



فاعلية برنامج إرشادي لتنمية الصمود النفسي لدى عينة من طلاب الثانوية العامة

إعداد

أ/ هبة أحمد عبد الغني حامد القط

إشراف

أ.د/ جمال عطية خليل فايد د/ عبد اللطيف يوسف عمارة

أستاذ علم النفس ورئيس قسم العلوم النفسية

مدرس علم النفس

مدرس علم النفس - كلية رياض الأطفال جامعة المنصورة

كلية الآداب جامعة المنصورة

بحث مشتق من الرسالة الخاصة بالباحثة

فاعلية برنامج إرشادي لتنمية الصمود النفسي لدى عينة من طلاب الثانوية العامة إعداد

هبة أحمد عبد الغني حامد القط

إشراف

أ. د/ جمال عطية خليل فايد د/ عبد اللطيف يوسف عمارة

أستاذ علم النفس ورئيس قسم العلوم النفسية مدرس

مدرس علم النفس

علم النفس كلية رياض الأطفال جامعة المنصورة

كلية الآداب جامعة المنصورة

الملخص

هدفت الدراسة الحالية الي التحقق من فاعلية برنامج ارشادي لتنمية الصمود النفسي لدي المراهقين، وبلغ قوام عينة الدراسة التجريبية (٢٨) من المراهقين وتوزعت العينة الي مجموعتين متساويتين الاولي مجموعة تجريبية (١٤) من المراهقين والثانية مجموعة ضابطة (١٤) من المراهقين، وقد قامت الباحثة بتصميم برنامج المتمثل في (فاعلية برنامج ارشادي لتنمية الصمود النفسي لدي المراهقين)، وقد بينت نتائج الدراسة ان هناك فروقاً دالة احصائياً بين افراد المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية، كما بينت انه لا توجد فروق دالة احصائياً في القياسات البعدية والتتبعية لدي افراد المجموعة التجريبية علي مقياس الصمود النفسي.

الكلمات المفتاحية : برنامج إرشادي - الصمود النفسي - المراهقين.

مقدمة:

يعتبر الصمود أحد البناءات الكبرى في علم النفس الإيجابي، فعلم النفس الإيجابي هو المنحني الذي يعظم القوى الإنسانية باعتبارها قوى أصلية في الإنسان مقابل المناحي السائدة والشائعة التي تعظم القصور وأوجه الضعف الإنساني وهذا الاختلاف في الرؤى لا يتعارض مع وحدة الهدف وهو تحقيق جودة الحياة، ويعد الصمود بناء وافد من علم المواد ويصف المواد التي تستعيد خواصها بعد التعرض للطرق والانكماش وغيرها من المؤثرات الخارجية وهو نفس المعنى الذي يحمله الصمود في علم النفس إذ يعنى القدرة على استعادة الفرد توازنه بعد التعرض للمحن والصعاب، بل وقد يوظف هذه المحن والصعاب لتحقيق النمو والتكامل وهو بالتالي مفهوم دينامي يحمل في معناه الثبات كما يحمل الحركة. (صفاء الأعسر، ٢٠١٠ : ١) ويرى سيد غنيم أن المراهقة هي فترة عواصف وشده تكتنفها الأزمات وتسودها المعاناة والإحباط والصراع والقلق والمشكلات وصعوبات التوافق.

وأشار صلاح مخيمر إلى المراهقة بأنها الميلاد الوجدوى للكائن البشرى بحيث يلتمس ماهيته الخاصة ويتأهب للمسيرة في رحله تحديد المصير. وينظر مصطفى فهمي إلى المراهقة بأنها مرحلة طبيعیه يعاد فيها تنظيم القوى النفسية والعقلية كي تواجه مطالب الحياة. (سهير إبراهيم، ٢٠١١ : ٣٣)

مشكلة الدراسة :

إن الفرد والجماعة في حاجه إلى الإرشاد فكل فرد خلال مراحل حياته ونموه المتتالية يمر بمشكلات عديدة وفترات حرجه يحتاج فيها إلى الإرشاد فهو يمر من الطفولة إلى المراهقة ومن العزوبية إلى الزواج إلى الطلاق وقد يتعرض أثناء الانتقال إلى القلق والاكتئاب والخوف من المجهول الذي لا يعرفه ولقد طرأت تغيرات أسريه بين الماضي والحاضر أحدثت تفككا أسريا ومشكلات وحدث تقدم علمي تكنولوجي كبير وتغيرت الاتجاهات والقيم عن طريق التلفزيون وأخيرا البث الفضائي والانترنت كمان حدث تطور في التعليم ومناهجه وزيادة في أعداد التلاميذ في المدارس، وحدثت تغيرات في العمل والمهنة من حيث النوعية والعدد وحلول الآلة مكان العمل.

