

د. مي السيد عبد الشافي خفاجة

## فاعلية برنامج إرشادي انتقائي تكاملي لخفض حدة اضطراب هوس السيلفي وتحسين صورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني

إعداد

د. مي السيد عبد الشافي خفاجة

مدرس بقسم الصحة النفسية

كلية التربية - جامعة طنطا

مستخلص:

تهدف الدراسة إلى الكشف عن مدى فعالية برنامج إرشادي انتقائي تكاملي يشترك فيه الآباء والمعلمون من خلال استخدام أساليب غير تنفيرية؛ وذلك لخفض حدة اضطراب هوس السيلفي وتحسين صورة الجسم لدى الأطفال عينة الدراسة. وتتكون عينة الدراسة من (٣٠) طالبا وطالبة من طلاب التعليم الفني (١٥ ذكور ، ١٥ إناث) وتُقسم إلى: خمسة عشر طالبا وطالبة من طلاب وطالبات التعليم الفني بالمجموعة التجريبية (مناصفة بين الجنسين) ، وخمسة عشر طالبا وطالبة من طلاب وطالبات التعليم الفني بالمجموعة الضابطة (مناصفة بين الجنسين) من مدارس التعليم الفني (الصناعي - الزراعي - التجاري - الفندقية) بمحافظة الغربية. وتم استخدام مقياس اضطراب هوس السيلفي لطلاب التعليم الفني (إعداد / الباحثة) ، ومقياس صورة الجسم لطلاب التعليم الفني (إعداد / الباحثة)، وبرنامج إرشادي انتقائي تكاملي (إعداد الباحثة). وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس اضطراب هوس السيلفي لطلاب التعليم الفني فى القياس البعدى لصالح المجموعة التجريبية.

- = توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس اضطراب هوس السيلفي لطلاب التعليم الفني وأبعاده لصالح القياس البعدي.
- = توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس صورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية.
- = توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس صورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني لصالح القياس البعدي.
- = لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب المجموعة التجريبية على مقياس اضطراب هوس السيلفي لطلاب التعليم الفني ومقياس صورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني في القياسين البعدي والتتبعي (بعد مرور ثلاثة أشهر من انتهاء البرنامج).

**الكلمات الافتتاحية :** برنامج إرشادي انتقائي تكاملي – هوس السيلفي – صورة الجسم- طلاب التعليم الفني.

***The effectiveness of a program Integrated selective guide for reducing To reduce Selfie mania disorder and develop Body image for technical education students***

Submitted by

**Dr.Mai El-Sayed Abd El-Shafe Khafaga**

**Teacher at the Department of Mental Health**

**Faculty of Education-TantaUniversity**

***Thirdly: the Study aim:***

The study aims to investigate the degree of efficiency of a program Integrated selective guide in which parents and teachers participate through using disalienated techniques to reduce selfie mania disorders and Body image development in sample children. The study sample consists of 30 Male and female students of technical education students (15 of females, and 15 of males) and divided into: Fifteen technical education students in the expermental group (of the two genders) and Fifteen technical education students in the control group (of the two genders) From technical education schools (industrial - agricultural - commercial - hotel) in the city of Tanta.**the Study instruments:** A scale of Selfie mania disorders for

technical education students (Prepared by the researcher),  
Body image scale for technical education students  
(Prepared by the researcher), A program Integrated  
selective guide (Prepared by the researcher).

**Resultes:**

- There are statistical significant differences at level 0.05 among mediates of the degrees of the two expermental and control groups on A scale of Selfie mania disorders for technical education students in the post measurement for the expermental group.
- There are statistical significant differences at level 0.05 among mediates of the degrees of the expermental group on A scale of Selfie mania disorders for technical education students and its dimensions in the pre and post measurements for the post measurement.
- There are statistical significant differences at level 0.05 among mediates of the degrees of the two expermental and control groups on Body image scale for technical education students in the post measurement for the expermental group.
- There are statistical significant differences at level 0.05 among mediates of the degrees of the expermental group on Body image scale for technical education

students in the two pre and post measurements for the post measurement.

- There are not statistical significant differences among mediates of the degrees of the expermental group A scale of Selfie mania disorders for technical education students and Body image scale for technical education students in the two post and following measurements.(after three months of completing the program).

**The keyword:** a program Integrated selective guide- Selfie mania- Body image- technical education students.

## فاعلية برنامج إرشادي انتقائي تكاملي لخفض حدة اضطراب

## هوس السيلفي وتحسين صورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني

### إعداد

د. مي السيد عبد الشافي خفاجة

مدرس بقسم الصحة النفسية

كلية التربية - جامعة طنطا

### المقدمة:

لقد وُجد حديثاً أن الشخصية المحبة لالتقاط صور السيلفي لدرجة الهوس به تنال اهتماماً كبيراً من علماء النفس والاجتماع؛ لما تتصف به من تعقيد وغموض، وكثير منا يتعامل مع بعض الشخصيات التي تتكلم عن ذاتها بشكل لافِت للنظر، والشغوفة بذاتها بطريقة مرضية (Bicco ,R.,2016:25).

كما أن تأثير السيلفي يختلف حسب زاوية التصوير والوضعية التي يتم فيها التقاط الصورة، وقال الباحثون إن المتلقي يجد صور السيلفي للنساء مثيرة وجذابة عندما يبرز النصف الأيسر من وجههن في الصورة ، وعندما يحولن النصف الأيمن من الوجه في اتجاه الكاميرا، يظهرن للمتلقي بأنهن ذكيات ، لذلك فإن موضع الوجه وزاوية التقاط السيلفي يكون له تأثير على المشاهد، حتى بين الرجال، لكن ذلك التأثير ليس بنفس الدرجة مقارنة مع النساء (Arias,c,2010-15).

فإذا ذهبت إلى أجمل مكان في العالم، ستجد الناس يلتقطون الكثير من الصور لكنها لأنفسهم ، وقد نظن أن صور السيلفي أمر مستحدث، إذ أن مصطلح "سيلفي" ظهر لأول مرة في قاموس أوكسفورد عام ٢٠١٣، وسرعان ما أصبح كلمة العام. إلا أن صور السيلفي ترجع إلى عصر ظهور التصوير الفوتوغرافي، فقد التُقطت أول صورة سيلفي عام ١٨٣٩ على يد الأميركي روبرت كورنيليوس (Barry,c.etal.,2015:110).

## د. مي السيد عبد الشافي خفاجة

فالشخصية التي تأخذ سيلفي بصفة مستمرة في مختلف أوقاتها بشكل مرضي هي شخصية غير سوية، فهذا الشخص يبحث عن إرضاء الذات وليس إرضاء الآخرين ، لذا يعمل على تجميل ذاته وإعطائها ما لا تستحق، فعشق النفس المبالغ فيه هو أخطر شيء قد يقع المرء فيه ، فإن شغف الإنسان بذاته إلى الحد المرضي تحول إلى إنسان أناني لا يفكر بأى شيء سوى نفسه ، ويصبح وصوليا ، واستغلاليا ، وتتملكه شهوة المنصب وأن يكون لديه السلطة التي يستمد منها قوته وعن طريقها يستطيع أن يتحكم في الآخرين ، بل والأكثر من ذلك قد يعشق المرء ذاته إلى الحد الذي يصاب فيه بداء العظمة التي تجعله يصدق أنه الأقوى والأجمل والأذكى والأفضل وأن الآخرين أقل منه قوة وجمالا وذكاء ولذلك يبيح لنفسه استغلالهم والاستهزاء بهم وقد يصل الأمر إلى التحقير من شأنهم (Bennett,S.,2014:7).

كما أن التعليم الفني هو أساس التنمية التكنولوجية في المجتمعات الحديثة، ومن هنا جاءت أهمية وضع معايير أكاديمية لقطاع التعليم الفني للارتقاء بجودته حتى تتم مواجهة التحديات التي يتعرض لها الوطن في الوقت الراهن. وقد أصبح استمرار التطوير والتفويض سمة أساسية من سمات العصر، وأضحى تطبيقهما واستحداث آليات لتفعيلهما ضرورة لا غنى عنها في كل مناحي حياتنا، تحقيقا للجودة الشاملة، ومواكبة للتغيرات المعاصرة والمستقبلية . وتحرص الهيئة القومية لضمان الجودة والاعتماد على أن تفي مجالات التعليم بكافة احتياجات سوق العمل وتأهيل الخريج تأهيلاً أكاديمياً رفيع المستوى ويقوم بوضع معايير أكاديمية تساير المعايير الدولية وبشكل يناسب خصوصية البيئة المصرية والعربية لتحقيق الحد الأدنى من المعارف والمهارات التي يجب أن تتوفر في مؤسسات ومخرجات التعليم الفني (ناجي شنودة نخلة ، ٢٠١٣ : ١٨٧).

لذا فمرحلة المراهقة فترة هامة في تطور صورة ، حيث يحدث تطور ونمو للخصائص الجنسية، وكذلك نمو العلاقات الاجتماعية، مما يجعل المراهقين والمراهقات

يهتمون بمظهرهم، وقد يتكون لدى المراهق صورة جسم موجبة أو سالبة.

(Lunde,C.etal., 2006: 27)

ويرتبط الرضا عن الجسم لدى البالغين بإنجاز وتحقيق التفاعلات الشخصية،

والسعادة في الحياة بوجه عام. (Fox,c&Farrow., 2009:1288)

ويعد اضطراب صورة الجسم شكلاً من أشكال الاضطرابات النفسية ، والتي يكون فيها عدم الرضا عن المظهر الجسمي هو السمة الأساسية المحددة، وهذا الاضطراب الجسماني تم إدراجه حديثاً في الدليل التشخيصي والإحصائي الثالث المعدل للاضطرابات النفسية (DSM-III-R) ، وأضاف الدليل التشخيصي والإحصائي الرابع محكاً يقضي بأن انشغال الفرد يجب أن يكون حاداً أو شديداً بما يكفي أن يسبب خللاً وظيفياً (مجدي محمد دسوقي، ٢٠٠٦ : ١٠).

كما يشير ثومبسون Thompson (١٩٩٥) إلى أنه شكل للاضطراب الإدراكي والمعرفي والانفعالي والسلوكي الذي يرتبط بالاهتمامات بحجم الجسم (Janssen, J. & Wiliam, F., 2004:1190)

والدراسة الحالية هي محاولة لاستخدام برنامج إرشادي انتقائي تكاملي بفنياته المتعددة – يشترك فيه القائمون على رعاية الأطفال من معلمين وآباء – لخفض حدة هوس السيلفي وتحسين صورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني.

**مشكلة الدراسة:**

إن الشخصية التي تأخذ سيلفي بصفة مستمرة ومعجبة بذاتها يكون لديها إحساس متضخم بالعظمة ويعتقد أنه فريد من نوعه، ولديه إحساس بالتأهيل وتوقعات بأفضلية الاستحقاق، ولديه الانشغال الدائم بخيالات النجاحات غير المحدودة والقوة والتألق والجمال ولديه الميل للاستعراض والرغبة في لفت الانتباه إليه والتلذذ بالمديح، ولديه غرور وتسلط، وافتقار للتعاطف مع الآخرين، وفي أغلب الأحيان هو حاسد للآخرين وقد يشعر أن الآخرين حاسدون له (Brandt .R.,2014:15).



## د. مي السيد عبد الشافي خفاجة

وأضاف (Carbon, c.,2017:134) أن الشخص الذي يلتقط صور سيلفي بصفة مستمرة يحتقر الآخرين ويستخف بهم و لديه حساسية مفرطة تجاه النقد، ويعتقد أن لديه قوة خارقة ويتحدث عن ذاته بالتباهي والمفاخرة والمغالاة، ويعتقد أنه شخص عظيم، عبقرى، مخترع، وعندما يتحدث هذا الشخص عن نفسه يحول الأعمال التي يقوم بها إلى إنجازات عظيمة.

ومن خلال الزيارات الميدانية للباحثة - لبعض مدارس التعليم الفني (الصناعي - الزراعي - التجاري - الفندقى) بمدينة طنطا- استرعى انتباهها وجود بعض طلاب التعليم الفني الذين لديهم هوس السيلفي والتقاط الصور الشخصية في مختلف الأوضاع بطريقة غير طبيعية . وهؤلاء الطلاب يشكو منهم المعلمون والآباء. لذا توصلت الباحثة إلى أهمية عمل برنامج إرشادي انتقائي تكاملي لخفض حدة هوس السيلفي وتحسين صورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني ؛ ونظراً لندرة الدراسات العربية في هذا المجال ، فقد جاءت الدراسة الحالية لتحاول الإجابة عن التساؤلات التالية:

١- هل يؤثر برنامج إرشادي انتقائي تكاملي فى خفض حدة هوس السيلفي لدى طلاب التعليم الفني؟

٢- هل يساعد البرنامج المقترح فى تحسين صورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني؟

٣- هل يمتد تأثير البرنامج - إن وجد - فى خفض حدة هوس السيلفي وتحسين صورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني لما بعد التطبيق بفترة (خلال فترة المتابعة) ؟

### هدف الدراسة:

تهدف الدراسة إلى الكشف عن مدى فعالية برنامج إرشادي انتقائي تكاملي لخفض حدة هوس السيلفي وتحسين صورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني.

