

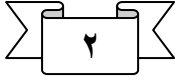
تأثير منهج ارشادي في معالجة مشكلتي تدني اعتبار الذات وضعف دافعية

الإنجاز الدراسي لدى طالبات الصف الرابع الاعدادي

ام.د.عظيمة عباس السلطاني / جامعة صلاح الدين / كلية التربية الرياضية

الملخص

هدف البحث اعداد منهج ارشادي لمعالجة مشكلتي تدني اعتبار الذات وضعف الدافعية للانجاز الدراسي لدى طالبات الصف الرابع الاعدادي، وكذلك الكشف عن الفروق في مفهوم الذات و الدافعية للانجاز الدراسي لدى طالبات الصف الرابع الاعدادي بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي، والكشف عن الفروق في مفهوم الذات و الدافعية للانجاز الدراسي لدى طالبات الصف الرابع الاعدادي بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارين البعديين.، اشتمل مجتمع البحث على طالبات الصف الرابع الاعدادي في (اعدادية الزهراء للبنات) والبالغ عددهن (١٨٠) طالبة، موزعات على (٦) شعب، اما عينة البحث فقد تم اختيارها بطريقة القرعة اذ تم اختيار شعبة واحدة من بين الشعب الستة كمجموعة تجريبية واختيار شعبة اخرى كمجموعة ضابطة، وقد بلغت عينة البحث (٣٠) طالبة لكل مجموعة اي (٦٠) طالبة لكلا المجموعتين. وبذلك تكون نسبة العينة من المجتمع الكلي للبحث (٣٣%). وقد تم استخدام كل من مقياس مفهوم الذات ومقياس دافعية الانجاز الدراسي كادائين للبحث، واستخدمت الباحثة عدد من الوسائل الاحصائية لمعالجة النتائج التي حصلت عليها مثل الوسط الحسابي والانحراف المعياري واختبار (t-test) للعينات المتناظرة. وبعد عرض النتائج ومناقشتها توصلت الباحثة الى عدد من الاستنتاجات التي من بينها انه قد اظهرت النتائج ان هناك فرقاً معنوياً في مفهوم الذات ودافعية الانجاز الدراسي بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ولصالح الاختبار البعدي، مما يشير الى فاعلية المنهج الارشادي في تحسين مفهوم الذات والدافعية للانجاز الدراسي لطالبات هذه المجموعة. كما اظهرت النتائج عدم وجود فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي في مفهوم الذات ودافعية الانجاز الدراسي للمجموعة الضابطة، وهذا يعود الى عدم تلقي طالبات هذه المجموعة الى الارشاد النفسي الذي يعمل على تدعيم ثقتهن بانفسهن وتعريفهن بقدراتهن، الى جانب عدم حصولهن على التشجيع والتعزيز الذي من شأنه ان يرفع من دافعيتهن للانجاز الدراسي.



واظهرت النتائج ان هناك فرقاً معنوياً في مفهوم الذات ودافعية الانجاز الدراسي بين الاختبارين البعديين ولصالح الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية التي تعرضت الى النمھج الارشادي لمعالجة تدني اعتبار الذات وضعف دافعية الانجاز الدراسي. وفي ضوء هذه النتائج توصلت الباحثة الى عدد من التوصيات منها العمل على تشجيع المدرسات على الاستفادة من المنھج المعد، او العمل على تعديلته بما يتناسب مع المستوى النفسي لطالباتهن، ومحاولة معرفة اثرة على تحصيل الطالبات في الدروس.

Abstract

Effect of heuristic approach in tackling the problems of low self-esteem and poor academic achievement motivation of female fourth-grade preparatory

The research aims to prepare curriculum guide to tackling the problems of low self-esteem and poor motivation to complete courses with students of the fourth grade preparatory, as well as to detect differences in self-concept and achievement motivation course to the students of the fourth grade preparatory between control and experimental groups in the pre and post tests, to detect differences in the concept of self and motivation to complete courses with students of the fourth grade preparatory between control and experimental groups on both tests Badien., which included the research community to a classroom of fourth preparatory education (junior high Zahara and girls) and of their number (180 student), Dispensers (6) people, while the sample has been chosen by lot as selected Division and one of the people, the six-group experimental and selecting the other as a group Zabtp has reached the sample (30) students for each group a (60) students of both groups. Thus, the sample rate of the community's overall research (33 %).

I have been using every measure of self-concept and the measure of academic achievement motivation as tools for research, the researcher used a number of statistical methods to deal with the results obtained,



such as the arithmetic mean, standard deviation and test (t-test) for the corresponding samples. After viewing the results and discussed the researcher reached a number of conclusions, including that he had the results showed that there is significant difference in self-concept and achievement motivation course between pre and post tests of the experimental group for the post test, which indicates the effectiveness of the curriculum Guidance in improving self-concept and achievement motivation course for female students in this group. The results showed no significant differences between pre and post tests in the self-concept and achievement motivation course for the group Zabottp, Ohz goes back to not receive students this group to psychological counseling, which works to strengthen self-confidence and inform them of their abilities, as well as lack of access to promotion and promotion that would raise the Dafiethn for completion mode.

The results showed that there is significant difference in the concept of self-motivation and academic achievement between tests and Badien for the post test experimental group exposed to Alnmahj Extension to address the low self-esteem and poor academic achievement motivation.

In light of these results reached the researcher to a number of recommendations, including working to encourage teachers to take advantage of the curriculum is prepared, or work to modify it, commensurate with the level of psychological Talibathn, and trying to figure out its impact on the achievement of female students.

١-التعريف بالبحث:

١-١المقدمة واهمية البحث :

إن كثيراً من مشكلات الطلاب في المدرسة تنجم عن الشعور بانخفاض إعتبار الذات، فالشعور الذي يحمله الطالب نحو أنفسهم يعد أحد المحددات المهمة للسلوك، إن شعور الطالب بأنه شخص بلا قيمة يفتقر إلى احترام الذات، يؤثر على دوافعه واتجاهاته وسلوكه، فهو ينظر إلى كل شيء بمنظار تشاؤمي.

وعادةً ما تقاس قيمة الذات بالإنجاز والأداء الدراسي في المدرسة وفي العلاقات الإجتماعية، ففي مجتمع كمجتمعنا يهتم بالتحصيل الأكاديمي، ويعتبر الكفاءة والإنتاجية النسبية مؤشرات لقيمة الشخص في المجتمع.

إن الطلاب الذين يفتقرون إلى الثقة بالذات، يلاحظ عليهم عدم التفاؤل بالنسبة لجهودهم الدراسية، فهم يشعرون بالعجز والنقص والتشاؤم، ويفقدون حماسهم بسرعة، وتبدو الأشياء بالنسبة لهم وكأنها تسير دوماً بشكل خاطئ، فهم يستسلمون بسهولة، وغالباً ما يشعرون بالخوف، ويصفون أنفسهم بصفات سلبية مثل "سيء" و"عاجز" ويتعاملون مع الإحباط والغضب بطريقة غير مناسبة، حيث يتوجهون بسلوك إنتقامي نحو الآخرين أو نحو أنفسهم.

ولهذا فإن مثل هؤلاء الطلاب الذين يعانون من مشكلة تدني إعتبار الذات، غالباً ما يكونوا سيئي التكيف النفسي والإجتماعي في المدرسة، إضافة إلى إفتقارهم إلى المستوى المتوقع من الإنجاز والتحصيل الدراسي، مما يتطلب من المعلمين والمرشدين التربويين والأهالي التدخل لمساعدتهم على إعادة الإعتبار لذواتهم، وتنمية الثقة بأنفسهم وتقوية دافعيتهم للدراسة.

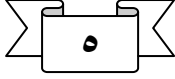
كما توجد علاقة وثيقة ما بين اعتبار الذات والدافع للإنجاز المدرسي، فغالبا ما يكون الاطفال متعطشين للتعلم والتحصيل، وهذه الرغبة في الاداء الجيد تسمى دافعية الانجاز.

وتؤدي الدافعية المرتفعة للتحصيل والرغبة في النجاح الى مزيد من المثابرة أكثر مما تؤدي اليه الرغبة في تجنب الفشل، أما نقصان الدافعية للإنجاز المدرسي فيؤدي الى ضعف التحصيل.

ومن أسباب تدني دافعية الانجاز (تدني تقدير الذات، حيث يعتقد تلاميذ المدارس انهم غير قادرين على التعلم ويميلون الى التقليل من قيمة قدراتهم والشعور بعدم الكفاءة في التحصيل

(الدراسي)^(١)

^١ - شارلز شيفر وهوارد ميلمان؛ مشكلات الأطفال والمراهقين وأساليب المساعدة فيها. (ترجمة) نسيمه داوود، ونزيه حمدي (الأردن، الجامعة الاردنية، ١٩٨٩)، ص ٢٤ .



لذا فان اهمية البحث تكمن في ان ،تناول مثل هذه الدراسة يساعد المدرسات على تحسين أدائهن التعليمي، إضافةً إلى قيامهن بالدور الإرشادي المناسب لمساعدة الطالبات على إستغلال إمكاناتهن الكامنة للتعلم وتغيير اتجاهاتهن السلبية نحو ذواتهن ، ليكن اكثر فاعلية في دراستهن ، ورضا عن أنفسهن، مما يساعد المدرسات على توفير الأجواء المناسبة لعمليتي التعلم والتعليم. ٢-١ مشكلة البحث:

نظرا لمتابعة الباحثة للمشاكل النفسية التي تعاني منها الطالبات من جهة ومشاكل اختيار المنهج الملائم لتعامل المدرسات مع الطالبات في المدارس من جهة اخرى، من خلال شكوهن من أن الطالبات في هذه المرحلة الدراسية (الرابع الاعدادي) يتصفن بالسلبية وعدم التفاعل الصفي، واللامبالاه في تعلمهن، مما جعل هذا يعكس سلبياً على أدائهن التدريسي وذلك بظهور علامات الانزعاج وعدم الإرتياح والاهتمام بدروسهن، مما أدى الكثير من المدرسات بطلب المساعدة في الحصول على وسيلة إرشادية صافية فاعلة، من أجل تغيير سلوكيات هذه المرحلة من الطالبات، من اجل تحقيق الشعور بالنجاح والإنتاجية مع طالباتهن في عملية التدريس.

