

فاعلية برنامج إرشادي لخفض قلق المستقبل لدى عينة من المودعات بالمؤسسات الإيوائية

د / سحر عبد الغني عبود

مقدمة :

تُعد الأسرة من أهم المؤسسات الاجتماعية نظراً لأنها تمثل همزة الوصل بين الفرد والمجتمع ، حيث تُعتبر الأداة الرئيسية لعملية التنشئة الاجتماعية ، كما أنها تؤدي دوراً رئيسياً في تشكيل شخصية الفرد ، وتكوين الاتجاهات الاجتماعية لديه ، وفي إرساء وتدعيم شخصيته (سامي محمد زيدان ، ٢٠٠٠ : ١) .

وعلى الرغم من أهمية الأسرة في تربية وتنشئة الطفل تنشئة سليمة ، إلا أن الأسرة قد تتعرض لظروف حياتية واجتماعية صعبة غير مناسبة لنمو شخصية الأبناء نمواً سليماً ، مثل تصدع الأسرة وتفككها ، كما يحدث في حالات الطلاق ، ثم زواج الأب بغير الأم ، وزواج الأم بغير الأب ، وقد تتعرض الأسرة إلى مرض الأب أو سجنه ، أو وفاة الأب أو الأم أو كليهما معاً ، كل هذا قد يؤدي إلى وجود أطفال بلا أسر وبلا مأوى - يفتقدون إلى الرعاية والعناية والحنان والعطف - كما أن شعور الطفل بأنه لا ينتمي إلى أسرة حقيقية ومنبت طبيعي ، يؤثر في نموه وتوافق النفسي ، ويثير قلقه بل إنه يؤدي إلى اضطراب عام في شخصيته (إخلاص محمد عبد الحفيظ ، ١٩٩١ : ٤٨) .

ويؤثر حرمان الطفل من والديه تأثيراً كبيراً على شخصيته ، وهذه التأثيرات تستمر مدى الحياة إن كانت شديدة ، حيث يمثل فقدان أحد الوالدين أو كلاهما خبرة أليمة وهزة عاطفية لها تأثيرها السالب على جانب الصحة النفسية للطفل فيما بعد (هلين دوتش ، ١٩٩٠) .

وتشير الدراسات السابقة إلى أن الحرمان من الوالدين له آثاراً سيئة على النمو الجسمي، والعقلي ، والانفعالي ، والاجتماعي تتمثل في نسبة محدودة في اختبارات الذكاء ، وانخفاض في التحصيل الدراسي ، وعدم القدرة على إقامة علاقات مؤثرة مع

فعالية برنامج إرشادي لخفض قلق المستقبل لدى عينة من المودعات بالمؤسسات الإيوائية

الآخرين، واضطرابات سلوكية ونفسية وانفعالية ، تظهر في شكل قلق ومخاوف ، كما أنهم أكثر اعتماداً على آخرين في سلوكهم، مع عدم النضج في أنماط السلوك المقبول اجتماعياً طبقاً للنوع ، وبوجه عام أنهم أقل توافقاً على المستويين الشخصي والاجتماعي ، بالمقارنة بقرنائهم من ذوي الأسر الطبيعية (أحمد السيد إسماعيل ، ١٩٩٥ : ٣) . كما تؤكد سهير كامل (٢٠٠١ : ٥٨) على أن الأطفال المنفصلين عن أسرهم (الأيتام واللقطاء) والذين يتم إيداعهم في المؤسسات الإيوائية لرعايتهم يكونون أكثر اعتماداً على عوامل الحظ والصدفة والقدر ومساعدة الغير ، وأنهم أكثر انفعالية وسلبية وأقل في وضع ضوابط لأنفسهم تساعدهم على النجاح في حياتهم ، كما أنهم يعززون إنجازاتهم ومايتخذونه من قرارات وما يحققونه من أهداف مدفوعين بعوامل خارجية هي التي تتحكم في مصيرهم وكلها عوامل يقفون عاجزين أمامها ، لأنهم لا يستطيعون التنبؤ بها .

ويتعرض هؤلاء الأطفال لإساءة المعاملة والسخرية والاستفزاز داخل المؤسسات الإيوائية التي يعيشون بداخلها ، حيث يتعرضون لبعض المخاوف كالمبالغة في العقاب ، فيفقد الطفل الإحساس بالأمن والطمأنينة ، وتزيد لديه مشاعر الخوف والقلق (نجوى الشرقاوي وهناء أمين ، ٢٠٠٥ : ٣٨٩ - ٤٦٢) .

هذا بالإضافة إلى شعور اللقيط (بصفة خاصة) في الغالب بالوحدة النفسية ، وعدم الإحساس بالانتماء إلى المجتمع الذي يعيش فيه ، حيث ينتقل من مكان إلى آخر بحسب سنه في المؤسسة ، وتغيير من يقوم على رعايته نفسياً وتحصيلياً بين مرحلة وأخرى ، وهذا ما يولد لديه اضطرابات وشعور بالقلق (إيمان إبراهيم ، ١٩٩٣) .

وترى حنان قرقوتي (١٩٩٥) أن اللقيط يشعر بالحقد والكراهية نحو المجتمع نتيجة شعوره بأنه لم يحظ بالاهتمام الكافي من قبل المحيطين ، كما يشعر بخوف دائم من مواجهة المجتمع، مما يؤدي إلى إنطوائه على نفسه ، وشعوره بالقلق والكآبة الدائمة ، مع الإحساس بالعار الذي يعامله على أساسه المجتمع دون ذنب منه .

وتشير بعض الدراسات إلى أن الأطفال اليتامى واللقطاء ترتفع بينهم نسبة القلق مقارنة بالأطفال العاديين ، مثل دراسة أملي صادق ميخائيل (١٩٩٠) ، ودراسة فاتن السيد أبو الصباغ (١٩٩٢) ، ودراسة ربيع شعبان (١٩٩٣) ، ودراسة Wolff &

(1999) ، Fesseha ، مما يؤثر بالتالي على نظرتهم الذاتية والاجتماعية ، وعلى مقدار استفادتهم من الخدمات المقدمة وهذه نتيجة طبيعية لتعرضهم للرقابة والشعور بالنقص لعدم انتمائهم لأسرة مستقرة ومنبت طبيعي ، كما يعيش هؤلاء الأطفال فترات انفصالية ومستمرة منذ الطفولة المبكرة ، وهذه الفترات المفاجئة والمستمرة في حياتهم تسيئاً لاستقرارهم النفسي ، فيعيشون حالة من الشعور غير الآمن ، والاضطراب وعدم الارتياح ، وهذه المشاعر نتيجة (للإحساس بقلق الانفصال) الذي يعانون منه ، سواء منذ مرحلة الميلاد (الانفصال عن الأم الحقيقية) ، أو خلال مراحل طفولتهم المتعاقبة ، لفقدانهم للأم الحاضنة المسؤولة عن تربيتهن منذ الصغر .

وقد حاول بعض الباحثين وضع بعض البرامج العلاجية للتخفيف من الآثار السلبية لقلق المستقبل، ومنهم محمد عبد التواب معوض (١٩٩٦) ، عاشور محمد أحمد (٢٠٠١) ، محمد الشافعي ووفاء عبد الرازق (٢٠٠٥) ، إبراهيم محمود إبراهيم (٢٠٠٦) ، مصطفى عبد المحسن (٢٠٠٧) ، عادل علي محمد (٢٠١٠) . وتوصلوا لنتائج مهمة لخفض قلق المستقبل ، مما يفتح الطريق لوضع برامج علاجية للحد من آثاره ، والوقاية من التعرض له وتقديم بعض الإرشادات خاصة لهذه الفئة التي تحتاج إلى الاهتمام والرعاية .

وتهتم الدراسة الحالية بفئة الأيتام ، بهدف اكتشاف عالمهم ، والتعرف على مخاوفهم المستقبلية ، وذلك لرعايتهم ومحاولة تعويض ما أفقدوه من عطف وحنان ، والذي يُعد واجباً إنسانياً واجتماعياً تتحمل مسؤوليته الجهات المعنية والمؤسسات الاجتماعية التي تؤوى هؤلاء الأطفال من الأيتام ، وتؤمن لهم الرعاية التي تعوضهم عن ظروفهم البائسة .

واستناداً إلى ما سبق ترى الباحثة أن إعداد برنامج إرشادي لخفض قلق المستقبل الذي تعاني منه اليتيمات يساعدهن على تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي ، وعلى التغلب على المشكلات التي تواجههن ، وكيفية التواءم معها .

مشكلة الدراسة :

يُعتبر الأيتام ضحايا لظروف لا ذنب لهم فيها ، بسبب فقدانهم لآحد والديهم أو كليهما ، حيث يعيشون ظروفاً تختلف عن أقرانهم ، وتتضاعف حاجاتهم إلى الحب

فعالية برنامج إرشادي لخفض قلق المستقبل لدى عينة من المودعات بالمؤسسات الإيوانية

والحنان والأمن ، والمواساة والثقة بالنفس وتأكيد الذات ، وتزداد مشكلاتهم مقارنة بأقرانهم من العاديين ، فيتعرضون للكثير من المشكلات والصعوبات في حياتهم ، مما تجعلهم عرضة للقلق والتوتر خاصة القلق من المستقبل .

وهذه الفئة التي لا ذنب لهم في وضعهم هذا ، كان على المجتمع أن يُمد لهم يد العون للإندماج فيه بشكل طبيعي حتى لا يشعروا بالنقص أو الحاجة ، أو ينشأوا تنشئة غير سليمة تؤدي إلى خلل جزء من المجتمع .

ونظراً للظروف الصعبة والتحديات التي تواجه المجتمع ونقص فرص العمل وانتشار البطالة ، من هنا كان من الضروري تصميم برامج إرشادية لتقديم الدعم النفسي اللازم لهذه الفئة والتخفيف من حدة المعاناة والتوتر والقلق التي تعانيها .

وقد لاحظت الباحثة من خلال عملها بالإرشاد الطلابي بالجامعة العمالية ، ومن خلال لقاءاتها ببعض الفتيات اليتيمات اللاتي يقمن في دور الأيتام ، وجود حالة من قلق المستقبل تعاني منه هؤلاء الفتيات ، هذا إلى جانب أن هذه الدراسة لم تلقى العناية العلمية الكافية ، وعلى حد علم الباحثة ، فإنه لا توجد دراسة عربية أو محلية تناولت الأيتام واللقطاء في هذه المرحلة العمرية (١٨-٢٢) سنة (مرحلة الشباب) ، على الرغم من أهمية هذه المرحلة في حياة هذه الفئة ، وهذا ما دفع الباحثة لإختيار هذا الموضوع من أجل مساعدة هؤلاء الفتيات وقريناتهن بالدار ، من خلال البرنامج الإرشادي والذي يهدف إلى تخفيف قلق المستقبل وصولاً إلى تحقيق الصحة النفسية والتوافق النفسي لديهن .

وهكذا تتحدد مشكلة الدراسة في محاولة الإجابة عن السؤال الرئيس التالي :
إلى أي مدى يؤدي البرنامج الإرشادي دوراً في تخفيف قلق المستقبل لدى اليتيمات ؟

ويتفرع من هذا السؤال الرئيس عدة تساؤلات على الوجه التالي :

- ١ - إلى أي مدى توجد فروق بين درجات أفراد عينة الدراسة من اليتيمات في القياسين القبلي والبعدي على مقياس قلق المستقبل ؟
- ٢ - إلى أي مدى توجد فروق بين درجات أفراد عينة الدراسة من اليتيمات في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس قلق المستقبل ؟

هدف الدراسة :

تهدف الدراسة الحالية إلى التصدي لمشكلة قلق المستقبل لدى اليتيمات من خلال تصميم برنامج إرشادي إنتقائي تكاملي ، واختبار فاعليته وقابليته للتطبيق على نطاق واسع .

أهمية الدراسة :

الأهمية النظرية :

١ - تبرز أهمية الدراسة الحالية في أهمية الموضوع الذي تتناوله ، حيث أن الدراسات أكدت على أهمية قلق المستقبل في البناء النفسي العام لتوافق الشباب ، وكذلك بأهمية الفئة والمرحلة التي تتناولها هذه الدراسة ، حيث أن الدراسات التي تناولت هذا المجال لدى فئة الشباب الأيتام نادرة - حسب علم الباحثة - .

٢ - تتبع أهمية الدراسة الحالية في إلقاء الضوء على طبيعة قلق المستقبل والعوامل المسببة له لدى اليتيمات في مرحلة الشباب ، وإظهارها الدور الذي تؤديه البرامج الإرشادية في خفض قلق المستقبل لديهم ، والذي يؤثر على توافقيهم النفسي و صحتهم النفسية .

٣ - من المحتمل أن تكون نتائج هذه الدراسة نواة لدراسات أخرى في مجال توفير البرامج الإرشادية والعلاجية التي تضمن تحقيق شخصية سوية متكاملة للأيتام في جميع جوانبها ، وفي كافة المراحل العمرية .

٤ - إضافة دراسة جديدة إلى الدراسات السابقة التي تتصدى لموضوع المحرومين من الأسرة (الأيتام واللقطاء) ، وتوفير قسط من المعلومات حول الفنيات الإرشادية التي يمكن أن تُستخدم في خفض قلق المستقبل لدى اليتيمات للمحافظة على صحتهم النفسية .

الأهمية التطبيقية :

١ - وضع برامج إرشادية ووقائية وعلاجية لتحسين رعاية الأيتام والتي يمكن أن يفيد منها المرشدون والنفسيون والقائمون على رعايتهم .

٢ - تزويد التراث السيكلوجي بمقياس قلق المستقبل للأيتام بمرحلة الشباب .

== فعالية برنامج إرشادي لخفض قلق المستقبل لدى عينة من المودعات بالمؤسسات الإيوائية ==

٣ - قد يستفيد من هذه الدراسة المرشدين والعاملين في مؤسسات الإيواء والمهتمين بهذه الفئة للتخفيف من قلق المستقبل لديهم .

مصطلحات الدراسة :

أ - قلق المستقبل Future Anxiety :

يُعرفه غالب محمد المشيخي (٢٠٠٩ : ٤٧) بأنه " شعور بعدم الارتياح والتفكير السلبي تجاه المستقبل والنظرة السلبية للحياة ، وعدم القدرة على مواجهة الأحداث الحياتية الضاغطة وتدن اعتبار الذات ، وفقدان الشعور بالأمن مع عدم الثقة بالنفس " .

ويتضمن قلق المستقبل في هذه الدراسة خمسة أبعاد فرعية هي :

- ١ - البُعد النفسي : ويُقصد به عدم شعور الفتاة اليتيمة بالاستقرار والأمن داخل الدار التي تعيش فيها، وشعورها بالعجز عن اتخاذ القرارات الخاصة بمستقبلها ، والخوف من مفاجآت الزمن غير السارة، ومما تُخبئه الأيام .
- ٢ - البُعد الجسمي : ويُقصد به الأعراض الجسمية التي تنتج من التفكير في المستقبل ، والخوف منه .
- ٣ - البُعد الاجتماعي : ويُقصد به نظرة المجتمع للأيتام ، ونظرة الرفض من بعض المحيطين ، وفقدان الشعور بالانتماء للمكان الذي يعيشون فيه .
- ٤ - البُعد الأسري : ويُقصد به العلاقات مع الأسرة إن وجدت ، والتفكير في الزواج ، والخوف من الاقبال عليه خشية الفشل .
- ٥ - البُعد الاقتصادي : ويُقصد به صعوبة الحصول على فرص عمل وتدني المستوى المادي للوظائف التي تحصل عليها إن وجدت ، وعدم وجود تأمين أو معاش من الدولة لمواجهة تقلبات الزمن .

ويُقصد بقلق المستقبل إجرائياً في هذه الدراسة ، بأنه الدرجة التي تحصل عليها

الفتيات أفراد العينة على مقياس قلق المستقبل المستخدم في هذه الدراسة .

ب - الإرشاد الانتقائي التكاملّي Integrative election :

هو منظومة من الإجراءات التي تتسق فيما بينها ، وتتضمن عدداً من الفنيات

التي تنتمي كل فنية منها إلى نظرية إرشادية علاجية معينة ، ويتم اختيار هذه الفنيات

د. سحر عبدالغنى عبود

بحيث تسهم كل منها في تنمية جانب من جوانب الشخصية وفقاً لمنهج تكاملي (سميرة شند ، ٢٠٠٨ : ٢٠٩) .

ويُقصد بالبرنامج الإرشادي الانتقائي التكاملي إجرائياً في هذه الدراسة : هو برنامج يقوم على أسس علمية مستمدة من الاتجاه الانتقائي التكاملي لأساليب وفتيات إرشادية متنوعة ، تم تنسيق مراحلها وأنشطتها وفقاً لجدول زمني متتابع ، يهدف إلى خفض قلق المستقبل لدى عينة من اليتيمات المودعات بالمؤسسات الإيوائية باستخدام بعض الفتيات التي تشكل منظومة تكاملية تقدم في صورة جلسات إرشادية جماعية ، وفي ضوء علاقة إرشادية وجو نفسي واجتماعي آمن ، تتيح لأعضاء المجموعة الإرشادية المشاركة الإيجابية والتفاعل المثمر .

ج - المؤسسات الإيوائية Orphanages Institutions :

وهي تعني دار لإيواء الأطفال المحرومين من الرعاية الأسرية من الجنسين ، بسبب اليتيم أو تفكك وتصدع الأسرة ، وفقاً لما يسفر عنه البحث الاجتماعي (وزارة الشؤون الاجتماعية ، ١٩٧٧ : ١) .

وتُعرف على أنها "عبارة عن مبنى مجهز للإقامة الداخلية ، يودع بها الأطفال ذوي الظروف الأسرية الصعبة بعد خضوعهم لعمل بحث اجتماعي ، ويوجد بها جهاز إداري مكون في بعض الأحيان من المدير ، وعدد من الأخصائيين الاجتماعيين والمشرفين الليليين ، وتُدبرها وزارة الشؤون الاجتماعية وتُنفق عليها (منصور محمد السيد ، ٢٠٠٠ : ١١٢) .

الإطار النظري :

أولاً: قلق المستقبل:

القلق:

يحتل القلق في علم النفس الحديث مكانة بارزة ، فهو المفهوم المركزي في علم الأمراض النفسية والعقلية ، والعرض الجوهري في الاضطرابات النفسية ، كما أنه السمة المميزة للعديد من الاضطرابات السلوكية والنفسية (مجدي عبد الكريم، ١٩٩١ : ١٦٢) . ويُعرف عبد الرحمن عيسوي (في فاديه حمام ، ١٩٩٣) القلق بأنه " حالة من الخوف المستمر الناتج عن توقع الخطر في المستقبل ، وكذلك الانفعالات المكبوتة ،

فعالية برنامج إرشادي لخفض قلق المستقبل لدى عينة من المودعات بالمؤسسات الإيوائية

وقد يحدث عن حالات الفشل في الدراسة أو العمل " (ص ٢١) .
كما يُعرفه السيد فهمي (٢٠٠٠ : ٣١٦) بأنه " حالة توتر شامل ومستمر ،
نتيجة توقع تهديد خطر فعلي أو رمزي قد يحدث ، ويصحبها خوف غامض ، وأعراض
نفسية وجسمية " .

ولقد تصدى موضوع القلق للعديد من الدراسات ، وتم تفسيره من قبل أهم
النظريات النفسية، حيث يعتبر فرويد Freud رائد التحليل النفسي أكثر علماء النفس
استخداماً لمصطلح القلق ، فهو يرى أن القلق إشارة إنذار بخطر قادم يمكن أن يهدد
الشخصية ، فمشاعر القلق التي يشعر بها الفرد تعني أن دوافع "الهي" غير المقبولة
والتي عملت "الأنا" بالتعاون مع "الأنا الأعلى" على كبتها ، تجاهد لتظهر وتقترب من
منطقة الشعور والوعي مرة أخرى ، وعليه فإن مشاعر القلق تقوم بوظيفة الإنذار للأنا
والأنا الأعلى ، لمنع هذه المكبوتات في النجاح ، والإفلات إلى منطقة الوعي والشعور
ودفعها بعيداً في اللاشعور (علاء الدين كفاقي ، ١٩٩٩ : ٢٣٦) .

أما أصحاب الاتجاه السلوكي ، فيرون أن القلق عبارة عن استجابة خوف
مكتسبة تتم استثارته بواسطة مثيرات تستطيع أن تُثير الخوف والقلق لدى الفرد ، وإن
كان بعض تلك المثيرات لا تخيف أصلاً ، ولكن حدوث مثل تلك المثيرات في مواقف
معينة ومثيرة للقلق تعمم عليها الصفة المثيرة للقلق (محمد جعفر جمل الليل ، ٢٠٠٥ :
١٤) .

ويرى الوجوديون أن القلق هو الخوف من المستقبل ، وما قد يحمله المستقبل من
تهديد وجود الإنسان ، أو تهديد إنسانية الفرد ، والقلق عندهم ينشأ مما يخشى الإنسان
حدوثه في المستقبل ، ولا ينشأ من خبرات ماضية مرت به في الماضي (عبد السلام
عبد الغفار، ١٩٩٠ : ١٢٦) .

