مجلة العلوم
الاجتماعية والإنسانية

جامعة محمد بوضياف
بالمسيلة

تنمية الثقة بالنفس لدى تلاميذ سنة رابعة متوسط بمدينة سعيدة

أ.حسين لامية جامعة تيزي وزو أ. عينو عبد الله جامعة السعيدة

ملخص :

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على فاعلية برنامج إرشادي لتنمية الثقة بالنفس لدى عينة من تلاميذ السنة رابعة متوسط قوامها 36 تلميذ ، ممن لديهم تدني في مستوى الثقة بالنفس حسب نتائج مقياس الثقة بالنفس لإيزنك، وتم اختيار عينة أخرى ضابطة ،وتم اختيار المنهج الشبه التجريبي ،وبعد تطبيق البرنامج لتنمية الثقة بالنفس من إعداد الباحثان أسفرت النتائج بعد استخدام اختبار ""ت" عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القياس البعدي ، مما دل على فاعلية البرنامج في تنمية الثقة بالنفس.

الكلمات المفتاحية : برنامج تنمية الثقة بالنفس – الثقة بالنفس – تدني الثقة بالنفس لدى التلاميذ

مقدمة:

يعتبر موضوع الثقة بالنفس من بين المواضيع المثيرة للاهتمام، والتي لها علاقة مباشرة بشخصية الفرد، كما يعتبر من أهم السمات الانفعالية التي يكتسبها الفرد من البيئة التي يعيش فيها، يمر الإنسان خلال مراحل نموه باضطرابات قد تكون هذه الإضرابات مسببة في مشكلات نفسية يصعب التعامل معها أو القضاء عليها إن لم تتوفر الإدارة القوية والوعي الكامل بخطر هذه الاضطرابات على مسار نمو الإنسان ونجاحاته ، فإذا لم يسرع في إيجاد حل لها أكل الأخضر واليابس ،ومن ذلك بعض المشكلات التي توجد في شخصية الإنسان لاسيما شخصية التلميذ التي لها تفاعلات اجتماعية واسعة النطاق ، تدني الثقة بالنفس لديه قد يسبب لهذه العلاقات تدهورا وتطورا نحو الخلف مما قد ينعكس على شخصيته بالسلب لاسيما في تقديرها وفي إيمانها بقدرتها على النجاح والتفوق ، ومن العوامل التي تؤدي إلى ضعف الثقة بالنفس الظروف الاجتماعية ،النفسية والاقتصادية التي يكون يمر بها الفرد وأسرة الفرد التي يمكن أن تلقي بثقلها على نفسية التلميذ.

للثقة بالنفس مظاهر ودلائل تدل على وجودها لدى الفرد، كما لها مظاهر تشير لضعف مستواها وتدنيها لديه (بلال، 2014)، وقد يعمل الفرد في الوسط على الاقتداء بالآخرين فتنتشر بعض الانفعالات النفسية،يقاس على الوسط المدرسي ،من ذلك سمة التفاؤل والتشاؤم لدى الفرد يؤثران على الثقة بالنفس(نفين وعبد الحكيم ،2009)ويرى كل من سميث(1983) و تيجر(1979) أن التفاؤل عامل أساسي لبقاء الإنسان ومن خلاله يمكن التنبؤ بالمستقبل وبالأفكار الخاصة بالتطور الاجتماعي والاقتصادي كما ويساعد الأفراد على فهم أهدافهم المحددة وطرق التغلب على الصعوبات التي تواجههم والتي قد تؤثر في المجتمع، وذلك كله يعزز الثقة بالنفس لدى الفرد.(الأنصاري 1998 : 19) ،والتفاعلات الاجتماعية تجعل الفرد يندفع أو يحجم نحو شيء ما فعن طريقه يؤدي الدعم المعنوي والمادي إلى زيادة في حدوث سلوك معين أو إلى تكرار حدوثه فكلمات المديح وإظهار الاهتمام والثناء على الشخص تقوي ذاته.(عبد الستار والآخرون 1993) تتعبر النظرة الايجابية المتفاعلة مع الثقة بالنفس الأساس الذي يمكن الأفراد من وضع الأهداف أو الأولويات، ويزرع روح الأمل في النفس والثقة في قدراتها، إنها الأفعال

والسلوكيات التي تجعل أفراد المجتمع يتغلبون على الصعوبات والمحن التي قد تواجههم في معيشتهم وفي المواقف الاجتماعية التي يتعرضون لها. (بن محمد ،2013)

فمن بين المشاكل التي يعاني منها الفرد ضعف الثقة بالنفس، حيث نجد هذه المشكلة منتشرة بكثرة لدى التلاميذ. ولهذا جاءت هذه الدراسة لتسلط الضوء على فاعلية برنامج إرشادي في تنمية الثقة بالنفس لدى تلاميذ السنة رابعة متوسط بمدينة سعيدة، فكثير من الطلبة والطالبات مما هو ملاحظ لديهم مستوى كبير من الذكاء والمواهب والقدرات التي يمكن أن تحقق بها المراتب العليا وتتقلد المراكز الاجتماعية المميزة ، ولكن ضعف الثقة بالنفس جعلهم في عداد المفقودين ،وخجلهم جعلهم يضمرون مواهبهم ويرفضونها بذل إظهارها للآخرين ، واتضح أيضاً أنه كلما حدد الأبناء أهدافهم زادت ثقتهم بأنفسهم واتسموا بالضبط الداخلي وأصبحوا متوافقين نفسيا واجتماعيا ولديهم قدرة السيطرة على الأحداث والأفعال الخاصة،ويرتبط انخفاض في مستوى الكثير من القدرات مع الثقة بالنفس والعكس مثل القدرة على حل المشكلات ،و علاقة سالبة بين انخفاض مفهوم الذات الأكاديمية والثقة بالنفس فإذا كان عدد غير قليل من التلاميذ ممن يعاني من ذلك فكان لزاما العمل الجاد من قبل الباحثين لتحريك الكوامن والطاقات والنفخ في الجمر من أجل أن يخرج البركان ما يحويه من كنوز وذلك كله فقط بتنمية الثقة بالنفس ، ومن هذا المنطلق يمكن طرح **الإشكالية** التالية :