لذا فقد حاولت الباحثة وضع منهج الإرشادي لمعالجة مشكلتي تدني إعتبار الذات وضعف دافعية الانجاز الدراسي من اجل الكشف عن تأثير هذا المنهج في تعديل مفهوم الذات ورفع دافعية الانجاز الدراسي لدى طالبات الصف الرابع الاعدادي. ٣-١ اهداف البحث :

٣-١-١ اعداد منهج ارشادي لمعالجة مشكلتي تدني اعتبار الذات وضعف الدافعية للانجاز الدراسي لدى طالبات الصف الرابع الاعدادي.

٣-١-٢ الكشف عن الفروق في مفهوم الذات و الدافعية للانجاز الدراسي لدى طالبات الصف الرابع الاعداديين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي .
الكشف عن الفروق في مفهوم الذات و الدافعية للانجاز الدراسي لدى طالبات الصف الرابع الاعدادي الرابع الاعدادي بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارين البعديين.
فروض البحث :

١-٤-١ توجد فروق ذات دلالة معنوية في مفهوم الذات والدافعية للانجاز الدراسي لدى طالبات الصف الرابع الاعدادي بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح المجموعة التجريبية.

١-٤-٢ توجد فروق ذات معنوية في مفهوم الذات والدافعية للإنجاز الدراسي لدى طالبات الصف الرابع الإعدادي. بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارين البعديين ولصالح المجموعة التجريبية .

مجالات البحث :

١-٥-١ المجال البشري :طالبات الصف الرابع الإعدادي في مدرسة (اعدادية الزهراء للبنات) في اربيل

٢-٥-١ المجال الزمني : ٤١٦-٢٠١١/٦/١٢

٣-٥-١ المجال المكاني :الصفوف الدراسية في مدرسة (اعدادية الزهراء للبنات).

٦-١ تحديد المصطلحات:

تقديرًا أو اعتبارًا للذات: "هو الميل إلى النظر للذات على أنها قادرة على التغلب على تحديات الحياة وأنها تستحق النجاح والسعادة:" (١)

الدافعية للإنجاز: "تعرفها (صفاء الأعسر) على أنها (الرغبة في تحقيق النجاح وتحقيق مستوى تربوي معين، أو لكسب تقبل اجتماعي من الآباء والمدرسين تدفع بإمكانيات الفرد العقلية لتحقيق أقصى أداء ممكن أثناء العملية التربوية) (٢) .

٢-الدراسات النظرية والمشابهة:

١-٢ الدراسات النظرية:

١-١-٢ الإرشاد النفسي :

الإرشاد النفسي بأنه (عملية تعليمية تساعد الفرد على ان يفهم نفسه بالتعرف على الجوانب

الكلية المشكلة لشخصيته حتى يتمكن من اتخاذ قراراته بنفسه وحل مشكلاته بموضوعية مجردة مما يسهم في نموه الشخصي وتطوره الاجتماعي والتربوي ويتم ذلك من خلال علاقه انسانيه بينه وبين المرشد النفسي) (٣) .

ويعرفه (محمد ابراهيم عيد) بأنه (عملية تعليمية تقوم على نظريات ومبادئ التعلم وان غاية

الإرشاد هي تعديل السلوك ليصبح متوافقا مع المتطلبات الحالية والمستقبلية من خلال علاقة

١ - روبرت ريزونر ؛ بناء تقدير الذات، (ترجمة) مدارس الظهران الأهلية، (السعودية، دار الكتاب التربوي، ٢٠٠٠) ص ٥٢.

٢ - محمد عمران، (٢٠٠٦)، <http://www.almualem.net/maga/dafia.html>.

٣ - محمد ماهر محمود؛ المقابلة في الإرشاد والعلاج النفسي، (الاسكندرية، دار المعرفة الجامعية، ١٩٩٩)، ص ٤٦ .

تتألف مع المرشد وهو الشخص الذي احسن اعداده على طرائق واساليب الارشاد النفسي والمسترشد وهو الشخص او العميل الذي يتلقى عملية الارشاد^(١).

٢-١-١-١ اهداف الارشاد النفسي :

تركز اهداف الارشاد النفسي على تسهيل النمو ومساعدة الفرد في ان يسلك بفاعلية وان يزيد في استقلاله ومن قدرته على ان يكون عن نفسه ويمكن اجمال اهم اهداف الارشاد النفسي بما يلي^(٢):

- احداث تغيير في سلوك المسترشد.
- المحافظة على صحة الفرد في احسن وضع ممكن.
- المساعدة في حل المشكلات التي تعترض المسترشد.
- تسهيل عملية النمو وتوجيهها الى المسارات الصحيحة .
- تغيير العادات الخاطئة التي اكتسبها الى عادات صحيحة تؤدي الى التوافق مع الذات والآخرين .
- توجيه المسترشد لذاته وتمكينه من توجيه حياته بذكاء في حدود المعيير الاجتماعية.
- مساعدة الفرد على تحقيق ذاته وتقبلها بشكل صحيح.
- مساعدة المسترشد على اتخاذ القرار المناسب بشأن مشكلة او أي موضوع له علاقة به وعاجز عن اتخاذ القرار بشأنه .
- اما اهداف الارشاد النفسي في المجال الرياضي فهناك عدد من الاهداف التي يمكن تحقيقها من خلال عملية الارشاد النفسي للرياضيين ومن اهمها :^(٣)
 - مساعدة الرياضي على الالتزام بالخلق الحميد.
 - مساعدة الرياضي على تنمية المفهوم الايجابي نحو ذاته
 - تمكين الرياضي من توجيه حياته بنفسه في حدود قدراته .
 - العمل على اشباع دوافع الرياضي وتحقيق مطالبه .
 - توجيه الرياضي الى افضل الطرق لتحقيق اعلى درجات النجاح.
 - تزويد الرياضيين بقدر كافي من المعلومات التخصصية لمساعدتهم في معرفة الذات وتحقيق التوافق النفسي.

١ - محمد ابراهيم عيد؛ مقدمة في الارشاد النفسي، (القاهرة، مكتبة الانجلو المصرية، ٢٠٠٥) ص ١٤ .
٢ - احمد محمد الزعبي ؛ الارشاد النفسي-نظرياته-اتجاهاته-مجالاته(عمان، دار زهران للنشر والتوزيع، ٢٠٠٢) ص ٣٣-٣٤ .
٣ - اخلاص محمد عبد الحفيظ؛ التوجيه والارشاد النفسي في المجال الرياضي، ط١، (القاهرة، دار الفكر العربي، ٢٠٠٢) ص ٢١ .

٢-١-١-٢ أساليب الإرشادي النفسي:

أساليب الإرشاد تتنوع وتتباين بحسب طبيعة المشكلة ومتغيراتها، وشيوعها من حيث أنها مشكلة فردية أو عامة وبهذا يمكن تصنيف أساليب الإرشاد تبعاً لمدى شيوع المشكلة إلى ما يأتي^(١):

- أسلوب الإرشاد الفردي:

وهذا النوع من الإرشاد يقدم إلى مسترشد واحد وجهاً لوجه في مكان خاص، إذ يعمل المرشد على تبادل المعلومات وإثارة الدافعية لدى المسترشد وتفسير المشكلات ووضع خطط العمل المناسبة.

ويشترط أن يسود جو المقابلة الثقة المتبادلة والتسامح والاحترام كما يكون من حق المسترشد الخيار في التعبير عن جميع مشاعره من دون تردد أو خوف من النقد، ويجب أن يكون للمرشد الخبرة والمهارة في التعامل مع المسترشد لتوضيح المشكلة وحلها.

- أسلوب الإرشاد الجماعي:

ويتبع هذا الأسلوب في إرشاد عدد من المسترشدين الذين تتشابه مشكلاتهم واضطراباتهم في جماعات صغيرة كما يحدث في جماعة إرشادية، أو في فصل دراسي أو في فريق رياضي.

٢-١-٢ مفهوم الذات:

ان مصطلح مفهوم الذات استخدم للتعبير عن مفهوم افتراضي شامل يتضمن الأفكار والمشاعر لدى الفرد التي تعبر عن خصائص جسميه وعقلية وشخصية، ويشمل ذلك معتقداته وقيمه وقناعاته، كما يشمل خبراته السابقة وطموحاته المستقبلية، ويوصف بأنه مجموعة من المعتقدات والمشاكل التي توجد ضمن إمكانات الأفراد وان تفسيرهم للاحداث يتمشى مع تقويمهم لانفسهم مما يؤدي بالتالي الى اختلافات في كيفية بلورة مهمات الاداء.

(اذ يتشكل في السنوات الاولى من عمر الطفل وعبر مراحل نموه المختلفة من خلال تفاعله مع مراحل الحياة المختلفة، وعلى ضوء محددات معينة يكتشف الطفل من خلالها وبصورة تدريجية فكرته عن ذاته نتيجة لمحاولاته المستمرة للتوافق مع البيئة وبلورة خبرته في ضوء المتغيرات الاجتماعية والنفسية الجديدة، لذلك فان عملية نمو وتطور هذا المفهوم لاتقف عند حد معين او

(¹) Clanze, Foundations and Principles of Guidance, Boston Allyn and Bacon, 1964, P. 75.

تنتهي في مرحلة عمرية معينة بل هي مستمرة مادام الانسان مستمر في اكتشاف علاقاته بعناصر البيئة^(١).

ويعرف مفهوم الذات بانه (مجموعة من الشعور والعمليات التاملية التي يستدل عليها بواسطة سلوك ملحوظ او ظاهرة)^(٢).

ويعرفه (محمد احمد صوالحة) على انه (تكوين معرفي منظم وموحد ومتعلم للمدركات الشعورية والتصورات والتعميمات الخاصة بالذات ، يبلوره يبلوره الفرد لذاته المنسقة والمحددة الابعاد عن العناصر المختلفة لكيونته الداخلية والخارجية)^(٣).

٢-١-٢ نظريات مفهوم الذات :

ان مفهوم الذات يعد بناء مهماً في معظم النظريات الحديثة في الشخصية ، كما انه متغير له تاثير في فهم السلوك وتحديد ، ومن هذه النظريات :

- النظرية الظاهرانية :

(اخذت هذه النظرية في الشخصية شكلين اساسيين الاول يدور حول مفهوم الذات كونه موضوعاً والثاني يشير الى معارف عن العالم ، اي الذات كونه عملية وكونها ترتبط بقيامها بمجموعة من العمليات التي تقوم بعمل شيء ما ومن اصحاب الاتجاه الاول (روجر) وهو صاحب مدرسة واسعة الانتشار في العلاج النفسي المسمى (العلاج النفسي المتمركز حول الزيون) و(ابراهيم) و(كيرت جولد شتاين)، اما اصحاب الاتجاه الثاني فهناك (كيرت ليفين وجورج كيليو سيبتنج وكوميز)^(٤).

