

## أثر اسلوب لعب الدور في تنمية قوة الانا لدى الارامل

### *The Effect of the Role-Playing Style on Developing the Ego Strength among Widows*

م. م . انتصار جسام حمود

ا.د سالم نوري صادق

#### *Author Information*

Assist. Lecturer Prof. Salem Nouri Sadi  
Intissar Jassam (Ph.D.)  
Hammoud

#### *Ministry of Labor and*

*University of Diyala* *Soil and Water Conservation*  
*College of Education* *Department of Education*  
*for Humanities* *Educational Humanities*  
*Psychological*  
*Sciences*

#### *Author info*

Salm211@gmail.com  
Antsar212@gmail.com

#### *Article History*

Received Accepted:  
Jan 4, 2023 Jan 29, 2023

**Keyword: playing, ego strength**

هذه مقالة وصول مفتوح بموجب ترخيص

CC BY 4.0

(<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)

#### **Abstract**

The aim of the research is to identify the effect of the role-playing style on developing the ego strength of widows. To achieve the goal of the research, the researcher built an ego strength scale

according to the theory of (Frank Barron). The statistical characteristics of the scale were extracted and presented to a group of specialists in the field of psychology, measurement, evaluation and psychological counseling. Thus, the face validity of the scale was verified, and the construction validity was also verified. Concerning the reliability, the reliability of the scale was verified by the Alpha Cronbach methods, and it reached (0.80) and the retest method; as it reached (0.83). Thus the scale became (40) items in its final form. The sample of the current research population was selected from those registered in the Women's Social Protection Authority / Diyala Department, as the sample consisted of (400) widows. For the purposes of the study, the researcher designed a counseling program, and the researcher identified two groups (experimental and control) that consisted of (10) widows for each group. The researcher applied the counseling program to the experimental group in (13) sessions. The results showed that the counseling program had an impact on developing the ego strength of the widows in the experimental group. Based on the results, the study came out with a number of conclusions, recommendations and suggestions.

### مشكلة البحث :-

تعد ضعف قوة الانا من المشكلات الي يعاني منها بعض الافراد والمتمثلة عجزه في التكيف ومستوى متدني في تقدير الذات والثقة بالنفس وعدم القدرة على مواجهة المشكلات بهدوء واتزان وموضوعية والشعور بالغيرة (Fontana ,1995 ,386)

ان الافراد ضعيفي (قوة الانا) يكونون في عزلة عن الاخرين وهي تنسحب على علاقاتهم وتفاعلهم وبالتالي يغزو الضعف كل حياتهم وكل مفصل من مفاصلها سواء كان في المجال الاسري او مجالات الاخرى وما يترتب على ذلك من اثار ونتائج سلبية على طرفي العلاقة وقد تظهر تلك الاثار على شكل اعراض جسدية ونفسية او اضطراب في الشخصية و الانسحاب عن الواقع (عليان ،2014:71). ونتيجة لتلك العوامل التي ذكرت عن ضعف قوة الانا ومن خلال عمل الباحثة في دائرة الحماية الاجتماعية للمرأة في محافظة ديالى فقد تحسست بوجود مؤشرات دالة على ضعف قوة الانا فقامت بتطبيق استبانة استطلاعية كما في ملحق ( 3 ) على عينة والبالغة ( 30 ) ارملة من اللواتي راجعهن الدائرة المذكورة اعلاه وقد ظهرت نتائج الاستبانة ، ان هذه المشكلة موجودة وبعد جمع الاجابات تبين ان ( 21 ) ارملة من اصل (30) اجابت بنعم اي بنسبة (70) ومن هنا كانت نقطة انطلاق الباحثة للقيام بهذه الدراسة وفي ضوء ما سبق حاولت الباحثة في دراستها الحالية الاجابة عن السؤال الاتي هل بالإمكان لأسلوب لعب الدور تأثير في تنمية قوة الانا لدى الارامل ؟

### اهمية البحث :-

تاتي اهمية البحث من ان الفرد الذي لديه مستويات عالية من قوة الانا لديه قدرة على التعامل الفاعل والمرتز والسليم حيال المواقف الضاغطة وتحقيق الاتزان النفسي فالانا القوية صاحبة الارادة السليمة والقادرة على التوافق بين الحاجات الجسمية والنفسية ونزعات الضمير ومقتضيات الواقع الاجتماعي كونها الطريق السليم لسكينة النفس والامن الداخلي والخارجي في الشخصية المتكاملة (عبد الحق ،2011،ص:43).

وان الفرد الذي يتميز بالصحة النفسية يكون في تطور مستمر وفعال في النمو النفسي والشخصي والاجتماعي (المجلة العربية ،1987،ص:106) ومن هنا ياتي دور الارشاد النفسي والاسري حيث يهتم بالأفراد عامة وبهذه الفئة من النساء (الارامل) بشكل خاص لكونه يقدم رعاية شاملة ومتكاملة في جميع مجالات الحياة لمساعدة الارامل على حل كثير من المشكلات والمعوقات والصعوبات التي تواجههن (اليعقوبي ،2002، 15) يبرز دور الإرشاد الاسري من حيث اهمية واهداف الى تحقيق سعادة واستقرار الاسرة وبالتالي سعادة المجتمع واستقراره وذلك بتعليم اصول الحياة الاسرية السليمة واصول عملية التنشئة الاجتماعية للأبناء ووسائل تربيتهم ورعاية نموهم والمساعدة في حل المشكلات والاضطرابات الاسرية وفي ذلك تحصين وتقوية الاسرة وتحقيق التوافق الاسري والصحة النفسية في الاسرة