-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج في تنمية الثقة بالنفس على تلاميذ سنة رابعة متوسط عند مستوى الدلالة 0,05؟

الإشكاليات الفرعية:

1-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية لدى درجات أفراد العينة التجريبية والضابطة في القياس القبلي عند مستوى الدلالة 0,05؟

2-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية لدى درجات أفراد العينة التجريبية والضابطة في القياس البعدي بعد تطبيق البرنامج لتنمية الثقة بالنفس لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية عند مستوى 0,05؟

3-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية لدى درجات أفراد العينة الضابطة بين القياس القبلي والبعدي بعد تطبيق البرنامج لتنمية الثقة بالنفس لصالح القياس البعدي عند مستوى 0,05؟

نتائج القياس القبلي والبعدي لسمة الثقة بالنفس

أهداف البحث: تكمن أهداف الدراسة فيما يلي:

1. التعرف على مستوى الثقة بالنفس لدى تلاميذ السنة رابعة متوسط.
2. التعرف على مدى فاعلية البرنامج الإرشادي في تنمية الثقة بالنفس لدى تلاميذ السنة رابعة متوسط ممن لديهم تدني في مستوى الثقة بالنفس.

أهمية البحث: تكمن أهمية الدراسة فيما يلي: وسعت الدراسة إلى الوصول إلى تحقيق الأهداف التالية:

- تنمية الجوانب النفسية لدى التلاميذ يساعد على تحقيق التحصيل الجيد.

-للبرامج الإرشادية والتدخلات العلاجية فاعلية تفرق عن الوصف وتحقق نتائج يمكن الاستفادة منها وتلمسها.

- المساهمة الجدية في البحث والتنقيب وعلاوة عن ذلك التدخل والعلاج.

مفاهيم إجرائية :

الثقة بالنفس :هي الإدراك والتصور الايجابي للفرد ومعرفته الحقيقية لمستوى قدراته ،مواهبه ،استعداداته ،طاقاته ،مهاراته وكفاءاته في التكيف مع الأحداث والمواقف بشكل جيد وفعال .

البرنامج: هي مجموعة الخطط ،الوسائل،الأفكار،الإجراءات،الفنيات والمبادئ التي تستخدم في أحد الميادين (التربوي)والنشاط الإنساني بصورة شاملة ومتكاملة، لغرض الوصول إلى أهداف محددة مرتبطة بالمستقبل الدراسي للتلاميذ وأعلى درجات التوافق النفسي والدراسي ، وتكمن في هذه الدراسة في وضع الخطة اللازمة لبناء الثقة بالنفس لدى التلاميذ من أجل بلوغ أعلى مراتب النجاح الدراسي .

الدراسات السابقة :

1. دراسة العنزي (2003):

هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين الثقة بالنفس ودافع الإنجاز لدى الطلاب المتفوقين دراسيا والعاديين، والتعرف على الفروق في كل من الثقة بالنفس والإنجاز بين

المتفوقين دراسيا والعاديين، وتكونت العينة من 300 طالب منهم 150 متفوق و 150 عادي، تراوحت أعمارهم ما بين 12-16 سنة واستخدم الباحث مقياس الثقة بالنفس " للقواسمه والفرح"، ومقياس دافع الانجاز "لمنصور" وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة إرتباطية دالة إحصائيا بين الثقة بالنفس ودافع الانجاز لدى المتفوقين دراسيا، في حين عدم وجود تلك العلاقة لدى العاديين، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في الثقة بالنفس بين المتفوقين دراسيا والعاديين (رجب علي، 2009).

2. دراسة العنزي والكندري (2004):

هدفت الدراسة إلى معرفة علاقة التحصيل الدراسي بالثقة بالنفس وفقا للنظام التعليمي المتبع في دولة الكويت، وتم تطبيق الدراسة على عينة قوامها 1410 طالب وطالبة في الصف الثالث الثانوي من نظام الفصلين ونظام المقررات، وأسفرت الدراسة عن نتائج عدة أهمها أن الطلبة أعلى في مستوى الثقة بالنفس من الطالبات في كل من النظامين التعليميين، كما أظهرت الدراسة ارتباطا موجبا بين التحصيل الدراسي والثقة بالنفس في نظام الفصلين عند الطلاب والطالبات، في حين أنه ظهر ارتباط دال بين المتغيرين في نظام المقررات لدى الذكور فقط، كما توصلت الدراسة إلى أن طرق التدريس الحديثة تؤدي إلى رفع الثقة بالنفس بينما الطرق التقليدية تترك أثرا سلبيا في بناء الثقة بالنفس لدى الطلبة (رجب علي، 2009).

3. دراسة حنان المزوعي(2007):

هدفت الدراسة إلى معرفة إلى أي مدى يمكن أن يؤثر البرنامج في رفع وتنمية الثقة بالنفس، و اعتماده كإرشاد نفسي ثابت داخل المؤسسات التعليمية، واتبعت الباحثة التصميم التجريبي الأحادي ذو المجموعة الواحدة، والمعتمد على القياس القبلي والبعدي، وبلغ عدد أفراد العينة 15 طالبة من تخصصات مختلفة، واللواتي لديهن انخفاض في الثقة بالنفس، وهذا بعد تطبيق مقياس الثقة بالنفس تم استخراج هذه العينة. وبعد ما تم تطبيق البرنامج الإرشادي وفي الأخير تم إعادة تطبيق مقياس الثقة بالنفس لمعرفة الأثر الذي تركه البرنامج، وتوصلت الباحثة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعة في القياس القبلي والبعدي للثقة بالنفس لصالح القياس البعدي عند مستوى دلالة 0.001. كما توصلت الباحثة إلى أن البرنامج الإرشادي له أثر واضحا في تنمية الثقة بالنفس لدى الطالبات وليس هناك فروق في التأثر بالبرنامج بين التخصصات.