كما أن عصرنا عصر القلق حيث طفت المادة على الجانب الروحاني وكل ذلك يؤكد أن الحاجة ماسة إلى الإرشاد النفسي (نبيل سفيان، ٢٠٠٤ : ١٩٧، ١٩٨)

ومن هنا تكمن أهمية الفئة العمرية (المراهقين) في ضرورة ارشادهم نظرا لما يلاقونه من ضغوط اثناء المذاكرة وما يتوقعه الاهل منهم وما يتعرضون له من مخاطر واضطرابات اثناء مرحلة المراهقة والعمل علي تهيؤهم تهيئ نفسي سليم.

ونظراً لقلّة البحوث والدراسات التي حاولت الكشف عن فاعلية برنامج ارشادي لتنمية الصمود النفسي لدي المراهقين، تحاول الدراسة الحالية الاسهام في هذا الصدد. وتتبلور مشكلة الدراسة في الإجابة على العديد من التساؤلات الآتية:

١- هل توجد فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعة الضابطة وبين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس الصمود النفسي بعد تطبيق البرنامج لصالح المجموعة التجريبية؟

٢- هل توجد فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات المجموعة التجريبية وبين متوسط درجات نفس المجموعة على مقياس الصمود النفسي بعد أسبوعين من تطبيق البرنامج؟

هدف الدراسة :

هدفت الدراسة للكشف عن فاعلية برنامج ارشادي لتنمية الصمود النفسي لدي المراهقين.

أهميه الدراسة :

يمكن تحديد اهمية الدراسة النظرية والعملية في النقاط الآتية:

١- محاولة إلقاء الضوء على النواحي الإيجابية ونواحي القوة عند الإنسان بدلا من التركيز على النواحي المرضيه فقط وذلك بمصطلح الصمود النفسي الذي يعد من المفاهيم التي تهتم بالنواحي الإيجابية عند الإنسان.

٢- إعداد برنامج إرشادي لتنمية الصمود النفسي لدى عينه من المراهقين.

٣- تتضح الأهمية التطبيقية في تطبيق فاعليه برنامج إرشادي لتنمية الصمود النفسي من لدى عينه من المراهقين.

٤- قد تفيد نتائج هذه الدراسة في إعداد برامج إرشادية وتدريبية أخرى للمراهقين.

حدود الدراسة:

طبقت الدراسة علي عينة من مجموعتين تجريبية وضابطة قوام كل منهما (١٤)
مراهق ومراهقة، مقياس الصمود النفسي كنور-ديفادسون ، البرنامج الإرشادي، الاساليب
الاحصائية المستخدمة.

مفاهيم الدراسة :

يمكن عرض مفاهيم الدراسة علي النحو الاتي :

١- الصمود النفسي Psychological Resilience :

ويرجع الصمود إلى الكلمة اللاتينية " Resilience " وتعنى الارتداء أو العودة كما ورد
في قاموس أكسفورد Oxford English Dictionary, 1989 بأنه الارتداد أو الظهور مرة
أخرى والمرونة وقوة الرجوع إلى الشكل الأصلي أو الطبيعي بعد الصدمة.
ويعرفه " ريتشارسون Richardson, 2002 " بأنه " نموذج لإثراء الحياة الذي يشير
إلى أن الضغوط والتغيير تعمل على زيادة ونمو السلوكيات الصادمة ".
يعرف " Schneider, 2001 " الصمود بأنه " القدرة على التعافي من الصدمة والتكيف
مع أحداث الحياة الضاغطة ".

