

## The Effectiveness of the Reality Counseling Program in Improving the Self-Esteem of Adolescents from Divorced Families

Dr. Hany Ibrahim Elshamy<sup>\*1</sup>, Mohamed Kamal Abdelrahman<sup>2</sup>, Mahmoud Abdelaziz Eliwa<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Family Counseling Center (Wifaq) | Qatar

<sup>2</sup>Specialized Center for Consulting and Research | Qatar

<sup>3</sup>Ministry of Education | Qatar

Received:  
31/10/2023

Revised:  
09/11/2023

Accepted:  
02/03/2024

Published:  
30/06/2024

\* Corresponding author:

[hanishami@gmail.com](mailto:hanishami@gmail.com)

**Citation:** Elshamy, H. I., Abdelrahman, M. K., & Eliwa, M. A. (2024). The Effectiveness of the Reality Counseling Program in Improving the Self-Esteem of Adolescents from Divorced Families. *Journal of Educational and Psychological Sciences*, 8(6), 70 – 83. <https://doi.org/10.26389/AJSRP.E311023>

2024 © AISRP • Arab Institute of Sciences & Research Publishing (AISRP), Palestine, all rights reserved.

• Open Access



This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY-NC) [license](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

**Abstract:** Divorce of spouses disrupts the family foundation and can cause serious damage to children's development and healthy personality. Consequently, the majority of these children need psychological rehabilitation programs. Aims. Investigating the effectiveness of a reality therapy program on improving the self-esteem of preparatory stage students from divorced families. Methods. The Experimental Method has been used, through which the researcher tries to reconstruct reality in an experimental situation to reveal the effect of an experimental variable (a reality therapy program) on a specific dependent variable (self-esteem) in conditions in which the researcher controls some other variables. Sample. The sample of the basic study in its entirety consisted of 30 students from the second year of middle school, who returned the forms of the two scales after filling them. Instruments. To collect and analyze data, self-esteem was used. Findings. The results indicated that there were statistically significant differences between the mean ranks of the experimental group (mean rank = 23) and the control group (mean rank = 8) on self-esteem variables in post-test and the differences were significant at the level (0.01) in favor of the experimental group. This program helps the children of divorced parents improve their self-esteem in a way that enables them to adapt to their social environment. Conclusion. The study concludes that the reality counseling program significantly improves the self-esteem of adolescents from divorced families. The experimental group's substantial improvement over the control group underscores the program's efficacy. These findings suggest that such psychological interventions can be vital in supporting the emotional and social adjustment of children from disrupted family backgrounds.

**Keywords:** Reality counseling, self-esteem, adolescents, divorced families, psychological rehabilitation, experimental study, social adaptation, middle school students.

### فعالية برنامج إرشاد بالواقع في تحسين تقدير الذات لدى المراهقين من أبناء الأسر المطلقة

الدكتور/ هاني إبراهيم الشامي<sup>\*1</sup>، الباحث/ محمد كمال عبد الرحمن<sup>2</sup>، الباحث/ محمود عبدالعزيز عليوة<sup>3</sup>

<sup>1</sup>مركز الاستشارات العائلية (وفاق) | قطر

<sup>2</sup>مركز مختص للاستشارات والبحوث | قطر

<sup>3</sup>وزارة التعليم | قطر

المستخلص: يؤدي الطلاق إلى اضطراب الأسرة ويمكن أن يسبب أضراراً خطيرة في نمو الأطفال وتكوين شخصياتهم الصحية. لذلك، يحتاج معظم هؤلاء الأطفال إلى برامج تأهيل نفسي. الأهداف: التحقيق في فعالية برنامج العلاج الواقعي في تحسين تقدير الذات لطلاب المرحلة الإعدادية من أسر مطلقة. الطرق: تم استخدام المنهج التجريبي، حيث حاول الباحث إعادة بناء الواقع في وضع تجريبي للكشف عن تأثير متغير تجريبي (برنامج العلاج الواقعي) على متغير تابع محدد (تقدير الذات) في ظروف يتحكم فيها الباحثون في بعض المتغيرات الأخرى. العينة: تكونت عينة الدراسة الأساسية بكاملها من 30 طالباً من الصف الثاني الإعدادي، والذين أعادوا نماذج المقاييس بعد تعيبتها. الأدوات: لجمع وتحليل البيانات، تم استخدام مقياس تقدير الذات. النتائج: أشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط الرتب للمجموعة التجريبية (متوسط الرتبة = 23) والمجموعة الضابطة (متوسط الرتبة = 8) في متغيرات تقدير الذات في الاختبار البعدي، وكانت الفروق دالة عند مستوى (0.01) لصالح المجموعة التجريبية. يساعد هذا البرنامج أطفال الأسر المطلقة على تحسين تقدير الذات بطريقة تمكنهم من التكيف مع بيئتهم الاجتماعية. الخاتمة: تخلص الدراسة إلى أن برنامج الإرشاد الواقعي يحسن بشكل كبير تقدير الذات لدى المراهقين من أسر مطلقة. يبرز التحسن الكبير للمجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة فعالية البرنامج. تشير هذه النتائج إلى أن مثل هذه التدخلات النفسية يمكن أن تكون ضرورية في دعم التكيف العاطفي والاجتماعي للأطفال من خلفيات أسرية مضطربة. الكلمات المفتاحية: الإرشاد الواقعي، تقدير الذات، المراهقين، الأسر المطلقة، التأهيل النفسي، الدراسة التجريبية، التكيف الاجتماعي، طلاب المرحلة الإعدادية.

## المقدمة

أظهرت العديد من الدراسات أنه يمكن تطبيق الإرشاد بالواقع لإرشاد الأفراد في مجموعة. فلقد كشفت دراسة أجراها كيم (Kim، 2008) أن هذا العلاج يمكن أن يحسن تقدير الذات لدى الطلاب المدمنين على الإنترنت. كما أظهرت دراسة أخرى أجرتها مي هاي (Mi Hye، 2001) أيضاً أن الإرشاد بالواقع يمكن أن يحسن التحكم الداخلي وتقدير الذات لدى المراهقات لمنعهن من الأعمال المنحرفة. كما أقرت دراسات أخرى أن الإرشاد بالواقع قادر على تقليل الاكتئاب والقلق والتوتر لدى الأفراد المدمنين على مادة معينة وزيادة الرفاه النفسي للطلاب (Hakak، 2013).

يؤدي طلاق الأزواج إلى تعطيل الأساس الأسري ويمكن أن يتسبب في أضرار جسيمة لنمو الأطفال وتكوين شخصية صحية. ولقد بينت كثير من الدراسات التأثير السلبي للطلاق على الصحة النفسية والسلوكية للأطفال. فعلى سبيل المثال توصلت دراسة Garriga و Pennoni (2022) إلى أن الطلاق يؤثر على القدرات المعرفية للطفل، مثل: القدرة على التذكر والانتباه والقدرة على حل المشكلات. أيضاً كشفت دراسة Tullius وآخرون (2022) أن طلاق الآباء يؤثر سلباً في سلوكيات الطفل؛ حيث لوحظ ظهور سلوكيات عدوانية وغير مرغوبة لدى المراهقين من أبناء المطلقين إضافة إلى عدم قدرتهم على إدارة انفعالاتهم بشكل سليم. كذلك بينت دراسة أجراها Obeid وآخرون (2021) على 1810 مراهق لبناني تتراوح أعمارهم بين 14 و 17 سنة أن للطلاق تأثير سلبي على الصحة النفسية للأطفال ويظهر هذا التأثير في ظهور أعراض الخوف والاكتئاب مع وجود أفكار انتحارية. ولقد أشار Van Dijk وزملائه إلى أن أبناء المطلقين يعانون من ضعف مهارات التكيف والتي تظهر أعراضها في القلق والتوتر، والتعلق المرضي والمزاج المكتئب أيضاً يؤثر طلاق الوالدين على المستوى الدراسي للأطفال؛ فلقد وضحت دراسة أجراها Baert و Van der Straeten (2021) على 2685 طالب في المرحلة الثانوية في بلجيكا أن طلاق الوالدين يؤثر سلباً على المستوى الدراسي للأطفال وذلك بسبب معاشرة الأبناء لمشكلات والديهم والتي بدورها تؤثر على تركيزهم المدرسي. وبالتالي، فإن غالبية الأطفال من أبناء المطلقين بحاجة إلى برامج إعادة تأهيل نفسي من أجل إعادتهم إلى وضعهم الطبيعي على الصعيد المعرفي والنفسي والسلوكي.