- نظرية السمات :

(تفترض نظرية السمات ان للشخصية سمات ثابتة نسبياً ، وان الافراد يختلفون فيما بينهم في السمة الواحدة اي في درجة السمة ذات العلاقة وحسب خصوصية الفروق الفردية)^(٥) (والسمة هي الاتجاه المميز للشخص لكي يسلك بطريقة معينة، او هي صفة يمكن ان نميز على اساسها بين شخص واخر ، وصاحب هذه النظرية هو (جوردون البورت) الذي يركز على

^١ -عدنان عمر العتوم ومحمد احمد الموفي ؛تاثير اسباب الاعاقة والوضع الاجتماعي ومكان السكن في مفهوم الذات للمعوقين حركيا في الاردن : (مجلة البحوث التربوية ، عمان ، العدد ٦، السنة الثالثة، ١٩٩٤) ص ٨٤.

^٢ -يوسف قطامي وعبد الرحمن عدس ؛علم النفس العام، ط١ : (عمان ، دار الفكر للطباعة والنشر، ٢٠٠٢) ص ٣٧٦.

^٣ -محمد احمد صوالحة ؛علم نفس اللعب : (عمان دار المسيرة للنشر والتوزيع، ٢٠٠٤) ص ١٧٤.

^٤ -ريتشار لازاروس بس ؛الشخصية، ترجمة ،سيد محمد غنيم : (بغداد، دار الشروق، مكتبة اصول علم النفس الحديث، ١٩٨١) ص ٦٩.

^٥ - عزيز حنا داوود وناظم هاشم العبيدي ؛ علم نفس الشخصية : (الموصل، مطابع التعليم العالي، ١٩٩٠) ص ١٣١.

الفردية والتفرد في الشخصية، أي ان اسما ت في الاشخاص لا تكون متطابقة تماما بل بطريقة متفردة في كل شخص ويعد (البورت) من اغوئل الذين صنّفوا السمات الى مستويات متعددة، وقد اشار الى وجود صفات لها قوة تستطيع ان تنفذ الى كل وجه من اوجه حياة الفرد^(١) ٢-١-٣ دافعية الانجاز :

يشير مصطلح الدافعية **Motivation** إلى مجموعة الظروف الداخلية والخارجية التي تحرك الفرد من أجل تحقيق حاجاته، وإعادة الاتزان عندما يختل. وللدوافع ثلاث وظائف أساسية في السلوك، هي: تحريكه وتنشيطه، وتوجيهه، والمحافظة على استدامته إلى حين إشباع الحاجة. (ويعرّف الدافع على أنه: القوة التي تدفع الفرد لأن يقوم بسلوك من أجل إشباع وتحقيق حاجة أو هدف. ويعتبر الدافع شكلا من أشكال الاستثارة الملحة التي تخلق نوعاً من النشاط أو الفعالية)^(٢).

وبهذا يمكن القول أن الدافع هو الجانب السيكولوجي للحاجة، ومن الواضح إذن أن الدافع لا يمكن ملاحظته مباشرة، وإنما نستدل عليه من الآثار السلوكية التي يؤدي إليها. وبهذا يمكن القول بأن الدافع عبارة عن مفهوم أو تكوين فرضي، ويرتبط به مفهوم آخر وهو الاتزان الذي يشير إلى نزعة الجسد العامة للحفاظ على بيئة داخلية ثابتة نسبياً، وبهذا ينظر العلماء الذين يتبنون وجهة النظر هذه إلى السلوك الإنساني على أنه حلقة مستمرة من التوتر وخفض التوتر. فالجوع مثلاً يمثل توتراً ويولد حاجة إلى الطعام، ويعمل إشباع دافع الجوع على خفض هذا التوتر الذي لا يلبث أن يعود ثانية^(٣).

أما دافعية الانجاز فإنها تمثل دافع التحصيل في الرغبة في القيام بعمل جيد، والنجاح في ذلك العمل. وهذه الرغبة - كما يصفها مكلياند أحد كبار المشتغلين في هذا الميدان - تتميز بالطموح، والاستمتاع في مواقف المنافسة، والرغبة الجامحة للعمل بشكل مستقل، وفي مواجهة المشكلات وحلّها، وتفضيل المهمات التي تنطوي على مجازفة متوسطة بدل المهمات التي لا تنطوي إلا على مجازفة قليلة، أو مجازفة كبيرة جداً^(٤).

^١ - قاسم حسين صالح؛ الشخصية بين التنظير والقياس، ط١: (صنعاء، دار النشر للجامعات، ١٩٩٧) ص ٣٦٧.
1- Petri, H; and Govern, J. Motivation: Theory, Research and Applications. Thomson - Wadsworth, Australia. p97.1987.

2-Zoo c. Creativity at Work: The Monitor on Psychology. The American Psychological Association. 1988.

^٤ - يوسف قطامي وعبد الرحمن عدس؛ علم النفس العام: (عمان، دار الفكر للطباعة والنشر، ٢٠٠٢) ص ٢٣١.

(ويعتبر دافع الانجاز من الدوافع الخاصة بالإنسان، ربما دون غيره من الكائنات الحية الأخرى، وهو ما يمكن تسميته بالسعي نحو التميز والتفوق. والناس يختلفون في المستوى المقبول لديهم من هذا الدافع، فهناك من يرى ضرورة التصدي للمهام الصعبة والوصول إلى التميز، وهناك أشخاص آخرون يكتفون بأقل قدر من النجاح)^(١).

(وهناك فروق بين ذوي الدافعية الإنجاز المنخفضة والمرتفعة. فقد بينت نتائج البحوث في هذا المجال أن ذوي الدافعية المرتفعة يكونون أكثر نجاحاً في المدرسة، ويحصلون على ترقيات في وظائفهم وعلى نجاحات في إدارة أعمالهم أكثر من ذوي الدافعية المنخفضة. كذلك فإن ذوي الدافعية العالية يميلون إلى اختيار مهام متوسطة الصعوبة وفيها تحدٍ، ويتجنبون المهام السهلة جداً لعدم توفر عنصر التحدي فيها. كما يتجنبون المهام الصعبة جداً، ربما لارتفاع احتمالات الفشل فيها)^(٢).

٢-٣-١ العوامل المسببة لدافعية الإنجاز:

يرى أتكينسون (Atkinson) أن النزعة أو الميل للحصول على النجاح أمر متعلم، وهو يختلف بين الأفراد، كما أنه يختلف عند الفرد الواحد في المواقف المختلفة. وهذا الدافع يتأثر بعوامل رئيسية ثلاثة عند قيام الفرد بمهمة ما، وهذه العوامل هي^(٣):

أولاً: الدافع للوصول إلى النجاح:

إن الأفراد يختلفون في درجة هذا الدافع، كما أنهم يختلفون في درجة دافعهم لتجنب الفشل، فمن الممكن أن يواجه فردين نفس المهمة، يُقبل أحدهما على أدائها بحماس تمهيداً للنجاح فيها، ويقبل الثاني بطريقة يحاول من خلالها تجنب الفشل المتوقع. إن النزعة لتجنب الفشل عند الفرد الثاني أقوى من النزعة لتحقيق النجاح، وهذه النزعة القوية لتجنب الفشل تبدو متعلمة نتيجة مرور الفرد بخبرات فشل متكررة، وتحديده لأهداف لا يمكن أن يحققها. أما عندما تكون احتمالات النجاح أو الفشل ممكنة فإن الدافع للقيام بهذا النوع من المهمات يعتمد على الخبرات السابقة عند الفرد، ولا يرتبط بشروط النجاح الصعبة المرتبطة بتلك المهمة.

ثانياً: احتمالات النجاح:

إن المهمات السهلة لا تعطي الفرد الفرصة للمرور في خبرة نجاح مهما كانت درجة الدافع لتحقيق النجاح الموجودة عنده. أما المهمات الصعبة جداً فإن الأفراد لا يرون أن عندهم القدرة

^١ - يوسف قطامي وعبد الرحمن عدس؛ نفس المصدر، ص ٢٣٢.

^٢ - شفيق علاونة؛ الدافعية - علم النفس العام : (عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع، ٢٠٠٤) ص ٤٥.

على أدائها. أما في حالة المهمات المتوسطة فإن الفروق الواضحة في درجة دافع تحصيل النجاح تؤثر في الأداء على المهمة بشكل واضح ومتفاوت بتفاوت الدافع. ثالثاً: القيمة الباعثة للنجاح:

يعتبر النجاح - في حد ذاته - حافزاً، وفي نفس الوقت فإن النجاح في المهمات الأكثر صعوبة يشكّل حافزاً ذا تأثير أقوى من النجاح في المهمات الأقل صعوبة^(١).

٢-٣-٢ دور المعلم في زيادة دافعية الانجاز عند الطلبة:

١- التغذية الراجعة:

إن توفير التغذية الراجعة لأسباب فشلهم ونجاحهم يزيد من توقعات التحصيل لديهم، ففي حالة الطالب الذي يجد صعوبة في إتقان مسائل الضرب الطويلة؛ يمكن للمعلم أن يستخدم النجاحات السابقة التي حققها الطالب، وذلك لبناء الثقة في تعلم المهمات الجديدة. وهنا يقول المعلم للطالب "أعرف أن هذا النوع الجديد من المسائل يبدو صعباً، لكن عليك أن تتعلم كيفية العمل بها؛ لأنك تعرف كافة الأمور التي تحتاجها للمعرفة، لذا ما عليك سوى العمل بجد، وسوف تكون النتيجة جيدة."^(٢)

٢- تمكين الطلبة من صياغة أهدافهم وتحقيقها:

يستطيع المعلم زيادة دافعية الطلبة للإنجاز من خلال تمكينهم من صياغة أهدافهم بإتباع العديد من النشاطات، كتدريب الطلاب على تحديد أهدافهم التعليمية وصوغها بلغتهم الخاصة، ومناقشتها معهم، ومساعدتهم على اختيار الأهداف التي يقرون بقدرتهم على إنجازها؛ بما يتناسب مع استعداداتهم وجهودهم، وبالتالي يساعدهم على تحديد الاستراتيجيات المناسبة التي يجب إتباعها أثناء محاولة تحقيقها^(٣).