أما أصحاب الاتجاه الإنساني فيرون أن الإنسان هو الكائن الحي الوحيد الذي
يستشعر القلق ، ويعانيه كخبرة يومية مستمرة ، تبدأ ببداية حياته ولا تنتهي إلا مع آخر
أنفاسه الحية ، فمصدر القلق هنا ليس الماضي أو المستقبل ، وإنما مصدره الحياة
برمتها في ماضيها وحاضرها ومستقبلها (إيمان فوزي ، ٢٠٠١ : ٩٥-٩٦) .

د. سحر عبدالغنى عبود

أما أصحاب الاتجاه المعرفي فيرون أن نشوء القلق واستمراره وتفاقمه ينبع من عملية التفكير اللاعقلاني ، كما أشار إليها إليس Ellis ، أما بيك Beck فيرى أن السمات الأساسية لأضطرابات القلق هي معرفية في جوهرها ونشأتها ، ويشير إلى أنواع معينة من المعارف مثل : الأهداف غير الواقعية ، والاتجاهات غير المنظمة من بين العوامل التي تجعل الأفراد عرضة لإضطرابات القلق ، بالإضافة إلى عوامل أخرى مثل : الاستعداد الوراثي أو امراض جسمانية معينة ، وخبرات شخصية غير متكيفة (إبراهيم محمود إبراهيم ، ٢٠٠٦ : ١٧) .

وفي سياق النظريات العلمية التي تناولت مفهوم القلق يتضح أنها تشير إلى القلق على أنه عملية تتعلق بشعور الفرد بنوع من عدم الارتياح وهو يستقرئ المستقبل ، فيحدث الخوف منه ، ومن النتائج السلبية المتوقعة عنه ، وتكاد تجمع هذه النظريات أن القلق عبارة عن استجابة تصدر من الفرد ، إذا ما واجههن تهديد في أي موقف من مواقف الحياة ، لكنها تختلف حول مصدر التهديد المثير للقلق .

ويرى حامد زهران (ب ، ٢٠٠٥ : ٤٨٥-٤٨٦) أن من أسباب القلق الشعور بالتهديد الداخلي أو الخارجي الذي تفرضه بعض الظروف البيئية بالنسبة لمكانة الفرد وأهدافه ، والتوتر النفسي الشديد ، والصدمات النفسية ، ومواقف الحياة الضاغطة ، والبيئة القلقة المشبعة بعوامل الخوف والهجم ومواقف الضغط والوحدة والحرمان وعدم الأمن ، وتفكك الأسرة .

وتشير بعض الدراسات إلى أن الأطفال الأيتام وذوي الظروف الخاصة (اللقطاء) ترتفع لديهم نسبة القلق مقارنة بأقرانهم من الأطفال العاديين ، كدراسة أملى صادق ميخائيل (١٩٩٠) ، ودراسة فائق السيد أبو الصباغ (١٩٩٢) ، ودراسة ربيع شعبان (١٩٩٣) ، ودراسة (1999) ، Wolff & Fesseha ، مما يؤثر بالتالي على نظرتهم الذاتية والاجتماعية ، وعلى مقدار استفادتهم من الخدمات المقدمة لهم ، وهذه نتيجة طبيعية لتعرضهم للحرمان والشعور بالنقص لعدم انتمائهم لأسرة مستقرة ومنبت طبيعي .

كما يعاني هؤلاء الأطفال من قلق الانفصال ، حيث يعيش الطفل من ذوي الظروف الخاصة فترات عصبية مستمرة ومؤلمة منذ طفولته المبكرة ، وهذه الفترات

== فعالية برنامج إرشادي لخفض قلق المستقبل لدى عينة من المودعات بالمؤسسات الإيوانية ==

المفاجئة له والمستمرة في حياته تسيئاً لاستقراره النفسي ، فيعيش حالة من الشعور غير الآمن ، والاضطراب وعدم الارتياح، وهذه المشاعر نتيجة (لقلق الانفصال) الذي يعاني منه ، سواء منذ مرحلة الميلاد (لانفصاله عن أمه الحقيقية) ، أو خلال مراحل طفولته المتعاقبة (لفقدانه للأم الحاضنة المسؤولة عن تربيته منذ صغره) (صفوان حامد أبو الريش ، ٢٠٠٨ : ٦٤-٦٥) .

قلق المستقبل Future Anxiety :

تُعرفه بشرى أحمد العكايشي (٢٠٠٠ : ١٣) بأنه " حالة من التحسس الذاتي وحاجة يُدركها الفرد ، تشغل تفكيره على شكل شعور بالضيق والتوتر والخوف الدائم ، وعدم الارتياح تجاه الموضوعات التي يتوقع حدوثها مستقبلاً " .

ويُعرفه (Zaleski , 1996 , 165) بأنه " حالة من التوجس والخوف وعدم الاطمئنان، والخوف من التغيرات غير المرغوبة المتوقع حدوثها في المستقبل ، وفي الحالة القصوى لقلق المستقبل ، فإنه قد يكون هناك تهديد بأن شيئاً ما غير حقيقي سوف يحدث للشخص " .

وتُعرفه زينب شقير (٢٠٠٥ : ٥) بأنه " خلل أو اضطراب نفسي المنشأ ينجم عن خبرات ماضية غير سارة ، مع تشويه وتحريف إدراكي معرفي للواقع وللذات من خلال استحضار للذكريات والخبرات الماضية غير السارة ، مع تضخيم للسلبيات محض للإيجابيات الخاصة بالذات والواقع ، تجعل صاحبها في حالة من التوتر وعدم الأمن ، مما قد يدفعه لتدمير الذات والعجز الواضح وتعميم الفشل وتوقع الكوارث ، وتؤدي به إلى حالة من التشاؤم من المستقبل، وقلق التفكير في المستقبل ، والخوف من المشكلات الاجتماعية والاقتصادية المستقبلية المتوقعة والأفكار الوسواسية ، وقلق الموت واليأس " .

ويشمل قلق المستقبل على جانب معرفي مهم ، فهو معرفي أكثر من كونه انفعالياً أو عاطفياً، وهذا ما يؤكد عليه (Zaleski , 1996 . P . 166) ، حيث يرى أن قلق المستقبل مكون معرفي قوي يرتبط عادة بالخطر ، ويركز على المغالاة في الخوف من المستقبل .

أسباب قلق المستقبل :

يفترض بيك "Beck" - من خلال النموذج المعرفي للاضطرابات النفسية الخاص بمرضى القلق - بأن الأفكار التلقائية العابرة والتفسيرات وخيال مريض القلق تتركز حول صور من الغضب وسوء التأويل لخبراته الشعورية في شكل الشعور بالخطر الجسدي والنفسي مع زيادة في تقدير احتمال الأذى المتوقع وشدته في المواقف المستقبلية ، مثل هذه الأفكار التي تدور حول التهديد المتوقع تؤدي إلى إثارة مشاعر الضيق والخوف ، فالمعارف التي تعكسها القائمة المعرفية للقلق تجسد درجة عالية من عدم التأكد مع حيرة حول المستقبل (شئ ما سوف يحدث) ، والصفات المزاجية التي تعكس القلق هي الرعب والفرع والقلق (مي الرميح وعبد الخالق أحمد ، ٢٠٠٢ : ٥٤٦).

وتشير حنان العناني (٢٠٠٠ : ١٢٠) إلى أن أسباب قلق المستقبل هو خبرات الماضي المؤلمة وضغوط الحياة العصرية وطموح الإنسان وسعيه المستمر نحو تحقيق ذاته وإيجاد معنى لوجوده .

بينما يرجع أحمد محمد حسانين (٢٠٠٠ : ١٩) أسباب قلق المستقبل إلى :

- الإدراك الخاطئ للأحداث المحتملة في المستقبل .
- تقليل فعالية الشخص في التعامل مع هذه الأحداث والنظر إليها بطريقة سلبية .
- عدم قدرة الشخص على التكيف مع المشاكل التي يعاني منها .
- الشعور بعدم الانتماء للمجتمع الذي يعيش فيه .
- عدم القدرة على التكيف مع المشاكل التي تواجه الشخص والشعور بعدم الأمان .

ويشير إبراهيم محمود إبراهيم (٢٠٠٦ : ٢٠) إلى أن أسباب قلق المستقبل النظرة السلبية للذات ، والأفكار اللاعقلانية تجاه النفس ، والظروف السيئة المحيطة بالفرد ، والنظرة السلبية من قبل المحيطين به .

وبناءً على ما سبق ومن عرض أسباب قلق المستقبل يتضح أن أهم الأسباب التي تستثير قلق المستقبل هي الأفكار اللاعقلانية ، وما يتعلق بالرفض الوالدي في

== فعالية برنامج إرشادي لخفض قلق المستقبل لدى عينة من المودعات بالمؤسسات الإيوائية ==

البيئة الأسرية ، وكذلك الضغوط النفسية مع نقص الوازع الديني ، بالإضافة إلى العوامل الاجتماعية والاقتصادية والثقافية المحيطة بالفرد .

مما سبق يتضح أن قلق المستقبل له أثر كبير على صحة الفرد وإنتاجيته ، لما له من آثار واضحة على المستوى النفسي والجسمي ، مما يستدعي المواجهة والمعالجة معاً ، لذلك كان من الأهمية إيجاد أساليب وطرق للتخلص من هذا القلق والحد منه .

حيث يُشير يوسف الأقصري (٢٠٠٢ : ٧٦) إلى فاعلية العلاج السلوكي في خفض الخوف والقلق من المستقبل .

ثانياً : البرنامج الإرشادي الانتقائي التكاملي :

يرى حامد زهران (ب ، ٢٠٠٥ : ٢٧٠) أن الإرشاد يعني مساعدة الفرد أو الأفراد أو الجماعات لتحقيق التوافق النفسي والصحة النفسية عن طريق النمو النفسي والاجتماعي ، والوقاية من الاضطرابات النفسية والاجتماعية ، حيث تمتد خدماته عبر مراحل حياة الإنسان .

وتستند النظرية الانتقائية Electic Theory التي استحدثها فريدريك ثورن Thorne إلى جمع وتوحيد مناهج الإرشاد والعلاج النفسي بأسلوب انتقائي تكاملي ، حيث يُعد نوعاً من الإرشاد القائم على الانتقاء من مختلف النظريات ، ويتضمن التعامل مع الشخص كله ، جسمه وعقله وانفعالاته ومحيطه ، حيث يرى أن انتقائية الفنيات التي يتم استخدامها مع العميل تتوقف على حالته ووجهة نظر الأخصائي حول طبيعة شخصيته (نادر فهمي الزبيد ، ١٩٩٨ : ٣١١ - ٣١٢) .

ويُعد الإرشاد الانتقائي نظاماً يستند إلى درجة عالية من التنظيم في تطويره لنظام انتقائي مفصل ، حيث يجمع بين التحليل النفسي والسلوكية والإنسانية والوجودية ، على اعتبار أن الشخصية كلاً متكامل (باترسون ، ١٩٩٠ ، ٥٠٩) .

ويرى حسام الدين عزب (٢٠٠٢ : ٥) أن الانتقائية هي منظومة ذات طابع متسق من الفنيات الإرشادية والعلاجية ، تنتمي فيها كل فنية إلى نظرية علاجية خاصة بها ، ويتم الانتقاء بين هذه الفنيات بشكل تكاملي بحيث تسهم كل منها في علاج جانب من جوانب اضطراب شخصية العميل ، ويتم انتقاء هذه الفنيات بحيث تشكل

منظومة تكاملية بالرجوع إلى تشخيص دقيق لحالة العميل ، حيث يتم تحديد أفضل الفنيات ومدى ملاءمتها للخطة العلاجية ولطبيعة المشكلة السلوكية . وترى الباحثة أن الانتقائية لم تعد مجرد نظرية إرشادية ، بل أنها تمثل اتجاهاً من الاتجاهات الرئيسية للإرشاد النفسي ، والذي يتضمن العديد من النظريات بهدف تحسين وتقوية نوعية العملية التكاملية للوصول إلى أعلى مستوى من تحقيق الذات ، وإعادة توازن الشخصية لأنه لا يوجد اتجاهاً إرشادياً أو نظرية إرشادية واحدة قادرة بمفردها على التعامل بكفاءة مع الجوانب المتعددة لشخصيات المسترشدين ومشكلاتهم . الفنيات المستخدمة في الإرشاد الانتقائي التكاملية :

استخدمت الباحثة في البرنامج الإرشادي للدراسة الحالية فنيات جمعت بين المدارس المختلفة ، بما يتمشى وتحقيق أهداف الدراسة ، ويمكن استعراض هذه الفنيات على النحو التالي:

١ - المحاضرات والمناقشات الجماعية Dissection :

تُعد المحاضرات والمناقشات الجماعية أسلوب من أساليب الإرشاد الجمعي التعليمي ، حيث يؤدي فيه عنصر التعلم وإعادة التعلم دوراً رئيسياً ، حيث يعتمد في الأساس على إلقاء محاضرات سهلة على العملاء ، يتخللها ويليها مناقشات ، حيث تهدف إلى تغيير الاتجاهات لدى العملاء (حامد زهران (ب) ، ٢٠٠٥ : ٢٩٥) . وفي الدراسة الحالية يستخدم أسلوب المحاضرات والمناقشات الجماعية في استثارة نشاط افراد العينة العقلي والانفعالي ، مما يساعد في خلق أهداف جديدة تتمثل في الرغبة في حل المشكلات التي يعانون منها ، ومساعدتهم على تعديل اتجاهاتهم نحو المستقبل ، وخفض القلق إزاء المواقف التي تمر بهن ، مما ينعكس على توافقهن وصحتهن النفسية .

٢ - التحكم الذاتي Self-Control :

ويهدف هذا الإجراء إلى تعليم الفرد مواجهة المثيرات المسببة للضغوط والأفكار المرتبطة بها ، حيث يتعلم الفرد من خلال هذه الفنية المشاعر الإيجابية والسلبية المختلفة ، ثم الانتقال إلى المشاعر السلبية ، وتعليمهم بأن السلوك يمكن تعديله ، حيث يُطلب من العميل كتابة مواقف مثيرة لمشاعر مختلفة حدثت له ، ثم تعليمه ملاحظة

== فعالية برنامج إرشادي لخفض قلق المستقبل لدى عينة من المودعات بالمؤسسات الإيوائية ==

نفسه في المواقف التي تؤدي إلى العنف ، ثم مساعدته على استخدام عبارات إيجابية ، واستخدام الاسترخاء ، ثم تقييم الذات ، ثم تعزيزها (تعزيز الذات) (أسماء عبد الله محمد ، ٢٠٠١ : ١٧١-١٧٢) .

٣ - التعلم بالنموذج (النمذجة) Modeling :

تُعرف النمذجة بأنها أسلوب التعلم عن طريق التقليد ، أو التعلم بالملاحظة ، والنمذجة هي أحد أساليب تعديل السلوك عن طريق ملاحظة النموذج أو تقليده ، وقد يحدث التعلم دون أن تظهر على الفرد استجابات متعلمة فورية ، بل قد تحدث لاحقاً (فاروق الروسان ، ٢٠٠١ : ١٢٥) .

٤ - الإرشاد الجماعي group Counselling :

يُعرف هذا الأسلوب الإرشادي بأنه " عملية دينامية تتم فيما بين الأشخاص ، وتركز على التفكير الشعوري الواعي والسلوك ، فهو يتضمن وظائف علاجية مثل التسامح والتساهل ، التوجيه إلى الواقع ، التنفيس الانفعالي ، تبادل الثقة ، الاهتمام والعناية ، الفهم ، التقبل والتدعيم ، وهذه الوظائف العلاجية تنمو وتترعرع في جماعة صغيرة من خلال المشاركة في الاهتمامات الشخصية مع الأقران ومع المرشد ، وفي الأساس فإن المسترشدين في الجماعة أشخاص أسوياء ذوي اهتمامات متنوعة ، ويستخدم هؤلاء المسترشدون التفاعل داخل الجماعة لزيادة الفهم والتقبل لقيم وأهداف معينة ، أو نبذ سلوك أو اتجاه معين (يوسف القاضي وآخرون ، ١٩٨١ : ١٣٠) .

وهناك قوى فعالة يعتمد عليها الإرشاد الجماعي تتلخص في التخلص من الشعور بالإختلاف والتخفف من مقاومة المريض للتحدث عن مشكلاته ، والنشاط العملي والاجتماعي ، والتنفيس الانفعالي ، وتكوين علاقات اجتماعية جديدة ، والتوافق الاجتماعي والاستبصار الجديد لرؤية النفس ومشكلاتها ، وإعادة تنظيم الشخصية ولو جزئياً (حامد زهران ب) ، ٢٠٠٥ ، ٢٨٥ : ٢٨٦) .

٥ - الاسترخاء Relaxation :

وهي طريقة من طرق العلاج السلوكي ، يتم بمقتضاها تدريب الشخص على إيقاف كل الانقباضات والتقلصات العضلية المصاحبة للتوتر والقلق (عبد الستار إبراهيم وآخرون، ١٩٩٣ : ٣٣٠).

٦ - الواجبات المنزلية Assignment :

لكي يتمكن العميل من تقييم التغيرات الإيجابية التي يكون قد أنجزها في الجلسات العلاجية ولكي ينقل تغيراته الجديدة إلى المواقف الحية ، ولكي يقوى ويدعم أفكاره ، أو معتقداته الصحية الجديدة ، فإنه يتم توجيهه وتشجيعه على تنفيذ بعض الواجبات المنزلية ، ويتم إعداد هذه الواجبات بطريقة خاصة ، بحيث تكون مرتبطة بالأهداف العلاجية (رثيفة رجب عوض ، ٢٠٠٠ : ٦٧) .

٧ - أسلوب حل المشكلات Problem Solving :

تجمع هذه الفنية بين المنحى المعرفي والسلوكي ، حيث تتطلب إعمال العقل وتنظيم الفكر بما يمكن الفرد من إدراك المشكلة وصياغتها صياغة دقيقة ، واقتراح الحلول الممكنة وتبني استراتيجية لحلها (سميرة شند ، ٢٠٠٨) .
ومن فوائد هذا الأسلوب مساعدة الأفراد على إدراك مشكلاتهم ، وتشجيعهم على تقديم وتقييم الحلول الممكنة المتنوعة لحل المشكلات التي تواجههم .

٨ - أسلوب لعب الأدوار Role Playing :

يستخدم المعالجون السلوكيون أساليب متعددة مع المرضى لإتقان أدوارهم في الحياة ، وتعلم مهارات اجتماعية تتطلبها العلاقات بالآخرين ، ويستخدم هذا الأسلوب في الحالات التي يكون مطلوب فيها من العميل أن يُدرب نفسه على تحمل الإحباط والتحكم في الغضب ، وتجنب الاندفاعات الحمقاء ، ويتم ذلك من خلال إثارة مواقف في جلسات العلاج بطرق التخيل ، ويكون من شأنها إثارة الغيظ أو الغضب أو الإحباط ، ومن خلال ذلك يقوم المعالج بتدريب العميل على إظهار استجابة ملائمة تدل على ضبط النفس والثقة ، حيث يُمكن لعب الدور الفرد من التفكير في المواقف المثيرة للغيظ والغضب ، وبالتالي تغيير سلوكه ، مما يساعد الفرد على مواجهة المواقف الحية بثقة أكثر ، حيث يتولد الاضطراب من التفكير في الأمور أكثر مما يتولد عن تلك الأمور ذاتها (رثيفة رجب عوض ، ٢٠٠٠ : ٦٤) .

٩ - التعزيز Reinforcement :

يُعنى بالتعزيز أو التدعيم لأي فعل يؤدي إلى زيادة سلوك معين وتكرار حدوثه ، ومن أمثله كلمات المديح ، والثناء ، والإثابة المادية والمعنوية عند ظهور سلوك

== فعالية برنامج إرشادي لخفض قلق المستقبل لدى عينة من المودعات بالمؤسسات الإيوائية ==

إيجابي معين (حامد زهران (ب) ، ٢٠٠٥ : ٢٤٩) .

١٠ - فنية العمود الثلاثي Triangular Column Technique :

وفيه يتم تعليم الفرد الرد على النقد الداخلي لديه ، ثم يتم تدريبه عليه وكتابة الافكار الناقدة للذات ، ليفهم كيف تكون مشوهة ، وباستخدام قائمة التحريفات المعرفية ، يستطيع العميل أن يرد على الافكار السلبية برود عقلانية ، وباستخدام هذه الفنية ، يتم تسجيل الأفكار السلبية في العمود الأول ، والتحريف المعرفي في العمود الثاني ، وردود فعل العميل العقلاني في العمود الثالث ، وبهذه الطريقة يبدأ الفرد في تقويم الذات بطريقة أكثر واقعية (رثيفة رجب عوض ، ٢٠٠٠ : ٦٥) .