عرفته " صفاء الأعسر، ٢٠٠٩ " بأنه يعنى القدرة على استعادة الفرد لتوازنه بعد
التعرض للمحن والصعاب بل وقد يوظف هذه المحن والصعاب لتحقيق النمو والتكامل وهو
بالتالي مفهوم دينامى ودياليكتيكي يحمل فى معناه الثبات كما يحمل في معناه الحركة.
وعرفته " هبه سامى، ٢٠٠٩ " بأنه تصور يفيد محصلات إيجابية بالرغم من وجود
ضغوط أو قدرة معززة تقاوم الضغوط أو الشفاء من الصدمات.

ويعنى مصطلح المراهقة كما يستخدمه فى علم النفس هو مرحله الانتقال من
مرحلة الطفولة إلى مرحله الرشد والنضج، فالمراهقة مرحله انتقال الفرد لمرحلة الرشد
وتمتد في العقد الثاني من حياه الفرد من الثالثة عشر إلى التاسعة عشر تقريباً أو قبل
ذلك بعامين أو بعد ذلك بعامين أى بين (١١ - ٢١ سنة) ولذلك تعرف المراهقة
أحياناً بإسم Teen Age والمراهقون بإسم Teen Agers، وكلمه مراهقة

Adolescence مشتقي من الفعل اللاتيني Adolescere ومعناه التدرج نحو النضج الجسمي والعقلي والانفعالي والاجتماعي. (حامد زهران، ٢٠٠٥ : ٣٣٧)

يوضح " بروكس وجولدشتاين " Brooks, & Goldshtin , 2004 " أن هناك مكونات أساسية للصمود تدل على كون الفرد صامداً وهي :

١- **التعاطف** : يمثل قدرة الفرد على التفاعل مع مشاعره واتجاهات وأفكار الآخرين مما يسهل التواصل والتعاون والاحترام بين الأفراد.

٢- **التواصل** : يمكن التواصل الفرد من التعبير بوضوح عن أفكاره ومشاعره وأن يحدد أهدافه وقيمه الأساسية ويحل المشكلات التي تواجهه.

٣- **التقبل** : يتمثل في تقبل الفرد لذاته والآخرين وذلك عن طريق تحديد افتراضات وأهداف واقعية ومنهم الفرد لمشاعره وتعبيره عنها بصورة سليمة وتحديد جوانب القوة والفاعلية في شخصيته مما يساعد على استخدامها الأمثل. (هبة سامي، ٢٠٠٩ : ٣٠ ، ٣١).

الدراسات السابقة:

قامت (ولاء إسحق حسان، ٢٠٠٩) دراسة تهدف إلى الكشف عن فاعلية برنامج إرشادي لزيادة مرونة الأنا لدى طالبات الجامعة الإسلامية بغزة، ولتحقيق هدف الدراسة قامت الباحثة باختيار عينة للدراسة تكونت من (١١٦) طالبة من طالبات المستوى الأولى من كلية التربية. كما اختارت الباحثة (١٢) طالباً من الحاصلات على أدنى الدرجات على استبانة مرونة الأنا. وقد استخدمت الباحثة أدوات من إعدادها وهما : استبانة مرونة الأنا، والبرنامج الإرشادي لزيادة مرونة الأنا وللإجابة على تساؤلات الدراسة والتحقق من صحة الفروض استخدمت الباحثة عدد من الأساليب الإحصائية تمثلت في : اختبار ولكوكسون وبعد التحليل الإحصائي وتوصلت الدراسة على النتائج التالية :

١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد العينة على استبانة مرونة الأنا في الاختيار القبلي والبعدي.

٢- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد العينة على استبانة مرونة الأنا في الاختبار البعدي والاختبار التتبعي.

مما يعنى قدرة البرنامج الإرشادي وفعاليتيه واستمرار تأثيره في زيادة مرونة الأنا لدى عينة الدراسة.

كما قام (سيد احمد البهاص، ٢٠١١) : بدراسة تهدف إلى التعرف على العلاقة بين المرونة النفسية وإساءة معاملة الأطفال واختيار مدى فاعلية برنامج إرشادي تكاملي " للأطفال، والآباء، والمعلمين " في تحسين المرونة النفسية لدى الأطفال المُساء معاملتهم. تكونت عينة الدراسة من (٢٤) تلميذاً ممن يعانون من إساءة المعاملة وانخفاض المرونة النفسية مقسمين إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية بكل منها (١٢) تلميذاً بالإضافة إلى (٨) آباء، و(٧) معلمين.