٣- استثارة حاجات الطلبة للإنجاز والنجاح:

إن حاجات الفرد للإنجاز متوافرة لدى جميع الأفراد ولكن بمستويات متباينة، وقد لا يبلغ مستوى هذه الحاجات عند بعض الطلبة لسبب أو لآخر حداً يمكنهم من صياغة أهدافهم وبذل الجهود اللازمة لتحقيقها. لذلك يترتب على المعلم توجيه انتباه خاص لهؤلاء الطلاب، وخاصة عندما يظهرون سلوكاً يدل على عدم رغبتهم في أداء أعمالهم المدرسية^(٤).

1- Petri, H; and Govern, J.op.cit.p.224 .

1-Tomlinson, T. Motivating students to learn, Berkley Mrcutrhan Publishing co1993.p92.

t .p225 .

2-Tomlinson J.op.ci

3- Petri, H; and Govern, J.op.cit.p.224 .

٣-٣ منهج البحث وأجرائه:

٣-١ منهج البحث:

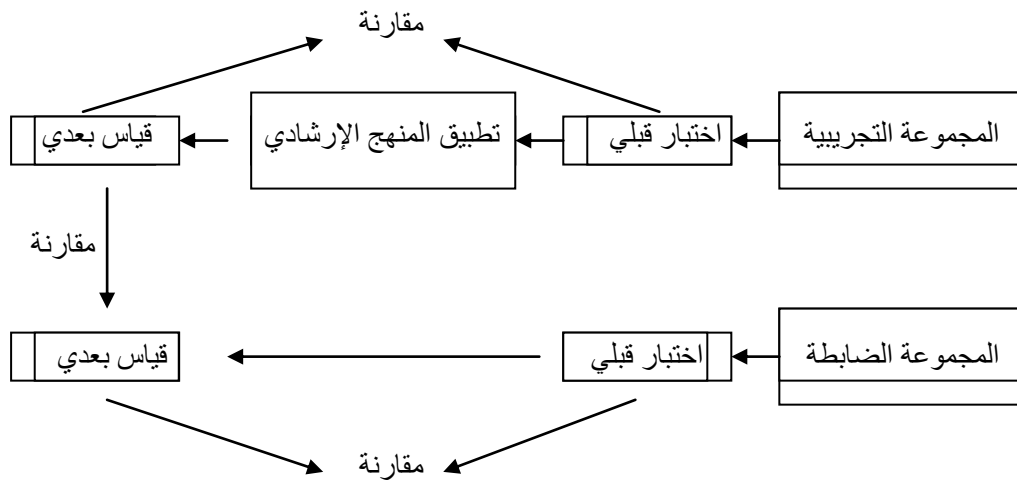
استخدمت الباحثة المنهج التجريبي لملائمته وطبيعة البحث.

٣-٢ عينة البحث:

اشتمل مجتمع البحث على طالبات الصف الرابع الاعدادي في (اعدادية الزهراء للبنات في اربيل) والبالغ عددهن (١٨٠) طالبة، موزعات على (٦) شعب. اما عينة البحث فقد تم اختيارها بطريقة القرعة اذ تم اختيار شعبة واحدة من بين الشعب الستة كمجموعة تجريبية واختيار شعبة اخرى كمجموعة ضابطة، وقد بلغت عينة البحث (٣٠) طالبة لكل مجموعة اي (٦٠) طالبة لكلا المجموعتين. وبذلك تكون نسبة العينة من المجتمع الكلي للبحث (٣٣%).

٣-٣ تصميم البحث:

استخدمت الباحثة التصميم التجريبي باستخدام مجموعتين متكافئتين (ضابطة وتجريبية) عشوائية الاختيار ذات الاختبار القبلي والبعدي ويتم في هذا التصميم ادخال العامل التجريبي (المستقل) وهو المنهج الارشادي لمعالجة مشكلتي تدني اعتبار الذات وضعف دافعية الانجاز الدراسي على المجموعة التجريبية وترك المجموعة الضابطة في ظروفها الاعتيادية. كما موضح في الشكل (١).



شكل (١) يبين التصميم التجريبي

٣-٤ تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة:

لغرض ايجاد التكافؤ بين مجموعتي البحث التجريبية والضابطة قامت الباحثة باجراء مقارنة بين المجموعتين في متغيري مفهوم الذات ودافعية الانجاز الدراسي اذ انه ينبغي على الباحث

تكوين مجموعات متكافئة في الاقل فيما يتعلق بالمتغيرات التي لها علاقة بالبحث^(١) كما في جدول (١).

جدول (١)

يبين التجانس بين مجموعتي البحث

ت جدولية*	ت محسوبة	التجريبية		الضابطة		المعالم الاحصائية المتغيرات
		ع	س-	ع	س-	
٢٠٠١	١,٨٧	٣,٥	٢٣	٣,٤	٢٤	مفهوم الذات
	١,٧٩	٣,٢	٢٢	٤	٢٢,٥	دافعية الانجاز الدراسي

*تحت مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٥٨).

٣-٥ الاجهزة والادوات المستخدمة في البحث:

اسخدمت الباحثة الاجهزة والادوات الاتية:

-جهاز عارض البيانات (data show).

-جهاز كومبيوتر (labtop-dell).

-جهاز تسجيل (banasonik) + اشرطة تسجيل.

- لوحة لعرض البيانات

-صور ورسوم واشكال تعزز المادة الدراسية.

-المصادر العربية والاجنبية.

-مقياس مفهوم الذات.

-مقياس دافعية الانجاز الدراسي.

-منهج لمعالجة تدني اعتبار الذات وانخفاض دافعية الانجاز الدراسي.

-الوسائل الاحصائية.

٣-٦ اداتي البحث:

٣-٦-١ مقياس مفهوم الذات^(٢):

١- فان دالين ، ديوبولد ، ب ؛ "مناهج في التربية وعلم النفس" ، ط ٢ ، (ترجمة) محمد نبيل نوفل وأخران : (مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة، ١٩٨٤) ص.٣٨٤

٢- روبرت ريزونر؛ بناء تقدير الذات، (ترجمة) مدارس الظهران الأهلية: (الظهران- السعودية ، دار الكتاب التربوي، ٢٠٠٠) ص٣٣.

استخدمت الباحثة مقياس تقدير الذات الذي أعده (روبرت ريزونر)، حيث يتكون هذا المقياس من عشرين فقرة، وكل فقرة يوجد أمامها ثلاثة خيارات متدرجة بين (غالبا، أحيانا، نادرا). بحيث تقوم الطالبة باختيار الدرجة التي تنطبق على حالتها، وبعدها يتم الحصول على مجموع علامات الاجابات، حيث تم اعطاء (غالبا- ثلاث درجات)، (أحيانا- درجتين)، (نادرا- درجة) ، هذا بالنسبة للفقرات الايجابية، اما بالنسبة للفقرات السلبية، فقد تم عكس العلامة على النحو التالي: (غالبا- درجة)، (نادرا- ثلاث درجات)، اما (أحيانا)، لم تتغير درجتها (ملحق ١).

٢-٦-٣ مقياس دافعية الانجاز الدراسي^(١):

استخدمت الباحثة مقياس الدافعية للإنجاز الذي أعده (صالح حسين القادري) ، حيث يتكون هذا المقياس من عشرين فقرة، وكل فقرة يوجد أمامها ثلاثة خيارات متدرجة بين (تنطبق، لا تنطبق، تنطبق الى حد ما).

بحيث تقوم الطالبة باختيار الدرجة التي تنطبق على حالتها، وبعدها ستقوم الباحثة برصد مجموع علامات الاجابات، حيث تم اعطاء (تنطبق- ثلاث درجات)، (تنطبق الى حد ما - درجتين)، (لا تنطبق- درجة) ، هذا بالنسبة للفقرات الايجابية، اما بالنسبة للفقرات السلبية، فقد تم عكس العلامة على النحو التالي: (تنطبق- درجة)، (لا تنطبق- ثلاث درجات)، اما (تنطبق الى حد ما)، لم تتغير درجتها (ملحق ٢).

٧-٣ المعاملات العلمية للمقياسين:

١-٧-٣ الصدق:

لغرض التأكد من قدرة المقياسين على قياس ماوضعا من اجله وهي تم اللجوء الى الصدق الظاهري وذلك بعرض المقياس على عدد من السادة المختصين في علم النفس الرياضي (ملحق ٣) لاختار ارائهم حول مدى صدق المقياسين، وبعد ذلك تم جمع الاستمارات وظهرت نسبة اتفاق بين السادة المختصين تصل الى ٩٠% بالنسبة لمقياس مفهوم الذات، ونسبة (٨٧%) بالنسبة لمقياس دافعية الانجاز وهذا يعني ان المقياسين صادقين لانه على الباحث (الحصول على موافقة (٧٥%) فاكثر من اراء المحكمين في هذا النوع من الصدق)^(٢)

٢-٧-٣ الثبات:

١- صالح حسين القادري ؛ خصائص المعلم الفعال كما يدركها طلبة المرحلة الثانوية وعلاقتها بدافعية الإنجاز: (رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك، الأردن، ٢٠٠٠) ص ٥٤.

(٢) - بنيامين بلوم واخرون؛ تقييم الطالب التجميعي والتكويني (ترجمة) محمد نبيل نوفل واخرون (القاهرة، المكتب المصري الحديث، ١٩٨٣) ص ١٩٦.

لغرض ايجاد معامل الثبات للمقياسين اعتمدت الباحثة على طريقة الاختبار واعادة الاختبار اذ تعد الاداة ثابتة اذا اعطت النتائج نفسها في قياسها للظاهرة مرات متتالية^(١) فقد تم تطبيق المقياسين على عينة مؤلفة من (١٥) طالبة من طالبات اعدادية الزهراء للبنات والذين هن من ضمن مجتمع البحث وبعد مرور (١٠) ايام تم تطبيق المقياس مرة اخرى على نفس الطالبات وباستخدام معامل الارتباط البسيط بين الاختبارين الاول والثاني تم ايجاد معامل الثبات لكلا المقياسين، كما في الجدول (٢).

