Diyala Journal
for Human Research
Website:
djhr.uodiyala.edu.iq

مجلة ديالى
للبحوث الإنسانية

p ISSN: 2663-7405
e ISSN: 2789-6838

مجلة ديالى للبحوث الإنسانية
العدد (108) المجلد (2) حزيران 2026

أثر برنامج إرشادي قائم على أسلوب إطفاء التحوير السلبي في خفض تشتت الهوية لدى الطلاب المراهقين

The Effect of a Counseling Program Using the Negative Cognitive Restructuring Extinction Technique on Reducing Identity Diffusion among Adolescents

م. علاء خضير نصيف
وزارة التربية/ المديرية العامة لتربية ديالى

Email:
Alaa.87.alsayid@gmail.com

Published: 1- 6 -2026

Keywords: البرنامج، إطفاء التحوير السلبي ، تشتت الهوية

Abstract

The present study aims to investigate the effect of a counseling program based on the negative cognitive restructuring extinction technique on reducing identity diffusion among adolescents. This objective is examined through testing the following hypotheses:

1. *There are no statistically significant differences at the (0.05) level between the rank scores of the control group in the pre-test and post-test.*
2. *There are no statistically significant differences at the (0.05) level between the rank scores of the experimental group in the pre-test and post-test.*
3. *There are no statistically significant differences at the (0.05) level between the rank scores of the experimental group and the control group in the post-test.*

The current study is limited to adolescent students in secondary schools for the academic year (2024–2025). The researcher employed a quasi-experimental design with a pre-test–post-test control group structure (experimental and control groups). The study sample consisted of (20) students randomly assigned into two groups, with (10) students in each group. Equivalence between the two groups was established across selected variables, An Identity Diffusion Scale was constructed, consisting of (20) items. Reliability was established using two methods: test–retest reliability, which reached (0.85), and Cronbach's alpha, which reached (0.82), A counseling program based on the negative cognitive restructuring extinction technique was implemented. The validity of the counseling program was verified through face validity. The program consisted of (9) counseling sessions, conducted at a rate of two sessions per week, with each session lasting (45) minutes, Based on the study results, the researcher presented several recommendations and suggestions.

هذه مقالة وصول مفتوح بموجب ترخيص
CC BY 4.0
(http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

الملخص

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على **(أثر برنامج إرشادي قائم على أسلوب إطفاء التحوير السلبي في خفض تشتت الهوية لدى المراهقين)**. وذلك من خلال التحقق من الفرضيات الآتية:

1- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين رتب درجات المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي

2- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين رتب درجات المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي.

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

تحدد البحث الحالي بالطلاب المراهقين في المدارس الثانوية للعام الدراسي (2025/2024 م)، واستخدم الباحث المنهج شبه التجريبي ذا التصميم (مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة ذو إختبار قبلي ـ بعدي) تكونت عينة البحث من(20) طالباً موزعين بطريقةٍ عشوائيةٍ على مجموعتين، وبواقع (10) طلاب في كل مجموعة ، وقد تم إجراء التكافؤ للمجموعتين في بعض المتغيرات وقد تم بناء مقياس تشتت الهوية والمكون (20) فقرة، وقام الباحث باستخراج الثبات بطريقتين هي ، إعادة الإختبار إذ بلغ (0.85) والفاكرونباخ وقد بلغ (0.82). تطبيق برنامج إرشادي بـ(أسلوب إطفاء التحوير السلبي) تم التحقق من صدق(البرنامج الإرشادي) عن طريق الصدق الظاهري، وتكوّن البرنامج من (9) جلسات إرشادية بواقع (جلستين) في الأسبوع زمن الجلسة الواحدة (45) دقيقة. وفي ضوء نتائج البحث قدم الباحث عدداً من التوصيات والمقترحات.

أولا: مشكلة البحث:-

ان ضغوط الحياة التي يمر بها المراهقون ،وما طرأ على جوانب الحياة اليومية من تغيرات ومستجدات بفعل التحولات الاجتماعية والاقتصادية والثقافية والتي تزداد وتيرتها تسارعاً في العصر الحالي وتغير أساليب الحياة معها، يجعل من الصعوبة بمكان الحفاظ على وحدة الهوية وتماسكها، فهذه التغيرات تولد حالات من الصراع داخل فئة الشباب، بفعل الأنظمة الإدراكية وصعوبة التكيف معها، فمشكلة تشتت الهوية تسبب شعور المراهق بعدم وجود فرصة للاختيار، وسيطرة اليأس على لغة الحوار وزيادة معدلات الخوف وعدم الأمان و عدم الثقة. [1]

لذا يرى أريكسون ان تشتت الهوية لدى المراهقين من المشكلات الخطرة فالمراهق لا يعرف من هو وما قيمته وماذا يريد ، اذ يشعر بالخجل والعزلة وسوء الفهم في مزاجه ، ويشك في معنى وجوده ومثل هذه الحالات المزاجية، التي يمر بها كل مراهق يكون أثرها أكثر عمقاً كلما كانت

الهويـة أقـل نضـجاً مـن خـلال الصـراعات المبكـرة، فالشـعور المتجـذر بعمـق منـذ الطفولـة البـاكرة بأنـه غير محبوب وفائض، يتعزز من خلال الفشل في المدرسة.[2]

ويذكر أن الأفراد مشتتين الهوياً يكونون بلا هدف وأكثر عرضة للإغراءات، مما يُعطي إحساسًا بالتوجه لحياة لم تكن موجهة من قبل". ويعيشون حالة من النفور ؛ فهم يبحثون عن توجه وبالتالي يكونون أكثر انفتاحًا على الأيديولوجيات المتطرفة لأنها تقدم إجابات سهلة على أسئلة معقدة[3] .

كما بين (James Marcia)في نظريته حول حالات الهوية أن فئة من المراهقين تقع ضمن حالة" تشتت الهوية" (Identity Diffusion) حيث يفتقرون إلى الاستكشاف والالتزام مما يؤدي إلى ضعف في بناء الهوية[4] وفي ضوء ما سبق ومن خلال حضور الباحث الى بعض الندوات والمؤتمرات التي تناقش مشكلات المراهقة من حيث التقليد الاعمى (ارتداء الملابس، وقصات الشعر وسلوكيات المطربين وأبطال ألافلام والمشاهير على شبكات التواصل الاجتماعي) التي لا تمس هويتنا العربية وإلاسلامية بصلة وملاحظته من خلال وظيفته كمرشد في المدارس الاعدادية، شعر ان هناك طلاباً لديهم مشكلة تشتت الهوية ولكي يتم التأكد من انتشار هذا المشكلة بين الطلاب في المؤسسات التربوية والتعليمية جرى تطبيق استبانة استطلاعية على عينة من طلاب بلغت (30) طالبا وأكدت النتائج على وجود هذه المشكلة ولم يكتف الباحث بذلك بل تم تقديم استبانة استطلاعية على عدد من مرشدي المدارس وأكدت النتائج على وجود هذه المشكلة بين الطلاب و بنسبة أكثر من (80%) لذا تم إجراء دراسة تجريبية وفق المنهج شبه التجريبي لمعرفه (هل هنالك أثر للبرنامج الإرشادي بأسلوب إطفاء التحوير السلبي في خفض تشتت الهوية لدى الطلاب المراهقين؟) .

ثانيا: أهمية البحث Research Importance

يعد الإرشاد من الخدمات الضرورية التي يجب أن تتوافر في المؤسسات التعليمية من أجل مساعدة المراهق في اكتشاف الإمكانيات التربوية فيما بعد المستوى التعليمي الحاضر، ومساعدته على النجاح في برنامجه التربوي ، والمساعدة على تشخيص وعلاج المشكلات التربوية والنفسية بما يحقق توافقه التربوي بصفه عامة، وهذا ما جعل الباحثين يركزون على أهمية الإرشاد في المؤسسات التعليمية من أجل تسهيل النمو الإنساني وإن الإرشاد يجب إن يكون جزءاً من عملية التعلم عبر مراحل التعليم المتتابعة[5] .

