



جامعة المنصورة
كلية التربية



فعالية برنامج قائم على الدعم النفسي الإيجابي لتنمية الكفاءة الذاتية لدى معلمي المرحلة الابتدائية

إعداد

نهى السيد علي الريفي

إشراف

د / ليلى عبد العظيم متولى

مدرس الصحة النفسية (المتفرغ)

كلية التربية - جامعة المنصورة

أ.د/ فؤاد حامد الموافق

أستاذ الصحة النفسية (المتفرغ)

كلية التربية - جامعة المنصورة

مجلة كلية التربية - جامعة المنصورة

العدد ١١٢ - أكتوبر ٢٠٢٠

فعالية برنامج قائم على الدعم النفسي الإيجابي لتنمية الكفاءة الذاتية لدى معلمي المرحلة الابتدائية

نهى السيد علي الريفي

المستخلص :

تهدف الدراسة إلى التحقق من فعالية برنامج قائم على الدعم النفسي الإيجابي لتنمية الكفاءة الذاتية لدى معلمي المرحلة الابتدائية، يهدف إلى تنمية الكفاءة الذاتية بأبعادها (الشخصية- الاجتماعية - المهنية- الانفعالية)، وتحدد عينة الدراسة الحالية بمجموعتين عدد كل منهما (١٥) معلم ومعلمة من معلمي ومعلمات المرحلة الابتدائية ، ممن لديهم انخفاض في الكفاءة الذاتية وقد تم تطبيق البرنامج على معلمي المرحلة الابتدائية، تكونت أدوات الدراسة من مقياس الكفاءة الذاتية للمعلم (إعداد/الباحثة)، برنامج قائم على الدعم النفسي الإيجابي (إعداد/الباحثة)، واستخدمت الباحثة اختبار مان وتني للمجموعات المستقلة ، واختبار ويلكوسون لإشارة الرتب للمجموعات المرتبطة للتحقق من فروض الدراسة، ولحساب حجم تأثير البرنامج باستخدام المعادلة التالية $(z/n \sqrt{r})$ ، وأسفرت نتائج الدراسة عن فعالية البرنامج لتنمية الكفاءة الذاتية لدى معلمي ومعلمات المرحلة الابتدائية.

الكلمات المفتاحية:

- الدعم النفسي الإيجابي.
- الكفاءة الذاتية.
- معلمي المرحلة الابتدائية.

Abstract

The study aims to verify the effectiveness of a program based on positive psychological support for the development of self-competence among primary school teachers, aimed at developing self-efficiency in its dimensions (personal, social, professional, emotional) The sample of the current study is determined by two groups of (15) teachers of primary school teachers, who have a decrease in self-competence and the program has been applied to primary school teachers, the study tools consisted of the teacher's self-competence measure (preparation/researcher), a program based on positive psychological support (preparation/researcher), The researcher used the Man Whitney test for independent groups, the Wilcoxon grade signal test for associated groups to verify the study's assumptions, and to calculate the extent of the program's impact using the following equation $(r=\sqrt{z/n})$, The results of the study resulted in the effectiveness of the program for the development of self-competence among primary school teachers.

Keywords: Positive Psychological Support , self-efficacy, Primary school teachers.

مقدمة

يعتبر المعلم حجر الزاوية في العملية التعليمية وتقع على كتفيه مسئولية تحقيق الأهداف التربوية، ولن يتحقق أي تطوير في كل أو بعض مكونات العملية التعليمية ما لم يكن المعلم متمكناً من متطلبات هذا التطوير، بل وراعياً ومؤمناً به وبأهميته؛ ومن ثم كأن لزاماً توفر قدر كاف من الصحة النفسية والكفاءة الذاتية والمهنية والاجتماعية والتوافق النفسي والاجتماعي لدى المعلم بما يضمن مشاركته الفعالة في تحقيق أهداف هذا التطوير والتحديث خاصة مع ما يتسم به العصر الحالي من كثرة المعرفة وتعقدها في شتى مجالات الحياة، ويتعرض المعلم للكثير من الضغوط النفسية، والمادية، والاجتماعية، والمهنية التي تواجهه أثناء أدائه لعمله مما تعوقه عن أداء عمله بفاعلية وكفاءة، فالمعلم بحاجة إلى التفاعل والتكيف بإيجابية مع جوانب حياته، بل وأن يشارك بفاعلية في تنمية تلك الجوانب لتحقيق الكفاءة الذاتية للمعلم ، فالوصول بالمعلم إلى مستوى مرضي من الدعم النفسي الإيجابي يحقق له السعادة والراحة، وهذا ينعكس بدوره بشكل إيجابي في كفاءة المعلم الشخصية والاجتماعية والانفعالية والمهنية وبالتالي تؤثر بشكل فعال على العملية التعليمية والتربوية بكاملها.

مشكلة الدراسة:

تتبلور مشكلة الدراسة الحالية في انخفاض الكفاءة الذاتية لدى المعلم وأثرها على حياته الشخصية، والاجتماعية، والانفعالية، والمهنية مما أدى إلى اعتقاده السلبي عن نفسه وضعف انجازه، وانخفاض المرونة، وعدم وضع أهداف واقعية، وأثر على حل مشكلاته وبالتالي اتخاذ القرارات المناسبة، يبذل جهداً أقل عندما يواجه عقبات عقبات ويصبح أقل تفاؤلاً، عكس من يمتلكون كفاءة ذاتية مرتفعة يبذلون جهداً أكبر عندما يواجهون المشكلات، وتذهب الباحثة إلى أن الدعم النفسي الإيجابي له دور أساسي لتحسين الكفاءة الذاتية لدى المعلم حيث أنه ينطلق من مسلمة مؤداها: أن تنمية الجوانب الإيجابية من الشخصية وسمات الفرد الإيجابية تساهم في تنمية الشعور بالسعادة والإقبال على الحياة التي يعيشها الفرد (سيد أحمد محمد الوكيل ، ٢٠١٠ ، ١٣٩)، بالتالي الاعتقاد الإيجابي للمعلم عن ذاته في أداء عمل معين ينعكس على كفاءته الذاتية بشكل إيجابي.

وقد جرت دراسات عدة من أبرز نتائجها انخفاض مستوى الكفاءة الذاتية لدى المعلم (حجاج غانم احمد، ٢٠٠٤؛ حسين محمد على، ٢٠١٢؛ سيهار صلاح مخيمر، ٢٠١٤؛ مع استخدام متغيرات أخرى غير الدعم النفسي الإيجابي فبالنتالي يقلل من ثقتهم بنفسهم وضعف إنجازهم وعدم المرونة في

المواقف المختلفة ويؤثر على حل المشكلات واتخاذ القرارات المختلفة بالتالي يؤثر على حياة المعلم الشخصية والاجتماعية والمهنية والانفعالية، المعلم عندما يمتلك مستوى مرتفع من الكفاءة الذاتية ولديه ثقة بنفسه، ونظرة تفاؤلية في الحياة، ومرونة في الأحداث، فإن هذا سيدفعه إلى وضع أهداف تتميز بالواقعية، وتلاءم مع قدراته وسيبذل كل الجهد لتحقيقها ويتسم بالتفكير الإيجابي والمرونة والتفاؤل وتحمسه للقيام بالأعمال والمهام المكلف بها، وكفاءة تامة.

وقد قامت الباحثة باستقراء الدراسات السابقة التي تناولت الدعم النفسي الإيجابي لتنمية الكفاءة الذاتية لدى المعلم فوجدت ندرة في هذه الدراسات في - حدود علم الباحثة .

وهكذا تنمية الكفاءة الذاتية للمعلم و ذلك على أسس علمية ومنهجية يراعى فيها الاختيار المناسب للفتيات والأنشطة التي تسهم في تنمية الكفاءة الذاتية وتلائم مع قدرات وإمكانات المعلم، وتناسب خصائصهم المعرفية والعمرية.