جدول (٢)

يبين قيم معامل الارتباط بين الاختبارين الاول والثاني لاجاد معامل الثبات لاداتي البحث

الابعاد	معامل الارتباط البسيط(بيرسون)
مفهوم الذات	٠.٨٦
دافعية الانجاز الدراسي	٠.٨٨

٣-٨ المنهج الارشادي:

ان الهدف الاساس للبحث الحالي هو اعداد منهج للارشاد النفسي لمعالجة مشكلتي تدني اعتبار الذات وضعف الدافعية للانجاز الدراسي، وقد قامت الباحثة بمراجعة شاملة للمصادر الخاصة بعلم النفس العام، لتحديد العوامل النفسية التي تؤثر على فكرة الطالبة عن نفسها ومن ثم يكون لها الدور في تشكيل مفهوم الذات وضعف دافعيته للانجاز الدراسي من اجل وضع المنهج الارشادي الملائم والمناسب لمعالجة هاتين المشكلتين ولكي يتم ذلك اعتمدت الباحثة على عملية التخطيط في اعداد المنهج الارشادي معتمدة الخطوات الاتية :

اولاً - مجموعة من الإستراتيجيات والفاعليات الإرشادية المصممة لتنفيذها من قبل المعلمات في أثناء قيامهنّ بالتدريس الصفّي العادي لأفراد المجموعة التجريبية، الى جانب مجموعة إستراتيجيات وفاعليات إرشادية لاصفية للمجموعة التجريبية وتشمل جلسات إرشادية تقوم بتنفيذها الباحثة بالتعاون مع المرشدة التربوية (ملحق ٤) .

ثانياً - إستراتيجيات وفاعليات إرشادية خاصة بأولياء أمور الطالبات يتم تنفيذها في نطاق الأسرة (ملحق ٥).

٣-٩ تطبيق المنهج الارشادي للمجموعة التجريبية:

(١) -صباح حسين العجيلي واخرون؛التقويم والقياس (بغداد، مطبعة التعليم العالي، ١٩٩٠) ص١٤٣.

بعد استكمال الاجراءات الخاصة باعداد المنهج والإستراتيجيات والفاعليات الإرشادية ووضعها بصيغتها النهائية قامت الباحثة باجراء الاختبار القبلي لمجموعي البحث وذلك عن طريق توزيع مقياسي (مفهوم الذات ودافعية الانجاز الدراسي) على الطالبات بتاريخ ٢٠١١/٤/١٠ بعدها تم البدء بتطبيق المنهج الارشادي على المجموعة التجريبية بتاريخ ٢٠١١/٤/١١ واستغرقت مدة تطبيق المنهج الارشادي للمجموعة التجريبية (٣٢) يوم بمعدل (٣) جلسات اسبوعيا، ولمدة (٤) اسابيع مدة الجلسة الواحدة (١٠-١٥) دقيقة ليكون الوقت الكلي للجلسات (١٢٠-١٨٠) دقيقة في القاعات الدراسية في مدرسة (اعدادية الزهراء للبنات) في وقت اجراء الدروس النظرية.

بالاضافة الى قيام أولياء الأمور بتنفيذ مجموعة من الإستراتيجيات الإرشادية في تعاملهم مع طالبات أفراد المجموعة التجريبية طيلة فترة تطبيق البحث المقررة، اذ تم الاتصال بهم وشرح لهم كيفية تنفيذ الاجراءات المطلوبة منهم والتي تم ارسالها مع الطالبات في ظروف محكمة الاغلاق وسرية، وبعد الانتهاء من تطبيق المنهج الارشادي تم القيام باجراء الاختبارات البعدية لمجموعي البحث الضابطة والتجريبية بتاريخ ٢٠١١/٥/١٢.

٣-١٠ المنهج الارشادي التقليدي للمجموعة الضابطة:

اعتمد منهج المجموعة الضابطة على ان تمارس هذه المجموعة التدريس بصورته الاعتيادية، الى جانب ان يتم اللقاء بها بين الحين والآخر والتحدث مع افرادها بأحاديث عادية عن الجدول الدراسي والمواد التي تم دراستها والمواد المتبقية من المنهج المقرر، اي ليس لها علاقة بالمنهج المعد للمجموعة التجريبية.

٣-١١ الوسائل الاحصائية:

استخدمت الباحثة الوسائل الاحصائية الآتية^(١):

- الوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- معامل الارتباط البسيط(بيرسون).
- اختبار(ت) للعينات المتناظرة.
- ٤- عرض النتائج ومناقشتها :
- ٤-١ عرض النتائج :

(١)-وديع ياسين وحسن محمد: التطبيقات الاحصائية واستخدام الحاسوب في بحوث التربية الرياضية،(الموصل: دار الكتب للطباعة والنشر، ١٩٩٩)، ص١٠٣-١٥٤-٢٠١-٢١٤-٢٧٩.

٢-٤ عرض ومناقشة نتائج الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الطابطة:
جدول (٣)

يبين دلالة الفروق بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الطابطة

الدلالة	قيمة ت* الجدولية	قيمة ت المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		المعالم الاحصائية المتغيرات
			ع	س-	ع	س-	
غير معنوي	٢,٠٤	١,٦٧	٣,٨	٢٥	٣,٤	٢٤	مفهوم الذات
غير معنوي		١,٥٨	٣,٣	٢٣	٤	٢٢,٥	دافعية الانجاز الدراسي

*تحت مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٩)

يتبين من الجدول (٣) ان هناك فرق غير معنوي بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الطابطة في متغير مفهوم الذات، اذ بلغت قيمة (ت) المحسوبة (١,٦٧) وهي اصغر من (ت) الجدولية التي بلغت (٢,٠٤) تحت مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٩)، وهذا يعني ان طالبات هذه المجموعة لم يتلقين ارشاد يساعد على تنمية مفهوم الذات لديهن بشكل مناسب، وهو الامر الذي يمكن ان يجعل من الطالبات يواجهن صعوبات في عملية التكيف مع البيئة المدرسية بالشكل المناسب والذي يعمل على ان يطور مهارتهن الاكاديمية اذ ان (مفهوم الذات الايجابي يدعم النمو الصحيح ويساعد على اتقان المهارات المتنوعة في حين ان مفهوم الذات السلبي يسبب انفعالات سلبية تمنع الافراد من تحقيق اهدافهم)^(١). وهذا يعني انه يمكن ان يؤدي ذلك الى ضعف تحصيل الطالبات في دروسهن بسبب الشعور بعدم الكفاية في الجانب الاكاديمي الذي يعود الى مفهوم الذات المنخفض لديهن لان (مفهوم الذات يتضمن معرفة الفرد بنفسه والوعي الشخصي بالقدرات التي يمتلكها، وهذا يعني ان هناك بناء مركزي يدعم الجانب الاكاديمي لوجود علاقات متسقة بين التحصيل ومفهوم الذات)^(٢). كما ويظهر من هذا الجدول (٣) انه لم يظهر فرق معنوي بين الاختبارين القبلي والبعدي في متغير (دافعية الانجاز الدراسي) اذ بلغت قيمة (ت) المحسوبة (١,٥٨) وهي اصغر من (ت) الجدولية التي بلغت (٢,٠٤) تحت مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٩)، وهذا يعود الى ان طالبات هذه المجموعة

1-russel.B.L.&ouvier.R.brief ognitive sreening and self concepts for children with low intellectuil functioning .british journal of clinical psycolgy.41.2002.p93.

2-debora .R .sh .lauren .j.L.& Aaron.m .strategies to improve percived competence in children with visual impairments.review.35.2003.

لا يتلقين سوى دروس نظرية بحتة تتعلق بالمادة الدراسية المقررة فقط دون ان يكون هناك اي استثارة لنشاطهن في حل المسائل الدراسية المدعوم بالتشجيع والتحفيز والدافع هو (القوة التي تدفع الفرد لأن يقوم بسلوك من أجل إشباع وتحقيق حاجة أو هدف. ويعتبر الدافع شكلاً من أشكال الاستثارة الملحة التي تخلق نوعاً من النشاط أو الفعالية)^(١). وهو الامر الذي يمكن ان يجعل منهن ذوات اهداف محدودة وبسيطة وليست لديهن الرغبة في القوية والجامحة في النجاح بتفوق والتفكير بالمستقبل بشكل جدي، فدافعية الانجاز تشير الى (إلى مجموعة الظروف الداخلية والخارجية التي تحرك الفرد من أجل إعادة التوازن الذي اختل. فالدافع بهذا المفهوم يشير إلى نزعة للوصول إلى هدف معين، وهذا الهدف قد يكون لإرضاء حاجات أو رغبات داخلية)^(٢).

٣-٤ عرض ومناقشة نتائج الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية:

جدول (٤)

يبين دلالة الفروق بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية

الدلالة	قيمة ت* الجدولية	قيمة ت المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		المعالم الاحصائية المتغيرات
			ع	س-	ع	س-	
معنوي	٢,٠٤	٣,٥	٣,٢	٣١	٣,٥	٢٣	مفهوم الذات
معنوي		٤,٠٣	٢,٩	٣٧	٣,٢	٢٢	دافعية الانجاز الدراسي

*تحت مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٩)

يتبين من الجدول (٤) ان هناك فرق معنوي بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في متغير مفهوم الذات، اذ بلغت قيمة (ت) المحسوبة (٣,٥) وهي اكبر من (ت) الجدولية التي بلغت (٢,٠٤) تحت مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٩)، وهذا يشير الى ان المنهج المقترح والذي تم تطبيقه على طالبات هذه المجموعة من قبل المدرسات من جهة ومن قبل الاهل من جهة اخرى قد ساعد في تحسين مفهوم الذات لديهن وبالشكل الايجابي فالمدرسة تعد بيئة مهمة بعد بيئة العائلة في تنمية وبناء الشخصية حيث ان (المدرسة تسهم اسهاماً كبيراً في تكوين صورة الفرد عن ذاته والجو المدرسي ونظام المعاملة من العناصر الاساسية التي تسهم في تشكيل مفهوم الذات)^(٣)، وهذا يعني ان العمل على تنمية مفهوم الذات بشكل ايجابي سوف يساعد الطالبات على معرفة انفسهن وامكانياتهن في هذه الفترة الحرجة من العمر، فمفهوم الذات

3- Petri & Govern.op.cit.p136.

^٢ - يوسف قطامي وعبد الرحمن عدس؛ المصدر السابق، ص ١٩٥.

^٣ - خولة يحيى الفروق في مفهوم الذات بين مجموعات الطلبة المضطربين انفعالياً وذوي صعوبات التعلم والمعوقين عقلياً اعاقاة بسيطة والعاديين : (دمشق، دراسات- العلوم التربوية، ٢٦(٢)، ١٩٩٩) ص ٣٦٩.