وإن برنامج الإرشاد المدرسي يهدف إلى مساعدة الطلبة الذين يعانون من مشكلات إنفعالية أو عاطفية أو نفسية أو سلوكية ، فيساعد المرشد على تحديد وتشخيص المشكلات النفسية والسلوكية التي يعاني منها المسترشدون والعمل على معالجتها، كما يساعد المسترشد على معرفة احتياجاته و ادراك مشكلاته و اكتساب المهارات اللازمة لحلها او التوافق معها، ويوفر للمدرسة وادارتها حلولا علمية وموضوعية تسهم في رفع مستوى التحصيل العلمي والتغلب على الازمات والصعوبات التي تحول دون تحقيق أهداف المؤسسة

التعليمية ، كما يوفر مناخاً مدرسياً يسوده جو من الالفة والمحبة والاحترام داخل المدرسة مما ينعكس على حبهم لها وتحقيق النجاح.[6]

وتعد البرامج الإرشادية جزءاً من برامج التعليم، ولأجل أن تكون هذه البرامج ذات فاعلية في إحداث التغيرات الجوهرية في سلوك المسترشدين فأنه يتوجب عليها أن تأخذ بنظر الاعتبار جميع العوامل والمتغيرات ذات الاثر الواضح في نتائجها ولكي يصبح الأرشاد التربوي المدرسي أكثر فعالية يجب أن يستخدم تقنيات ملائمة للمستويات العمرية والدراسية.[7]

إن الحاجة إلى البرامج الإرشادية تكون ملحة من خلال إتباع المنهج (الإنمائي، الوقائي، العلاجي) في التوجيه والإرشاد النفسي، وأن هذه المناهج تحتاج إلى تخطيط وإعداد خاص لكل منها، وإن أهمية الخدمات التي تقدم لمختلف الأفراد في المجتمع وفي المؤسسة التعليمية لكي تجعل منهم أفراداً يشعرون بالتوازن (Equilibration) ويتمتعون بالتوافق (Adjustment) والصحة النفسية Mental Health،.[8]

ويسعى الإرشاد المعرفي الى مساعدة المسترشد على التخلص من البقع المظلمة ، ومن خداع الذات، ومن الأحكام غير الصحيحة، ولما كانت ردود الأفعال الانفعالية التي تؤدي بالمسترشد إلى طلب الإرشاد نتيجة للتفكير الخاطئ، فإنه من تهدئتها بتصحيح التفكير.[9]

لذا من الضروري مساعدة المراهقين على تكوين هوية ناضجة قادرة على تجاوز المشكلات والصعوبات والخبرات السلبية في الحياة وحلها، أو قد تكون ناتجة عن ضعف الذات في التوافق والانسجام مع الأنظمة المعرفية والثقافية السائدة، لذلك فإن تحقق الهوية الناضجة للمراهق تقلل من حدوث مشكلة تشتت الهوية.[10]

إن قضية الهوية قضية محورية شغلت بال كل الناس على اختلاف ألسنتهم وعقائدهم، إذ أن كل جماعة أو أمة تعوزها الهوية المتميزة ليمكنها المعيشة والمحافظة على وجودها، فالهوية هي التي تحفظ سياق الشخصية، وبدونها يتحول الإنسان إلى كائن تافه فارغ غافل تابع مقلد مطموس الشخصية مسطح الثقافة، لأن للهوية علاقة أساسية بمعتقدات الفرد ومسلماته الفكرية، وبالتالي تحديد سمات شخصيته فتجعله إنساناً ذا قيمةٍ ولحياته معنى وغاية. جاءت كلمة الهوية لتحدد الكثير من المعاني في العصر الحديث، وهو ما جعلها اهتمام الباحثين في العلوم الإنسانية بكافة فروعها على صعيد علم الاجتماع والنفس والسياسة، وتعد الهوية من أساسيات البناء الثقافي والاجتماعي لدى الإنسان في جميع الثقافات. [11]

وتكمن أهمية البحث الحالي في الجانبين النظري و التطبيقي و كالاتي:-

الجانب النظري

1) تعد الدراسة الحالية أول دراسة تجريبية محلية على حد علم الباحث تناولت خفض تشتت الهوية لدى المراهقين بأسلوب اطفاء التحوير السلبي.
2) توجيه المرشدين النفسيين بأهمية دراسة تشتت الهوية ونتائجها السلبية على الطلاب.

الجانب التطبيقي :-

1ـ تزويد الباحثين بأداة لقياس(تشتت الهوية) لدى المراهقين .

2 ـ تزويد الباحثين والمرشدين التربويين في المدارس ببرنامج إرشادي بأسلوب اطفاء التحوير السلبي.

ثالثا:أهدف البحث وفرضياته:- يهدف البحث الحالي للتعرف على:- (اثر برنامج إرشادي قائم على أسلوب إطفاء التحوير السلبي في خفض تشتت الهوية لدى الطلاب المراهقين). وذلك من خلال التحقق من الفرضيات الآتية:

1-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين رتب درجات المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي

2-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين رتب درجات المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي.

3-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين رتب درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الإختبار البعدي.

رابعاً : حدود البحث:- يتحدد مجتمع البحث الحالي بطلاب المدارس الثانوية في مركز قضاء بعقوبة التابع لتربية محافظة ديالى وللعام الدراسي (2024- 2025)

خامساً : تحديد المصطلحات

1 - البرنامج الارشادي

❖ **حمد (2013)** هو نشاط منظم وفق حاجات وأهداف تم التوصل اليها عن طريق جمع وتحليل بيانات ومعلومات عن المجتمع المستهدف بالإرشاد، بغية إحداث تغيرات جوهرية في معلوماتهم ومواقفهم وأفعالهم من خلال وسائل وتقنيات ملائمة لمستوياتهم العمرية والدراسية.[12]

2-أسلوب إطفاء التحوير السلبي

❖ **عرفه آل اطيمش(2010)** (بأنه أسلوب إرشادي قائم على المنطق والمناقشة، لغرض تغير الافكار المقتحمة والمتكررة لدى المسترشدين.[13]

❖ **التعريف الإجرائي لأسلوب إطفاء التحوير السلبي:** (مجموعة من الأنشطة والفنيات التي استخدمها الباحث في البرنامج الحالي وهي (تقديم الموضوع ، الحوار والمناقشة، الأبعاد والتركيز وتعديل الأفكار، التعزيز ،والتدريب البيتي)

3- تشتت الهوية(Identity Diffusion) عرفه:-

❖ **إريكسون (1968)** هي حالة يرتبك فيها الأفراد بشأن أهدافهم وأدوارهم في الحياة ومهنهم.[14]

التعريف النظري: جرى تبني تعريف النظري(Erikson, E. H. 1968).في تفسير مفهوم تشتت الهوية.

الفصل الثاني

إطار نظري

ودراسات سابقة

مفهوم الهوية:

إن قضية مفهوم الهوية قضية محورية شغلت بال أغلب الناس على اختلاف ألسنتهم وعقائدهم، ومعاني الهوية كثيرة؛ وهناك مرادفات مختلفة للهوية، فهناك ما يسمى بالذات، والنفس، والإدراك الذاتي، والصورة الذاتية، والهوية الذاتية، والأنا، والأنا العليا.[15]

فمفهوم الهوية في نظر فروم هي الحاجة للوعى بالذات باعتبارها كائناً منفصلاً، وأن يشعر المرء بذاته باعتبارها الفاعل الرئيس في أفعاله الخاصة (Fromm،1955) أى أن الشخص يصبح قادراً على أن يشعر، وأن يقول "أنا أكون". وتنطبق هذه الحاجة أيضاً على رؤية الآخرين باعتبارهم أشخاصاً منفصلين. فنجد أن أعضاء بعض القبائل القديمة غير قادرين على رؤية أنفسهم باعتبارهم كائنات حية منفصلة عن الجماعة، فيعبرون عن هويتهم في شكل "أننا نكون نحن (I am we) وعلى مر التاريخ، عرف الأفراد أنفسهم من خلال أدوارهم الاجتماعية. وكانت الأدوار في العصور الوسطى تتضمن "إنني فلاح" أو "إنني لورد أو سيد". وتشبه هذه الأفكار مفهوم القناع لدى يونج، أو مفهوم "الشخوص. [16]

استراتيجيات التعامل مع مشكلة تشتت الهوية ما يلي:

1- جعل الفرد قادراً على استكشف هويته فاستكشاف الهوية هو الأكثر شيوعاً خلال فترة المراهقة، فالعديد من المراهقين يجربون شخصيات مختلفة ويختبرون مجموعات قيمة مختلفة عن تلك التي نشؤوا فيها، وهذا جزء مهم من مراحل النضج وبغير هذا التنقيب يُخاطر البالغ بإيجاد نفسه بدون هوية مختارة عن وعي، فإذا كان الفرد لم يستكشف هويته يتم تدريبه.[17]

2- دمج الفرد مع الآخرين في المجتمع او التفاعل مع العديد من الأشخاص المختلفين عنه من اجل التعرف على حياتهم و تجاربهم، فقد يساعد هذا في تنمية هوية ذات معنى.[18]

3- احتضان الأزمة كفرصة لتطوير شعور هادف بالهوية والهدف.

4- تجاهل الحكم الداخلي والخارجي: يمكن أن يكون لتوقعات الآخرين وكذلك توقعات الفرد تأثير كبير على ما يشعر به، لكن لا تدع معايير بعض المجتمع أو الجماعات تملي عليك من أنت، وماذا يجب أن تحب، فقط لأنك من عمر أو جنس أو مجموعة ثقافية معينة.[19]

5- تقديم الدعم من الأصدقاء أو العائلة أو المنظمات التي من شأنها أن تساهم في زيادة الوعي الذاتي. .[20]

❖ **نظرية إريكسون التي فسرت تشتت الهوية :-**

يرى إريكسون أن المراهق يبحث عن الذات التي تمثل نقطة الارتكاز، وهي النقطة التي يرتكز عليها النضال طوال الحياة لتتحقق الهوية والتوازن ، والمراهقة هي المرحلة الخامسة (13-19) وتمثل تركيباً للمراحل السابقة، ولكنها أكثر من مجرد جمع لما قد سبق إنجازه في الارتقاء، إنها أيضا امتداد للمستقبل. وأحد قطبى أزمة المراهقة هي الهوية (Identity)، وهي الثقة المتراكمة بأن الفرد هو ذاته، وباستمرار نفس الشخص الذى تربى في السابق وأصبح الآن موضع تقدير الآخرين، بما يسمح بدوره بالدخول إلى الحياة المهنية وإلى انتهاج أساليب الحياة ، والاستمرارية (Continuity) مصطلح مهم في مفهوم الهوية، ففي الهوية تعنى تكاملاً لكل التوحدات السابقة وصور الذات، بما فيها الصور السلبية منها[21]