ويمكن تحديد مشكلة الدراسة الحالية في السؤال الرئيسي التالي:

ما مدى فعالية برنامج قائم على الدعم النفسي الإيجابي في تنمية الكفاءة الذاتية لدى معلمي المرحلة الابتدائية، وهل تستمر فعالية البرنامج الإرشادي المقترح - إن وجدت - في تنمية الكفاءة الذاتية لدى تلك الفئة إلى ما بعد انتهاء تطبيق البرنامج؟
ويتفرع من هذا السؤال الرئيسي التساؤلات الفرعية الآتية:

- هل توجد فروق بين متوسطى رتب درجات المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس الكفاءة الذاتية ؟
- هل توجد فروق بين متوسطات رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في التطبيق البعدي لمقياس الكفاءة الذاتية ؟
- هل توجد فروق بين متوسطى رتب درجات المجموعة التجريبية في التطبيقين البعدي والتتبعي لمقياس الكفاءة الذاتية ؟

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى:

- إعداد برنامج إرشادي قائم على الدعم النفسي الإيجابي لتنمية الكفاءة الذاتية لدى معلمي المرحلة الابتدائية.

- تحديد فعالية برنامج قائم على الدعم النفسي الإيجابي لتنمية الكفاءة الذاتية لدى معلمي المرحلة الابتدائية.
 - التحقق من استمرارية فعالية البرنامج في تنمية الكفاءة الذاتية لدى معلمي المرحلة الابتدائية بعد توقف تطبيق البرنامج.
- أهمية الدراسة:
- تكمن أهمية الدراسة الحالية في:
- الاهتمام بقطاع المعلمين حيث يمثلون قطاعا مهما في المجتمع، ومحاولة التدخل لتحسين الكفاءة الذاتية لديهم ينعكس في مصلحة العملية التعليمية والتربوية.
 - ندرة الدراسات التي جمعت بين متغيرات الدراسة وخاصة لدى المعلمين- في حدود علم الباحثة .
 - تكمن الأهمية التطبيقية في إعداد برنامج إرشادي يعتمد على تنمية الكفاءة الذاتية للمعلم من خلال:
 - زيادة قدرة المعلم على تحقيق الأهداف بطريقة أكثر إنتاجية وفي وقت أقل وبطريقة أكثر كفاءة ومرونة.
 - القدرة على مواجهة تحديات بيئته واتخاذ القرارات ووضع الأهداف مستقبلية ذات مستوى عالي.
 - تكوين علاقات فعالة والقدرة على اليقظة في المواقف الايجابية ومواجهة التحديات ويمتلك قدر كبير من التفاؤل والمرونة.
- المفاهيم الإجرائية في الدراسة:
- برنامج قائم على الدعم النفسي الإيجابي
- تعرف الباحثة إجرائياً بأنه: " تصميم مخطط ومنظم على أسس علمية وتربوية يقوم على مساعدة المعلم في دعم قوى ايجابية لديه متمثلة في دعم أفكار ومشاعر وسلوكيات ايجابية لديه وتوظيفها لتنمية الكفاءة الذاتية لديه وذلك بالاعتماد على فنيات وأساليب بعض نظريات الإرشاد النفسي "
- الكفاءة الذاتية للمعلم
- تعرفه الباحثة إجرائياً هي مجموعة من التوقعات التي يتبناها الفرد بخصوص ما لديه من إمكانات، ويتحدد في ضوءها محصلة أدائه السلوكي في مواقف مختلفة.

وتتكون أبعاد الكفاءة الذاتية:

- ١- **الكفاءة الشخصية:** إدراك المعلم لقدرته على تحقيق الهدف المنشود الذي يعكس مجموع مهاراته ومرونته في التعامل مع المواقف الصعبة واعتماده على ذاته والتمتع بالمثابرة والإصرار وطريقة نظرتة الإيجابية للأحداث لمواجهه المشكلات.
- ٢- **الكفاءة الاجتماعية:** إقامة علاقات ناجحة مع الآخرين والقدرة على التواصل الفعال وإحداث تغيير إيجابي في واقع البيئة التي يعيشها.
- ٣- **الكفاءة المهنية:** إدراك المعلم بأن لديه مستوى عال من المهارات والإمكانيات التي تمكنه من الأداء الجيد للأعمال والإلمام بالخبرات والتجارب المعاصرة في المجال نفسه والقدرة على إدارة الفرص الموقفية والقدرة على حل المشكلات والعمل بروح الفريق والشعور بالمسؤولية.
- ٤- **الكفاءة الانفعالية:** إدراك المعلم بأن لديه القدرة على التحكم في انفعالاته ومراعاة مشاعر الآخرين والشعور بالامتنان للنفس وللآخرين والتمتع بحياة وجدانية هادئة.

الاطار النظري

تواجه المدارس الكثير من التحديات؛ سعياً إلى إشباع الحاجات الطموحة للوصول إلى مستويات متقدمة من الإنجاز في ظل بيئة متغيرة لم يشهدها القطاع التعليمي من قبل (Murphy, 2002)، فالتطور السريع، وغير المستقر، وغير المنتظم، الداعي إلى ضرورة إحداث نقلة نوعية في العملية التعليمية، ظهر الدور البارز للمعلمين في قدرتهم الفاعلة على تهيئة المدارس وإعادة هيكلتها وتنظيمها بما يتناسب مع مجريات العصر المتسارعة (Retallick, 2002 & Fink)، بالتركيز على ما يمتلكه المعلمون من معرفة أكاديمية، ومهارات تعليمية عملية، واتجاهات واعتقادات عما يمتلكون من إمكانيات تؤهلهم ليكونوا معلمين فاعلين قادرين على تعليم الطلبة المهارات والعمليات التي تزودهم بالمعارف، وتؤهلهم للمشاركة في مجتمع العولمة (Chen, 2005). ولعل من أهم تلك الاعتقادات اعتقادات المعلمين بفاعليتهم الذاتية. فقد أشارت الدراسات إلى وجود علاقة وثيقة بين ما يمتلكه المعلمون من اعتقادات بفاعليتهم الذاتية وشعورهم بالمسؤولية نحو تعلم طلبتهم (Darling- Hammond, Chung, & Frelow, 2002)، وتحصيل أولئك الطلبة (Anthony & Mahna, Nolen, Ward, Horn, Campbell, 2007, Kritsonis, 2007)، وتنمية دافعيتهم للتعلم (Childers, 2007 & Fives, 2003)، وشعورهم بالثقة والانفتاح على كل جديد (Hoy, 2004 & Goddard, Woolfolk)

يمكن للمعلم أن يستخدم عدد من الإجراءات نحو تطوير كفاءة ذاتية إيجابية من خلال التفكير الإيجابي ومهارة التفكير التعزيزي (قطامي ٢٠٠٤ ، ١٠٢).

وأشار جبر محمد جبر (٢٠١٣ ، ٢٠) إلى أن تدعيم وتنمية بعض السمات الإيجابية في الشخصية لدى الأفراد كالتفاؤل، والأمل، يحول دون ظهور الأعراض المرضية وينمي لديهم الإبداع، ومرونة التفكير، والكفاءة الذاتية، ويجعل للحياة قيمة ومعنى، ويصل بسماتهم الإيجابية إلى أقصى حد لها.

وإرشاد الحالة النفسية بالدعم النفسي يؤدي إلى مساعدتها على تحقيق الازدهار والنجاح، وتمييز نقاط القوة وصلها والإسهام في خلق الشعور بالسعادة، وقدرة الفرد على التكيف ومواجهة الحياة بنجاح تعتمد على التوظيف المتكامل لقدراته العقلية والانفعالية (سهاد المللي ، ٢٠١٠ ، ١٣٨).

وأوضح ذلك كثير من الدراسات مثل دراسة (اسبينول ، ستودينجر ، ٢٠٠٦ ؛ Bradley ، ٢٠٠٩ ؛ زهير النواجيه ، ٢٠١٤ ؛ رشاد عبد العزيز ، ٢٠١٤) على فعالية المتغيرات الإيجابية في التخفيف من حدة المشاعر السلبية وتنمية اتجاهاتهم الإيجابية، ومن أمثلة هذه المتغيرات الإيجابية؛ الصلابة النفسية، والمساندة الاجتماعية، والكفاءة الذاتية، والأمل، والمرونة النفسية، والتفاؤل.