لدى الافراد هو (مفهوم افتراضي شامل يتضمن الافكار والمشاعر لدى الفرد التي تعبر عن خصائص جسمية وعقلية وشخصية ويشمل ذلك قناعاته وقيمة ومعتقداته ،كما يشمل خبراته السابقة وطموحاته المستقبلية ويوصف بانة مجموعة من المعتقدات والمشاكل التي توجد ضمن امكانات الافراد او تفسيرهم للاحداث وهذا يتماشى مع تقويمهم لانفسهم مما يؤدي بالتالي الى اختلافات في بلورة مهمات الاداء)^(١) . كما ويتبين من هذا لجدول ان هناك فرقا معنوياً ايضا في دافعية الانجاز الدراسي بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي لطالبات هذه المجموعة (التجريبية) وهو ماتعزوة الباحثة الى الدور الذي لعبه المنهج الارشادي في زيادة دافعية الانجاز الدراسي لدى الطالبات من خلال التشجيع والتحفيز الذي كن يحصل عليه خلال فترة التطبيق للمنهج ،اضافة الى اثاره السلوك وتوجيهه نحو هدف محدد وهو الانجاز الدراسي اذ(تسهل الدافعية في تسهيل فهمنا لبعض الحقائق المحيرة في السلوك الإنساني. كما انها مهمة لتفسير عملية التعزيز وتحديد المعززات وتوجيه السلوك نحو هدف معين، والمساعدة في التغييرات التي تطرأ على عملية ضبط المثير والمثابرة على سلوك معين حتى يتم إنجازهم)^(٢) ،وهو هدف مهم من اهداف الارشاد الذي يسعى الى جعل الطالب عارفاً بما يريد تحقيقه ويسعى للنجاح فيه ،وكذلك مساعده في تنمية افكاره وادراكه اذ(يساعد الارشاد التربوي الطالب في الحصول على معلومات تتعلق بخططة واختياراته المستقبلية العملية والمهنية وتعريفه بمشاكله وكيفية تناولها والعمل على حلها)^(٣) .

٤-٢ عرض ومناقشة نتائج الفروق بين الاختبارين البعديين للمجموعتين الضابطة والتجريبية: جدول(٥)

يبين دلالة الفروق بين نتائج الاختبارين البعديين للمجموعتين الضابطة والتجريبية

المعالم الاحصائية	المجموعة الضابطة	المجموعة التجريبية	قيمة ت	قيمة ت*
-------------------	------------------	--------------------	--------	---------

^١ -خليل ابراهيم السعادات ؛مفهوم الذات والتوافق : (موقع جامعة الملك سعود ،كلية التربية ،قسم التربية،جامعة الملك سعود
WWW.faculty .ksa.edu.sa.2008-2-14)

^٢ - شفيق علاونة؛المصدر السابق ،ص١٤٢ .

^٣ -احمد رشيد عبد الرحيم زيادة؛دليل الارشاد النفسي التربوي : (عمان ،الوراق للنشر والتوزيع،٢٠٠٩)ص١٩ .

المتغيرات	الدلالة	الجدولية	المحسوبة	ع		س-	
				ع	س-	ع	س-
مفهوم الذات		٢,٠١	٣,٠٨	٣,٢	٣١	٣,٨	٢٥
دافعية الانجاز الدراسي			٤,٦	٢,٩	٣٧	٣,٣	٢٣

*تحت مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٥٨)

يتبين من الجدول (٥) ان هناك فرق معنوي بين الاختبارين البعديين للمجموعتين الطابطة والتجريبية في متغير مفهوم الذات ولصالح الختبار البعدي للمجموعة التجريبية، اذ بلغت قيمة (ت) المحسوبة (٣,٠٨) وهي اكبر من (ت) الجدولية التي بلغت (٢,٠٤) تحت مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٩)، وترى الباحثة ان ذلك يشير الى الدور الذي لعبه المنهج الارشادي الذي تعرضت له المجموعة التجريبية بالشكل الذي ساعد الطالبات على تنمية الشخصية لديهن وبالشكل الذي يمكنهن من فهم ذواتهن والوصول الى درجة مناسبة من التوافق النفسي حيث ان الارشاد النفسي يهتم بشخصية الفرد ككل، وفي الوقت نفسه الى حل مشكلات الانفعالية وتخفيف اي اضطراب نفسي، ويستهدف في النهاية تمكين الفرد من فهم افضل لذاته، واكتساب وجهات نظر صحيحة نحو الحياة والناس والوصول الى النضج المتكامل لجوانب شخصية متعددة، واطلاق طاقاته حتى يصل الى درجة من التوافق^(١)، وبالتالي سوف يصبح لهؤلاء الطالبات القدرة على وضع اهداف لانفسهن والسعي الى تحقيقها لانه اصبح لديهن القدرة على فهم ذواتهن (فتحقيق الذات هي عملية النضال والكفاح من اجل جعل قدرات وامكانيات ومواهب الفرد تتحقق، ويتطلب ذلك القدرة والرغبة على وضع وتحقيق الاهداف ويمكن تصنيفها على انها علاقة بالمشاعر التي ترتبط بمساعي واهتمامات عديدة)^(٢).

ويظهر كذلك من خلال الجدول (٥) ان هناك فرقاً معنوياً في دافعية الانجاز الدراسي بين الاختبارين البعديين للمجموعتين الطابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية، وهذا تعزوة الباحثة الى المنهج الارشادي الذي خضعت له المجموعة التجريبية، ودوره في زيادة دافعية الطالبات للانجاز الدراسي نظراً للارشاد الذي حصلن عليه خلال فترة تنفيذ المنهج مما جعلهن اكثر قدرة واندفاع على انجاز مهامهن الدراسية للحصول على الدرجات الجيدة، اذ تشير الدراسات الى (ان الأفراد الذين يوجد لديهم دافع مرتفع للتحصيل يعملون بجدية أكبر من غيرهم، ويحققون نجاحات أكثر في حياتهم، وفي مواقف متعددة من الحياة، وعند مقارنة هؤلاء الأفراد

^١ - سهير كامل احمد؛ التوجيه والارشاد النفسي: (الاسكندرية، مركز الاسكندرية للكتاب، ٢٠٠٠) ص ١٢.
^٢ - حسين ابو رياش (واخرون)؛ الدافعية والذكاء العاطفي، ط ١: (عمان، دار الفكر للنشر والتوزيع، ٢٠٠٦) ص ٢٩٢.

بمن هم في مستواهم من القدرة العقلية ولكنهم يتمتعون بدافعية منخفضة للتحصيل وجد أن المجموعة الأولى تسجل علامات أفضل في اختبار السرعة في انجاز المهمات الحسابية واللفظية، وفي حل المشكلات، ويحصلون على علامات مدرسية وجامعية أفضل، كما أنهم يحققون تقدماً أكثر وضوحاً في المجتمع، والمرتفعون في دافع التحصيل واقعيون في انتهاز الفرص بعكس المنخفضين في دافع التحصيل الذين يقبلوا بواقع بسيط، أو يطمحوا بواقع أكبر بكثير من قدرتهم على تحقيقه^(١)، وهو ما يمكن ان يجعل منهن قادرات على تصور المستقبل ولاننتائج التي يمكن ان يحصلن عليها ويسعين الى مواجهة الصعاب التي تتميز بانها ليست سهلة، او تتميز بالتحدي اذ ويمتاز الأفراد ذوو الدافعية العالية للإنجاز بقدرتهم على وضع تصورات مستقبلية معقولة ومنطقية في تصوراتهم للمشكلات التي يواجهونها، والتي تمتاز بأنها متوسطة الصعوبة ويمكن تحقيقها^(٢).

٥- الاستنتاجات والتوصيات :

٥-١ الاستنتاجات :

اظهرت النتائج ان هناك فرقاً معنوياً في مفهوم الذات ودافعية الانجاز الدراسي بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ولصالح الاختبار البعدي، مما يشير الى فاعلية المنهج الارشادي في تحسين مفهوم الذات والدافعية للانجاز الدراسي لطالبات هذه المجموعة.

اظهرت النتائج عدم وجود فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي في مفهوم الذات ودافعية الانجاز الدراسي للمجموعة الطابطة، وهذا يعود الى عدم تلقي طالبات هذه المجموعة الى الارشاد النفسي الذي يعمل على تدعيم ثقتهن بانفسهن وتعريفهن بقدراتهن، الى جانب عدم حصولهن على التشجيع والتعزيز الذي من شأنه ان يرفع من دافعيتهن للانجاز الدراسي.

اظهرت النتائج ان هناك فرقاً معنوياً في مفهوم الذات ودافعية الانجاز الدراسي بين الاختبارين البعديين ولصالح الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية التي تعرضت الى المنهج الارشادي لمعالجة تدني اعتبار الذات وضعف دافعية الانجاز الدراسي، وهذا يعود الى التفاعل الايجابي الذي ابدته طالبات المجموعة التجريبية في التفاعل مع المنهج مما ادى الى زيادة ثقتهن بانفسهن وشعورهن بالكفاية، اضافة الى زيادة قدرتهن على وضع اهداف لانفسهن الامر الذي ساعد على تنمية دافعية الانجاز الدراسي لديهن.

٥-٢ التوصيات :

١ - محمد حسن، (٢٠٠٣) <http://www.fedu.uaeu.ac.ae/cej/issue16/primary>.
٢ - محمد عمران، (٢٠٠٦) <http://www.almuallem.net/maga/dafia.html>.

العمل على تشجيع المدرسات على الاستفادة من المنهج المعد، او العمل على تعديلها بما يتناسب مع المستوى النفسي لطالباتهن، ومحاولة معرفة اثرة على تحصيل الطالبات في الدروس. اجراء المزيد من الدراسات المستقبلية في مجال الارشاد والتدريب النفسي للطالبات وفي مختلف المراحل الدراسية لتوجيه السلوك وتنمية جوانب اخرى من الشخصية. ضرورة توفير الظروف والمناخات التعليمية الداعمة لحدوث التعلم الفعال، الى جانب العمل على تنمية قدرات الطالبات وتحفيز امكاناتهن الابداعية، لينعكس ذلك ايجابياً على معرفتهن بانفسهن ورفع دافعية الانجاز الدراسي لديهن. تاهيل وتدريب المدرسات على استخدام مهارات الارشاد النفسي للطالبات من خلال اعداد الدورات التأهيلية المتخصصة في الارشاد النفسي من قبل اساتذة متخصصين في هذا الجانب، نظراً للدور الذي يلعبه الجانب النفسي في تعريف الطالبات بانفسهن وامكاناتهن، وزيادة رغبتهن في التحصيل الدراسي.

المصادر العربية والاجنبية:

- احمد رشيد عبد الرحيم زيادة؛ دليل الارشاد النفسي التربوي : (عمان، الوراق للنشر والتوزيع، ٢٠٠٩)
- احمد محمد الزعبي ؛ الارشاد النفسي-نظرياته-اتجاهاته-مجالاته(عمان، دار زهران للنشر والتوزيع، ٢٠٠٢).