4. دراسة حسيب محمد(2009):

هدفت الدراسة إلى تقديم برنامج إرشادي لتنمية الثقة بالنفس وخفض اضطراب اللجلجة في الكلام لدى الأطفال بالمرحلة الابتدائية.

تمثلت العينة في 868 طفلا يمثلون جميع طلاب الصف السادس الابتدائي بعدد 10 مدارس ابتدائية منهم 429 ذكرا و439 أنثى.

وأسفرت نتائج الدراسة إلى فاعلية البرنامج المقترح في تنمية الثقة بالنفس لدى الأطفال بالمرحلة الابتدائية، وقد أكد هذه الفاعلية بأنه:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط رتب مجموعة الذكور التجريبية ومتوسط رتب مجموعة الذكور الضابطة في مقياس الثقة بالنفس لصالح المجموعة التجريبية بعد انتهاء البرنامج مباشرة . وكذا بعد انتهاء فترة المتابعة.

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط رتب مجموعة الإناث التجريبية ومتوسط رتب مجموعة الإناث الضابطة في مقياس بالنفس لصالح المجموعة التجريبية بعد انتهاء البرنامج مباشرة، وكذا بعد انتهاء فترة المتابعة.

5- دراسة سمية مصطفى رجب علي (2009):

هدفت الدراسة إلى الكشف عن فعالية البرنامج الإرشادي المقترح لتنمية الثقة بالنفس لدى طالبات الجامعة الإسلامية بغزة، والتعرف على مستوى الثقة بالنفس لدى أفراد العينة، وكذلك الكشف عما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية على الاختبار القبلي ومتوسط درجاتهم على الاختبار البعدي للثقة بالنفس، والكشف عما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية على الاختبار البعدي ومتوسط درجاتهم على الاختبار التتبعي لقياس الثقة بالنفس. وتكونت العينة من 62 طالبة من كلية التربية .

تعليق على الدراسات السابقة:

1. تناولت هذه الدراسات موضوع الثقة بالنفس، إلا أن كل دراسة تختلف عن الأخرى في كيفية دراستها لهذا الموضوع، فمنها من درسته من حيث العلاقة بمتغير دافع الانجاز كدراسة العنزي (2003)، ودراسة العنزي والكندري(2004) حول علاقة التحصيل الدراسي بالثقة بالنفس.

2. من حيث عينة الدراسة،فلقد اختلفت الدراسات فمنها من كانت دراسته حول عينة من طالبات الجامعة دراسة سمية مصطفى(2009)، ومنها من كانت دراسته حول طلبة التعليم الثانوي (دراسة العنزي والكندري، 2004)، ودراسة حنان المزوعي (2007) ، ودراسة حسيب محمد (2009) حول أطفال التعليم الابتدائي.

3. استخدام جميع الدراسات لمقياس الثقة بالنفس.

الفرضية العامة :

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج لتنمية الثقة بالنفس على تلاميذ سنة رابعة متوسط عند مستوى الدلالة 0,05.

الفرضيات الجزئية:

1-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لدى درجات أفراد العينة التجريبية والضابطة في القياس القبلي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة عند مستوى الدلالة 0,05.

2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية لدى درجات أفراد العينة التجريبية والضابطة في القياس البعدي بعد تطبيق البرنامج لتنمية الثقة بالنفس لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية عند مستوى 0,05.

3-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لدى درجات أفراد العينة الضابطة بين القياس القبلي والبعدي بعد تطبيق البرنامج لتنمية الثقة بالنفس عند مستوى 0,05.

الدراسة الميدانية :

المنهج : لقد تم استخدام المنهج الشبه تجريبي في هذه الدراسة لملائمته للبحث وأهدافه،والتصميم وطبيعة العينة واختيارها.

مجتمع الدراسة : مجتمع هذه الدراسة كل تلاميذ سنة رابعة متوسط بمدينة سعيدة – الجزائر المسجلين لسنة2013 -2014.

عينة الدراسة : 1-عينة الدراسة الاستطلاعية : تكونت عينة الدراسة الاستطلاعية من 31 تلميذ من تلاميذ المرحلة المتوسطة من متوسطة رفاس إبراهيم، كان الاختيار عشوائيا

.

2-ثم اختيار عينة الدراسة الأساسية من تلاميذ السنة الرابعة متوسط من متوسطة رفاس إبراهيم تم اختيار 72 تلميذا أجري عليهم مقياس الثقة بالنفس، ومن بعد تم إختيار36 تلميذ كعينة تجريبية 21 إناث 15ذكورممن لديهم تدني في الثقة بالنفس حسب نتائج المقياس ومثلها ضابطة،الاختيار تم بطريقة المعاينة القصدية لملائمتها للبحث الشبه التجريبي .

الحيز المكاني : أما عن الحيز المكاني فتم إجراء الدراسة في متوسطة رفاس إبراهيم بمدينة سعيدة

الحيز الزماني :ثم إجراء هذه الدراسة من بداية شهر أكتوبر إلى نهاية منتصف شهر ماي من سنة 2013 -2014

الإجراء والتصميم :تم إجراء القياس القبلي ثم تطبيق إستراتيجية تنمية الثقة بالنفس ثم إجراء القياس البعدي للتأكد من الأثر الذي يمكن أن تحدثه الإستراتيجية وذلك على تلاميذ سنة رابعة متوسط من متوسطة رفاس إبراهيم بمدينة سعيدة وذلك كله بعد التأكد عن طريق مقياس ايزنك للثقة بالنفس من تدني مستوى الثقة بالنفس للعينة التي تم اختيارها من المرحلة المتوسطة في التعليم ،والتي تم الانتقاء منها العينة التجريبية، الإجراء الشبه التجريبي الذي تم في هذه الدراسة هو تطبيق الإستراتيجية على عينة تجريبية مؤلفة من 36 تلميذ ، وعينة ضابطة متجانسة مع التجريبية في العدد والجنس والتخصص للتأكد من عدم تدخل متغيرات أخرى و لمعرفة أثر إستراتيجية تنمية الثقة بالنفس التي أعدها الباحث على العينة التجريبية دون الضابطة ،وعلى نتائج الفروق بين القياسين.