(ابو زيد، 2011:194) كما ان البرامج الارشادية تعد افضل وسيلة لتنمية مفهوم قوة الانا وخاصة في هذه المرحلة التي تمر بها الارامله وسواء اكانت هذه البرامج وقائية ام علاجية ام انمائية فأنها تسعى لمعالجة مشكلات الفرد بأسلوب علمي وتقني ( birdie ،1959،p175) ومن بين ابرز هذه الاساليب اسلوب لعب الدور وقد اثبت هذا الاسلوب فعاليته في تعديل سلوك الافراد اذ يعمل هذا الاسلوب على دراسة جوانب الشخصية والاجتماعية والانفعالية مما يعطيها القدرة على ان تؤدي دورا مهما في تنظيم بيئة الفرد وسلوكه (التميمي، 2014: 98) .

ومن خلال ما تقدم أردت الباحثة تقديم خدمة الى الارامل من خلال برنامج ارشادي وبأسوب لعب الدور وذلك لمساعدتهن على تنمية قوة الانا .

### أولاً :- الجانب النظري

1. تمثل النساء الأرامل إحدى الشرائح المهمة في المجتمع العراقي .
2. الاستفادة من البحث الحالي في مجال الصحة النفسية للأرامل.
3. إن الدراسات والبحوث التي تناولت مفهوم قوة الانا لدى الأرامل غير موجودة على حد علم الباحثة لذا تأمل الباحثة أن يكون هذا البحث إضافة معرفية مهمة تسهم في إثراء المكتبة التربوية والنفسية في المجتمع العراقي .

### ثانياً :- الجانب التطبيقي .

- 1- يزود المرشدين التربويين بجلسات إرشادية قد تساعد في تنمية قوة الأنا .
- 2- يزود وزارة العمل والشؤون الاجتماعية بجانب تطبيقي عملي تستطيع من خلاله تدريب الباحثة الاجتماعية على قياس قوة الأنا لدى الارامل بشكل عام وعلى جميع الشرائح

### هدف البحث :-

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على ما يأتي : اثر أسلوب لعب دور في تنمية قوة الانا لدى الارامل من خلال التحقق من الفرضيات التالية .

- 1- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين درجات المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس قوة الانا عند مستوى دلالة (0.05)
- 2- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس قوة الانا عند مستوى دلالة (0.05) لدى الارامل

3- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين رتب المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي عند مستوى دلالة (0.05)

**حدود البحث :** يقتصر البحث الحالي على (الأرامل) في محافظة ديالى اللاتي سجلن في دائرة الحماية الاجتماعية للمرأة /قسم ديالى لسنة 2021

1-الاثـر (Effect):- هو النتيجة التي تترتب على حادثة او ظاهرة في علاقة سببية .(الحنفي، 1975، 253:)

الاسلوب الارشادي زهران (1998):-مخطط منظم في ضوء اسس علمية لتقديم الخدمات الارشادية المباشرة وغير المباشرة فرديا او جماعيا لكل من تضمهم المؤسسة التعليمية لأجل مساعدتهم على تحقيق النمو السوي والتوافق النفسي والاجتماعي والمهني (زهران ،499،1998)

**رابعا :لعـب الدور ( role playing ) عرفه كل من**

1. بـأندورا: منهج من مناهج التعلم يتم عن طريق التعلم بالملاحظة القائمة على التمثيل الخيالي واللفظي من خلال المحاكات والاستجابة للنماذج ( Bandura ) 1963,55 ,

2. التعريف النظري لاسلوب لعب الدور

3. تبنت الباحثة تعريف (باندورا 1963) اعلاه لبناء اسلوب لعب الدور و فنياته المستعملة في تطبيق البرنامج الارشادي وهو احد الاساليب نظرية التعلم الاجتماعي التي اعتمدها الباحثة كاطار مرجعيا في بناء الاسلوب وتفسير نتائج بحثها .

4. التعريف الاجرائي لاسلوب لعب الدور

اسلوب ارشادي اتبعته الباحثة من خلال ( تقديم التعليمات واستعمال فنية لعب الدور وعكسها والتغذية الراجعة والمناقشة الجماعية ) لتنمية قوة الانا لدى الارامل .

بارون( 1968 :- هو امكانية مواجهة مشكلات الحياة بكفاءة وثقة بالنفس واتزان انفعالي وعدم استغراق في التفكير )

**التعريف النظري لقوة الانا**

تتبنى الباحثة تعريف , Barron ، 1968 لأنه تعريف لقوة الانا وكذلك لكونه ينسجم مع اهداف البحث الحالي المرجعي في قياس وتفسير النتائج

## التعريف الاجرائي لقوة الانا

الدرجة التي تحصل عليها الارامله على مقياس قوة الانا الذي اعدته الباحثة

الارملة (Widowed women) :- عرفتها

وزارة العمل والشؤون الاجتماعية 2014: كل امرأة يقل سنها عن 63 سنة وتوفى زوجها ولم تتزوج بعد وفاته (وزارة العمل والشؤون الاجتماعية، 2014، ص11)