ويرى إريكسون في هذه المرحلة يواجه المراهق سؤالاً لم يطرحه على نفسه من قبل هو : (من أنا ؟) ويجهد باحثاً عن إجابه لهذا السؤال بإمكانياته العقلية والمعرفية التي لم تبلغ أشدها وإن ما يتوفر لهذا المراهق من مساعدة ويقاربه من خبرات وما يطلع عليه من نماذج متلفزة أو مقروءة أو حية تلعب دوراً في إيصاله إلى تحديد هويته بتحديد الأدوار المنوطة به وذاك هو المسار النمائي الصحي الذي يهيئه إلى الانتقال السلس والسوي إلى مرحلة الرشد المبكر.[22]

وفي محاولات المراهقين المضنية للإجابة على التساؤل ("من أنا؟") غالباً ما يكونون مجموعات من الأفراد ، وهذه المجموعات تساعد على تكوين صور ذات لديهم وتزودهم بدفاعات متبادلة ضد الأعداء الذين لهم صفات مختلفة تتحدى "حقيقة هويتهم الشخصية النامية (Hall,1983) فإذا ما اتجه المراهقون بإدانتهم " للمختلف نحو المجتمع، فإن ذلك بسبب له مشكلات اجتماعية ، وفي الحقيقة فإن المجموعات الحديثة للمراهقين التي أشار إليها إريكسون، هي تتكون لتساعد على تكوين هوية.[23] والقوة التي تظهر في فترة المراهقة هى الوفاء(fidelity) ، وهي الفرصة لإشباع إمكانات الشخصية كاملة ... لكي يكون الفرد صادقاً مع نفسه وصادقاً مع الأشخاص الآخرين المهمين لديه ،وأن يحتفظ بالولاءات (loyalties) وبالرغم من المتناقضات التي لا يمكن تجنبها في الأنساق القيمية.[24] وعند إريكسون الوفاء هو حجر الزاوية في الهوية، إنه ليس تكريساً لايديولوجية معينة ولكنه ولاء لأيديولوجيات تكون مناسبة للفرد، وكما صاغها إريكسون قد أذهب لأبعد من ذلك وادعي أننا تقريباً لدينا غريزة للوفاء بمعنى أنك عندما تصل لسنٍ معينة تستطيع أن تتعلم أن تكون مؤمناً بوجهة نظر أيديولوجية معينة، ويجب أن تفعل ذلك . وبدون تنمية قدرة على الوفاء عند الشخص فإنه . إما أن ينمى "أنا" ضعيفة، أو أن يبحث عن جماعة ينتمى إليها ويؤمن بها.[25]

مسوغات تبني نظرية إريكسون التي فسرت تشتت الهوية :-

1- مكنت هذه النظرية من فهم وتفسير تشتت الهوية التي تناولتها النظرية بالتفصيل.

2-مكنت هذه النظرية من فهم العوامل المؤثرة المصاحبة لمفهوم تشتت الهوية.

❖ **أسلوب إطفاء التحوير السلبي لـ(Beck)**

ذكرت (آل طيمش 2010) ان أسلوب إطفاء التحور السلبي يعود للعلاج المعرفي للمنظر (بيك). [26] اذ عمل بيك مجهوداً رائداً في علاج المشكلات النفسية. فقد أثبتت الأبحاث كفاءة العلاج المعرفي للكثير من المشاكل المختلفة. فقد اتبع بيك إجراءات معرفية ثبت نجاحها في مواجهة وتحدي افتراضات المسترشد المكتئب ومعتقداته، وطرح منظوراً معرفياً جديداً يؤدي إلى التفاؤل وإلى تغيير السلوك، وتم تطبيقه العلاج المعرفي على مجتمعات عريضة كان بيك يعتقد أنها ليست ملائمة لهذا النوع من العلاج، ويشمل ذلك علاج الاضطرابات الشخصية.[27]

و يرى (Beck, 2000) أن مشاكل الفرد النفسية مستمدة من أفكار تمنعه من التكيف مع الواقع وهي تحريفات مغاير للواقع مبنية على مقدمات منطقية مغلوطة ومفاهيم عقلية خاطئة، وتنشأ هذه التحريفات نتيجة تعلم ناقص أثناء مراحل النمو، والوصفة الطبية ببساطة هي أن نساعد المريض على أن يتعرف على أفكاره المغلوطة وأن يتعلم طرقاً أكثر واقعية لصياغة خبراته .[28] كما اوضح بيك(Beck) أن العلاج المخطط والمتمركز حول الحاضر وحول المشكلة يمكن أن يكون فعالاً وجداً في العلاج في وقت محدود ومختصر وإحدى مساهمات بيك الرئيسية والنظرية هي وضع الخبرات الخاصة كجزء معترف به في البحث العلمي. وإحدى نقاط القوة في العلاج المعرفي هي التركيز على تطوير إطار مفاهيمي مفصل كأسلوب لفهم الكيفية التي يرى بها العميل العالم حوله .[29] يهتم بيك بالأفكار التلقائية الآلية السلبية التي تظهر كأنها ردود أفعال آلية أو إنعكاسية ولعل هذا هو ما يجعلها تقاوم التغيير فهي تعكس مضامين خبرات وتجارب عاشها الفرد تؤدي في نهايتها إلى الاضطرابات والقلق فهي تؤدي إلى التشويه المعرفي.[30]

المفتاح الرئيسي للمركز المهم الذي يحتله العلاج السلوكي المعرفي هو أن كل المقاربات السلوكية المعرفية هي تكاملية في ميدان العلاج النفسي، ويعتبر بيك العلاج المعرفي علاجاً تكاملياً دمجياً بسبب اعتماده واقتباسه من العديد من الأشكال والنماذج في العلاج النفسي وارتأى داتيلو (2002) اعتبار العلاج المعرفي السلوكي وتقنياته ضمن إطار العلاج الوجودي بمعنى، إذا كان لدينا مسترشد يعاني من مشكلة، يشجع هذا المسترشد على البحث في اهتمامات الفلسفة الوجودية على مثل: معنى الحياة، الشعور بالذنب اليأس والأمل ويمكن تزويد المسترشدين بأدوات العلاج السلوكي المعرفي ليتعاملوا مع أحداث الحياة اليومية وبنفس الوقت يتفحصوا مواضيع وجودية حساسة تواجههم وتتحداهم، وإن الاعتراف بالقيمة التي تتمتع به المدرسة المعرفية هو نتيجة العديد من فرضياتها قد تم بحثها اختبارياً، وطبقاً لليهي (2002) Leahy: خلال العشرين سنة الماضية، اكتسبت المقاربة المعرفية ترحيباً وتقبلاً واسعاً وبدا وكأنها عاملُ مؤثرٌ في تطور ميدان العلاج أكثر من أية مقاربة أخرى ،وطرح ليهي أسباباً عدة جعلت هذه المقاربة تكتسب قبولاً واستحساناً واسعاً:

– إنها عمليةُ وناجحة.

- إنها فعالة، وعملية لعلاج مشاكل معينة.
- ليس فيها غموض أو تعقيد، تسهل انتقال المعرفة من المعالج إلى العميل
- شكلاً من أشكال العلاج الفعال المكلف.[31]

إن أسلوب إطفاء التحوير السلبي قائمُ اساساً على المنطق والمناقشة فضلاً من الفعاليات المساعدة الأخرى لغرض تغيير الأفكار الاستحواذية المقتحمة والمتكررة، إذ أن هذا النشاط من شأنه أن يساعد المسترشد على تحمل مسؤولية ذلك التغير لكون ما حصل جاء نتيجة لهذه الافكار، كما أن لغة الحوار والمناقشة والانفتاح على الرأي الآخر تساعد المسترشدين على الوصول الى الفهم التام للواقع ويشعرن بأهميتهم لكونهم أعضاء فاعلين في المجتمع.[32]

دراسات تناولت مفهوم تشتت الهوية-:

- مقياس الهوية لسيد إبراهيم (2013) هدف المقياس إلى معرفة مدى إحساس المراهقين بالهوية في المرحلة الثانوية، وقد تضمن المقياس 68 عبارة مقسمة إلى خمسة أبعاد أساسية هي: البعد الديني والخلقي، بعد التوجه للمستقبل، بعد العلاقات الاجتماعية، بعد التوجه نحو الذات، وبعد الانتماء.
- مقياس أزمة الهوية لشند وآخرون (2015) هدفت الدراسة إلى بناء مقياس لأزمة الهوية للمراهقين في المرحلة المبكرة والمتوسطة، وتكون المقياس من أربعة أبعاد هي : مفهوم الذات، تقدير الذات الاتجاه نحو الآخر، والميول المهنية والدراسية، تكون المقياس من 58بنداً.[33]

جوانب الإفادة من الدراسات السابقة

1- تحديد مشكلة الدراسة وأهميتها

2- الاطلاع على الأدبيات التي تتناول متغيرين البحث هما(تشتت الهوية، والأسلوب الإرشادي

3- توفير مقياس تشتت الهوية .

4- أعداد برنامج إرشادي لخفض تشتت الهوية.