إن العلاج بالواقع فعال في معالجة الكثير من المشكلات النفسية؛ فلقد كشف Meyerbröker و Emmelkamp أن العلاج بالواقع يمكن أن يساهم في معالجة المصابين باضطرابات الطعام والقلق والاكتئاب واضطرابات الوسواس القهري. أيضاً يمكن استخدام العلاج بالواقع في علاج القلق الاجتماعي الذي يمنع الأفراد من المشاركة الاجتماعية وممارسة حياتهم الاجتماعية بشكل طبيعي (Zainal وآخرون، 2021) ويستخدم العلاج بالواقع في تعديل سلوك المراهقين وتطوير مهاراتهم؛ فمثلاً كشفت دراسة Permata وآخرون (2020) أن العلاج بالواقع نجح في تقليل السلوكيات العدائية للطلاب المتنمرين في المدارس. كذلك يساعد العلاج بالواقع في تحسين التحصيل الأكاديمي وتعزيز الرفاه النفسي للطلاب (Aziz، 2022).

والدراسة الحالية تحاول الكشف عن فعالية برنامج إرشاد بالواقع في تحسين تقدير الذات لدى المراهقين من أبناء الأسر

المطلقة

## مشكلة البحث

إن أبناء المطلقين، وبحسب الدراسات التي سبق الإشارة إليها، يعانون كثيراً على المستوى الصحي والنفسي والأكاديمي والاجتماعي، وهم في حاجة إلى تدخل نفسي اجتماعي تخصصي من أجل معالجة التأثيرات السلبية الناجمة عن طلاق الوالدين. وتتعدد أساليب التدخل العلاجي والتأهيلي لهؤلاء الأبناء، ومن هذه الأساليب: أسلوب العلاج الإرشادي بالواقع والذي أثبتت كثير من الدراسات فعاليته في تحسين الجانب النفسي والسلوكي وحتى المعرفي للفرد. ولذلك نحن في حاجة إلى تصميم برنامج إرشادي يقوم على الإرشاد بالواقع من أجل تأهيل وحماية الأطفال أبناء المطلقين. ولذلك تحاول الدراسة الحالية الإجابة على السؤال البحثي الرئيسي التالي:

ما فعالية برنامج إرشاد بالواقع لتحسين تقدير الذات لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية من أبناء الأسر المطلقة؟

ويتفرع منه الأسئلة البحثية الآتية:

## أسئلة البحث

- 1- ما مدى وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى  $(0.05 \geq \alpha)$  بين متوسطي رتب المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في تقدير الذات في القياس البعدي؟
- 2- ما مدى وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى  $(\alpha \leq 0.05)$  بين متوسطي رتب المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي في تقدير الذات؟

3- ما مدى وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ( $\alpha \leq 0.05$ ) بين متوسطي رتب المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي في تقدير الذات؟

#### أهداف البحث

تهدف الدراسة الحالية إلى:

- 1- الكشف عن أثر البرنامج الإرشادي في تنمية تقدير الذات لدى المراهقين من أبناء الأسر المطلقة
- 2- فحص مدى وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ( $\alpha \leq 0.05$ ) بين المجموعتين التجريبية التي تعرضت للبرنامج والضابطة التي لم تخضع للتدريب في ضوء البرنامج - في تقدير الذات.

#### أهمية البحث:

تعد الدراسة الحالية واحدة من الدراسات التي تهتم ببرنامج إرشاد بالواقع لتحسين تقدير الذات لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية من أبناء الأسر المطلقة والتي من شأنها أن تثرى الأدبيات النظرية والتجريبية في تحسين تقدير الذات لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية من أبناء الأسر المطلقة، وتكمن في أهمية نظرية وأهمية تطبيقية:

- الأهمية النظرية: وتنعكس هذه الأهمية في (إعداد برنامج إرشاد بالواقع لتحسين تقدير الذات لدى المراهقين من أبناء الأسر المطلقة نظراً لأهمية هذه الفئة وتواجدها في المجتمع وندرة الدراسات والأبحاث العربية التي استخدمت برنامج إرشاد بالواقع لتحسين تقدير الذات لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية من أبناء الأسر المطلقة)، حيث إن الضعف الحاد والحاد للمراهقين في هذا العمر يضعهم كواحد من الضحايا الرئيسيين للطلاق. لذلك فإن تدخلات الإرشاد ضرورية لمنع تفاقم هذه الصدمة.
- الأهمية التطبيقية: وتتمثل هذه الأهمية في أنه (قد تفيد الدراسة الحالية في الخروج بنتائج مهمة في تخطيط وإعداد برامج إرشاد بالواقع لتحسين تقدير الذات لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية من أبناء الأسر المطلقة. توفير برنامج تدريبي يمكن تطبيقه على حالات مماثلة في مدارس أخرى، وعينات مختلفة.

#### حدود البحث:

- الحدود الموضوعية: فعالية برنامج إرشاد بالواقع في تحسين تقدير الذات لدى المراهقين من أبناء الأسر المطلقة
- الحدود البشرية والمكانية: عينة الدراسة وعددهم 30 طالباً من المراهقين طلاب الثاني الإعدادي من أبناء الأسر المطلقة، الذين أعادوا استمارات المقياس بعد ملئه، من مدينة نصر، محافظة القاهرة.
- الحدود الزمنية: في النصف الدراسي الأول من العام الدراسي 2021/2020

## 2-الإطار النظري والدراسات السابقة.

### 1-1-الإطار النظري

#### 1-1-1-الأسر المطلقة:

يعرف الطلاق بأنه فسخ رباط الزواج بين المتزوجين. إنه إلغاء أو إعادة تنظيم الواجبات والمسؤوليات القانونية للزواج والتي يمكن أن تتم إما بشكل قانوني (كما هو الحال في المحكمة) والعرف. والأسر المطلقة هي الأسر التي يحدث فيها انفصال الزوجين بالطلاق.

#### أبناء الأسر المطلقة:

تعرف الدراسة الحالية أبناء المطلقين بأنهم " الأبناء الذين تم الطلاق بين والديهم وعاش الطفل بعد الطلاق مع الأم بعد حكم قضائي لها بحق حضانة الصغير وتستمر حضانة الصغير إلى سن خمسة عشر سنة ".

#### تقدير الذات:

يعرف تقدير الذات بأنه تقييم شخصي للفرد يتم التعبير عنه في شكل موافقة أو رفض من أجل تقييم أهمية الفرد ونجاحه وقدرته وقيمه (Iswinarti & Yanuarty, 2020)). وفي الدراسة الحالية يشير تقدير الذات إلى مشاعر تلميذ المرحلة الإعدادية من أبناء الأسر المطلقة الداخلية وتقييماته للذات، بناءً على الصورة التي يدركها عن ذاته.

## الإرشاد بالواقع:

الإرشاد بالواقع هو شكل من أشكال العلاج النفسي السلوكي المعرفي الذي يركز على العمل ويركز على تحسين العلاقات والظروف الحالية. مع تجنب مناقشة الأحداث الماضية. (295.Glasser & Wubbolding, 2008, P)) تتبنى الدراسة الحالية هذا التعريف كتعريف إجرائي لها.

## البرنامج الإرشادي:

مجموعة من الخطوات والاجراءات المحددة والمنظمة تستند في اساسها على النظرية الواقعية ل (جلاسر) ومبادئها، تتضمن مجموعة من المعلومات والمهارات والانشطة المختلفة والتي تقدم لتلاميذ المرحلة الإعدادية من أبناء الأسر المطلقة خلال فترة زمنية محددة بهدف مساعدتهم على تحسين تقدير الذات. ويتألف البرنامج الإرشادي المقترح القائم على النظرية الواقعية ل(جلاسر) من 22 جلسة موزعة على ثمانية مبادئ، وتستغرق مدة كل جلسة تقريبا 60 دقيقة، والمدة المستغرقة اثناء تطبيق البرنامج في كل الجلسات كانت 22 ساعة.