## الفصل الثاني

1- نشأة مفهوم الأنا :- يعد فرويد اول من اشار الى لفظ الانا خلال حديثه عن مكونات الشخصية التي تتكون وفق افتراض فرويد من الهو (id) والانا (ego) و الانا الاعلى (super-ego) حيث اعتبر ان الانا تشمل نواحي الشخصية المتصلة بالإدراك الحسي والتفكير والمعرفة والشعور والارادة وتوكيد الذات وهو المشرف على افعالنا الإدراكية وتتكفل الانا بالدفاع عن الشخصية وتوافقها مع البيئة وتنظيم السلوك بضبط الدوافع فالانا عند فرويد منطقة عقلية اي ان انها تتضمن الوظيفة التنسيقية للشخصية. (مرسي، 1997: 115)

وقد تطور هذا المفهوم على يد (انا فرويد) حيث نشرت نظريتها التي اطلقت عليها(سيكولوجية الانا) التي ركزت على تطور الذات من خلال تفاعلها مع البيئة environment المحيطة بها من خلال العلاقات الشخصية للفرد مع التركيز على تأثير العوامل الغريزية على نمو الذات وتطورها واحتلت هذه النظرية مكانة عالية كإحدى النظريات المفسرة للسلوك البشري (طه، 1995:109)

ego يبرى البورت (1963) هي الجزء المنظم من الهو والذي يتلاءم مع العالم الخارجي ويتضمن الإدراك والشعور وكذا نواحي الشخصية المرتبطة بالمعرفة والإرادة وتأكيد الذات وضبط الدوافع (جوردن البورت، 1963: 70)

في حين عرف يونج 1953 yung الانا Ego على انها العقل الشعوري وهو يتكون من مدركات الشعورية والذكريات والافكار والوجدانيات وهو مسئول عن شعور الفرد بهويته واستمراريته كما انه مرتبط بمنطقة اللاشعور الشخصي (الشميميري، 1996: 14)

واعتبر علاء كفاي ان قوة الانا هي الركيزة الاساسية في الصحة النفسية (كفاي، 1982، 77)

وتعد قوة الانا من السمات المصدرية التي تميز الشخصية الناضجة السوية ولقد استخدم بعض من الباحثين مصطلح الاتزان الانفعالي كمرادف لقوة الانا وهي عبارة عن حالة شعورية التي يبدي فيها الفرد استجابة انفعالية مناسبة للطبيعة المواقف الانفعالية او لمثير الذي يستدعي هذا الانفعالات سواء من حيث

نوع الاستجابة، شدة الاستجابة، مدة ثباتها او استقرارها بالنسبة للمواقف والمثيرات المتشابهة . (القريطي، 1998، 65)

### نظرية فرانك بارون ( Frank Barron ) -:(Psychologist )

عد بارون مفهوم قوة الانا : هو بمثابة امكانية مواجهة مشكلات الحياة بكفاءة وثقة بالنفس واتزان انفعالي وعدم استغراق في التفكير حيث عمل على تصنيف قوة الانا الى مجالات اساسية وهي 1-الوظائف الجسمية والثبات الفسيولوجية، 2 - التعب النفسي والعزلة ،3-الاحساس بالواقع ، 4-الكفاءة الشخصية والقدرة على التصرف ،5- النضج الاخلاقي-6التدين ،(عرفة ،2014، 27)

و يرى بارون انه كلما كان الفرد لديه القدرة على؛تحقيق التكيف الشخصي ( Personal adjustment ) والقدرة، على التكيف الاجتماعي ( Social adjustment ) وفاعليته في استخدام الكفاءة الشخصية والنفسية الى اقصى حد ممكن تكون مؤشر على قوة الانا (العبيدي ، 2004، 15)

واشارة بارون الى ضعف الانا هو الذي يعبر عنه (بالعصابية) Neuroticism وهي الصفة الغالبة في العصاب وهي تميز اشكال العصاب المختلفة عن ،غيرها من صور الاضطرابات والعصابية؛ التي اشارة اليها فرانك بارون لست المرض النفسي ولكنها الاستعداد للمرض اي ان، صاحب الدرجة العالية في مقياس العصابية وهو صاحب الدرجة المنخفضة في قوة الانا -يكون اكثر عرضة للاضطراب النفسي من الاخرين اذا ما تعرض في حياته لعوامل بيئية ضاغطة .

ويتصف صاحب الدرجة العالية في مقياس قوة الانا - او الدرجة المنخفضة في مقياس العصابية - بالتححرر من الاعراض المرضية (كفاي ، 1987، 105).

### اسلوب لعب الدور :-

لقد اعتمد هذا الاسلوب البرت باندورا ( Bandura )؛يمثل لعب الدور اسلوبا هاما من الاساليب الفاعلة يقوم المسترشد بمقتضاه على اداء جوانب من المهارات الاجتماعية لإتقانها مما يزيد من فاعلية المسترشد على التفاعل الاجتماعي وانه يمثل طريقة جيدة لتحرير المسترشد من القلق الذي يتعرض له في المواقف الحياتية ( ابراهيم واخرون ،1993، 166) ان لعب الدور تسهل عملية تقبل المشاكل لأننا نفهم المشاكل بطريقة افضل اذا عرضت علينا واننا نتعلم في الحياة من المثل التي نلاحظها (كماش ،2017، 143)

ولاستراتيجية لعب الدور اهمية تكمن في انها تشجع المشاركين على التعلم والتركيز على القيم الاجتماعية ذات الأثير الايجابي في سلوكياتهم (سعادة وعقل واخرون ، 2006 ، 45)