واشتملت أدوات الدراسة على مقياس المرونة النفسية وإساءة المعاملة (إعداد الباحث) بالإضافة إلى البرنامج الإرشادي التكاملي وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية :

١- توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة بين المرونة النفسية وإساءة المعاملة لدى الأطفال عينة الدراسة.

٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس المرونة النفسية وإساءة المعاملة في القياس البعدي.

٣- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية على مقياس المرونة النفسية وإساءة المعاملة في القياسين البعدي والتتبعي.

وقد تم تفسير النتائج في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة.

كما اجري (نعمان علوان، عبدالرؤوف الطلاع، ٢٠١٤) "دراسة تهدف إلى التحقق من فاعلية برنامج إرشادي لتنمية الثقة بالنفس وأثره في زيادة المرونة الإيجابية وبلغ قوام عينة الدراسة (٣٦) شرطياً من العاملين في جهاز الشرطة الفلسطينية بمحافظة خانيونس تم اختيارهم بطريقة قصدية وتوزعت العينة على مجموعتين بالتساوي الأولى تجريبية والأخرى ضابطة. وقد قام الباحث بتصميم أدوات الدراسة والمتمثلة في " برنامج إرشادي لزيادة الثقة بالنفس، ومقياس الثقة بالنفس، والمرونة الإيجابية ". وقد بينت نتائج الدراسة أن هناك فروقاً دالة إحصائية بين أفراد المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية. كما بينت وجود فروق دالة إحصائية في القياسات القبلية والبعدي لدى أفراد المجموعة التجريبية على مقياس الثقة بالنفس والمرونة الإيجابية لصالح القياسات البعدي.

واجري كلامن (Ungar, Liebenberg & Dudcling et al., 2013) دراسة

توضح أن أبحاث قليلة فحصت العلاقة بين الصمود والمخاطرة ونماذج أو أشكال استخدام

الخدمة للمراهقين ذوى الاحتياجات المتعددة الذين يستخدمون خدمات رسمية وغير رسمية متعددة مثل رعاية الطفولة، الصحة العقلية، العدالة الاجتماعية والدعم التربوى الخاص.

طبقت هذه الدراسة مقدم على ٤٩٧ مراهق فى كندا المعروفون باستخدام (٢) على الأقل من هذه الخدمات فى الشهور الستة الأخيرة. وهناك فرض قائل بان الاستخدام الأمثل للخدمة والرضا عن الخدمات سوف ينبئ بالصمود والنواتج الوظيفية الأمثل مثل السلوك الاجتماعى والمشاركة المدرسية والمجتمعية.

وكانت العينة من الشباب المعروفون باستخدامهم لخدمات متعددة والذين تتراوح أعمارهم بين (١٣ - ٢١) سنة شاركوا فى هذه الدراسة وقد أجابوا على استبانة التقرير الذاتى بشكل فردى. وقد استخدم التحليل لتحديد العلاقة بين المخاطر، استخدام الخدمة، الصمود، والنواتج الوظيفية. وقد استخدم MANOVA لتحديد نماذج وأشكال استخدام الخدمة والرضا عن استخدام الخدمة بين المشاركين.

أظهرت النتائج أنه لا توجد علاقة دالة بين تاريخ استخدام الخدمة والصمود أو أى من النواتج الوظيفية الثلاث. وظيفية استخدام الخدمة، قياس إدراك المراهق لجودة المتلقاه. ورغم ذلك أظهرت وجود علاقة إيجابية مع الصمود فالصمود يتوسط أثر عوامل المخاطرة على النواتج ويتأثر إيجابياً بالجودة ولكن ليس بالكم للخدمة النفسية المقدمة للمراهقين ذوى الاحتياجات المعقدة (الخاصة).

كما أظهرت النتائج أن الصمود يرتبط بالرضا عن الخدمة ولكن ليس كم الخدمات المستخدمة من قبل الشباب والخدمات التعاونية لا تزيد التكيف إلا إذا زادت جودة الخدمة المقدمة للمراهق وتتفق بقوة مع احتياجات المراهق.