ويستقي المعلمون فاعليهم الذاتية من أربعة مصادر رئيسية:

أولا إنجازات الأداء: إذ تعد من أكثر مصادر الفاعلية الذاتية أهمية، وتشير إلى نجاحات المعلم المتكررة في إنجاز المعلومات التي قد كلف بها مسبقاً، مما يوحد لديه شعوراً إيجابياً حول قدرته على إتمام المهمات المشابهة بنجاح؛ فالنجاح يزيد الفاعلية الذاتية بما يتناسب مع صعوبة العمل (Bandura, 1997). أما الإخفاق فيؤدي في أغلب الأحيان إلى تراجع ملحوظ وواضح في مستوى الفاعلية الذاتية (St-George, 2000 & Sewell).

ثانياً الخبرات البديلة: ويشير إلى مقدرة المعلم على تعلم سلوك جديد من خلال ملاحظته لسلوك النماذج الاجتماعية التي يتعايش معها (Little, 2004 & Giallo)؛ فملاحظة المعلم لإنجازات أقرانه والتعلم منهم، وتقليدهم يعزز لديه الفاعلية الذاتية، ويزيد من إمكاناته العملية (Hoy, 2004).

ثالثا الإقناع اللفظي: هو الرسائل اللفظية التي يتلقاها المعلمون فيما يتعلق بمقدراتهم، فالمعلمون الذين يتم إقناعهم بأنهم يمتلكون الطاقة الكامنة للنجاح يبذلون قصارى جهدهم للوصول إلى أهدافهم.

رابعا الاستثارة الانفعالية ويعمل على رفع الفاعلية الذاتية، إذ يساعد هذا الشعور على إنجاز المهمات البسيطة بنجاح، وإتمام المهمات المعقدة (Bandura, 2001, ٢٠٠١).

وبشكل عام فإن كل مصدر من مصادر الفاعلية الذاتية يساهم في بناء فاعلية المعلم بطريقة مميزة وفريدة؛ فالمعلم لا يبني فاعليته الذاتية من مصدر واحد فقط، إذ أن الطبيعة التكاملية لمصادر الفاعلية الذاتية تعمل على تحديد مستوى الفاعلية الذاتية الحقيقي (Nicholson, 2003). الكفاءة الذاتية تساعد الفرد على اختيار المهام المناسبة لقدراته، وزيادة الجهد والمثابرة في العمل والقدرة على تحديد الأهداف وتحقيقها، والتغلب على المشاكل المختلفة والضغوط المحيطة، واتخاذ القرارات السديدة، كما أنها تساعد على استغلال الفرص المتاحة وتهيئة فرص جديدة وبالتالي يمكن القول أن الكفاءة الذاتية هي جوهر القوى الإنسانية (حجاج غانم، ٢٠٠٥، ٨١)، وتتحسن تبعاً لذلك صور الأداء الفردي والجماعي، جراء تنشيط الدافعية وحفز الهمة والشعور بالأمن والرضا الوظيفي (إبراهيم عيسى، ٢٠٠٦، ٦٥).

حيث يركز الدعم النفسي يركز على تطوير خصال الأفراد الايجابية (محمد السعيد عبد الجواد أبو حلاوة، ٢٠١٤، ١٠)، كما يذكر محمد أبو حلاوة وعاطف الشرييني (٢٠١٦، ٢٧٥) فعلى ألا نركز فقط على مواطن الضعف لدى الفرد، بل يتعين استخدام وتوظيف مكامن القوة لحياة أفضل.

وقد أوصت دراسة (أمل السيد عبد المنعم، ٢٠١٧) إلى ضرورة تزويد الأفراد بالبرامج اللازمة لتنمية الكفاءة الذاتية وذلك من أجل تحقيق النجاح واكتشاف الذات وتفعيل الطاقات والتفاؤل والإصرار والمرونة النفسية ومهارات الاتصال الفعال ومواجهة الصعاب والتحديات والإنجاز.

وتمكن الفرد من إقامة علاقات وثيقة، إن تنمية المهارات الاجتماعية ضرورة للشروع في إقامة علاقات شخصية ناجحة ومستمرة (Adkins, 2008, ١٠٠).

حدد عبد الستار إبراهيم (٢٠١١، ٣٨٤) مكونات للدعم النفسي الإيجابي كما يلي:

- المكون المعرفي أو التفكير الإيجابي.
- المكونات الوجدانية – الانفعالية الدافعة للسلوك الإيجابي والنشاط.
- المكون السلوكي أي ذلك الذي يتعلق بممارسة الإيجابية في الحياة العامة.

وقد اعتمدت الباحثة على تلك المكونات وهي (الدعم المعرفي الإيجابي - دعم المشاعر الإيجابية - دعم السلوك الإيجابي) لتكون بمثابة محاور رئيسية للبرنامج الحالي، وذلك لتنمية كل بعد من أبعاد الكفاءة الذاتية (الكفاءة الشخصية-الكفاءة الاجتماعية-الكفاءة المهنية-الكفاءة الانفعالية) لدى معلمى المرحلة الابتدائية. دراسات سابقة:

هدفت دراسة سميرة عبد السلام (٢٠٠٨) إلى خفض قلق المستقبل باستخدام فنيات العلاج العقلاني الانفعالي، وعملت الدراسة أيضاً على تنمية الكفاءة الذاتية لدى أفراد العينة، وتكونت عينة الدراسة من (٢٠) من الذكور والإناث والذين تراوح أعمارهم من (١٦ - ١٨) عام من المراهقين المعاقين بصرياً، وكشفت نتائج الدراسة عن فعالية فنيات العلاج العقلاني الانفعالي فى تنمية الكفاءة الذاتية لدى افراد الدراسة.

وهدف دراسة مكابي- فيتش (Fitch,2009 -MCcabe) إلى فحص التدخل القائم على علم النفس الإيجابي على تعزيز الرضا عن الحياة لدى طلبة المدارس المتوسطة بنيويورك، وتكونت عينة الدراسة من (٥٠) طالبا وطالبة من طلاب المدارس المتوسطة وتم تقسيم الطلاب عشوائياً إلى مجموعتين، وأظهرت النتائج أن التدخل القائم على علم النفس الإيجابي ذات فعالية في تعزيز الرضا عن الحياة لدى أطفال المدارس المتوسطة.

توصل (محمد البدوي، ٢٠٠٩، ١٠٢:١١٣) إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في أبعاد فعالية الذات والمجموع الكلي لصالح المجموعة التجريبية، وأكد على فعالية البرنامج المستخدم وتحسين مهارات حل المشكلات عن طريق تنمية الفاعلية الذاتية، وأشار بوجود علاقة ارتباطية بين الفاعلية الذاتية وحل المشكلات.

كما قام إبراهيم إبراهيم (٢٠٠٥) بدراسة هدفت تعرف العلاقة بين الفاعلية الذاتية والفاعلية المهنية والضغط النفسية المرتبطة بمهنة التعليم والمعتقدات التربوية لمعلمي المرحلة الابتدائية والمتوسطة والثانوية وطلبة في كليات إعداد المعلمين في السعودية تكونت عينة الدراسة من (٢٠٠) معلم بواقع (٥٠) معلم من كل فئة من الفئات الأربع وقد أشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائية بين الفاعلية المهنية للمعلمين وكل من الفاعلية الذاتية العامة والمعتقدات التربوية. كما أشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية عكسية ذات دلالة إحصائية بين الفاعلية المهنية للمعلمين والضغط النفسية.