وتهدف استراتيجية لعب الدور الى تنمية مهارات المشاركين واكسابهم البصيرة في مجالات العلاقات الانسانية من خلال تمثيل المواقف التي تعبر عن المشكلات الاجتماعية الواقعية ( عبد الفتاح ، 2010 ، 338)

### فائدة اسلوب لعب الدور

يستخدم اسلوب لعب الدور من قبل المرشدين ذوي الاتجاهات السلوكية والمعرفية و التعلم الاجتماعي حيث يتم مع المرشدين الراغبين بتغيير شيء في انفسهم و ان اسلوب لعب الدور يكون فاعلا عند العمل مع الافراد و المجموعات ويمكن استخدامه كذلك مع الاسر في جلسات الارشاد الاسري فمن خلال لعب الدور يتعلم المرشدون مهارات جديدة اضافة الى استكشاف عدة سلوكيات و ملاحظة كيفية تأثير هذه السلوكيات على الاخرين

( ارفورد واخرون ، 245، 2012)

### مميزات اسلوب لعب الدور

1. اعطاء الفرصة لظهور المشاعر والانفعالات الحقيقية
  2. اكتساب مهارات سلوكية واجتماعية
  3. تشجيع روح التفاندية لدى المشاركين
  4. يستخدم لإعطاء الثقة بالنفس ويؤدي الى تشكيل السلوك
  5. يساعد على التفاعل والمشاركة مع الاخرين .
- ملخص تنفيذ استراتيجية لعب الدور من خلال الخطوات التالية :-

1- تهيئة او الاعداد للعب الدور مجموعة المرشدين

2- اختيار المشاركين

3- تهيئة المكان

4- اعداد المراقبين المشاهدين

5- الاداء

6- المناقشة والتقويم

7- اعادة التمثيل

8- قلب الادوار

9- المناقشة والتقويم مرة اخرى

10- المشاركة في الخبرات والتعميم ( مقابلة و بطاح ، 2014 ، 56 )

### الفصل الثالث : منهجية البحث

1-منهج البحث : لتحقيق هدف البحث الحالي اتبعت الباحثة المنهج التجريبي ويعد المنهج التجريبي من ادق البحوث العلمية اذ يمكن ان تستعمل الفرضيات الخاصة بالسبب والنتيجة ويكون هذا النوع من اكثر البحوث صدقا في حل المشكلات التربوية والنفسية (عودة ،184،1998).

### التصميم التجريبي :-

ولقد اعتمدت الباحثة التصميم التجريبي ذو المجموعتين (التجريبية والضابطة) وباختيار قبلي وبعدي لكلا المجموعتين ويقصد فيــــه تخضع المجموعتين للعامل التجريبي وتترك المجموعة الضابطة لظروفها الطبيعية فيكون الفرق بين المجموعتين ناتج عن تأثير العامل التجريبي (عبيدان واخرون ،2015: 228) .

### مجتمع البحث:

ان معرفة الباحثة لمفهوم المجتمع يعد امرا مهما عند قيامها بالبحث اذ ان مجتمع البحث هو: مجموعة افراد المجتمع او اشياء او درجات او ظواهر او احداث التي يسعى الباحث الى ان يعمم عليها النتائج ذات العلاقة بالمشكلة المدروسة

(الزويني والموسوي،131،2018).

تكون مجتمع البحث الحالي من النساء الارامل والبالغ عددهن (12078 ) للعام (2021-2022) والمسجلة في دائرة الحماية الاجتماعية للمرأة، قسم الحماية الاجتماعية للمرأة /ديالى .

عينة البحث : يقصد بعينة البحث هي جزء من المجتمع الذي تجري عليه الدراسة يختارها الباحث عشوائيا او قصديا طبقا لأسلوب الدراسة و ظروف اجرائها (النعمي ،2014: 63).

وقد بلغت عينة تطبيق البرنامج الارشادي ( التجريبية)و (الضابطة ) (20) ارملة تم اختيارهن من المسجلات في قاعدة بيانات دائرة الحماية الاجتماعية للمرأة / ديالى للعام 2021 \_ 2022 اذ تم اختيارهن بصورة قصدية وذلك بالرجوع الى المعيار الأحصائي (المتوسط الفرضي ) البالغ (80) درجة، ثم قامت الباحثة بتعريض المجموعة (التجريبية ) للمتغير التجريبي وابقاء المجموعة ( الضابطة) دون ذلك

اداة البحث :



اداة البحث : قامت الباحثة ببناء مقياس قوة الانا Ego -Strength لدى الارامل المسجلات دائرة الحماية الاجتماعية للمرأة, قسم الحماية الاجتماعية للمرأة /ديالى وعلى وفق خطوات حددها الن وين (Allen&yen p118-119) وهي :-

1-تحديدالمفهوم :اعتمدت الباحثة على وفق بارون في تحديد المفهوم لقوة الانا Ego -Strength .  
2-صياغة الفقرات : قامت الباحثة ببناء مقياس تكون من (41) فقرة بشكل الاولي بما يتلاءم وفق بارون وحددت الباحثة بدائل الاجابة على الفقرات.

3- عرض المقياس على الخبراء والمختصين : قامت الباحثة بعرض المقياس بصورته الاولية (41) فقرة على مجموعة من الخبراء والمحكمين في علم النفس والقياس والتقويم والارشاد النفسي لبيان اراءهم حول صلاحية المقياس لقوة الانا Ego -Strength وتقويم المقياس وبعد ان تم تعديل وحذف ومراجعة رأيهم وملاحظتهم اصبح المقياس بصورته النهائية(40) من اصل (41) فقرة وبذلك اصبح المقياس جاهز لقياس الظاهرة المراد دراستها Ego -Strength .