١١ - الإقناع الجدلي التعليمي Educational Controversial Persuasion :

يُعتبر الإقناع الجدلي التعليمي أحد المكونات ذات الفاعلية في العلاج المعرفي السلوكي ، ويُعد خطوة هامة في العلاج ، حيث يعتمد المعالج بدرجة كبيرة على الإقناع اللفظي الذي يساعد العميل في التعرف على الدور الذي تؤديه الأفكار اللاعقلانية في حدوث الضيق والكرب للعميل ، وفي تطوير نسق اعتقادات يتم بدرجة أكبر من العقلانية ، وذلك من خلال تصحيح هذه الأفكار والاعتقادات اللاعقلانية واستبدالها بأفكار واعتقادات عقلانية تُسهم في خفض حدة الاضطراب الذي يعاني منه المريض ، بالإضافة إلى الدور الرئيسي والهام الذي يلعبه أيضاً في تحقيق ضبط النفس من جانب العميل (عادل عبد الله ، ٢٠٠٠ : ٤٦-٤٧) .

ثالثاً : المؤسسات الإيوائية :

المؤسسة الإيوائية هي مكان لإقامة الأطفال المحرومين من الرعاية الوالدية والأسرية ، وترعى المؤسسات الإيوائية الأطفال الذين يعانون من ظروف قاسية ، كفقْد أحد الوالدين أو كليهما بسبب الوفاة ، أو الأطفال الذين يعانون من الحرمان حتى مع وجود أبويهم على قيد الحياة، ولكنهما غير قادرين على توفير الرعاية المناسبة لهم ، إما بسبب التفكك الأسري ، أو بسبب الحالة الاقتصادية ، كما ترعى الأطفال المحرومين من ذوي الظروف الخاصة (مجهولي الهوية) (عبد الله الحسن الراشدي ، ٢٠٠٥ : ٢١٠) .

د. سحر عبدالغنى عبود

والغرض من المؤسسة الإيوائية هو توفير أوجه الرعاية الاجتماعية والمهنية والصحية والدينية التي تمنح من الجنسين للأطفال المحرومين من الرعاية الأسرية ، ويراعى في جميع الأحوال عدم الجمع بين الذكور والإناث في مبنى واحد وبدون فواصل تمنع الاختلاط بينهما (وزارة الشؤون الاجتماعية ، ١٩٧٧ : ١) .

ويمكن تحديد الأهداف التي تسعى إليها المؤسسة في هدفين رئيسيين هما :

الهدف الأول : اتخاذ الإجراءات الوقائية بهدف شمول الأطفال بالرعاية السليمة

بصرف النظر عن والديهم .

الهدف الثاني : هدف تنموي يتعلق بإكساب الطفل القيم التربوية التي تنمي

شخصيته مثل حب الناس والتعاون ، وتحمل المسؤولية والقدرة على القيادة (مها صلاح

الدين حسن ، ١٩٩٣ : ٦٣) .

شروط القبول بالمؤسسات الإيوائية :

بالنسبة للطفل المراد إيداعه :

١ - ألا يكون صدر على الطفل حكماً بالتشرد ، أو جنحة أو مخالفة ، أو سبق إيداعه بإحدى مؤسسات رعاية الأحداث .

٢ - ألا يكون مصاباً بأحد الأمراض العقلية أو العصبية أو الأمراض المعدية .

٣ - تجرى اختبارات ذكاء على الطفل للتأكد من أنه لا يعاني من أي ضعف عقلي .

٤ - يوقع الكشف الطبي على الطفل ، أما بالنسبة للبنات فإنه يتعين التأكد من أنها ما زالت بكرًا ، وذلك من خلال الصحيفة الصحية لها .

بالنسبة لأسباب طلب الإيداع :

١ - أن يكون يتيم الأبوين أو أحدهما ، على أن يثبت ذلك بالبحث الاجتماعي حالة الأسرة الملحة إلى رعاية أبنائها بهذه المؤسسات .

٢ - أن يكون الأب والأم نزيل مستشفى الأمراض العقلية أو الصدرية ، أو مودعاً بإحدى السجون ، ذلك إذا ثبت من البحث الاجتماعي عدم توفر التنشئة الاجتماعية المناسبة .

٣ - أبناء الأسر المتصدعة بسبب الطلاق أو زواج الأب أو الأم أو كليهما بشرط عدم وجود كفيل لرعاية الطفل .

شروط القبول بالنسبة للسن :

فعالية برنامج إرشادي لخفض قلق المستقبل لدى عينة من المودعات بالمؤسسات الإيوائية

لا يقل سن الطفل عن ٦ سنوات ، ولا يزيد عن ١٨ سنة على أنه يجوز استمرار بقاء المودع في المؤسسة بعد هذا السن إذا كان ملتحقاً بالتعليم العالي ، وذلك إلى أن يتم تخرجه ، كما أنه يُشترط استمرار الظروف التي أدت إلى إيداعه بالمؤسسة (فاتن السيد أبو الصباغ ، ١٩٩٢ : ٣٧-٣٨) .

ولقد أوضحت العديد من الدراسات والبحوث السابقة التي تمت في هذا المجال ما للحرمان الأسري والإيداع بالمؤسسات الإيوائية من تأثير سلبي على شخصية الأطفال ، وتعرضهم للعديد من المشكلات السلوكية ، وظهور أعراض القلق والخوف من المستقبل ، وهذا يوضح ضرورة تقديم خدمات الإرشاد النفسي في شكل برامج إرشادية مخططة .

رابعاً : مرحلة الشباب (١٨-٢٢ سنة) :

يعتمد تقدم الدولة على ثروتها البشرية بدرجة كبيرة ، وتتمثل الثروة البشرية في الشباب في سن المراهقة ، وهذه المرحلة تُعد على جانب كبير من الأهمية ، سواء بالنسبة للمجتمع ، أو بالنسبة للفرد نفسه ، وتمثل أخطر مراحل الحياة للإنسان ، لأنها المرحلة التي يتحدد فيها المستقبل إلى حد كبير ، وهي الفترة التي يحدث فيها الكثير من التغيرات البيولوجية والفسولوجية والجنسية وتظهر الصراعات والاحباطات والقلق ، ويمكن أن ينحرف الفرد في هذه المرحلة إن لم يجد من يأخذ بيده ، ويعاونه في تخطي هذه العقبات (هشام مخيمر ، ٢٠٠٠ : ٢٠٠) .

وتُعد مرحلة الشباب Youth hood هي المرحلة التي تسبق تحمل مسؤولية حياة الرشد، وهذه هي مرحلة اتخاذ القرارات ، حيث يُتخذ فيها أهم قرارات في حياة الفرد ، وهما : اختيار المهنة واختيار الزوج .

ومع بداية هذه المرحلة ، يتخرج عدد كبير من المراهقين من المدارس الثانوية العامة والفنية ، ويكتفي عدد كبير منهم بإتمام المرحلة الثانوية والحصول على الشهادة المتوسطة ، أو يضطرون إلى ذلك ، أو ينضمون إلى القوى العاملة في المجتمع ، حيث يتسبب عدم إكمال التعليم العالي بالنسبة للكثيرين من أكبر المشكلات في المراهقة ، سواء مباشرة أو في المستقبل (حامد زهران (أ) ، ٢٠٠٥ : ٤١٠) .

د. سحر عبدالغنى عبود

ويشير محمد عبد العزيز عيد (١٩٩٩) إلى أن الشباب هم مستقبل المجتمع ورصيده ، والذي يجب أن يحافظ عليه أملاً في حاضر باهر ، وتُعد مرحلة الطفولة هي البداية والدعامة الأساسية لبناء تكوين الفرد ، حيث تلعب المواقف والمؤثرات التي تواجه الفرد في باكورة حياته دوراً كبيراً في تكوين شخصيته وسلوكه واتجاهاته .

وترى مديحة محمد العربي (١٩٩٧) أن حاجات الشباب تختلف باختلاف المرحلة التي يمر بها ، وبإختلاف مكونات البيئة الاجتماعية التي يعيشون فيها ، حيث لا بد من اشباع حاجات مرحلة الشباب ، لأن اشباع هذه الحاجات يكون وسيلة ليستخدمها في إعداد شبابه وتنشئته وإكسابه المواطنة الصالحة .

ويُقسم فؤاد سيد موسى وآخرون (١٩٩٤) حاجات الشباب إلى :

أ - الحاجات النفسية وتشمل :

- الحاجة إلى القبول والتقدير .
- الحاجة إلى تأكيد الذات .
- الحاجة إلى التمكن والسيطرة .
- الحاجة إلى الاستقلال .
- الحاجة إلى الانتماء .
- الحاجة إلى الحب والعطف وخدمة الآخرين .

ب - الحاجات الاجتماعية وتشمل :

- الحاجة إلى الحصول على مهنة تتناسب مع قدراته واستعداداته .
- الحاجة إلى الانضمام للجماعات في المجتمع .
- الحاجة إلى تكوين أسرة مستقلة ، وتكوين صداقات مع الآخرين .
- الحاجة إلى خبرات اجتماعية في المواقف المختلفة كي تجنبه اللوم والنقد من الآخرين .

ج - الحاجات العقلية :

وهي الحاجات التي تتعلق بالنشاط العقلي المعرفي والتفكير والثقافة .

د - الحاجات الصحية والجسمية :

يشير عبد الحميد عبد المحسن عبد الحميد (١٩٩٠) إلى أن الاعتبارات

== فعالية برنامج إرشادي لخفض قلق المستقبل لدى عينة من المودعات بالمؤسسات الإيوائية ==

الأساسية للصحة لا تتحقق للإنسان إلا إذا تحققت سلامة الجسم والنفس معاً ، وسلامة الظروف الاجتماعية المحيطة به .

هـ - الحاجات الدينية وتشمل هذه الحاجات ما يلي :

- الحاجة إلى تكوين شعور ديني قوي يحقق للشباب الشعور بالأمن والطمأنينة .

- الحاجة إلى الفهم والتمسك بمنظومة المعايير والمبادئ ، والقيم الخلقية المستمدة من الدين ، والتي تنظم علاقة الشباب بنفسه وبالآخرين وبالواقع ، وتكون بمثابة المرشد والموجه لسلوكه في جميع نواحي الحياة (ماهر أبو المعاطي علي وآخرون ، ١٩٩٩) .

ويحتاج الشباب إلى التوجيه والإرشاد لأنه يجد نفسه في كثير من المواقف حائراً أمام اختيارات مختلفة ومتباينة ، فالشباب طاقة ينبغي استثمارها جيداً ورعايتها وتوجيهها الوجهة الصحيحة التي تحقق لصاحبها النجاح ، ولمجتمعها التقدم والنماء ، وإذا لم يتحقق ذلك فإن هذه الطاقة لن تُهدر فقط ، بل أنها قد تتحول إلى طاقة هدم وتخريب لقواها ولتماسك المجتمع وتكامله (علاء الدين كفاي ، ٢٠٠٣ : ٢٦٦ - ٢٦٧) .

دراسات سابقة :

يتضمن هذا الجزء عرضاً لبعض الدراسات السابقة ذات الصلة بمتغيرات الدراسة

الحالية ثم يليها خلاصة وتعليق وفروض الدراسة .

أولاً : دراسات تناولت خفض قلق المستقبل :

دراسة محمد عبد التواب معوض (١٩٩٦) : هدفت إلى التعرف على مدى فاعلية العلاج المعرفي والعلاج النفسي الديني في تخفيف قلق المستقبل ، وذلك على عينة تكونت من (٦٠) طالباً وطالبة من طلاب كلية التربية جامعة المنيا ، تم تقسيمهم إلى ثلاث مجموعات ، مجموعة العلاج المعرفي، مجموعة العلاج النفسي الديني ، والمجموعة الضابطة ، وتضمنت كل مجموعة (٢٠) طالباً وطالبة ، بواقع (١٠) طلاب و (١٠) طالبات . وتوصلت الدراسة إلى فعالية كل من البرنامجين في تخفيف مستوى قلق المستقبل عند الذكور والإناث ، كما أشارت النتائج إلى وجود فروق بين العلاج المعرفي ، والعلاج النفسي الديني لصالح العلاج المعرفي في تخفيف مستوى قلق المستقبل .

د. سحر عبدالغنى عبود

دراسة عاشور محمد أحمد (٢٠٠١) : هدفت إلى الكشف عن فعالية الإرشاد الديني في تخفيف قلق المستقبل ، وتأثير عامل الجنس ، وعن مدى استمرارية تأثير البرنامج ، وذلك على عينة تكونت من (١١٦) طالب وطالبة ، وذلك بواقع (٥٨) طالب ، و (٥٨) طالبة من طلاب كلية التربية بجامعة المنيا . وتوصلت نتائج الدراسة إلى فاعلية البرنامج المستخدم في تخفيف قلق المستقبل واستمرار تأثير البرنامج في فترة المتابعة في تخفيف الشعور بقلق المستقبل .

دراسة محمد الشافعي ووفاء عبد الرازق (٢٠٠٥) : هدفت إلى التعرف على الفروق بين طالبات المستوى السابع ، وطالبات المستوى الأول في قلق المستقبل ، وكذلك الكشف عن فاعلية الإرشاد النفسي الديني على تخفيف قلق المستقبل لدى عينة من طالبات كلية التربية بجامعة الملك سعود ، وذلك على عينة تكونت من (١٩٢) طالبة من طالبات المستوى الأول ، والمستوى السابع بكلية التربية بجامعة الملك سعود . وتوصلت الدراسة إلى نتائج أهمها : عدم وجود فروق جوهرية بين طالبات المستوى السابع ، وطالبات المستوى الأول في قلق المستقبل على جميع محاور المقياس (قلق الموت ، الوسواس ، التشاؤم) ، كما أظهرت النتائج التأثير الإيجابي للبرنامج في تخفيف قلق المستقبل لدى عينة الدراسة بشكل عام . كما أوضحت النتائج أيضاً أن التأثير الإيجابي للبرنامج في تخفيف حدة قلق المستقبل كان بصورة أعلى وأوضح لدى طالبات المستوى السابع بالمقارنة بطالبات المستوى الأول ، وذلك بعد الجلسات الإرشادية للبرنامج ، المقدمة خصيصاً لهذا الغرض .

دراسة إبراهيم محمود إبراهيم (٢٠٠٦) : هدفت إلى التعرف على فاعلية الإرشاد العقلاني الانفعالي في خفض قلق المستقبل ، وذلك على عينة تكونت من (٢٤) طالباً من طلاب التعليم الثانوي التجاري . وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين الأفكار اللاعقلانية وقلق المستقبل ، كما أشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد العينتين التجريبية والضابطة على مقياس قلق المستقبل بعد تطبيق البرنامج ، لصالح المجموعة التجريبية ، بينما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية والضابطة على مقياس قلق المستقبل بعد تطبيق البرنامج الإرشادي مباشرة ودرجاتهم بعد مرور شهر من التطبيق ، مما يعني فعالية الإرشاد العقلاني الانفعالي في خفض قلق المستقبل .

فعالية برنامج إرشادي لخفض قلق المستقبل لدى عينة من المودعات بالمؤسسات الإيوائية

دراسة مصطفى عبد المحسن (٢٠٠٧) : هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين الوعي الديني وقلق المستقبل المهني ، ومعرفة الاضطرابات الإكلينيكية والشخصية والمشكلات النفسية الاجتماعية لذوي قلق المستقبل المهني ، ومعرفة مدى فاعلية برنامج الإرشاد الديني في خفض قلق المستقبل المهني ، وذلك على عينة تكونت من (٢٨) طالباً وطالبة من طلاب كلية التربية بأسبوط. وتوصلت الدراسة إلى نتائج أهمها : وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين مستوى الوعي الديني وقلق المستقبل المهني ، كما أشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس قلق المستقبل المهني لدى طلاب كلية التربية الذكور والإناث لصالح الإناث، كما وجدت فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس قلق المستقبل المهني لدى طلاب كلية التربية الشعب العلمية والأدبية لصالح الشعب العلمية ، كما وجدت فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس قلق المستقبل المهني لدى طلاب كلية التربية الفرقة الأولى والرابعة ، لصالح الفرقة الأولى ، كما أسفرت نتائج الدراسة عن فعالية واستمرارية برنامج الإرشاد النفسي الديني في خفض قلق المستقبل المهني لدى عينة الدراسة.

دراسة عادل علي محمد (٢٠١٠) : هدفت إلى تعرف أثر أسلوب العلاج بالواقع في خفض قلق المستقبل عند الطلاب فاقد الأبوين في المرحلة المتوسطة ، والمتمثلة في تعرف قلق المستقبل عند الطلاب فاقد الأبوين ، في المرحلة المتوسطة وبناء برنامج إرشادي للعلاج بالواقع في خفض قلق المستقبل ، والتعرف على أثره لدى هؤلاء الطلاب ، وذلك على عينة قوامها (١٤) طالباً من الذين حصلوا على أعلى الدرجات في مقياس قلق المستقبل ، حيث تم تقسيم العينة إلى مجموعتين إحداهما تجريبية ، والأخرى ضابطة ، قوام كل منها (٧) طلاب ، تم اختيارهم من متوسطة النبراس للبنين . وتوصلت نتائج الدراسة إلى نتائج أهمها : وجود فرق دال إحصائياً لصالح المجموعة التجريبية التي طبق عليها البرنامج الإرشادي في الاختبار البعدي ، كما توصلت الدراسة إلى أن البرنامج الإرشادي ساعد على خفض قلق المستقبل عند أفراد العينة التجريبية باستعمال أسلوب العلاج بالواقع .

ثانياً : دراسات تناولت استخدام برامج إرشادية لخفض بعض المشكلات لدى الأيتام :

دراسة محمد عبد العزيز سليمان (٢٠٠٠) : هدفت إلى تصميم برنامج إرشادي لتحسين مفهوم الذات عند أطفال المؤسسات الإيوائية ، وذلك على عينة من جمعية إنقاذ

د. سحر عبدالغنى عبود

الطفولة ، ودار الضيافة بكويري القبة ، قوامها (١٢) طفل وطفلة ، بواقع (٦) أطفال ذكور ، و (٦) أطفال إناث ، ممن تتراوح أعمارهم الزمنية ما بين (٩-١٢) سنة . وتوصلت الدراسة إلى نتائج أهمها : وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أطفال المؤسسات الإيوائية (ذكور ، إناث) من سن (٩-١٢) سنة في مفهوم الذات قبل وبعد تطبيق البرنامج الإرشادي لصالح التطبيق البعدي أو في اتجاه التطبيق البعدي ، كما توصلت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الأطفال الذكور والأطفال الإناث من سن (٩-١٢) سنة في مفهوم الذات نتيجة تطبيق جلسات البرنامج الإرشادي .

دراسة وليد عبد الوهاب (٢٠٠٢) : هدفت إلى دراسة تأثير برنامج رياضي على بعض المشكلات السلوكية لدى أطفال المؤسسات الإيوائية بمحافظة المنيا ، وذلك على عينة تكونت من (٢٠) طفلاً من مؤسسة تربية البنين ، حيث تم اختيار العينة بالطريقة العمدية . وتوصلت نتائج الدراسة إلى : وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لدى عينة الدراسة في المتغيرات المقيسة في البحث لصالح القياس البعدي ، أو في اتجاه القياس البعدي .

دراسة محمد حامد زهران (٢٠٠٥) : هدفت إلى التعرف على مدى فاعلية برنامج إرشادي لتنمية الدافع للإنجاز لدى أطفال المؤسسات الإيوائية ، وذلك على عينة تكونت من (١٤٠) طفلاً وطفلة مقسمة إلى عينة تجريبية تمثلت في أطفال المؤسسات الإيوائية ، وشملت (٣٥) طفلاً من مؤسسة المواساة بالعباسية (٣٥) طفلة من دار الضيافة بكويري القبة ، والعينة الثانية من أطفال الأسر العادية كمجموعة ضابطة (٣٥ ذكراً ، و ٣٥ أنثى) ، وهم من الأطفال العاديين الذين يعيشون داخل مناخ أسري طبيعي في ظل الوالدين ، ممن تتراوح أعمارهم ما بين (١٠-١٢) سنة . وتوصلت نتائج الدراسة إلى فاعلية البرنامج الإرشادي لتنمية الدافع للإنجاز لدى أطفال المؤسسات الإيوائية ، والذي من خلاله تم توفير المناخ النفسي الآمن ، والتفاعل الاجتماعي المناسب ، والأنشطة التي تنمي الدافع للإنجاز .

دراسة إبراهيم أحمد الضبيب (٢٠٠٥) : هدفت إلى معرفة دور الخدمة الاجتماعية في تنمية المهارات الاجتماعية للأطفال الأيتام ومن في مستواهم بالمؤسسات الإيوائية ، وذلك على عينة تكونت من (٥٠) طفل من الأسر العادية ، و (٤٦) طفل في دار التربية الاجتماعية ، و (٢٠) طفل محتضنون من الدار في الأسر ، وذلك بمدينة بريدة ، ممن

== فعالية برنامج إرشادي لخفض قلق المستقبل لدى عينة من المودعات بالمؤسسات الإيوائية ==

تتراوح أعمارهم الزمنية ما بين (٧-١١) سنة . وتوصلت نتائج الدراسة إلى نتائج أهمها : عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسط الأداء على كل بعد من الأبعاد الفرعية لمقياس الذكاء الاجتماعي للأطفال الأيتام الذين تعرضوا للبرنامج التدريبي في المهارات الاجتماعية .

