣,٥٠، مج الرتب = ٣٥,٠٠) تطبيق البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي، حيث بلغت قيمة "z" (٣,٩١)؛ وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١.**
- **النبذ الاجتماعي: وجود فروق دالة إحصائية في النبذ الاجتماعي أحد أبعاد الوحدة النفسية بين أفراد المجموعة التجريبية قبل (م = ٢٨,٢٧، ع = ٢,٣٦، م الرتب = ٠,٠٠، مج الرتب = ٠,٠٠) وبعد (م = ٢٢,٦٨، ع = ٢,٧٧، م الرتب = ٣,٥٠، مج الرتب = ٣٥,٠٠) تطبيق البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي، حيث بلغت قيمة "z" (٣,٨٨)؛ وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١.**
- **الدرجة الكلية: وجود فروق دالة إحصائية في الدرجة الكلية لمقياس الوحدة النفسية بين أفراد المجموعة التجريبية قبل (م = ٩٩,٢٧، ع = ٣,٠١، م الرتب = ٠,٠٠، مج الرتب = ٠,٠٠) وبعد (م = ٧٢,٤٦، ع = ٣,١١، م الرتب = ٣,٥٠، مج الرتب = ٣٥,٠٠) تطبيق البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي، حيث بلغت قيمة "z" (٣,٧٧)؛ وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١.**

ومن ثم، أشارت النتائج وجود خفض في الوحدة النفسية وأبعادها (العزلة والانسحاب – قلة الصداقة – فقدان الاتصال – النبذ الاجتماعي) لأفراد المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي.

وعليه، تدعم هذه النتيجة صحة الفرض الأول الذي ينص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات الوحدة النفسية بين أفراد المجموعة التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنامج الإرشادي لصالح التطبيق البعدي.

[٢] عرض النتائج الخاصة لاختبار صحة الفرض الثاني الذي ينص على ما يلي: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات الوحدة النفسية بين أفراد المجموعة التجريبية والضابطة بعد تطبيق البرنامج الإرشادي لصالح أفراد المجموعة التجريبية.

جدول (٥)

المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، ومتوسط الرتب، ومجموع الرتب، وقيم z، والدلالة الإحصائية لأبعاد مقياس الوحدة النفسية لأفراد المجموعتين التجريبية والضابطة بعد تطبيق البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي باستخدام معادلة ويلككسون Wilcoxon

أبعاد الوحدة النفسية	مجموعات الدراسة	العدد	المتوسطات الحسابية	الانحرافات المعيارية	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيم z	الدلالة الإحصائية
العزلة والانسحاب	المجموعة التجريبية	١٠	١٥,٣٧	٢,٦٨	٣,٥٠	٣٥,٠٠	٣,٠١	٠,٠١
	المجموعة الضابطة	١٠	١٩,٢٥	٢,٥٩	٩,٥٠	٩٥,٠٠		
قلة الصداقة	المجموعة التجريبية	١٠	١٤,٤٣	٢,٧٥	٤,٤٢	٤٤,٢٠	٣,٢٢	٠,٠١
	المجموعة الضابطة	١٠	١٩,١٧	٢,٤٩	٨,٥٨	٨٥,٨٠		
فقدان الاتصال	المجموعة التجريبية	١٠	١٩,٩٨	٢,٦٨	٣,٥٠	٣٥,٠٠	٣,٣٧	٠,٠١
	المجموعة الضابطة	١٠	٣٠,٦٥	٢,٥٧	٩,٥٠	٩٥,٠٠		
النبذ	المجموعة	١٠	٢٢,٦٨	٢,٧٧	٤,٠٠	٤٠,٠٠	٣,٤٤	٠,٠١

أبعاد الوحدة النفسية	مجموعات الدراسة	العدد	المتوسطات الحسابية	الانحرافات المعيارية	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيم z	الدلالة الإحصائية
الاجتماعي	التجريبية المجموعة الضابطة	١٠	٢٨,٦٥	٢,٤٥	٩,٠٠	٩٠,٠٠		
الدرجة الكلية	المجموعة التجريبية المجموعة الضابطة	١٠ ١٠	٧٢,٤٦ ٩٧,٧٢	٣,١١ ٣,٦٥	٤,٠٨ ٨,٩٢	٤٠,٨ ٩٨,٢٠	٣,٥٦	٠,٠١

أسفرت النتائج في جدول (٥) عما يلي:

- العزلة والانسحاب: توجد فروق ذات دالة إحصائية في العزلة والانسحاب أحد أبعاد الوحدة النفسية بين أفراد المجموعة التجريبية (م = ١٥,٣٧، ع = ٢,٦٨، م الرتب = ٣,٥٠، مج الرتب = ٣٥,٠٠)، وأفراد المجموعة الضابطة (م = ١٩,٢٥، ع = ٢,٥٩، م الرتب = ٩,٥٠، مج الرتب = ٩٥,٠٠) بعد تطبيق البرنامج الإرشادي؛ حيث بلغت قيمة "z" (٣,٠١)؛ وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١.
- قلة الصداقة: توجد فروق ذات دالة إحصائية في قلة الصداقة أحد أبعاد الوحدة النفسية بين أفراد المجموعة التجريبية (م = ١٤,٤٣، ع = ٢,٧٥، م الرتب = ٤,٤٢، مج الرتب = ٤٤,٢٠)، وأفراد المجموعة الضابطة (م = ١٩,١٧، ع = ٢,٤٩، م الرتب = ٨,٥٨، مج الرتب = ٨٥,٨٠) بعد تطبيق البرنامج الإرشادي؛ حيث بلغت قيمة "z" (٣,٢٢)؛ وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١.
- فقدان الاتصال: توجد فروق ذات دالة إحصائية في فقدان الاتصال أحد أبعاد الوحدة النفسية بين أفراد المجموعة التجريبية (م = ١٩,٩٨، ع = ٢,٦٨، م الرتب = ٣,٥٠، مج الرتب = ٣٥,٠٠)، وأفراد المجموعة الضابطة (م = ٣٠,٦٥، ع = ٢,٥٧، م الرتب = ٩,٥٠، مج الرتب = ٩٥,٠٠) بعد تطبيق البرنامج الإرشادي؛ حيث بلغت قيمة "z" (٣,٣٧)؛ وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١.