فروض الدراسة:

١- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعة الضابطة وبين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس الصمود النفسى بعد تطبيق البرنامج لصالح المجموعة التجريبية.

٢- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية فى القياس البعدى ومتوسطات درجاتهم فى القياس التتبعى على مقياس الصمود النفسى بعد أسبوعين من انتهاء تطبيق البرنامج

منهج الدراسة :

استخدمت الباحثة المنهج شبه التجريبي ، حيث انه من انطب المناهج لتحقيق اهدافه.

عينة الدراسة :

تكونت عينة الدراسة من مجموعتين من المراهقين، ممن تتراوح اعمارهم من (١٥-١٧) سنه ، احدهما تجريبية والاخري ضابطة قوام كل منهما (١٤) مراهق ومراهقة من مدرستين ثانوية من محافظة الدقهلية.

مقياس الدراسة :

ان التغير المستمر والاختلاف بين الافراد وبداخلهم يجعل من الصعب تحديد الصمود وقياسه وعلي الخصائص المتنوعة للصمود ، طور كونور - ديفادسون (٢٠٠٦) مقياس الصمود فقد درجة اعد هذا المقياس كنور ديفادسون ، وترجمته فانتن قنصوة واعدته في صورته العربية (٢٠١٣). يتكون المقياس من ٢٥ بند ، تتراوح درجة كل بند من (٠-٤) درجات ، تتراوح الدرجة الكلية للمقياس بين (٠ - ١٠٠) درجة ، متوسط الدرجات تتراوح من ٨٠.٤ للاسوياء الي ٤٧.٨ مرضي ، الدرجة المرتفعة تعكس صمود نفسي ويمكن تطبيق هذا المقياس علي عينات مجتمعية مختلفة.

ثم قننت فانتن قنصوة تقدير صدق المقياس واستخدمت :

تقدير صدق المضمون : عن طريق فحص بنود المقياس والتقدير الكيفي لمدي تمثيلها للمجال محل الاهتمام ثم حساب ارتباط تقديرات المحكمين واحكامهم علي التمثيل ولذا تم الاستعانة باحد عشر محكماً للحكم علي مدي تمثيل البنود للمجال محل الاهتمام ، وبناء علي اطلاع المحكمين علي لمقياس تم ادخال تعديلات بسيطة في صياغة البنود لجعلها اكثر دقة. ولقد اقر المختصون بكفاءة ادوات الدراسة. واتفقت تقديرات المحكمين علي ادوات الدراسة بنسب (٨٥%) الي (١٠٠%) وهذا دليل علي تمثيل البنود في كل المقياس للهدف الاساسي المطلوب قياسه.

تقدير الصدق المرتبط بالمحك : لقد تم حساب الصدق المرتبط بالمحك للمقياس.

جدول (١)

الصدق المرتبط بالمحك للمقياس

م	المقياس	ر
١	مقياس الصمود لكونور	٠.٧٧٩

ويتضح من الجدول السابق ان المقياس يتمتع بمعاملات صدق مرتفعة. **ثبات المقياس** : اعتمدت فائن قنصوة في تقرير ثبات المقياس علي طريقة ثبات ألفا كرونباخ واعدادة التطبيق بفاصل زمني ثلاثة اسابيع والجدول التالي يوضح هذه المعاملات.

جدول (٢)

حساب ثبات المقياس

م	المقياس	الفاكرونباخ	اعادة التطبيق
١	مقياس الصمود	٠.٧٠	٠.٦٩

ويتضح منالجدول السابق ان معاملات الثبات مرضية ، مما يدل علي ثبات المقياس.

البرنامج الارشادي :

وقد تم عمل برنامج ارشادي لتنمية الصمود النفسي للمراهقين.

يتكون البرنامج من ٢٠ جلسة مدة كل جلسة تتراوح من (٦٠-٩٠) دقيقة وقد استغرق

البرنامج في تطبيقه شهران ثم عمل التقييم التتبعي بعده بشهر.