الفصل الثالث

إجراءات البحث

منهجية البحث واجراءاته : يتضمن هذا الفصل تحديد منهج البحث والإجراءات التي أتبعها الباحث في تحديد مجتمع البحث وعينته ووصف خصائصه وإجراءات إعداد أداة البحث فضلاً عن الوسائل الإحصائية التي استخدمت في تحليل بياناته وعلى النحو الاتي

اولاً: منهج البحث : من أجل تحقيق هدف الدراسة الحالية اتبع الباحث المنهج شبه التجريبي.

ثانياً: التصميم شبه التجريبي: واستعمل الباحث التصميم شبه التجريبي ذا المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي والشكل (1) يوضح ذلك

شكل (1)

المجموعة تجريبية	الاختبار القبلي	التكافؤ	برنـــامج إرشـــادي بأسلوب بيك	الاختبار البعدي
المجموعة الضابطة			بدون برنامج إرشادي	

ثالثاً: مجتمع البحث: يشمل مجتمع البحث الحالي طلاب المدارس الثانوية في الدراسة الصباحية والتابعة لتربية محافظة ديالى وللعام الدراسي (2024- 2025)

رابعاً: عينة البحث: تم اختيار عينات البحث الحالي بطرق مختلفة بما يتلاءم مع الحاجة اليها ، والبالغ عددها (270) طالباً ويوضح ذلك وجدول (1)

جدول (1)

عينة البحث الأساسية موزعة بحسب العينات

ت	العينات	العدد	الغرض
1	العينة الاستطلاعية	20	تحديد المشكلة
2	عينة التحليل الإحصائي	200	تحليل احصائي
3	عينة الثبات	30	ثبات المقياس
4	عينة التطبيق البرنامج	20	تطبيق البرنامج الإرشادي
المجموع		270	

خامساً: التكافؤ بين المجموعتين الضابطة والتجريبية:-

تم التكافؤ بين المجموعتين في المتغيرات (الذكاء ، العمر ،الاستقرار العاطفي).

سادساً: أداة البحث: تم بناء مقياس تشتت الهوية وبرنامج إرشادي بأسلوب إطفاء التحويرات السلبية.

خطوات المقياس بناء المقياس تشتت الهوية:-

1- **تحديد المفهوم** : تم الاعتماد على التعريف النظري لنظرية إريكسون الذي عرف تشتت الهوية بأنه(حالة يرتبك فيها الأفراد بشأن أهدافهم وأدوارهم في الحياة ومهنهم.

2- **صياغه الفقرات** : تم صياغة (20) فقرة بالاعتماد على نظرية إريكسون وأدبيات ذات العلاقة ودراسات سابقة تناولت مفهوم تشتت الهوية .

3- **تعليمات المقياس** : تم إعداد تعليمات الإجابة على مقياس (تشتت الهوية) التي تضمنت كيفية الإجابة على فقراته، واستخدام ورقة الإجابة الخاصة ، وحث المجيب على الدقة في الإجابة على الرغم من أن زمن الإجابة غير محدد ، كما تضمنت ورقة الإجابة تسلسل الفقرات يقابلها بدائل الإجابة .

4- **تصحيح المقياس:** يعني وضع درجات لاستجابات أفراد العينة على فقرات المقياس ، وإيجاد الدرجة الكلية لكل استمارة من المقياس ولجميع فقراته البالغة (20) فقرة كما موضح في جدول (2).

جدول (2) اوزان البدائل

البدائل	تنطبق علي دائماً	تنطبق علي أحياناً	لا تنطبق علي أبداً
الاوزان	**3**	**2**	**1**

5- **وضوح الفقرات والتعليمات:** جرى تطبيق ميداني للمقياس على عينة عشوائية مكونة من (20) طالباً بواقع (10) طلاب من كل مرحلة دراسية (المتوسطة / الاعدادية)، وتم تحديد متوسط الزمن المستغرق للإجابة على فقرات المقياس، أذ بلغ (10 دقائق) .

6- **استطلاع آراء المحكمين حول المقياس:** تم عرض المقياس بصيغته الأولية على مجموعة من المحكمين من ذوي الاختصاص ، وتم الطلب منهم مدى صلاحية المقياس وصدق فقراته.

7- **التحليل الإحصائي لفقرات المقياس:** ومن أجل التحقق من الخصائص الاحصائية لفقرات المقياس تم استخدام مؤشرين هما:-

- **المجموعتان المتطرفتان:** لحساب القوة التمييزية لفقرات المقياس طبق المقياس على عينة تم اختيارها بصورة عشوائية ذات التوزيع المتناسب والبالغة (200) طالباً، ثم صححت اجابات الطلاب وتحديد الدرجة الكلية لكل طالب، وترتيب درجات الاستمارات لجميع افراد عينة التمييز من أعلى درجة كلية إلى أوطأ درجة كلية، ثم تحديد نسبة (27%) من الاستمارات التي حصلت على الدرجات العليا في المقياس و(27%) من الاستمارات التي حصلت على الدرجات الدنيا، وتم تطبيق الاختبار التائي (t-test) لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفروق بين متوسطي درجات المجموعة العليا والمجموعة الدنيا ومن خلال مقارنة القيمة التائية المحسوبة للفقرات بالقيمة الجدولية البالغة (1,98) عند مستوى دلالة (0,05)، وبدرجة حرية (106)، وبذلك عدت جميع الفقرات مميزة كما في الجدول (3).

جدول (3) القوة التمييزية لفقرات مقياس تشتت الهوية

تسلسل الفقرة	المجموعة	المتوسط الحسابي Mean	الانحراف المعياري Std. Deviation	قيمة الاختبار التائي
1	العليا	2.3333	.75235	4.235
	الدنيا	1.7037	.79217	
2	العليا	2.7593	.47325	8.411
	الدنيا	1.8704	.61572	
3	العليا	2.4074	.59932	4.099
	الدنيا	1.8704	.75351	
4	العليا	2.6481	.55482	8.361
	الدنيا	1.6852	.63911	
5	العليا	2.5185	.57432	5.239
	الدنيا	1.8148	.80269	
6	العليا	2.5741	.63251	6.464
	الدنيا	1.7407	.70538	
7	العليا	2.7593	.47325	11.374
	الدنيا	1.5741	.60194	
8	العليا	2.4815	.50435	3.999
	الدنيا	2.0000	.72684	
9	العليا	2.6111	.68451	4.772
	الدنيا	1.9815	.68655	
10	العليا	2.7222	.52903	6.200
	الدنيا	2.0000	.67293	
11	العليا	2.7407	.44234	5.949
	الدنيا	2.0000	.80094	
12	العليا	2.4259	.71643	2.638

	الدنيا	2.0741	.66876	
13	العليا	2.4815	.81821	2.019
	الدنيا	2.1852	.70240	
14	العليا	2.3519	.55482	3.955
	الدنيا	1.8704	.70165	
15	العليا	2.5741	.60194	2.821
	الدنيا	2.2222	.69137	
16	العليا	2.5556	.57188	2.516
	الدنيا	2.2593	.64968	
17	العليا	2.5000	.54079	2.269
	الدنيا	2.2407	.64238	
18	العليا	2.8148	.43758	6.164
	الدنيا	2.1667	.63691	
19	العليا	2.5926	.56697	4.534
	الدنيا	2.0370	.69941	
20	العليا	2.4630	.69263	3.120
	الدنيا	2.0370	.72588	

❖ **علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس:** لحساب معامل ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس ، تم استخراج معامل ارتباط بيرسون، وبعد المعالجة الإحصائية تبين أن جميع قيم معامل الارتباط دالة احصائياً عند مقارنتها بالدرجة الجدولية البالغة (0.139) تحت مستوى دلالة(0.05) وعند درجة حرية (198) الجدول (4) يوضح ذلك

الجدول (4) علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس

ت	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس	ت	معامل ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس
1	0.343**	11	0.402**
2	0.518**	12	0.413**
3	0.610**	13	0.706**

4	0.545**	14	0.352**
5	0.668**	15	0.492**
6	0.749**	16	0.452**
7	0.303**	17	0.503**
8	0.349**	18	0.738**
9	0.406**	19	0.419**
10	0.486**	20	0.420**

الخصائص السيكومترية لفقرات المقياس :

1. **الصدق :** للتأكد من صدق مقياس تشتت الهوية تم استخدام أسلوبين من الصدق هما:-

أ - **الصدق الظاهري :** تم التحقق من مدى صلاحية الفقرات عن طريق عرضها بصورتها الأولية على مجموعة من المحكمين من ذوي الاختصاص في مجال علم النفس.

ب - **صدق البناء :** تحقق هذا النوع من الصدق من خلال عدة أساليب مثل المجموعات المتطرفة جدول (5) وعلاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس (الاتساق الداخلي) جدول(6).

2- **ثبات المقياس :** وللتأكد من ثبات مقياس تشتت الهوية جرى استخدم أسلوبين هما:-

أ - **طريقة إعادة الاختبار(the Retest Method):**

تم تطبق مقياس تشتت الهوية على عينة تكونت من (30) طالباً و بعد مرور (15) يوما تم اعادة تطبق المقياس نفسه على العينة نفسها ،إذ بلغ معامل الثبات (0,85) وهو معامل ثبات جيد.