- النبذ الاجتماعي: توجد فروق ذات دالة إحصائية في النبذ الاجتماعي أحد أبعاد الوحدة النفسية بين أفراد المجموعة التجريبية (م = ٢٢,٦٨، ع = ٢,٧٧، م الرتب = ٤,٠٠، مج الرتب = ٤٠,٠٠)، وأفراد المجموعة الضابطة (م = ٢٨,٦٥، ع = ٢,٤٥، م الرتب = ٩,٠٠، مج الرتب = ٩٠,٠٠) بعد تطبيق البرنامج الإرشادي؛ حيث بلغت قيمة "z" (٣,٤٤)؛ وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١.

- الدرجة الكلية لمقياس الوحدة النفسية: توجد فروق ذات دالة إحصائية في الدرجة الكلية لمقياس الوحدة النفسية بين أفراد المجموعة التجريبية (م = ٧٢,٤٦، ع = ٣,١١، م الرتب = ٤,٠٨، مج الرتب = ٤٠,٨)، وأفراد المجموعة الضابطة (م = ٩٧,٧٢، ع = ٣,٦٥، م الرتب = ٨,٩٢، مج الرتب = ٨٩,٢٠) بعد تطبيق البرنامج الإرشادي؛ حيث بلغت قيمة "z" (٣,٥٦)؛ وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١.

ومن ثم، أوضحت النتائج أن الوحدة النفسية وأبعادها (العزلة والانسحاب – قلة الصداقة – فقدان الاتصال – النبذ الاجتماعي) قد وصلت إلى مستويات منخفضة لدى أفراد المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج الإرشادي.

وعليه، تدعم هذه النتيجة صحة الفرض الثاني الذي ينص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات الوحدة النفسية بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة بعد تطبيق البرنامج الإرشادي لصالح أفراد المجموعة التجريبية.

[٣] عرض النتائج الخاصة لاختبار صحة الفرض الثالث الذي ينص على ما يلي: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات الوحدة النفسية بين أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي.

جدول (٦)

المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، ومتوسط الرتب، ومجموع الرتب، وقيم z، والدلالة الإحصائية لأبعاد مقياس الوحدة النفسية لأفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي باستخدام معادلة ويلككسون Wilcoxon

أبعاد الوحدة النفسية	العمليات الإحصائية	العدد	المتوسطات الحسابية	الانحرافات المعيارية	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيم z	الدلالة الإحصائية
العزلة والانسحاب	الرتب السالبة	٢	١٥,٣٧	٢,٦٨	١,٥٠	٣,٠٠	١,٣٤	غـــ.د
	الرتب الموجبة	٢	١٥,٢٩	٢,٥٩	١,٤٥	٢,٩٠		
	التعادل	٦						
	المجموع	١٠						
قلة الصداقة	الرتب السالبة	٣	١٤,٤٣	٢,٧٥	٢,٢٥	٦,٧٥	١,٠٠	غـــ.د
	الرتب الموجبة	٣	١٤,٣٩	٢,٦٦	٢,٢٠	٦,٦٠		
	التعادل	٤						
	المجموع	١٠						
فقدان الاتصال	الرتب السالبة	٣	١٩,٩٨	٢,٦٨	١,٦٩	٥,٠٧	١,٣٥	غـــ.د
	الرتب الموجبة	٣	١٩,٦١	٢,٥٧	١,٦٤	٤,٩٢		
	التعادل	٤						
	المجموع	١٠						
النبذ الاجتماعي	الرتب السالبة	٢	٢٢,٦٨	٢,٧٧	٢,١٤	٤,٢٨	١,٧٨	غـــ.د
	الرتب الموجبة	٢	٢٢,٤٣	٢,٧١	٢,١٦	٤,٣٢		
	التعادل	٦						
	المجموع	١٠						
الدرجة الكلية	الرتب السالبة	٣	٧٢,٤٦	٣,١١	٢٧؟٢	٦,٨١	١,٦٥	غـــ.د
	الرتب الموجبة	٣	٧١,٧٢	٣,١٦	٢,٣١	٦,٩٣		
	التعادل	٤						
	المجموع	١٠						

أسفرت النتائج في جدول (٦) عما يلي:

- العزلة والانسحاب: لا توجد فروق دالة إحصائية في العزلة والانسحاب أحد أبعاد الوحدة النفسية بين أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي (م = ١٥,٣٧، ع = ٢,٦٨، م الرتب = ١,٥٠، مج الرتب = ٣,٠٠) والتتبعي

(م = ١٥,٢٩، ع = ٢,٥٩، م الرتب = ١,٤٥، مج الرتب = ٢,٩٠)، حيث بلغت قيمة "z" (١,٣٤)؛ وهي قيمة غير دالة إحصائياً.