4-تطبيق المقياس : بعد ان تم صياغة فقرات المقياس وفق بارون وعرض المقياس على الخبراء والمحكمين وبعد ان تم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية لكي يتم وضوح التعليمات وحساب الوقت المستغرق ، اصبح المقياس جاهز لكي يتم تطبيق المقياس حيث قامت الباحثة بسحب 400 ارملة بالطريقة العشوائية البسيطة من مجتمع الحث الحالي اذ تم ذلك في دائرة الحماية الاجتماعية للمرأة / ديالى . -  
تصحيح المقياس : صغيت فقرات المقياس بالصيغتين الايجابية والسلبية اذا بلغ عدد الفقرات ذات المضمون الايجابي (20) فقرة اما عدد فقرات ذات المضمون السلبي وعددها (20) فقرة اما بدائل الاجابة نحو مضمون الفقرات فهي (تنطبق على دائما، تنطبق علي احيانا ، لا تنطبق علي ابداء)، يقابلها سلم الدرجات (3،2،1)، هذا فيما يخص الفقرات ذات المضمون الايجابي.

6-التحليل الاحصائي : ان التحليل الاحصائي ذات اهمية كبيرة وذلك لكون لثبات دقة نتائج البحوث في كافة الاختصاصات والمجالات و لا تكون اي دراسة علمية تخلو من اي دلالات التحليل الاحصائي (عبد العزيز، 2014، 14) ويهدف التحليل الاحصائي الى اعداد فقرات تتمتع بخصائص سايكومترية مناسبة وبالتالي فأنها تتمتع بخصائص قياسية جيدة لذلك يجي التأكد من الخصائص القياسية للفقرات وابقاء الجيد منها وتعديل الفقرات غير المناسبة او استبعادها .

#### 1-ايجاد القوة التمييزية للفقرات :- Item Discrimination

يعرف التمييز بمدى قدرة الفقرة على التمييز بين الأفراد في الصفة التي يقيسها الاختبار(استانزي واراناء، 2015: ص230)، وايضا القدرة على التمييز بين الضعفاء والتميزين في تلك السمة المراد قياسها،

لذا من الضروري اختيار الفقرات المتميزة التي يحتويها المقياس بصيغته النهائية ، (الكبيسي ،2010، 44) وقد تحققت الباحثة من الخصائص الاحصائية للمقياس كالآتي :-

أ - أسلوب المجموعتين المتطرفتين Extreme Groups Method:

ولأجل حساب القوة التمييزية لفقرات مقياس قوة الأنا، تم تصحيح استمارات عينة التحليل الاحصائي البالغة (400) استمارة، وتم تحديد الدرجة الكلية التي حصلن عليها افراد العينة , ثم رتبنا تنازلياً من أعلى درجة إلى أدنى درجة ، واختيرت نسبة الـ (27%) من المجموعة العليا، و(27%) من المجموعة الدنيا، في ضوء ذلك بلغ عدد الاستمارات لكل مجموعة ( 108 ) استمارة مجموعة، اذ اصبح عدد الاستمارات الكلي (216) استمارة، وبعد ذلك تم تحليل فقرات المقياس باستخدام معادلة الاختبار التائي (T-test) لعينتين، مستقلتين بوساطة الحقيبة؛ الإحصائية للعلوم الاجتماعية ( SPSS ) ، لاختبار دلالة الفرق؛ بين المجموعتين في درجات كل فقرة على أساس أن القيمة التائية المحسوبة؛ تمثل القوة التمييزية، وعند

مقارنتها؛ بالقيمة الجدولية البالغة ( 1.96 ) ودرجة حرية ( 214 ) عند مستوى (0,05) ، تبين أن فقرات المقياس كافة كانت مميزة ودالة .

علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس :-

تم استخراج درجة علاقة الفقرة بالمجموع الكلي للمقياس باستخدام معامل ارتباط (بيرسون) ، وكانت جميع الفقرات دالة عند مستوى (0.05) عند مقارنتها بالقيمة الجدولية لمعامل الارتباط والبالغة (0.098) ودرجة حرية (398) .

علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي اليه الفقرة :

تم حساب معامل الارتباط بين درجة كل فقرة والمجموع الكلي للمجال الذي تنتمي إليه الفقرة باستخدام معامل ارتباط (بيرسون) إذ كانت جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى (0,05) بعد مقارنة القيم المحسوبة مع القيمة الجدولية البالغة (0.098) ودرجة حرية (398)

\_ الخصائص السيكومترية لمقياس قوة الأنا :-

1 - مؤشرات الصدق :-اعتمدت الباحثة على نوعين من الصدق هما:-الصدق الظاهري:- وهو ايسر مظاهر صدق المحتوى وهو يطلق عليه اسم الصدق السطحي او الصدق المنطقي من حيث موضوعيته، ووضوح فقراته، وتعليماته، ومدى دقة التعليمات، وما تتمتع به موضوعية ، (محاسنة ،2014: 150 ) وقد توافر هذا النوع من الصدق في فقرات مقياس قوة الأنا للبحث الحالي عن طريق عرضه على مجموعة من المحكمين المتخصصين بالتربية والقياس النفسي والارشاد النفسي ملحق ( 11 ) كما تم ذكره سابقاً.