دراسة Ivanova Alexander , 2006 : هدفت إلى معرفة أثر فاعلية ممارسة الفنون العلاجية على عينة من الأطفال الأيتام في بلغاريا ، وذلك على عينة تكونت من (٦٠) طفلاً من الأيتام في مدينة أورجاشين الصغيرة بشمال بلغاريا . وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود صعوبة لدى الأطفال في التعبير اللفظي عن أفكارهم ، حيث شعر أفراد المجموعة أن الفن المرئي يمكنه أن يساعدهم على التواصل المباشر ، كما أدت آراء المعلمين والفنانين إلى تحسين الحالة الانفعالية والنفسية الكلية لديهم ، وتوسيع اهتمامات الأطفال الثقافية ، وتحسين مستوى فهمهم ، وقد اعتمدت النتائج على الملاحظة الشخصية ، كما أوصت الدراسة بممارسة الفن العلاجي مع هؤلاء الأطفال لتأكيد عملية التواصل بينهم .

دراسة أحمد عبد الجواد تعيلب (٢٠٠٦) : هدفت إلى التعرف على فعالية برنامج لتعديل السلوك العدواني لدى الأطفال من نزلاء المؤسسات ، وذلك على عينة تكونت من (٢٠) طفلاً وطفلة بواقع (١٠) ذكور ، و (١٠) إناث ، ممن تتراوح أعمارهم ما بين (٩-١٢) سنة . وتوصلت الدراسة إلى نتائج أهمها : وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أطفال المؤسسات الإيوائية الذكور والإناث (٩-١٢) سنة على مقياس السلوك العدواني قبل وبعد تطبيق البرنامج الإرشادي لصالح التطبيق البعدي ، أو في اتجاه التطبيق البعدي ، كما وجدت فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي لأفراد المجموعة التجريبية على مقياس السلوك العدواني ، وذلك لصالح القياس البعدي ، أو في اتجاه القياس البعدي ، بينما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين البعدي والتتبعي ، أي بعد مرور شهرين من توقف البرنامج للمجموعة التجريبية على اختبار مقياس السلوك العدواني، كما أثبتت النتائج فعالية البرنامج الإرشادي في تعديل السلوك العدواني لدى مجموعة من الأطفال الأيتام من نزلاء المؤسسة .

دراسة Simsek , z , et al , (2007) : هدفت إلى التعرف على مدى انتشار المشكلات السلوكية والانفعالية والتنبؤ بها من قبل المعلمين ، وذلك بين الأطفال والمراهقين

د. سحر عبدالغنى عبود

الذين تربوا في دور الأيتام التركية ، مقارنة بالضوابط المجتمعية ، وذلك على عينة تكونت من (٢٢٨٠) ممن تتراوح أعمارهم الزمنية ما بين (٦-١٨) سنة ، فقد وجد أن نموذج تقرير المعلم سجل ارتفاعاً في إجمالي مشاكل الأطفال والمراهقين بدور الأيتام في المجتمع بواقع (٢٣,٢) % في دور الأيتام ، مقابل ١١ % في المجتمع) حيث تشير النتائج إلى الحاجة الملحة لتطوير برامج التدخل المبكر التي تعزز الرعاية المجتمعية للأطفال من خلال منع حالات الانفصال عن الأسر ، وتوفير خدمات الدعم للأسر المحتاجة ، وتطوير برامج الإرشاد لمنع سوء المعاملة والاهمال ، مع تشجيع الرعاية البديلة أو أسلوب التبني ، وإيجاد طرق للمهنيين للتعاون بشكل وثيق مع برامج التدخل المبكر لرعاية الأطفال ، وذلك من شأنه زيادة فرص الأطفال والمراهقين في هذا النظام .

دراسة أحمد الصمادي وفايز الزعبي (٢٠٠٧) : هدفت إلى معرفة أثر الإرشاد الجمعي بطريقة العلاج الواقعي التي طورها وليام جلاسر في تنمية المسؤولية الاجتماعية لدى عينة خاصة من الأطفال الأيتام ، وذلك على عينة تكونت من (٣٠) طفلاً من الأطفال الأيتام لجمعية مبرة الملك حسين الخيرية لرعاية الأيتام بإربد ، وتم تقسيم العينة إلى مجموعتين متكافئتين ، إحداهما تجريبية وعددها (١٥) طفلاً ، والمجموعة الثانية ضابطة وعددها (١٥) طفلاً ، وتلقت المجموعة التجريبية برنامج الإرشاد الجمعي المستند إلى نظرية العلاج بالواقع ، بواقع (١٤) جلسة إرشادية تم تطبيقها خلال شهرين . وتوصلت نتائج الدراسة إلى فاعلية برنامج الإرشاد الجمعي المستند إلى نظرية العلاج الواقعي في تنمية المسؤولية الاجتماعية لدى أفراد المجموعة التجريبية .

دراسة سالم نوري صادق (٢٠٠٧) : هدفت إلى التحقق من أثر الإرشاد بأسلوب لعب الدور في خفض الشعور بالوحدة النفسية لدى التلاميذ فاقد الوالدين في المرحلة الابتدائية ، وتزويد المرشد التربوي والمعلمين بأداة لقياس الشعور بالوحدة النفسية وبأسلوب إرشادي يمكن تطبيقه على التلاميذ فاقد الوالدين ، وتوجيه أنظار إدارة المدارس والمعلمين في المدارس الابتدائية إلى مخاطر الشعور بالوحدة وأثره في شخصية هؤلاء التلاميذ ، وذلك على عينة مكونة من (٢٠) تلميذاً من مدرسة الأمين الابتدائية للبنين ، بمحافظة ديالى بمركز بعقوبة ، حيث تم تقسيمهم إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة . وتوصلت نتائج الدراسة إلى نتائج أهمها : انتشار ظاهرة فقد الوالدين بين تلاميذ المرحلة الابتدائية بسبب الأوضاع

== فعالية برنامج إرشادي لخفض قلق المستقبل لدى عينة من المودعات بالمؤسسات الإيوائية ==

السياسية والاقتصادية والاجتماعية ، وذلك يعكس علمياً وتربوياً واجتماعياً ونفسياً على التلاميذ ، حيث تشعر نسبة كبيرة من أفراد العينة بالوحدة بدرجات متفاوتة ، كما توصلت النتائج إلى فاعلية استخدام لعب الدور في التشخيص والتقويم والتحصيل الدراسي لتوصيل المادة الدراسية.

دراسة (Gupta & Zimmer , 2008) : هدفت إلى تقييم الوضع النفسي للأطفال اليتامى والمشردين في سيراليون ، والمشاركين في برامج التدخل السريع ، وذلك على عينة تكونت من (٣١٥) من الأطفال المشردين والأيتام ، ممن تتراوح أعمارهم الزمنية ما بين (٨-١٧) سنة ، والذين تم اختيارهم عشوائياً للمشاركة في برنامج التدخل السريع ، والذي يجمع بين التعليم الأساسي وأنشطة الشفاء من الصدمة ، وشمل التدخل ثمانية أنشطة للشفاء من الصدمة ، لمدة مرتين في الأسبوع ، بواقع ساعة لكل جلسة ، وشملت (٤) أسابيع . وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود انخفاض دال إحصائياً في أعراض التسلل والإثارة جنباً إلى جنب مع زيادة طفيفة في دور الفعل التجنبي . كما أسفرت نتائج الدراسة إلى انخفاض إحصائي في مشاكل التركيز ، واضطرابات النوم والقلق بعد المشاركة في برنامج الشفاء من الصدمة وأنشطة الترفيه .

دراسة السيدة السيد عبد الكريم (٢٠٠٨) : هدفت إلى التعرف على فاعلية برنامج إرشادي متكامل من الأنشطة لتحسين التوافق النفسي لدى الأطفال مجهولي النسب ، والأطفال العاديين بمرحلة الرياضة وذلك على عينة تكونت من (١٥٠) طفلاً من الأطفال مجهولي النسب ، و (١٥٠) طفلاً من العاديين ، ممن تتراوح أعمارهم الزمنية ما بين (٤-٦) سنوات ، من الملتحقين بمرحلة رياض الأطفال . وتوصلت نتائج الدراسة إلى فاعلية البرنامج الإرشادي المتكامل لتحسين التوافق النفسي لدى الأطفال مجهولي النسب ، والأطفال العاديين بمرحلة الرياضة .

دراسة رازان نديم عز الدين (٢٠٠٨) : هدفت إلى التعرف على فاعلية برنامج لتنمية بعض المهارات الاجتماعية (تعاون - تفهم) لدى أطفال مرحلة ما قبل المدرسة المودعين لدى المؤسسات الإيوائية وذلك على عينة تكونت من (٦٠) طفلاً وطفلة من أطفال ما قبل المدرسة من الجنسين، المودعين لدى المؤسسة الإيوائية في حي من أحياء دمشق ، ممن يفقدون للمهارات الاجتماعية، ممن تتراوح أعمارهم الزمنية ما بين (٤-٦) سنوات ، وتم

تقسيمهم إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة ، بواقع (٣٠) طفل وطفلة بكل مجموعة من الأطفال الأيتام المقيمين إقامة كاملة بالمؤسسة ، ممن يبلغ ذكائهم ما بين (٩٠-١١٠) . وتوصلت نتائج الدراسة إلى نتائج أهمها وجود فروق ذات دلالة إحصائية في المهارات الاجتماعية (تعاون ، تفهم) لدى أفراد المجموعة التجريبية بين القياسين القبلي والبعدي ، لصالح القياس البعدي ، بينما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المهارات الاجتماعية (تعاون ، تفهم) لدى أفراد المجموعة الضابطة بين القياسين القبلي والبعدي ، كما أشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في المهارات الاجتماعية (تعاون ، تفهم) بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية ، بينما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المهارات الاجتماعية (تعاون ، تفهم) لدى المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي بعد مرور شهرين من انتهاء البرنامج .

دراسة (Bolton , et al , 2009) : هدفت إلى التحقق فيما إذا كانت مجموعة العلاج النفسي للعلاقات الشخصية والتدخل المعتمد على النشاط (اللعب الإبداعي) في تخفيف المشكلات النفسية، ومشكلات الصحة النفسية ، والتي نتجت عن الحرب ، وتسيطر على المراهقين ، واستخدم الباحثون هذه التدخلات لعلاج أعراض الاكتئاب على عينة تكونت من (٣١٤) من المراهقين الأيتام والمشردين ، ممن تبلغ أعمارهم ما بين (١٤-١٧) سنة ، في شمال أوغندا ، حيث تم تقسيم العينة إلى مجموعة العلاج النفسي للعلاقات الشخصية ، وقوامها (١٠٥) مراهق، ومجموعة التدخل المعتمد على النشاط (اللعب الإبداعي) ، وقوامها (١٠٥) مراهق ، والمجموعة الثالثة ضابطة وقوامها (١٠٤) مراهق ، حيث خضعت مجموعتي العلاج لـ ١٦ أسبوع من العلاج، وشملت جلسات العلاج النفسي للعلاقات الشخصية ، المشاكل الشخصية ومساعدة المشاركين في بناء المهارات اللازمة لإدارة تلك المشاكل ، أما مجموعة التدخل المعتمد على النشاط ، فقد خضعت للتدخل القائم على دمج المشاركين في الأنشطة الإبداعية ، وتطبيق المناقشات على تجارب الحياة . وتوصلت نتائج الدراسة إلى نتائج أهمها : ظهور انخفاض كبير في أعراض الاكتئاب لدى الفتيات بمجموعة العلاج النفسي للعلاقات الشخصية ، مقارنة بالفتيات في المجموعات الأخرى ، ومع ذلك فلم يحدث انخفاض في أعراض الاكتئاب بالنسبة لعينة الأولاد ، كما أشارت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في أعراض القلق ، والمشاكل السلوكية والوظائف

== فعالية برنامج إرشادي لخفض قلق المستقبل لدى عينة من المودعات بالمؤسسات الإيوائية ==

لمجموعتي التدخل العلاجي .

دراسة أروى الناصر (٢٠٠٩) : هدفت إلى الكشف عن فاعلية برنامج تعليمي في تنمية الذكاء الأخلاقي لدى الأطفال المساءة معاملتهم ، وذلك على عينة تكونت من (٢٠) طفلاً وطفلة من الأطفال المودعين بدار الأمان التابعة لمؤسسة نهر الأردن ، ممن تتراوح أعمارهم ما بين (٩-١٦) سنة ، وتم تطبيق البرنامج التعليمي ، ومقياس الذكاء الأخلاقي على أفراد العينة . وتوصلت النتائج إلى وجود أثر دال إحصائياً للبرنامج التعليمي على الدرجة الكلية لمقياس الذكاء الأخلاقي باستثناء بُعد العدل ، بينما لم توجد فروق دالة إحصائياً في أداء الأطفال على أبعاد الذكاء الأخلاقي الآتية : التعاطف ، ضبط النفس ، اللطف ، تعزي إلى الجنس، في حين اتضح وجود فروق دالة إحصائياً على الأبعاد الآتية : الاحترام ، التسامح ، العدل ، لصالح الإناث .

دراسة جهاد عطية عياش (٢٠٠٩) : هدفت إلى التحقق من فاعلية برنامج إرشادي مقترح للتخفيف من السلوك العدواني لدى أطفال مؤسسات الإيواء في قطاع غزة ، وذلك على عينة تكونت من (١٢) طفلاً وطفلة ، بواقع (٦) ذكور ، و (٦) إناث ، ممن تتراوح أعمارهم الزمنية ما بين (٩-١٣) سنة ، ممن يعيشون في قرية الأطفال (SOS) بمحافظة رفح . وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس السلوك العدواني وأبعاده لصالح التطبيق القبلي ، وكذلك اتضح فاعلية البرنامج في تحسين السلوك العدواني لأفراد العينة بعد تطبيق البرنامج وبعد فترة المتابعة .

دراسة هنادي عبد القادر حسون (٢٠١٠) : هدفت الدراسة إلى التعرف على فاعلية برنامج إرشادي لتنمية السلوك النفسي الاجتماعي لدى الأطفال المحرومين من الرعاية الوالدية ، والمقيمين في المؤسسات الإيوائية ، ويتمثل الهدف الرئيسي في بناء برنامج إرشادي لتنمية الثقة بالنفس والاستقلالية والمبادرة والإنجاز ، وذلك على عينة تكونت من (٣٢) طفلاً وطفلة من الأطفال المحرومين من الرعاية الوالدية ، ممن تتراوح أعمارهم ما بين (١١-١٢) سنة ، واستخدم المنهج شبه التجريبي . وتوصلت نتائج الدراسة إلى فاعلية البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي المستخدم في تنمية السلوك النفسي الاجتماعي لدى الأطفال المحرومين من الرعاية الوالدية بعد التطبيق ، وبعد فترة المتابعة .

دراسة (2011) , Ojiambo : هدفت إلى التحقق من فعالية علاج لعب النشاط الجماعي على المشكلات السلوكية الداخلية والخارجية للأيتام بمرحلة ما قبل المراهقة بأوغندا ، وذلك على الأيتام المشردين ، ممن تتراوح أعمارهم الزمنية ما بين (١٠-١٢) سنة ، والذين يعيشون في قرية كبيرة للأطفال بأوغندا ، وقد تم اختيار المعلمون والأمهات البديلات (٦٠) ممن هم في مرحلة ما قبل المراهقة، وتظهر عليهم اضطرابات ودلالات كلينيكية من المشكلات السلوكية الداخلية والخارجية، وشملت العينة الذكور والإناث بمعدل (٣٠) مشارك لكل مجموعة ، حيث تم إخضاع إحدى المجموعتين للعلاج باللعب الجماعي ، والمجموعة الأخرى الضابطة خضعت للتوجه بالقراءة ، وقد خضع المشاركون في كلتا المجموعتين لـ (١٦) جلسة ، بمعدل جلستين في الأسبوع مدة كل جلسة (٥٠) دقيقة ، وعُقدت الجلسات بالمدرسة التي تقع داخل مجمع القرية وتوصلت نتائج الدراسة إلى انخفاض دال إحصائياً في السلوكيات الداخلية والخارجية لمجموعة العلاج باللعب الجماعي مقارنة بالأطفال الذين تلقوا العلاج بالتوجه بالقراءة ، مما يشير إلى أهمية استخدام العلاج باللعب الجماعي باعتباره استجابة تنموية وثقافية للتدخل في علاج الأيتام الأوغنديين المضطربين .

دراسة أحمد حمزة (٢٠١١) : هدفت إلى التعرف على فاعلية برنامج إرشادي تكاملي في تخفيف العنف لدى الأطفال الجانحين الأيتام في دور التربية في مرحلة الطفولة المتأخرة ، وذلك على عينة مكونة من مجموعتين إحداهما تجريبية ، والأخرى ضابطة قوام كل منهما (١٠) أطفال من الأطفال المقيمين بمؤسسة دور التربية بالجيزة . وتوصلت نتائج الدراسة إلى فاعلية البرنامج الإرشادي المستخدم في الدراسة في تخفيف العنف لدى أفراد الدراسة .

دراسة أمل صلاح الدين محمد (٢٠١١) : هدفت إلى التعرف على فاعلية برنامج أنشطة فنية لخفض العدوانية لدى أطفال دور الرعاية الإيوائية الملتحقين بالمدرسة الابتدائية ، وذلك على عينة تكونت من (١١) طفلاً من الذكور من أطفال مؤسسة الرعاية الإيوائية بالعجوزة ، والملتحقين بمدرسة الإمام علي الابتدائية المشتركة بالصف السادس الابتدائي ، وتم استخدام اختبار رسم الرجل ، واختبار عين شمس للسلوك العدواني ، وبطاقة ملاحظة السلوك العدواني ، وبرنامج الأنشطة الفنية المقترح لخفض العدوانية للأطفال دور الرعاية الإيوائية . وتوصلت الدراسة إلى نتائج أهمها : وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الأطفال في القياسين القبلي والبعدي ، على مقياس السلوك العدواني

== فعالية برنامج إرشادي لخفض قلق المستقبل لدى عينة من المودعات بالمؤسسات الإيوائية ==

لصالح القياس البعدي ، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الأطفال في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس السلوك العدواني لصالح القياس التتبعي كما أسفرت النتائج عن انخفاض في السلوك العدواني (مادي - لفظي - سلبي) وبجميع صورته وأشكاله (نحو الذات - نحو الآخرين - نحو الممتلكات) . كما يظهر التسلسل الزمني للتدوين في بطاقة ملاحظة السلوك العدواني ، كما توصلت النتائج إلى فاعلية البرنامج المستخدم في خفض السلوك العدواني وتحسين السلوك السوي لدى الأطفال ، وكذلك استمرار فعالية البرنامج خلال فترة المتابعة .

دراسة (Mohammadi , A ., et al , 2012) : هدفت إلى التحقق من أثر العلاج بمجموعة السرد القصصي في تعزيز الثقة بالنفس والكفاءة الذاتية لدى المراهقين الأيتام ، وذلك على عينة تكونت من (٢٠) من المراهقين الإيرانيين الذكور ، ممن تتراوح أعمارهم الزمنية ما بين (١٣-١٨) سنة ، حيث تم توزيع أفراد العينة عشوائياً إلى مجموعتين ، إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة ، وأجري العلاج الجماعي لمدة (١٠) أسابيع . وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن العلاج بالسرد القصصي أدى إلى زيادة كبيرة في الثقة بالنفس والكفاءة الذاتية لدى أفراد العينة .

دراسة موفق بشارة (٢٠١٣) : هدفت إلى التحقق من أثر برنامج تدريبي مستند إلى نظرية بوربا في تنمية الذكاء الأخلاقي لدى أطفال قرى SOS في الأردن ، وذلك على عينة تكونت من (٥٠) طفلاً وطفلة من أطفال قرى SOS في العقبة ، ممن تتراوح أعمارهم الزمنية ما بين (٩-١٤) سنة ، تم تقسيمهم إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة ، وتم تطبيق البرنامج التدريبي في الذكاء الأخلاقي على أفراد العينة ، حيث اشتمل على أبعاد الذكاء الأخلاقي السبعة وهي : (التعاطف ، الضمير ، ضبط النفس ، الاحترام ، اللطف ، التسامح ، العدل) . وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في أداء الأطفال على مقياس الذكاء الأخلاقي الكلي تعزى إلى البرنامج التدريبي ، ولصالح المجموعة التجريبية ، في حين لم تظهر فروق دالة إحصائية تُعزى إلى الجنس ، أو التفاعل بين البرنامج التدريبي والجنس ، كما توصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في أداء الأطفال على كل بُعد من أبعاد مقياس الذكاء الأخلاقي السبعة تُعزى إلى النوع ذكور - إناث ، أو التفاعل بين البرنامج التدريبي والنوع، في حين توجد فروق دالة

د. سحر عبدالغنى عبود

إحصائياً في أداء الأطفال على الأبعاد الثلاثة لمقياس الذكاء الأخلاقي في (الاحترام، التسامح ، العدل) تُعزى إلى البرنامج التدريبي .