- قلة الصداقة: لا توجد فروق دالة إحصائية في قلة الصداقة أحد أبعاد الوحدة النفسية بين أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي (م = ١٤,٤٣، ع = ٢,٧٥، م الرتب = ٢,٢٥، مج الرتب = ٦,٧٥) والتتبعي (م = ١٤,٣٩، ع = ٢,٦٦، م الرتب = ٢,٢٠، مج الرتب = ٦,٦٠)، حيث بلغت قيمة "z" (١,٠٠)؛ وهي قيمة غير دالة إحصائياً.

- فقدان الاتصال: لا توجد فروق دالة إحصائية في فقدان الاتصال أحد أبعاد الوحدة النفسية بين أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي (م = ١٩,٩٨، ع = ٢,٦٨، م الرتب = ١,٦٩، مج الرتب = ٥,٢٧) والتتبعي (م = ١٩,٦١، ع = ٢,٥٧، م الرتب = ١,٦٤، مج الرتب = ٤,٩٢)، حيث بلغت قيمة "z" (١,٣٥)؛ وهي قيمة غير دالة إحصائياً.

- النبذ الاجتماعي: لا توجد فروق دالة إحصائية في النبذ الاجتماعي أحد أبعاد الوحدة النفسية بين أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي (م = ٢٢,٦٨، ع = ٢,٧٧، م الرتب = ٢,١٤، مج الرتب = ٤,٢٨) والتتبعي (م = ٢٢,٤٣، ع = ٢,٧١، م الرتب = ٢,١٦، مج الرتب = ٤,٣٢)، حيث بلغت قيمة "z" (١,٧٨)؛ وهي قيمة غير دالة إحصائياً.

- الدرجة الكلية لمقياس الوحدة النفسية: لا توجد فروق دالة إحصائية في الدرجة الكلية لمقياس الوحدة النفسية بين أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي (م = ٧٢,٤٦، ع = ٣,١١، م الرتب = ٢,٢٧، مج الرتب = ٦,٨١) والتتبعي (م = ٧١,٧٢، ع = ٣,١٦، م الرتب = ٢,٣١، مج الرتب = ٦,٩٣)، حيث بلغت قيمة "z" (١,٦٥)؛ وهي قيمة غير دالة إحصائياً.

وعليه، أوضحت النتائج عدم وجود فروق في الوحدة النفسية وأبعادها (العزلة والانسحاب – قلة الصداقة – فقدان الاتصال – النبذ الاجتماعي) بين أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي.

ومن ثم، تؤيد هذه النتيجة صحة الفرض الثالث الذي ينص على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات الوحدة النفسية بين أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي.

[٤] عرض النتائج الخاصة لاختبار صحة الفرض الرابع الذي ينص على مـــا يلي: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات الأمن النفسي بين أفراد المجموعة التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنامج الإرشادي لصالح التطبيق البعدي.

جدول (٧)

المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، ومتوسط الرتب، ومجموع الرتب، وقيم z، والدلالة الإحصائية لأبعاد مقياس الأمن النفسي بين أفراد المجموعة التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي باستخدام معادلة ويلككسون Wilcoxon

أبعاد الأمن النفسي	العمليات الإحصائية	العدد	المتوسطات الحسابية	الانحرافات المعيارية	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيم z	الدلالة الإحصائية
الرضا عن الحياة	الرتب السالبة	٠	٢٤,٢٢	٢,٢٧	٠,٠٠	٠,٠٠	٣,٩٩	٠,٠١
	الرتب الموجبة	١٠	٣٢,٦٧	٢,٦٨	٤,٥٠	٤٥,٠٠		
	التعادل	٠						
	المجموع	١٠						
الطمأنينة النفسية	الرتب السالبة	٠	١٨,٢٧	٢,٦١	٠,٠٠	٠,٠٠	٣,٨٥	٠,٠١
	الرتب الموجبة	١٠	٢٤,٥١	٢,٩١	٤,٥٠	٤٥,٠٠		
	التعادل	٠						
	المجموع	١٠						
الاستقرار الاجتماعي	الرتب السالبة	٠	٢٣,٦٥	٢,٣٩	٠,٠٠	٠,٠٠	٣,٧١	٠,٠١
	الرتب الموجبة	١٠	٣١,٥١	٢,٤١	٤,٥٠	٤٥,٠٠		
	التعادل	٠						
	المجموع	١٠						

التقدير الاجتماعي	الرتب السالبة	٠	٢٠,٦٧	٢,٤١	٠,٠٠	٠,٠٠	٣,٦٥	٠,٠١
	الرتب الموجبة	١٠	٢٧,٥٥	٢,٧١	٤,٥٠	٤٥,٠٠		
	التعادل	٠						
	المجموع	١٠						
الدرجة الكلية	الرتب السالبة	٠	٨٦,٨١	٣,١٤	٠,٠٠	٠,٠٠	٣,٦١	٠,٠١
	الرتب الموجبة	١٠	١١٦,٢٤	٣,٢٥	٤,٥٠	٤٥,٠٠		
	التعادل	٠						
	المجموع	١٠						

أوضحت النتائج في جدول (٧) ما يلي:

- **الرضا عن الحياة: توجد فروق دالة إحصائية في الرضا عن الحياة أحد أبعاد الأمن النفسي بين أفراد المجموعة التجريبية قبل (م = ٢٤,٢٢، ع = ٢,٢٧، م الرتب = ٠,٠٠، مج الرتب = ٠,٠٠) وبعد (م = ٣٢,٦٧، ع = ٢,٦٨، م الرتب = ٤,٥٠، مج الرتب = ٤٥,٠٠) تطبيق البرنامج الإرشادي، حيث بلغت قيمة "z" (٣,٩٩)، وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١.**
- **الطمأنينة النفسية: توجد فروق دالة إحصائية في الطمأنينة النفسية أحد أبعاد الأمن النفسي بين أفراد المجموعة التجريبية قبل (م = ١٨,٢٧، ع = ٢,٦١، م الرتب = ٠,٠٠، مج الرتب = ٠,٠٠) وبعد (م = ٢٤,٥١، ع = ٢,٩١، م الرتب = ٤,٥٠، مج الرتب = ٤٥,٠٠) تطبيق البرنامج الإرشادي، حيث بلغت قيمة "z" (٣,٨٥)، وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١.**
- **الاستقرار الاجتماعي: توجد فروق دالة إحصائية في الاستقرار الاجتماعي أحد أبعاد الأمن النفسي بين أفراد المجموعة التجريبية قبل (م = ٢٣,٦٥، ع = ٢,٣٩، م الرتب = ٠,٠٠، مج الرتب = ٠,٠٠) وبعد (م = ٣١,٥١، ع = ٢,٤١، م الرتب = ٤,٥٠، مج الرتب = ٤٥,٠٠) تطبيق البرنامج الإرشادي، حيث بلغت قيمة "z" (٣,٧١)، وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١.**

- **التقدير الاجتماعي: توجد فروق دالة إحصائية في التقدير الاجتماعي أحد أبعاد الأمن النفسي بين أفراد المجموعة التجريبية قبل (م = ٢٠,٦٧، ع = ٢,٤١، م الرتب = ٠,٠٠، مج الرتب = ٠,٠٠) وبعد (م = ٢٧,٥٥، ع = ٢,٧١، م الرتب = ٤,٥٠، مج الرتب = ٤٥,٠٠) تطبيق البرنامج الإرشادي، حيث بلغت قيمة "z" (٣,٦٥)، وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١.**

- **الدرجة الكلية لمقياس الأمن النفسي: توجد فروق دالة إحصائية في الدرجة الكلية لمقياس الأمن النفسي بين أفراد المجموعة التجريبية قبل (م = ٨٦,٨١، ع = ٣,١٤، م الرتب = ٠,٠٠، مج الرتب = ٠,٠٠) وبعد (م = ١١٦,٢٤، ع = ٣,٢٥، م الرتب = ٤,٥٠، مج الرتب = ٤٥,٠٠) تطبيق البرنامج الإرشادي، حيث بلغت قيمة "z" (٣,٦١)، وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١.**

وعليه، أوضحت النتائج أنه قد حدث تحسن في الأمن النفسي وأبعاده (الرضا عن الحياة – الطمأنينة النفسية – الاستقرار الاجتماعي – التقدير الاجتماعي) لأفراد المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي.

ومن ثم، تؤيد هذه النتيجة صحة الفرض الرابع الذي ينص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات الأمن النفسي بين أفراد المجموعة التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنامج الإرشادي لصالح التطبيق البعدي.

[٥] عرض النتائج الخاصة لاختبار صحة الفرض الخامس الذي ينص على ما يلي: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات الأمن النفسي بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة بعد تطبيق البرنامج الإرشادي لصالح أفراد المجموعة التجريبية.

جدول (٨)

المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، ومتوسط الرتب، ومجموع الرتب، وقيم z، والدلالة الإحصائية على أبعاد مقياس الأمن النفسي بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة بعد تطبيق البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي باستخدام معادلة مان – وتني Mann - Whitney

أبعاد الأمن النفسي	مجموعات الدراسة	العدد	المتوسطات الحسابية	الانحرافات المعيارية	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيم z	الدلالة الإحصائية
الرضا عن الحياة	المجموعة التجريبية	١٠	٣٢,٦٧	٢,٦٨	٦,٥٠	٦٥,٠٠	٣,٩١	٠,٠١
	المجموعة الضابطة	١٠	٢٣,٩٨	٢,٥٥	٣,٥٠	٣٥,٠٠		
الطمأنينة النفسية	المجموعة التجريبية	١٠	٢٤,٥١	٢,٩١	٦,٧٠	٦٧,٠٠	٣,٩٣	٠,٠١
	المجموعة الضابطة	١٠	١٨,٢٥	٢,٦٤	٣,٨٣	٣٨,٣٠		
الاستقرار الاجتماعي	المجموعة التجريبية	١٠	٣١,٥١	٢,٤١	٦,٥٨	٦٥,٨٠	٣,٥٨	٠,٠١
	المجموعة الضابطة	١٠	٢٣,١٨	٢,٣٧	٣,٥٩	٣٥,٩٠		
التقدير الاجتماعي	المجموعة التجريبية	١٠	٢٧,٥٥	٢,٧١	٦,٧٥	٦٧,٥٠	٣,٩٣	٠,٠١
	المجموعة الضابطة	١٠	٢٠,١٧	٢,٦٥	٣,٦٦	٣٦,٦٠		
الدرجة الكلية	المجموعة التجريبية	١٠	١١٦,٢٤	٣,٢٥	٦,٨١	٦٨,١٠	٣,٥١	٠,٠١
	المجموعة الضابطة	١٠	٨٥,٥٨	٣,٣١	٣,٧١	٣٧,١٠		

أسفرت النتائج في جدول (٨) عما يلي:

- **الرضا عن الحياة: توجد فروق ذات دالة إحصائية في الرضا عن الحياة أحد أبعاد الأمن النفسي بين أفراد المجموعة التجريبية (م = ٣٢,٦٧، ع = ٢,٦٨، م الرتب = ٦,٥٠، مج الرتب = ٦٥,٠٠)، وأفراد المجموعة الضابطة (م = ٢٣,٩٨، ع = ٢,٥٥، م الرتب = ٣,٥٠، مج الرتب = ٣٥,٠٠) بعد تطبيق البرنامج الإرشادي، حيث بلغت قيمة "z" (٣,٩١)؛ وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١.**
- **الطمأنينة النفسية: توجد فروق ذات دالة إحصائية في الطمأنينة النفسية أحد أبعاد الأمن النفسي بين أفراد المجموعة التجريبية (م = ٢٤,٥١، ع = ٢,٩١، م الرتب = ٦,٧٠، مج الرتب = ٦٧,٠٠)، وأفراد المجموعة الضابطة (م = ١٨,٢٥، ع =**

٢,٦٤، م الرتب = ٣,٨٣، مج الرتب = ٣٨,٣٠) بعد تطبيق البرنامج الإرشادي، حيث بلغت قيمة "z" (٣,٩٣)؛ وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١.

- الاستقرار الاجتماعي: توجد فروق ذات دالة إحصائية في الاستقرار الاجتماعي أحد أبعاد الأمن النفسي بين أفراد المجموعة التجريبية (م = ٣١,٥١، ع = ٢,٤١، م الرتب = ٦,٥٨، مج الرتب = ٦٥,٨٠)، وأفراد المجموعة الضابطة (م = ٢٣,١٨، ع = ٢,٣٧، م الرتب = ٣,٥٩، مج الرتب = ٣٥,٩٠) بعد تطبيق البرنامج الإرشادي، حيث بلغت قيمة "z" (٣,٥٨)؛ وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١.

- التقدير الاجتماعي: توجد فروق ذات دالة إحصائية في التقدير الاجتماعي أحد أبعاد الأمن النفسي بين أفراد المجموعة التجريبية (م = ٢٧,٥٥، ع = ٢,٧١، م الرتب = ٦,٧٥، مج الرتب = ٦٧,٥٠)، وأفراد المجموعة الضابطة (م = ٢٠,١٧، ع = ٢,٦٥، م الرتب = ٣,٦٦، مج الرتب = ٣٦,٦٠) بعد تطبيق البرنامج الإرشادي، حيث بلغت قيمة "z" (٣,٩٣)؛ وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١.

- الدرجة الكلية لمقياس الأمن النفسي: توجد فروق ذات دالة إحصائية في الدرجة الكلية لمقياس الأمن النفسي بين أفراد المجموعة التجريبية (م = ١١٦,٢٤، ع = ٣,٢٥، م الرتب = ٦,٨١، مج الرتب = ٦٨,١٠)، وأفراد المجموعة الضابطة (م = ٨٥,٥٨، ع = ٣,٣١، م الرتب = ٣,٧١، مج الرتب = ٣٧,١٠) بعد تطبيق البرنامج الإرشادي، حيث بلغت قيمة "z" (٣,٥١)؛ وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١.

ومن ثم، أشارت النتائج إلى أنه قد حدث تحسن في الأمن النفسي وأبعاده (الرضا عن الحياة – الطمأنينة النفسية – الاستقرار الاجتماعي – التقدير الاجتماعي) بين أفراد المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي.

وتدعم هذه النتيجة صحة الفرض الخامس الذي ينص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات الأمن النفسي بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة بعد تطبيق البرنامج الإرشادي لصالح أفراد المجموعة التجريبية.

[٦] عرض النتائج الخاصة لاختبار صحة الفرض السادس الذي ينص على ما يلي: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات الأمن النفسي بين أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي.

جدول (٩)

المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، ومتوسط الرتب، ومجموع الرتب، وقيم z، والدلالة الإحصائية لأبعاد مقياس الأمن النفسي بين أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي بواسطة استخدام معادلة ويلككسون Wilcoxon

أبعاد الأمن النفسي	العمليات الإحصائية	العدد	المتوسطات الحسابية	الانحرافات المعيارية	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيم z	الدلالة الإحصائية
الرضا عن الحياة	الرتب السالبة	٢	٣٢,٦٧	٢,٦٨	٢,٠٠	٤,٠٠	٠,٦٨	غـــ.د
	الرتب الموجبة	٢	٣٢,٤٩	٢,٥٥	٢,٠٠	٤,٠٠		
	التعادل	٦						
	المجموع	١٠						
الطمأنينة النفسية	الرتب السالبة	٢	٢٤,٥١	٢,٩١	٢,٠٠	٤,٠٠	٠,٤٩	غـــ.د
	الرتب الموجبة	٢	٢٤,٣١	٢,٨٥	٢,٠٠	٤,٠٠		
	التعادل	٦						
	المجموع	١٠						
الاستقرار الاجتماعي	الرتب السالبة	٣	٣١,٥١	٢,٤١	١,٩٨	٥,٩٤	٠,٦١	غـــ.د
	الرتب الموجبة	٣	٣٠,٩٨	٢,٦٨	١,٩٥	٥,٨٥		
	التعادل	٤						
	المجموع	١٠						
التقدير الاجتماعي	الرتب السالبة	٣	٢٧,٥٥	٢,٧١	١,٩٧	٥,٩١	٠,٥٥	غـــ.د
	الرتب الموجبة	٣	٢٧,٢١	٢,٦٥	١,٩١	٥,٧٣		
	التعادل	٤						
	المجموع	١٠						
الدرجة الكلية	الرتب السالبة	٢	١١٦,٢٤	٣,٢٥	١,٥٧	٣,١٤	٠,٤٩	غـــ.د
	الرتب الموجبة	٢	١١٤,٩٩	٣,٦١	١,٥٥	٣,١٠		
	التعادل	٦						
	المجموع	١٠						

أوضحت النتائج في جدول (٩) ما يلي:

- الرضا عن الحياة: عدم وجود فروق دالة إحصائية في الرضا عن الحياة أحد أبعـــاد الأمن النفسي بين أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي (م = ٣٢,٦٧، ع

= ٢,٦٨، م الرتب = ٢,٠٠، مج الرتب = ٤,٠٠)، والتتبعي (م = ٣٢,٤٩، ع = ٢,٥٥، م الرتب = ٢,٠٠، مج الرتب = ٤,٠٠)، حيث بلغت قيمة "z" (٠,٦٨)، وهي قيمة غير دالة إحصائياً.