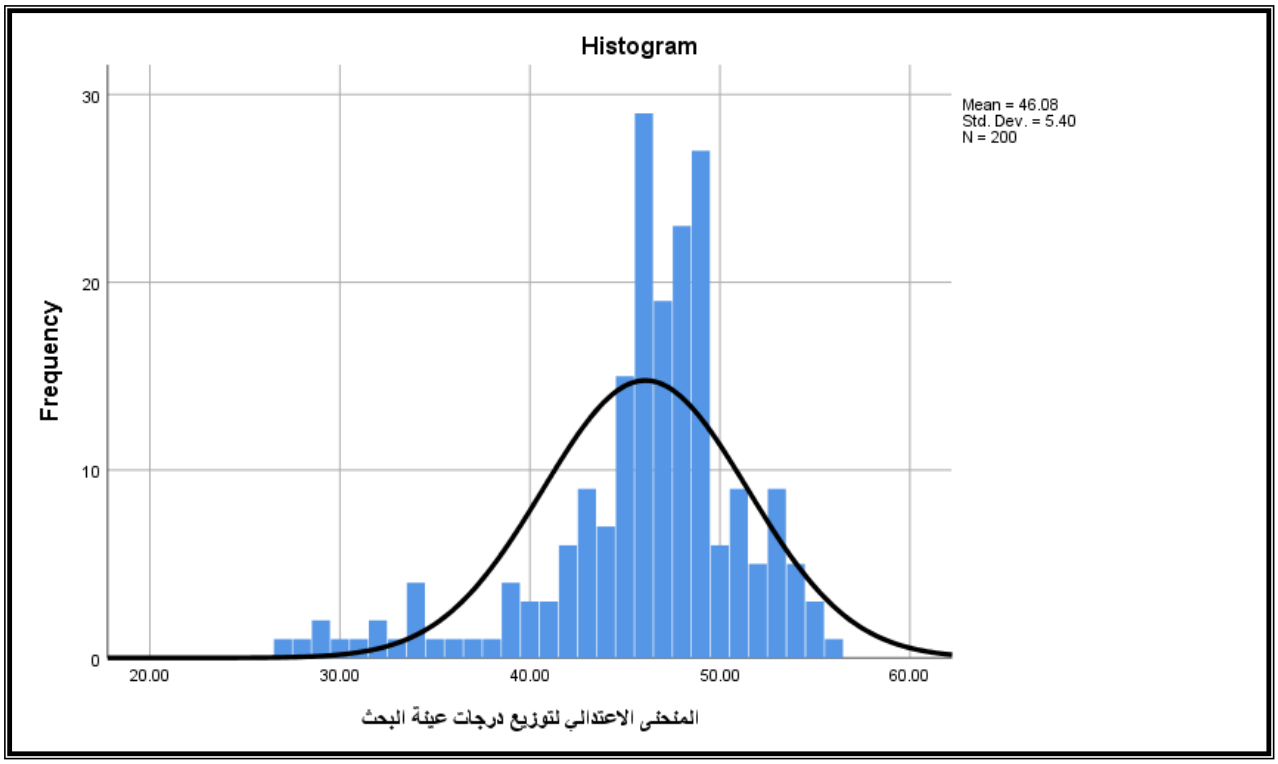
ب - معادلة الفا كرونباخ : ولمعرفة ثبات مقياس تشتت الهوية بطريقة الفا كرونباخ جرى سحب (100) استمارة بالطريقة العشوائية من عينة التحليل الإحصائي وبعد المعالجة الإحصائية بلغت قيمة الارتباط بطريقة معادلة الفاكرونباخ (0,82) وهو معامل اتساق جيد.

المؤشرات الإحصائية للمقياس: عند ملاحظة القيم الإحصائية لمقياس تشتت الهوية نجد أن تلك القيم الإحصائية تتسق مع معظم مؤشرات المقاييس العلمية، مما يسمح بإعطاء ثقة في نتائج تطبيق هذا المقياس انظر جدول (5) وشكل (1) .

جدول(5)

المؤشرات الإحصائية لمقياس تشتت الهوية

STATISTICS	اسم المؤشر الإحصائي	الدرجـات
Mean	المتوسط الحسابـي	46.0750
Std. Error of Mean	الخطأ المعياري للمتوسط الحسابي	.38187
Median	الوسيـــط	46.8958
Mode	المنـــوال	46.00
Std. Deviation	الأنحراف المعيـاري	5.40048
Variance	التبايـــاين	29.165
Skewness	الألتـواء	-1.296-
Std. Error of Skewness	الخطأ المعياري للالتواء	.172
Kurtosis	التفرطـح	2.189
Std. Error of Kurtosis	الخطأ المعياري للتفرطح	.342
Range	المـدى	29.00
Minimum	اقـل درجـة	27.00
Maximum	أعلى درجـــة	56.00
Sum	المجموع	9215.00



شكل (2)

المنحنى الاعتدالي لتوزيع عينة البحث

وصف المقياس : يكون مقياس تشتت الهوية بصورته النهائية من (20) فقرة، تم صياغتها بالصيغة التي تتفق مع المتغير، وبدائل الاجابة هي : (تنطبق علي دائماً، تنطبق علي احياناً،لا تنطبق علي بداً) واوزان الاجابة هي(3،2،1) وأعلى درجة يمكن أن يحصل عليها المستجيب هي (60) درجة وأدنى درجة هي(20) والمتوسط الفرضي للمقياس بلغ (40) درجة.

الوسائل الإحصائية للمقياس : استعمل الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) لمعالجة بيانات البحث واستخراج النتائج والوسائل الإحصائية التي تم استخدامها

الفصل الرابع

البرنامج الإرشادي

الفصل الرابع: البرنامج الإرشادي ويتضمن:-

اولاً: البرنامج الإرشادي: Counseling Program : تم اتباع الخطوات التي وضعها(Borders & Drury, 1992) في بناء البرنامج الإرشادي وهي وكما يأتي:

1- تحديد حاجات المسترشدين للبرنامج الإرشادي: تم تحويل فقرات مقياس تشتت الهوية الى حاجات وعناوين للجلسات الإرشادية بعد الرجوع الى الإطار النظري للبحث وجدول (6) يوضح ذلك

جدول (6) تحديد حاجات المسترشدين

تسلسل الفقرة في المقياس	الفقرات	الحاجات
1	اقلد مشاهير التواصل الاجتماعي بما يفعلون.	مخاطر تقليد الاخرين
4	ارتدي الأساور والحلي.	
3	أحاول ارتداء الموديلات والملابس الغريبة	
18	أتأثر بسلوكيات الأصدقاء وكلامهم	
6	لدي صعوبة التحكم في مشاعري.	الاتزان الانفعالي
2	سريع التأثير بمنشورات التواصل الاجتماعي	
19	عندما أشعر بالغضب أحاول إذاء نفسي	
7	أشعر بتقلبات المزاج .	
5	عادات وتقاليد مجتمعي تزعجني.	احترام العادات والتقاليد
17	أحاول تبني أفكار ومعتقدات تختلف عن أفكار وتقاليد أبناء مجتمعي	
15	أرى أن أفكاري تختلف عن أفكار الآخرين.	
8	أقلد الآخرين من حولي دون معرفه العواقب.	مواجه الخوف من الرفض
13	أنجز ما يريده الآخرون بما لا ينفعني	
10	أشعر بالتخبط في تحديد اهدافي	تحديد الاهداف متسقة مع هويتي
16	أجد صعوبة في تحديد ما ريد في الحياة	
20	أشعر بالتشتت وضعف التركيز .	
12	قراراتي تعتمد على ما يقوله الآخرون	الثقة بالنفس
9	أشك بقدراتي باستمرار	

11	الاحباط يلازمني في اي عمل أود إنجازه	التفكير ايجابي
14	تراودني أفكار بأن الآخرين يحاولون إيذائي .	

2- صياغة أهداف البرنامج الإرشادي على وفق حاجات المسترشدين: حُدد الهدف العام من البرنامج الارشادي هو (اثر برنامج إرشادي قائم على أسلوب إطفاء التحوير السلبي في خفض تشتت الهوية لدى الطلاب المراهقين) ولتحقيق هذا الهدف حددت أهداف خاصة لكل جلسة إرشادية التي تتلاءم مع موضوع الجلسة، ثم حولت الأهداف الخاصة الى أهداف سلوكية.