هدفت دراسة حجاج غانم أحمد (٢٠٠٤) إلى معرفة أثر الكفاءة الذاتية لدى معلم التربية الخاصة على التوافق الاجتماعي لدى التلاميذ، شملت عينة الدراسة (٧٠) من معلمي التربية الخاصة بمحافظة قنا، وتمثلت أهم نتائج الدراسة في وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الكفاءة الذاتية لمعلمي التربية الخاصة والتوافق الاجتماعي لدى تلاميذهم، توجد علاقة ارتباطية طردية ذات دلالة إحصائية بين الكفاءة الذاتية لمعلمي التربية الخاصة وسنوات الخبرة، وتمثلت أهم نتائجها في انخفاض الكفاءة الذاتية للمعلم.

تعقيب على الدراسات السابقة: يتضح من خلال عرض الدراسات السابقة:

- اتفاق العديد من الدراسات علي أهمية تقديم البرامج التدريبية والإرشادية وبرامج الأنشطة والبرامج التربوية لتحسين الكفاءة الذاتية مع المعلم ، حيث تساعد هذه البرامج على تلبية احتياجات المعلمون واهتماماتهم وتهيئتهم لمزيد من التفاعل والتواصل في المجتمع لتحقيق لهم الكفاءة المنشودة وتحقيق الاهداف والمرونة والنفسية وقدر كبير من التفاؤل بالتالي تنمية الكفاءة الانفعالية والمهنية والشخصية والاجتماعية.
- تعدد المداخل المستخدمة لتنمية الكفاءة والمهارات الاجتماعية لدى المعلم، ورغم اختلاف الدراسات حول نوع المدخل المستخدم؛ إلا أنها اتفقت في إمكانية تنمية الكفاءة لدى المعلم لذا حاولت الباحثة تنمية الكفاءة الذاتية لديهم.
- الدعم النفسى الايجابى من مداخل علم النفسى الايجابى هو المساعدة والتركيز على اظهار وتنمية جوانب القوة فى الشخصية للوصول للاعتقاد الايجابى عن الذات.
فروض الدراسة:
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس الكفاءة الذاتية (الأبعاد والدرجة الكلية) لصالح القياس البعدي.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي لمقياس الكفاءة الذاتية (الأبعاد والدرجة الكلية)، وذلك لصالح المجموعة التجريبية.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتنبعي على مقياس الكفاءة الذاتية (الأبعاد والدرجة الكلية).
إجراءات الدراسة

العينة: تكونت عينة الدراسة من (٣٠) معلم ومعلمة بمدرسة بدوى بمدينة المنصورة محافظة الدقهلية، ممن حصلوا على درجات منخفضة على مقياس الكفاءة الذاتية للمعلم، وقسمت إلى مجموعتين متكافئتين (تجريبية وضابطة) تكونت كلاً منهما من (١٥) معلم ومعلمة.

أدوات الدراسة: استخدمت الباحثة الأدوات التالية :

• **مقياس الكفاءة الذاتية للمعلم (إعداد/الباحثة)**

يتكون مقياس الكفاءة الذاتية للمعلم من (٤٥) مفردة موزعة على (٤) أبعاد، هي (الكفاءة الشخصية، الكفاءة الاجتماعية، الكفاءة المهنية، الكفاءة الإنفعالية)، وأمام كل مفردة (٣) بدائل؛ هي (غالبًا ، وأحيانًا ، وأبداً) ، يختار المفحوص بديلاً واحداً فقط من بينهم.

وتحقت الباحثة من **صدق المقياس** عن طريق **الصدق الظاهري**؛ حيث عرضت المقياس على (١٤) محكما بجامعة المنصورة والزقازيق من كليتي الآداب والتربية، وتم استبعاد العبارات التي تقل نسبة اتفاقها عن ٨٤% وتم الإبقاء على العبارات المتفق عليها مسبة اتفاقها ٩٣%، وكذلك عن طريق **صدق المحك** مقياس الكفاءة الذاتية (هويدة حنفي محمود، ٢٠١٣)، وكان معامل الارتباط بينهما (٠,٥٥) وهو معامل دال احصائيا عند مستوى (٠,٠١) مما يدل علي أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الصدق. ويدل على وجود علاقة جيدة ومهمة بين مقياس الكفاءة الذاتية لدى معلمي المرحلة الابتدائية (إعداد/ الباحثة) ومقياس الكفاءة الذاتية (المحك)، وهذا يدل على قدرة درجات مقياس الكفاءة الذاتية (إعداد/ الباحثة) في التنبؤ بالأداء الحالي على محك آخر تستخدم فيه السمة موضع الاهتمام.

وقامت الباحثة بحساب **الاتساق الداخلي** للمقياس واتضح أن جميع قيم معاملات الارتباط موجبة ودالة عند مستوى دلالة (٠,٠١) ، مما يدل على وجود علاقة قوية بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، وهذا يدل على الاتساق الداخلي لمفردات المقياس.

وقامت الباحثة بحساب **الثبات بطريقة إعادة التطبيق** "ألفا كرونباخ" ويتضح أن قيم الثبات للأبعاد هي (٠,٧١٤) و(٠,٧٥١) و(٠,٨٤٢) و(٠,٧٤٩) كما بلغت قيمة ثبات المقياس ككل (٠,٨١٤)، وهي قيم ثبات عالية ومقبولة إحصائيا.

وقامت الباحثة بطريقة **إعادة التطبيق**، على عينة تكونت من (٧٤) معلماً من معلمي المرحلة الابتدائية ، وكان الفاصل الزمني بين التطبيقين (١٥) يوماً، والذي أسفر أن قيم معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني للمقياس موجبة ودالة عند مستوى دلالة (٠,٠١)، قيم معاملات الارتباط هي (٠,٩٨١) و(٠,٩٨٩) و(٠,٩٩٧) و(٠,٩٩٨) كما بلغ قيمة ثبات المقياس ككل (٠,٩٩٢)

وجميعها دالة عند مستوى (٠,٠١) مما يدل على تمتع المقياس بدرجة عالية من الثبات. يدل على وجود علاقة قوية وشبه تامة بينهما ويشير إلى ثبات المقياس.

يتبين مما سبق بناء على نتائج الصدق والثبات أن مقياس الكفاءة الذاتية لدى معلمي المرحلة الابتدائية بأبعاده والمقياس ككل يتمتع بدرجة من الصدق والثبات مناسبة تسمح للباحثة باستخدامه في الدراسة الحالية وهو مكون من (٥٥) مفردة، مقسمه على أربعة أبعاد البعد الأول (١٢ مفردة) والبعد الثاني (١٥ مفردة) والبعد الثالث (١٦ مفردة) والبعد الرابع (١٢ مفردة).

ب- برنامج ارشادي قائم على الدعم النفسى الإيجابى في تنمية الكفاءة الذاتية للمعلم (إعداد الباحثة): قامت الباحثة ببنائه بهدف تنمية الكفاءة الذاتية لدى المعلم بأبعاده (الشخصى، الاجتماعى، المهني، الإفعالي).

خطوات البرنامج: تضمن البرنامج الحالي ثلاثة خطوات رئيسية:

• **مرحلة الإعداد:** وتشمل: مراجعة الإطار النظري والدراسات السابقة، الاطلاع على مجموعة من البرامج.

• **مرحلة التنفيذ:**

إجراءات البرنامج ومحتواه: يتكون البرنامج من (٥٣) جلسة، بواقع (٤) جلسات اسبوعياً ، ويتراوح العمر الزمني للجلسات من ٣٠-٤٥ دقيقة، تطبق على أفراد المجموعة التجريبية (متدنى الكفاءة الذاتية).

ويشمل البرنامج ثلاث مراحل، تتمثل في:

• **المرحلة الأولى (المرحلة التمهيديّة):** وتشمل الجلسة الأولى والثانية تهدف إلى التعارف بين الباحثة والمعلمين وتوضيح أهداف البرنامج.

• **المرحلة الثانية (مرحلة التدريب):** وهي المرحلة الأساسية في البرنامج، وتحتوي على عدد (٥٠) جلسة، وقد راعت الباحثة في إعداد كل الجلسات الإجرائية ان تكون كل جلسة مكتملة للجلسة السابقة ، وممهدة للجلسة التالية لها.