ب-صدق البناء :- ان صدق البناء من اكثر الانواع صدقا، وقبولاً، ويرى معظم العلماء، من المختصين في القياس النفسي والذي يتفق مع جوهر مفهوم ( ابييل ) للصدق من حيث تشبع الفقرات بالمعنى العام ويمكن الوصول الى هذا النوع من الصدق فانه يتطلب اعتماد نظري في المجال المراد دراسته (الجابري، 2011، 222).

2- مؤشر الثبات :-طريقة اعادة الاختبار :- يكشف معامل الثبات الذي جرى حسابه بطريقة الاختبار، وإعادة الاختبار إلى استقرار استجابات المفحوصين عبر الزمن إذ يُفترض إن السمة ثابتة مستقرة خلال المدة الزمنية بين التطبيق الأول والثاني (النعيمة، 2014، 213)

ومن اجل استخراج ثبات المقياس بطريقة اعادة الاختبار قامت الباحثة بتطبيق المقياس على (20) من النساء الارامل من هيئة الحماية الاجتماعية بعد مرور اسبوعين من التطبيق الاول وتم حساب معامل ارتباط بيرسون من التطبيق الاول والثاني فبلغت قيمة معامل الارتباط ( 0.83 ) وهو معامل ثبات جيد.

2- معامل الفا كرو نباخ للاتساق الداخلي :- وقد قامت الباحثة باستخراج قيمة معادلة ألفا كرونباخ من عينة التحليل الاحصائي والتي بلغت قيمتها ( 0.80 ) حيث يعد معامل الاتساق جيد ويمكن القول بأن الدراسة الحالية توصلت الى بناء أداة مقياس قوة الانا وتتمتع بمؤشرات الصدق والثبات فضلا عن مؤشرات تحليل الفقرات وكفاءتها للتمييز بين المستجيبات البرنامج الارشادي:

لتحقيق هدف البرنامج تبنت الباحثة في تطبيق البرنامج انموذج بوردز ودراري.

انموذج بوردز ودراري ( Borders , I.D & SANDRA , 1992)

وتتلخص خطوات التخطيط في هذا الانموذج بما يأتي

1- تقدير احتياجات الارامل ؛وتحديدها .

2- صياغة الاهداف في البرنامج بناء على حاجات الارامل

3- تحديد الاوليات :من اجل تقديم الخدمات الارشادية

4- العناصر التي يقوم عليها البرنامج الارشادي .

5- النشاطات التي يقوم عليها البرنامج الارشادي .

6- الاشخاص المنفذون للبرنامج الارشادي

7- خطوات تطبيق البرنامج الإرشادي .

Borders & Drury, 1992.487 تقييم كفاءة البرنامج الإرشادي وتقديرها ( 8 - )

الجلسة الثانية : الاسترخاء

مدة الجلسة : 60 دقيقة

الحاجة	حاجة افراد المجموعة الإرشادية الى الاسترخاء العضلي و الذهني
هدف الجلسة	مساعدة افراد المجموعة الإرشادية على الاسترخاء العضلي والذهني اثناء الجلسة الإرشادية
الاهداف السلوكية	جعل المسترشدة قادرة على ان :- 1-تعرف الاسترخاء العضلي الذهني 2- تفهم اهمية الاسترخاء العضلي والذهني 3- تمارس الاسترخاء العضلي والذهني عند مواجهة الضغوط الحياتية
الاستراتيجيات والفنيات	تقديم الموضوع - الحوار المناقشة - تبادل الادوار - تعزيز الاجتماعي
النشاطات المقدمة	1-تقوم الباحثة بالاستفسار عن التدريب البيئي و تقدم التعزيز الاجتماعي المناسب 2- تقوم الباحثة بتقديم موضوع الجلسة(الاسترخاء ) وتعريفه :-هو عملية خفض اثار التوتر على عقلك وجسدك وتشعر بالتححرر من اي ضغوط التي مرت بك 3-تقوم الباحثة بتوضيح اهمية الاسترخاء العضلي والذهني 4- تمارس الاسترخاء العضلي والذهني عند مواجهة الضغوط الحياتية. تقدم الباحثة التعزيز الاجتماعي
التقويم البنائي	تقوم الباحثة بتوجيه اسئلة الاتية:- ما نعني بالاسترخاء العضلي والذهني ما اهمية الاسترخاء العضلي والذهني تقوم الباحثة بتقديم ملخص عن ايجابيات والسلبيات ما دار في الجلسة

ادارة الجلسة :-

بعد الترحيب تقوم الباحثة بالاستفسار عن التدريب البيئي و تقدم التعزيز الاجتماعي المناسب للمجموعة الإرشادية للواتي انجزن الواجب بشكل المطلوب

تقوم الباحثة بتقديم موضوع الجلسة(الاسترخاء ) وتعريفه :-هو عملية خفض اثار التوتر على عقلك وجسدك وتشعر بالتححرر من اي ضغوط التي مرت بك وتحتاج الى تدريبات معينة ومنظمة وفنيات

تقوم الباحثة بتوضيح اهمية الاسترخاء الجسدي والذهني 1- الحفاظ على توازن الجسم وسيطرته من التوتر والقلق 2- الحفاظ على اجهزة الجسم بشكل عام ولكافة الاعمار 3- تعمل على التركيز وعلى تحسين المزاج 4- التخلص من الالم الذي ينتج من الشد العصبي والعضلي