- الطمأنينة النفسية: عدم وجود فروق دالة إحصائية في الطمأنينة النفسية أحد أبعاد الأمن النفسي بين أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي (م = ٢٤,٥١، ع = ٢,٩١، م الرتب = ٢,٠٠، مج الرتب = ٤,٠٠)، والتتبعي (م = ٢٤,٣١، ع = ٢,٨٥، م الرتب = ٢,٠٠، مج الرتب = ٤,٠٠)، حيث بلغت قيمة "z" (٠,٤٩)، وهي قيمة غير دالة إحصائياً.

- الاستقرار الاجتماعي: عدم وجود فروق دالة إحصائية في الاستقرار الاجتماعي أحد أبعاد الأمن النفسي بين أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي (م = ٣١,٥١، ع = ٢,٤١، م الرتب = ١,٩٨، مج الرتب = ٥,٩٤)، والتتبعي (م = ٣٠,٩٨، ع = ٢,٦٨، م الرتب = ١,٩٥، مج الرتب = ٥,٨٥)، حيث بلغت قيمة "z" (٠,٦١)، وهي قيمة غير دالة إحصائياً.

- التقدير الاجتماعي: عدم وجود فروق دالة إحصائية في التقدير الاجتماعي أحد أبعاد الأمن النفسي بين أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي (م = ٢٧,٥٥، ع = ٢,٧١، م الرتب = ١,٩٧، مج الرتب = ٥,٩١)، والتتبعي (م = ٢٧,٢١، ع = ٢,٦٥، م الرتب = ١,٩١، مج الرتب = ٥,٧٣)، حيث بلغت قيمة "z" (٠,٥٥)، وهي قيمة غير دالة إحصائياً.

- الدرجة الكلية لمقياس الأمن النفسي: عدم وجود فروق دالة إحصائية في الدرجة الكلية لمقياس الأمن النفسي بين أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي (م = ١١٦,٢٤، ع = ٣,٢٥، م الرتب = ١,٥٧، مج الرتب = ٣,١٤)، والتتبعي (م = ١١٤,٩٩، ع = ٣,٦١، م الرتب = ١,٥٥، مج الرتب = ٣,١٠)، حيث بلغت قيمة "z" (٠,٤٩)، وهي قيمة غير دالة إحصائياً.

وعليه، أوضحت النتائج أن مستويات الأمن النفسي وأبعاده (الرضا عن الحياة – الطمأنينة النفسية – الاستقرار الاجتماعي – التقدير الاجتماعي) لأفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي مازالت تتسم بالاستقرار بعد مرور شهر من تطبيق البرنامج التجريبي.

ومن ثم، تدعم هذه النتيجة صحة الفرض السادس الذي ينص على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات الأمن النفسي بين أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي.

ثانياً: مناقشة نتائج الدراسة:

أوضحت النتائج المبينة في جداول (٤، ٥، ٦) انخفاض مستوى الوحدة النفسية وأبعادها (العزلة والانسحاب – قلة الصداقة – فقدان الاتصال – النبذ الاجتماعي) بين أفراد المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي، وهذا إنما يدعم صحة الفروض الثلاثة الأولى.

كما أسفرت النتائج الموضحة في جداول (٧، ٨، ٩) عن تحسن في مستوى الأمن النفسي وأبعاده (الرضا عن الحياة – الطمأنينة النفسية – الاستقرار الاجتماعي – التقدير الاجتماعي) بين أفراد المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي، وهذا يؤيد صحة الفرض الرابع، والخامس، والسادس.

وتتفق نتائج الدراسة نسبياً مع ما انتهت إليه نتائج دراسة المزروع (٢٠٠٣) التي أوضحت الفعالية الإيجابية لبعض الفنيات الإرشادية بهدف تحسين المهارات الاجتماعية ثم خفض حدة الشعور بالوحدة النفسية.

وتعزى الباحثة تفوق البرنامج الإرشادي إلى الفنيات المستخدمة في البرنامج، فقد حرصت الباحثة على تدريب المشاركين على تطبيق ما تعلموه في الجلسة، وممارسة ما تدربوا عليه أثناء البرنامج في واقعهم، وحل مشاكلهم، والتعامل مع الآخرين بطريقة جيدة، حيث أسهم هذا التدريب العملي والممارسة الفعلية في رغبة قوية لدى الطلاب في خفض الوحدة النفسية وتحسين الأمن النفسي لديهم.

إضافة إلى ذلك، حرصت الباحثة على تقديم تغذية راجعة للطلاب أثناء تدريبهم وتقديم مثيرات تجذب انتباههم وتحمسهم للعمل، وإتاحة جواً من الحرية في المناقشة والحوار، وطرح أسئلة تتحدى المشاركين وتثير انتباههم، جعلتهم يهتمون بالتدريب والعمل باستقلالية والاستمتاع به والرغبة في انجاز المهام، وتطبيق ما تعلموه في الواقع.