دراسة (Ojiambo , Bratton , 2014) : هدفت إلى التعرف على فعالية برنامج علاجي باستخدام الأنشطة الجماعية في خفض المشكلات السلوكية للأطفال الأيتام الأوغنديين اللذين هم في مقتبل مرحلة المراهقة وذلك على عينة تكونت من (٦٠) يتيماً من الأوغنديين النازحين ، ممن تتراوح أعمارهم الزمنية ما بين (١٠-١٢) سنة ، والذين يعانون من مشاكل سلوكية متنوعة، حيث أشارت تقارير المعلمين والأمهات البديلات أن المجموعة التجريبية أظهرت انخفاض دال إحصائياً في المشكلات السلوكية مقارنة بأفراد المجموعة الضابطة ، وهذا يؤكد فعالية العلاج باللعب كنشاط جماعي في خفض المشكلات السلوكية .

دراسة (Tulu , S ., 2014) : هدفت إلى التعرف على فعالية برنامج في الإرشاد العقلاني الانفعالي السلوكي على خفض اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة لدى الأطفال الأيتام الموجودين بدار كيشين للأطفال بأديس أبابا بأثيوبيا ، وذلك على عينة تكونت من (٣٠) طفل ممن تتراوح أعمارهم ما بين (١٢-١٧) سنة ، حيث تم تطبيق مقياس أعراض ضغط ما بعد الصدمة للأطفال قبل وبعد التدخل العلاجي وخضعت أفراد العينة التجريبية إلى (١٢) جلسة في الإرشاد العقلاني الانفعالي السلوكي ، ولمدة (٤) أسابيع متتالية ، بمعدل (٣) جلسات في الأسبوع ، بواقع ساعة على الأقل للجلسة الواحدة . وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود انخفاض دال إحصائياً في مستوى أعراض ضغط ما بعد الصدمة للمشاركين في مجموعة العلاج مقارنة بالمجموعة الضابطة ، وتشير هذه النتيجة إلى فعالية الإرشاد العقلاني الانفعالي السلوكي في علاج اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة للأطفال الأيتام .

تعقيب عام على الدراسات السابقة :

وينضح من العرض السابق لبعض الدراسات السابقة :

بالنسبة للمحور الأول :

- كشفت الدراسات عن إمكانية خفض قلق المستقبل باستخدام الإرشاد النفسي الديني ، والعلاج المعرفي ، والإرشاد العقلاني الانفعالي .

بالنسبة للمحور الثاني :

فعالية برنامج إرشادي لخفض قلق المستقبل لدى عينة من المودعات بالمؤسسات الإيوائية

- كشفت الدراسات عن فعالية الإرشاد الانتقائي التكاملي في خفض بعض المشكلات لدى الأيتام ومجهولي النسب ، كما كشفت عن فاعلية البرامج الرياضية والبرامج الإرشادية المتنوعة في خفض بعض المشكلات السلوكية وتنمية مفهوم الذات والمهارات الاجتماعية وتنمية الذكاء الأخلاقي ، والمسئولية الاجتماعية والدافع للإنجاز ، وخفض قلق المستقبل ، والوحدة النفسية ، وسلوك العنف ، والسلوك العدواني لدى عينات من المودعين بالمؤسسات الإيوائية بمختلف المراحل العمرية.
- كما يتضح من الدراسات السابقة محدودية الدراسات العربية في مجال إرشاد المودعين بالمؤسسات الإيوائية في المرحلة العمرية من (١٨-٢٢) سنة .

فروض الدراسة :

- ١ - توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة في القياسين القبلي والبعدي على مقياس قلق المستقبل في اتجاه القياس القبلي .
- ٢ - لا توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس قلق المستقبل .

إجراءات الدراسة :

أولاً : عينة الدراسة : تكونت العينة النهائية للدراسة من (١٠) يتيمات وقد تم اختيار هذه العينة عشوائياً، طبقاً لدرجاتهم في مقياس قلق المستقبل المستخدم في الدراسة ، من دار ضيافة الأمل بالتجمع الخامس ، ممن تتراوح أعمارهم الزمنية ما بين (١٨-٢٢) سنة ، وذلك باستخدام المنهج التجريبي بنظام المجموعة الواحدة ، نظراً لمحدودية أفراد العينة في هذه المرحلة العمرية .

ويوضح الجدول (١) عمر أفراد عينة الدراسة مقرباً لأقرب سنة .

جدول (١)

يوضح عمر أفراد عينة الدراسة مقرباً لأقرب سنة

| العمر بالسنة | التكرار | % |
|--------------|---------|------|
| ١٨ | ٤ | ٤٠ % |
| ٢٠ | ٢ | ٢٠ % |
| ٢١ | ٢ | ٢٠ % |
| ٢٢ | ٢ | ٢٠ % |

ويوضح الجدول (٢) الحالة التعليمية لأفراد عينة الدراسة .

جدول (٢)

يوضح الحالة التعليمية لأفراد عينة الدراسة

| الحالة التعليمية | التكرار | % |
|------------------------|---------|------|
| إعدادية مهني | ١ | % ١٠ |
| إعدادية عامة | ٣ | % ٣٠ |
| دبلوم | ١ | % ١٠ |
| بكالوريوس سياحة وفنادق | ١ | % ١٠ |
| محو أمية | ٤ | % ٤٠ |

ويوضح الجدول (٣) وصف لحالة أفراد عينة الدراسة .

جدول (٣)

يوضح وصف حالة أفراد عينة الدراسة

| الحالة | التكرار | % |
|-----------------|---------|------|
| لقبط | ٢ | % ٢٠ |
| يتيم الأم | ٢ | % ٢٠ |
| يتيم الأب | ٤ | % ٤٠ |
| يتيم الأم والأب | ٢ | % ٢٠ |

ثانياً : الأدوات المستخدمة في الدراسة :

استخدمت الباحثة الأدوات التالية للتحقق من فروضها :

١ - مقياس قلق المستقبل للأيتام المودعين بالمؤسسات الإيوائية (إعداد الباحثة) :

ويتضمن هذا المقياس خمسة أبعاد هي : بُعد المجال النفسي ، بُعد المجال

الجسمي ، بُعد المجال الاجتماعي ، بُعد المجال الأسري ، بُعد المجال الاقتصادي .

وقد قامت الباحثة بالإجراءات التالية لإعداد هذا المقياس :

أ - اطلعت الباحثة على عدد من الدراسات التي وردت بها أدوات قياس قلق المستقبل ،

مثل دراسة محمد عبد التواب معوض (١٩٩٦) ، أمل إبراهيم الخالدي (٢٠٠٢) ،

== فعالية برنامج إرشادي لخفض قلق المستقبل لدى عينة من المودعات بالمؤسسات الإيوانية ==

- زينب شقير (٢٠٠٥) ، نجلاء العجمي (٢٠٠٤) ، غالب محمد المشيخي (٢٠٠٩) .
- ب - قامت الباحثة بدراسة استطلاعية للتعرف على أهم الأسباب التي تؤدي إلى الشعور بقلق المستقبل لنزلاء دار ضيافة الأمل بالتجمع الخامس .
- ج - قامت الباحثة بتفريغ ما لديها من بيانات في صورة آراء وبنود ، في جداول خاصة تم تصنيفها على أساس الأبعاد الخمسة التي روعيت في تصميم المقياس ، وبعد ذلك تمت صياغة هذه البيانات في صورة عبارات بلغ عددها (٦٠) عبارة ، بواقع (١٢) عبارة لكل بُعد .
- د - تم عرض المقياس بصورته المبدئية ، على لجنة تحكيم تضم مجموعة من أساتذة التربية والصحة النفسية ، وعلم النفس بكليات الآداب والتربية ، للإستشارة بأرائهم وملاحظاتهم حول شمول المقياس ، والتأكد من مدى صلاحية عباراته ومناسبتها لمجالاته ، ومدى وضوح صياغة العبارات ، ودرجة التناسق وسلامة اللغة وترتيب الفقرات ، وشملت الملاحظات حذف بعض العبارات لتشابهها وتكرارها ، ولتداخلها مع أبعاد أخرى ، أو لوجود البديل عنها ، أو لعدم الحاجة إليها .
- كما تم إعادة صياغة بعض العبارات ، وقد استفادت الباحثة في ضوء ملاحظات المحكمين للمقياس بإجراء التعديلات المطلوبة ، وتم التوصل إلى الصورة النهائية للمقياس ، وصار المقياس يضم - في صورته النهائية - (٥٠) عبارة ، بواقع (١٠) عبارات لكل بُعد .

صدق المقياس :

تحققت الباحثة من صدق المقياس بعدة طرق ، على النحو التالي :

- أ - الصدق الظاهري (صدق المحكمين) : وتمت الإشارة إليه في الجزء الخاص ببناء المقياس .
- ب - الصدق العملي : حيث استخدمت الباحثة التحليل العملي ، بإستخدام معاملات الارتباط بين عبارات المقياس ، وكذلك الدرجة الكلية ، وذلك بإستخدام معامل ارتباط بيرسون على النحو الموضح في الجدول (٤) ، والذي يتضح منه وجود ارتباط بين درجات كل بُعد من أبعاد المقياس، والدرجة الكلية للمقياس ، ويتضح هذا من قيم معاملات الارتباط .

د. سحر عبدالغنى عبود

وهذا يؤكد انتماء الأبعاد الخمسة بمقياس قلق المستقبل .

جدول (٤)

مصفوفة معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لأبعاد المقياس والدرجة الكلية للمقياس

| الدرجة الكلية | البُعد الخامس | البُعد الرابع | البُعد الثالث | البُعد الثاني | البُعد الأول | |
|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|--------------|---------------|
| | | | | | - | البُعد الأول |
| | | | | - | ٦٩٨, | البُعد الثاني |
| | | | - | ٦٣٥, | ٨٦٠, | البُعد الثالث |
| | | - | ٦٨٣, | ٧١٢, | ٧٥٨, | البُعد الرابع |
| | - | ٦٢٩, | ٦٤٢, | ٧٠١, | ٧٢٥, | البُعد |
| - | .٦٩١ | .٦٣٢ | .٦٥٦ | .٧٢٠ | .٨٧٤ | الخامس |
| | | | | | | الدرجة الكلية |

وهكذا أصبح المقياس بعد إجراء التحليل العاملي مكوناً من خمسة أبعاد ، ثبت وجودها عاملياً ، حيث يندرج تحت كل بُعد منها (١٠) عبارات ، ثبتت الدلالة الإحصائية لتشبع كل عبارة منها ، كما تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة ، والدرجة الكلية للبُعد الذي ينتمي إليه ، وذلك بالنسبة لأبعاد المقياس الخمسة ، كما يتضح فيما يلي :

أ - بُعد المجال النفسي : حيث يوضح الجدول (٥) ، معاملات ارتباط درجات العبارة بالدرجة الكلية لبُعد المجال النفسي ، وحيث يتضح من مضمون العبارات المندرجة تحت بُعد المجال النفسي مدى تأكيدها على الشعور بالخوف والقلق والوحدة والشعور بالضيق والحزن والضيق والعجز عن اتخاذ قرارات خاصة بالمستقبل .

فعالية برنامج إرشادي لخفض قلق المستقبل لدى عينة من المودعات بالمؤسسات الإيوانية

جدول (٥)

يوضح معاملات ارتباط درجة كل عبارة بالدرجة الكلية لُبُعد المجال النفسي

| م | العبارة | معامل الارتباط |
|----|---|----------------|
| ١ | يتتابني حالات من القلق والخوف من المستقبل | ٦٨٦, |
| ٦ | أشعر بالخوف مما تخبئه الأيام لي | ٧١٦, |
| ١١ | أشعر بأنني عاجزة عن اتخاذ قرارات خاصة بمستقبلي | ٨٤٢, |
| ١٦ | أشعر بالخوف من مفاجآت الزمن غير السارة | ٦٤٢, |
| ٢١ | أشعر أن حياتي ليس لها هدف أو معنى | ٦٤٢, |
| ٢٦ | تتتابني حالات من الحزن | ٧١٢, |
| ٣١ | أميل إلى كسر الأشياء المحيطة بي للتنفيس عن غضبي | ٦٩١, |
| ٣٦ | أقوم بقضم أظفاري | ٦٥٨, |
| ٤١ | أعاني من الشعور بالوحدة | ٧٠١, |
| ٤٦ | أشعر بالضيق مما يتتابني في المستقبل | ٦٧٤. |

ب - بُعد المجال الجسمي : حيث يوضح الجدول (٦) ، معاملات ارتباط درجة العبارة بالدرجة الكلية لُبُعد المجال الجسمي ، وحيث يتضح من مضمون العبارات - المندرجة تحت بُعد المجال الجسمي - مدى تأكدها على ظهور بعض الأعراض النفسجسمية الناتجة عن القلق والخوف من المستقبل كآلام المعدة والشراهرة في الأكل وضيق التنفس والخمول ونقص الحيوية وخفقان القلب والقولون العصبي ، كما يتضح اللجوء إلى النوم عند مواجهة المشكلات .

جدول (٦)

يوضح معاملات ارتباط درجة كل عبارة بالدرجة الكلية لُبُعد المجال الجسمي

| م | العبارة | معامل الارتباط |
|----|---|----------------|
| ٢ | تتتابني حالات من الخمول ونقص الحيوية | ٨٢٠, |
| ٧ | أعاني من شراهرة في الأكل | ٧٦٠, |
| ١٢ | أشعر بضيق في التنفس | ٩٥٥, |
| ١٧ | أشعر بآلام بالمعدة عندما أفكر في المستقبل | ٨١٠, |
| ٢٢ | أعاني من الصداع | ٧٥٠, |
| ٢٧ | أعاني من سرعة خفقان القلب | ٨٣٠, |
| ٣٢ | أعاني من أعراض القولون العصبي | ٧٤٠. |
| ٣٧ | ألجأ إلى النوم كلما واجهتني مشكلة | ٧٦٠, |
| ٤٢ | أشعر بتصبب العرق عند سماعي أخباراً غير سارة | ٦٩٠, |
| ٤٧ | تتتابني رعشة عند سماعي أخباراً غير سارة | ٧٣٠. |

د. سحر عبدالغنى عبود

ج - بُعد المجال الاجتماعي : حيث يوضح الجدول (٧) ، معاملات ارتباط درجة العبارة بالدرجة الكلية لبُعد المجال الاجتماعي ، ومنه يتضح من مضمون العبارات - المندرجة تحت بُعد المجال الاجتماعي - مدى تأكيدها على الشعور بعدم الأمن وعدم الانتماء والشعور بالوحدة والخوف من المحيطين ، سواء في الدار أو المجتمع الخارجي ، كما يتضح وجود الرغبة في الانتقام ممن يتسببون في إحداث مشاعر الضيق .

جدول (٧)

يوضح معاملات ارتباط درجة كل عبارة بالدرجة الكلية لبُعد المجال الاجتماعي

| م | العبارة | معامل الارتباط |
|----|--|----------------|
| ٣ | أخاف من فقد أخواتي بالدار | ٨١٨, |
| ٨ | أشعر بالوحدة إذا غابت عني إحدى أخواتي | ٧٣٧, |
| ١٣ | أفتقد إلى أصدقاء وصديقات أعتد عليهم وقت الشدة | ٧٣٧, |
| ١٨ | أشعر بالخوف من عدم وجود مكان أُلجأ إليه إذا تركت الدار | ٨٥٨, |
| ٢٣ | أجد متعة في الانتقام ممن يسببون لي مشكلات | ٧٢٠, |
| ٢٨ | أفتقد للثقة فيمن حولي بالدار | ٦٣٤, |
| ٣٣ | أشعر بعدم الانتماء للمكان الذي أعيش فيه | ٨٥٨, |
| ٣٨ | أشعر بالخوف ممن أتعامل معهم | ٨٥٨, |
| ٤٣ | أكره نظرة المجتمع لي بسبب ظروفي | ٦٢٩, |
| ٤٨ | يحزنني رفض بعض الناس التعامل معي | ٦٩٣. |

د - بُعد المجال الأسري : حيث يوضح الجدول (٨) ، معاملات ارتباط العبارة بالدرجة الكلية لبُعد المجال الأسري ، حيث يتضح من مضمون العبارات المندرجة تحت بُعد المجال الأسري - مدى تأكيدها على الخوف من ضياع فرصة الزواج والخوف من الفشل في الزواج ، إذا ما وجد الشخص المناسب ، كما يتضح الخوف من حدوث خلافات أسرية في المستقبل ، وفقدان أحد أفراد الأسرة .

فعالية برنامج إرشادي لخفض قلق المستقبل لدى عينة من المودعات بالمؤسسات الإيوائية

جدول (٨)

يوضح معاملات ارتباط درجة كل عبارة بالدرجة الكلية لُبُعد المجال الأسري

| م | العبارة | معامل الارتباط |
|----|---|----------------|
| ٤ | أخشى من حدوث خلافات أسرية في المستقبل | ٧٩٠, |
| ٩ | أشعر بالخوف من فقدان أحد أفراد أسرتي | ٧٦٠, |
| ١٤ | أخشى من ضياع فرصتي في الزواج بسبب ظرفي | ٨٦٣, |
| ١٩ | تواجدي بالدار بسبب لي الضيق ممن سعى إلى وجودي بالدار | ٨٥٨, |
| ٢٤ | أخشى من فشلي في حياتي الزوجية مستقبلاً | ٧٨٠, |
| ٢٩ | أشعر بالرغبة في الانتقام مستقبلاً ممن تسبب في تواجدي بالدار | ٦٩٠, |
| ٣٤ | يشغلني التفكير في تكوين أسرة سعيدة | ٨٨٩, |
| ٣٩ | يشغلني التفكير في إيجاد الزوج المناسب | ٨٥٨, |
| ٤٤ | أخشى من أن أفشل في تربية أبنائي | ٦٩١, |
| ٤٩ | أخشى من التعامل مع الجنس الآخر | ٠.٧٥٠ |

هـ - بُعد المجال الاقتصادي : حيث يوضح الجدول (٩) ، معاملات ارتباط درجة العبارة بالدرجة الكلية لُبُعد المجال الاقتصادي ، ومنه يتضح من مضمون العبارات - المندرجة تحت بُعد المجال الاقتصادي - مدى تأكيدها على صعوبة إيجاد فرص عمل بسبب رفض أصحاب الأعمال لظروفهم، وإن وجدت هذه الوظائف فإن الدخل الناتج عنها لا يكفي لسد الاحتياجات المعيشية ، كما يتضح القلق والخوف من عدم وجود معاش من الدولة ، أو تأمين على الحياة يحميهم من تقلبات الزمن.

جدول (٩)

يوضح معاملات ارتباط درجة كل عبارة بالدرجة الكلية لُبُعد المجال الاقتصادي

| م | العبارة | معامل الارتباط |
|----|---|----------------|
| ٥ | ينتابني الخوف من عدم وجود معاش من الدولة يحميني من غدر المستقبل | ٦٤١, |
| ١٠ | يرفضني زملاء العمل بسبب ظروف تواجدي بالدار | ٦٩٠, |
| ١٥ | أعاني من نبذ أصحاب العمل لي بسبب ظروفي | ٦٣٦, |
| ٢٠ | انتشار البطالة في المجتمع يهدد حياتي مستقبلاً | ٦٨٠, |
| ٢٥ | أجد صعوبة في إيجاد فرصة عمل بسبب ظروفي | ٠.٧٢٠ |
| ٣٠ | أخشى من الموافقة على أي عمل بغض النظر عن مؤهلاتي | ٧١٠, |
| ٣٥ | الدخل الذي اتقاضاه من وظيفتي لا يكفي لسد حاجاتي المعيشية | ٦٩٥, |
| ٤٠ | لا يراودني الأمل في الحصول على فرصة عمل مناسبة مستقبلاً | ٧٩٧, |
| ٤٥ | أخشى من محدودية دخلي في تلبية نفقات الزواج | ٧٥٠, |
| ٥٠ | ينتابني الشعور بالخوف من عدم وجود تأمين على حياتي | ٠.٦٢٧ |

ثبات المقياس :

تحققت الباحثة من ثبات المقياس باستخدام معامل الاتساق الداخلي ألفا كرونباخ Cronbach's Alpha ، وقد تم حساب الثبات لكل بُعد من الأبعاد الخمسة للمقياس ، وكذلك لمقياس قلق المستقبل ككل ، ويوضح الجدول (١٠) نتائج ذلك .
جدول (١٠)

معاملات الثبات لأبعاد مقياس قلق المستقبل وكذلك معامل ثبات المقياس الكلي

| البُعد | معامل ألفا |
|------------------|------------|
| المجال النفسي | ٩١, |
| المجال الجسمي | ٧٦, |
| المجال الاجتماعي | ٨٤, |
| المجال الأسري | ٨٧, |
| المجال الاقتصادي | .٨٥ |
| الدرجة الكلية | .٨٩ |

وهكذا توصلت الباحثة إلى الصيغة النهائية للمقياس الذي يتكون من (٥٠) عبارة ، تم ترتيبها بصورة دائرية ، حيث يتم الإجابة عليها في صورة استجابات هي (تعبير عني تماماً ، تعبیر عني بدرجة متوسطة ، لا تعبیر عني إطلاقاً) ، حيث يختار أفراد العينة استجابة واحدة منها، هي الاستجابة التي تعبیر عن وجهة نظرها بالتحديد ، وحيث تقدر الدرجات كالتالي :

تُعبّر عني تماماً (٣) درجات ، تعبیر عني بدرجة متوسطة (٢) درجة ، لا تعبیر عني إطلاقاً (١) درجة .