• **المرحلة الثالثة (المرحلة الختامية):** وتحتوي على عدد (جلسة واحدة)، ويتم فيها التعرف علي أوجه استقاداتهن من البرنامج، ثم تشكرهم الباحثة على التعاون معها أثناء البرنامج، على أمل اللقاء لإجراء القياس التتبعي لمعرفة مدى فعالية البرنامج.

الأدوات المستخدمة في البرنامج: جهاز كمبيوتر، جدول، كروت، بروجيكتور، داتا شو،.. غيرها.

الأنشطة والفنيات المستخدمة في تنفيذ البرنامج

الفنيات المستخدمة: تشمل: النمذجة - لعب الدور - التعزيز - التغذية المرتدة - الدور العكسي - الحوار والمناقشة - التنفيس الإنفعالي - العصف الذهني - الاسترخاء .

الأسلوب الإرشادي المستخدم فى البرنامج: الارشاد الانتقائى التكاملى (الارشاد المعرفى السلوكى، الارشاد العقلانى السلوكى، الارشاد الجماعى).

جلسات البرنامج والجدول الزمني: يتكون البرنامج من (٥٣) جلسة، بواقع (٤) جلسات اسبوعياً ، وتم تطبيق البرنامج خلال الفصل الدراسي الثانى من العام الدراسي ٢٠١٨ - ٢٠١٩ .

- **مرحلة الإنهاء والتقييم وتشمل:**
- التقييم المرحلي (التكويني): استخدم أثناء تطبيق جلسات البرنامج، من خلال:
- طرح سؤال على المعلمين عن مدى الإستفادة من البرنامج المستخدم ورأيكم فيه (فى نهاية كل جلسة).
- بالإضافة إلي التكاليف المنزلية مع نهاية كل جلسة ، بحيث تطلب الباحثة من المعلمين تنفيذ مهمة ما فى المنزل فى محاولة لتمهيد للجلسة التالية .

ب. التقييم النهائى: يتمثل فى التطبيق البعدي .

ج. تقييم المتابعة: يتمثل فى التطبيق التتبعي .

نتائج الدراسة:

نتائج الفرض الأول:

ينص الفرض الأول على أنه "توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية و متوسطات رتب درجات المجموعة الضابطة فى القياس البعدي (بعد تطبيق البرنامج) على مقياس الكفاءة الذاتية (الأبعاد - الدرجة الكلية) لصالح المجموعة التجريبية".

للتحقق من هذا الفرض قامت الباحثة بحساب المتوسطات والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد المجموعتين (التجريبية والضابطة) بعد تطبيق البرنامج على مقياس الكفاءة الذاتية ، كما هو موضح بجدول (١) واستخدمت الباحثة اختبار مان ويتي اللابارامترى لحساب دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة فى القياس البعدي على مقياس الكفاءة الذاتية (الأبعاد والدرجة الكلية) كمجموعتين مستقلتين .

جدول (١)

قيم (Z) لدلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية والضابطة بعد تطبيق البرنامج على مقياس الكفاءة الذاتية

أبعاد المقياس اللغوي	المجموعة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة
البعد الذاتي	التجريبية	15	23.00	345.00	4.686	0.01
	الضابطة	15	8.00	120.00		
البعد الاجتماعي	التجريبية	15	23.00	345.00	4.686	0.01
	الضابطة	15	8.00	120.00		
البعد المهني	التجريبية	15	23.00	345.00	4.684	0.01
	الضابطة	15	8.00	120.00		
البعد الإنفعالي	التجريبية	15	22.83	342.50	4.589	0.01
	الضابطة	15	8.17	122.50		
الدرجة الكلية	التجريبية	15	23.00	345.00	4.669	0.01
	الضابطة	15	8.00	120.00		

يتضح من جدول (1) تحقق الفرض الأول حيث يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,01) بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياس الكفاءة الذاتية (الأبعاد والدرجة الكلية) لصالح المجموعة التجريبية، وكانت قيم (Z) أكبر من القيمة الجدولية، ومتوسطات درجات المجموعة التجريبية أعلى من متوسطات درجات المجموعة الضابطة في القياس البعدي، وذلك يشير إلى ارتفاع مستوى الكفاءة الذاتية لدى أفراد المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة، مما يشير إلى تحقق الفرض الأول، وهذا يدل على فعالية البرنامج المستخدم في الدراسة الحالية وتأثيره على تنمية الكفاءة الذاتية لدى أفراد المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة.

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء وجود تأثير للبرنامج الحالي في تنمية الكفاءة الذاتية لدى أفراد المجموعة التجريبية مقارنة بأفراد المجموعة الضابطة التي لم تتعرض لأي نوع من التدخل، وبالطبع ظلت الكفاءة الذاتية منخفضة لديهم، وتفسر الباحثة ان هذا التأثير يرجع للتجانس بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس القبلي على مقياس الكفاءة الذاتية، وكانت الفروق بين متوسطات رتب درجات المجموعتين غير دالة جدول (1)، إلا أن بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج وتطبيق مقياس الكفاءة الذاتية على المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة أصبحت الفروق بين متوسطات درجات المجموعتين دالة عند مستوى (0,01)، حيث كانت معظم درجات أفراد المجموعة التجريبية مرتفعة مقارنة بدرجات أفراد المجموعة الضابطة التي كانت منخفضة، وهذا يدل على نجاح فعالية البرنامج وتأثيره على تنمية الكفاءة الذاتية لدى أفراد المجموعة التجريبية.

وتبين النتائج وجود فروق بين متوسطات رتب المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة بعد تطبيق البرنامج على مقياس الكفاءة الذاتية ، وهذا يوضح أن أفراد المجموعة التجريبية أظهروا تحسنا واضحا بعد إجراء البرنامج الحالي حيث تحسن لديهم الكفاءة الذاتية موضوع الدراسة بدرجة ملحوظة.

وتفسر الباحثة هذه النتيجة بتعرض المجموعة التجريبية - دون المجموعة الضابطة - لجلسات برنامج قائم الدعم النفسى الإيجابى لتنمية الكفاءة الذاتية ، حيث أثبتت فعاليته بمبادئه وأسس وفنياته والأنشطة والتدريبات المتعددة والمختلفة وأساليب التعزيز والتقييم المختلفة، ويعود السبب في ذلك أيضا إلى ما تم توظيفه من استراتيجيات وأساليب أثناء تنفيذ البرنامج وتنمية التفاوض والتفكير الإيجابى والمرونة النفسية ساعد بشكل واضح فى تنمية الكفاءة الذاتية لدى المعلم وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسات كل من (نهى محمد عبد المحسن، ٢٠١٤؛ محمد حسين على محمد، ٢٠١٥؛ حجاج غانم أحمد، ٢٠٠٤؛ مولهولاند ودورمان وأودقرز (Mulholland, Dorman & Odgers, 2004)

ويتضح مما سبق أن البرنامج الحالي حقق فعاليته وأثر فى تنمية الكفاءة الذاتية لدى أفراد المجموعة التجريبية مقارنة بأفراد المجموعة الضابطة التي لم تتعرض لأي نوع من المعالجة التجريبية، فقد نجح البرنامج بأسسه وفنياته فى تنمية الكفاءة الذاتية لمعلمي المرحلة الابتدائية كفنيات الارشاد المعرفى السلوكى والارشاد العقلانى الانفعالى كالنمذجة ولعب الدور والدور العكسى والقراءة والتكليفات المنزلية والعصف الذهنى والقصة الرمزية مما اضفى على البرنامج نتائج الفرض الثانى:

ينص الفرض الثانى على أنه "توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية مقياس الكفاءة الذاتية (الأبعاد - الدرجة الكلية) لمعلمي المرحلة الابتدائية قبل وبعد تطبيق البرنامج لصالح التطبيق البعدي".