## أهمية الدراسة:

### الأهمية النظرية:

أ- تعتبر الدراسة الحالية محاولة للانتقال بالظاهرة من مرحلة وصف العلاقات والعوامل المرتبطة باضطراب السلوك إلى مرحلة التدخل السيكولوجي لتعديل هذا السلوك المضطرب.

ب- ندرة الدراسات العربية التي اهتمت باستخدام البرنامج الإرشادي الانتقائي التكاملي لخفض حدة هوس السيفي وتحسين صورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني ، كما أن بعض الدراسات الأجنبية في تناولها لهذا السلوك قد أغفلت ارتباطه بتحسين صورة الجسم لهؤلاء الطلاب.

ج- تأتي الدراسة الحالية تماشياً مع الاتجاه الحديث الذي يؤكد على ضرورة استخدام البرامج التكاملية (ثلاثية الأبعاد) التي تركز على الطفل والمدرسة والأسرة - كعلاج وقائي للسلوكيات المضطربة - والمساهمة في تنمية السلوكيات التوافقية.

د- تقديم إطار نظري شامل يفيد في مجال هوس السيفي وتحسين صورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني وكذلك في مجال برامج الإرشاد الانتقائي التكاملي وفنياته.

### الأهمية التطبيقية:

١- العمل على خفض حدة هوس السيفي وتحسين صورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني باعتباره سلوكاً غير مرغوب فيه ، مما يحدث تغييراً إيجابياً في سلوك هؤلاء الطلاب.

٢- السعى إلى تحسين صورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني.

٣- مساعدة القائمين على رعاية تلك الفئة من الطلاب (الآباء - المعلمين) على التعامل معهم من خلال فنيات تدريبية وإرشادية يسهل تطبيقها.

حدود الدراسة:

١- حدود منهجية:

تستخدم الدراسة المنهج التجريبي القائم على فنيات برنامج إرشادي انتقائي تكاملي لخفض حدة هوس السيلفي وتحسين صورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني ؛ حيث يمثل البرنامج المستخدم المتغير المستقل، والمتغيرات التابعة هي هوس السيلفي وصورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني.

٢- حدود زمانية:

يتم تطبيق البرنامج في ثلاثة شهور للتطبيق وثلاثة شهور متابعة.

٣- حدود إجرائية:

تحدد الدراسة بالعينة المستخدمة (٣٠) طالبا وطالبة من طلاب التعليم الفني مقسمين إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية، كما تتحدد بالأدوات المستخدمة والأساليب الإحصائية اللابارامترية المناسبة.

مصطلحات الدراسة:

أولاً: برنامج إرشادي انتقائي تكاملي *a program Integrated selective*

**guide**

تعرف الباحثة النظرية الانتقائية التكاملية المتبنية في البرنامج المستخدم إجرائياً بأنها وجهة النظر الانتقائية للشخصية التي ترى أن الكائن الحي تعود على أن يكافح من أجل المحافظة على أعلى مستوى ممكن من التكامل ، وأن التكامل يعني أن الكائن الحي يعمل في العالم مستمرا ، وأن الفرد يتطور بثبات ويتغير ويمارس مستويات مختلفة من التكامل وهذه المستويات المختلفة من التكامل يؤثر بعضها في البعض وتتغير مع الوقت مادام الكائن الحي يتطور.

## ثانياً: اضطراب هوس السيلفي *Selfie mania disorder* :

تعرف الباحثة هوس السيلفي إجرائياً بأنها الشخصية التي تأخذ سيلفي باستمرار وتتعدى أكثر من عشر صور في اليوم الواحد في مختلف الأوضاع. وتتميز بالآتي: الشغف بالذات أو عشق الذات متفاوت في حدته ما بين السوية إلى المرضية، فحينما يكون هناك احترام وثقة بالذات واستثمار قوتها بحيث تدفع إلى الطموح والإنجاز والنجاح فتكون شخصية سوية، أما إذا تحولت إلى عشق مرضي وشغف مفرط بالذات مع الشعور بعظمة ما يملك الفرد من قدرات ومواهب، وشغف بالنظر إليه بإعجاب وإلى كونه إنساناً فريداً من نوعه وأن الآخرين قد خلقوا لتلبية طلباته، وكذلك استغلاله لعلاقاته مع الآخرين بهدف تحقيق مصالح شخصية بغض النظر عن مشاعر الآخرين وفقدان التعاطف معهم والسعي للسلطة والمناصب وتولد مشاعر الغيرة والشك وحسد الآخرين، تحولت إلى شخصية مرضية.

## ثالثاً : صورة الجسم *Body image* :

تعرف الباحثة صورة الجسم إجرائياً بأنها الصورة التي تكونها عن جسمنا في عقلنا، وإنها تتضمن إدراكنا ، وتصورنا، وانفعالاتنا، وأحاسيسنا البدنية حيال أجسامنا ، وهي ليست ساكنة لكن تتغير باستمرار وقابلة للتغيير في المزاج ، والبيئة ، والخبرة الجسمية. الإطار النظري والدراسات السابقة:

أولاً: برنامج إرشادي انتقائي تكاملي *a program Integrated selective* :  
:guide

يعتمد برنامج الإرشاد الانتقائي التكاملي على النظرية الانتقائية في علم النفس لثورن، لذا سوف تتناول الباحثة هذه النظرية بالتفصيل:

يعود اهتمام ثورن بالإرشاد والشخصية وهو في عمر الخامسة عشرة نتيجة إصابته بالتأتأة، وبالتالي اختار الدراسة الجامعية في قسم علم النفس بجامعة كولومبيا عام ١٩٢٦م ، ولكن نتيجة فشله في المعالجة الإكلينيكية ، فقد دخل كلية الطب وأعجب بالعلوم الطبية وتكاملها ونظامها الانتقائي القائم على الممارسة العلمية مقارنةً مع الفوضى الفكرية للعلوم الإنسانية . لذا صمّم على أن يعمل على جمع وتوحيد مناهج الإرشاد والعلاج النفسي بأسلوب انتقائي تكاملي ، وهذا الاتجاه يعد نوعاً من الإرشاد القائم على الانتقاء من مختلف النظريات يتضمن التعامل مع الشخص كله جسمه وعقله وانفعالاته وروحه ومحيطه. وقد بدأ في عام ١٩٥٠م على يد فريدريك ثورن ثم محاولات دولارد وميلر. وفي عام ١٩٦٥م قدم لازاروس محاولة انتقائية لعلاج الإدمان، وهكذا بحلول عام ١٩٧٥م أصبح حوالي ٥٠٪ من العلماء انتقائيين (Arick ,T,2002:125)

**الفلسفة التي بنى عليها ثورن الاتجاه الانتقائي:**

- اعتبر أن الاتجاه الانتقائي عبارة عن مزيج من الحقائق غير المترابطة.
- ذو رؤية ثابتة.
- ليس عبارة عن نماذج فكرية ثابتة أو جامدة.
- ذو منهجية علمية فيها أساس البحث

العلمي (Destefano, T.etal.,2001:116).

**المفاهيم الأساسية للاتجاه الانتقائي التكاملي:**

- مفهوم التحديد : (ويعني تحديد العناصر الصالحة من كل نظرية ودمجها بتناسق).
- مفهوم كل النظريات (إن كل النظريات لها دور في جمع المعلومات بما فيها القياس والتقويم).
- مفهوم الأخذ والتجريب ( أي نأخذ ونجرب وندرس).
- مفهوم مراعاة شعور المسترشد وأحاسيسه.

- عدم الاهتمام بنظرية واحدة بل على المرشد ذو الشخصية المتميزة الاعتماد على أكثر من نظرية. (Kim.J.,2008,5)

#### الشخصية من وجهة نظر انتقائية:

يرى ثورن أن الشخصية تتكون من مجموعة الحالات المتغيرة (التغيرات السلوكية) للفرد ككل في محاولات للتغلب على مشكلات تفاعله مع البيئة بطريقة فريدة تميزها عن غيرها من الآخرين. كما أن السلوك عند ثورن هو في تدفق مستمر دائم التغير وإن السلوك يتجه لمنزله انسانية (بيئة متغيرة ومتداخلة شخصياً). Larkin,R& (Thyer,B.,1999:150).

ويعتقد ثورن أن الشعور هو الحقيقة لعلم النفس والخبرات الشعورية ، وهذه حقائق السلوك الأولية التي يعتبر وجودها حقيقياً، ولا يمكن إنكارها، وهي التي تحدد الحالة العقلية بسبب سوء تنظيم الشعور (الاضطراب في السلوك) ، وهكذا تصبح الذات قادرة على تنظيم كل الكائن العضوي، وأن تدفعه ليعمل أشياء قد تكون ضد غرائزه واهتماماته مثل أن يقتل الشخص نفسه ، لذا يرى ثورن أن تطور الشخصية يرتبط بعدة عوامل هي:

- المحددات البيولوجية لبنية الجسم.
- العوامل الثقافية.
- تحقيق الذات وهو من أكبر الدوافع أثراً، ويتضمن (عدم الرضا عن الذات - العمل على تحسين الذات - بلوغ الكمال) (Monson etal., 2012:2012).

- يرى ثورن أن أولى حاجات الفرد هي المحافظة على أعلى المستويات الممكنة من التكامل عبر الزمن وهذه الحاجات هي الأصل في تحقيق الفرد لذاته.
- والبحث في الاضطرابات النفسية هو البحث في العوامل التي تؤدي الى الانخفاض في درجات التكامل.
- حيث يرى أن الاضطراب هو حالة عابرة من سوء القيام بالوظيفة حيث يؤدي إلى ضعف في التكامل.
- يرى أن العصاب اضطراب وظيفي سببه إصابة في التكامل في جوانب من الوظائف.
- يرى الذهان ضعفا شاملا في التكامل حيث يكون فيه قلة تحكم وضبط بمستوى القيام بالوظائف.
- يرى اضطرابات الشخصية بأنها استجابات لاجتماعية (Beale, A. & Scott, P., 2001:378)

وأشار ثورن أن تنظيم الشخصية يتضمن عدداً من الدوافع هي:

- دافع إلى تنظيم أعلى للإنسان ويتضمن حاجته لتعظيم نفسه أي أن يصل بنفسه إلى الحد الأقصى لإنسانيته.
- الدافع إلى تحقيق الثبات في التنظيم ، وهذا الدافع يتضمن حفظ الذات والاتزان الفيزيائي البدني والعادات وضبط السلوك وأهداف الحياة وأغراضها والأدوار والمراكز الاجتماعية وأسلوب الحياة.
- الدافع إلى تكامل الوظائف المتعارضة في نظام يمكّن للفرد من إعادة التوازن ولكن من الضروري تجنب التوترات (Pack.S&Condren ,E.,2014: 7).

## علم النفس التكاملي عند ثورن:

ينظر للإنسان ضمن بيئته بكل اهتماماته الوصفية والوجودية والمشكلة الرئيسة في علم النفس التكاملي على أنه دراسة العوامل التي تنظم نمط أي تكامل والوجود الكلي. والمعنى الكامل للشخص يمكن أن يُفهم إذا استطعنا أن ندرس النمط الحياتي لحالته النفسية.

ويقدم ثورن نظامه في علم النفس التكاملي في مسلمات بلغت ٥٧ مسلمة: ومن

### هذه المسلمات:

- التكامل هو السمة المركزية للحياة في كل أشكالها وخاصة مظاهر السلوك.
- المرض النفسي يتحدد بدرجة كبيرة من العوامل التي تمنع التكامل السوي ومن العوامل التي تسبب الانحلال ومن التكامل الذي يتم نتيجة العوامل غير التكوينية
- الاستنباطية هي المنهج الرئيس لغدراك الحالة العقلية والشعور.
- أن محور الشخصية هو مفهوم الذات ويمكن أن يعكس كلاً من الخبرات الشخصية والاجتماعية ومفهوم الذات عامل تكاملي هام.
- الدافعية الديناميكية التي تسيّر الحياة هي الذات.
- أعلى مستويات التكامل تشتق من عوامل الذكاء والإبداع وإمكانية التفكير العقلاني المنطقي (Albert ,J&Joyiner,B.,2010:214).