## 2-2-الدراسات السابقة.

وهي دراسات تناولت تنمية تقدير الذات لدى أبناء المطلقين:

- هدفت دراسة روزيدي، وإيدي (Rosidi & Edy, 2018) إلى الكشف عن فعالية العلاج الجماعي بالواقع في زيادة تقدير الذات لدى طلاب مدرسة الدولة الإسلامية الثانوية (MAN) مدينة سيمارانج. تم استخدام المنهج شبه التجريبي، وتصميم المجموعتين (التجريبية - الضابطة) والقياسين القبلي والبعدي. أجريت الدراسة على عينة قوامها 16 طالبا، تم تقسيمهم إلى تجريبية وضابطة بالتساوي. وتم تطبيق مقياس تقدير الذات. اشارت النتائج إلى تفوق متوسطات درجات المجموعة التجريبية على متوسطات درجات المجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياس تقدير الذات، مما يشير إلى فعالية العلاج الجماعي بالواقع في زيادة تقدير الذات.
- كما هدفت دراسة إيسوينارتي، يانوارتي (Iswinarti & Yanuarty, 2020) إلى الكشف عن فعالية العلاج الجماعي بالواقع في زيادة تقدير الذات لدى المراهقين. أجريت الدراسة على عينة قوامها خمسة طلاب من المدرسة الإعدادية (تتراوح أعمارهم بين 13 و15 عامًا) كانوا يخشون التعبير عن احتياجاتهم لوالديهم، ويشعرون بصعوبة إقامة علاقة مع الآخرين، ويخشون الظهور في الأماكن العامة، وكسولين في أداء واجباتهم المدرسية. طبقت هذه الدراسة المقابلات والملاحظات ومقياس تقدير الذات الذي يتكون من 40 عبارة لقياس درجة تقدير الذات لكل مشارك. تم تقديم مجموعة التدخل العلاجي بالواقع في سبع جلسات. الغرض من التدخل هو مساعدة الطلاب على زيادة ثقتهم بأنفسهم في الفصول الدراسية أو العامة وزيادة شجاعتهم في إخبار أولياء الأمور باحتياجاتهم. كانت نتائج هذا التدخل هي زيادة تقدير الذات الذي تدل عليه السلوكيات الإيجابية مثل قبول حالة أسرة الطلاب، وزيادة الحماس للتعلم، والشجاعة في التعبير عن احتياجاتهم للآباء، والثقة في الظهور في الأماكن العامة، ومبادرة المشاركة العلاقة مع أشخاص جدد والتقييم الذاتي المنتظم لتحقيق غرضهم وتقدير الذات.
- كما هدفت دراسة مظهري وآخرون (Mazaheri et al, 2020) إلى البحث في فعالية العلاج الذي يركز على الشفقة في تعزيز تقدير الذات والمرونة النفسية لدى الأطفال والمراهقين من أبناء الوالدين المطلقين. تم استخدام المنهج شبه التجريبي، وتصميم المجموعتين (تجريبية - ضابطة) والقياسين القبلي والبعدي. أجريت الدراسة على عينة قوامها ثلاثة وعشرين طفلاً ومراهقاً تتراوح أعمارهم بين 10 و13 عامًا وأبوين مطلقين في كاراج في عام 2017. تم جمع وتحليل البيانات باستخدام مقياس تقدير الذات (بيير، 1999) ومقياس كونر- ديفيدسون للمرونة النفسية (2003). تلقت المجموعة التجريبية ثماني جلسات أسبوعية مدتها 90 دقيقة من العلاج المركّز على الشفقة (جيلبرت، 2009)، بينما لم تخضع المجموعة الضابطة لأي تدخل. تم تحليل البيانات باستخدام تحليل التباين ANOVA، وأظهرت النتائج فروقا دالة احصائيا بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة من حيث تقدير الذات (0.02 > p, F = 5.67) والمرونة النفسية (0.001 = p, F = 12.68) في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية في القياس البعدي.

## 3- منهجية البحث وإجراءاته.

## 1-3-المنهجية:

تم استخدام المنهج Experimental Method الذي يحاول الباحث من خلاله إعادة بناء الواقع في موقف تجريبي بهدف الكشف عن أثر متغير تجريبي (برنامج إرشاد بالواقع) في متغير تابع محدد (تقدير الذات) في ظروف يسيطر الباحثونان فيها على بعض المتغيرات الأخرى.

## 2-3-مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من طلاب الصف الثاني الإعدادي من أبناء الأسر المطلقة بمدينة نصر، القاهرة

## 3-3-عينة الدراسة:

العينة الاستطلاعية (ن = 150 طالبا): تمثلت العينة الاستطلاعية، والتي سحبت من مجتمع الدراسة الذين أعادوا استمارات المقياس بعد ملئها، في 150 طالب الصف الثاني الإعدادي من أبناء الأسر المطلقة، وذلك بغرض حساب الخصائص السيكومترية (الثبات-الصدق) لمقياس تقدير الذات المستخدم في الدراسة الحالية.

## عينة الدراسة الأساسية:

تم اختيار عينة من أطفال الأسر المطلقة (الذكور، ن = 30) تراوحت أعمارهم من (13-14) سنة، وذلك بمتوسط عمري قدره (13.6) سنة، وانحراف معياري (1.22)، وذلك للأسباب التالية:

- سهولة التعامل مع هذه الشريحة من أطفال الطلاق، وسهولة التعبير عن انفعالاتهم ومشكلاتهم الناتجة عن طلاق الوالدين.
  - سهولة التعامل مع هؤلاء الأطفال عند تطبيق أدوات القياس، وذلك لإتقانهم مهارات القراءة والكتابة. وسهولة التعامل مع مهارات البرنامج الإرشاد المستخدم
  - سهولة تعامل الباحثين مع هذه الفئة من الأطفال وخصوصا عند تطبيق البرنامج الإرشادي، وذلك لخبرته في التعامل مع هؤلاء الأطفال.
  - ما لاحظته الباحثون من تفاقم المشكلات السلوكية والانفعالية لدى هذه الشريحة من الأطفال في مرحلة المراهقة المبكرة نتيجة طلاق والديهم، وإدراكهم لمعنى الطلاق، بينما تكون المشكلات أقل وضوحا في المرحلة الابتدائية من التعليم.
  - أهمية مرحلة المراهقة، فهي المرحلة التي يجتاز الفرد فيها عملية الانتقال من الطفولة إلى المراهقة، بما تتميز من اعتماد على النفس، وقدرة على تحمل المسؤولية.
  - أهمية إعداد وتهيئة المراهقين للانتقال سوية إلى مرحلة الرشد.
  - إمكانية تعديل وتشكيل سلوك الفرد في هذه المرحلة بما يحقق أهداف المجتمع.
  - إن هذه المرحلة العمرية في حدود علم الباحثين لم تتناولها الدراسات المحلية التي اهتمت بأطفال الأسر المطلقة على مستوى الدراسات التجريبية في البيئة العربية والمصرية بشكل خاص.
  - ما أشارت إليه العديد من الدراسات بأن هذه المرحلة من أكثر المراحل ألما وقلقة لأطفال الأسر المطلقة، وذلك بعد توسع مداركهم وانخراطهم بالمجتمع المحلي بصورة مستقلة عن رقابة الوالدين.
- والجدول الآتي يوضح الخصائص الديموغرافية لعينة الدراسة، من حيث عدد الطلاب من كل صف دراسي، ومتوسط العمر الزمني، والانحراف المعياري

جدول (1) الخصائص الديموغرافية لعينة الدراسة

الصفوف	المدرسة	العدد	متوسط العمر	الانحراف المعياري	مع من يعيش؟
الصف الثاني	مدرسة عمرو بن العاص الاعدادية	5	13.10	0.211	الأب
	مدرسة عمرو بن العاص الاعدادية	5	13.6	0.301	الأب
	مدرسة عمرو بن العاص الاعدادية	5	13.3	0.245	الأب
	مدرسة الدكتور مصطفى كمال حلمي للتعليم الأساسي	7	13.7	0.322	الأب
	مدرسة الدكتور مصطفى كمال حلمي للتعليم الأساسي	3	13.8	0.354	الأب
	مدرسة الدكتور مصطفى كمال حلمي للتعليم الأساسي	4	13.5	0.431	الأب

## 4-3-أدوات الدراسة

مقياس تقدير الذات (إعداد الباحثين)

يهدف المقياس إلى تقييم سلوكيات تقدير الذات في أربعة أبعاد، وهي: التقدير المدرسي ( $\alpha = 0.84$ )، التقدير الأسري ( $\alpha = 0.82$ )، التقدير الشخصي ( $\alpha = 0.86$ )، وتقدير الذات الاجتماعي ( $\alpha = 0.85$ ) لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية من أبناء الأسر المطلقة (عينة الدراسة الحالية). وكان معامل الثبات الكلي للمقياس جيداً ( $\alpha = 0.83$ ) ويتكون المقياس من (31) مفردة، يبين المستجيبون مستوى اتفاقهم باستخدام مقياس ليكارت المتدرج من 5 نقاط (دائماً "5"، إلى أبداً "1")، وتتراوح الدرجة الكلية على المقياس من 31-155 درجة، والتصحيح بطريقة عكسية للعبارة السالبة التالية (5-6-8-12-15-16-20-25-29). والدرجة المرتفعة على المقياس تبين أو تعكس تقدير ذات مرتفع.

وقام الباحثون باختبار صدق المقياس باستخدام التحليل العاملي (التدوير المائل فاريماكس) للتأكد من البنية العاملية للمقياس حيث تبين أن المقياس يتكون من أربعة عوامل فرعية ولقد تم استبعاد الفقرات ذات التشعب الأقل من 0.30، كما أن المقياس يفسر حوالي 70% من التباين.

كما تم إجراء التحليل العاملي التوكيدي للتحقق من الصدق البنائي للمقياس من خلال مؤشرات المطابقة والتي دلت على حسن المطابقة حيث كانت: ( $\chi^2, df = 3.1$ )،  $GFI = 0.94$ ،  $TLI = 0.93$ ،  $CFI = 0.92$ ،  $RMSEA = 0.07$ .