الجدول (1) يوضح التصميم الشبه التجريبي

المجموعة التجريبية	قياس قبلي (مقياس الثقة بالنفس لإيزنك	إستراتيجية تنمية الثقة بالنفس	قياس بعدي	نتائج الفروق ؟
المجموعة الضابطة	قياس قبلي (مقياس الثقة بالنفس لإيزنك)	/	قياس بعدي	

أدوات الدراسة : لقد استخدم الباحث أداتين للدراسة هما :

أولا : مقياس الثقة بالنفس :يعد هذا المقياس من المقاييس التي وضعت لقياس سمة الثقة بالنفس قام بإعداده الباحث ايزنك ، يتكون من 42 سؤالا، وهو مجمل من مقاييس ايزنك للشخصية، قام الباحث(مصطفى) بترجمة عبارات المقياس إلى اللغة العربية ،ثم قام آخرون _ كل على حدة _ برد الترجمة إلى اللغة الإنجليزية ،ثم تم إجراء التصحيحات اللازمة وإعادة العملية إلى أن تقاربت الترجمة العربية والانجليزية إلى حد كبير ومع ما يتفق مع مضمون كل عبارة وفي سياق البيئة العربية، تم التحقق من صدق المحتوى عن طريق أراء المحكمين المتخصصين للتأكد من مدى قدرة أسئلة المقياس على الكشف عن الثقة بالنفس ،وأخذ بإجماع المحكمين بنسبة 80 بالمائة على الأقل ، استخدم صدق الارتباط بالمحك حيث طبق المقياس على عينة مكونة من 50 طالب جامعي مع مقياس الاستقلال الذاتي ،وكان معامل الارتباط بين المقياسين 0,63 وهو ارتباط إحصائيا دال ،وكانت نتيجة الصدق التربيعي ب0,92 ،اما ثبات المقياس فقد وجد الباحث عن طريق إعادة الاختبار القيمة0,82 كما تم حساب الاتساق الداخلي بين

أسئلة المقياس والبعد الذي تنتمي إليه وبالدرجة الكلية لمقياس ،وقد تراوحت معاملات الارتباط بين 0,29 ،0,82 وكلها دالة إحصائيا ،وقد روعي في صياغتها بعد تعريبها أن تكتشف الاستجابة لها عن الثقة بالنفس من خلال مدى انطباق مضمون السؤال على المفحوص بطريقة (غالبا ، أحيانا ، ناذرا).. وقد كان ما يقرب من نصف الأسئلة ذات مضمون ايجابي يكشف عن الثقة بالنفس وبقية الأسئلة ذات مضمون سلبي ، وذلك منعا للتخمين ..ويميل الحاصلون على درجات عالية في هذا المقياس إلى أن يكون لديهم الكثير من الثقة بأنفسهم وبقدراتهم :فهم يشعرون بالرضا عن الذات ، والإحساس بالتفوق ،واليقينية ، والقدرة على التحقيق الأهداف ،والتوجه التحصيلي ، والثقة بالنفس .. ويمكن القول بأنهم يحبون أنفسهم كثيرا دون أن يتضمن ذلك بالضرورة شيئا من الغرور أو الزهو.. أما الحاصلون على درجات منخفضة فتدني أرائهم في أنفسهم معتقدون بأنهم فاشلين غير واثقين في قدراتهم وأفكارهم ،غير قادرين على تحقيق أهدافهم ، يتسمون بالخجل واللامبالاة ، ولا يتمتعون بالجاذبية في علاقتهم الاجتماعية ،والحاصلون على درجات قليلة جدا يمكن اعتبارهم قريبين مما يعرف بعقدة النقص.

وفيما يلي مفتاح التصحيح لأبعاد المقياس الستة :

_ الرضا عن الذات يرمز له بالرمز (ر)

-1 ، 7 ، 13، -19، -25 ، 31 ،-37

2_ الإحساس بالتفوق وبرمز له بالرمز (ف)

-2 ، -8 ،-14 ،-20 ، 26 ، -32 ، -38

3- اليقينية : ويرمز لها بالرمز (ق)

3 ، 9 ،-15 ،-21 ، 27 ، 33 ، -39

4_القدرة على تحقيق الأهداف : ويرمز لها بالرمز (ه)

4 ، 10 ، 12 ، 22 ،28 ، 34 ، -40

5_التوجه التحصيلي : ويرمز له بالرمز (ح)

-5 ، 11 ، 17 ، 23 ، 29 ، 35 ، -41

6_ الثقة في العلاقات مع الأخريين : ويرمز لها بالرمز (ع)

6 ، -12 ، -17 ، 24 ، -30 ، -32

مفتاح التصحيح

يتكون المقياس في مجموعه من 42 بند في صورة أسئلة يجاب عنها على مقياس متدرج (غالبا ،أحيانا ،نادرا)..ولقد وضع مفتاح التصحيح علامة (زائد) أو (الناقص) .. عند التصحيح :

في حالة (زائد) يسير تقدير الدرجات على النحو التالي :

غالبا	أحيانا	نادرا
3	2	1

والعكس في حالة الفقرات السالبة ،بحيث أنه تمنح لغالبا درجة ،ولأحيانا درجتين ،ولنادرا ثلاث درجات

الخصائص السيكومترية للمقياس في هذه الدراسة :

أولا :الصدق :

أ_ طريقة المقارنة الطرفية : إثبات الصدق عن طريق المقارنة الطرفية بين نتائج طرفي العينة تم ودلت النتائج على أن قيمة "ت" بلغت5.47 عند مستوى الدلالة المقدر ب 0,01 فهي دالة إحصائية وتدل على أن المقياس صادق لما وضع له

ج_ صدق الذاتي : وهو الصدق عن طريق حساب الجذر التربيعي لمعامل الثابت لمقياس الثقة بالنفس والذي كان بمعامل بيرسون 0.55 وبتعديله بمعامل سبيرمان 0.59 الجذر التربيعي للثبات = 0.74 ،وهذا فيما يخص الصدق الذاتي لمقياس الثقة بالنفس في هذه الدراسة فقدرت ب0,74 وهي دالة على أن المقياس صادق ذاتيا وبالتالي هو صالح للاستعمال في الدراسة الأساسية .