### أساليب العلاج:

- علاج الأعراض: وهو من خلال تخفيف معاناة المسترشد من الأعراض حتى يتم التعامل مع المشكلة الرئيسة. فمثلاً: اللحظات العابرة من عدم الاستقرار بسبب الضغوط التي يمر بها الإنسان وهنا يتم التدخل لتخفيف الأعراض الناتجة حتى يزول العرض.
- العلاج الداعم: هو عبارة عن تكتيكات غير محددة تستخدم لإثارة النفسية، ومنها مناهج فيزيائية مثل العلاج الطبي، الراحة، التغذية الجيدة، العلاج بالماء،



## د. مي السيد عبد الشافي خفاجة

العلاج الكيميائي، الأمن الجسدي وهو الأهم بمعنى أن نشعر المسترشد أنه إنسان طبيعي وسبب الأعراض مزعج ولكنه ليس خطيرا ، أيضاً ثقة المرشد بنفسه تمنح المسترشد الأمان.

- **العلاج المشروط :** هنا يدرس المرشد جميع العوامل المتعلقة بالمسترشد ويتم التعامل معه وإعادة تعليمه وبدون استشارته. فالتعليم وتحليل إدارة الحياة : بمعنى تشخيص المرض ولماذا يفعل المسترشد ذلك. **فمثلاً:** دراسة سلوك أثناء فترة المراهقة يتم من خلال النظر للإطار العام ومحددات المراهقة (

**ladding,S.T.,1992:110)**

### العلاقة الإرشادية:

لا تعطي النظرية الأهمية الكبرى في تكوين علاقة طيبة مع ، ولكنها ترى أن يكون المرشد محترماً مع المسترشد وتكون بينهما الثقة كافية. **ومن أهم مراحل العملية الإرشادية في الاتجاه الانتقائي:**

- **المرحلة الأولى : الاستكشاف :** تعتبر هذه المرحلة أولى مراحل العمل الإرشادي عند ثورن بحيث يقوم بها المرشد النفسي من خلال (( الإصغاء)) لاهتمامات المسترشد واكتشافها على مستوى أعمق من خلال تطوير ثقة متبادلة والسماح للمسترشد بالتنفيس. وهنا على المرشد أن يكون متعاطفا متقبلا للمسترشد.
- **المرحلة الثانية: تحديد المشكلة:** تعتبر هذه المرحلة من أهداف العملية الإرشادية عند ثورن والتي تؤدي إلى الوصول للمشكلة الحقيقية ومنها يتوصل الطرفان إلى تعريف المشكلة وأسبابها وتحديدها.
- **المرحلة الثالثة: تحديد البدائل:** يكون دور المرشد هو التعرف على البدائل المتوفرة بجمع الخيارات المعقولة وعليه التأكد من تلك البدائل بشكل جيد.

- **المرحلة الرابعة: التخطيط:** مساعدة المسترشد في تحديد كم من البدائل الملائمة له من خلال خبراته السابقة والحالية ويأخذ المرشد دور المدرس في تحديد العوامل اللازمة للتخطيط.
- **المرحلة الخامسة: التنفيذ :** يقوم المرشد بإعطاء خطوات عملية للمسترشد من أجل تنفيذها ويقرر المسترشد أياً من هذه الخطوات سيقوم بها مراعيًا في ذلك الزمن والواقعية وقدراته الانفعالية.
- **المرحلة السادسة: التقييم والتغذية الراجعة :** في هذه المرحلة يقوم المرشد بتلخيص التقدم الذي حصل وتلخيص الخطة والالتزام بها من قبل المسترشد قبل إنهاء المقابلة بحيث تتم مراجعة وتقييم الخطة العلاجية من قبل الطرفين مع الالتزام بالمقابلة القادمة (Capuzzi,D.,2000:210).

#### **خصائص المرشد في النظرية الانتقالية:**

- الاهتمام بسلوك المسترشد الراهن والحالي.
- أن يجعل من عملية الإرشاد رحلة ممتعة للمسترشد في اكتشاف ذاته ومساعدته على تنمية ذاته وخبراته.
- ألا يبنى المرشد أدواراً سلطوية للتأثير على المسترشد.
- تأسيس علاقة إيجابية مفتوحة تتضمن الحضور والتقبل والعناية وتنمية الثقة بنفس المسترشد وأنه مفهوم وله قيمته.
- لا يكون التدخل من قبل المرشد في شئون حياة المسترشد إلا بالحد الأدنى لحماية صحته ورفاهيته.
- أن يكون مؤهلاً تأهيلاً كاملاً في المجال الإرشادي وأن يكون عارفاً بطرق العلاج المختلفة بشكل جيد .
- يستخدم المنهج العلمي في القياس وتحليل المعلومات (Asadollahi ,H.,2010:120).

الأهداف الإرشادية في الاتجاه الانتقائي:

- تحسين وتقوية نوعية العملية التكاملية بهدف الوصول إلى مستويات أعلى من تحقيق الذات.
  - تحديد المشكلة وتعريفها ومعرفة أسبابها.
  - إعادة التوازن للشخصية (Jacobs,E.,2006:34).
- الاستراتيجيات المتبعة لمساعدة المسترشد:

يهتم المرشد أساساً بإقامة علاقة إيجابية مع المسترشد من خلال ما يلي:

- الجو الإرشادي: يجب أن تكون الظروف المناخية الإرشادية فعالة من حيث الراحة الجسدية والعاطفية والانفعالية، وكذلك جو (غرفة) الإرشاد يجب أن يكون مريحاً.
- مهارات العلاقة الإرشادية: إن المرشد في الاتجاه الانتقائي يستخدم مجالاً كاملاً من مهارات العلاقة وأساليب تأسيس علاقة إيجابية مفتوحة والتي تتضمن الحضور- الإصغاء- الاحترام – التقبل- الفهم . ومن وجهة نظر العميل تتمثل في الثقة في النفس وبالآخرين والشعور بأنه مفهوم وله قيمته.
- الاتصال (اللفظي – غير اللفظي): يعتبر الاتصال كمهارة تتطلب أن يكون المرشد واعياً ومهراً ومنتقناً لهذه المهارة من حيث الإصغاء الذي يتطلب حضوراً كاملاً والانتباه للرسائل اللفظية وغير اللفظية مع تفسيرها جيداً (Lee,V,2006:307).

& Cohen,S.,2010:307)

التطبيق الإرشادي والعلاجي الانتقائي:

استخدام ثورن مصطلح تناول الحالة بدلا من علاج الحالة أو العلاج النفسي

لسببين هما:

- أن فعالية أساليب العلاج النفسي لم تقرر بعد.

- أن فعالية المصطلح واسعة لدرجة تكفي لاستيعاب كل العمليات التي يمارسها الأشخاص المؤهلون والمدربون لمساعدة المسترشد للمضي قدماً نحو تحقيق حياة أفضل.

### عناصر تناول الحالة:

(دراسة تشخيصية دقيقة - معالجة الأسباب الرئيسية بدلاً من الأعراض - عمل خطة فردية للحالة - معرفة واسعة تفصيلية بطرق المعالجة ومحدداتها - اختيار الأساليب على أساس الدلالات النوعية للأمراض - تقييم النتائج - استخدام المنهج العلمي في تحليل المعلومات - أن المنهج الانتقائي هو الفكرة الأساسية للعلم الحديث).

### أهداف تناول الحالة:

(منع تدهور الوضع نحو الأسوأ - تصحيح العوامل المرضية - التسكين والدعم - تسهيل عملية النمو - إعادة التعلم - حل الصراع وعدم الاتزان - تقديم حوافز النمو - قبول ما لا يمكن تغييره - إعادة تنظيم الاتجاهات).

### مجالات تناول الحالة في الإرشاد الانتقائي:

يشمل تناول الحالة مجالات متعددة وكثيرة منها : (إرشاد الشخصية - الإرشاد الزوجي - العلاج النفسي- الإرشاد الديني- توجيه الأطفال والتربية الخاصة - التوجيه التربوي والمهني- الخدمة الاجتماعية الطبية- العلاج الجمعي- العلاج بالتنويم)

(Morgan,B &Leung ,p. , 1980:271)

### التشخيص في الإرشاد الانتقائي:

يرى ثورن أن هناك عدة أنماط مختلفة من التشخيص:

- التشخيص التبايني الفارقي : وهو دراسة الأسباب المحتملة لحالة نفسية وفي الغالب فإن أبسط منهج لاكتشاف ما ينظم الحالة النفسية هو أن نسأل الشخص) ماذا يفعل؟ ولماذا؟) وفي حالة الفشل في الحصول على إجابات مباشرة نبحث عن أدلة غير مباشرة تمكننا من الوصول إلى الإجابة.

## د. مي السيد عبد الشافي خفاجة

- **التشخيص الإكلينيكي:** وهو يشير إلى التشخيص من لحظة إلى لحظة وهو يتم خلال عملية تناول الحالة وعلى أساس هذا التشخيص يتم اتخاذ الأحكام الإكلينيكية المتعلقة بالأعراض، ويعتبر ثورن أن هذا النمط هو محور الاتجاه الانتقائي.
- **تشخيص المركز الوجودي:** يهتم بالديناميات التكاملية للذات أثناء قيامها بوظائفها مع الانتباه إلى مفهوم الذات والاتصالات الواقعية ووضع النجاح والفشل . وتتم هذه الدراسة ضمن الإطار المرجعي الظاهري والوجودي للشخص.
- **تشخيص تدبير أو إدارة الحياة:** يعني به ثورن تقويم السلوك في ضوء متطلبات الوضع الاجتماعي وذلك بقصد تحديد درجة التكيف أو الملاءمة في المجالات التربوية أو المهنية أو الزوجية أو المالية.
- **التشخيص التنبؤي:** إن سجل حياة المرء هو أكثر المتنبئات صلاحية لأدائه المستقبلي وعلى المرشد أو المعالج أن يأخذ في اعتباره العوامل الخارجية عندما يضع تنبؤاته، متنبها الى استمرارية وجود عوامل الشدة والقهر

(Theodorakis ,Y. & Stamou ,E, 2007: 236).

ثانياً: اضطراب هوس السيلفي *Selfie mania disorder* :

الشخص المعجب بنفسه الذي يأخذ صور السلفي هو من فئة تتسم بالإعجاب بالنفس وتضخم مفهوم الذات تضخماً لا يشفع له الاعتذار ولا يجدي معه التواضع عنه. ويرى أحدهم نفسه بعدسات تكبير مضاعفه ويرى الآخرين بعدسات تصغير مضاعفة ، ويغلب عليه الإعجاب بالنفس والكبر والأنانية والكذب والرياء (Sorokowski,p. etal.,2015:124)

### تفسير العالم فرويد لصورة السيلفي:

لا يوجد أحد أقدر على تفسير هذا السلوك من فرويد! فإذا أحببت نفسي، ستحبني بدورك، كما استحدثت فرويد التحليل النفسي، وأرسى العديد من القواعد مثل الذات، واللاوعي، والعلاج النفسي، وإحدى هذه الأفكار أو القواعد هي الإفراط في الشغف بالذات. ويجب أن نأخذ في الاعتبار أن فرويد بدأ عمله في نهاية القرن التاسع عشر، في فترة اتسمت بالقمع الجنسي أكثر من عصرنا الحالي، وكان الرجال والنساء يُعزلون عن بعضهم البعض، وينشأون على الخجل من التعبير عن رغباتهم الجنسية، أو حتى الاستمتاع بها، وعانى الكثير من مريضات فرويد، اللاتي عشن في مدينة البندقية في إيطاليا، من حالة "الهوس بالشلل" وهي عدم القدرة على المشي بدون سبب جسدي واضح. ورأى فرويد أن هؤلاء النسوة لا يمشين كنوع من طلب الاهتمام. فإذا كانت حاجتنا للاهتمام شديدة إلى هذه الدرجة، أليس من الأفضل مشاركة بعض صور السيلفي؟ ربما تكون الإجابة نعم، لكن هذا لا يعني غياب شبهة الاضطراب عن هذا الهوس، فيما يتعلق بتأثيرها على الآخرين بنفس قدر تأثيرها على من يلتقطونها

(Mcclure,S.etal.,2014:265)

فقد تظهر صور السيلفي الناس وهم يعيشون أفضل لحظات حياتهم، وتُلتقط وتُعدّل بحرص شديد، ويجعلنا هذا محاطين بصور لناس يعيشون حياة مثالية، ويتمتعون بأجسام مثالية. وأظهرت الدراسات مؤخراً أن هذه الصور تزيد شعورنا بالغبطة، والعزلة، وعدم الأمان، وعدم الاندماج. **ومن منظور فرويد،** يجعلنا هذا الأمر أكثر عرضة للأمراض العصبية. ويقول فرويد: "الهدف من التحليل النفسي هو أن يحل الشعور الطبيعي بالسعادة محل الشقاء العصبي" (Tamir,D&Mitchell

,J.,2012:8040)

أعراض اضطراب شخصية السيلفي:

تختلف أعراض اضطراب شخصية السيلفي من شخص إلى شخص آخر ، فالأشخاص الذين يعانون اضطراب هوس السيلفي يجدون صعوبةً في التعامل مع أي تصرف يعدونه نقدًا، وقد يتسمون بالتالي:

- ينفذ صبرهم أو يبتاهم الغضب عندما لا يتلقون معاملة خاصة.
- يواجهون مشاكل كبيرة في العلاقات الشخصية ويشعرون بالإهانة بسهولة.
- الاستجابة لذلك بالغضب والازدراء ومحاولة التقليل من شأن الآخرين ليبدو كما لو أنهم يتمتعون بالتفوق.
- يجدون صعوبة في ضبط مشاعرهم وسلوكياتهم.
- يواجهون مشاكل كبيرة في التعامل مع الضغوط والتكيف مع التغيير.
- يشعرون بالاكتئاب والمزاجية لأنهم لا يستوفون الكمال.
- يضمرون شعورًا بعدم الأمان، والخزي، والضعف والمذلة

(Sung,Y.etal.,2016: 264)

ومما سبق نجد أن صفات هذه الشخصية كثيرة وملامحها متعددة وقد لا تجتمع في شخص واحد ، لأجل تفاوت هؤلاء في كثير من الأمور كالذكاء والقدرات العقلية والمهارات الاجتماعية والإمكانات المادية وغير ذلك ، ويكثر انتفاخ الذات عند الشباب خصوصاً في مرحلة المراهقة حيث لا تزال الشخصية تتبلور والثقة بالنفس تتأرجح بين دونية الطفولة وعلوية أحلام اليقظة وخيالاتها.