3- اختيار الأولويات وترتيبها بحسب أهميتها والحاجات التي تم تحديدها: تم الاعتماد على انموذج بوردرز ودروري كأنموذج لبناء البرنامج الارشادي في البحث الحالي ،وجدول (7) يوضح ذلك

جدول (7)

يبين الوسط التوافقي وترتيب عناوين الجلسات

ت	تسلسل الفقرات	الحاجات	المتوسط التوافقي
1	1-اقلد مشاهير التواصل الاجتماعي بما يفعلون. 3-أحاول ارتداء الموديلات والملابس الغريبة 4-ارتدي الأساور والحلي. 18-أتأثر بسلوكيات الأصدقاء وكلامهم	مخاطر تقليد الآخرين	2.52
2	9-أشك بقدراتي باستمرار 12-قراراتي تعتمد على ما يقوله الآخرون	الثقة بالنفس	2.48
3	5- عادات وتقاليد مجتمعي تزعجني. 15 أرى ان أفكاري تختلف عن أفكار الآخرين. 17- أحاول تبني أفكار ومعتقدات تختلف عن أفكار وتقاليد ابناء مجتمعي.	احترام العادات والتقاليد	2.31
4	6-لدي صعوبة التحكم في مشاعري. 2-سريع التأثير بمنشورات التواصل الاجتماعي 19-عندما أشعر بالغضب أحاول إذاء نفسي 7- أشعر بتقلبات المزاج .	الاتزان الانفعالي	2.22
5	10- أشعر بالتخبط في تحديد أهدافي. 16- أجد صعوبة في تحديد ما ريد في الحياة.	تحديد الاهداف متسقة مع هويتي	1.98

	20- أشعر بالتشتت وضعف التركيز		
6	8-أقلد الآخرين من حولي دون معرفه العواقب. 13-أنجز ما يريده الآخرون بما لا ينفعني .	مواجه الخوف من الرفض	1.64
7	11- الاحباط يلازمني في اي عمل اود انجازه. 14- تراودني افكار بان الاخرين يحاولون ايذائي.	التفكير الإيجابي	1.59

4- تحديد الأنشطة والفعاليات التي يتم استخدامها في البرنامج الإرشادي: جرى اختار الأنشطة والفنيات التي تتناسب مع ظروف البرنامج وتحقق أهدافه وفقاً لنظرية(بيك) الذي تم ذكره انفاً في الفصل الثاني.

تقييم وتقويم كفاءة البرنامج الإرشادي: تم اعتماد ثلاث أساليب لتقويم كفاءة البرنامج وهي :-

- التقويم التمهيدي من خلال عرضه على عدد من المحكمين في مجال الإرشاد النفسي
- التقويم البنائي: تم التعرف علية بعد نهاية كل جلسة
- التقويم النهائي: جرى التعرف عليه بتطبيق اختبار ختامي بعدي بعد انتهاء البرنامج الإرشادي.

1- تحديد الخطوات التي اتبعت في تطبيق البرنامج الإرشادي .

أ- تم اختيار أفراد المجموعة التجريبية والبالغ عددهم (10) طلاب بصوره قصديه؛ ممن حصلوا على أعلى الدرجات في مقياس تشتت الهوية من (اعدادية ديالى للبنين)

ب- تطبيق جلسات البرنامج الإرشادي والبالغة (9) جلسات إرشادية بواقع جلستين في كل أسبوع؛ وقد تم الاتفاق على تحديد يومي (الأحد ، والأربعاء) من كل أسبوع.

ج- تطبيق مقياس تشتت الهوية على نفس أفراد المجموعة بعد الانتهاء من تطبيق جلسات البرنامج الإرشادي لمعرفة دلالة الفرق في متوسط درجات الاختبارين (القبلي والبعدي).

الجدول (9)

عناوين الجلسات الإرشادية وتاريخ تنفيذها ومدة الجلسة

تسلسل الجلسة	اليوم	التاريخ	عنوان الجلسة	مدة الجلسة
الأولى	الأحد	3/10	الجلسة الافتتاحية	45 دقيقة
الثانية	الأربعاء	3/13	التفكير الإيجابي	45 دقيقة
الثالثة	الأحد	3/17	الثقة بالنفس	45 دقيقة
الرابعة	الأربعاء	3/20	مواجه الخوف من الرفض	45 دقيقة

الخامسة	الأحد	3/24	الاتزان الانفعالي	45 دقيقة
السادسة	الأربعاء	3/27	تحديد الأهداف متسقة مع هويتي	45 دقيقة
السابعة	الأحد	3/31	مخاطر تقليد الاخرين	45 دقيقة
الثامنة	الأربعاء	4/3	احترام العادات والتقاليد	45 دقيقة
التاسعة	الأحد	4/7	الختامية	45 دقيقة

الجلسات الخامسة من البرنامج كنموذج للتوضيح

الحاجة	الاتزان الانفعالي
هدف الجلسة	تنمية الاتزان الانفعالي لدى المسترشدين.
الأهداف السلوكية	جعل المسترشد قادرا على ان :- - يعرف معنى الاتزان الانفعالي. - يوضح أهمية الاتزان الانفعالي - يتبع أساليب الاتزان الانفعالي. - يتزن انفعالياً
الانشطة والفنيات	الحوار والمناقشة ، تعديل الأفكار، التعزيز، التدريب البيتي.

	يستقبل المرشد المسترشدين بابتسامةٍ ظاهرةٍ ويشكرهم على الالتزام بالحضور. -يستفسر المرشد عن التدريب البيتي ،ويقدم الشكر للذين أنجزوه. -يقدم المرشد موضوع الجلسة (الاتزان الانفعالي) -يناقش المرشد التعريف مع المسترشدين، ويقدم التعزيز اللفظي للذين شاركوا. - يطرح المرشد تساؤلاً من أجل فتح باب الحوار والمناقشة بين المسترشدين وهو:- س/ عند مشاهدة مقاطع فيديو على مواقع التواصل الاجتماعي؛ هل تتأثر بها وتحاول تقليد ما قام به ابطالها ؟ - بعد ان يستمع المرشد الى أفكار المسترشدين اللاتكيفية يقوم المرشد بتعديل أفكار المسترشدين عن طريق إبراز أهمية الاتزان الانفعالي ودوره في حياة الفرد . -يقوم المرشد بتوضيح الأساليب التي تساعده في الاتزان الانفعالي . -يقدم المرشد التعزيز الاجتماعي للمسترشدين للاستمرار بالمشاركة.
التقويم البنائي	يوجه المرشد مجموعة من الاسئلة:. - ما معنى الاتزان الانفعالي ؟ -ماذا استفاد المسترشدين من موضوع الجلسة؟
التدريب البيتي	يطلب المرشد من المسترشدين ذكر موقف ساعده على الاتزان الانفعالي

الفصل الخامس

عرض النتائج تفسيرها ومناقشتها

اولاً : عرض النتائج The results raising:-

الفرضية الأولى : لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (0,05) بين رتب درجات المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي،لأجل التحقق من صحة هذه الفرضية أستخدم الباحث (اختبار ولكوكسن) لعينتين مترابطتين لمعرفة دلالة الفروق بين درجات الاختبار القبلي والاختبار البعدي لأفراد المجموعة الضابطة على مقياس تشتت الهوية، وأظهرت نتائج الاختبار إن قيمة ولكوكسن المحسوبة(11,5)، وهي غير دالة إحصائيا عند مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة(8) عند مستوى دلالة (0,05) لذا تقبل الفرضية الصفرية إذ لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين درجات المجموعة الضابطة في الاختبار القبلي والبعدي:ويوضح وجدول(8) ذلك.

جدول(8)

قيمة اختبار ولكوكسن لمعرفة متوسط فرق درجات الافراد المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي

ت	درجات الطلاب على مقياس تشتت الهوية		درجات الفرق	رتبة الفرق	الرتب الموجبة	الرتب السالبة	قيمة W			
	الاختبار القبلي	الاختبار البعدي					المحسوبة	الجدولية		
1	42	44	-2	5		5	11.5	8	0.05	غير دال
2	47	51	-4	9		9				
3	48	46	2	5	5					
4	45	47	-2	5		5				
5	49	50	-1	1.5		1.5				
6	51	49	2	5	5					
7	49	52	-3	8		8				
8	47	52	-5	10		10				
9	51	50	1	1.5	1.5					
10	46	48	-2	5		5				
مجموع	475	489		55	W+ 11.5	-W 43.5				
المتوسط	47.5	48.9		5,5	5,5					

الفرضية الثاني : لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,05) بين رتب متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس تشتت الهوية.

لاختبار صحة هذه الفرضية تم استخدام (اختبار ولكوكسن) لعينتين مترابطتين لمعرفة دلالة الفروق بين درجات الاختبارين (القبلي والبعدي) وذلك من أجل معرفة أثر البرنامج الإرشادي المستند على نظرية (بيك) وتبين إن القيمة المحسوبة بلغت(صفر) وهي دالة إحصائياً عند موازنتها بالقيمة الجدولية البالغة(8) عند مستوى دلالة (0,05)، لذا فأننا نرفض الفرضية الصفرية ونقبل الفرضية البديلة؛ أي

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في الاختبارين(القبلي والبعدي) ولصالح الاختبار البعدي ويوضح الجدول (9) ذلك

جدول (9)

قيمة اختبار ولكوكسن لمعرفة متوسط فرق درجات الطلاب على مقياس تشتت الهوية في الاختبارين القبلي والبعدي

ت	درجات الطلاب على مقياس تشتت الهوية		درجات الفرق	رتبة الفرق	الرتب الموجبة	الرتب السالبة	قيمة W			
	الاختبار القبلي	الاختبار البعدي					المحسوبة	الجدولية		
1	44	21	23	8	8		صفر	8	0.05	دال
2	51	24	27	10	10					
3	50	27	23	8	8					
4	52	33	19	4.5	4.5					
5	49	31	18	3	3					
6	53	32	21	6	6					
7	49	34	15	2	2					
8	46	27	19	4.5	4.5					
9	54	31	23	8	8					
10	48	35	13	1	1					
مجموع	496	295		55	W+ صفر	W- صفر				
المتوسط	49.6	29.5		5,5	5,5					

الفرضية الثالثة : لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين درجات المجموعة الضابطة والتجريبية في الاختبار البعدي. ولاختبار صحة هذه الفرضية استخدم اختبار (مان وتني لعينات متوسطة الحجم) لمعرفة دلالة الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية، إذ تبين أن القيمة المحسوبة (صفر)، وهي دالة إحصائياً عند موازنتها بالقيمة الجدولية (23) عند مستوى دلالة

(0.05)، وهذا يعني رفض الفرضية الصفرية وقبول الفرضية البديلة أي توجد فروق بين المجموعة الضابطة والتجريبية بعد تطبيق البرنامج ولصالح المجموعة التجريبية وجدول (10) يوضح ذلك.