### 3-5-خطوات الدراسة:

اتبع الباحثون الخطوات التالية في سبيل القيام بهذه الدراسة وتنفيذها:

1. تحديد وانتقاء الأدوات المستخدمة.
2. اختيار أفراد العينة من تلاميذ المرحلة الإعدادية من أبناء الأسر المطلقة
3. تقسيم أفراد العينة إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة.
4. إجراء القياس القبلي لمستوى تقدير الذات لدى عينة الدراسة بمجموعتهما.
5. إجراء التكافؤ بين عيني الدراسة
6. إعداد وتطبيق البرنامج على تلاميذ المجموعة التجريبية فقط واستغرق تطبيق البرنامج 11 اسبوعاً على مدار (21) جلسة ثم تطبيقها بواقع (2) جلستين في الأسبوع، وكانت مدة الجلسة من (30-40 دقيقة) في حين لم يتلق تلاميذ المجموعة الضابطة البرنامج.
7. بعد الانتهاء من تقديم جلسات البرنامج لتلاميذ المجموعة التجريبية فقط، تم إجراء القياس البعدي post-test على جميع التلاميذ في المجموعتين التجريبية والضابطة باستخدام مقياس تقدير الذات.
8. كما تم إجراء القياس التتبعي Follow – up على أفراد المجموعتين: التجريبية والضابطة بعد (40) يوماً من القياس البعدي وذلك في المتغير التابع للدراسة.
9. تصحيح جميع اختبارات القياس القبلي، والبعدي، والتتبعي ورصد بياناتها ومعالجتها إحصائياً بالأساليب المناسبة، وعرض نتائج البحث طبقاً لترتيب الفروض، ثم مناقشتها وتفسيرها في ضوء الإطار النظري والبحوث السابقة وخصائص العينة.
10. صياغة بعض التوصيات التي نبعث مما أسفرت عنه الدراسة الحالية من نتائج حتى يتسنى الاستفادة منها مستقبلاً.

### 3-6-الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

تم استخدام برنامج التحليل الإحصائي SPSS v 26 حيث تم حساب مقاييس النزعة المركزية مثل المتوسط الحسابي وكذلك مقاييس التشتت مثل الانحراف المعياري والتباين، كما تم استخدام اختبار ويلكوكسون واختبار مان ويتي لقياس الفروق بين المجموعات، وتم استخدام التحليل العاملي الاستكشافي للتحقق من البنية العاملية للمقاييس المستخدمة. كما تم استخدام AMOS v 24 لإجراء التحليل العاملي التوكيدي للتأكد من الصدق البنائي للمقياس.

## 4-نتائج الدراسة ومناقشتها.

1-4- فحص الفرض الأول: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى  $(0.05 \geq \alpha)$  بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي لتقدير الذات لصالح المجموعة التجريبية."

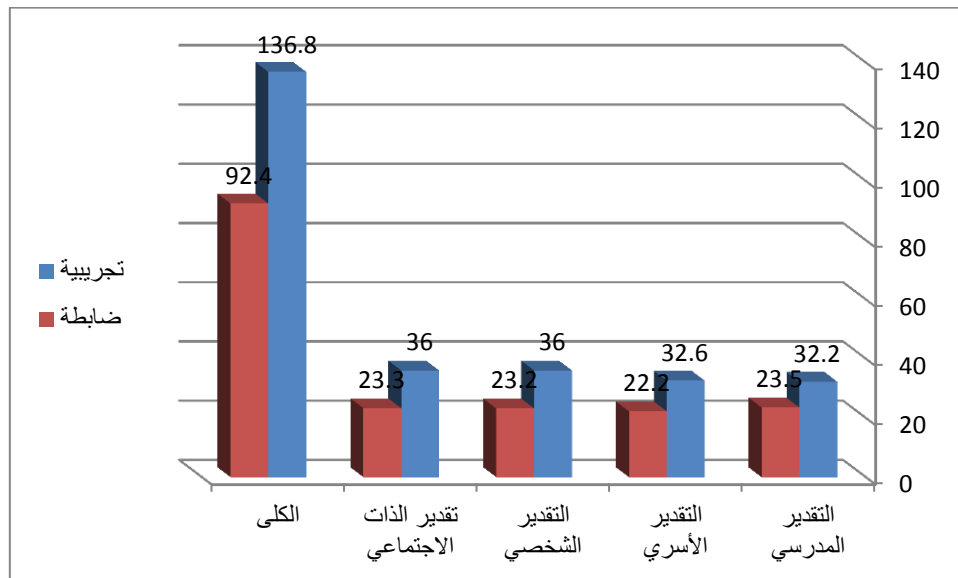
وللتأكد من صحة الفرض تم حساب متوسطي رتب المجموعتين التجريبية والضابطة على متغير تقدير الذات في القياس البعدي، وقد تم استخدام اختبار مان ويتني Mann Whitney للأزواج غير المتماثلة، ويتضح ذلك في الجدول التالي:

جدول (2) الفروق بين متوسطي رتب المجموعتين التجريبية والضابطة على متغير تقدير الذات في القياس البعدي.

المتغير	المجموعة	ن	متوسط الرتب	مجموع الرتب	معامل مان ويتني	قيمة Z	مستوى الدلالة
التقدير المدرسي	ت	15	23.00	345.00	0.00	-3.512	0.01
	ض	15	8.00	120.00			
التقدير الأسري	ت	15	23.00	345.00	0.00	-3.513	0.01
	ض	15	8.00	120.00			
التقدير الشخصي	ت	15	23.00	345.00	0.00	-3.571	0.01
	ض	15	8.00	120.00			
تقدير الذات الاجتماعي	ت	15	23.00	345.00	0.00	-3.574	0.01
	ض	15	8.00	120.00			
الكل	ت	15	23.00	345.00	0.00	-3.481	0.01
	ض	15	8.00	120.00			

ويبين الجدول أن قيم Z جميعها دالة عند مستوى  $(0.01)$ ، حيث جاءت قيمة z لتقدير المدرسي  $(-3.512)$ ، وهي قيمة دالة عند مستوى  $(0.01)$ ، وقيمة z لتقدير الأسري  $(-3.513)$ ، وهي قيمة دالة عند مستوى  $(0.01)$ ، وقيمة z لتقدير الشخصي  $(-3.571)$ ، وهي قيمة دالة عند مستوى  $(0.01)$ ، وقيمة z لتقدير الذات الاجتماعي  $(-3.463)$ ، وهي قيمة دالة عند مستوى  $(0.01)$ ، وقيمة z للمقياس ككل  $(-3.481)$ ، وهي قيمة دالة عند مستوى  $(0.01)$ .

والتمثيل البياني لقيم متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على متغير تقدير الذات في القياس البعدي. كما يلي:



الشكل البياني (1) الفروق بين التجريبية والضابطة في القياس البعدي في تقدير الذات



## حجم التأثير Effect size

وبحسب (2016.Lenhard, & Lenhard) فإن حجم التأثير للتقدير المدرسي = (0.90) (حجم التأثير للبرنامج كبير)، وللتقدير الأسري = (0.90) (حجم التأثير للبرنامج كبير) وللتقدير الشخصي = (0.91) (حجم التأثير للبرنامج كبير) وللتقدير الذات الاجتماعي = (0.91) (حجم التأثير للبرنامج كبير)، كما أن حجم التأثير للكلية = (0.89) (حجم التأثير للبرنامج كبير).

ومن الجدول (1) والشكل (1)، وحجم التأثير يتضح وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ( $\alpha \leq 0.05$ ) بين متوسطي رتب المجموعة التجريبية، والمجموعة الضابطة على متغير تقدير الذات في القياس البعدي وكانت الفروق دالة عند مستوى (0.01) لصالح المجموعة التجريبية، كما تبين أن حجم التأثير  $r$  أكبر من (0.5) (تأثير كبير)، وبالتالي يتبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.01) بين متوسطي رتب درجات طلاب المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على متغير تقدير الذات لصالح متوسط رتب درجات طلاب المجموعة التجريبية. وبذلك يكون قد تحقق الفرض الأول.

2-4- فحص الفرض الثاني: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ( $0.05 \geq \alpha$ ) بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي لتقدير الذات لصالح القياس البعدي".