تقوم المرشدة بتطبيق خطوات الاسترخاء مع المسترشدات

-تطلب من كل مسترشدة ان تجلس على كرسي مريح لها

2 - تطلب الباحثة اغماض الجميع ووضع اليدين الى الجانبين والقدمين تكونان متباعدتين قليلا عن بعض 3-التنفس بعمق شهيق عميق....وزفير....شهيق.....وزفير لعدة مرات

4- ترك الجسم كله على الكرسي مسترخي

المرحلة الثانية وتطبق الخطوات الاتية :- -استرخاء العضلات في كل الجسم وفي حالة الشهيق تشد العضلات (عضلات الوجه) وفي حالة الزفير تترك العضلات تسترخي لوحدها

2- رفع عضلات الكتف (ترتفع مع الشهيق) وتترك تسترخي لوحدها مع الزفير ثم الخطوة نفسها مع اليدين والقدمين

تقوم الباحثة بأثارة اهتمام المجموعة الارشادية حول كيفية التخلص من التوتر والحصول على الاسترخاء وكيفية تجسيدها من خلال المشهد التالي

المشهد الاول

المشكلة (تجمع مجموعة من الصداقات في بيت احدهن وكانت احدهن تعاني من التوتر وعدم الراحة في الجلسة معهن )

تقوم الباحثة بتحديد وتوزيع الادوار بين المجموعة الارشادية لكي يتم تنفيذه المشهد الثاني

ام سوسن : تسال كيفكم احوالكم وتسلم على الجميع

ام ندى : ترد وتسلم على الحاضرات

ام سارة : لم ترد وكانت شاردة الذهن بعض الشيء

ام سوسن : تسالها ما بك لا تبدين على ما يرام

ام سارة : لدي مشكلة عائلية

ام ندى : لا نريد ان نعرف ماهي المشكلة نريدك ان ترتاحي وتستمتعي معنا بالجلسة

ام سوسن : استرخي وسوف تجدين اكثر من حل فقط استرخي

ام سارة : كيف ذلك

ام سوسن : هل ترين حديقتي هذه كم هي جميلة و مليئة بالعطور وبعض السنادين الجميلة المنظر انا دائما اهتم بها جيدا وارعاها

ام سارة :نعم ارى ذلك

ام سوسن : كلما يحصل لي شيء يزعجني احاول ان استرخي هنا بين الورد واشم الروائح الزكية منها واجلس واتمتع بمنظرها الخلاب واقول سبحان الله

ام سارة : تستمتع باهتمام هي وباقي الصديقات

ام سوسن : تكمل وتقول الى ان يزول ما يقلقني واسترخي وارتاح واجد حل لكل معوقاتي في الحياة

ام سارة : ترد شكرا لتعليمي

ام ندى : عزيزتي اما انا عندما امر بما يقلقني اذهب الى الحمام واستحم بماء دافئ بعض الشئ واخرج لقراءة القران ومن بعدها اسبح ببعض ما عرف من التسيبحات وايضا ارتاح واشعر بالاطمئنان

ام سارة : ترد انا اشعر انا بتحسن لأنني تكلمت معكن صديقاتي الوفيات

ام سوسن : هل عرفتي ما يلائمك لكي تسترخي

ام سارة : نعم

خلال عملية تنفيذ الأدوار قامت الباحثة بمشاهدة المسترشدين وطلبت من الباقي تسجيل ملاحظاتهم على المشهد التمثيلي وعلى كل دور

ثم قامت الباحثة بتحليل الموقف التمثيلي واشتقاق التعميمات وقامت بمناقشة وحوار المجموعة الارشادية وطرحت الاسئلة التالية :-

هل يمكن ان يحدث في الحياة اليومية ذلك ؟

ما لذي يدل عليه المشهد التمثيلي ؟

ماهي مشاعركم حول المشهد ؟

قامت الباحثة بمناقشة الاجابات واجابت عن استفساراتهم للوصول الى التعميمات الخاصة بهذا المشهد التمثيلي التعليمي واقتراح بعض الحلول لمعالجته المشكلة

التدريب البيتي : تقوم الباحثة بتكليف المجموعة الارشادية على ممارسة تمارين الاسترخاء يوميا صباحا في المنزل مع الاهل لمدة 10 دقائق

**عرض النتائج ومناقشتها :-**

**التوصيات :-**

1. الاستفادة من البرنامج الارشادي بالأسلوبين ( رسائل الانا ولعب الدور ) المعد في هذه الدراسة من قبل الباحثين في وزارة العمل لتنمية قوة الانا لدى الارامل

2. حث مؤسسات الرعاية الاجتماعية والجمعيات النسائية و المنظمات المجتمع و توجيهها للقيام بدورها تجاه النساء الارامل ومعالجة مشكلهن من خلال اعداد مزيد من البرامج (برامج الدعم ، ولقاءات نوعية وورش عمل )

3. الاستفادة من البرنامج في كليات التربية في مادة الارشاد النفسي المقترحات:

1. إجراء دراسة تعتمد على الأسلوب (لعب الدور) في تنمية قوة الانا لدى العينات الاخرى من النساء مثلا المطلقات .

2. إجراء دراسات تعتمد على أساليب إرشادية أخرى ( التخييل العقلي ودحض الافكار ) في تنمية قوة الانا .