للتحقق من هذا الفرض قامت الباحثة بحساب المتوسطات والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد المجموعة التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنامج على مقياس الكفاءة الذاتية ، واستخدمت الباحثة اختبار ويلكوكسون اللابارامترى لإشارات الرتب لحساب دلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية فى القياسين القبلي والبعدي على المقياس اللغوي (الأبعاد والدرجة الكلية) كمجموعتين مرتبطتين. بالإضافة إلى حساب حجم التأثير Size Effect ، لاختبار ويلكوكسون (باستخدام المعادلة التالية $z/n\sqrt{r}$. ويتضح ذلك من خلال جدول رقم (٢)

جدول

(2) قيم (Z) لدلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية قبل وبعد تطبيق

البرنامج على مقياس الكفاءة الذاتية

أبعاد المقياس اللغوي	الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة	حجم التأثير
البعد الذاتي	السالبة	0	.00	.00	3,419	.01	.87
	الموجبة	15	8,00	120,00			
	التساوي	0					
البعد الاجتماعي	السالبة	0	.00	.00	3,297	.01	.76
	الموجبة	14	7,50	105,00			
	التساوي	1					
البعد المهني	السالبة	0	.00	.00	3,414	.01	.89
	الموجبة	15	8,00	120,00			
	التساوي	0					
البعد الإنفعالي	السالبة	1	1,00	1,00	3,359	.01	.82
	الموجبة	14	8,50	119,00			
	التساوي	0					
الدرجة الكلية	السالبة	0	.00	.00	3,409	.01	.90
	الموجبة	15	8,00	120,00			
	التساوي	0					

يتضح من جدول (2) تحقق الفرض الثاني حيث يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,01) بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس الكفاءة الذاتية لصالح القياس البعدي لمعلمي المرحلة الابتدائية، وأن هذه الفروق في القياس البعدي مرتفعة مقارنة بالقياس القبلي أي أنها تتجه نحو القياس البعدي، وكانت قيم (Z) أكبر من القيمة الجدولية، ومتوسطات درجات المجموعة التجريبية في القياس البعدي أعلى من متوسطات درجاتهم في القياس القبلي، وذلك يشير إلى ارتفاع مستوى الكفاءة الذاتية لدى المجموعة التجريبية في القياس البعدي بعد تعرضهم لجلسات البرنامج مقارنة بالقياس القبلي، مما يشير إلى

تحقق الفرض الثاني، وهذا يدل على فعالية البرنامج المستخدم في الدراسة الحالية ونجاحه في تنمية الكفاءة الذاتية لدى أفراد المجموعة التجريبية من معلمي المرحلة الابتدائية .

كما يتضح أن حجم تأثير Effect Size البرنامج في تنمية الكفاءة الذاتية يتراوح ما بين (٠,٧٦ - ٠,٨٩)، وبلغ حجم الأثر الكلي (٠,٩٠) مما يشير إلى أن (٩٠%) من التباين في الكفاءة الذاتية يرجع إلى البرنامج الحالي، وأن النسبة المتبقية ترجع إلى عوامل أخرى، وهذا يدل على حجم كبير الأثر للبرنامج الحالي على الكفاءة الذاتية لدى أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي مقارنة بالقياس القبلي.

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء فعالية البرنامج الحالي على تنمية الكفاءة الذاتية لدى أفراد المجموعة التجريبية، حيث كانت معظم درجات أفراد المجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج منخفضة وبعد تطبيق البرنامج ارتفعت بصورة دالة، وقد يعود السبب في ذلك إلى انتظام معلمي المجموعة التجريبية في جلسات البرنامج وإلى قيام الباحثة بتوظيف الاستراتيجيات والأساليب المتنوعة أثناء تنفيذ جلسات البرنامج كالنمذجة والتغذية الراجعة والأنشطة الفردية والجماعية وغيرها، ما يقدمه البرنامج الحالي من المساعدة في الاعتقاد الإيجابي عن الذات، التفاوض والمرونة النفسية، تكوين صداقات مع الآخرين، وتحسين مهاراتهم الاجتماعية، وتعزيز ثقتهم بأنفسهم، وتحملهم للمسؤولية، وقدرتهم على اتخاذ القرار ومواجهه الصعاب واتخاذ القرارات.

وقد أشارت دراسة إبراهيم إبراهيم (٢٠٠٥) إلى أن المعلم بحاجة لإكتساب بعض المهارات الشخصية والمهنية والانفعالية التي تساهم في تنمية الكفاءة الذاتية للمعلم وزيادة تقدير ذاتهم ، وتحملهم للمسؤولية .

حيث قدمت الباحثة للمعلمين في بداية جلسات البرنامج عرض لمراحل البرنامج واتفقت معهم على قواعد وتعليمات التي سوف تسيّر عليها جلسات البرنامج، استخدمت عدة أسس نفسية وتربوية عند إعداد البرنامج وإدارة الجلسات وتطبيق الأنشطة والتدريبات، راعت الباحثة حاجات المعلمين وخصائصهم النفسية والاجتماعية من خلال استخدام الأدوات الرياضية والقصص المصورة في التدريبات والأنشطة، وكانت تحثهم على المشاركة والتفاعل أثناء الجلسات.

وتتفق هذه النتائج مع نتائج الدراسات السابقة في فعالية البرامج الإرشادية والعلاجية في تنمية الكفاءة الذاتية للمعلم، وإن اختلف في نوع المدخل العلاجي ، ولكنها أثبتت فعاليتها ونجاحها كما في دراسات سابقة.

وهذا يتفق مع نتائج التي توصل إليها دراسة سيهارصلاح مخيمر (٢٠١٤)، سميرة عبد السلام (٢٠٠٨)، منير عودة شبير (٢٠١٤)، ويتفق ذلك مع الدراسة التي أجرتها سيهارصلاح مخيمر (٢٠١٤) تنصب الاتجاهات الحديثة في التربية على أهمية المعلم وتؤكد أن تنمية المعلم هي الأساس للنهوض بالعملية التعليمية ككل. لذا تم إعداد اختبار لقياس مهارات الإرشاد النفسي المدرسي كالتعزيز، والنمذجة، إدارة الذات، القيادة، والتواصل، الذي هدف لمعرفة آراء المعلمين في بعض القضايا التربوية، والأداءات التعليمية. تم تطبيق المقياس بالمقارنة على عينة انقسمت بين أفراد ذوي الدرجات المرتفعة، وأفراد ذوي الدرجات المنخفضة. وتم التوصل إلى وجود فروق دالة لصالح المجموعة ذوي الدرجات المرتفعة بعد استخدام التعزيز والنمذجة والتواصل على مقياس مهارات الإرشاد النفسي المدرسي، ودراسة سميرة عبد السلام (٢٠٠٨) هدفت إلى خفض قلق المستقبل باستخدام فنيات العلاج العقلاني الانفعالي، وعملت الدراسة أيضاً على تنمية الكفاءة الذاتية لدى أفراد العينة، وكشفت نتائج الدراسة عن فعالية العلاج العقلاني الانفعالي في تنمية الكفاءة الذاتية.

وأخيراً تعكس نتيجة هذا الفرض حدوث التقدم الملحوظ في مستوى أفراد المجموعة التجريبية في الكفاءة الذاتية بعد تطبيق البرنامج، حيث تحسنت مستوى الكفاءة الذاتية لدى المعلمين أثر ذلك على قدرتهم على تكوين علاقات اجتماعية والتعاون، وبذلك يمكن القول أن البرنامج الحالي أدى إلى ارتفاع مستوى الكفاءة الذاتية وأثر بالإيجاب على المعلمين من الناحية المهنية والشخصية والانفعالية والاجتماعية.

نتائج الفرض الثالث:

ينص الفرض الثالث على أنه "لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس الكفاءة الذاتية (الأبعاد - الدرجة الكلية)".