ويمكن أن نستخلص أهم ملامح الشخصية المهووسة بالسيلفي في:

١. الإعجاب الزائد بالنفس (العُجب).
٢. يشعر بعظم شأنه وأهمية أمره وأنه فوق أقرانه وأنه خير من كثير ممن حوله.
٣. المبالغة في تلميع نفسه وإظهار ما عنده بأحسن صورة حتى في الملابس والمقتنيات.

٤. يمدح نفسه بتكرار واستمتاع (مباشرة أو غير مباشرة) بمناسبة أو غير مناسبة.
٥. يستمتع ويتلذذ بثناء الآخرين عليه ومدحهم له وترتفع بذلك معنوياته.
٦. يكثر من لفت الأنظار إليه.
٧. الادعاء والافتراء بأن لديه من الممتلكات والقدرات والإنجازات شيئاً كثيراً وبالشفغف أن يُحمد بما لا يفعل.
٨. يتصور ويوهم الآخرين بأنه يعرف كل ما يدور حوله من أمور ويفهم فيها حتى التفاصيل الدقيقة.
٩. يبالغ في طموحاته وأفكاره وأحلامه ومشروعاته ويدعي الأهمية والعبقرية والذكاء.
١٠. يتطلع إلى الألقاب الفخمة والمؤهلات والممتلكات والمناصب التي تجلب أنظار الناس إليه.
١١. تجذبه الوظائف والأعمال واللجان ذات الواجهة الاجتماعية.
١٢. الشغف أن يمكسك بزمام الحديث ويكثر من التعقيب بعجب وتمركز حول الذات.
١٣. مرتبط بالعجب ارتباطاً وثيقاً.
١٤. شدة التأثر بالانتقادات مهما كانت يسيرة.
١٥. يكاد لا يعترف بخطأ فيه.
١٦. مصلحته أهم عنده من أي شيء.
١٧. يحسد الناس بدرجة كبيرة خصوصاً الأقران والمنافسين.
١٨. يتوهم أنه محسود ويبغضه الآخرون لتفوقه عليهم.
١٩. ينسب لنفسه إنجازات غيره وحسناتهم.
٢٠. يتصف بالمخادعة والمخاتلة والنفاق الاجتماعي والانتهازية ويستغل الناس للعمل لصالحه ويوهمهم أن هذا للمصلحة العامة أو لمصلحتهم ( Schlenker )  
.,B.,2003:125)



١ . أهم الأسباب المؤثرة في ظهور الشخصية المهووسة بالسيلفي:

يُعتبر سبب الإصابة باضطراب هوس السيلفي غير معروف ، كما هو الحال مع اضطراب نمو الشخصية واضطرابات الصحة العقلية الأخرى، ومن المحتمل أن يتسم سبب اضطراب شخصية السيلفي بالتعقيد؛ لذا فقد يرتبط اضطراب شخصية السيلفي بما يلي:

• البيئة: عدم التوافق في العلاقات بين الأطفال والآباء سواء من خلال الإعجاب المفرط أو الانتقاد المفرط بما لا يتوافق بالقدر المناسب مع خبرة الطفل.

• العوامل الوراثية: الصفات الموروثة.

• البيولوجيا العصبية: الصلة بين المخ والسلوك والتفكير ( Rutledge

.p.,2013:5)

أهم المجالات التي تنجح فيها الشخصية التي تأخذ صور السيلفي:

من فوائد السيلفي أنها تحفز صاحبها للنجاح الشخصي وبطرق شتى منها:

١ . الانتشار الإعلامي للشخص والهالة الإعلامية له سواء صنعها هو أم صنعت له.

٢ . الإنجازات المتنوعة والكثيرة (التعليم ، الشهادات، المناصب، الممتلكات).

٣ . التواصل مع عديد من الأشخاص المهمين وذوي الجاه والصيت.

٤ . الطموحات العالية والأفكار التجديدية (هذا وإن كانت نابعة من رغبته في كسب

الشهرة إلا إنها قد تخدم جهات أخرى ويكون لها نفع عام) (Naaman

,M.etal.,2010:190)

سبل علاج الشخصية المهووسة بالسيلفي:

أولاً: العلاج النفسي: يعتمد علاج اضطراب هذه الشخصية على العلاج بالمحادثة،

والمعروف أيضاً باسم العلاج النفسي ، فقد يساعدك العلاج النفسي على:

• تحسين التواصل مع الآخرين بحيث تكون علاقاتك أكثر حميميةً ومتعةً وإرضاءً.

• فهم أسباب انفعالاتك والباعث لديك على منافسة الآخرين أو انعدام الثقة بهم أو

ربما احتقار نفسك والآخرين.

بما أنه قد يكون من الصعوبة بمكان تغيير سمات الشخصية، فإن العلاج ربّما يستغرق عدّة سنوات، لذا يتم توجيه جوانب التغيير نحو مساعدتك على تقبل المسؤولية وتعلّم:

- تقبل تكوين علاقاتٍ شخصيّةٍ حقيقيةٍ وعلاقات يسودها التعاون مع زملائك في العمل والحفاظ عليها.
- الإقرار بكفاءاتك وقدراتك الحقيقيّة وقبولها بحيث يتسنى لك تحمّل الانتقادات والإخفاقات.
- زيادة قدرتك على فهم مشاعرك وتنظيمها.
- فهم تأثير المشكلات المرتبطة بتقديرك لذاتك وتحملها.
- التخلّي عن رغبتك في تحقيق الأهداف التي يتعذر تحقيقها وبلوغ ظروف مثالية والقبول بما هو قابل للتحقيق وما يمكنك إنجازه.

**ثانيًا: العلاج الدوائي:** لا توجد أدوية معينة يتم استخدامها بشكل خاص في معالجة اضطراب هذه الشخصية ، ولكن إن كنت تعاني من أعراض الاكتئاب أو القلق أو غيرها من الحالات، فإن بعض الأدوية كالعقاقير المضادة للاكتئاب أو المضادة للقلق قد تكون مفيدة في هذا السياق.

**ثالثًا: العلاج السلوكي:** قد تأخذ موقفًا دفاعيًا من المعالجة أو ربما تعتقد بأنّها غير ضرورية، كما أن طبيعة اضطراب هذه الشخصية قد تجعلك تشعر بأن العلاج لا يستحقّ منك الوقت والاهتمام وربما تغريك فكرة الانسحاب منه ومع ذلك، فمن المهم الحرص على ما يلي:

- التمتع بمرونة وانفتاح الذهن: ولتركز على المنافع التي ستجنيها من العلاج.
- الالتزام بخطة العلاج: وكذلك الالتزام بحضور جلسات العلاج المحددة وتناول أية أدوية وفقًا للتوجيهات، ولتتذكر أن الأمر قد يكون شاقًا وأنك قد تواجه بعض العقبات من حين لآخر.

## د. مي السيد عبد الشافي خفاجة

- التعرف على المرض: من خلال تثقيف نفسك لمعرفة المزيد عن اضطراب هذه الشخصية، بحيث يمكنك فهم الأعراض وعوامل الخطورة وطرق العلاج بصورة أفضل.
- تلقي العلاج ضد إدمان صور السيلفي: فقد تكون حالات الإدمان والاكنتاب والقلق والضغط النفسي عوامل يغذي بعضها بعضاً وتؤدي إلى دوامةٍ من الألم العاطفي والسلوك غير الصحي.
- تعلم الاسترخاء والتعامل مع الضغوط: فيمكنك تجربة أساليب تخفيف الضغوط والتوتر كالتأمل أو اليوجا أو التاي شي فقد تكون من الوسائل المهدئة والمريحة للأعصاب.
- الاستمرار في التركيز على أهدافك: فالشفاء من اضطراب هذه الشخصية يستغرق وقتاً، لذا ابق متحمساً من خلال وضع أهداف الشفاء في الحسبان وتذكير نفسك بأنه يمكنك العمل على إصلاح علاقاتك المتضررة وأن تصبح شخصاً أكثر سعادةً في حياتك

( Diefenbach.S&Christoforakos,L.,2017:8)

ثالثاً: صورة الجسم *Body – Image*:

- تعريف صورة الجسم :

صورة الجسم هي التصور العقلي الذي نكونه عن جسمنا بشكل عام والذي يشمل كلاً من السمات الفيزيائية والوظيفية واتجاهاتنا نحو هذه السمات أو الخصائص، وصورة الجسم تتشكل من خلال مصدرين: الشعور واللاشعور وتتشكل أساساً من خلال تصورنا للذات. (Elizabeth, 2006: 1)

## مكونات صورة الجسم :

يوجد ثلاثة مكونات لمفهوم صورة الجسم هي:

١- المكون الإدراكي: **Perceptual component**: ويشير إلى دقة إدراك الفرد لحجم جسمه.

٢- المكون الذاتي **Subjective Component**: ويركز على عدد من الموضوعات مثل الرضا والانشغال أو الاهتمام والقلق بشأن صورة الجسم.

٣- المكون السلوكي **Behavioral Component**: ويعكس تجنب المواقف التي تسبب للفرد عدم الراحة أو التعب أو المضايقة التي ترتبط بالمظهر الجسمي (مجدي محمد الدسوقي، ٢٠٠٦ : ١٦).

### (٣) النظريات المفسرة لصورة الجسم:

تعددت تفسيرات اضطراب صورة الجسم بتعدد آراء النظريات التي تناولته بالدراسة والتحليل، ويمكن استعراض هذه النظريات على النحو التالي:

#### أ- صورة الجسم ونظريات التحليل النفسي:

لم يستخدم "فرويد" في أعماله مصطلح صورة الجسم ولكنه ناقش في مواضع كثيرة تلك الأفكار التي وصفت فيما يعد بأنها صورة الجسم، وأصبح مرجعاً أساسياً في فهم صورة الجسم. فقال "فرويد" بأن الأنا في بدايتها إنما هي أنا جسدي، ونظر فرويد إلى نمو الأنا على أنه نتيجة تفاعل الطفل مع العالم. فالطفل يتعلم دور الموضوعات في العالم بمقارنتها مع الوظائف الجسدية، كما نظر فرويد إلى صورة الجسم باعتبارها وسطاً بين (أ) المنظمات الداخلية للنفس مثل (الأنا)، (ب) الغرائز والأحاسيس الداخلية، (ج) الأحاسيس والإدراكات الخارجية، وقد يأخذ التوسط هنا شكل إيضاح الحدود والروابط بين الأحاسيس والغرائز الداخلية وبين الأحاسيس والمدركات التي تأتي من الخارج. ويتضح مما سبق أن مفهوم صورة الجسم يعد بمثابة حجر الزاوية في نظرية

## د. مي السيد عبد الشافي خفاجة

فرويد، فهو الأساس الجوهري لنمو الأبنية الكلية للأنثى والنواة الجوهريّة لدراسته (أماني عبد العظيم، ٢٠٠٥: ٩٢).