3. إجراء دراسات مماثلة للدراسة الحالية في محافظات أخرى من العراق.

4. إجراء دراسة مماثلة للدراسة الحالية أثر أسلوب (لعب الدور) في تنمية قوة الانا لدى الارملة العاملة ومقارنتها بالغير العاملة .

## أثر اسلوب لعب الدور في تنمية قوة الانا لدى الارامل

### المخلص:

هدف البحث التعرف على تأثير اسلوب لعب الدور في تنمية قوة الانا لدى الارامل ولتحقيق هدف البحث قامت الباحثة ببناء مقياس قوة الانا وفق نظرية (فرانك بارون) وقد تم استخراج الخصائص الاحصائية للمقياس وتم عرضه على مجموعة من المختصين في مجال علم النفس والقياس والتقويم والارشاد النفسي وبذلك تحقق الصدق الظاهري للمقياس، وكذلك تم التحقق من صدق البناء، أما الثبات فقد تم التأكد من ثبات المقياس بطريقتي الفاكرونيباخ، وقد بلغ (0.80) وطريقة اعادة الاختبار؛ وقد بلغ (0.83) فقرة وبذلك اصبح المقياس بصورته النهائية من (40) فقرة وتم اختار عينة من مجتمع البحث الحالي (400) ارملة من المسجلات في هيئة الحماية الاجتماعية للمرأة /قسم ديالى؛ وصممت الباحثة لأغراض الدراسة برنامجا ارشاديا، وحددت الباحثة مجموعتين (تجريبية وضابطة) تكونت من (10) ارملة لكل مجموعة، وطبقت الباحثة البرنامج الارشادي على المجموعة التجريبية في جلسات بلغ عددها (13) جلسة واطهرت النتائج ان للبرنامج الارشادي تأثير في تنمية قوة الانا لدى الارامل في المجموعة التجريبية، و بناء على النتائج خرجت الدراسة بعدد من الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات.

### الباحثين

جامعة ديالى/ كلية التربية  
للعلوم الانسانية

م. م. انتصار جسام حمود

### عناوين الاتصال

Salm211@gmail.com  
Antsar212@gmail.com

الكلمات المفتاحية الدور، قوة الانا.

هذه مقالة وصول مفتوح بموجب ترخيص

CC BY 4.0

(<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)



## المصادر

- الشخصية ، مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة.
- الاشول ، عادل (1988) سيكولوجية الشخصية، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة
- الاغا، ريهام سلامة ، (2011): التنبؤ بالسلوك الاجتماعي للنساء الارامل في ضوء بعض المتغيرات ، اطروحة دكتوراه ، الجامعة الاسلامية غزة ، كلية التربية ، فلسطين
- الأميري ، احمد علي محمود (2001) : فعالية برنامج إرشادي في مواجهة ضغوط التعصب لدى طلاب المرحلة الثانوية ، أطروحة دكتوراه (غير منشورة) ، كلية التربية ، الجامعة المستنصرية ، بغداد
- Borders , I . D & Dreary Sander , M.D.(1992) . comprehire school couu seling programs . A review for policy makers and prachitioners Journal of counseling and Development , Vol (70).
- Barron, F(1963) ,Creativity and Psychoigical health ,D. rannostr and company,new York .
- Miller \_\_\_\_\_,g, Michusel \_\_\_\_\_,Mason,Geoge,E,(1993) :Dramatic improvisation , Risk-free playing for improring reading performance reading teacher.
- Coleman,J.C(1970) . Abnormal psychology and modern life , 3nd India , D. B. T . sons and co.
- Bellak, L (1973), ego functions in
- ابو اسعد ، احمد عبد اللطيف ، رياض الازيدية ، (2015) الاساليب الحديثة في الارشاد النفسي والتربوي الجزء الثاني مراجعة انتصار
- ابو اسعد ، احمد عبد اللطيف (2011) : علم النفس الارشادي ، ط2 ، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ، عمان الاردن .
- أبو زيد ، إبراهيم (1987): سيكولوجية الذات والتوافق ، دار المعرفة الجامعية ، القاهرة
- ابو زيد ، نبيلة امين (2011): علم النفس الاسري ط1، القاهرة، عالم الكتب
- ابو شامة ، فاطمة علي ، (2012) قوة الانا وعلاقتها باساليب مواجهة احداث الحياة الضاغطة لدى المرأة العاملة وغير العاملة رسالة ماجستير جامعة بنها
- ارفورد، براددلي وايفر ،سوزان وبرينتت ، املي ، وكاترين اينج (2012) : 35 اسلوبا على كل مرشد معرفتها ، ترجمة هائلة فاروق المسعود ، ورياض محمد ، دار الياض للنشر والتوزيع عمان
- الاسدي ، سعيد جاسم وفارس .سندس عزيز(2015): الاساليب الاحصائية في البحوث للعلوم التربوية والنفسية والاجتماعية والادارية والعلمية ، ط1، صفاء للنشر والتوزيع عمان - الاردن
- أشول ، عادل عز الدين (1988): سيكولوجية



senizophrenics ,neurotics and normal  
new york London ;john Wiley.

- Eysenck , H.J(1969) , Personality structure and Measurement. San diego ,ca Robert R.knapp
- Erikson, Erik(1968).Identity:youth.andcrisis.chapter3:w.w Norton and company .p.92.
- [http : // islamtoday. net / Print. cfm ?  
artid = 758](http://islamtoday.net/Print.cfm?artid=758)