كما أن فاعلية البرنامج قد ترجع إلي بيئة التعلم التي حاولت الباحثة توفيرها لأفراد المجموعة التجريبية، فالتدريب في مجموعات، والتعلم التعاوني، وجو الود والحب والمرح الذي حاولت الباحثة توفيره أثناء التدريب والذي ساهم في طرح أسئلة مفتوحة وسهلة وبسيطة وتتناسب مع خصائصهم ومع ما لديهم من خبرات وساعد على إقامة حوار ومناقشة بينهم وبين الباحثة.

التوصيات:

من خلال استقراء الباحثة لنتائج الدراسة الراهنة، تم التوصل إلـــى التوصـــيات التالية:

- **تزويد المرشدين الطلابيين بالبرنامج الإرشادي (معرفي – سلوكي) المقترح لتطبيقه من أجل مساعدة الطلاب في التغلب على الإحساس بالوحدة النفسية.**
- **إمكانية استخدام وتطبيق البرنامج الإرشادي (معرفي – سلوكي) المقترح من أجل مساعدة الطلاب في التغلب على الشعور بعدم الأمن النفسي.**
- **إجراء دراسة مشابهة تطبق على الطالبات ومقارنة النتائج مع نتـــائج الدراســـة الحالية.**
- **إجراء دراسة مشابهة تطبق في مناطق تعليمية أخرى ومقارنة النتائج مع نتـــائج الدراسة الحالية.**

المراجع:

أ- المراجع العربية:

أبن منظور، محمد بن مكرم (د.ت). لسان العرب، ج١٢، بيروت: دار صادر.

أبو بكرة، عصام (١٩٩٣). العلاقة بين القيم الدينية والأمن النفسي لدى طلبة جامعة اليرموك، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك: الأردن.

إسماعيل، محمد (١٩٩٦). دليل الوالدين في تنشئة الطفل، الطبعة الرابعة، الكويت: دار القلم.

جابر، جابر عبد الحميد، وعمر، محمود (١٩٨٩). الحساسية الاجتماعية لدى عينة من تلاميذ المدارس الابتدائية والإعدادية بدولة قطر وعلاقتها بكل من الوحدة النفسية والتحصيل الدراسي، دراسات نفسية، مركز البحوث التربوية: جامعة قطر، المجلد (٢٦): ٤٢ – ٨٢.

جبر، محمد (١٩٩٦). بعض المتغيرات الديموغرافية المرتبطة بالأمن النفسي، مجلة علم النفس، السنة العاشرة، الهيئة المصرية العامة للكتاب، القاهرة.

جودة، أمال عبد القادر (٢٠٠٥). الوحدة النفسية وعلاقتها بمفهوم الذات لدى الأطفال في محافظة غزة. بحث مقدم إلى المؤتمر الثاني، الطفل الفلسطيني بين تحديات الواقع وطموحات المستقبل المنعقد بالكلية التربوية في الجامعة الإسلامية، غزة، ٧٧٥-٨٠٢.

جودة، أمال عبد القادر (٢٠٠٦). الوحدة النفسية وعلاقتها بالاكتئاب لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة الأقصى. مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس، ١٣٠، ٩٦-١٣٧.

حسن، غانم محمد (٢٠٠٢). المساندة الاجتماعية المدركة وعلاقتها بالشعور بالوحدة النفسية والاكتئاب لدى المسنين والمسنات المقيمين في مؤسسات إيواء وأسر طبيعية، دراسات عربية في علم النفس، القاهرة، المجلد١، العدد٣: ٧٧-٩٥.

حسين، محمد نبيل (١٩٩٤). الوحدة النفسية وعلاقتها ببعض سمات الشخصية، دراسة ميدانية على الجنسين من طلبة الجامعة، دراسات نفسية، العدد الثاني: ١٨٩-٢١٨.

حسين، محمود عطا (١٩٩٣). الشعور بالأمن النفسي في ضوء متغيرات المستوى والتخصص والتحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الثانوية في مدينة الرياض، المجلة التربوية، العدد ٢٢، مجلد ٦، الكويت: ٣٠٥-٣٢٦.

حمادة، محمد (٢٠٠٣). دراسة لبعض العوامل المرتبطة بالشعور بالوحدة النفسية لدى المتقاعدين من معلمي القطاع الحكومي ووكالة الغوث. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.

خضر، على السيد، و الشناوي، محمد محروس (١٩٨٨). الشعور بالوحدة والعلاقات الاجتماعية المتبادلة. مجلة رسالة الخليج العربي، السنة الثامنة(٢٥): ١٢١-١٥٠.

خوج، حنان أسعد (٢٠٠٢). الخجل وعلاقته بكل من الشعور بالوحدة النفسية وأساليب المعاملة الوالدية لدى عينة من طالبات المرحلة المتوسطة بمدينة مكة المكرمة. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى.

الدسوقي، محمد مجدي (١٩٩٨). مقياس الشعور بالوحدة النفسية. القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.

الدهان، منى (٢٠٠١). الوحدة النفسية لدى كل من الطفل العادي والمتخلف عقليا والأصم دراسات نفسية، ١١(١): ٩٦- ١٢٦.

راجح، أحمد (١٩٧٣). أصول علم النفس العام، ط١١. القاهرة: دار المعارف.

الرازي، محمد بن أبى بكر بن عبد القادر (د.ت). مختار الصحاح. بيروت: اليمامة للطباعة والنشر.

زهران، حامد عبد السلام (١٩٨٨). الأمن النفسي دعامة أساسية للأمن القومي العربي والعالمي. ندوة الأمن القومي العربي اتحاد التربويين العرب، بغداد.