وبذلك تتراوح درجات المقياس بين (١٥٠) درجة ، و (٥٠) درجة .

٢ - البرنامج الإرشادي الانتقائي التكاملي :

قامت الباحثة بإعداد برنامج إرشادي انتقائي تكاملي بهدف خفض قلق المستقبل لدى عينة من المودعات بمؤسسات الإيواء ، وقامت الباحثة بتطبيق البرنامج الإرشادي على أفراد العينة اللاتي حصلن على درجات مرتفعة على مقياس قلق المستقبل المستخدم في الدراسة الحالية ، وقد تم اتباع الخطوات التالية في إعداد البرنامج .

== فعالية برنامج إرشادي لخفض قلق المستقبل لدى عينة من المودعات بالمؤسسات الإيوانية ==

التخطيط للبرنامج :

قامت الباحثة باستعراض البحوث والدراسات التي اهتمت بمجال الإرشاد النفسي في تخفيف حدة قلق المستقبل ، مثل دراسة محمد عبد التواب معوض (١٩٩٦) ، ودراسة عاشور محمد أحمد (٢٠٠١) ، ودراسة محمد الشافعي ووفاء عبد الرازق (٢٠٠٥) ، ودراسة إبراهيم محمود إبراهيم (٢٠٠٦) ، ودراسة عادل علي محمد (٢٠١٠) ، وتم استعراض الدراسات والبحوث التي اهتمت بالإرشاد الانتقائي التكاملي ، مثل دراسة سميرة شند (٢٠٠٨) ، ودراسة خلف أحمد مبارك (٢٠٠٦) ، ودراسة جهاد عطية عياش (٢٠٠٩) ، ودراسة حسام الدين عزب (٢٠٠٢) .

ثم تم وضع تخطيط عام للبرنامج ، لتحديد الأهداف ، والحدود الإجرائية المتبعة في البرنامج والوحدات الخاصة به .

وفيما يلي عرض موجز للتخطيط العام للبرنامج .

الهدف العام للبرنامج :

يهدف البرنامج الإرشادي إلى خفض حدة قلق المستقبل لدى عينة من المودعات بمؤسسات الإيواء بمرحلة الشباب (١٨-٢٢) سنة ، من خلال مساعدتهم على تنمية الثقة بالنفس، والتعرف على مشكلات مرحلة المراهقة المتأخرة والتعامل مع هذه المشكلات ، وتنمية الجوانب الإيجابية في الشخصية .

الأهداف الإجرائية للبرنامج :

تتحدد الأهداف الإجرائية للبرنامج فيما يلي :

- تخفيف حدة القلق لدى المراهقات وبصفة خاصة قلق المستقبل .
- تخفيض حدة المشكلات السلوكية لدى المراهقات .
- تحسين مفهوم الذات لدى المراهقات .
- تحسين عملية التوافق الشخصي والاجتماعي والمهني .
- تعليم المراهقات السيطرة على الذات وضبط الانفعالات في المواقف المسببة للتوتر والضغط ، بما يحقق لهن التوازن الانفعالي والتكيف النفسي والاجتماعي .
- تدريب المراهقات على التوجيه الذاتي وضبط الذات .

د. سحر عبدالغنى عبود

- تحقيق علاقات اجتماعية مثمرة مع الآخرين (أصحاب الأعمال والزملاء).
- إعطاء المراهقات الفرصة للتعبير عن النفس بما يدعم ثقتهن بأنفسهن .
- تنمية الجوانب الإيجابية في الشخصية .
- التدريب على ممارسة التفكير الإيجابي في حل المشكلات ، وزيادة القدرة على تحمل الإحباط ومواجهة الصعوبات .

الحدود الإجرائية للبرنامج :

تم تحديد البرنامج زمانياً ومكانياً وبشراً على النحو التالي :

الحدود الزمانية : تم تنفيذ البرنامج على مدى (١٢) إثني عشر أسبوعاً بواقع جلستين كل أسبوع، (أي بمجموع أربع وعشرون جلسة) ، واستغرقت كل جلسة ما بين (٥٠-٦٠) دقيقة .

الحدود المكانية : تم تنفيذ البرنامج في غرفة الاستقبال بالمؤسسة .

الحدود البشرية : وتعني طبيعة مواصفات أفراد المجموعة التجريبية والتي تضمنت (١٠) مراهقات، تم اختيارهم عشوائياً من مراهقات الإرباعي الأعلى لعينة الدراسة ، حيث تم تطبيق البرنامج الإرشادي عليهن .

الأسلوب الإرشادي المتبع في تنفيذ البرنامج :

تناولت الباحثة في إطار أهداف البرنامج وخلفيته ، اختيار الفنيات التي تتناسب وعينة البحث ، فقد جمعت بين فنيات الإرشاد المعرفي السلوكي ، والإرشاد الجماعي ، والإرشاد الديني، والتنفيس الانفعالي ، والأنشطة الترفيهية ، وذلك من أجل مساعدة أفراد عينة الدراسة للإستبصار بسلوكهم ، ومحاولة تخفيف قلق المستقبل لديهم .

تنفيذ البرنامج الإرشادي :

بعد الانتهاء من تخطيط البرنامج ، تم تنفيذ وحدات البرنامج ، كما هو موضح في

الجدول (١١) .

== فعالية برنامج إرشادي لخفض قلق المستقبل لدى عينة من المودعات بالمؤسسات الإيوانية ==

جدول (١١)

الجلسات الإرشادية ، وهدف كل جلسة ، وفنياتها والزمن الذي استغرقتة

| الجلسة | الهدف | الفنيات | الزمن |
|----------------------------|--|--|-------|
| الأولى | جلسة تعارف + تمهيد عن البرنامج | المحاضرة ، المناقشة الجماعية ، الاتفاق السلوكي ، التطبيق القبلي | ٥٠ |
| الثانية والثالثة | محاضرة عن المراهقة عامة والتركيز على المراهقة المتأخرة (مرحلة الشباب) ومشكلاتها وخصائصها | المحاضرة ، المناقشة الجماعية ، الإرشاد الديني ، طرق حل المشكلات ، الواجب المنزلي | ٦٠ |
| الرابعة والخامسة | التعرف على مفهوم القلق بصفة عامة أسبابه وأنواعه ، وأعراضه وسبل التخفف منه | المحاضرة ، المناقشة الجماعية ، لعب الدور ، التحكم الذاتي ، الإرشاد الديني ، الواجب المنزلي | ٦٠ |
| السادسة والسابعة | التدريب على الاسترخاء | النمذجة ، الاسترخاء ، لعب الدور ، الواجب المنزلي | ٦٠ |
| الثامنة والتاسعة | التعرف على مفهوم قلق المستقبل وأعراضه وآثاره السلبية | النمذجة ، مناقشة جماعية ، الواجب المنزلي | ٦٠ |
| العاشر | مساعدة المشاركات على تحديد الأفكار السلبية والتعرف عليها | العمود الثلاثي ، لعب الدور ، الإقناع الجدلي التعليمي ، الواجب المنزلي | ٦٠ |
| الحادية عشرة | التعرف على مفهوم الذات والثقة بالنفس وكيفية تنميتها | المحاضرة ، المناقشة الجماعية ، لعب الدور ، التعزيز ، الواجب المنزلي | ٦٠ |
| الثانية عشرة والثالثة عشرة | تعليم المشاركات السيطرة على الذات في المواقف المسببة للقلق والتوتر | لعب الدور ، الاسترخاء ، المناقشة الجماعية ، الواجب المنزلي | ٦٠ |

تابع الجلسات الإرشادية ، وهدف كل جلسة ، وفنياتها والزمن الذي استغرقتة

د. سحر عبدالغنى عبود

| الجلسة | الهدف | الفنيات | الزمن |
|----------------------------|---|---|-------|
| الرابعة عشرة | التعرف على القيم المرتبطة بالزواج | المناقشة الجماعية ، لعب الدور ، الإرشاد الديني ، الواجب المنزلي | ٦٠ |
| الخامسة عشرة | تنمية الوعي بأهمية الأسرة | المحاضرة ، المناقشة الجماعية ، لعب الدور ، الواجب المنزلي | ٦٠ |
| السادسة عشرة | تدريب المشاركات على الحوار الذاتي وتأثيره على سلوكهن | النمذجة ، لعب الدور ، الاسترخاء ، الواجب المنزلي | ٦٠ |
| السابعة عشرة والثامنة عشرة | تدريب المشاركات على طرق حل المشكلات والتغلب على المواقف المسببة للقلق | طرق حل المشكلات ، النمذجة ، الاسترخاء ، لعب الدور ، التعزيز ، الواجب المنزلي | ٦٠ |
| التاسعة عشرة والعشرون | التدريب على استبدال المواقف المقلقة بمواقف إيجابية | الترفيه عن طريق المسابقات الرياضية ، الاسترخاء ، المناقشة الجماعية ، النمذجة لعب الدور ، الواجب المنزلي | ٦٠ |
| الحادي والعشرون | مساعدة المشاركات على تحديد أهداف المستقبل | المناقشة الجماعية ، التنفيس الانفعالي ، النمذجة ، التحكم الذاتي ، الواجب المنزلي | ٦٠ |

== فعالية برنامج إرشادي لخفض قلق المستقبل لدى عينة من المودعات بالمؤسسات الإيوانية ==

| | | | |
|----|---|---|---------------------|
| ٦٠ | المحاضرة ، المناقشة الجماعية ، الإرشاد الديني ، الاسترخاء ، الواجب المنزلي | مناقشة مفهوم التفاؤل والتشاؤم | الثانية والعشرون |
| ٦٠ | المحاضرة ، المناقشة الجماعية ، لعب الدور ، الواجب المنزلي | التعرف على التوافق النفسي وأهميته ومظاهره | الثالثة والعشرون |
| ٥٠ | — | مراجعة ما تم بالبرنامج ومدى فهم المشاركات له + التطبيق البعدي للمقياس | الرابعة والعشرون |

جلسات البرنامج الإرشادي : قامت الباحثة باستعراض ملخص موجز لجلسات البرنامج الإرشادي الانتقائي التكاملي .

الجلسة الأولى : وتمثل في التعارف بين الباحثة وأفراد عينة الدراسة ، والتعرف على التعليمات والآداب التي يجب أن تتبع أثناء الجلسة ، والتعرف على البرنامج الإرشادي الذي سوف يتم استخدامه ، كما تم التعرف على الأهداف التي يمكن تحقيقها من خلال هذا البرنامج الإرشادي ، كما قامت الباحثة بالتأكيد على مبدأ السرية في الجلسات ، وعلى ضرورة احترام المواعيد ، وأن الهدف من الجلسات هو مساعدتهن على تجاوز المشكلات اللاتي يعانين منها .

ثم تتفق مع أفراد العينة على مواعيد الجلسات ، والتأكيد على ضرورة احترام المواعيد .

الجلسة الثانية والثالثة : قامت الباحثة بإلقاء محاضرة عن المراهقة بصفة عامة ، والتركيز على المراهقة المتأخرة (مرحلة الشباب) ، والتعرف على مظاهرها ، وأهم خصائصها ، والمشكلات التي تواجه هذه المرحلة ، ثم مناقشة جماعية حول هذه الخصائص ، واستخدام الإرشاد الديني في كيفية مواجهة المشكلات الخاصة بهذه المرحلة ، والتخفيف من القلق الذي يراود هذه المرحلة لأن الدين وسيلة لتحقيق الأمن النفسي والتخلص من

د. سحر عبدالغنى عبود

القلق ، ثم إعطاء واجب منزلي بتكاليف المشاركين بتسجيل بعض المواقف اليومية التي تسبب لهم التوتر والغضب ، مع تسجيل استجاباتهم وأفكارهم المصاحبة لها .

الجلسة الرابعة والخامسة : وتم فيها مراجعة الواجب المنزلي ، ثم قامت الباحثة بتعريف القلق ومظاهره بطريقة علمية مبسطة ، ثم توضيح أضرار القلق على الفرد والمجتمع ، وما يؤدي إليه من اضطرابات فسيولوجية ، وتوضيح الاضطرابات الانفعالية التي يسببها القلق ، والآثار المترتبة على الشعور بالقلق ، سواء على عمليات الأداء العقلي أو على المظاهر الاجتماعية ، كالإحساس بالوحدة والعزلة ، ثم تمثيل الأدوار لبعض المواقف التي تقابل أفراد المجموعة في الحياة اليومية والمستقبلية ، وتسبب لهم الشعور بالقلق ، ثم قامت الباحثة بمناقشة هذه الأدوار مع المجموعة ، وكيفية الاستفادة من هذه المواقف في علاج المشكلات التي تواجههم ، مما يساعد على خفض القلق لديهم ، واستخدمت الباحثة الإرشاد الديني لما له من أثر في خفض القلق ، وكيفية التحكم الذاتي في مواقف القلق ، ثم إعطاء واجب منزلي ، وهو تسجيل أفراد العينة مشاعرهن أثناء مواقف القلق والأعراض التي يشعرون بها .

الجلسة السادسة والسابعة : وتم فيها مراجعة الواجب المنزلي ، ثم التدريب على الاسترخاء بهدف تقليل التوترات النفسية والجسدية ، ولما له من آثار إيجابية في علاج القلق أو التوتر الشديد ، وفي تغيير الاعتقادات الفكرية الخاطئة ، وتصحيح مفاهيم الإنسان عن ذاته ، حيث يصبح بعد ممارسة الاسترخاء أكثر ثقة في النفس ويؤدي إلى الشعور بالراحة ، مما ينعكس بدوره على التعامل مع الآخرين ، وبالتالي في تعامل الآخرين معنا ، مما يؤدي إلى الشعور بالراحة والأمان، ثم إعطاء واجب منزلي بأن تكرر المشاركات ما تم التدريب عليه في هذه الجلسة ، وتسليم ورقة لهن بتعليمات الاسترخاء.

الجلسة الثامنة والتاسعة : وتم فيها مراجعة الواجب المنزلي ، وإعطاء الفرصة لكل مشاركة لوصف مشاعرها نحو المستقبل ، ومحاولة الوصول إلى تحديد أسباب الخوف والقلق من المستقبل ، ثم توضح الباحثة لهن أن السبب الرئيسي وراء شعورهن بالقلق تجاه المستقبل هو أفكارهن الخاطئة وليس المستقبل بحد ذاته .

ثم تقدم الباحثة نموذجاً لموقف قلق المستقبل قائلةً "عندما يتقدم شخص ما للارتباط بها، فإنها تقلق وبشدة، حيث تقول في نفس الوقت أنها لن تكون الإنسنة

== فعالية برنامج إرشادي لخفض قلق المستقبل لدى عينة من المودعات بالمؤسسات الإيوائية ==

المناسبة له ، وأنها سوف تفشل في حياتها الزوجية" ، وبعدها توضح أن تفكيرها الخاطئ (أنها الإنسانة الغير مناسبة ، وأنها سوف تفشل في الحياة الزوجية" ، وراء ما تشعر به من قلق ، وليس المستقبل في حد ذاته ، ثم تطلب الباحثة من إحدى المشاركات تقديم نموذج لموقف مستقبلي موضحة عليه كيفية التخلص من الأفكار الاعقلانية فيه ، ثم واجب منزلي تسجل فيه المشاركات أحد المواقف المستقبلية وما تمر به من أفكار ونتائج .

الجلسة العاشرة : وتم فيها مراجعة الواجب المنزلي ، وتحديد الأفكار السلبية والتعرف عليها ، حيث تم تحديد الأفكار غير المنطقية لدى كل مشاركة ، وتحاول بطريقة تعليمية جدلية ، اقناعهن بلا منطقية تلك الأفكار ، ومحاولة استبدالها بأفكار منطقية صحيحة . وتختتم الجلسة بواجب منزلي يتم فيه تسجيل الأفكار الأوتوماتيكية باستخدام فنية العمود الثلاثي ، حيث تقوم كل مشاركة بعمل جدول مكون من ثلاثة أعمدة : أ - ب - ج ، تسجل تحت العمود (أ) الموقف المستقبلي الذي سبب القلق .

تسجل تحت العمود (ب) التفكير الأوتوماتيكي لهذا الموقف .

تسجل تحت العمود (ج) الاستجابة الصحيحة المنطقية .

الجلسة الحادية عشرة : وتم فيها مراجعة الواجب المنزلي ، ثم تحدثت الباحثة عن الثقة بالنفس والتي هي شعور الفرد وإحساسه بكفاءته وقناعاته بما لديه ، وعدم شعوره بالنقص أو الضعف، والشخص الذي لديه ثقة بنفسه سيقب بالآخرين كذلك ، ثم تم عرض مواقف تتجلى فيها الثقة بالنفس والعكس، كما تم عرض مفهوم الذات وكيفية تنميتها ، وقد أوضحت الباحثة أن ثقة الإنسان بنفسه ترتبط ارتباطاً وثيقاً بما لدى الفرد من قدرات وإمكانات ، مع توضيح الفرق بين الثقة بالنفس ، والغرور وآثاره السلبية على شخصية الفرد ، ثم تم إعطاء واجب منزلي وهو كتابة بعض المواقف التي تعبر عن الثقة بالنفس .

الجلسة الثانية عشرة والثالثة عشرة : وتم فيها مناقشة الواجب المنزلي ، ومناقشة جماعية عن حقوق الفرد ، وحقوق الآخرين ، مع استعراض نماذج سلبية وما يقابلها من نماذج إيجابية للسيطرة على التوتر والقلق ، واستحضار مواقف مسببة للتوتر والقلق ،

واستبدالها بمواقف إيجابية ، مع لعب الدور ، والاسترخاء ، ثم إعطاء واجب منزلي لبعض المواقف السلبية التي تؤدي بالشباب إلى إثارة التوتر والقلق لديهم .

الجلسة الرابعة عشرة : وتم فيها مراجعة الواجب المنزلي ، ثم تعريف المشاركات ببعض القيم المرتبطة بالزواج ، وأهمية الزواج للحفاظ على الجنس البشري ، وأنه سنة من سنن الحياة الطبيعية، ثم مناقشة رأي الدين في الزواج والزوجة الصالحة ، وكيفية اختيار شريك الحياة ، حيث تم فتح باب المناقشة كي تعبر كل مشاركة عن مفهومها عن الزواج ومشاعرها نحوه ، وفكرتها عن الأسرة ، ودور كل عضو فيها ، ثم قام أفراد المجموعة بتمثيل عدة مواقف ومناقشة كل موقف على حدة ، ثم إعطاء واجب منزلي عن المواصفات التي تتمناها في شريك حياتها .

الجلسة الخامسة عشرة : وتم فيها مراجعة الواجب المنزلي ، ثم تطرقت الباحثة للحديث عن الأسرة ودور كل فرد من أفرادها ، ثم فتحت الباحثة باب المناقشة مع المشاركات عن معنى الأسرة ، ووظيفتها في حياة الفرد والمجتمع ، وور كل فرد من أفراد الأسرة في المحافظة عليها ، ثم تمثيل عدة مواقف عن الأسرة السعيدة ، ثم مناقشة ما تم تمثيله من مواقف ، ومناقشة كل موقف منها على حده ، ثم إعطاء واجب منزلي بمطالبة المشاركات بتسجيل ما تطمح أن تحققه مع أفراد أسرتها المستقبلية .

الجلسة السادسة عشرة : وتم فيها مراجعة الواجب المنزلي ، ثم تدريب المشاركات على الحوار الذاتي وتأثيره على سلوكهن ، حيث أشارت إلى أن الحديث مع النفس أمر هام للتخلص من مشاعر القلق ، حيث أنه يحول الشعور بالعجز إلى الشعور بالثقة والاستقلالية والشجاعة ، ثم طلبت الباحثة من المشاركات أن يتبادلن الأدوار ، فتفصح المشاركة عن ذاتها وتعديل الباحثة أفكار تلك المشاركة، ثم الاسترخاء ، ثم إعطاء واجب منزلي تسجل فيه المشاركة الحوار الذي يدور في نفسها في موقف ما قد يصادفها في المستقبل ، وكيف تعدل الأفكار السلبية إلى أفكار إيجابية في الحوار .