جدول (10)

قيمة اختبار مان وتني للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي

ت	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة مان وتني U		مستوى الدلالة	دلالة الفرق
	الدرجة	الرتبة	الدرجة	الرتبة	محسوبة	جدولية		
1	**21**	**1**	**44**	11	صفر	23	0,05	دالة احصائياً
2	**24**	**2**	**51**	18				
3	**27**	**3.5**	**46**	12				
4	**33**	**8**	**47**	13				
5	**31**	**5.5**	**50**	16.5				
6	**32**	**7**	**49**	15				
7	**34**	**9**	**52**	19.5				
8	**27**	**3.5**	**52**	19.5				
9	**31**	**5.5**	**50**	16.5				
10	**35**	**10**	**48**	14				
المجموع	**295**	**55**	**489**	R2= 155				
المتوسط	29.5	5,5	**48.9**	15,5				

تفسير النتائج ومناقشتها-;

من خلال استعراض النتائج التي توصل إليها البحث الحالي أظهرت نتائج التحليل الإحصائي بأنه:-

1- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي .

2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات المجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج الإرشادي وبعده على مقياس تشتت الهوية ولصالح الاختبار البعدي. إن هذه النتيجة تعود إلى أن المجموعة التجريبية دُرِّبَت على أساليب النظرية المعرفية السلوكية، بينما لم تُدرب المجموعة الضابطة عليها لذا ظهرت الفروق لدى أفراد المجموعة التجريبية، وهذا يُعدّ مؤشراً على نجاح البرنامج الإرشادي الحالي ، ودليلاً على أثر هذا البرنامج

في خفض تشتت الهوية لدى طلاب الثانوية، إن هذه النتيجة كانت منسجمة مع دراسة (عباس،2016) التي أظهرت نتائجها فعالية أسلوب المعرفي السلوكي في خفض تشتت الهوية.

3- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية في الاختبار البعدي.هذه النتيجة تتفق مع راي(بيك) الذي يؤكد فاعلية الأسلوب المعرفي السلوكي في العملية الإرشادية لكونه يتناول مكونات الشخصية(المعرفة –العاطفة – السلوك)

ويعزو الباحث النتائج الايجابية الذي توصل إليها للأسباب الآتية:-

1-إن البرنامج الذي تم اعداده وجرى تطبيقه على أفراد العينة التجريبية كان له أثر واضح وجلي في خفض تشتت الهوية لدى أفراد العينة وهذا يتفق مع راي(إريكسون) الذي يرى أن الهوية تبدأ مع بدايات مرحلة المراهقة وتستمر إلى نهاياتها ، وفي هذه المرحلة يواجه المراهق سؤالاً لم يطرحه على نفسه من قبل هو : من أنا ؟ ويجهد باحثاً عن إجابه لهذا السؤال بإمكانياته العقلية والمعرفية التي لم تبلغ أشدها وإن ما يتوفر لهذا المراهق من مساعدة ويقاربه من خبرات وما يطلع عليه من نماذج متلفزة أو مقروءة أو حية تلعب دوراً في إيصاله إلى تحديد هويته بتحديد الأدوار المنوطة به وذاك هو المسار النمائي الصحي الذي يهيئه إلى الانتقال السلس والسوي إلى مرحلة الرشد المبكر

2-وهذا يتفق مع ما يرى (Beck, 2000) الذي يرى ان مشاكل الفرد النفسية مستمدة من أفكار تمنعه من التكيف مع الواقع وهي تحريفات مغاير للواقع مبنية على مقدمات منطقية مغلوطة ومفاهيم عقلية خاطئة، وتنشأ هذه التحريفات نتيجة تعلم ناقص أثناء مراحل النمو.

أولاً: الاستنتاجات:

- ارتفاع تشتّت الهوية يرتبط بمرحلة المراهقة بوصفها مرحلة انتقالية حرجة تتسم بالصراع بين تكوين الهوية وغموض الدور.
- ضعف الدعم الأسري والتربوي يسهم بشكل مباشر في زيادة تشتّت الهوية لدى الطلاب
- تأثير التواصل الاجتماعي أدى إلى تعدد النماذج القيمية، مما يعمّق الحيرة والتذبذب في تحديد الذات.

ثانياً: التوصيات

- تعزيز الإرشاد النفسي المدرسي من خلال برامج موجهة لتنمية الهوية والوعي الذاتي.
- تدريب المعلمين والمرشدين على اكتشاف مظاهر تشتّت الهوية والتعامل معها بطرق علمية.
- تفعيل دور الأسرة عبر برامج توعوية حول أساليب التنشئة الداعمة للاستقلالية.
- إدخال مهارات التفكير النقدي والمرونة المعرفية ضمن المناهج الدراسية.

ثالثاً: المقترحات البحثية المستقبلية

- إجراء دراسات حول فاعلية أساليب إرشادية محددة مثل:

أ-دحض الأفكار ب- الإرشاد المعرفي السلوكي

- دراسة العلاقة بين تشتّت الهوية والوعي الرقمي لدى المراهقين.

أ-إجراء مقارنات بين: الذكور والإناث ب- البيئات الحضرية والريف

الهوامش:-

[1] Chang, K. (2018). Influencing factors on mid-life crisi,10.7475/kjan.2018.30.1.98s.

[2] Conzen,2010,Erik H Erikson,Kohlhammer,p241.

[3] Schwartz, S. J., Dunkel, C. S., and Waterman, A. S. (2009) 32, 537–559.

[4] James Marcia,(2011) Idntity development in adolescence.p63.

[5] سالم، جادو، (2015) الارشاد الاجتماعي،"ط1،عمان،ص205.

[6] ابو عطية،(1977)مبادئ الارشاد النفسي،ط1.عمان.ص315.

[7] حمد (2013): الارشاد النفسي في التربية والتعليم،جامعة ديالى،ص148.

[8] القره غولي(٢٠١٩): البرامج الارشادية الأساليب والفنيات، دار غيداء للنشر والتوزيع،ص30.

[9] باترسون(1990): نظريات الارشاد والعلاج النفسي،المجلد2،ط1،الكويت،ص36.

[10] Devi, S. & Jyotsana. (2016). Identity Formation Journal of Indian Psychology, 3 (4).

[11] Shafeabadi, A. & Naseri, G. (2004). consultation theories and psychotherapy,p1

[12] مرجع سابق تم ذكره في صفحة 4،ص143

[13] الشمري، التميمي(2012) الأساليب والبرامج الارشادية، مؤسسة مصر،ص 395.

[14] Erikson, E. (1968b). Life cycle. In D. Sills (Ed.) pp. 286—29,

[15] مرجع سابق تم ذكره في ص 5

[16] كفافي،مايسة(2010) نظرات الارشاد النفسي المعرفي والإنساني،ص322.

[17] Whitbourne. S, (2012). Are You Having an Identity Crisis p5.

[18] Legg, T.(2019). Facing an existential crisis p2

[19] Elmer, J.(2019).What's an Identity Crisis and Could You Be Having One.p5

[20] Michael, J. (2009). Examining Our Sense of Identity and Who We Are p1

[21] مرجع سابق تم ذكره في ص6.

[22] الريماوي(٢٠٠٨) علم نفس النمو الطفولة والمراهقة، المسرة،ص72.

[23] مرجع سابق تم ذكره في ص6.

[24] مرجع سابق تم ذكره في ص6

[25] مرجع سابق تم ذكره في ص6

[26] مرجع سابق تم ذكره في ص 6

[27] كوري (٢٠١١): النظرية والتطبيق في الارشاد والعلاج النفسي، عمان.ص 398.

[28] Beck,A .(2000).Cognitive Therapy Development p19.

[29] كوري (2011)النظرية والتطبيق في الارشاد والعلاج النفسي،عمان،ص398

[30] مرجع سابق تم ذكره في ص 3

[31] مرجع سابق تم ذكره في ص 9

[32] مرجع سابق تم ذكره في ص 6

[33] شند، والخواص وشاهين، (2015): الخصائص السيكومترية لمقياس أزمة الهوية لدى المراهقين والمراهقات،520-526.