### ب- صورة الجسم والنظرية المعرفية السلوكية:

يختلف إدراك صورة الجسم والمعتقدات والاتجاهات نحو صورة الجسم باختلاف الجنس البشري، حيث أكد أصحاب النظرية المعرفية السلوكية على اختلاف الذكور عن الإناث في إدراكهم لشكل الجسم المرغوب، فقد كانت الإناث أكثر رغبة في الجسم النحيل عن الذكور، بينما كان الذكور أكثر رغبة في ضخامة البناء الجسمي والعضلات عن الإناث، ويتوقف ذلك أيضاً على مدى امتصاص الفرد للمعايير الأسرية، فالوالدان يورثان إدراكتهما الجسمية لأبنائهما من خلال المعيشة اليومية (إجلال فاروق، ١٩٩٤: ٨١).

### ج- صورة الجسم والنظريات الاجتماعية:

اهتم أصحاب هذا الاتجاه النظري بصورة الجسم ككيان اجتماعي وثقافي يتأثر بعادات وتقاليد الفرد والمعايير الجماعية، وبالتالي تختلف صورة الجسم باختلاف المجتمعات والحقول الزمنية المختلفة. واهتمت هذه النظريات بصورة الذات باعتبارها مستوى للذات يتفاعل مع السياق الاجتماعي والثقافي، كما نظروا إلى اضطراب صورة الجسم من خلال علاقته بوجهة النظر الاجتماعية والثقافية تجاه خصائص المظهر البدني المقبول أو المثالي، فالرسائل الاجتماعية هي التي تحدد أن ما هو بدين فهو سيئ، وما هو نحيف فهو جميل وما هو جميل فهو جيد، فصورة الجسم لا تتحدد عن طريق الشكل والحجم الحقيقي للجسم وإنما تتحدد بالتقييم الشخصي لما يعنيه الجسم في هذا السياق الاجتماعي، فهي أمر متعلم يتأثر بالقيمة التي تعطيها الثقافة المعينة لشكل الجسم المعين. (محمود عبد الرحمن، ٢٠٠١: ٥٠)

## رابعاً: طلاب التعليم الفني :

التعليم الفني : هو ذلك النوع من التعليم الذي يهدف إلى إكساب الفرد قدراً من الثقافة والمعلومات الفنية والمهارات العملية التي تمكنه من إتقان أداء عمله، وتنفيذه على الوجه الأكمل. وينقسم التعليم الفني إلى ثلاث نوعيات (تجاري وفندقي – زراعي - صناعي). (السيد أحمد عبد الغفار، ٢٠١٠ : ٤٧).

### أهداف التعليم الفني:

- ١- استكمال الإعداد الإنساني للطلاب ليكونوا مواطنين صالحين لأنفسهم ومجتمعهم.
- ٢- إعداد القوى العاملة الفنية المدربة للعمل في أحد المجالات الصناعية أو الزراعية أو التجارية.
- ٣- تأهيل الطلاب ليتمكنوا بعد تخرجهم من استمرارية التعلم لرفع مستواهم العلمي والمهني، والارتقاء بالمستوى المهاري في مجالات العمل التخصصية.
- ٤- المساهمة في الإنتاج القومي عن طريق تحويل المدارس الفنية إلى وحدات إنتاجية تعليمية تعمل في إطار مشروع رأس المال للمساهمة الفعلية في تنفيذ خطط التنمية الاقتصادية.
- ٥- إتاحة الفرصة للعمالة المصرية لتحسين مستوياتها مهارية والفنية والثقافية على نظام إلحاق العمالة بالمدارس الفنية من خلال نظام العمال.
- ٦- الاستفادة من خبرات وتجارب الدول المتقدمة في نظمها التعليمية والتعاون معها (سحر محمد أبو راضي ، ٢٠١٧ : ١٠٥).

### دراسات سابقة :

دراسة (Ringqvist, I & Inga, M., 2009) على عينة عشوائية مكونة من (١٠٠ ذكر، ١٠٠ أنثى) من المراهقين والمراهقات بالتعليم الفني ويلتقطون صور السيلفي بهوس كبير، واتضح من النتائج أن الأولاد الذكور كان لديهم تقدير ذات أعلى من البنات، بينما البنات كان لديهن اعتقادات وآراء حول الحماية الغذائية أعلى من الذكور

## د. مي السيد عبد الشافي خفاجة

، وهم أكثر اهتماماً بالتقاط صور السيلفي عن الذكور، وتبين أن تقدير الذات على نحو موجب يرتبط بتقدير الذات الاجتماعي وتقدير الذات للمظهر الجسدي والهيئة الخارجية Appearance في العينة الكلية.

وفي دراسة (Lumeng, J.etal.,2010) تم تقييم تقدير الذات وصورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني، وكانت العينة مكونة من (٢٩) طالبا وطالبة بالتعليم الفني ، وتم قياس تقدير الذات وصورة الجسم. ومن خلال النتائج اتضح أن الإناث أظهرن تحسناً في تقدير الذات ، وقلّت أعراض الاكتئاب لديهن. وهذا التحسن في الحالة النفسية نتيجة تحسن صورة الجسم لديهن بعد التخسيس، بينما الذكور لم يظهروا أي تغيير أو تصحيح أو تعديل في تقدير الذات وصورة الجسم، وهذا يعنى أن الإناث يكن أكثر تأثراً وحساسية تجاه العيوب التي تكون بأجسامهن عن الذكور.

وأجريت دراسة (Brixval, C.etal., 2011) على عينة مكونة من (٢٣١) مرافقاً من التعليم الفني ومتوسط العمر (١٥) سنة وتبين أن صورة الجسم تعتبر منبأ ذا دلالة ومغزى لسلوك الانتحار لدى الجنسين. وعدم الرضا عن صورة الجسم وتقدير الذات المنخفض تعتبران عوامل أساسية في نمو وتطور اضطرابات الطعام.

### فروض الدراسة:

- ١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس اضطراب هوس السيلفي لدى طلاب التعليم الفني فى القياس البعدى (فى الاتجاه الأفضل) لصالح المجموعة التجريبية.
- ٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية فى القياسين القبلى والبعدى على مقياس اضطراب هوس السيلفي لدى طلاب التعليم الفني(فى الاتجاه الأفضل) لصالح القياس البعدى.

- ٣- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس صورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني في القياس البعدى (فى الاتجاه الأفضل) لصالح المجموعة التجريبية.
- ٤- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية فى القياسين القبلى والبعدى على مقياس صورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني (فى الاتجاه الأفضل) لصالح القياس البعدى.
- ٥- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب المجموعة التجريبية على مقياسى اضطراب هوس السيلفي وصورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني فى القياسين البعدى والتتبعى.

#### إجراءات الدراسة

#### أولاً: عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة فى صورتها المبدئية من (٣١) طالبا وطالبة من طلاب التعليم الفني ممن يعانون من هوس السيلفي وانخفاض صورة الجسم، وقد تم استثناء طفل نظراً لأنه يعاني من عدة اضطرابات أخرى، فتصبح عينة الدراسة الحالية (٣٠) طالبا وطالبة من طلاب التعليم الفني، وتم تطبيق مقياسى اضطراب هوس السيلفي وصورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني بواسطة المعلمين والطلاب فى مدارس التعليم الفني (الصناعي- التجاري- الزراعي- الفندقى) بمحافظة الغربية ، وقد تم اختيار العينة وفقاً للشروط الآتية:

- ١- أن يكون الطالب غير مصاب بأمراض عضوية ، وقد تحققت الباحثة من ذلك عن طريق السجل الطبى لكل الطلاب من الملفات فى مدارس التعليم الفني.
- ٢- أن تتراوح نسبة الذكاء لأفراد العينة من (٩٠-١١٠) ، من خلال استخدام مقياس ستانفورد بينيه (الصورة الرابعة) تعريب لويس مليكة (١٩٩٨ - ج) للتحقق من ذلك.



### د. مي السيد عبد الشافي خفاجة

٣- حصول هذه المجموعة على درجات مرتفعة في اضطراب هوس السيلفي لدى طلاب التعليم الفني، وحصولهم على درجات منخفضة في مقياس صورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني المستخدمين في الدراسة الحالية. تم تقسيم أفراد عينة الدراسة إلى مجموعتين (١٥) طالبا (ذكور وإناث) بالمجموعة التجريبية و(١٥) طالبا (ذكور وإناث) بالمجموعة الضابطة. وقد تم التحقق من تجانس المجموعتين في متغيرات (العمر الزمني ، الذكاء) وأيضاً في اضطراب هوس السيلفي ، ودرجة صورة الجسم بأبعادها بجانب الدرجة الكلية لهؤلاء الطلاب (القياس القبلي):  
أولاً: وذلك باستخدام أسلوب الأزواج المتماثلة وهو بتوزيع كل فردين متساويين تقريباً في المتغيرات بحيث يكون فرد واحد في المجموعة الضابطة والآخر في المجموعة التجريبية.

ثانياً: باستخدام الأسلوب الإحصائي اللابارامترى "مان ويتني" Man-Whitney (رمزية الغريب، ١٩٨٩، ٦٣-٦٦).  
والجداول التالية توضح ذلك:

#### جدول (١)

قيم U لدلالة الفروق بين متوسطات رتب

درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات الخاصة بالمجانسة

المتغير	المجموعة التجريبية ن = ١٥			المجموعة الضابطة ن = ١٥			مستوى الدلالة
	متوسط	مجموع	المتوسط	متوسط	مجموع	المتوسط	
نسبة الذكاء	٨٦,٤٧	٧٣	١٠,٠٩	٨٥,٩٧	٦٧	١٠,٢٤	٣١
العمر الزمني (بالشهور)	١٣٤,٤٧	٧٢	١٠,٩٧	١٢٨,٥٩	٦٨	١٠,٤٧	٣٢

\* دلالة U عند مستوى ٠,٠٥ بين (صفر- ٢٠).

يتضح من جدول (١) تجانس المجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات العمر الزمني بالشهور ونسبة الذكاء، حيث لم تصل قيمة  $U$  في المتغيرين إلى مستوى الدلالة الإحصائية، كما يتضح من متوسطات الدرجات بالجدول أن أفراد المجموعتين من طلاب التعليم الفني ونسبة ذكائهم تتراوح من (٩٠ - ١١٠) درجة.

## جدول (٢)

قيم  $U$  لدلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياسي اضطراب هوس السيلفي وصورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني (المقياس القبلي).

مستوى الدلالة	قيمة $U$	المجموعة الضابطة $n = ١٥$			المجموعة التجريبية $n = ١٥$			المتغير	المقياس
		متوسط الرتب	مجموع الرتب	المتوسط	متوسط الرتب	مجموع الرتب	المتوسط		
غير دالة	٣٢	١٠,٤٧	٦٨	٢٧,٧٢	١٠,٩٧	٧٢	٢٨,٣٥	إشكالية التصوير	اضطراب هوس السيلفي لدى طلاب التعليم الفني
غير دالة	٣٠	١٠,٩٧	٧٢	٢٥,٦٦	١٠,٤٧	٦٨	٢٦,٤٤	إهدار الوقت	
غير دالة	٣٥	١١,٩٥	٧٧	٢٣,٧٧	١١,٩٧	٧٩	٢٩,٣٣	تجنب إنجاز المهام المطلوبة	
غير دالة	٢٧	٩,٠٩	٦٥	٢٨,٩٩	١٠,٧٢	٧٠	٢٤,١٦	الفشل في الإفلاع عن أخذ الصور	
غير دالة	٣١	١٠,٢٥	٦٧	١٠,٩٧	١٠,٩٨	٧٣	١١,٥٧	الاعتناء بالمظهر	صورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني
غير دالة	٢٨	٩,٩٧	٦٤	١٠,٢٢	١١,٤٧	٧٦	١٠,٩٨	الاعتناء بالوزن	
غير دالة	٢٩	٩,٩٦	٦٥	١١,٥٠	١١,٣٥	٧٥	١٤,٧٢	الشغف بعمليات التجميل	
غير دالة	٢٦	٩,٧٢	٦٢	٢٧,٩٨	١١,٧٢	٧٨	٣١,٩١	الدرجة الكلية	

\* دلالة  $U$  عند مستوى ٠,٠٥ بين (صفر- ٢٠).

يتضح من جدول (٢) عدم وجود فروق دالة بين المجموعتين التجريبية والضابطة في المقياس القبلي، حيث لم تصل قيمة  $U$  إلى مستوى الدلالة الإحصائية على مقياسي اضطراب هوس السيلفي وصورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني بالأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لكل منهم.