ثانيا : الثبات :

أ_ طريقة التجزئة النصفية : حيث تم تقسيم المقياس إلى نصفين نصف مفرداته زوجية ونصف مفرداته فردية ثم حساب نسبة الثبات بينهما عن طريق معامل بيرسون بلغ 0,55 وبعد تعديله بمعادلة سبيرمان بلغ 0,59 عند مستوى الدلالة المقدر ب0,05 المقياس ثابث في نتائجه ويمكن استخدامه .

ب- طريقة الاتساق الداخلي : حساب معامل الثبات عن طريق الاتساق الداخلي باستعمال الأسلوب الإحصائي ألفا كرونباخ لمقياس الاتساق قدرت ب 0,68 ،فالمقياس ثابت مرة أخرى في نتائجه .

ثانيا:برنامج تنمية الثقة بالنفس:

وصف البرنامج :

تم تصميم برنامج بناء الثقة بالنفس لتنميتها لدى التلاميذ تلاميذ المرحلة المتوسطة من قبل الباحث استنادا إلى المراجع والمصادر وأساليب فعلية في الأدب النفسي بحيث تم الاستفادة من بعض المبادئ والقواعد في علاج الثقة وبنائها من خلال ما تم تطبيقه في الدراسات السابقة والبرامج المختلفة في مجال الوقاية ،البناء والعلاج ،ومن خلال الاستفادة من المبادئ التي ترتكز عليها نظرية العلاج المعرفي السلوكي وعلم النفس الايجابي ، ورفع الثقة لدى التلاميذ الذين يعانون من أثر تدني هذه السمة على نجاحهم ،وتم التأكد من صدق البرنامج من خلال الصدق التجريبي للباحث لبعض فنياتها على عينات سابقة، وتم تحكيم هذه البرنامج من قبل مجموعة من الأساتذة في علوم الاجتماعية بالجامعة وكانت الموافقة إجماعهم كما تم التحقق من صدق هذا البرنامج عن طريق الصدق التجريبي بتطبيقها على عينة من طلبة الجامعة وتم التأكد من فاعليتها ، يتألف البرنامج من 12 فنية يتم تطبيقها موزعة على أثنى عشر جلسة على مدار المدة المقررة، و الفنيات والجلسات تعتمد على **فنيات السلوكية وهي** :النمذجة، لعب وتمثيل الأدوار،التعزيز، العائد ،الاسترخاء،التخيل ،السيكودراما ،النادي ،الغمر ،الانطفاء.و **تقنيات معرفية** :الوعي ،الإفصاح عن الذات، **وفنيات عقلانية انفعالية** : محاضرة الحوار والمناقشة ،والتنفيس الانفعالي ،العصف الذهني ،وأسلوب حل المشكلات، ويقدم هذا البرنامج خدمات إرشادية تربوية صحية نفسية علاجية ،أما عن **محتوى البرنامج** فهو كالتالي :-الجلسة الأولى كرسي الاعتراف ثم في الثانية حرية الرأي والنقد ،ثم التدريب على المواقف المحبطة ثم مواجهة الخجل ثم التعريض في المجالس الرسمية ،لعب الدور ،التمثيل المسرحي،كيف تتعامل مع النقد،جلسة التخيل ،الاهتمام بالمظهر،الحديث عن الذات،تحمل المسؤولية ، تم تنفيذ وتطبيق البرنامج في قاعة مخصصة لذلك في مدرسة المتوسطة وهي مزودة وملائمة لتطبيق البرنامج ، وكان الباحث يطبق حصتين إلى ثلاث على الأكثر في الأسبوع ويتم الاستعانة في ذلك ببعض الأدوات الضرورية بجهاز عرض البيانات وبعض الصور ومقاطع فيديوا المساعد لذلك.كما تم التطبيق من قبل الباحث وبالاستعانة بمستشارة تربوية مختصة في علم النفس موظفة في كمستشارة في تلك المدرسة بعد تدريبها وتوجيهها في كيفية التطبيق من قبل الباحث، وتم تقييم ختامي لها

بمثيرات تبين التغذية الراجعة للعينة ،وبعد الانتهاء من جلسات تطبيق الفنيات أشرع الباحث مباشرة في القياس البعدي ثم معالجة البيانات .

المعالجة الإحصائية للبيانات : لتحقيق أهداف الدراسة والتحقق من فرضياتها تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية و تم استخدام اختبار "ت"، وقيمة ايتا مربع ، ألفا كرونباخ، معامل برسون

عرض النتائج ومناقشتها :

الفرضية :- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية بعد تطبيق برنامج لتنمية الثقة بالنفس على تلاميذ سنة رابعة متوسط عند مستوى الدلالة 0,05

جدول (02) يوضح نتائج القياس القبلي والبعدي لسمة الثقة بالنفس

العينة التجريبية لسمة الثقة بالنفس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	عدد أفراد العينة	قيمة "ت"	درجة الحرية	حجم الأثر (مربع ايتا)	مستوى الدلالة
القبلي	87	8,93	36	1,98	35	0,44	0,05
البعدي	90,52	6,97	36				