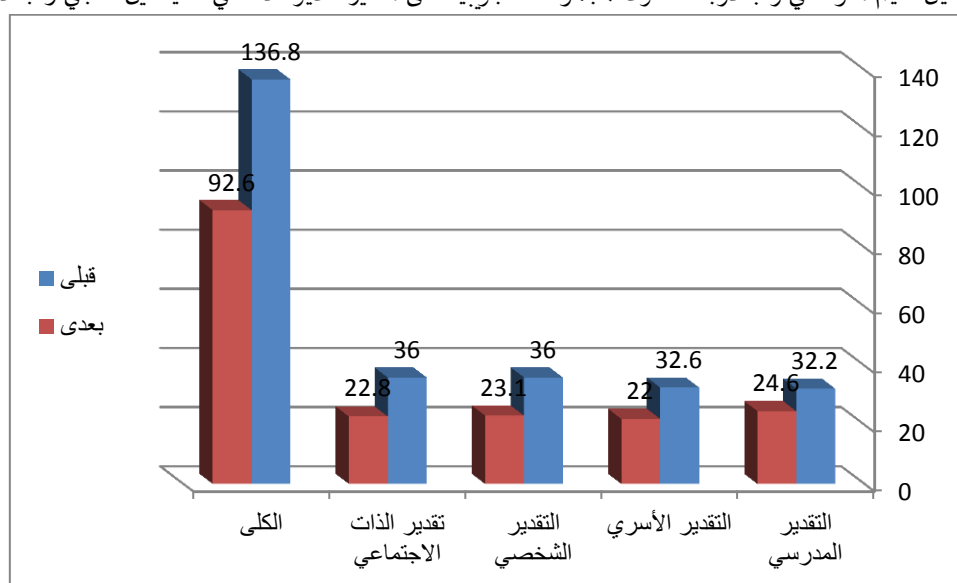
ولاختبار صحة هذا الفرض، تم حساب متوسطي رتب المجموعة (التجريبية) على متغير تقدير الذات في القياسين القبلي والبعدي، وقد تم استخدام اختبار ويلكوكسون للأزواج المتماثلة، ويتضح ذلك في الجدول التالي:

جدول (3) الفروق بين متوسطي رتب المجموعة التجريبية على متغير تقدير الذات في القياسين القبلي والبعدي

مستوى الدلالة	قيمة Z	الرتب الموجبة		الرتب السالبة		المتغير
		المجموع	المتوسط	المجموع	المتوسط	
0.01	-3.429	120.00	8.00	0.00	0.00	التقدير المدرسي
0.01	-3.482	120.00	8.00	0.00	0.00	التقدير الأسري
0.01	-3.430	120.00	8.00	0.00	0.00	التقدير الشخصي
0.01	-3.426	120.00	8.00	0.00	0.00	تقدير الذات الاجتماعي
0.01	-3.412	120.00	8.00	0.00	0.00	الكلية

ومن الجدول (2) أن قيم Z جميعها دالة عند مستوى (0.01)، حيث جاءت قيمة z للتقدير المدرسي (-3.429)، وهي قيمة دالة عند مستوى (0.01)، وقيمة z للتقدير الأسري (-3.482)، وهي قيمة دالة عند مستوى (0.01)، وقيمة z للتقدير الشخصي (-3.430)، وهي قيمة دالة عند مستوى (0.01)، وقيمة z لتقدير الذات الاجتماعي (-3.426)، وهي قيمة دالة عند مستوى (0.01)، وقيمة z للمقياس ككل (-3.412)، وهي قيمة دالة عند مستوى (0.01).

والتمثيل لقيم متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية على متغير تقدير الذات في القياسين القبلي والبعدي. كالتالي:



الشكل البياني (2) الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للتجريبية في تقدير الذات



## حجم التأثير Effect size

إن حجم التأثير للتقدير المدرسي = (0.87) (حجم التأثير للبرنامج كبير) وللتقدير الأسري = (0.89) (حجم التأثير للبرنامج كبير) وللتقدير الشخصي = (0.87) (حجم التأثير للبرنامج كبير) وللتقدير الذات الاجتماعي = (0.87) (حجم التأثير للبرنامج كبير)، كما أن حجم التأثير الكلي = (0.87) (حجم التأثير للبرنامج كبير).

ومن الجدول (2) والشكل (2)، وحجم التأثير يتضح وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ( $\alpha \leq 0.05$ ) بين متوسطي رتب المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على متغير تقدير الذات، وكانت الفروق دالة عند مستوى (0.01) لصالح القياس البعدي، كما تبين أن حجم التأثير  $r$  أكبر من (0.5) (تأثير كبير)، وبالتالي يتبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.01) بين متوسطي رتب المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على متغير تقدير الذات لصالح متوسط رتب القياس البعدي. وبذلك يكون قد تحقق الفرض الثاني.

3-4- فحص الفرض الثالث: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ( $0.05 \geq \alpha$ ) بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتبقي".

ولاختبار صحة هذا الفرض، تم حساب متوسطي رتب المجموعة (التجريبية) على متغير تقدير الذات في القياسين القبلي والبعدي، وقد تم استخدام اختبار ويلكوكسون للأزواج المتماثلة، ويتضح ذلك في الجدول التالي:

جدول (4) الفروق بين متوسطي رتب المجموعة التجريبية على متغير تقدير الذات في القياسين البعدي والتبقي

المتغير	الرتب السالبة		الرتب الموجبة		قيمة Z	مستوى الدلالة
	المتوسط	المجموع	المتوسط	المجموع		
التقدير المدرسي	3.16	9.50	3.83	11.5	-0.210	0.83 غير دالة
التقدير الأسري	3.75	15.00	3.00	6.00	-1.000	0.31 غير دالة
التقدير الشخصي	9.00	9.00	4.00	12.00	-0.333	0.73 غير دالة
تقدير الذات الاجتماعي	6.92	41.50	6.08	36.50	-0.206	0.83 غير دالة
الكلي	10.17	61.00	5.50	44.00	-0.536	0.59 غير دالة

ومن الجدول (4) أن قيم Z جميعها غير دالة، حيث جاءت قيمة z للتقدير المدرسي (-0.210)، وهي قيمة غير دالة، وقيمة z للتقدير الأسري (-1.000)، وهي قيمة غير دالة ( $< 0.05$ )، وقيمة z للتقدير الشخصي (-0.333)، وهي قيمة غير دالة ( $< 0.05$ )، وقيمة z لتقدير الذات الاجتماعي (-0.206)، وهي قيمة غير دالة ( $< 0.05$ )، وقيمة z للمقياس ككل (-0.536)، وهي قيمة غير دالة ( $< 0.05$ ). ومن ثم يتحقق الفرض الثالث بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتبقي

## 4-4 المناقشة:

هدفت الدراسة إلى الكشف عن أثر البرنامج الإرشادي في تحسين تقدير الذات لدى المراهقين من أبناء الأسر المطلقة، وكذلك التعرف على الفروق بين المجموعتين التجريبية التي تعرضت للبرنامج والضابطة التي لم تخضع للتدريب في ضوء البرنامج - في تقدير الذات.

أشارت النتائج إلى أنه توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى ( $\alpha \leq 0.05$ ) بين متوسطي رتب المجموعة التجريبية، والمجموعة الضابطة على متغير تقدير الذات في القياس البعدي وكانت الفروق دالة عند مستوى (0.01) لصالح المجموعة التجريبية، كما تبين أن حجم التأثير  $r$  أكبر من (0.5) (تأثير كبير)، وبالتالي يتبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.01) بين متوسطي رتب درجات طلاب المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على متغير تقدير الذات لصالح متوسط رتب درجات طلاب المجموعة التجريبية. وبذلك يكون قد تحقق الفرض الأول.

كما أشارت النتائج إلى أنه توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى ( $\alpha \leq 0.05$ ) بين متوسطي رتب المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على متغير تقدير الذات، وكانت الفروق دالة عند مستوى (0.01) لصالح القياس البعدي، كما تبين أن حجم التأثير  $r$  أكبر من (0.5) (تأثير كبير)، وبالتالي يتبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.01) بين متوسطي رتب المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على متغير تقدير الذات لصالح متوسط رتب القياس البعدي. وبذلك يكون قد تحقق الفرض الثاني.

كما أشارت إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتبقي

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء خصائص العينة، وهم أطفال في مرحلة المراهقة. ففي مرحلة المراهقة، تؤدي فترة البحث عن الهوية إلى تشكيل أفراد مستقلين تقبلهم المجتمعات وكذلك مجموعات الأقران. إن عملية تشكيل الهوية سيؤدي إلى تلبية الاحتياجات الأساسية. الاحتياجات الأساسية للمراهقين هي الحب وتقدير الذات. إن قلة الاهتمام والحب والتقدير لدى المراهقين، سواء في المنزل أو المدرسة، من شأنه أن يزيد من فرصة فشل الهوية. مثل هذا الموقف يجبرهم على الاعتقاد بأنهم سيئون ولا قيمة لهم وغير مسؤولين عن تلبية احتياجاتهم أو تحقيق الأحلام. بالإضافة إلى ذلك، قد ينظرون أيضاً إلى أنفسهم على أنهم أشخاص فاشلون، ومن السهل الاستسلام، ومن السهل انتقادهم، فضلاً عن أداء جنوح الأحداث والانسحاب الاجتماعي. غالباً ما تعطي حالة الأسر المفككة تأثيراً سلبياً على الرفاه النفسي للأطفال بسبب الافتقار إلى أحد الأدوار من الوالدين. تؤدي المشكلات المختلفة التي يعاني منها الآباء في فترة ما بعد الطلاق إلى تغييرات في الحياة يصعب قبولها من قبل الأطفال، وخاصة المراهقين.