ثانياً: المنهج المستخدم:

تعتمد الدراسة الحالية على المنهج التجريبي باعتبارها دراسة تجريبية تهدف إلى التعرف على فعالية برنامج إرشادي انتقائي تكاملي لخفض حدة اضطراب هوس السيلفي وتحسين صورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني، حيث يمثل البرنامج المستخدم المتغير المستقل، وتهدف الدراسة إلى التعرف على مدى تأثير هذا المتغير على عدد من المتغيرات التابعة والمتمثلة في اضطراب هوس السيلفي وصورة الجسم لدى هؤلاء الأطفال (أفراد المجموعة التجريبية).

ثالثاً: أدوات الدراسة:

١- مقياس ستانفورد بينيه للذكاء (الصورة الرابعة) تعريب لويس مليكة (١٩٩٨ - ج): يعتبر هذا المقياس من أكثر مقاييس الذكاء استخداماً لفئات العمرية المختلفة من سنتين إلى ما فوق السبعين ، وهو أداة مهمة لتشخيص الطلاب الأسوياء وغير الأسوياء.

وتتكون الصورة الرابعة للمقياس من خمسة عشر اختباراً فرعياً ، تبدأ باختبار المفردات وتحديد المسار ، وتنتهي باختبار بناء المعادلات. ويبدأ تطبيق الاختبار بتحديد المستوى القاعدي للمفحوص بما يتفق وعمره الزمني ، وذلك بأن يجيب على جميع أسئلة الاختبار المعروف عليه ، فإذا فشل في الإجابة على كل فقراته ويسمى (المستوى القاعدي) ، تم تقديم اختبارات المستوى الأعلى حتى يفشل المفحوص في الإجابة على كل المفردات في ثلاثة مستويات متتالية ، عند ذلك يتوقف تطبيق الاختبار ويسمى (المستوى السقي).

يحسب العمر العقلي للمفحوص من خلال جميع أوزان الاختبارات التي أجاب عنها بعد إضافة المستوى القاعدي وقسمتها على العمر الزمني لاستخراج نسبة الذكاء. ويتمتع المقياس بمعدلات صدق وثبات مناسبة لجميع مقاييسه الفرعية ، كما تم تطبيقه على فئات مختلفة من الأطفال العاديين وغير العاديين ، وكانت نتائجه تؤكد قدرة

المقياس على التمييز بين تلك الفئات (لويس مليكة ، ١٩٩٨ - ج ١-٣). وقد استخدمته الباحثة للمجانسة بين المجموعة الضابطة والتجريبية في متغير الذكاء.

## ٢- مقياس اضطراب هوس السيلفي لدى طلاب التعليم الفني: إعداد / الباحثة

ويتكون مقياس اضطراب هوس السيلفي لدى طلاب التعليم الفني من أربعة أبعاد هي إشكالية التصوير ، إهدار الوقت ، تجنب إنجاز المهام المطلوبة، الفشل في الإقلاع عن أخذ الصور.

ويتم الإجابة على عبارات المقياس من خلال ثلاثة اختيارات (أوافق - أوافق أحياناً - لا أوافق) تأخذ الدرجات (٢-١-صفر) على التوالي وكلها عبارات موجبة أى فى اتجاه واحد، ويقوم بتطبيق المقياس المعلم أو الأخصائى النفسى .

وفى الدراسة الحالية ، قامت الباحثة بحساب الخصائص السيكومترية للمقياس على عينة (ن= ٧٠) طالبا وطالبة من طلاب التعليم الفني . وذلك من خلال :

### صدق المحكمين :

قامت الباحثة بعرض القائمة على عشرة من الأساتذة المتخصصين بمجال الصحة النفسية وعلم النفس التربوي بالزقازيق وبناها . وقد تم تعديل العبارات طبقاً لآراء السادة المحكمين فيما يتفق بينهم بنسبة ٨٠ % من آرائهم .

### • صدق التكوين:

وذلك بحساب مصفوفة معاملات الارتباط بين أبعاد المقياس والدرجة الكلية كما يوضحها جدول (٣).

## د. مي السيد عبد الشافي خفاجة

### جدول (٣)

قيم معاملات الارتباط بين درجة أبعاد مقياس اضطراب هوس السيلفي  
لدى طلاب التعليم الفني والدرجة الكلية

إشكالية التصوير	إهدار الوقت	تجنب إنجاز المهام المطلوبة	الفشل في الإقلاع عن أخذ الصور
-	**٤٨٣	**٦٨٠	**٤١٨
**٤٨٣	-	**٥١٧	**٦٢٦
**٦٨٠	**٥١٧	-	**٦٢٤
**٤١٨	**٦٢٦	**٦٢٤	-
**٨٠٧	**٩١٩	**٩١٨	**٨٨٣

\*\*دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥      \*\*دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١

من الجدول (٣) يتضح أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى

(٠,٠١) بما يعنى أن التماسك الداخلى للمقياس يشير إلى صدق القائمة.

**النتائج:**

كما تم حساب ثبات القائمة على عينة (ن= ٧٠) طالبا وطالبة من طلاب التعليم

الفني بعدة طرق إحصائية:

- طريقة ألفا-كرونباخ.
- التجزئة النصفية.

١- طريقة ألفا-كرونباخ:

استخدمت الباحثة للتأكد من ثبات المقياس طريقة ألفا-كرونباخ Alpha-

Cronbach من خلال البرنامج الإحصائى SPSS ، وقد بلغ معامل الثبات

(٠,٨٩٧) وهو معامل ثبات دال.

## ٢- طريقة التجزئة النصفية Split-half:

اعتمدت الباحثة في حساب معامل الثبات على معادلة سبيرمان – براون وجتمان. وكان معامل الثبات (٩٢٤،٩٢٦). على الترتيب وهو معامل ثبات دال. من كل ما سبق يمكن القول إن المقياس يتمتع بدرجة مناسبة من الصدق والثبات.

### ٣- مقياس صورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني : (إعداد / الباحثة)

ويهدف المقياس إلى التعرف على صورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني. ويتكون المقياس من ٣٦ عبارة اتضح من خلال التحليل العاملي أنها تشبع على ثلاثة أبعاد هي:

أ- الاعتناء بالمظهر: ويعنى اهتمام كل طالب وطالبة بمظهره الخارجي وتنظيم الألوان في ملابسه، وحرصه على الظهور في كافة المناسبات واللقاءات. (ويضم اثنتي عشرة عبارة)

ب- الاعتناء بالوزن: ويعنى انشغال كل طالب وطالبة بوزنه حتى يصل للوزن المثالي بالمحافظة على نظامه الغذائي الصحي وقدرته على ضبط ذاته. (ويضم اثنتي عشرة عبارة)

ج- الشغف بعمليات التجميل: ويعنى متابعة كل طالب وطالبة أحدث عمليات التجميل، ومدى الشغف في عملها لتحسين صورة جسمه. (ويضم اثنتي عشرة عبارة)

ويتم الإجابة على عبارات المقياس من خلال ثلاثة اختيارات (أوافق – أحيانا أوافق- لا أوافق) تأخذ الدرجات (٢- ١ – صفر) على التوالي باستثناء العبارات السلبية التي تتبع عكس هذا التدرج ، ويحصل المفحوص على درجة مستقلة في كل بعد من الأبعاد الثلاثة ، كما يحصل على درجة كلية في المقياس ، والتي تتراوح بين (صفر-٧٢ درجة) وتدل الدرجة المرتفعة على مستوى مرتفع من صورة الجسم لهؤلاء الطلاب ،

## د. مي السيد عبد الشافي خفاجة

والعكس صحيح . ويقوم بتطبيق المقياس المعلم أو الأخصائي النفسى أو الطالب / الطالبة.

### صلاحية المقياس للتطبيق:

#### صدق المحكمين :

قامت الباحثة بعرض المقياس علي عشرة من الأساتذة المتخصصين بمجال الصحة النفسية و علم النفس التربوي بالزقازيق وبنها ، وقد تم تعديل العبارات طبقاً لآراء السادة المحكمين فيما يتفق بينهم بنسبة ٨٠ % من آرائهم .

#### صدق المفردات :

قامت الباحثة بحساب معامل الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية لمقياس صورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني بعد حذف درجة العبارة من الدرجة الكلية باعتبار مجموع الدرجات محكاً لمحتوى العبارة . ويتضح من الجدول التالى أن معاملات الارتباط لكل العبارات جميعها دالة عند مستوى ٠,٠٥ ومستوى ٠,٠١ .

### جدول (٤)

#### يوضح نتائج صدق المفردات لمقياس صورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني

معامل الارتباط بالدرجة الكلية	رقم العبارة	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	رقم العبارة	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	رقم العبارة
**٠,٨٨٥	٢٥	**٠,٧٤١	١٣	**٠,٧٥٦	١
**٠,٦٦٢	٢٦	**٠,٨١٥	١٤	*٠,٥٦٠	٢
**٠,٨٥٦	٢٧	**٠,٧٧٠-	١٥	**٠,٨١٤-	٣
**٠,٧٢٧-	٢٨	**٠,٨٢١-	١٦	**٠,٦٧٣-	٤
**٠,٧٩٧	٢٩	**٠,٧٩٧	١٧	**٠,٨٤٧	٥
**٠,٥٨٠	٣٠	**٠,٨١٥	١٨	**٠,٦٩٠	٦
**٠,٨٥٢-	٣١	**٠,٤٩١-	١٩	**٠,٨٣٢-	٧
**٠,٧١٠	٣٢	**٠,٨٢١-	٢٠	**٠,٧٨٨	٨
**٠,٨٢١	٣٣	**٠,٧٣٨	٢١	**٠,٨٤٤	٩

رقم العبارة	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	رقم العبارة	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	رقم العبارة	معامل الارتباط بالدرجة الكلية
١٠	**٠,٥٩٣-	٢٢	**٠,٨١١	٣٤	**٠,٨٣١-
١١	**٠,٨٨٦	٢٣	**٠,٧٤٢-	٣٥	**٠,٨٨٨
١٢	**٠,٧٩٩	٢٤	**٠,٩٦٨	٣٦	**٠,٧٨١

#### ثبات المقياس :

وفى الدراسة الحالية قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس على عينة (ن = ٧٠) من طلاب التعليم الفني بمحافظة الغربية بطريقة التجزئة النصفية (سييرمان براون - جتمان) ، ومعامل ألفا كرونباخ . وبلغت معاملات الثبات للدرجة الكلية بالطرق الثلاث ٠,٩٥٥ و ٠,٩٠٩ و ٠,٩٦٥ على التوالي.

#### ٤- البرنامج الإرشادي الانتقائي التكاملي المستخدم فى الدراسة (إعداد الباحثة):

يعد البرنامج المستخدم فى الدراسة الحالية من البرامج التدريبية التكاملية حيث يشتمل على جزأين يطبقان بشكل متزامن هما:

- أ- برنامج إرشادي تدريبي للأباء والمعلمين على كيفية استخدام بعض فنيات تعديل السلوك غير التنفيري (بالتوجيه - إعادة التوجيه) مع طلاب التعليم الفني .
- ب- برنامج تدريبي للطلاب عينة الدراسة على مجموعة من الأنشطة والمهام باستخدام بعض الأدوات والصور والمسائل الحسابية البسيطة مع متابعة الآباء والمعلمين لهم وسوف تستخدم الباحثة بعض الفنيات الخاصة بتعديل اضطراب هوس السيلفي لدى هؤلاء الطلاب مثل فنية (التجاهل - المقاطعة - تعليم بهدوء بدون أخطاء - التشكيل - الإطفاء - التعديل البيئي - التعزيز أو التدعيم - تحليل المهمة - المشاركة فى التقدير - ضبط المثير).

#### \*\* الهدف العام من البرنامج:

- أ- يتمثل فى خفض اضطراب هوس السيلفي لدى أفراد عينة المجموعة التجريبية .



## د. مي السيد عبد الشافي خفاجة

ب- علاقته بتحسين صورة الجسم والتواصل مع الآخرين من خلال المشاركة الوجدانية مع القائمين بالرعاية داخل المؤسسة التعليمية وخارجها (الآباء والمعلمين).

الأهداف الإجرائية للبرنامج:

أ- بالنسبة للآباء والمعلمين:

١- إرشاد الآباء والمعلمين إلى تجنب استخدام الأساليب التنفيرية في تعديل اضطراب هوس السيلفي لدى طلاب التعليم الفني كاستخدام العقاب ، وتكاليف الاستجابة ، النظرة التفاعلية للسلوك التي تؤدي إلى سوء التوافق الاجتماعي لهؤلاء الطلاب.

٢- تدريب الآباء والمعلمين على استخدام فنية التدعيم لسلوك آخر إيجابي يقوم به الطالب / الطالبة يناقض اضطراب هوس السيلفي .