اجراءات البحث :

تم بناء برنامج ارشادي لتنمية الصمود النفسي لدي المراهقين وذلك وفق ما

توصلت اليه الباحثة من دراسات سابقة واطر نظرية وبرامج ارشادية ساهمت في اعداد

هذا البرنامج الارشادي.

تكونت عينة الدراسة من مجموعتين من المراهقين، ممن تتراوح اعمارهم من

(١٥-١٧) سنة، احدهما تجريبية والاخري ضابطة قوام كل منهما (١٤) مراهق

ومراهقة من مدرستين ثانوية من محافظة الدقهلية ممن يعانون من انخفاض في

الصمود النفسي وذلك وفقا لمقياس الصمود.

كما يتكون البرنامج من ٢٠ جلسة مدة كل جلسة تتراوح من (٦٠-٩٠) دقيقة وقد

استغرق البرنامج في تطبيقه شهران ثم عمل التقييم التتبعي بعده بشهر.

تم معالجة البيانات احصائياً.

الاساليب الاحصائية :

١- استخدمت الباحثه الأساليب الإحصائية الآتية:

- اختبار (ت) لدلالة الفروق بين المجموعات.
- المتوسط الحسابي، والانحراف المعياري.
- مربع إيتا لمعرفة حجم التأثير.

تم التوصل إلى النتائج النهائية، وفعالية البرنامج الإرشادي من عدمه، وتفسير النتائج

في ضوء أدبيات الدراسة الحالية.

من نتائج الدراسة وتفسيرها :

١- نتائج الفرض الأول :

ينص الفرض الأول على : توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية ومتوسطات درجات أفراد المجموعة الضابطة بعد التطبيق على أبعاد مقياس الصمود النفسي لصالح المجموعة التجريبية.

وللتحقق من صحة الفرض استخدمت الباحثه اختبار " ت (T-Test) " لدلالة الفروق

بين متوسطات درجات عينتين مستقلتين كما هو موضح بالجدول الآتي

جدول (٣)

الفروق بين متوسطات درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدى لمقياس الصمود النفسي

م	المجموعة	ن	المتوسط	الانحراف المعياري	درجات الحرية df	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	حجم التأثير
الدرجة الكلية	تجريبية	١٤	٢٠.٧٥	٢.٠٤	٢٦	١٣.٨٨٥	٠.٠١	٠.٨٨
	ضابطة	١٤	٨.٩١	٢.٣٠				

تفسير نتيجة الفرض الأول :

توجد فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في

الدرجة الكلية للمقياس لصالح المجموعة التجريبية، فكان متوسط المجموعة التجريبية (٢٠.٧٥)

ومتوسط المجموعة الضابطة (٨.٩١) ويشير ذلك إلى أن المجموعة التجريبية لديها صمود نفسي

أعلى من المجموعة الضابطة في الدرجة الكلية.

مما سبق يتضح تحقق الفرض الأول حيث قيمة (ت) لدلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة دالة لجميع الأبعاد والدرجة الكلية لصالح المجموعة التجريبية أى أنها أكثر صموداً.

- ويتفق الفرض الأول أيضاً مع دراسة (ولاء اسحق، ٢٠٠٩) في وجود فروق ذات دلالة احصائية بين درجات افراد العينة التجريبية والضابطة في القياس البعدي لمقياس مرونة الانا " الصمود النفسي " .
- كما اتفق أيضاً مع دراسة (نعمان علوان ، وعبد الرؤف الطلاع، ٢٠١٤) وقد بينت نتائج الدراسة أن هناك فروقاً دالة إحصائياً بين أفراد المجموعة التجريبية والضابطة فى القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية. كما بينت وجود فروق دالة إحصائياً فى القياسات القبلية والبعدي لدى أفراد المجموعة التجريبية على مقياس الثقة بالنفس والمرونة الإيجابية لصالح القياسات البعديّة.