للتحقق من هذا الفرض قامت الباحثة بحساب المتوسطات والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي والتتبعي على مقياس الكفاءة الذاتية، واستخدمت اختبار ويلكوكسون اللابارامتري لإشارات الرتب لحساب دلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات

المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على المقياس اللغوي (الأبعاد والدرجة الكلية) كمجموعتين مرتبطتين، ويوضح ذلك جدول (٣):

جدول (٣)

قيم (Z) لدلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي

والتتبعي على مقياس الكفاءة الذاتية

أبعاد المقياس اللغوي	الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة
البعد الشخصي	السالية	١	٢,٠٠	٢,٠٠	٠,٥٧٧	غير دالة
	الموجبة	٢	٢,٠٠	٤,٠٠		
	التساوي	١٢				
البعد الاجتماعي	السالية	١	٢,٠٠	٢,٠٠	٠,٥٧٧	غير دالة
	الموجبة	٢	٢,٠٠	٤,٠٠		
	التساوي	١٢				
البعد المهني	السالية	١	٣,٠٠	٣,٠٠	٠,٧٥٦	غير دالة
	الموجبة	٣	٢,٣٣	٧,٠٠		
	التساوي	١١				
البعد الإنفعالي	السالية	٢	٢,٠٠	٤,٠٠	٠,٣٧٨	غير دالة
	الموجبة	٢	٣,٠٠	٦,٠٠		
	التساوي	١١				
الدرجة الكلية	السالية	٢	٤,٥٠	٩,٠٠	٠,٨٦٢	غير دالة
	الموجبة	٥	٣,٨٠	١٩,٠٠		
	التساوي	٨				

يتضح من جدول (٣) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس الكفاءة الذاتية (الأبعاد والدرجة الكلية) وكانت قيم (Z) أقل من القيمة الجدولية، وبالتالي الفروق بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين (البعدي والتتبعي) غير دالة إحصائياً، مما يشير إلى تحقق الفرض الثالث، وهذا يدل على استمرار فعالية البرنامج في تنمية الكفاءة الذاتية لدى أفراد المجموعة التجريبية من معلمي المرحلة الابتدائية.

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء فعالية البرنامج الحالي حيث قامت الباحثة بتطبيق مقياس الكفاءة الذاتية بعد تطبيق البرنامج على أفراد المجموعة التجريبية (القياس البعدي)، وإعادة تطبيقه مرة أخرى على نفس المجموعة (القياس التتبعي) بعد مدة مطابقة لمدة تطبيق البرنامج من تطبيق القياس البعدي، وتوصلت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب

درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس الكفاءة الذاتية (الأبعاد والدرجة الكلية)، وبالتالي استمرار فعالية البرنامج الحالي في تنمية الكفاءة الذاتية لدى أفراد المجموعة التجريبية بعد فترة من تطبيق جلساته.

وقد أشارت نتيجة الفرض الثالث إلى نجاح القياس التتبعي بعد ثلاثة شهور من انتهاء البرنامج، وكان الهدف من التتبع هو التحقق من مدى استمرار أثر التدريب الذي تلقاه معلمي المجموعة التجريبية، ويوضح ذلك مدى الاستفادة من فنيات وإجراءات البرنامج، و الأثر الإيجابي والفعال له ويرجع ذلك إلى أن الخبرات التي تعلمها المعلمين كانت مرتبطة بالبيئة المحيطة بهم.

وتفسر الباحثة استمرار فعالية البرنامج الحالي في تنمية الكفاءة الذاتية، إلى أن أنشطة البرنامج كان لها دور فعال في استمرارية إكسابهم بعد تحسنها ومن خلال نجاحه في اعتقاده الايجابي عن نفسه، إقامة علاقات اجتماعية ناجحة مع الآخرين، والتعاون وتقديم المساعدة للغير، وتعزيز ثقتهم بأنفسهم واتخاذ القرار بشكل صائب، وكيفية مواجهة المشكلات والعمل علي حلها، والتمتع بالمرونة والتفاوض، ومساعدتهم علي التحكم والسيطرة علي الانفعالات المختلفة، والتصرف بواقعية وحكمة في المواقف التي قد يتعرض لها في الحياة.

يرجع ذلك تنوع الأنشطة والتدريبات والفنيات التي قدمتها الباحثة لأفراد المجموعة التجريبية، وأيضاً المراجعة المستمرة على المهارات التي تم التدريب عليها، واستخدام أساليب التعزيز المتنوعة، بالإضافة إلى احتياج أفراد العينة لهذه المهارات للتفاعل مع الآخرين والمشاركة في المجتمع.

كما حرصت الباحثة على استخدام الدعم النفسي في كل جلسات البرنامج مما كان له أثر فاعل في اكساب معلمي المرحلة الابتدائية لهذه المهارات، حيث تؤكد النظرية السلوكية أن سلوك الأشخاص يميل إلى أن يكون إيجابياً أو سلبياً حيث نوع التدعيم الذي يلقاه فإذا كوفئ على السلوك فسوف يكرره وإذا تم تجاهله فمن المرجح أن يقل تكراره.

توصيات البحث:

في ضوء نتائج البحث يمكن تقديم مجموعة من التوصيات الآتية:

- نظراً لما أثبتته الدراسة الحالية من فعالية البرنامج الإرشادي المقترح القائم على الدعم النفسي الإيجابي في تنمية الكفاءة الذاتية، توصى الباحثة بتدريب المعلمين والأخصائيين على تعلم فنيات وأساليب الدعم النفسي الإيجابي التي تعمل على تنمية الجوانب الإيجابية لديهم ولدى طلابهم ومن ثم تنمية الكفاءة الذاتية لديهم.

- ضرورة وضع المناهج والبرامج التعليمية لفئة المعلمين بحيث تنمى لديهم الجوانب الإيجابية من أجل تحسين الكفاءة الذاتية لديه،
 - ضرورة تكامل جوانب الارشاد والتوجيه ، فلا يقتصر التوجيه على خفض الجوانب السلبية فقط وإنما يمتد ليشمل الاهتمام بجوانب القوة وتدعيمها.
 - تعميم هذا البرنامج على جميع المعلمين الذين يعانون من قصور أو إنخفاض في كفاءاتهم الذاتية.
 - ضرورة اهتمام الإدارات التعليمية بتنمية الكفاءة الذاتية لدى المعلم.
- بحوث مقترحة:
- بناءً على ما أسفر عنه البحث الحالي من نتائج تقترح الباحثة اجراء البحوث التالية:
- فعالية برنامج إرشادي لتنمية المرونة لدى المعلم وأثره في تنمية الكفاءة الذاتية لديه.
 - فعالية برنامج قائم على الدعم النفسي الإيجابي لرفع مستوى جودة الحياة لدى معلمى المرحلة الابتدائية.
 - فعالية برنامج تدريبي قائم علي المساندة الاجتماعية لخفض الكفاءة الذاتية لدى معلمى المرحلة الابتدائية.
 - فعالية برنامج تدريبي لخفض الضغوط النفسية لدى معلمى المرحلة الابتدائية واثره علي الكفاءة الذاتية لديهم.

قائمة المراجع

- إبراهيم محمد عيسى (٢٠٠٦). قياس أبعاد مفهوم الذات وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى الصفوف التاسع والعاشر والحادي عشر في الأردن، مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس، مج٤، ع٢، دمشق، ٥٥-٦١.
- إبراهيم، إبراهيم (٢٠٠٥). الكفاءة الذاتية وعلاقتها بالكفاءة المهنية والمعتقدات التربوية والضغوط النفسية لدى المعلمين وطلاب كلية المعلمين بالمملكة العربية السعودية، المجلة التربوية. ٧٥. ١٣١-١٦١.
- أسبينول، ج، ستودينجر، م (٢٠٠٩). سيكولوجية القوى الإنسانية: تساؤلات أساسية وتوجهات مستقبلية لعلم النفس الإيجابي، ترجمة: صفاء يوسف الأعسر، نادية محمود

شريف، عزيزة محمد السيد، علاء الدين أحمد كفاى، القاهرة: المجلس الأعلى للثقافة، المركز القومى للترجمة.