الجلسة السابعة عشرة والثامنة عشرة : وتم فيها مراجعة الواجب المنزلي ، ثم تدريب المشاركات على فنية حل المشكلات ، حيث تقوم الباحثة بالتأكيد على معاناتهن من قلق المستقبل ، وأن أفكارهن السلبية نحو المستقبل قد زادت من هذا القلق ، وتطرح عليهن سؤالاً عن كيفية حل هذه المشكلة ، ثم تخبرهن بخطوات حل المشكلة ، والتي

== فعالية برنامج إرشادي لخفض قلق المستقبل لدى عينة من المودعات بالمؤسسات الإيوانية ==

تتمثل في التعرف على المشكلة والحلول الممكنة لها ، ثم اختيار أفضل الحلول ، ثم تطبيق الحل المناسب ، ثم تقييم ومكافأة الذات ، ثم تقدم الباحثة نفسها كنموذج لتطبيق حل المشكلة ، ثم تطلب الباحثة من المشاركات تطبيق خطوات حل المشكلة على أنفسهن ، وتساعدن في إيجاد الحلول ، واختيار المناسب منها ، ثم تقوم الباحثة بدور إحدى المشاركات وتقوم المشاركة بالتوجيه (تتخذ دور الباحثة) ، ثم تكافئ الباحثة المشاركات في الجلستين ، ثم إعطاء واجب منزلي بأن تطبق كل مشاركة خطوات حل المشكلة على نفسها .

الجلسة التاسعة عشرة والعشرون : وتم فيها مراجعة الواجب المنزلي ، ثم القيام بتنفيذ بعض المسابقات الرياضية التي تنسم بطابع التنافس ، وبعض التمارين الرياضية كإجماء ، لأن الإشتراك مع الآخرين في الأنشطة ، فرصة للفرد لكي لا يشعر بالعزلة أو الوحدة ، ثم تكليف أعضاء المجموعة الإرشادية أن يقوموا بالاسترخاء ، واستحضار المواقف المقلقة ، واستبدالها بمواقف إيجابية ، ثم إعطاء واجب منزلي بتسجيل ما ترغب أن تكون عليه في المستقبل ، وما يجب أن تفعله لتحقيق هذا الهدف ، مع توضيح السبب الذي جعلها تختار هذا الهدف وما يؤهلها لذلك .

الجلسة الحادية والعشرون : وتم فيها مراجعة الواجب المنزلي ، ثم طلبت الباحثة من كل واحدة أن تبين ما تطمح إليه في المستقبل ، ثم مناقشة أهدافهن في ضوء قدراتهن ، وما يمتلكون من إمكانيات، ومدى اجتهادهن في تنميتها وصلتها ، ثم إعطاء واجب منزلي لتسجيل طموحاتهن في المستقبل .

الجلسة الثانية والعشرون : وتم فيها مراجعة الواجب المنزلي ، ثم مناقشة التفاؤل والتشاؤم ، حيث يعتقد الشخص المتشاؤم بأنه لا يمكن تحقيق حياة مستقبلية سعيدة على الإطلاق ، فلا يمكنه الزواج في ظل الظروف الاقتصادية الحالية ولا يمكن العمل بمهنة مناسبة ، أو تحقيق مكانة اجتماعية مرموقة ، فالشخص المتفائل هو الذي يثق بنفسه، ويمكنه أن يرى العالم من حوله في ضوء إيجابي أو سلبي، كما تمت مناقشة أسباب انخفاض وارتفاع التفاؤل وخصائص الأفراد المتفائلين ، وكيفية تنمية مستوى التفاؤل ، ثم التدريب على الاسترخاء، ثم إعطاء واجب منزلي لتسجيل بعض الأفكار اللاعقلانية المنتشرة في المجتمع والتي تدعو للتشاؤم .

د. سحر عبدالغنى عبود

الجلسة الثالثة والعشرون : تم فيها مراجعة الواجب المنزلي ، ثم قامت الباحثة بتعريف بسيط للتوافق النفسي بأنه قدرة الفرد على أن يتكيف تكيفاً سليماً ، وأن يتواءم مع نفسه ومع بيئته الاجتماعية، أو المادية أو المهنية ، وأثر التوافق على تكوين علاقات مثمرة مع الآخرين ، ومع أصحاب الأعمال، مع عرض أمثلة لسوء وحسن التوافق ، ثم تم مناقشة الموقف مع أفراد المجموعة ، والتعرف على آراء وانطباعات الأفراد حول الموقف ، ثم إعطاء واجب منزلي بأن تذكر كل واحدة منهن موقفاً مرت به عانت فيه من سوء التوافق أو العكس .

الجلسة الرابعة والعشرون : وتم فيها مراجعة الواجب المنزلي ، وتقديم ملخص لمحتوى الجلسات، والإجابة عن استفسارات المشاركات ، ثم تطبيق الاختبار البعدي ، ثم ختام الجلسة .

تقييم الأسلوب الإرشادي:

تم تقييم الأسلوب الإرشادي بمقارنة النتائج القبلية والبعدية والتتبعية ، لأفراد عينة الدراسة.

نتائج الدراسة:

تم تفرغ إستجابات أفراد عينة البحث وإدخالها في الحاسب الآلي باستخدام برنامج الحزم الإحصائية SPSS ، وقد تم استخدام اختبار ويلكوكسون Wilcoxon Test اللابارا متري ، وذلك للتحقق من صحة كل فرض من فروض الدراسة ، وأسفرت نتائج التحليل الإحصائي عما يلي :

نتائج الفرض الأول :

ينص الفرض الأول على أنه "توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة في القياسين القبلي والبعدي على مقياس قلق المستقبل في اتجاه القياس القبلي".

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار ويلكوكسون Wilcoxon ، ويوضح الجدول (١٢) نتائج هذا الفرض .

فعالية برنامج إرشادي لخفض قلق المستقبل لدى عينة من المودعات بالمؤسسات الإيوانية

جدول (١٢)

قيمة النسبة الحرجة (Z) لدلالة الفروق بين متوسطات أفراد عينة الدراسة في كل

من القياسين القبلي والبعدي لمقياس قلق المستقبل

| الأبعاد | اتجاه فروق الرتب | العدد (ن) | المتوسط الحسابي | متوسط الرتب | مجموع الرتب | قيمة (Z) | مستوى الدلالة |
|------------------|------------------|-----------|-----------------|-------------|-------------|------------|---------------|
| المجال النفسي | الرتب السالبة | ١٠ | ٢٤,٦ ١٤,١ | ٥,٥٠ | ٥٥ | - ٢,٨١٢ | ٠,٠٥ دالة |
| | الرتب الموجبة | ١٠ | | ٥,٥٠ | ٥٥ | | |
| المجال الجسدي | الرتب السالبة | ١٠ | ٢٥,٣٠ ١١,٩٠ | ٥,٥٠ | ٥٥ | - ٢,٨٠٩ | ٠,٠٥ دالة |
| | الرتب الموجبة | ١٠ | | ٥,٥٠ | ٥٥ | | |
| المجال الاجتماعي | الرتب السالبة | ٣ | ٧,٠٠ ٢,٠٠ | ٧,٠٠ | ٤٩ | - ٢,١٩٩ | ٠,٠٢٨ دالة |
| | الرتب الموجبة | ١٠ | | ٧,٠٠ | ٤٩ | | |
| | الرتب السالبة | ٧ | | ٧,٠٠ | ٤٩ | | |

د. سحر عبدالغنى عبود

| | | | | | | | |
|--------------|------------|-----------|-------------|----------------|------------------------|---|---------------------|
| | | | | ٢٣,٩٠ ١٥,١٠ | | التساوي الاجمالي الاختبار القبلي الاختبار البعدي | |
| ٠,٠٥ دالة | - ٢,٨١٤ | ٥٥ صفر | ٥,٥٠ صفر | ٢٢,٣٠ ١٢,٨٠ | ١٠ صفر صفر ١٠ | الرتب السالبة الرتب الموجبة التساوي الاجمالي الاختبار القبلي الاختبار البعدي | المجال الأسري |
| ٠,٠٥ دالة | - ٢,٨١٤ | ٥٥ صفر | ٥,٥٠ صفر | ٢١,٠٠ ١٢,٧٠ | ١٠ صفر صفر ١٠ | الرتب السالبة الرتب الموجبة التساوي الاجمالي الاختبار القبلي الاختبار البعدي | المجال الاقتصادي |

فعالية برنامج إرشادي لخفض قلق المستقبل لدى عينة من المودعات بالمؤسسات الإيوائية

| | | | | | | | |
|------|-------|-----|------|--------|-----|----------|--------|
| ٠,٠٥ | - | ٥٥ | ٥,٥٠ | | ١٠ | الرتب | الدرجة |
| دالة | ٢,٨٠٣ | صفر | صفر | | صفر | السالبة | الكلية |
| | | | | | صفر | الرتب | |
| | | | | | ١٠ | الموجبة | |
| | | | | ١١٥,٠٠ | | التساوي | |
| | | | | ٦٦,٦٠ | | الاجمالي | |
| | | | | | | الاختبار | |
| | | | | | | القبلي | |
| | | | | | | الاختبار | |
| | | | | | | البعدي | |

ويوضح الجدول (١٢) نتائج هذا الفرض ، وفيه نرى وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥ بين متوسطات رتب درجات عينة الدراسة ، ومتوسطات رتب درجات نفس المجموعة، على مقياس قلق المستقبل ، قبل التجربة وبعدها ، في اتجاه التطبيق القبلي ، وهذا يثبت صحة الفرض الأول.

وهكذا يتضح من نتيجة الفرض، أن مستوى قلق المستقبل قد انخفض لدى أفراد عينة الدراسة بعد إجراء البرنامج، حيث ترى الباحثة إمكانية عزو هذه النتائج إلى استخدام الباحثة للبرنامج الإرشادي المستخدم في الدراسة الحالية وأثره الفعال في تقديم المساندة والخبرة، التي أدت إلى تخفيف القلق والاضطرابات لدى أفراد العينة ، حيث كانت الفنيات المستخدمة في البرنامج ذات معنى في حياتهن ، مما جعلهن أكثر فهماً وحرصاً للاستفادة من فنيات البرنامج ، في إطار مواقف حياتية واقعية ، فقد أعطى البرنامج الإرشادي الفرصة للمشاركة داخل المجموعة لملاحظة أنفسهن ، وملاحظة الآخرين ، والتنقيص الانفعالي ، والاستبصار الذاتي ، وطرح الحلول للمشكلة من خلال معاشتها ومناقشتها مع عينة الدراسة ، وقد ساعدت الخبرات المستخدمة في البرنامج الإرشادي أفراد العينة على الإفصاح الذاتي عن مشاعرهن ، خاصة المشاعر والأفكار المسببة والمثيرة لقلق المستقبل ، وما يصاحبها من استجابات جسدية كالصداع وسرعة ضربات القلب ، وآم المعدة ،

وقد ساهم تعدد أنشطة البرنامج على جذب أفراد العينة لمتابعة البرنامج دون ملل ، كما حقق استخدام الفنيات المناسبة نجاحاً للبرنامج . حيث استخدمت الباحثة الإرشاد الجماعي الذي يساعد الفرد على تنفيس بعض انفعالاته ، ويقلل من مشاعر القلق وتمركزه حول ذاته ويدفعه نحو البحث عن وسائل لحل صراعاته ومشكلاته وإشباع حاجاته ويقلل من مخاوفه .

كما أسهمت فنية المحاضرات وتشجيع المجموعة على المناقشة والحوار في فاعلية تصحيح بعض المفاهيم وتدعيم الثقة بالنفس لدى أفراد العينة ، وذلك على الرغم من أن الباحثة قد قامت بإلقاء المحاضرات في بداية كل جلسة ، إلا أن أفراد العينة قد شاركوا بشكل إيجابي في هذه المحاضرات ومناقشتها ، حيث شجعت الباحثة الحوار الحر وتبادل الآراء ، وألتزمت الباحثة في نهاية كل جلسة بالتوصل إلى قرار جماعي ، يمكن لأفراد العينة تنفيذه في مواقف الحياة اليومية .

كما حقق استخدام أسلوب تمثيل الأدوار دوراً في توضيح بعض المشكلات المستهدفة بالعلاج ، وتعديل الاتجاهات نحوها ، والتوصل إلى حلول جديدة ، ومناقشة أفراد المجموعة في مشاعرهم عندما يتعرضون لمثل هذه المواقف .

كما أسهمت فنية الاقتداء أو النموذج بتقديم النماذج التاريخية المتميزة ممن حققوا إنجازات أو بطولات ، حيث تضافر استخدام فنية النموذج أو الاقتداء مع استخدام فنية لعب الدور ، حيث تم توظيفها لأداء بعض أفراد المجموعة لدور الأبطال والعظماء .

هذا بالإضافة إلى استخدام فنية الضبط الذاتي في إطار الإرشاد الجماعي بالمحاضرات والمناقشة الجماعية ، إذ لم يقتصر الأمر على مجرد إثارة الدافعية والاستبصار والرغبة في التغيير والمشاركة الإيجابية ، بل تعداها إلى التنفيذ العملي ، حيث تم تنفيذ عناصر البرنامج بعد تلقي التوجيهات والتدريبات المبدئية أثناء الجلسات . حيث أسهمت فنية الضبط الذاتي في دحض بعض الأفكار السالبة عن الذات ، خاصة في مرحلة الشباب ، تمهيداً لبناء الثقة بالنفس ، وتوافق استخدام فنية حل المشكلات مع الخصائص النمائية لمرحلة الشباب ، من حيث القدرة على التفكير المنطقي والاستدلال ، وتدريب أفراد العينة على مواجهة المشكلات من خلال التحليل ، والتعرف على الأسباب والحلول البديلة المناسبة لحل المشكلات ، هذا بالإضافة إلى أن

فعالية برنامج إرشادي لخفض قلق المستقبل لدى عينة من المودعات بالمؤسسات الإيوانية

الواجبات المنزلية قد أكدت فاعليتها ، حيث تم استخدامها بهدف التقويم ، والتعرف على نواحي القوة وتدعيمها ، وعلاج مواطن الضعف ، وذلك من خلال تطبيق ما تم تعلمه داخل الجلسة وخارجها .

كما أن توظيف الأنشطة الترويجية من خلال المسابقات كان له دوره الفعال في تحفيز وتنشيط أفراد العينة ، هذا بالإضافة إلى استخدام الإرشاد الديني وفعاليته من خلال تقديم النماذج الحية والمتميزة ، وعرض سيرة الرسول (ص) ، وأنه تربي يتيماً ، بغرض الربط بين ظروف أفراد العينة وهذه النماذج ، كما يبدو أن البرنامج الإرشادي قد ساعدهم على تعلم طرق جديدة تتناول المواقف المشككة التي لها علاقة بقلق المستقبل . وتتفق نتائج هذه الدراسة مع ما أوضحتها الدراسات السابقة ، مثل دراسة محمد عبد التواب معوض (١٩٩٦) ، ودراسة عاشور محمد أحمد (٢٠٠١) ، ودراسة محمد الشافعي ووفاء عبد الرازق (٢٠٠٥) ، ودراسة إبراهيم محمود إبراهيم (٢٠٠٦) ، ودراسة مصطفى عبد المحسن (٢٠٠٧) ، ودراسة عادل علي محمد (٢٠١٠) ، ودراسة Bolton , et al , (2009) ، ودراسة Gupta and Zimmer , (2008) ، والتي أكدت على أهمية البرامج الإرشادية في خفض القلق بصفة عامة ، وقلق المستقبل بصفة خاصة .

نتائج الفرض الثاني:

ينص الفرض الثاني على أنه "لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات أفراد عينة الدراسة في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس قلق المستقبل" . وللتحقق من صحة هذا الفرض ، تم استخدام اختبار ويلكوكسون Wilcoxon لدلالة الفروق بين المتوسطات .

ويوضح الجدول (١٣) نتائج هذا الفرض .

د. سحر عبدالغنى عبود

جدول (١٣)

قيمة النسبة الحرجة (Z) لدلالة الفروق بين متوسطات أفراد عينة الدراسة في كل من القياسين البعدي والتتبعي لمقياس قلق المستقبل

| الأبعاد | اتجاه فروق الرتب | العدد (ن) | المتوسط الحسابي | متوسط الرتب | مجموع الرتب | قيمة (Z) | مستوى الدلالة |
|------------------|------------------|-----------|-----------------|-------------|-------------|----------|---------------|
| المجال النفسي | الرتب السالبة | ٢ | | ٥,٥٠ | ١١ | ١,٠٢٧- | غير دالة |
| | الرتب الموجبة | ٦ | | ٤,١٧ | ٢٥ | | |
| | التساوي | ٢ | | | | | |
| | الاجمالي | ١٠ | ١٤,١ | | | | |
| | الاختبار البعدي | | ١٤,٥ | | | | |
| | الاختبار التتبعي | | | | | | |
| المجال الجسمي | الرتب السالبة | ١ | | ٢,٠٠ | ٢,٠٠ | ١,١٣٤- | غير دالة |
| | الرتب الموجبة | ٣ | | ٢,٦٧ | ٨,٠٠ | | |
| | التساوي | ٦ | | | | | |
| | الاجمالي | ١٠ | ١١,٩ | | | | |
| | الاختبار البعدي | | ١٢,٢ | | | | |
| | الاختبار التتبعي | | | | | | |
| المجال الاجتماعي | الرتب السالبة | صفر | | صفر | صفر | ١,٦٣٣- | غير دالة |
| | الرتب الموجبة | ٣ | | ٢,٠٠ | ٦,٠٠ | | |
| | التساوي | ٧ | | | | | |
| | الاجمالي | ١٠ | ١١,١ | | | | |
| | الاختبار البعدي | | ١٥,٦ | | | | |
| | الاختبار التتبعي | | | | | | |
| المجال الأسري | الرتب السالبة | صفر | | صفر | صفر | صفر | غير دالة |
| | الرتب الموجبة | صفر | | صفر | صفر | | |
| | التساوي | ١٠ | | | | | |
| | الاجمالي | ١٠ | ١٢,٨ | | | | |
| | الاختبار البعدي | | ١٢,٨ | | | | |
| | الاختبار التتبعي | | | | | | |

فعالية برنامج إرشادي لخفض قلق المستقبل لدى عينة من المودعات بالمؤسسات الإيوائية

| | | | | | | | |
|-----------------------|--|-------------------|--------------|--------------|--------------|------------|--------------|
| المجال الاقتصادي | الرتب السالبة الرتب الموجبة | صفر صفر | صفر صفر | صفر صفر | صفر صفر | صفر صفر | صفر صفر |
| الدرجة الكلية للمقياس | الرتب السالبة الرتب الموجبة التساوي الاجمالي الاختبار البعدي الاختبار التتبعي | ١ ٧ ٢ ١٠ | ٥,٠٠ ٤,٤٣ | ٥,٠٠ ٤,٤٣ | ١٢,٧ ١٢,٧ | ١٠ ١٠ | ١٢,٧ ١٢,٧ |
| غير دالة | ١,٨٣٨- | ٥,٠٠ ٣١,٠٠ | ٥,٠٠ ٤,٤٣ | ٥,٠٠ ٤,٤٣ | ١٢,٧ ١٢,٧ | ١٠ ١٠ | ١٢,٧ ١٢,٧ |

يتضح من الجدول (١٣) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب الدرجات التي حصل عليها أفراد عينة الدراسة ، ومتوسطات رتب درجات نفس المجموعة على مقياس قلق المستقبل ، في القياسين البعدي والتتبعي ، على جميع أبعاد مقياس قلق المستقبل والدرجة الكلية للمقياس ، مما يدل على استمرار فاعلية البرنامج في تخفيف قلق المستقبل لدى أفراد العينة ، وفي تحسين توافقهم النفسي مع أنفسهم ومع الآخرين ، وهذا يثبت صحة الفرض الثاني ، وترجع نتيجة الفرض الثاني إلى الطبيعة الانتقائية التكاملية للبرنامج الإرشادي المستخدم ، وتعدد عناصره الفعالة على الرغم من اعتماده على الإرشاد الجماعي كقاعدة ، وإتاحة فرصة الإرشاد الفردي خارج الجلسات من خلال اللقاءات الخاصة ، كما أنه جمع بين أسلوب المحاضرات والمناقشة الجماعية والضبط الذاتي ، وكلاهما يتيح مجالاً أرحب لإضافات أخرى كالترفيه ، وتمثيل الأدوار والواجبات المنزلية ، والافتداء أو النموذج واستخدام الإرشاد الديني .
وتتفق نتائج هذه الدراسة مع ما أوضحتها الدراسات السابقة ، مثل دراسة عاشور محمد أحمد (٢٠٠١) ، ودراسة إبراهيم محمود إبراهيم (٢٠٠٦) ، ودراسة مصطفى عبد المحسن (٢٠٠٧) .

توصيات :

- تعزيز مشاعر الانتماء لدى المحرومات حتى يتجنبوا مشاعر الاغتراب ، وما ينتج عنها من شعور بالخوف والقلق من المستقبل .
- الاهتمام بالتنشئة الإسلامية السليمة بإيجاد حاضنات ملتزمات دينياً ، وإيجاد نوع من الرقابة والضبط دون الاتجاه إلى النمط التعسفي في التربية للتخفف من القلق بصفة عامة .
- تطبيق البرامج الإرشادية الانتقائية والتوسع في استخدامها على المودعين بالمؤسسات الإيوائية .
- تأهيل المرشدين وتدريبهم على تطبيق البرامج الإرشادية للتخفف من المشكلات السلوكية التي يعاني منها الأيتام .
- اهتمام المؤسسات المتخصصة في رعاية الأيتام بتعزيز برامج تأصيل مفاهيم المواطنة لدى الأيتام ، وذلك لخلق روح الانتماء للجماعة والارتباط بالهوية الوطنية لتعويض الغياب الأبوي ، أو الإحساس بالحرمان العاطفي .