كما يمكن تفسير النتائج في ضوء الإطار النظري، والذي أشار إلى أن جودة البيئة الأسرية أمرًا بالغ الأهمية للنمو الصحي لأفراد الأسرة. وبالتالي، فإن البيئة الأسرية السلبية بسبب الصراع بين الوالدين، وسوء تربية الأطفال، والمصاعب الاقتصادية، وقضايا الصحة العقلية الأبوية، وشرب الوالدين يمكن أن يكون لها تأثير سلبي على صحة أفراد الأسرة على مدار العمر (Umberson, Williams, Thomas, Liu, & Thomeer, 2014). قد يؤدي الطلاق إلى تعطيل الأنظمة المتأصلة بشكل مؤقت أو دائم والتي تعزز الرفاه النفسي، والاجتماعي والانفعالي والاقتصادي وتعزز المواقف الصحية والإيجابية لدى الأطفال والمراهقين (Uhlenberg & Mueller, 2003).

مقارنة بأطفال الوالدين المطلقين، يظهر الأطفال في الأسر السليمة نتائج صحية جسدية ونفسية أفضل وكفاءات معرفية واجتماعية أقوى. بعض الآثار التنموية للطلاق مثل الاكتئاب والقلق وضعف التعليم ونقص الدعم الاجتماعي يمكن ملاحظتها على الفور، في حين أن البعض الآخر يمكن أن يكون آثاراً طويلة المدى. على سبيل المثال، الأطفال الذين من المرجح أن يصبح طلاق والديهم آباء مراهقين وأن يتعايشوا ويختبروا الطلاق كبالغين (Amato, 2000).

الطلاق عامل خطر على الرفاهة النفسية وتقدير الذات للأطفال خلال الفترة التكوينية للنمو إلى جانب تجارب الحياة المعاكسة الأخرى مثل الفقر والمشاكل الزوجية ونقص مشاركة الأب وموت الوالدين ومشاكل الصحة العقلية وتعاطي الكحول والعنف المنزلي (Umberson et al, 2014). كما يمكن أن يكون للطلاق تأثير طويل الأمد على الصحة النفسية والجسدية (Chase-Lansdale, Martinez-Gonzalez et al, 2003). من خلال ارتباطه بالنتائج الجسدية والنفسية مثل اضطرابات الأكل (Cherlin, & Kiernan, 1995)، أيضاً كمجموعة متنوعة من مشكلات الصحة النفسية (Umberson et al, 2014) مثل القلق والاكتئاب ومشاكل الانتباه والسلوك العدواني (Roysamb, Moum, & Tamsb, 2005). وجدت دراسة نرويجية عن المراهقين الذين عانوا من طلاق الوالدين في مرحلة الطفولة أن طلاق الوالدين مرتبط بالقلق والاكتئاب والرفاهية الذاتية وتدني تقدير الذات والمشاكل المدرسية (Storksen et al, 2005). كما أشار الإطار النظري إلى أن أبناء المرأة المطلقة يتعرضون لكثير من المشكلات النفسية والاجتماعية، ممثلة في غياب الحياة الأسرية، وصراع الوالدين، وصعوبة التكيف مع الحياة الجديدة، وعدم إشباع الاحتياجات المادية، والنفسية، والاجتماعية. فتشيع حياتهم بكثير من الضغوط والصعوبات، وعدم الاستقرار الاجتماعي والنفسي. وهو ما يؤدي إلى عدم شعور الطفل والمراهق بالرضا النفسي عن حياته الأسرية والاجتماعية، وتدني تقديره لذاته، وضعف مفهوم الضبط الخارجي، وفقدان الثقة في نفسه وفي الآخرين، وانخفاض مستوى الطموح لديه، وعدم القدرة على التواصل الجيد مع أقرانه، وأسرته، وانسحابه تدريجياً من الحياة الاجتماعية، وقد يصاب بالعزلة والشعور بالغضب الذي يتحول إلى العدوان تجاه نفسه أو الآخرين، وهذا كله نتاج طبيعي للخلل الذي أصاب عملية التنشئة من قبل أهم وحدة اجتماعية، ألا وهي الأسرة وهو ما يؤدي في النهاية إلى شعور الأبناء بتدني تقديرهم لذواتهم.

وأشار أيضاً إلى أنه ومن الواضح أن الحياة الأسرية تلعب دوراً كبيراً في حياة المراهق واتزانته، فالمنزل الذي يسوده الحب والعطف والهدوء والثبات، يجعل المراهق يشعر بالاطمئنان والثقة بالنفس وارتفاع تقدير الذات، بعكس الجو المنزلي المشحون بالنزاعات واضطراب العلاقات بين أفرادها، فهو يخلق شخصاً مضطرباً في سلوكه غير قادر على التكيف.

كما أشار إلى أن المراهقين الذين يعانون من تدني تقدير الذات عرضة للفشل في البحث عن الهوية والروابط الاجتماعية، ويميلون إلى الخوف من مقابلة أشخاص جدد، والشعور بعدم الأمان في علاقاتهم الأسرية، والشعور بالوحدة بسبب الرفض الاجتماعي. إلى جانب ذلك، سيؤثر مستوى تقدير الذات أيضاً على الأداء الأكاديمي للمراهقين الذي يشمل الثقة بالنفس، والمواقف تجاه الزملاء في الفصل، والدافع للتعلم، والمبادرة النشطة، والاهتمام بأنشطة الفصل الدراسي.

إن أحد العوامل التي تؤثر على الصحة النفسية للمراهقين هو دور الأسرة والوالدين. بشكل عام، يساهم زواج الوالدين في الرفاه النفسي للأطفال بسبب الدعم المالي بين الزوج والزوجة، والتفاعل الاجتماعي بين أفراد الأسرة، واستقرار العلاقة بين الوالدين المرتبطين بالتزامات الزواج.

كما يمكن تفسير النتائج في ضوء الدراسات السابقة. حيث جاءت نتائج هذه الدراسة متسقة مع ما توصلت اليه نتائج دراسة هوميرا (Humaira & Hurriyah, 2017)، والتي كان الهدف منها هو الكشف عن أثر برنامج إرشاد بالواقع في تحسين مفهوم الذات لدى المراهقين من اسر مفككة. إذ شهد جميع المشاركون الستة تعزيرًا لمفهوم الذات مما يشجعهم على إجراء المزيد من التغييرات السلوكية الإيجابية. ونتائج دراسة رويدي، وإيدي ب (Rosidi & Edy, 2018) التي اشارت إلى تفوق متوسطات درجات المجموعة التجريبية على متوسطات درجات المجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياس تقدير الذات، مما يشير إلى فعالية العلاج الجماعي بالواقع في زيادة تقدير الذات، و دراسة إيسونارتي، يانوارتي (Iswinarti & Yanuarty, 2020). حيث كانت نتائج هذا التدخل هي زيادة تقدير الذات الذي تدل عليه السلوكيات الإيجابية مثل قبول حالة أسرة الطلاب، وزيادة الحماس للتعلم، والشجاعة في التعبير عن احتياجاتهم للأباء، والثقة في الظهور في الأماكن العامة، ومبادرة المشاركة العلاقة مع أشخاص جدد والتقييم الذاتي المنتظم لتحقيق غرضهم وتقدير الذات، و دراسة سرامي، نزاري، كاساي (Sarrami, Nazari, Kassayi, 2018)). إذ تحسن الرفاه النفسي المجموعة التجريبية في القياس البعدي بشكل ملحوظ. هذا يعني أن التدخل الذي تم إجراؤه كان فعالاً في تحسين الرفاه النفسي. تشير نتائج هذه الدراسة إلى أن العلاج النفسي الجماعي الإيجابي يمكن أن يساعد الأطفال من أبناء المطلقين على تنمية قدراتهم بشكل أفضل من ذي قبل ويمكن استخدامه كخيار جيد لإعادة التأهيل النفسي لهذه الفئة ودراسة أنجالي، بريا (Anjaly & Priya, 2020)) التي هدفت إلى التعرف على دور الرفاه النفسي في تقدير الذات لدى المراهقون الأطفال في العائلات الوحيدة الوالد. أظهرت نتيجة الدراسة وجود تأثير دال للرفاه النفسي في تقدير الذات لدى المراهقين من الأسرة الوحيدة الوالد.