المصـادر

المصادر العربية

- القرآن الكريم.
- ابو عطية،سهام درويش، مبادئ الارشاد النفسي،ط1،دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع،عمان(1997).
- باترسون، س، هـ: نظريات الارشاد والعلاج النفسي، ترجمة حامد عبدالعزيز الفقي، المجلد2، ط1، دار القلم للنشر والتوزيع، الكويت(1990).
- الجابري ،كاظم كريم رضا،مناهج البحث في التربية وعلم النفس، النعيمي للطباعة،بغداد(٢٠١١).
- حمد، ليث كريم،الارشاد النفسي في التربية والتعليم_ أدبيات_ برامج_ دراسات، جامعة ديالى، المكتبة المركزية(2013).
- الخياط، عمران حيدر، اثر برنامج إرشادي في خفض الالم الاجتماعي لدى طلاب الاعدادية، جامعة ديالى، كلية التربية للعلوم الانسانية، رسالة ماجستير(2014).
- الريماوي ، محمد عودة ، علم نفس النمو الطفولة والمراهقة ،دار المسيرة للنشر والتوزيع(٢٠٠٨).
- الزغبي، احمد محمد،التوجيه والإرشاد النفسي، ط1 ، المطبعة العالمية ، دمشق-سوريا(2003).
- سالم، سماح سالم.جادو، جمال عبد الحميد،الارشاد الاجتماعي،ط1،دار المسرة عمان الاردن(2015).
- الشمري ، سلمان جودة مناع . التميمي ، محمد كاظم ،الأساليب والبرامج الارشادية ، ثائر جعفر للطباعة الفنية ، الناشر مؤسسة مصر مرتضى للكتاب العراقي(٢٠١٢).
- شند، سميرة محمد والخواص، هدى رأفت وشاهين، إيمان فوزي، الخصائص السيكومترية لمقياس أزمة الهوية لدى المراهقين والمراهقات. مجلة الإرشاد النفسي 42. مصر . 542-515،(2015).
- عباس ، محمد خليل . نوفل ، محمد بكر . العبسي ، محمد مصطفى . ابو عواد فريال محمد ،مدخل الى مناهج البحث في التربية وعلم النفس ، ط2 ، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ، عمان ، الاردن(2009).
- عبدالله، عمر قاسم،نظريات الارشاد والعلاج النفسي، ط1، دارالفكر ، عمان – الاردن(2012).
- علاء الدين ، جهاد محمود، نظرات الارشاد النفسي المعرفي والإنساني ،الاهلية للنشر والتوزيع(٢٠١٣).
- القره غولي ،حسن أحمد، البرامج الارشادية الأساليب والفنيات، دار غيداء للنشر والتوزيع(٢٠١٩).
- كفافي ،علاء الدين . مايسة احمد النيال . سهير محمد سالم، نظرية الشخصية الارتقاء ،النمو ، التنوع ،دار الفكر(٢٠١٠).
- كوري جارليد ترجمة سامح وديع الخفش. النظرية والتطبيق في الارشاد والعلاج النفسي، دار الفكر ،عمان(٢٠١١).

- ل اطيمش سناء نعيم بدر ، دور التداخل الإرشادي لأسلوبي إطفاء التحوير السلبي، وإعادة البنية المعرفية في تعديل الأفكار الاستحواذية لدى طالبات المرحلة الاعدادية أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية ، الجامعة المستنصرية(٢٠١٠).
- ملحم ،سامي محمد ، مبادئ التوجيه والإرشاد النفسي ،عمان ،الطبعة الأولى ،دار المسيرة للنشر والتوزيع ،الأردن (2010).
- المنيزل عبدالله فلاح و عدنان يوسف، مناهج البحث في العلوم التربوية والنفسية، ط1، دار اثراء للنشر والتوزيع ، عمان(2010).
- النبهان ، موسى، أساسيات القياس في العلوم السلوكية ، دار الشروق للنشر والتوزيع ، ط1 ، عمان ، الأردن(2014).
- The Holy Qur'an.
- Abu Atiyah, Suham Darwish. Principles of Psychological Counseling. 1st ed. Amman: Dar Al-Fikr for Printing, Publishing and Distribution, 1997.
- Patterson, C. H. Theories of Counseling and Psychotherapy. Translated by Hamid Abdulaziz Al-Faqi. Vol. 2, 1st ed. Kuwait: Dar Al-Qalam for Publishing and Distribution, 1990.
- Al-Jabri, Kazem Kareem. Research Methods in Education and Psychology. Baghdad: Al-Nuaimi Printing Press, 2011.
- Hamad, Laith Kareem. Psychological Counseling in Education and Teaching: Literature, Programs, and Studies. Diyala University, Central Library, 2013.
- Al-Khayyat, Imran Haider. The Effect of a Counseling Program on Reducing Social Pain among Secondary School Students. Master's Thesis, College of Education for Human Sciences, University of Diyala, 2014.
- Al-Rimawi, Mohammad Odeh. Developmental Psychology: Childhood and Adolescence. Amman: Dar Al-Maseera for Publishing and Distribution, 2008.
- Al-Zoghbi, Ahmad Mohammad. Guidance and Psychological Counseling. 1st ed. Damascus, Syria: Al-Matba'a Al-'Alamiyya, 2003.
- Salem, Samah Salem, and Jamal Abdul Hamid Jadoo. Social Counseling. 1st ed. Amman, Jordan: Dar Al-Masira, 2015.
- Al-Shammari, Salman Jawda Manaa, and Mohammad Kazem Al-Tamimi. Counseling Methods and Programs. Thair Jaafar Technical Printing. Published by 2012.
- Shand, Samira Mohammad, Huda Raafat Al-Khawas, and Iman Fawzi Shaheen. "The Psychometric Properties of the Identity Crisis Scale among Male and Female Adolescents." Journal of Psychological Counseling, no. 42, Egypt, pp. 515–542, 2015.
- Abbas, Mohammad Khalil, Mohammad Bakr Nawfal, Mohammad Mustafa Al-Absi, and Feryal Mohammad Abu Awad. Introduction to Research Methods in Education and Psychology. 2nd ed. Amman, Jordan: Dar Al-Maseera for Publishing, Distribution, and Printing, 2009.
- Abdullah, Omar Qasim. Theories of Counseling and Psychotherapy. 1st ed. Amman, Jordan: Dar Al-Fikr, 2012.
- Alaa Al-Din, Jihad Mahmoud. Perspectives of Cognitive and Humanistic Psychological Counseling. Al-Ahliyya for Publishing and Distribution, 2013.

- Al-Qara Ghuli, Hassan Ahmad. Counseling Programs: Methods and Techniques. Dar Ghaida for Publishing and Distribution, 2019.
- Kafafi, Alaa Al-Din, Maisa Ahmad Al-Nayyal, and Suhair Mohammad Salem. Personality Theory: Maturity, Growth, and Diversity. Dar Al-Fikr, 2010.
- Corey, Gerald. Translated by Sameh Wadie Al-Khafash. Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy. Amman: Dar Al-Fikr, 2011.
- Al-Timish, Sanaa Naeem. The Role of Counseling Intervention through the Methods of Negative Modification Extinction and Cognitive Restructuring in Modifying Obsessive Ideas among Female Secondary School Students. Unpublished Doctoral Dissertation, College of Education, Al-Mustansiriya University, 2010.
- Melhem, Sami Mohammad. Principles of Guidance and Psychological Counseling. 1st ed. Amman, Jordan: Dar Al-Maseera for Publishing and Distribution, 2010.
- Al-Manizel, Abdullah Falah, and Adnan Yusuf. Research Methods in Educational and Psychological Sciences. 1st ed. Amman: Dar Ithraa for Publishing and Distribution, 2010.
- Al-Nabhan, Musa. Fundamentals of Measurement in Behavioral Sciences. 1st ed. Amman, Jordan: Dar Al-Shorouk for Publishing and Distribution, 2014
- Beck,A .(1993).Cognitive Therapy Development , Journal Of Counseling And Clinical Psychology ,V 61, N2 p 112- 149
- Borders: L.O & Drury: S.M (1992): Comprehensive School Counseling Programs: Are View For Policy Makers And practitioners: Journal Of Counseling And Development: No-4- USA: 1992 American Association For Counseling And Development.
- Chang, K. (2018). Influencing factors on mid-life crisis. Korean J Adult Nurs. 30(1). doi:10.7475/kjan.2018.30.1.98
- Devi, S. & Jyotsana. (2016). Identity Formation: Role of Social Support and Self Esteem among Indian Adolescents, the International Journal of Indian Psychology, 3 (4)
- Elmer, J.(2019).What's an Identity Crisis and Could You Be Having One?, healthline Identity Crisis: Definition, Symptoms Causes, and Treatment (healthline.com)
- Erikson, E. (1968a). Womanhood and the inner spact In E. H. Erikson. Identity, Youth and Crisis. Nev York: Norton, pp. 261-294.
- Erikson, E. (1968b). Life cycle. In D. Sills (Ed.), Inter national Encyclopedia of the Social Sciences. Vo 9. New York: Macmillan & Free Press, pp. 286—29
- Erikson, E. (1976). Life History and the Historical Mo ment, Diverse Presentations. New York: Norton.
- Esterson, A. (1993). Seductive Mirage: An Exploratio of the Work of Sigmund Freud. New York: Ope Court.
- James Marcia,(2011) Idntity development in adolescence-Meeus,W.
- Legg, T.(2019). Facing an existential crisis: What to know, Medical News Today, Medical and health information (medicalnewstoday.com
- Michael, J. (2009). Examining Our Sense of Identity and Who We Are, Dharma Journal: The certainty of self, Examining Our Sonse of Identity and Who We Are | Psychology Today

- **Schwartz, S. J., Dunkel, C. S., and Waterman, A. S. (2009). Terrorism: an identity theory perspective. Stud. Confl. Terr. 32, 537–559.**
- **Shafeabadi, A. & Naseri, G. (2004). consultation theories and psychotherapy, Tehran Tehran university publication center**
- **Whitbourne. S, (2012). Are You Having an Identity Crisis?, Psychology Today, Are You Having an Identity Crisis Psychology Today.**