٣- تدريب الآباء والمعلمين على استخدام فنية التجاهل وذلك بإيقاف التدعيم والانتباه الذي يحصل عليه طلاب التعليم الفني أثناء قيامهم باضطراب هوس السيلفي .

٤- تدريب الآباء والمعلمين على استخدام فنية التوجيه – إعادة التوجيه للسلوك الصادر من طلاب التعليم الفني المهوسين بالسيلفي.

٥- تدريب الآباء والمعلمين على استخدام فنية تحليل المهمة وذلك لتجزئة المهام التي يقوم بها طلاب التعليم الفني المهوسون بالسيلفي ، وضمان نجاحه في كافة المهام المطلوبة منه.

٦- تدريبهم على استخدام فنية التشكيل لمساعدة طلاب التعليم الفني المهوسين بالسيلفي على التفاعل في مواقف الحياة المختلفة وتنمية بعض مهارات الحياة الأساسية لدى أفراد العينة.

٧- تدريبهم على تعديل البيئة المحيطة بطلاب التعليم الفني لتناسب تنوع الأنشطة ، ومشاركته في أداء بعض المهام التي تبعده عن اضطراب هوس السيلفي.

#### ب- بالنسبة لأطفال أفراد العينة:

١- تدريب طلاب التعليم الفني المهوسين بالسيلفي على مجموعة من الأنشطة التي تتناسب مع قدراتهم بمشاركة القائمين برعايتهم من آباء ومعلمين.

٢- تدريب طلاب التعليم الفني المهوسين بالسيلفي من خلال ربط التدعيم الذي يقدم لهم مما يحقق من نجاح في علاقاتهم الإيجابية مع الآخرين وليس مرتبطاً بالخضوع والاستسلام.

٣- تعليم طلاب التعليم الفني المهوسين بالسيلفي كيفية الإقبال على آخرين والتحرك نحوهم وتنمية التفاعل الإيجابي معهم، والحرص على التعاون معهم، وعدم الخوف من وجودهم.

ويتم تطبيق البرنامج على أربعة مراحل هي:

#### أ- بداية البرنامج:

يتم التعرف بين الباحثة والآباء والمعلمين والأطفال المشاركين في البرنامج العلاجي وتحقيق قدر من الألفة والتماسك بين أفراد المجموعة وكذلك رفع الروح المعنوية بينهم والاتفاق على كيفية التعامل أثناء البرنامج.

#### ب- مرحلة تطبيق البرنامج:

ويتم من خلال هذه المرحلة تدعيم العلاقة بين المشاركين في البرنامج ، حيث يتم مساعدتهم على فهم اضطراب هوس السيلفي وأسبابه وطرق علاجه المختلفة وبرنامج إرشادي انتقائي تكاملي والفنيات المستخدمة وكيفية تنفيذها من خلال تدريبهم على هذه الفنيات التي تساعد على تعديل سلوكيات طلاب التعليم الفني المهوسين بالسيلفي.

**ج- مرحلة تقييم البرنامج:**

ويتم فيها معرفة الإنجازات التي حققها البرنامج ومدى فاعليته للتخفيف من حدة اضطراب هوس السيلفي ومدى تأثيره على صورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني المهوسين بالسيلفي، وذلك من خلال تطبيق القياس البعدي الأول ومقارنته الدرجات التي يتم تطبيق البرنامج عليها.

**د- مرحلة المتابعة:**

وفيها يتم التأكد من مدى استمرارية فعالية البرنامج الإرشادي الانتقائي التكاملي لخفض حدة اضطراب هوس السيلفي وبيان أثره على صورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني المهوسين بالسيلفي. وذلك من خلال تطبيق القياس البعدي الثاني ومقارنته بالأول بعد فترة زمنية تصل إلى ثلاثة شهور.

**الإطار النظري للبرنامج:**

**النظريات التي يستند إليها البرنامج:**

استندت الباحثة في بناء برنامجها على نظرية الانتقاء التكاملي والنظرية السلوكية ونظرية التعلم الاجتماعي (لباندورا) في تفسيرهما لأسباب حدوث اضطراب هوس السيلفي وتنمية صورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني ، وذلك على النحو التالي:

**- نظرية الانتقاء التكاملي(الاصطفاء):**

يمثل الاتجاه الانتقائي في الإرشاد والعلاج النفسي جهداً منظماً للاستفادة من مبادئ المدارس المختلفة التي يمكن أن توجد بين النظريات المختلفة بقصد إقامة علاقات وثيقة متبادلة ومتكاملة بين الحقائق ذات العلاقة الوثيقة فيما بينها مهما اختلفت أصولها النظرية. لذا فهو منهج استقرائي أكثر منه استدلالياً. فبدلاً من البدء بأفكار قبلية أو تصورات نظرية والتأكد من مدى صلاحية الحقائق للنموذج الفكري المقترح، فإن الأخصائي النفسي يقوم بإجراءات استقرائية فهو يجمع الحقائق ويحللها . ثم يحاول إقامة

بناء نظري يفسر هذه الحقائق. وقد شهد هذا الاتجاه تطوراً كبيراً عن طريق العالم الأمريكي فريدريك ثورن (Clakson,P.,2013:750).

### - النظرية السلوكية Behaviorism Theory

تطبق النظرية السلوكية في تعليم الطلاب عن طريق تعليمات مبرمجة أو مباشرة. وفي برنامج التعليمات المباشرة ، يحدد المدرس مسبقاً بدقة ما يحتاج الطلاب معرفته ، يحدد الأهداف طبقاً لذلك ، ويخلق سياقاً لنشاطات التعليم التي تعلم الطلاب معلومات محددة لتلبية كل هدف، وتعليم الطلاب بصورة مباشرة من خلال التحكم وفقاً لاستجاباتهم. وعندما يستجيب الطلاب استجابة صحيحة ، يتم تدعيمهم ، وإذا كانت استجاباتهم غير صحيحة ، يحجب التدعيم بهذه الطريقة ، يكتسب الطلاب المعلومات المعينة الموضوعية في الأهداف التي يعتبرها المدرس ملائمة لهم (جابر عبد الحميد جابر وآخرون ، ١٩٩٢ : ٧٤).

### ب- نظرية التعلم الاجتماعي Social Learning Theory:

إن جميع أصحاب نظريات التعلم ابتداءً من واطسن ، وبافلوف ، وثورنديك ، وحتى سكينر يعدون جميع أنواع المتعلمات الإنسانية مهما اختلفت أشكالها وصيغ التعبير عنها واختلفت مصادرها فإنها متعلمة وتأتي نتيجة وجود استجابة استثيرت بمؤثر معين. لهذا سُميت هذه النظريات بنظريات المثير والاستجابة (Bandura ,A.,1986:11)

الفنيات المستخدمة في البرنامج:

تعرض الباحثة فيما يلي لكل فنية من فنيات البرنامج الإرشادي الانتقائي التكاملي مثل فنية المناقشة والحوار ، وفنية المحاضرة ، وفنية التوجيه ، وفنية إعادة التوجيه ، وفنية التدعيم (الإيجابي – السلبي) ، وفنية المكافأة ، وفنية التشكيل ، وفنية الإطفاء ، وفنية تحليل المهمة ، وفنية التعديل البيئي ، وفنية ضبط المثير ، وفنية توفير البدائل ، وفنية التجاهل ، وفنية المقاطعة، وفنية التفاعلات المرتكزة على التقدير ، وفنية

## د. مي السيد عبد الشافي خفاجة

التعليم بدون أخطاء، وفنية الواجب المنزلي ، وقد استخدمت الباحثة كل هذه الفنيات لخفض حدة اضطراب هوس السيلفي وتحسين صورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني.

### ١- فنية المناقشة والحوار:

مناقشة السلوك يمكن أن تكون فعالةً مع بعض الطلاب ، حيث يستطيع المعلم والآباء في الغالب أن يدونوا مساعدة الطلاب في تغيير السلوك غير المرغوب فيه بمناقشة الطلاب ، فغالباً ما يستجيبون على نحو جيد لمثل هذه المناقشة سواء بالمهارات اللفظية أو المهارات الاجتماعية ، لذا فعلى المعلم والآباء تشكيل علاقة طيبة بطلابهم حتى يوافق الطلاب على محاولة عمل بعض التغييرات السلوكية، في حين يعد المعلم والآباء بمساندة الطلاب وأن يوجدوا للمساعدة أو التذكير.

### ٢- فنية التوجيه وإعادة التوجيه:

إن توجيه المعلم يعكس مهاراته وقدراته على الاتساق والمرونة وإحساس جيد بالمرح، وكلها تساهم في تحديد سياق متناغم لحجرة الدراسة. واحترام الأطفال والرغبة في التعرف على كل طفل كفرد هي عناصر أساسية في التوجيه الإيجابي. وهكذا إحساس بالمشاركة مع الأطفال . (أنا مع الأطفال) بدل اتجاه "أنا ضدهم". ولا يوجد شك: أن المدرس مركزي في تأسيس بيئة سعيدة حيوية للأطفال (على عبد الله مسافر ، ٢٠٠٤ : ٩٥).

### ٣- فنية التدعيم:

#### والتدعيم نوعان:

#### أ- التدعيم الإيجابي Positive Reinforcement:

تقدم المكافآت أو التعزيزات المادية أو المعنوية للفرد على أثر قيامه بالسلوك المرغوب فيه حيث يؤدي التعزيز إلى تدعيم هذا السلوك وإلى ثبوته وإلى ميل الإنسان إلى تكراره في المواقف المقبلة وبذلك يساعد التدعيم على حدوث التعلم وترسيخ العادات الطيبة ومنها بالطبع عادة المحافظة على البيئة (عبد الرحمن محمد العيسوي ، ١٩٩٧ : ٣٤).

## ب- التدعيم السلبي Negative Reinforcement :

يعمل المعالج على زيادة ظهور الاستجابة المرغوبة بتعويض الفرد لمثير غير سار ثم إزالته مباشرة بعد ظهور الاستجابة المطلوبة. ويفيد هذا الأسلوب في حالات فرط النشاط (علاء الدين بدوى فرغلى ، ٢٠٠٥ : ٨٨)

وهناك فرق بين التعزيز السلبي والعقاب بصفة عامة. فالتعزيز السلبي كما يتصور يتطلب الجوانب غير السارة في الموقف ، والعقاب هو إضافة عناصر منفرة للموقف (جابر عبد الحميد جابر وآخرون ، ١٩٩٢ : ٥٨٠).

### ٤- فنية المكافأة – حقائب المكافأة – حقائب المساعدة:

الغرض من فنية المكافأة وتعليمها هو توجيه الآباء والمعلمين للأطفال نحو المشاركة والتفاعل الإيجابي وتخفيف التفاعلات غير التكيفية ، والمكافأة نوعان: مكافأة مادية مثل تقديم بعض النقود الرمزية كوسيلة تدعيمية للطفل مفرط النشاط لتوجيه السلوكيات السلبية الصادرة منه في بعض المواقف إلى سلوكيات إيجابية يُستفاد منها وكذلك تقديم الحلوى (البسكويت – البنبونى – الشيكولاتة – الألعاب المختلفة المشوقة للأطفال) والنوع الثانى هو المكافأة المعنوية مثل (برافو – شاطر – متميز – تلامس الأيدى – التصفيق).

### ٥- فنية التشكيل:

التشكيل يتضمن البدء بتعزيز السلوكيات الموجودة والتعديل شيئاً فشيئاً لهذه السلوكيات من خلال التعزيز التمايزى. وبالنسبة للسلوكيات المعقدة فإن هذه العملية يمكن اختزال الوقت فيها من خلال نظرية التعلم الاجتماعى (نصرة محمد عبد المجيد جليل ، ٢٠٠٥ : ١٧٧).

### ٦- فنية تحليل المهمة:

لا يفترض أسلوب التدريب القائم على تحليل المهمة وجود أى مشكلة تعلم نمائية خاصة عند الطلاب أو عجز فى أى قدرة داخل الطلاب عدا نقص الخبرة بالمهمة نفسها

## د. مي السيد عبد الشافي خفاجة

وقد تم دعم وجهة النظر هذه من قبل محلى السلوك التطبيقي حينما أشاروا إلى أهمية الأسلوب من حيث:

- ١- الكشف عما يستطيع الطفل عمله وما لا يستطيع عمله فى مهارة معينة.
- ٢- تحديد ما إذا كان الطفل يمتلك السلوكيات الضرورية للنجاح فى أداء المهمة أم لا.
- ٣- تحديد الأهداف بعبارات إجرائية قابلة للملاحظة.
- ٤- تنظيم برنامج علاجى منظم يستخدم أساليب التعزيز (عبد الرحمن سيد سليمان، ٢٠٠٣: ٢١٤).