كما يمكن تفسير النتائج في ضوء العلاج بالواقع. فمن خلال هذا العلاج بالواقع، من المتوقع أن يدرك المشاركون الحقائق والقدرات الحالية على التصرف بمسؤولية من أجل تلبية احتياجات الحب والتقدير لنجاح تشكيل الهوية وتحسين تقدير الذات. كما ساعد البرنامج القائم على العلاج بالواقع عينة الدراسة على اتخاذ خيارات أكثر فاعلية أثناء تعاملهم مع الأشخاص الذين يحتاجونهم في حياتهم. كما أنشأ المعالج (الباحثون) علاقة مرضية مع المشاركين، وهو شرط أساسي للعلاج الفعال. بمجرد تطوير هذه العلاقة، تلعب مهارة المعالج كمتعلم ومعلم دورًا مركزيًا.

ومن منطلق نظرية الاختيار، التي يستند إليها العلاج بالواقع، فإننا لم نولد ألوًا فارغة تنتظر أن يتم تحفيزنا خارجيًا من قبل القوى الموجودة في العالم من حولنا. فقد راعى الباحثون عند اعداده التدريبات أننا نولد ولدينا خمسة احتياجات مشفرة وراثيًا تدفعنا جميعًا إلى حياتنا: البقاء، أو الحفاظ على الذات؛ الحب والانتماء والسلطة، أو التحكم الداخلي؛ الحرية، أو الاستقلال؛ والمرح، أو الاستمتاع.

وقد استطاع الباحثون من خلال التدريبات في ضوء العلاج بالواقع، تلبية الاحتياجات العامة أو الأساسية للمشاركين، الحب والانتماء والصداقة والاهتمام والمشاركة، القوة: الأهمية والاعتراف والقيمة والمهارة، المرحة: المتعة والمتعة والضحك والتعلم، والحرية: الاستقلال والاختيار والاستقلالية.

كما أن الباحثين (المعالج) في جلسات الإرشاد قد تجنب الجدال، أو الهجوم، أو الاتهام، أو التحقير، أو اللوم، أو التوجيه، أو الانتقاد أو العثور على الخطأ أو الإكراه أو تشجيع الأعذار أو حمل الأحقاد أو بث الخوف أو الاستسلام بسهولة.

ومن هذه البيئة التي تتسم بالمواجهة المعتدلة، ولكنها دائمًا ما تكون مهتمة، تعلم المشاركون إنشاء بيئة مرضية تؤدي إلى علاقات ناجحة. في هذا الجو الخالي من الإكراه، شعر المشاركون بحرية الإبداع والبدء في تجربة سلوكيات جديدة.

كما إنه أثناء الجلسات ساعد الباحثين (المعالج) المشاركين على تحديد الاحتياجات الأساسية، واكتشاف عالم الجودة الخاص بهم، ومساعدتهم على فهم أنهم يختارون السلوكيات الإجمالية التي تمثل أعراضهم. وفي كل حالة عندما يقوم المشاركون بإجراء تغيير، فإن هذا اختيارهم. بمساعدة المعالج، تعلم المشاركون اتخاذ خيارات أفضل مما فعلوه عندما كانوا بمفردهم. من خلال نظرية الاختيار، تمكن المشاركون من الحصول على علاقات ناجحة والحفاظ عليها.

كما قد يرجع الباحثون تحسين الرفاه النفسي وتأثير ذلك على تنمية تقدير الذات لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية من أبناء الأسر المطلقة إلى اعتما البرنامج على عدة استراتيجيات، وهي: فن طرح الأسئلة الماهرة، وإعطاء التعليمات، والمرح وروح الدعابة، والتفاعل والمناقشة الجماعية، والتغذية الراجعة، مجموعات عمل، واجبات منزلية، التدعيم والمساندة، سؤال من الواقع، تقديم الموضوع، التعزيز الإيجابي، خطوات واقعية لتعلم السلوك، إعادة التعلم، التقويم الذاتي، أنموذج لمسؤولية سلوكية (ولعب الدور، والنمذجة، وموقف درامي).

كما اعتمد البرنامج على شرح الاحتياجات الأساسية الخمس لجلاسر Glasser، وهي الحب أو الانتماء، والإنجاز، والحرية، والمتعة، والبقاء على قيد الحياة. كان الغرض الرئيسي من هذا الجزء هو جعل المشاركين يكتشفون كيف ومتى وأين يشعرون بالرضا عن

الاحتياجات الأساسية الخمسة. يقدم لهم الباحثون النصيحة فيما يتعلق بالتخطيط لكيفية زيادة رضاهم عن الاحتياجات الأساسية الخمسة.

بالإضافة إلى ذلك، مساعدة المشاركين على فهم الاختلافات بين عالم الجودة والعالم المدرك. يتكون عالم الجودة من صور محددة تصور، أكثر من أي شيء آخر نعرفه، أفضل الطرق لتلبية واحد أو أكثر من احتياجاتنا الأساسية (Glasser, 1998). طلب الباحثون (المعالج) من المشاركين رسم البومات صور ذهنية والنظر فيما إذا كانت هذه ممكنة أم لا. ساعدهم الباحثون في التخطيط لكيفية زيادة رضاهم في حالة توازن جيد بين عالم الجودة والعالم المتصور.

كما تعلم المشاركون "سيارة السلوك الشامل" لـ Glasser، حيث السلوك الكلي من المكونات الأربعة: التمثيل والتفكير والشعور وعلم وظائف الأعضاء المرتبط بجميع أفعالنا وأفكارنا ومشاعرنا. يحدد المشاركون السلوك الكلي الذي يعجبهم / لا يعجبهم، وكان الهدف من ذلك مساعدة المشاركين على تعلم التحكم بشكل أكثر فاعلية في حياتهم من خلال اختيار السلوك الكلي.

كما تعلموا كيفية التخطيط من خلال برنامج WDEP (الرغبة، والعمل، والتقييم، والتخطيط، Want, Doing, Evaluation, and Planning). وقد تم التأكيد على أنه ينبغي عليهم التخطيط للطرق التي لا تتعارض من خلالها مع رغبات الآخرين. في فترة الإغلاق، عبر جميع المشاركين عن اختيار السلوك الإيجابي، وما تعلموه، وكيف تصوروا مستقبلهم.

## التوصيات والمقترحات.

### 1- التوصيات

- في ضوء ما توصلت إليه نتائج الدراسة الحالية، يوصي الباحثون بما يلي:
1. ضرورة أن يقوم الأخصائيون الاجتماعيون والنفسيون العاملون في المدارس على كيفية زيادة تقدير الذات لدى المراهقين، وخاصة بين المراهقين من العائلات المطلقة من خلال تدريب المراهقين على كيفية زيادة احترامهم لذاتهم.
  2. يجب على هذه الجهات المعنية تقديم التدريب والتوجيه لأولياء أمور المراهقين من العائلات المطلقة حول كيفية معاملة أطفالهم بدفء وتسهيل الحالة التي تعتبر ضرورية لتعزيز تقدير أطفالهم لذاتهم خاصة من خلال استخدام برنامج زيادة تقدير الذات.
  3. يمكن أن يتأثر تقدير الذات لدى المراهقين بعدة عوامل مثل بنية الأسرة، وحب الوالدين وعاطفتهم، وممارسات التربية الأبوية وعوامل أخرى. في هذه الدراسة كان القصد من الحد من آثار الطلاق على احترام الذات لدى المراهقين. ومن ثم يجب على الباحث المهتم أن يولي الاهتمام اللازم لعوامل أخرى لفحص احترام المراهقين لأنفسهم في سياق الطلاق.
  4. اعتبار الإرشاد بالواقع مادة خصبة للبحث في المتغيرات النفسية لدى أبناء الأسر المطلقة.
  5. يجب على العاملين في مجال الإرشاد النفسي، والأسرى، والزواجي توعية الأزواج المحتملين والبالغين المتزوجين حول كيفية تأثير الحالة الاجتماعية المختلفة على رفاهية الأطفال والبالغين. يمكن أن يعلم هذا التنوير البالغين المتزوجين بالحاجة إلى تحمل المسؤولية في تعزيز نوع الاتحاد الذي سيؤثر بشكل إيجابي على الرفاه النفسي لأفراد الأسرة.
  6. يجب على المرشد النفسي في المدرسة مساعدة جميع المراهقين في المدرسة من الآباء المنفصلين بغض النظر عن جنسهم. يحتاج المرشدون في كل من المدارس الخاصة والعامة إلى تركيز الانتباه في مساعدة المراهقين من الآباء المنفصلين عن الآباء على تنمية تقدير الذات الإيجابي والصحي، على الرغم من أن أولئك الموجودين في المدارس الحكومية يحتاجون إلى جهود مكثفة.
  7. يتطلب الرفاه النفسي التركيز على الاختيار والمسؤولية الشخصية، وخيارات الرفاه النفسي ذاتية التمكين. وبالتالي، فإن تعليم الطلاب حول الرفاه النفسي سيعمل على إعدادهم وتمكينهم من اتخاذ خيارات صحية يمكن أن يكون لها تأثير إيجابي على مدى حياتهم بأكملها. من المأمول أن تؤثر هذه الاختيارات أيضاً على تقدير الذات، مما يخلق دورة إيجابية من كل من المزيد من الرفاه النفسي والمشاعر الإيجابية ذات القيمة خلال فترة النمو الحرجة.