المراجع:

أولاً: المراجع العربية:

- ١ - إبراهيم أحمد الضبيب (٢٠٠٥) : " دور الخدمة الاجتماعية في تنمية المهارات الاجتماعية للأطفال الأيتام ومن في حكمهم بالمؤسسات الإيوائية " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية العلوم الإنسانية ، الجامعة الأمريكية بلندن .
- ٢ - إبراهيم محمود إبراهيم (٢٠٠٦) : " فاعلية الإرشاد العقلاني الانفعالي في خفض قلق المستقبل لدى طلاب التعليم الفني " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة أسيوط .
- ٣ - أحمد السيد إسماعيل (١٩٩٥) : مشكلات الطفل السلوكية وأساليب المعاملة الوالدية ، الإسكندرية دار الفكر الاجتماعي .
- ٤ - أحمد الصمادي ، وفايز الزعبي (٢٠٠٧) : أثر الإرشاد الجمعي بطريقة العلاج الواقعي في تنمية المسؤولية الاجتماعية لدى عينة خاصة من الطلبة الأيتام ، مجلة العلوم التربوية والنفسية ، المجلد (٨) ، العدد (١) ، الأردن .
- ٥ - أحمد حمزة (٢٠١١) : فاعلية برنامج إرشادي تكاملي في تخفيف العنف لدى عينة من الأطفال الجانحين الأيتام ، المؤتمر الأول السعودي لرعاية الأيتام ، الجمعية الخيرية لرعاية الأيتام (جمعية إنسان) ، المملكة العربية السعودية .
- ٦ - أحمد عبد الجواد تعيلب (٢٠٠٦) : " مدى فاعلية برنامج لتعديل السلوك العدواني لدى الأطفال من نزلاء المؤسسات " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الآداب ، جامعة الرقازيق .
- ٧ - أحمد محمد حسانين (٢٠٠٠) : " قلق المستقبل وقلق الامتحان في علاقتهما ببعض المتغيرات النفسية لدى عينة من طلاب الصف الثاني الثانوي " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الآداب ، جامعة المنيا .
- ٨ - إخلص محمد عبد الحفيظ (١٩٩١) : تأثير برنامج نشاط رياضي على التوافق النفسي والسلوك العدواني لدى أطفال المؤسسات الإيوائية ، مجلة علوم الرياضة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ، عدد نصف سنوي مارس ويونيو .

د. سحر عبدالغنى عبود

٩ - أروى الناصر (٢٠٠٩) : " فاعلية برنامج تعليمي - تعليمي في تنمية الذكاء الأخلاقي لدى الأطفال المساءة معاملتهم " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، الجامعة الأردنية ، عمان ، الأردن .

١٠ - أسماء عبد الله محمد (٢٠٠١) : " فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض بعض اضطرابات القلق الشائعة لدى عينة من الأطفال بدولة قطر " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة عين شمس .

١١ - السيد فهمي (٢٠٠٠) : سيكولوجية الشخصية ، المنصورة ، دار الأصدقاء للطباعة والنشر .

١٢ - السيدة السيد عبد الكريم (٢٠٠٨) : " فاعلية برنامج إرشادي متكامل من الأنشطة لتحسين التوافق النفسي لدى الأطفال مجهولي النسب والاطفال العاديين بمرحلة الرياض " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة حلوان .

١٣ - أمل إبراهيم الخالدي (٢٠٠٢) : " أثر برنامج إرشادي في تأكيد الذات وخفض قلق المستقبل لدى طالبات كلية التربية للبنات " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية للبنات ، جامعة بغداد .

١٤ - أمل صلاح الدين محمد (٢٠١١) : " فاعلية برنامج أنشطة فنية لخفض العدوانية لدى أطفال دور الرعاية الإيوائية الملتحقين بالمدرسة الابتدائية " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، معهد الدراسات والبحوث التربوية ، جامعة القاهرة .

١٥ - املي صادق مخائيل (١٩٩٠) : " دراسة مقارنة للقلق لدى الطفل في الأسرة البديلة والطفل في الأسرة العادية في سن المدرسة الابتدائية من ٩-١٢ سنة " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، معهد دراسات الطفولة ، جامعة عين شمس .

١٦ - إيمان إبراهيم (١٩٩٣) : اللقطاء بين مواجهة المجتمع وهاجس البحث عن الذات ، جريدة الرياض ، العدد ١٢٤٠٤ ، السنة (٣٨) .

١٧ - إيمان فوزي (٢٠٠١) : الصحة النفسية ، القاهرة ، مكتبة زهراء الشرق .

١٨ - باترسون ، ترجمة : حامد عبد العزيز الفقي (١٩٩٠) : نظرية الإرشاد والعلاج النفسي ، ج ٢ ، الكويت ، الصفاة .

١٩ - بشرى أحمد العكايشي (٢٠٠٠) : " قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات لدى

== فعالية برنامج إرشادي لخفض قلق المستقبل لدى عينة من المودعات بالمؤسسات الإيوائية ==

- طلبة الجامعة " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، الجامعة المستنصرية .
- ٢٠ - جهاد عطية عياش (٢٠٠٩) : " مدى فاعلية برنامج إرشادي مقترح للتخفيف من السلوك العدواني لدى أطفال مؤسسات الإيواء في قطاع غزة " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، الجامعة الإسلامية ، غزة .
- ٢١ - حامد زهران (أ) (٢٠٠٥) : علم نفس النمو الطفولة والمراهقة ، ط ٦ ، القاهرة ، عالم الكتب .
- ٢٢ - (ب) (٢٠٠٥) : الصحة النفسية والعلاج النفسي ، ط ٤ ، القاهرة ، عالم الكتب .
- ٢٣ - حسام الدين عزب (٢٠٠٢) : فاعلية برنامج علاجي تفاوضي تكاملي في التغلب على سلوكيات العنف لدى عينة من المراهقين ، المؤتمر السنوي التاسع لمركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس ، المجلد الثاني ، ص ١-٨١ .
- ٢٤ - حنان العناني (٢٠٠٠) : الصحة النفسية ، الأردن ، دار الفكر للطباعة والنشر .
- ٢٥ - حنان قرقوتي (١٩٩٥) : اللقيط في الإسلام ، بيروت ، دار السنين .
- ٢٦ - خلف أحمد مبارك (٢٠٠٦) " فعالية العلاج السلوكي - المعرفي والتدريب على مهارات التعلم في خفض قلق الامتحان وتحسين الأداء الأكاديمي ، المجلة التربوية ، العدد (١٦) ، جامعة جنوب الوادي ، كلية التربية بسوهاج .
- ٢٧ - رازان نديم عز الدين (٢٠٠٨) : " فاعلية برنامج لتنمية بعض المهارات الاجتماعية لدى أطفال مرحلة ما قبل المدرسة المودعين لدى المؤسسات الإيوائية " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، معهد الدراسات التربوية ، جامعة القاهرة .
- ٢٨ - ربيع شعبان (١٩٩٣) : " دراسة عاملية للتكوين النفسي للأطفال المحرومين أسرياً في ضوء أنماط مختلفة من الحرمان " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة الأزهر .
- ٢٩ - ربيعة رجب عوض (٢٠٠٠) : " فعالية برنامج علاجي سلوكي معرفي في تخفيف الضغوط النفسية والسلبية لدى المراهقين من الجنسين " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية بكفر الشيخ ، جامعة طنطا .
- ٣٠ - زينب شقير (٢٠٠٥) : مقياس قلق المستقبل ، القاهرة ، مكتبة النهضة المصرية .

د. سحر عبدالغنى عبود

٣١ - سالم نوري صادق (٢٠٠٧) : أثر الإرشاد بأسلوب لعب الدور في خفض الشعور بالوحدة النفسية لدى التلاميذ فاقدى الوالدين في المرحلة الابتدائية ، مجلة *الفتح* ، العدد (٢٨) ، العراق .

٣٢ - سامي محمد زيدان (٢٠٠٠) : " فاعلية الذات ودور الجنس لدى التلاميذ الأيتام والعاديين في مرحلة الطفولة المتأخرة " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة المنصورة .

٣٣ - سميرة شند (٢٠٠٨) : فاعلية برنامج إرشادي انتقائي تكاملي في تنمية مكونات الإيجابية لدى عينة من المراهقين ، مجلة *القراءة والمعرفة* ، العدد (٧٥) ، القاهرة ، ص ٢٠٤-٢٦٦ .

٣٤ - سهير كامل (٢٠٠١) : *الصحة النفسية للأطفال* ، الإسكندرية ، مركز الإسكندرية للكتاب .

٣٥ - صفوان حامد ابو الريش (٢٠٠٨) : " أساليب تعامل الإدارة المدرسية والمعلمين مع الطلاب الأيتام ذوي الظروف الخاصة وعلاقتها بالتحصيل ، دراسة مسحية لآراء الطلاب" ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة أم القرى .

٣٦ - عادل عبد الله (٢٠٠٠) : *العلاج المعرفي السلوكي (أسس وتطبيقات)* ، ط ١ ، القاهرة ، دار الرشاد .

٣٧ - عادل علي محمد (٢٠١٠) : " أثر برنامج إرشادي للعلاج بالواقع في خفض قلق المستقبل عند الطلاب فاقدى الأبوين في المرحلة المتوسطة " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة بغداد ، العراق .

٣٨ - عاشور محمد أحمد (٢٠٠١) : فعالية الإرشاد النفسي الديني في تخفيف قلق المستقبل لدى عينة من طلاب الجامعة ، مجلة *البحث في التربية وعلم النفس* ، المجلد (١٥) ، العدد (١) ، القاهرة ، ص ٤٣٦-٤٦٦ .

٣٩ - عبد الحميد عبد المحسن عبد الحميد (١٩٩٠) : *الخدمة الاجتماعية في مجال رعاية الشباب* ، القاهرة ، دار الثقافة للنشر والتوزيع .

٤٠ - عبد الستار إبراهيم وعبد العزيز عبد الله الدخيل ورضوى إبراهيم (١٩٩٣) : العلاج السلوكي للطفل ، أساليبه ونماذج من حالاته ، عالم المعرفة ، العدد (١٨٠) ، الكويت ،

== **فعالية برنامج إرشادي لخفض قلق المستقبل لدى عينة من المودعات بالمؤسسات الإيوائية** ==

- المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب .
- ٤١ - عبد السلام عبد الغفار (١٩٩٠) : *مقدمة في الصحة النفسية* ، القاهرة ، دار النهضة العربية.
- ٤٢ - عبد الله الحسن الراشدي (٢٠٠٥) : " المشكلات السلوكية لدى المحرومين من الرعاية الوالدية وغير المحرومين من طلاب المرحلة الابتدائية بمدينة مكة المكرمة" ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة أم القرى .
- ٤٣ - علاء الدين كفاقي (١٩٩٩) : *الإرشاد والعلاج الأسري : المنظور النفسي الاتصالي* ، سلسلة المراجع في التربية وعلم النفس ، القاهرة ، دار الفكر العربي .
- ٤٤ - (٢٠٠٣) : *الصحة النفسية والإرشاد النفسي* ، الرياض ، دار النشر الدولي للنشر والتوزيع .
- ٤٥ - غالب محمد المشيخي (٢٠٠٩) : " قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى الطموح لدى عينة من طلاب جامعة الطائف " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة أم القرى .
- ٤٦ - فائق السيد أبو الصباغ (١٩٩٢) : " دراسة مقارنة للمشكلات التي يعاني منها أطفال المؤسسات الإيوائية S.O.S " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، معهد دراسات الطفولة ، جامعة عين شمس .
- ٤٧ - فادية حمام (١٩٩٣) : " القلق لدى عينة من طلبة وطالبات الجامعات المصرية وعلاقته بسمات الشخصية وبعض المتغيرات الأخرى (التنشئة الاجتماعية - المناخ الدراسي - التحصيل الدراسي) " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، جامعة الأزهر .
- ٤٨ - فاروق الروسان (٢٠٠١) : *مناهج وأساليب تدريس نوي الاحتياجات الخاصة* ، القاهرة ، دار الزهراء .
- ٤٩ - فؤاد سيد موسى وآخرون (١٩٩٤) : *الخدمة الاجتماعية في مجال رعاية الشباب* ، القاهرة ، دار النهضة العربية .
- ٥٠ - ماهر أبو المعاطي علي وآخرون (١٩٩٩) : *الممارسة العامة للخدمة الاجتماعية في مجال رعاية الشباب* ، القاهرة ، دار الشروق للطباعة والنشر .

د. سحر عبدالغنى عبود

٥١ - مجدي عبد الكريم (١٩٩١) : القلق العام والخاص ، دراسة عاملية لإختبارات القلق ، بحوث المؤتمر السابع لعلم النفس في مصر ، الجمعية المصرية للدراسات النفسية ، القاهرة ، مكتبة الأنجلو المصرية .

٥٢ - محمد الشافعي ، ووفاء عبد الرازق (٢٠٠٥) : فاعلية الإرشاد النفسي الديني في تخفيف قلق المستقبل لدى طالبات كلية التربية ، جامعة الملك سعود ، مؤتمر كلية الدراسات الإنسانية بجامعة الأزهر ، المنعقد من ٢٦-٢٧ سبتمبر ٢٠٠٥ .

٥٣ - محمد جعفر جمل الليل (٢٠٠٥) : بناء مقياس القلق العام للأطفال والمراهقين ، ط ٢ ، سلسلة البحوث التربوية والنفسية ، معهد البحوث العلمية ، مركز البحوث التربوية والنفسية ، جامعة أم القرى .

٥٤ - محمد حامد زهران (٢٠٠٥) : فاعلية برنامج إرشادي لتنمية الدافع للإنجاز لدى أطفال المؤسسات الإيوائية ، المؤتمر السنوي الثاني عشر لمركز الإرشاد النفسي ، جامعة عين شمس ، المجلد (الأول) .

٥٥ - محمد عبد التواب معوض (١٩٩٦) : " أثر كل من العلاج المعرفي والعلاج النفسي الديني في تخفيف قلق المستقبل لدى عينة من طلبة الجامعة " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة المنيا .

٥٦ - محمد عبد العزيز سليمان (٢٠٠٠) : " تصميم برنامج إرشادي لتحسين مفهوم الذات عند أطفال المؤسسات الإيوائية " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، معهد دراسات الطفولة ، جامعة عين شمس .

٥٧ - محمد عبد العزيز عيد (١٩٩٩) : مشكلات الشباب واتجاهاتهم وتوقعاتهم ، القاهرة ، معهد التخطيط القومي .

٥٨ - مديحة محمد العربي (١٩٩٧) : علم نفس النمو ، كلية التربية بالفيوم ، جامعة القاهرة

٥٩ - مصطفى عبد المحسن (٢٠٠٧) : " فعالية الإرشاد النفسي في خفض قلق المستقبل المهني لدى طلاب كلية التربية بأسبوط " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة أسبوط .

٦٠ - منصور محمد السيد (٢٠٠٠) : مدى فعالية برنامج إرشادي في تخفيف السلوك العدوانية لدى أطفال الرعاية الاجتماعية بمحافظة أسوان ، العدد (٤٤) سبتمبر ، كلية

== فعالية برنامج إرشادي لخفض قلق المستقبل لدى عينة من المودعات بالمؤسسات الإيوائية ==

- التربية ، جامعة المنصورة .
- ٦١ - مها صلاح الدين حسن (١٩٩٣) : " تقويم لبعض اساليب رعاية الأطفال بالمؤسسات الإيوائية"، رسالة ماجستير غير منشورة ، معهد دراسات الطفولة ، جامعة عين شمس .
- ٦٢ - موفق بشارة (٢٠١٣) : " أثر برنامج تدريبي مستند إلى نظرية بوربا في تنمية الذكاء الأخلاقي لدى أطفال قرى S.O.S في الأردن " ، المجلة الأردنية في العلوم التربوية ، المجلد (٩) ، العدد (٤) ، ص ٤٠٣-٤١٧ .
- ٦٣ - مي الرميح وعبد الخالق احمد (٢٠٠٢) : التمييز بين القلق والاكتئاب باستخدام النموذج المعرفي والوجداني ، المجلة المصرية للدراسات النفسية ، المجلد (١٢) ، العدد (٤) ، ص ٥٤١-٥٧٨ .
- ٦٤ - نادر فهمي الزبيد (١٩٩٨) : نظريات الإرشاد والعلاج النفسي ، عمان ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع .
- ٦٥ - نجلاء العجمي (٢٠٠٤) : " بناء أداة لقياس قلق المستقبل لدى طلاب وطالبات جامعة الملك سعود " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة الملك سعود ، الرياض .
- ٦٦ - نجوى الشرقاوي وهناء أمين (٢٠٠٥) : نحو تصور مقترح من منظور الممارسة العامة للتعامل مع مشكلات مقدمات الرعاية للأطفال الأيتام بالمؤسسات الإيوائية ، مجلة كلية الآداب ، العدد (١٧) ، ص ٣٨٩-٤٦٢ .
- ٦٧ - هشام مخيمر (٢٠٠٠) : علم نفس النمو الطفولة والمراهقة ، الرياض ، أشبيليا للنشر والتوزيع .
- ٦٨ - هلين دوتش (١٩٩٠) : محاضرات في التحليل النفسي والعصاب ، ترجمة : فرج أحمد فرج ، القاهرة ، الأنجلو المصرية .
- ٦٩ - هنادي عبد القادر حسون (٢٠١٠) : " فاعلية برنامج إرشادي لتنمية السلوك النفسي الاجتماعي لدى الأطفال المحرومين من الرعاية الوالدية (دراسة شبه تجريبية في دور الأيتام في محافظة حلب) " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة دمشق .
- ٧٠ - وزارة الشؤون الاجتماعية (١٩٧٧) : قرار وزاري رقم (٦٣) لسنة ١٩٧٧ الخاص بنظام العمل باللائحة النموذجية بالمؤسسات الإيوائية .

- ٧١ - وليد عبد الوهاب (٢٠٠٢) : " تأثير برنامج رياضي على بعض المشكلات السلوكية لدى أطفال المؤسسات الإيوائية بمحافظة المنيا " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ، القاهرة .
- ٧٢ - يوسف الأقصري (٢٠٠٢) : كيف تتخلص من الخوف والقلق من المستقبل ، القاهرة ، دار اللطائف للنشر والتوزيع .
- ٧٣ - يوسف القاضي ، لطفي محمد فطيم ، محمود عطا حسين (١٩٨١) : الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي ، الرياض ، دار المريخ للنشر .

ثانياً : المراجع الأجنبية :

- 74- Bolton, P., Bass, J., Betancourt, T., Speelman, L., Onyango, G., Clougherty, K., (2009): Interventions for depressed symptoms among adolescent survivors of war and displacement in North Uganda: A randomized controlled trial. *Journal of the American Medical Association*, Vol. (298), PP. 519-527. Doi: 10.1001/jama.298.5.519.
- 75- Gupta, L. & Zimmer, C. (2008): Psychological intervention for war-affected children in Sierra Leone. *British Journal of Psychiatry*, Vol. (192), PP. 212-216.
- 76- Ivanova, Alexandra, S. (2006): Therapeutic Art Practices with Orphan Children in Bulgaria, *Journal of the American Art Therapy Assoc.* Vol. (21), PP. 13-17.
- 77- Mohammadi, A., et al. (2012): Group Narrative Therapy on Self-Esteem and Self-Efficacy of Orphan Boys' Adolescents. *Iranian Journal of Clinical Psychology*. Vol. (1), No. (1).
- 78- Ojiambo, D. (2011): *Effectiveness of group Activity Play Therapy on Internalizing and Externalizing Behavior Problems of Preadolescent Orphans in Uganda*. University of North Texas.
- 79- Ojiambo, D., Bratton, S. (2014): Effects of Group Activity Play Therapy on Problem Behaviors of Preadolescent Ugandan Orphans, *Journal of Counseling & Development*, Vol. (92), PP. 355-365.
- 80- Simsek, Z.; Erol, N.; Oztop, D.; Munir, K. (2007): Prevalence and predictors of emotional and behavioral problems reported by teachers among institutionally reared children and adolescents in Turkish orphanages compared with community controls. *Children*

== فعالية برنامج إرشادى لخفض قلق المستقبل لدى عينة من المودعات بالمؤسسات الإيوائية ==

- and Youth Services Review*, Vol. (29), No. (7), PP. 883-899.
- 81- Tulu, S., (2014): Effectiveness of Rational Emotive Behavioral Group Counselling for Posttraumatic Stress Disorder in Orphan Children Found in Kechene Children's Home. *American Journal of Applied Psychology*. Vol. (3), No. (6), PP. 151-158.
- 82- Wolff, P. H. & Fesseha, G. (1999): The Orphans of Eritrea: A Five-year Follow Up Study. *Journal of Child Psychology Psychiatry*, Vol. (40), PP. 1231-1237.
- 83- Zaleski, Z. (1996): *Future Anxiety: Concept Measurement and preliminary research*. *Person individual difference*. Vol. (21), No. (2), PP. 165-174.