- اخلاص محمد عبد الحفيظ؛ التوجيه والارشاد النفسي في المجال الرياضي، ط١، (القاهرة، دار الفكر العربي، ٢٠٠٢).
- بنيامين بلوم و اخرون؛ تقييم الطالب التجميعي والتكويني (ترجمة) محمد نبيل نوفل و اخرون (القاهرة، المكتب المصري الحديث، ١٩٨٣).
- حسين ابو رياش (و اخرون)؛ الدافعية والذكاء العاطفي، ط١: (عمان، دار الفكر للنشر والتوزيع، ٢٠٠٦).
- خليل ابراهيم السعادات؛ مفهوم الذات والتوافق : (موقع جامعة الملك سعود، كلية التربية، قسم التربية، جامعة الملك سعود 2008-2-14 WWW.faculty.ksa.edu.sa).
- خولة يحيى الفروق في مفهوم الذات بين مجموعات الطلبة المضطربين انفعالياً وذوي صعوبات التعلم والمعوقين عقلياً اعاقه بسيطة والعاديين : (دمشق، دراسات- العلوم التربوية، ٢٦(٢)، ١٩٩٩).
- روبرت ريزونر ؛ بناء تقدير الذات، (ترجمة) مدارس الظهران الأهلية: (السعودية، دار الكتاب التربوي، ٢٠٠٠).
- ريتشار لازاروس س.؛ الشخصية، ترجمة، سيد محمد غنيم : (بغداد، دار الشروق، مكتبة صوت علم النفس الحديث، ١٩٨١).
- سهير كامل احمد؛ التوجيه والارشاد النفسي: (الاسكندرية، مركز الاسكندرية للكتاب، ٢٠٠٠) ص١٢.
- شارلز شيفر وهوارد ميلمان؛ مشكلات الأطفال والمراهقين وأساليب المساعدة فيها. (ترجمة) نسيمه داوود، ونزيه حمدي (الأردن، الجامعة الاردنية، ١٩٨٩).
- شفيق علاونة؛ الدافعية - علم النفس العام : (عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع، ٢٠٠٤).
- صالح حسين القادري ؛ خصائص المعلم الفعال كما يدركها طلبة المرحلة الثانوية وعلاقتها بدافعية الإنجاز: (رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك، الأردن، ٢٠٠٠).
- صباح حسين العجيلي و اخرون؛ التقويم والقياس (بغداد، مطبعة التعليم العالي، ١٩٩٠).
- عدنان عمر العتوم ومحمد احمد الموفي؛ تأثير اسباب الاعاقه والوضع الاجتماعي ومكان السكن في مفهوم الذات للمعوقين حركيا في الاردن : (مجلة البحوث التربوية، عمان، العدد ٦، السنة الثالثة، ١٩٩٤).
- عزيز حنا داوود وناظم هاشم العبيدي ؛ علم نفس الشخصية : (الموصل، مطابع التعليم العالي، ١٩٩٠).
- فان دالين ، ديوبولد ، ب ؛ "مناهج في التربية وعلم النفس" ، ط٢ ، (ترجمة) محمد نبيل نوفل وآخران : (مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة، ١٩٨٤).
- قاسم حسين صالح؛ الشخصية بين التنظير والقياس ، ط١ : (صنعاء، دار النشر للجامعات، ١٩٩٧).
- محمد ابراهيم عيد؛ مقدمة في الارشاد النفسي، (القاهرة، مكتبة الانجلو المصرية، ٢٠٠٥).
- محمد ابراهيم عيد؛ مقدمة في الارشاد النفسي، (القاهرة، مكتبة الانجلو المصرية، ٢٠٠٥).
- محمد احمد صوالحة؛ علم نفس اللعب : (عمان دار المسيرة للنشر والتوزيع، ٢٠٠٤).

- محمد حسن، (٢٠٠٣) <http://www.fedu.uaeu.ac.ae/cej/issue16/primary>
- محمد عمران، (٢٠٠٦) <http://www.almuallem.net/maga/dafia.html>
- محمد ماهر محمود؛ المقابلة في الارشاد والعلاج النفسي، (الاسكندرية، دار المعرفة الجامعية، ١٩٩٩).
- وديع ياسين وحسن محمد: التطبيقات الاحصائية واستخدام الحاسوب في بحوث التربية الرياضية، (الموصل: دار الكتب للطباعة والنشر، ١٩٩٩).
- يوسف قطامي وعبد الرحمن عدس؛ علم النفس العام، ط ١ : (عمان، دار الفكر للطباعة والنشر، ٢٠٠٢).
- يوسف قطامي وعبد الرحمن عدس؛ علم النفس العام: (عمان، دار الفكر للطباعة والنشر، ٢٠٠٢).
- Clanze, Foundations and Principles of Cuidence, Boston Allyn and Bacon, 1964.
- debor a .R .sh .lauren .j.L.& Aaron.m .strategies to improve percived competence in children with visual impairments.review.35.2003.
- Tomlinson, T. Motivating students to learn, Berkley Mrcutrhan Publishing co1993.
- Petri, H; and Govern, J.Motivation: Theory, Research and Applications. Thomson Wadsworth, Australia.1987.
- russel.B.L&ouvier.R.brief ognitive screening and self concepts for children with low -intellectuil functioning .british journal of clinical psycolgy.41.2002.
- Zoo c. Creativity at Work: The Monitor on Psychology. The American Psychological Association.1988.

ملحق (١)

مقياس تقدير الذات

الاسم :

الصف :

عزيرتي الطالبة:

المدسة :

الفرع :

قيمي نفسك في كل من البنود التالية، وذلك بوضع إشارة (√) في الجدول تحت الإجابة التي تريحها مناسبة بالنسبة لك، علماً أن هذا ليس امتحاناً ولا توجد به إجابات صحيحة أو خطأ، بل يصف مشاعرك الشخصية وحسب.

الرقم	الفقرة	غالباً	أحياناً	نادراً
١	لدي أهداف محددة أريد تحقيقها.			
٢	أستمع بالعمل على المهمات حتى بدون مكافآت أو تشجيع من الآخرين.			
٣	أشعر بأنني حر في التعبير عن مشاعري الحقيقية إزاء الآخرين.			
٤	أستمع بممارسة تفكيري الخاص وبتخاذ قراراتي الخاصة.			
٥	أستطيع أن أعترف بالأخطاء أو الهزائم دون أن أشعر بأنني فاشل.			
٦	أستطيع أن أقبل الاختلافات في الرأي بدون أن أشعر بالإيذاء.			
٧	أستطيع أن أقبل هدية أو إطراء بدون أن ارتبك أو أشعر بان علي أن أوضح أو أن أعطي شيئاً بالمقابل.			
٨	أستطيع أن اضحك من نفسي بدون أن أشعر بالمهانة أو الانحطاط.			
٩	لا أتردد في التعبير عن آرائي وقناعاتي حتى عندما تختلف آراء وقناعات زملائي.			
١٠	أستطيع أن احكي قصة عن نفسي بدون أن أميل إلى التفاخر أو الدعاية لنفسي			
١١	أرحب بالتحديات الجديدة وأوجهها بثقة.			
١٢	أتحمل المسؤولية إزاء تصرفاتي أو أعمالي بدلا من أن ألوم الآخرين في حالة الفشل.			
١٣	أكون أصدقاء بسهولة وبشكل طبيعي.			
١٤	غالباً ما أكون سعيداً بكوني لوحدي.			
١٥	أميل إلى الثقة بالآخرين.			
١٦	أستطيع أن أعترف بعيوبي أو تقصيري وبالأشياء التي لم أعملها بشكل جيد.			
١٧	لا أنزعج من طرح الأسئلة أو من طلب المساعدة عندما أحتاج إلى ذلك.			
١٨	لا أميل إلى القلق بشأن ما يخبئه المستقبل.			
١٩	أجد من السهل أن أسامح الآخرين ولا أحمل ضغينة نحوهم.			
٢٠	لدي عدد كبير من الأصدقاء.			

ملحق (٢)

مقياس دافعية الإنجاز

الاسم:

المدرسة:

الصف:

الفرع:

عزيزي الطالب:

يرجى بيان مدى انطباق هذه العبارات على سلوك الإنجاز لديك بوضع إشارة (✓) في المربع المقابل لكل فقرة،
علماً أن هذا ليس امتحاناً ولا توجد به إجابات صحيحة أو خطأ.

الرقم	الفقرة	تنطبق	لا تنطبق	تنطبق إلى حد ما
١	إذا بدأت بعمل لا اتركه حتى أكمله.			
٢	اشعر بأنني امتلك قدرة على الصبر.			
٣	أنا لست صبوراً.			
٤	أحب القيام بالأعمال التي لا تتطلب جهداً كبيراً.			
٥	أشعر بالملل والتعب بعد فترة قصيرة من بداية العمل.			
٦	أشغل نفسي بعمل آخر عندما أجد العمل الذي أقوم به صعباً.			
٧	أحب القيام بالأعمال التي لا يتطلب إنجازها وقتاً طويلاً.			
٨	أصر على إتمام العمل إذا كان صعباً.			
٩	أتوقف عن إتمام ما أقوم به من عمل عندما تواجهني مشكلات وصعوبات.			
١٠	أتحمل المشكلات والأعباء التي أواجهها.			
١١	أتجنب تحمل المسؤوليات.			
١٢	أملك العزم والتصميم على الفوز في أية منافسة.			
١٣	أبذل جهداً قليلاً في تحقيق هدف ذي قيمة.			
١٤	أعمل ساعات إضافية لإتمام العمل الذي يعطى لي.			
١٥	أؤجل ما أقوم به من عمل لوقت آخر.			
١٦	أنجز الأعمال الموكلة إلي بشكل صحيح.			
١٧	أقوم بعمل الأشياء قبل التفكير بها جيداً.			
١٨	أتجنب تحدي الآخرين في عملي على مهمة ما.			
١٩	أقوم بعمل كل ما يطلب مني مهما كانت درجة صعوبته.			
٢٠	أسعى نحو النجاح لأنه يحقق لي الاحترام.			

ملحق (٣)

الاجراءات الارشادية واستراتيجيات المستخدمة لمعالجة مشكلتي تدني اعتبار بالذات وضعف الدافعية للانجاز

الدراسي: (يطبق من قبل المدرسات):

١- استخدام الأنشطة التي تساعد على التفاعل النشط مع المادة الدراسية.

٢- تعزيز المادة الدراسية بالأمثلة والشواهد والعروض الإيضاحية الشيقة.