زهران، حامد عبد السلام (١٩٩٧). الصحة النفسية والعلاج النفسي، ط٣. القاهرة: عالم الكتب.

زهران، حامد عبد السلام (٢٠٠٣). دراسات في الصحة النفسية والإرشاد النفسي، ط١. القاهرة: عالم الكتب.

زهرة، عطا محمد حسن (١٩٩١). في الأمن القومي العربي. ليبيا، بنغاري: منشورات جامعة قار يونس.

شقير، زينب محمود (٢٠٠٠). الشخصية السوية والمضطرب، ط١. القاهرة: مكتبة النهضة العربية.

شيبي، الجوهرة بنت عبد القادر (٢٠٠٥). الشعور بالوحدة النفسية وعلاقاتها بسمات الشخصية لدى عينة من جامعة أم القرى بمكة المكرمة. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى.

الصنيع، صالح بن إبراهيم (١٩٩٥). دراسات في التأصيل الإسلامي لعلم النفس. الرياض: دار عالم الكتب.

الصنيع، صالح بن إبراهيم (٢٠٠٢). دراسات في علم النفس من منظور إسلامي. الرياض: دار عالم الكتب النشر والتوزيع.

عابد، وفاء (٢٠٠٨). علاقة الشعور بالوحدة النفسية لدى زوجات الشهداء بكل من المساندة الاجتماعية والالتزام الديني، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الجامعة الإسلامية – غزة.

عبد الباقي، سلوى (٢٠٠٢). موضوعات في علم النفس الاجتماعي. مركز الإسكندرية.

عبد المجيد، السيد (٢٠٠٤). إساءة المعاملة والأمن النفسي لدى عينة من تلاميذ المدارس الابتدائية، دراسات نفسية، ١٤(٢)، ٢٣٧– ٢٧٤.

عثمان، فاروق (٢٠٠١). القلق وإدارة الضغوط النفسية. القاهرة: دار الفكر العربي.

عكاشة، أحمد (١٩٨٩). الطب النفسي المعاصر، ط٨. القاهرة: الأنجلو المصرية.

عودة، فاطمة (٢٠٠٢). المناخ النفسي لدى طالبات الجامعة الإسلامية وعلاقته بكل من الطمأنينة الانفعالية وقوة الأنا، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية: غزة.

عودة، محمد، ومرسي، كمال (١٩٩٤). الصحة النفسية في ضوء علم النفس والإسلام ط٣، الكويت: دار القلم للكتاب.

عيد، محمد (١٩٩٧). فقدان الأمن وعلاقته بقوة الأنا لدى المراهقين أزمات الشباب النفسية. القاهرة: مكتبة زهراء الشرق.

قشقوش، إبراهيم (١٩٧٩). مقياس الإحساس بالوحدة النفسية. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

قشقوش، إبراهيم (١٩٨٨). دراسة للعلاقة بين الإحساس بالوحدة النسبية وعدد من الأبعاد التوادية لدى تلاميذ وتلميذات الصف الأول الثانوي في قطر. مجلة مركز البحوث التربوية، جامعة قطر، ص ص ٣٢٥- ٣٩٥.

كردي، سميرة (٢٠٠٦). اضطرابات النوم والشعور بالوحدة النفسية والاكتئاب لدى عينة من المسنات في مدينة الطائف، مجلة كلية التربية بجامعة عين شمس، العدد ٣٠، الجزء ١: ١٨٧- ٢١١

الكناني، ممدوح عبد المنعم (١٩٨٨). مدى تحقق التنظيم الهرمي للحاجات. مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس.

مخيمر، عماد (٢٠٠٣). الرفض الوالدي ورفض الأقران والشعور بالوحدة النفسية في المراهقة. دراسات نفسية، القاهرة، المجلد١٣، العدد (١): ٥٩-١٠٥.

المزروع، ليلي (٢٠٠٣). فعالية برنامج إرشادى لتنمية المهارات الاجتماعية في تخفيف حدة الشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى. مجلة الإرشاد النفسي، ٦، ٣٥-٦٤.

المهندس، ميساء (٢٠٠٦). المعاملة الوالديه والشعور بالأمن النفسي والقلق لدى عينة من طالبات المرحلة المتوسطة. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية جامعة أم القرى، السعودية.

النيال، مايسة أحمد (١٩٩٩). الخجل وبعض أبعاد الشخصية: دراسة مقارنة في ضوء عوامل الجنس، العمر، الثقافة. الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.

ب- المراجع الأجنبية:

Bragg, E. (1979). A comparative study of loneliness and depression. Disserlation A bstracts International, Vol 39 (B-12), P. 6109.

Davis, Patrik Etal (1995). Children's Responses to Adult Conflict as a Function of conflict History, Eric-No. Ed390528

Mahon, N. (1999). Selected correlates of creativity in young adults. Psychological Reports, 84, 1246-1250 .

Maslow, A. (1970). The dynamics of psychological security-insecurty. Character and Personality. 10. 331-344.

Moustakas, C. (1961). Loneliness. New York: Johns & Sons.

Peplau, A. and Perlman, D. (1982). Loneliness: A source book of current therapy: Research and theory. New York: Johns and Sons.

Rokach, A., Bauer, N. and Orzeck, T. (2003). The experience of loneliness of Canadian and Czech youth. Journal of Adolescence, 26, 267-282.

Seligman, A. (1983). The presentation of loneliness as a separate diagnostic category and its disengagement from depression. Psychotherapy in Private Practice, 51(7): 33 – 37.

Weiss, R. S. (1973). Loneliness: The experience of emotional and social isolation. Cambridge Mass: MIT Press.