يبين لنا الجدول نتائج الفرق بين القياس القبلي والقياس البعدي للعينة التجريبية لمرحلة المتوسطة في بعد الثقة بالنفس فإن قيمة ت قدرت ب 1,98 وعند مستوى الدلالة المقدر ب 0,05 وبالتالي الفرق هو دال إحصائيا بين القياس القبلي والقياس البعدي للعينة التجريبية لبعد الثقة بالنفس ، وبالتالي يمكن القول بأن الفرض الصفري قد رفض وقبل الفرض البديل ، ولعل هذا الأمر راجع إلى تفاعل التلاميذ مع البرنامج المخول ببناء الثقة بالنفس،ومن الدراسات التي وافقت هذه النتائج دراسة سمية مصطفى رجب علي سنة 2009 تهدف للكشف عن فعالية البرنامج الإرشادي المقترح لتنمية الثقة بالنفس لدى طالبات الجامعة الإسلامية بغزة ، استخدم المنهج الشبه التجريبي على عينة متكونة

من 17 طالبة في العينة التجريبية و26 في الضابطة بطريقة عشوائية وقد أسفرت هذه النتائج عن : وجود فروق بين القياسين القبلي والبعدي لصالح البعدي مما يدل على فعالية البرنامج على تنمية الثقة بالنفس بترك البرنامج الأثر حتى في القياس التتبعي ، وهذا يبين مدى أهمية الدراسات العلاجية من هذا النوع في تنمية الثقة بالنفس . التدني في الثقة بالنفس لدى التلاميذ وضاح بالدراسات والنتائج خاصة في بيئة مثل بيئة مدينة سعيدة حيث يعاني الكثير من التلاميذ من سوء المعاملة والأساليب التربوية الخاطئة وعن جهل بالطبع ،لكن كان لها أثر سلبي على ذات التلميذ ، ثم إن التلاميذ المعلقة رقابهم بالنتائج التحصيلية ترتفع معنوياتهم وتنخفض معها سبب الكثير من المعيقات النفسية التي تحول دون تحقيق التلميذ بذاته وحياته ومستقبله ككل ، إذ أنه من غير الصواب ذلك فلهذا تجد تقدير سلبي وتدني للذات والثقة الضعيفة لدى التلاميذ يرجع سبب إلى تصور المدرسة والتقييم الكمي نحو التلميذ وإطلاق القرارات وإصدار الأحكام وفقها وتلقف التلميذ ذلك فأصبح يقيم ذاته وليسن نتائج محاولاته وفق النتائج المتحصل عليها ، لهذا جاءت الدراسة لصحح هذه المفاهيم وتزرع في التلميذ تقدير ذات يبنى على أسس سليمة.

عرض نتائج الفرضيات الجزئية:

تذكير:

1-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لدى درجات أفراد العينة التجريبية والضابطة في القياس القبلي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة عند مستوى الدلالة 0,05.

2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية لدى درجات أفراد العينة التجريبية والضابطة في القياس البعدي بعد تطبيق البرنامج لتنمية الثقة بالنفس لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية عند مستوى 0,05.

3-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لدى درجات أفراد العينة الضابطة بين القياس القبلي والبعدي بعد تطبيق البرنامج لتنمية الثقة بالنفس عند مستوى 0,05.

جدول (03) نتائج الفرق في القياس القبلي والبعدي بين العينة الضابطة والتجريبية

نتائج العينة الضابطة /تجريبية	قيمة "ت	مستوى الدلالة
الفرق في القياس القبلي بين الضابطة والتجريبية	-1,06	غير دال
الفرق في القياس البعدي بين التجريبية والضابطة لسمة الثقة بالنفس	3.64	.001
الفرق في القبلي والبعدي للضابطة	-1.069	غير دال

من خلال نتائج الجدول يتبين بأن الفرق في القياس القبلي للضابطة والتجريبية غير دال مما يسمح بإجراء العمل التجريبي بشكل جيد ومطمئن ، و في القياس القبلي والبعدي للضابطة أظهر بأنه غير دال وذلك يدل على أن الفرق الذي يمكن أن نجده في نتائج التجريب هو بإدخال المتغير التجريبي على أفراد العينة التجريبية ترجع إلى أثر هذا المتغير وهذا ما أوضحته النتائج في القياس البعدي بين الضابطة والتجريبية بحيث أن الفرق كان دالا ولصالح العينة التجريبية وهذا يدل على أن فعالية وأثر البرنامج التنموي للثقة بالنفس كان قويا، وقد وافقت هذه الدراسة نتائج دراسة العنزي 2003 بحيث أظهرت النتائج وجود علاقة بين الدافع للإنجاز والثقة بالنفس لدى 300 طالب وطالبة بين العاديين والمتفوقين مما يدل على التأثير الواسع الذي يمكن أن تتركه سمة الثقة بالنفس العالية على الأداء الدراسي والعكس .

تفسير النتائج :

قد بينت الدراسة للباحث بأن بناء البرنامج التنموي كان قرار صائب واختيار أساليب بناء وتنمية الثقة بالنفس التي هي ضمن هذا البرنامج له أكثر ايجابي وتغير ملحوظ ، يعتبر كمؤشر قوي على فاعلية هذا البرنامج ،فهو إن دل على شيء فهو يدل على أن الأساليب المختارة والتطبيقية تفضل على مجلدات توضح نظريا كيفية مواجهة تدني الثقة بالنفس لدى التلاميذ ،وهذه النتائج جاءت مطابقة لنتائج دراسة مزوعي 2007 على عينة من الطلاب حيث استطاعت تنمية الثقة بالنفس لدى أفرادها ببرنامج إرشادي ،إن تحقيق