- ٣- استخدام الوسائل المساندة من أشرطة فيديو وأشرطة سمعية إضافة إلى الصور والملصقات والرسوم والأشكال والجداول والقوائم.
- ٤- زيادة التفاعل بين المعلمة والطالبات، من خلال الاستماع بشكل جدي للطالبة واعطائها الثقة بطرح رايها دون خوف او تردد.
- ٥- تقديم التعزيز المتكرر المناسب للطالبات وفق احتياجاتهم.
- ٦- زيادة وعي الطالبات للهدف من التعلم.
- ٧- زيادة مبادرة الطالبات وسعيهن لتحقيق الإنجاز.
- ٨- زيادة الفرص التعليمية المؤدية إلى النجاح مثل الاسئلة النموذجية وكيفية الاجابة عليها والمواد التي تحتاج الى تركيز اكثر عند القراءة.
- ٩- حث الطالبات على الإجابة على الأسئلة التي تلي كل وحدة دراسية وذلك ب:-
- أ- استثارة الطالبات لحل الأسئلة الصعبة، مع اعطائهن اشارات لمفاتيح الحل والمكافأة لصاحبات الحل الصحيح.
- ب- إزالة مشاعر العزلة لدى الطالبات، من خلال التواصل والتفاعل بين المعلمة والطالبات حتى بعد انتهاء الحصة الدراسية وزيادة العلاقة الحميمة بين المدرسة والطالبة لكي تشعر بانها لا توجد حواجز عالية بينها وبين المدرسة عندما تحتاج اليها في امور قد تكون لاتخص المادة الدراسية.
- ت- شعور الطالبات بالإنتاجية والرضا النفسي عن قدراتهن لنجاحهن في حل الأسئلة.
- ث- توفير تغذية راجعة للطالبات.
- ١٠- توفير الجو المدرسي المناسب من الرعاية والاهتمام العلمي والصحي والامور العائلية وحتى الشخصية.
- ١١- تزويد الأهل بتقارير دورية عن أداء الطالبات ومستواهن الدراسي .
- ١٢- احترام الطالبات وتقديرهن ورفع الروح المعنوية لديهن.
- ١٣- عدم تسفيه رأي الطالبات واحتقاره حتى ولو كان بسيطاً وانما توجيهه الى الاتجاه الصحيح بأسلوب تربوي وودي.
- ١٤- تقبل إجابة الطالبات حتى لو كانت خطأ بطريقة ايجابية، وإعطاء الجواب الصحيح، بدون إحراج الطالبات.
- ١٥- عدم ربط جدارة الطالبات والجهود الدراسية بالتحصيل الدراسي من خلال اشعار الطالبات بان المهم اولاً هو التعلم قبل الدرجة.
- ١٦- إعطاء فرصة المشاركة لجميع طالبات الصف، وعدم التركيز على فئة معينة وان الجميع يحظى بنفس الدرجة من الاهتمام.
- ١٧- تقييم أداء الطالبات وإبداء الإعجاب به، لتحفيزهن على الاستمرار.
- ١٨- الابتعاد عن الألفاظ التي تقتل الدافعية لدى الطالبات مثل عبارة (متخلفة، بطيئة التعلم...) أو أي عبارة توحى بعجزها أو تنال من كرامتها ومن تقديرها لذاتها.
- ١٩- التقرب للمتلمات وتحبيبهن في المعلمة، فالمتعلمة تحب المادة وتزداد دافعيته لتعلمها إذا أحببتها مدرستها.
- ٢٠- أن تتصرف المدرسة كنموذج للمتلمات في الإقبال على المطالعة الخارجية والجلوس معهن في المكتبة.

٢١- استخدام أساليب التهيئة الحافزة عند بدء الحصة أو الخبرة مثل قصص المخترعين، والأسئلة التي تدفع إلى العصف الذهني، والعروض العملية المثيرة للدهشة والابتعاد عن الأسلوب الروتيني والمتشج في التعامل مع الطالبات.

٢٢- أن تنقل المدرسة شعور الاهتمام والرعاية لكل طالباتها وبخاصة الطالبات اللاتي يواجهن صعوبة كبيرة في التواصل.

٢٣- تنمية الشعور بالهوية والوعي الذاتي الواضح للشخصية التي ترغب:

أ- في أن تكون عليها أو ترغب في تحقيقها في المستقبل وهل انها تتناسب مع قدراتها او لا وهل هي منطقية ام لا.

ب- تستطيع المدرسات تشجيع الطالبات على امتلاك هذا التصور بعيد المدى للشخصية من خلال مساعدتهن على وضع أهداف لأنفسهن والإفادة من الإمكانيات والمصادر المتاحة لتحقيق هذا التصور.

ت- تقديم نماذج من الشخصيات الناجحة التي يمكن للطالبات الاحتذاء بها وتقمص أدوارها.

٢٤- مساعدة الطالبات على التفكير المنطقي وفهم ذواتهن.

٢٥- تشجيع الكفاءة والاستقلال والاستمتاع بالعمل وذلك عن طريق:

أ- مساعدة الطالبات على توقع المشكلات وان الحياة لاتخلو من الصعوبات ، وفي تجنب الأخطاء وفي الحفاظ على الشجاعة وفي التفكير بطريقة واضحة.

ب- تعليم الطالبات أن يرغبن بالنجاح وأن يكن عند توقع الآخرين وأن يستمتعن بحياتهن وأن يعتمدن على ذواتهن.

ت- قيام المدرسات بتكليف الطالبات بواجبات وأعمال بسيطة ليقمن بها وأن يكن قادرات على إتمامها، وأن يحصلن على مكافآت وإطراء مناسب.

ث- أن تمتدح المدرسات الجزء الصحيح من تصرفات الطالبات ولا تتوقع منهن الكمال.

٢٧- تعليم الطالبة أن تصبح أكثر تمييزاً، فالمواقف التي لا تحسن العمل فيها يمكنها أن تترك القيادة لغيرها، أما المواقف التي تناسب قدراتها، فيمكنها أن تصبح فيها أكثر سيطرة وتفوقاً.

ملحق (٤)

استراتيجيات التدخل الإرشادي لمعالجة مشكلتي تدني اعتبار بالذات وضعف الدافعية للإنجاز الدراسي
(يُطبق من قبل أولياء الأمور والعائلة)

يرجى من الأهل الإطلاع على هذه الخطوات والأساليب التي تعالج مشكلتي تدني اعتبار الذات، وتزيد من دافعية الطالبات للدراسة والإنجاز:-

- ١- تشجيع الطالبات على تحمل المسؤولية والشعور بالمقدرة على أداء الأدوار المطلوبة منهن بشكل دائم.
- ٢- تعليم الطالبات على أسلوب التعلم الذاتي في حل معظم أو جميع المشكلات التي تواجههن.
- ٣- استخدام نظام حوافز قوي في حالة حل مشكلة معينة بالنسبة للطالبة نفسها أو مشكلة داخل العائلة، وكذلك في حالة تحقيق النجاح مثل (الثناء اللفظي، وزيادة المصروف، وإقامة الحفلات أو الذهاب إليها، مشاهدة التلفاز، زيادة الوقت المخصص للتسلية، القيام برحلة الى مكان تحبها الطالبة وترتاح فيه أو زيارة خاصة،... الخ).
- ٤- تعليم الطالبات الاستراتيجيات الفعّالة لزيادة الدافعية، والتي تتمثل في:-

أ- تعليم الطالبات طرق متعددة لضبط الذات، لأنها تحسن مفهوم الذات والإنجاز، كان تكون مقتنعة بما لديها من امكانات جسمية وعقلية ومادية وان لا تنتظر لما هو عند غيرها وانما تقتنع بما لديها وتحاول الاستفادة منه.

ب- تعليم الطالبات على كيفية مقاومة المشتتات سواء منها الخارجية وتشمل كل ماموجود في البيئة المحيطة والداخلية مثل الافكار التي تدور في الراس، كأسلوب نحو تركيز أفضل.

ت- تعليم الطالبات على الاسترخاء العضلي والهدوء عن طريق التفكير بتخيلات سارة لدى شعورهن بالقلق وعدم التركيز.

ث- تعليم الطالبات على ضبط المنثرات مثل في الغرفة الخاصة داخل البيت بحيث تكون مثل غرفة الدراسة فقط ولا لشيء آخر حتى تستطيع التركيز بشكل جيد، أما القراءة للاستمتاع وأحلام اليقظة وغيرها يجب أن تتم في مكان آخر.

ج- مساعدة الطالبة على ان تحدد عدد معين من الساعات للدراسة فقط ومراجعة ما هو مطلوب منها يمكن استخدام ساعة المنبه لتسجيل الوقت المستغرق في الدراسة، وإذا شعرت الطالبة بالنعاس أثناء الدراسة يمكن أن تأخذ فترات راحة قصيرة أو استخدام إضاءة قوية، على ان يتم التأكد من مدى استفادتها من هذا الوقت في الدراسة من خلال سؤالها عما قرأته والاستماع لما حفظته بعد نهاية ذلك الوقت المحدد.

٥- أن يؤثر الأهل على المدرسة لتصبح أكثر إثارة، وذلك عن طريق:-

أ- الزيارات المتكررة للمدرسة بين فترة وأخرى.

ب- دعم موازنة المدرسة.

ت- حضور الإحتفالات التي تقيمها المدرسة بين حين وآخر.

- ٦- أن تكون توقعات الأهل من الأبناء مناسبة لقدراتهم وموضوعية وإيجابية وغير مرتفعة اي ان لا يطلب الاهل من بناتهم ان يحصلن على درجات عالية جدا واكثر من مستواهن الحقيقي.
- ٧- تجنب توجيه النقد إلى ذات الطالبة عندما تقع في الخطأ، وأن يكون النقد موجها إلى العمل وليس إلى الشخص نفسه.
- ٨- تجنب الأسرة لأساليب النيد والكره والإهمال والتحقير والدلال الزائد لبناتهم وعدم التمييز بين الابناء.
- ٩- عدم الضغط الزائد على الأبناء لزيادة مستوى التحصيل وان يجعلوا لهم وقتاً للراحة والاستمتاع.
- ١٠- عدم استعمال أساليب تتسم بالقوة والخوف والعنف والشدّة.
- ١١- أن يكون الأهل قدوة ونموذجاً للأبناء من خلال الجدية في العمل واحترام الذات.
- ١٢- أن يظهر الأهل اهتمامهم بتعليم بناتهم من خلال سؤالهن عما درسنه وعن المشاكل الدراسية التي يعانين منها وكذلك احتياجاتهن الدراسية على اختلاف اشكالها.