- أمل السيد عبد المنعم (٢٠١٧). برنامج ارشادى توكيدى لتنمية الكفاءة الذاتية وخفض القلق لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة عين شمس.
- جبر محمد جبر (٢٠١٣). علم النفس الإيجابي، ط ٢، الاسماعيلية: الربيع العربي، ٩٥.
- حجاج غانم (٢٠٠٥). علم النفس التربوي - تحليل نظري وسيكومتري، القاهرة، دار النشر، عالم الكتب.
- حسين محمد علي سلمان (٢٠١٢). فاعلية الذات والرضا المهني وعلاقتها بالضغط النفسي لدى عينة من المعلمين والمعلمات، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة عين شمس.
- حجاج غانم (٢٠٠٥). علم النفس التربوي، القاهرة، دار عالم الكتب.
- رشاد عبد العزيز (٢٠١٤). الإرشاد التحفيزي للطاقة الإيجابية طرح جديد لتحقيق السواء النفسي، مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر، ع ١٥٨، ج ١، ١١ - ٥١.
- زهير النواجحة (٢٠١٤). فاعلية برنامج إرشادي لتنمية بعض أشكال السلوك الاجتماعي الإيجابي لدى عينة من طلاب مرحلة التعليم الأساسي بمحافظة غزة، مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث التربوية، مج ٢، ع ٥٤، ١٣٩ - ١٧٥.
- سهاد المللي (٢٠١٠). الذكاء الانفعالي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى عينة من المتفوقين والعاديين، دراسة ميدانية على طلبة الصف العاشر من مدارس المتفوقين والعاديين، دمشق، مجلة جامعة دمشق، مج ٢٦، ع ٣، ١٣٥ - ١٣٩.
- سميرة أبو الحسن عبد السلام (٢٠٠٥). فاعلية برنامج إرشادي في خفض قلق المستقبل وتنمية الكفاءة الذاتية لدى المراهقين المعاقين بصرياً. المؤتمر السنوي الثاني عشر، مج ٢، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، ص ١١٥٢ - ١٢٣٦.
- سيد أحمد محمد الوكيل (٢٠١٠). فعالية استخدام بعض فنيات علم النفس الإيجابي في تحسين مستوى التوافق النفسي لدى عينة من مرضى السكر. مجلة كلية التربية، جامعة بورسعيد، (٧)، الجزء الثاني، ١١٨-١٥٦.

- سيهار صلاح مخيمر (٢٠١٤). فعالية برنامج إرشادي لتنمية بعض مهارات الإرشاد النفسي المدرسي وأثره على الكفاءة المهنية لدى عينة من المعلمين، رسالة دكتوراه، كلية التربية، جامعة عين شمس.
- عبد الستار ابراهيم (٢٠١١). العلاج النفسي السلوكي المعرفي الحديث "أساليبه وميادين تطبيقه"، القاهرة، الهيئة المصرية العامة للكتاب.
- عبداللطيف دبور ، وعبد الحكيم الصافي (٢٠٠٧). الإرشاد المدرسي بين النظرية والتطبيق. عمان : دار الفكر للنشر والتوزيع .
- محمد السعيد أبو حلاوة وعاطف الشرييني (٢٠١٦). علم النفس الإيجابي "نشأته وتطوره ونماذج من قضاياها". القاهرة، عالم الكتب.
- محمد السعيد عبد الجواد أبو حلاوة (٢٠١٤): علم النفس الإيجابي "ماهيته ومنطلقاته النظرية وأفاقه المستقبلية". إصدارات مؤسسة العلوم النفسية العربية، (٣٤)، ١-٩٥
- محمد سليمان سالم البدوي (٢٠٠٩): برنامج تدريبي لتحسين فاعلية الذات وأثره على تنمية مهارة حل المشكلات والتحصيل الدراسي لدى طلاب الصف الثالث الثانوي بالمملكة العربية السعودية، رسالة دكتوراه، معهد البحوث والدراسات التربوية.
- منير عودة شبير(٢٠١٤).فاعلية برنامج تكاملي لتنمية المهارات المهنية للمرشدين التربويين فى المدارس الحكومية بقطاع غزة،رسالة الماجستير،كلية التربية،جامعة عين شمس.
- نهى محمد عبد المحسن(٢٠١٤).فاعلية برنامج إرشادي سلوكي فى تنمية الفاعلية الذاتية لدى عينة من المراهقين،رسالة ماجستير،كلية التربية، جامعة عين شمس.
- هويدة حنفى محمود(٢٠١٣).مقياس فاعلية الذات،القاهرة،مكتبة الانجلو المصرية.
- يوسف قطامي (٢٠٠٤). النظرية المعرفية الاجتماعية وتطبيقاتها، عمان، دار الفكر للنشر والتوزيع.
- Adkins, G. (2008). **Job-related social skills training with female prisoners. Behavior Modification.** ١١٢ -٩٥ , (٥٦) ,
- Bandura, A. (1997). **Self- Efficacy : the exercise of control . Stanford University.** New York , W H, Freeman & Company.
- Bandura, A. (2001). "Social cognitive theory. An agentic perspective". Annual Review of Psychology. 52. 1-26
- Chen, P. (2005). Self-efficacy and delay of gratification. **Academic Exchange Quarterly.** (22). 22- 33.

-
- Darling-Hammond, L. Chung, R. & Frelow, F. (2002). "Variation in teacher preparation. How well do different pathways prepare teachers to teach?". **Journal of Teacher Education**. 53(4). 286-302.
 - Fink, D. & Retallick, J. (2002). "Framing leadership. contributions and impediments to educational change". **International Journal of Leadership in Education**. Retrieved January 15. 2007.
 - Fives, H. (2003). "What is Teacher Efficacy and How does it Relate to Teachers' Knowledge?". **Paper presented at the American Educational Research Association Annual Conference**. Chicago.
 - Giallo, R. & Little, E. (2003). "Classroom behavior problems. The Relationship between preparedness. classroom experiences. and self efficacy in graduate and student teachers". **Australian Journal of Educational & Developmental Psychology**. (3). 21-34
 - Goddard, R. Woolfolk, A. & Hoy, W. (2004). "Collective efficacy beliefs". **Theoretical developments. empirical evidence. and future directions. Researcher**. 3(33). 3–13.
 - Goddard, R. Woolfolk, A. & Hoy, W. (2004). "Collective efficacy beliefs". **Theoretical developments. empirical evidence. and future directions. Researcher**. 3(33). 3–13.
 - Hoy, A. (2000). "Changes in teacher efficacy during the early years of teaching". **Paper presented at the annual meeting of the American Education Research Association**. New Orleans.
 - Hoy, A. (2004). "What do teachers need to know about selfefficacy?". **Paper presented at the annual meeting of the American educational research association**. San Diego.
 - Maybury, K.K. (2013). The influence of a positive psychology courses on student well-being. **Journal of Teaching of Psychology**, 40, 62-65.
 - McCabe – Fitch, K.A. (2009). Examination of the impact of an intervention in positive psychology on the happiness and life satisfaction of children. **Degree of doctor of philosophy**, University of Connecticut.
 - Murphy, J. (2002). "Reculturing the profession of educational leadership new blueprints". **The LSS Review**. Retrieved January 15,2008.
 - Mulholland, J., Dorman, J., Odgers, B., Assessment of Science Teaching Efficacy of Pre-service Teachers in an Australian University. **Journal of Science Teacher Education**, 2004, 15(4), 313-331.
-

-
-
- Nolen, S. Ward, C. Horn, I. Campbel, S. Mahna, K. Childers, S. (2007). "Motivation to learn during student teaching". **Paper presented at the annual meeting of the American Educational Research Association.** in Chicago.
 - Nicholson, M. (2003). "Transformational leadership and collective efficacy". **A model of school achievement". Unpublished doctoral dissertation.** The Ohio State University.
 - Sewell, A. & St-George, A. (2000). "Developing efficacy beliefs in the classroom". **Journal of Educational Enquiry.** 1(2). 58-71.

+