٢- نتائج الفرض الثاني :

ينص الفرض الثاني على : " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية فى القياس البعدي ومتوسطات درجاتهم فى القياس التتبعي على مقياس الصمود النفسي بعد أسبوعين من انتهاء تطبيق البرنامج " . وللتحقق من صحة الفرض استخدم الباحث اختبار " ت " لدلالة الفروق بين متوسطات درجات العينات المرتبطة كما هو موضح بالجدول الآتي:

جدول (٤)

دلالة الفروق بين القياسين البعدي والتتبعي على أبعاد مقياس الصمود النفسي للمجموعة التجريبية

م	القياسات	ن	المتوسط	الانحراف المعياري	درجات الحرية df	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية	تتبعي	١٤	٢٠.٩٨	٢.٠٩	١٣	٠.٥١٤	غير دالة
	البعدي	١٤	٢٠.٧٥	٢.٠٤			

تفسير نتيجة الفرض الثاني :

تشير نتيجة الفرض الخامس إلى " لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية فى القياس البعدي ومتوسطات درجاتهم فى القياس التتبعي على مقياس الصمود النفسي بعد أسبوعين من انتهاء تطبيق البرنامج " ويشير ذلك إلى استمرار آثار

فاعلية برنامج إرشادي لتنمية
الصمود النفسي

أ. د/ جمال عطية فايد، د/ عبد اللطيف عمارة، أ/ هبة أحمد القط

البرنامج بعد فترة من تطبيقه ويدل ذلك على فعالية أنشطة البرنامج في رفع درجة الصمود النفسي لدى الطلاب.

المراجع

- ١- حامد عبد السلام زهران (٢٠٠٥). التوجيه الإرشاد النفسي. ط (١). عالم الكتب.
- ٢- سيد احمد البهاص (٢٠١١). فاعلية برنامج ارشادي تكاملي في تحسين المرونة النفسية لدي الاطفال المساء معاملتهم، كلية تربية، جامعة طنطا
- ٣- سهير إبراهيم محمد (٢٠١١). العلاقة بين شبكة الاتصال داخل الأسرة وبين اختيار المراهقين لجماعة الرفاق غير السوية. رسالة ماجستير ، كلية البنات ، جامعة عين شمس.
- ٤- صفاء الأعسر (٢٠١٠). الصمود من منظور علم النفس الإيجابي : ملخصات العدد (٦٦) ، ص ص ١-٢.
- ٥- فاتن طلعت قنصوة (٢٠١٣). دور الصمود وخطط التعايش في التنبؤ باضطراب ضغوط ما بعد الصدمة لدي عينة من المغتصبات. المجلة المصرية لعلم النفس الإكلينيكي والإرشادي. ص ٢١٤.
- ٦- نبيل سيفان (٢٠٠٤). المختصر في الشخصية والإرشاد النفسي.
- ٧- نعمات علوان، عبد الرؤف الطلاع (٢٠١٤) فاعلية برنامج ارشادي لتنمية الثقة بالنفس واثره في زيادة المرونة الايجابية دراسة علي عينة من افاد الشرطة الفلسطينية. مجلة جامعة الاقصى (سلسلة العلوم الانسانية). العدد (١٨) ، العدد (٢).
- ٨- هبة سامي محمود (٢٠٠٩). المرونة الايجابية وعلاقتها بوجهة الضبط لدي عينة من الشباب الجامعي. كلية التربية ، جامعة عين شمس.
- ٩- ولاء إسحق حسان (٢٠٠٩). فاعلية برنامج إرشادي مقترح لزيادة مرونة الأنا لدي طالبات الجامعة الإسلامية بغزة. رسالة ماجستير. كلية التربية ، الجامعة الإسلامية بغزة.

10- Micheal Unger & Lind Aliebnberg etal....(2013):Patterns of service use,individual and contextual risk factors,and resilience among adolescents usig multiple psychosocial services – Child Abuse Neglect vol 37,pp 150-159.

Abstract

The current study tries to verify the effectiveness of a counseling program for developing psychological resilience among adolescents, The sample of the counseling study (28) of adolescents and distributed the sample to first equal halves experimental group (14) of adolescents and second officer (14) group of teenagers, the researcher designed of the program study (the effectiveness of a counseling program for developing psychological resilience among adolescents), the results of the study showed that there were statistically significant differences between the members of the Group function of treatment and control in the dimensional measurement for the treatment Group, as indicated that no statistically significant differences in function tugod dimensional measurements and the Evergrowing members of the group of treatment scale psychological resilience.

Key words: Counseling Program - Resilience- Adolescents