### 2- المقترحات

1. يمكن دراسة تقدير الذات لدى المراهقين من بنية عائلية مختلفة باستخدام الدراسات الطولية.
2. يمكن أيضاً ملاحظة طبيعة التفاعل الأبوي فيما يتعلق بكيفية تنظيمه لتأثير انفصال الوالدين على تقدير المراهقين لأنفسهم.
3. دراسة تأثير بنية الأسرة وتجربة الفصل بين الوالدين على الرفاه النفسي للمراهقين.
4. إلقاء مزيد من الضوء على العوامل التي يمكن أن تعزز المرونة النفسية للمراهقين ودراسة الفروق في مستوى الرفاه النفسي.

5. يجب إجراء دراسة مماثلة في مناطق أخرى باستخدام نفس الأساليب أو أساليب مختلفة لمعرفة ما إذا كانت نفس الدراسة تولد تأثيرات مماثلة على تطورات الطفل. سيساعد هذا المجتمع على رؤية الطريقة التي يؤثر بها الطلاق بشكل كبير على المجتمع ككل بشكل عام.

### قائمة المراجع.

- Amato, P. R. (2000). The consequences of divorce for adults and children. *Journal of Marriage and Family*, 23(1), 1269–1287. Download pada tanggal 1 Oktober 2017 dari <https://doi.org/10.5559/di.23.1.01>
- Anjaly M. , Priya V. (2020). Self Esteem and Psychological Well Being of Adolescent Children in Single Parent Families. *Indian Journal of Public Health Research & Development*, 11(5), 32-37. <https://doi.org/10.37506/ijphrd.v11i5.9286>
- Aziz, A. R. B. A. (2022). The Effectiveness Of Reality Therapy In Group Counseling To Achieve Student Motivation For Academic Well-being. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*.
- Baert, S., & Van der Straeten, G. (2021). Secondary school success in times of parental divorce. *Family Relations*, 70(2), 575-586.
- Cervera, S., Lahortiga, F., Angel Martínez-González, M., Gual, P., Irala-Estévez, J. D., & Alonso, Y. (2003). Neuroticism and low self-esteem as risk factors for incident eating disorders in a prospective cohort study. *International Journal of Eating Disorders*, 33(3), 271-280.
- Chase-Lansdale, P. L., Cherlin, A. J., & Kiernan, K. E. (1995). The long-term effects of parental divorce on the mental health of young adults: A developmental perspective. *Child Development*, 66, 1614–1634. doi:10.2307/1131900
- Emmelkamp, P. M., & Meyerbröker, K. (2021). Virtual reality therapy in mental health. *Annual review of clinical psychology*, 17, 495-519.
- Fereidouni, H., Omidi, A., & Tamannaefar, Sh. (2019). The Effectiveness of Choice Theory Education on wellbeing and Self-esteem in University Students. *Journal of Practice in Clinical Psychology*, 7(3), 207-214. <http://dx.doi.org/10.32598/jpcp.7.3.207>
- Garriga, A., & Pennoni, F. (2022). The causal effects of parental divorce and parental temporary separation on children's cognitive abilities and psychological well-being according to parental relationship quality. *Social Indicators Research*, 161(2-3), 963-987.
- Glasser, W. (1998). *Choice theory*. New York: HaperCollins Publishers.
- Glasser, W. (2001). *Choice theory in the classroom*. New York: Harper Collins.
- Glasser, W. (2003). *Warning: Psychiatry can be hazardous to your mental health*. New York: HaperCollins Publishers
- Glasser, W. (2005). *Defining mental health as a public health issue: A new leadership role for the helping and teaching professions*. Chatsworth, CA: William Glasser Institute
- Glasser, W., & Wubbolding, R. E. (2008). *Reality therapy*. In M. D. Spiegler, & J. Frew (Eds.), *Contemporary psychotherapies for diverse world* (pp. 293-321). New York, NY: Routledge Taylor and Francis Group.
- Gough, I., & McGregor, J. (2007). *Wellbeing in developing countries: from theory to research*: Cambridge University Press
- Gough, I., & McGregor, J. (2007). *Wellbeing in developing countries: from theory to research*: Cambridge University Press
- Hakak, N.M. (2013). Effectiveness of group reality therapy in increasing the student's happiness. *Life Science Journal*, 10(1), 1-4.
- Humaira, S. A., & Hurriyah, I. A. (2017, August). Students' Perspectives towards Self-Directed Learning out of Classroom. In *International Conference on English Language Teaching (ICONELT 2017)* (pp. 6-11). Atlantis Press.
- Iswinarti, W. & Yanuarty, P. (2020). Group Reality Therapy to Increase Self-Esteem in Adolescents. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 13(2): 71-75.

- Iswinarti,W. & Yanuarty,P.(2020). Group Reality Therapy to Increase Self-Esteem in Adolescents. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 13(2): 71-75.
- Kim, Jong-Un. (2008). The effect of a reality therapy group counseling program on the internet addiction level and self esteem of internet addiction university students. *International Journal of Reality Therapy*, 18(2), 4-12.
- Mahmoudi, H., & Khoshakhlagh, H. (2018). The effectiveness of positive psychotherapy on self-esteem among adolescents with depression disorder. *Journal of Social Behavior and Community Health*, 2(1), 153-163.
- Mazaheri Z, Mirsifi Fard L S, Mohamad Ali Vatankhah V, Darbani S A. (2020)Effectiveness of Compassion-Focused Therapy (CFT) on Self-Esteem and Resilience in Children and Adolescents with Divorced Parents. *J Child Ment Health*; 7 (2):280-293 URL: <http://childmentalhealth.ir/article-1-622-en.html>
- Mi Hye, L. (2001). The effect of group reality therapy on internal control and self-esteem.*International Journal of Reality Therapy*, 20(2), 18.
- Obeid, S., Al Karaki, G., Haddad, C., Sacre, H., Soufia, M., Hallit, R.,... & Hallit, S. (2021). Association between parental divorce and mental health outcomes among Lebanese adolescents: results of a national study. *BMC pediatrics*, 21, 1-9.
- Permata, S. A. R. İ., Thahir, A., & UTAMİ, F. (2020). Reality counseling with value judgement techniques to reduce bullying behavior of vocational students. *Psychology Research on Education and Social Sciences*, 1(2), 83-89.
- Rosidi, A. & Edy P(2018). Effectiveness of Reality Therapy Group Counseling to Increase The Self-Esteem of Students. *Jurnal Bimbingan Konseling* 7 (1): 12 – 16
- Rosidi, R., Sutoyo, A., & Purwanto, E. (2018). Effectiveness of reality therapy group counseling to increase the self-esteem of students. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 7(1), 12-16.
- Sarrami M, Nazari A, Kassayi A. (2018).The effectiveness of positive psychotherapy on psychological well-being of children of divorce.*J Research Health*; 8(4): 298- 304
- Storksen, I., Roysamb, E., Moum, T., & Tambs, K. (2005). Adolescents with a childhood experience of parental divorce: A longitudinal study of mental health and adjustment. *Journal of Adolescence*, 28, 725–739. doi:10.1016/j.adolescence.2005.01.001
- Tullius, J. M., De Kroon, M. L., Almansa, J., & Reijneveld, S. A. (2022). Adolescents' mental health problems increase after parental divorce, not before, and persist until adulthood: a longitudinal TRAILS study. *European child & adolescent psychiatry*, 31(6), 969-978.
- Umberson, D., Williams, K., Thomas, P. A., Liu, H., & Thomeer, M. B. (2014). Race, gender, and chains of disadvantage: Childhood adversity, social relationships, and health. *Journal of health and social behavior*, 55(1), 20-38.
- Umberson, D., Williams, K., Thomas, P., Liu, H., & Thomeer, M. B. (2014). Race, gender, and chains of disadvantage: Childhood adversity, social relationships, and health. *Journal of Health and Social Behavior*, 55, 20–38. doi:10.1177/0022146514521426
- Van Dijk, R., Van Der Valk, I. E., Deković, M., & Branje, S. (2020). A meta-analysis on interparental conflict, parenting, and child adjustment in divorced families: Examining mediation using meta-analytic structural equation models. *Clinical Psychology Review*, 79, 101861.
- Wubbolding, R. (2008). Reality therapy. In J. Frew & M. Spiegler (Eds.), *Contemporary psychotherapies for a diverse world* (pp.360-396). New York: Lahaska Press.
- Zainal, N. H., Chan, W. W., Saxena, A. P., Taylor, C. B., & Newman, M. G. (2021). Pilot randomized trial of self-guided virtual reality exposure therapy for social anxiety disorder. *Behaviour research and therapy*, 147, 103984.