نتائج ميدانية جيدة يعتبر دليل على صدق المتغير التجريبي ،مع العلم بأن تنمية الثقة بالنفس لدى التلاميذ سوف ينعكس بالإيجاب على كثير من السمات النفسية مرتبطة بها مثل تقدير الذات ،الطموح ،التوافق النفسي والدراسي والدافعية للتعلم وغيرها كثير مما يرتبط بصورة مباشرة مع الثقة بالنفس ، لاشك ستحقق الصحة النفسية الجيدة للتلاميذ، النتائج وإن كانت جيدة لم تظهر الفاعلية العالية المتوقعة للمتغير التجريبي على أفراد العينة وذلك راجع إلى أن تطبيق لجلسات البرنامج شابه بعض العراقيل ،المعوقات والصعوبات التي حالت دون تحقيق نتائج عالية ،فهي فقط مقبولة ، تتقارب نتائج دراسة الباحث مع نتائج دراسة حسيب محمد حسيب، بحيث أظهرت النتائج فاعلية برنامج إرشادي في تنمية الثقة بالنفس وخفض اضطراب اللجلجة في الكلام لدى الأطفال بالمرحلة الابتدائية ،كما وافقت دراسة أمل عبد الكريم 2010 حيث أثبتت نتائجها فعالية برنامج في تنمية الثقة بالنفس لدى طفل الروضة بل وبقي أثر البرنامج كما أظهر القياس التتبعي على عينة قوامها 60 طفلا من الروضة ، وقد وافقت هذه الدراسة دراسة أبو عباة وعبد الرحمان 1995 في إعداد برنامج إرشادي للتدريب على المهارات الاجتماعية اللفظية وغير اللفظية لتطبيقه على طلاب الجامعة لعلاج الخجل والشعور غير السوي بالذات لديهم ومن ثم معرفة مدى فاعليته ،أظهرت النتائج وجود فروق بين القياسين القبلي والبعدي مما يدل على فاعلية البرنامج ، ولاشك أن الخجل والشعور السلبي من مثبطات ومعيقات الثقة بالنفس وتنميتهما ، كما وافقت دراسة محمد والدسوقي والشماس 2006 هذه الدراسة في وجود أثر للثقة بالنفس على أسلوب التفكير التنازلي لما قبل الحدث وما بعده لطلبة كلية التربية بسلطنة عمان ، وهذا يدل على التأثيرات المصاحبة لعلو أو دنو الثقة بالنفس على بعض السمات النفسية المترابطة ولاشك أن ببناء الثقة بالنفس يزيد التحصيل الدراسي.

الدراسة أثبتت التدني في الثقة بالنفس لدى أفراد العينة بسبب المعاملة السلبية من قبل بعض المدرسين وسيل السلبية أساسه الأخطاء التربوية الشائعة في المدرسة والأسرة وذلك يرجع إلى الظروف الضاغطة على الجميع وعلى التلاميذ بالأخص،والنقد اللاذع من قبل الأهل لأبسط أنواع الإهمال لأن التلاميذ في المرحلة المتوسطة مقبلين على امتحان المرحلة المتوسطة الذي يعتبر عقبة صعبة ترتبط بلاحقها من المراحل التعليمية الذي يتطلب جهد مضاعف من قبل التلاميذ قد يعود بالسلب على مفهوم الذات والثقة

بالنفس لديهم ، وهذا ما أكدته دراسة ماريا 2009 كشفت نتائجها عن وجود علاقة بين مفهوم الذات الأكاديمية الايجابية والثقة بالنفس والنتائج التحصيلية أكبر انعكاس على ذلك وقد أكدت العديد من الدراسات تأثير العوامل النفسية على التحصيل الدراسي إيجابا إذا كانت إيجابية وسلبيا عكس ما سبق،هذا إن دل على شيء فهو يدل على أن للظروف الاقتصادية والاجتماعية للأسرة وأساليب معاملة التلاميذ في الأسرة بصمة ذات فاعلية في تحصيله وأدائه التربوي ، تعد المدرسة من المؤسسات التنشئة الاجتماعية إذ يقضي التلميذ معظم وقته فيها علما أن في مدينة سعيدة وغيرها من المدارس الجزائرية لا تزال المدرسة تعاني الكثير من المشكلات النفسية والاجتماعية ، فإن التعرض للعقاب المفرط كأسلوب تربوي أو الإهانة والنبذ أو حتى السبب والشتم تعد أساليب لها أثر سلبي على ثقة التلميذ بقدراته وذاته ،وإن لتأثير ثقافة المجتمع على التلاميذ بحيث أن السلبية التي تكون في الأجواء العامة يتشربها التلميذ ويعمل على إسقاطها على حياته المدرسية ثم إن تأثير العلاقات الأسرية غير جيدة أو طلاق الوالدين كبير على ثقة التلميذ وعلى ذاته،هذا وقد دلت على ذلك دراسة العنزي و الكندري 2004 بحيث أظهرت النتائج وجود ارتباط إيجابي بين التحصيل الدراسي والثقة بالنفس لدى عينة من طلبة قوامها 1410طالب وطالبة من الصف الثالث الثانوي ،وبما أن المدارس الجزائرية بمدينة سعيدة بالأخص مختلطة فإن تدني الثقة بالنفس لدى الإناث أكثر منه لدى الذكور وذلك يرجع إلى أساليب التربوية في المجتمعات العربية وتأثرها بالثقافة والتي لا تمت أي صلة بتعاليم الدين في تكوين تقدير الولد على حساب الأنثى وإثارته عليها في جميع المجالات وهذا اتضح في نتائج دراسة الرد يني (2004) ،فقد كشفت نتائج الدراسة أن الإناث يشعرن بضعف ثقتهن بأنفسهن ويعانين من سوء التوافق النفسي والاجتماعي أكثر من الذكور،ولمواجهة المشكلات النفسية والحياتية وكيفية اتخاذ القرارات الصائبة حياتها تأثير على الثقة بالنفس بسبب النتائج المنعكسة وقد دلت على ذلك دراسة جريسن 2008 فقد كشفت نتائج الدراسة على أن عدم القدرة على حل المشكلات لدى الطلاب ترتبط ارتباطا سالبا بالثقة بالنفس.

خاتمة:

يسعى كل متعلم إلى تحقيق النجاح وبه تنمى الثقة بالنفس، ولهذا جاءت هذه الدراسة لتسلط الضوء على فاعلية إستراتيجية في تنمية الثقة بالنفس لدى تلاميذ السنة رابعة متوسط بمدينة سعيدة، وقد بينت النتائج الميدانية كيفية تنمية السمات النفسية المتدنية لدى التلاميذ والتي لاشك تنعكس بالسلب على الكثير من الأولويات والأهداف التي يسطرها التلميذ لبلوغ المرام وتقف حجر عاثر دون تحقيقها ،ودورنا كباحثين مساعدة التلميذ على تذليل تلك العقبات وتوسيع المجال للانطلاق بقوة نحو أعلى قمم النجاح والتميز والتفوق ليبقى التلميذ في الجزائر وغيرها من الأمم التي تعاني من العثرات نبراسا، والدراسات قدوة لكثير من الباحثين للأخذ من ثمراتها والانتفاع بها في دراسات أخرى على تلاميذ آخرين يعانون المشاكل نفسها والعمل على تعميمها بعدما حققت في هذه الدراسة نتائج لا بأس بها تطمئن القلوب حين تطبيق أدواتها على عينات مغايرة .

توصيات: يوصي الباحث بعد النتائج المحققة من هذه الدراسة بالآتي

-استخدام أداة قياس الثقة بالنفس، وتطوير برنامج إستراتيجيات لتنمية الثقة بالنفس.

-استفادة الأساتذة وأولياء التلاميذ في معرفة مستوى الثقة بالنفس وكيفية التعامل مع التلاميذ لرفع مستوى ثقتهم بأنفسهم، وكذلك الوقوف أمام العوامل التي تقف وراء ضعف الثقة بالنفس.

-أهمية عينة الدراسة التي تمثل تلاميذ التعليم المتوسط، والتي تقابل مرحلة المراهقة والتي تعد من أهم مراحل النمو المعرفية و الاجتماعية والانفعالية وما يواجه هذه المرحلة من مشاكل و عراقيل وجب تركيز الدراسات بالأخص الميدانية عليها.

المراجع:

1 - سمية مصطفى رجب علي (2009).***فعالية البرنامج إرشادي المقترح لتنمية الثقة بالنفس لدى طالبات الجامعة الإسلامية بغزة***.كلية التربية ،الجامعة الإسلامية: غزة. تم سحبها يوم الجمعة 1-12-2017 على الساعة 11 صباحا من الرابط http://library.iugaza.edu.ps/thesis/91366.pdf

2 -مهدي محمد قصاص(2007).***مبادئ الإحصاء والقياس الاجتماعي***،جامعة المنصورة: مصر. تم سحبها يوم الجمعة 1-12-2017 على الساعة 11 صباحا من الرابط https://faculty.mu.edu.sa

3 - أسامة ربيع أمين (ب،ت).***التحليل الإحصائي باستخدام برنامج الحزم الإحصائية***.الجزء الأول:القاهرة جامعة نوفية.مصر

4 - وليد عبد الرحمان خالد (1430).***تحليل بيانات الاستبيان باستخدام برنامج الإحصائي***.الندوة العالمية للشباب الإسلامي:المكتبة العربية في نظم المعلومات الجغرافية. تم سحبها يوم الجمعة 1-12-2017 على الساعة 11 صباحا

5 -حسيب محمد حسيب (ب،ت).***فاعلية برنامج إرشادي لتنمية الثقة بالنفس وخفض اضطراب اللجلجة في الكلام لدى الأطفال بالمرحلة الابتدائية*** .مركز دراسات وبحوث المعوقين .ص925-936 تم سحبها يوم الجمعة 1-12-2017 على الساعة 11 صباحا من الرابطhttp://www.gulfkids.com/pdf/Thegah_Nafs.pdf

6- أمل عبد الكريم قاسم يونس(2010). ***فاعلية برنامج لتنمية الثقة بالنفس لدى طفل الروضة*** .معهد الدراسات العليا للطفولة،جامعة عين الشمس: مصر. تم سحبها يوم الجمعة 1-12-2017 على الساعة 11 صباحا من الرابط: http://www.eulc.edu.eg/eulc

7 - بلال نجمة(2014). ***الذكاء الوجداني وعلاقته بالثقة بالنفس لدى طلاب الجامعة- دراسة ميدانية على عينة من طلاب القطب الجامعي تامدة***-. مذكرة ماجستير. كلية العلوم الاجتماعية، جامعة تيزي وزو: الجزائر.تم سحبها يوم الجمعة 1-12-2017 على الساعة 11 صباحا من الرابط:http://www.ummto.dz/IMG/pdf/_84-.pdf

8-شفيقة داود(ب،ت). ***العوامل المؤثرة على مستوى الثقة بالنفس لدى المراهق المتمدرس***. تم سحبها يوم الجمعة 1-12-2017 على الساعة 11 صباحا من الرابط :

http://www.univ-eloued.dz/rers/images/pdf/L092015114.pdf

9-بدر محمد الأنصاري(1998).***التفاؤل والتشاؤم: المفهوم، القياس، المتعلقات***.الطبعة الأولى. الكويت :مطبوعات جامعة الكويت.

10- نفين صابر وعبد الحكيم،***ممارسة العلاج المعرفي السلوكي في خدمة الفرد لتعديل السلوك اللاتوافقي للأطفال المعرضين للانحراف***،*مجلة كلية حلوان*،عدد 26 ،2009 ص695-748.

11- عبد الستار إبراهيم وعبد العزيز بن عبدالله الدخيل ورضوى إبراهيم،***العلاج السلوكي للطفل***،الكويت،عالم المعرفة، 1993

12- بن محمد عبد الهادي،***الضغوط النفسية وعلاقتها بالتفاؤل والتشاؤم وبعض المتغيرات المدرسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة الخبر***، جامعة البحرين.البحرين. 2013

المراجع الأجنبية:

1- Tiger, L. (1979).***Optimism: The biology of hope New York***: Simon& Schuster.

2- Smith, M.B.(1983).***Hope and despair***: Keys to socio-psychodynamics of Youth. American Journal of orthopsychiatry, 53,388-399