### ٧- فنية الإطفاء:

فى هذا الأسلوب يحاول المعالج محو السلوك غير المتوافق وذلك بغياب التعزيز حتى ينطفئ ذلك السلوك (إيفال عيسى ، ٢٠٠٥ : ٧٨)،

### ٨- فنية التجاهل:

استخدمت هذه الفنية بنجاح فى علاج بعض حالات الاضطرابات النفسية الجسمية . ويستخدم الطلاب بعض أساليب لفت نظر المعلم داخل الصف كرفع اليد باستمرار والصراخ بهدف الإجابة على سؤال أو ما شابه ذلك. وتجدر الإشارة إلى ضرورة الانتباه إلى نوع السلوك المتجاهل فقد يكون مؤذياً للذات أو مهدداً للآخرين . وهنا لا يصلح اتباع أسلوب التجاهل وإنما لابد من اتباع أسلوب آخر (جمال مثقال القاسم وآخرون ، ٢٠٠٠ : ١٨٥).

### ٩- فنية التعديل البيئى:

يعتمد علم النفس عند سكنر على فكرة التأثير البيئى للسلوك لأن الاستجابة تؤثر فى الحدث التالى , حيث إن هذه النتائج تحدث فى البيئـة الخارجـية , فإن البيئـة هى التى تسبب التغيير فى السلوك (محمود عبد الحليم منسى , سيد محمد الطواب , ٢٠٠٤ : ٩١).

## ١٠- فنية ضبط المثير:

هناك نوعان من المثيرات "من وجهة نظر السلوكيين" ، مثيرات ذات فاعلية سريعة تحدث الاستجابات في الحال ومثيرات أخرى ذات فاعلية أو تأثير ماضٍ. على أن ما يصدر عن الإنسان من سلوك يشير إلى ما يحدث من مثيرات واقعة في التو والحال , وأخرى ذات صلة بالتفاعل مع خبرات الماضي. ومن هذا المنطلق يرون أنه عند دراسة النمو الإنساني يجب أن يوضع في الاعتبار ما يحدث من تفاعلات بين الإنسان وبيئته في مراحل سابقة (نبيه إبراهيم اسماعيل , ٢٠٠٩ : ٢٩).

## ١١- فنية توفير البدائل:

الأفضل وعد القائم بالرعاية للطفل الموهوس بالسيلفي (الآباء والأمهات) إذا فعل كافة السلوكيات المرغوبة بقضاء الإجازة الأسبوعية في المكان المفضل للطلاب / الطالبة, وهذا يعمل على تقليل السلوكيات غير المرغوب فيها (بيترن. نوفاس وآخرون , ١٩٩٨ : ١٢٣).

وسوف تستخدم الباحثة مجموعة من الفنيات , بعضها فنيات إرشادية تدريبية للآباء والمعلمين ، والبعض الآخر فنيات تدريبية لطلاب التعليم الفني على النحو التالي:

أ- فنيات إرشادية تدريبية للآباء والمعلمين تشمل الفنيات الآتية: فنية التدعيم والتوجيه وإعادة التوجيه والمكافأة (المادية – المعنوية) والإطفاء وتحليل المهمة والتفاعلات المرتكزة على التقدير والتعليم بهدوء بدون أخطاء والمقاطعة وضبط المثير. بالإضافة إلى فنيات المحاضرة والمناقشة الجماعية والتقويم ، وأيضاً النمذجة للتدريب على استخدام الفنيات السابقة.

ب- فنيات تدريبية لطلاب التعليم الفني الموهوسين بالسيلفي على بعض المهارات , وذلك من خلال الأدوات والأنشطة التالية:



## د. مي السيد عبد الشافي خفاجة

- ١- مجموعة من الصور يطلب من طلاب التعليم الفني المهوسين بالسيلفي تلوينها أو ترتيبها وفقاً لما يطلب منه.
- ٢- مجموعة من المكعبات الخشبية مختلفة الألوان ويتم تكوين أشكال مختلفة منها.
- ٣- مجموعة من الألغاز التي يستفيد منها طلاب التعليم الفني المهوسين بالسيلفي بعد حلها وتقدم له أثناء الجلسات.
- ٤- تدريب طلاب التعليم الفني المهوسين بالسيلفي على التعاون والتفاعل من خلال الأخذ والعطاء حيث يطلب منه الرسم مع وضع أقلام محددة وألوان مختلفة يتم تبادلها.
- ٥- التدريب على مهارات العمل الجماعي من خلال مشاركة طلاب التعليم الفني المهوسين بالسيلفي بعضهم البعض في تنظيم الفصل وترتيب الأثاث , وتنظيم الأدوات الدراسية الخاصة بهم.
- ٦- التدريب على بعض الألعاب الجماعية كالكراسي الموسيقية وشد الحبل.
- ٧- التدريب على بعض الألعاب الجماعية مثل لعبة تكوين البازل الخشبي بناءً على النموذج المقدم له والمطلوب تنفيذه.

### الحدود الإجرائية للبرنامج:

### الحدود الزمنية:

سوف يتم تنفيذ البرنامج على مدى (٢٣) جلسة خلال (١١) أسبوعاً , حيث إنه في الأسبوع الأول يشتمل على أربع جلسات وباقي الأسابيع تأخذ جلستين كل أسبوع ماعدا الأسبوع الأخير فجلسة واحدة للتقييم , وتتراوح مدة الجلسة من (٦٠-٩٠) دقيقة وتنقسم مدة الجلسة من (٣٠-٤٥) دقيقة للآباء والمعلمين المشاركين في البرنامج , ومن (٣٠-٤٥) دقيقة للأطفال المشاركين في البرنامج , ويخصص جزء منها لإرشاد وتدريب

المشاركين فى تنفيذ البرنامج من آباء ومعلمين , وتخصص بقية الجلسة لمتابعة تدريب طلاب التعليم الفني المهوسين بالسيلفي على الأنشطة والمهام التى يتم تحديدها لهم.

#### الحدود المكانية:

سوف يتم تنفيذ البرنامج على أفراد المجموعة التجريبية فى حجرة الدراسة الخاصة.

#### الحدود البشرية:

سوف يشارك فى تنفيذ البرنامج ثلاثة مدرسين وخمسة عشر طالبا من طلاب التعليم الفني المهوسين بالسيلفي هم أفراد المجموعة التجريبية مع أمهاتهم وآبائهم الذين سوف يحضرون الجلسات معهم.

رابعاً: أساليب المعالجة الإحصائية:

استعانت الباحثة بمجموعة من أساليب المعالجة الإحصائية للبيانات وهى على

#### التفصيل التالى:

١- طريقة التجزئة النصفية ( Splithalf): لحساب ثبات مقياس اضطراب هوس

السيلفي ومقياس صورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني المستخدمين بالدراسة الحالية (باستخدام البرنامج الإحصائى SPSS).

٢- طريقة معامل ألفا كرونباك (Alpha Cronbach): لحساب ثبات مقياس

اضطراب هوس السيلفي ومقياس صورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني المستخدمين فى الدراسة الحالية (باستخدام البرنامج الإحصائى SPSS).

٣- اختبار مان ويتنى (Man-Whitney Test): وهو أسلوب إحصائى

لابارامترى لتقدير الفروق بين متوسطات رتب درجات مجموعتين مستقلتين مأخوذتين من نفس المجتمع , قامت الباحثة باستخدامه للتأكد من وجود التجانس بين المجموعتين (التجريبية والضابطة) قبل البدء فى جلسات البرنامج المستخدم

## د. مي السيد عبد الشافي خفاجة

, وكذلك للتأكد من صحة الفروض التي تتضمن مقارنة بين المجموعتين (التجريبية والضابطة) بعد انتهاء جلسات البرنامج المستخدم.

### ٤- اختبار ويلكوكسون (Wilcoxon Matched Pairs Signed Rank Test)

**Test:** وهو أسلوب إحصائي لا بارامترى لتقدير الفروق بين متوسطات رتب درجات مجموعتين مرتبطتين , وقد قامت الباحثة باستخدام هذا الأسلوب الإحصائي للتأكد من صحة الفروض التي تتطلب مقارنة بين المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي لتطبيق البرنامج , وكذلك في القياسين (البعدي والتتبعي) للبرنامج المستخدم.

خامساً: خطوات الدراسة:

١. تم إعداد البرنامج التدريبي القائم على فنيات البرنامج الإرشادي الانتقائي التكاملي .
٢. اختيار العينة وإجراء المجانسة بين المجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات (العمر الزمني , الذكاء) , ثم التطبيق القبلي لمقياس اضطراب هوس السيلفي ومقياس صورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني.
٣. تطبيق البرنامج على أفراد المجموعة التجريبية لمدة (١١) أسبوعاً من خلال (٢٣) جلسة لمشاركة الآباء والمعلمين لطلاب التعليم الفني المهوسين بالسيلفي.
٤. التطبيق البعدي لمقياس اضطراب هوس السيلفي ومقياس صورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني بعد الانتهاء من البرنامج على أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة.
٥. التطبيق التتبعي للمقياسين على أفراد المجموعة التجريبية بعد مرور ثلاثة شهور على تطبيق البرنامج.
٦. استخدام الأساليب الإحصائية اللابارامترية مثل اختبار مان ويتني - Man Whitney ويلكوكسون Wilcoxon , وقيمة Z لاستخلاص النتائج , ومن ثم تفسيرها.

## نتائج الدراسة وتفسيرها:

تناولت الدراسة الحالية برنامجاً إرشادياً انتقائياً تكاملياً لخفض حدة اضطراب هوس السيلفي وتحسين صورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني ، وفيما يلي عرض تفصيلي لنتائج التحليلات الإحصائية للتحقق من صحة فروض الدراسة ، ومدى تحقق أهداف الدراسة ، وتفسير النتائج في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة.

أولاً: نتائج الدراسة:

### أ- نتائج الفرض الأول:

وينص على أنه: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس اضطراب هوس السيلفي لدى طلاب التعليم الفني في القياس البعدي (في الاتجاه الأفضل) لصالح المجموعة التجريبية".

وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدمت الباحثة اختبار " مان ويتني - Man Whitney " للمجموعات الصغيرة المستقلة للكشف عن مدى دلالة الفروق بين المجموعتين، والجدول (٥) يوضح ذلك.

### جدول (٥)

قيم U لدلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس اضطراب هوس السيلفي لدى طلاب التعليم الفني

مستوى الدلالة	قيمة U	المجموعة الضابطة ن = ١٥			المجموعة التجريبية ن = ١٥			الدرجة الكلية
		متوسط الرتب	مجموع الرتب	المتوسط	متوسط الرتب	مجموع الرتب	المتوسط	
٠,٠٥	٢	١٤,٧٢	١٠٢	٢٨,٧٢	٦,٧٢	٣٨	١٤,٩٨	

\* دلالة U عند مستوى ٠,٠٥ بين (صفر- ٢٠).

يتضح من جدول (٥) أن قيم U للفروق بين متوسطات رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة دالة عند مستوى ٠,٠٥ في الدرجة الكلية لمقياس اضطراب هوس

#### د. مي السيد عبد الشافي خفاجة

السيلفي لدى طلاب التعليم الفني, وبالرجوع إلى متوسطات الدرجات المدرجة بالجدول يتضح أن هذه الفروق لصالح المجموعة التجريبية , وهذه النتيجة في مجملها تحقق صحة الفرض الأول.

ب- نتائج الفرض الثاني:

وينص على أنه: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس اضطراب هوس السيلفي لدى طلاب التعليم الفني (في الاتجاه الأفضل لصالح القياس البعدي)".  
وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدمت الباحثة اختبار "ويلكوكسون Wilcoxon" وقيمة Z للكشف عن الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية , وجدول (٦) يوضح ذلك.

#### جدول (٦)

قيم Z للفروق بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس اضطراب هوس السيلفي لدى طلاب التعليم الفني

مستوى الدلالة	قيمة Z	قيمة ق	متوسط الرتب	مجموع الرتب	ن	اتجاه الفروق	
٠,٠٥	٢,٣٢-	٥	٦,٧٢	٣٨	١٥	سلبى	الدرجة
—	—	—	—	—	—	إيجابي	الكلية
—	—	—	—	—	—	محايد	

\* قيمة Z عند مستوى ٠,٠٥ = ١,٨٨ , عند مستوى ٠,٠١ = ٢,٨٩٨.

يتضح من جدول (٦) أن قيمة Z للفروق بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥ للدرجة الكلية لمقياس اضطراب هوس السيلفي لدى طلاب التعليم الفني.

وبالرجوع إلى متوسطات الدرجات للقياسين يتضح أن هذه الفروق لصالح القياس البعدي ، حيث انخفضت درجة اضطراب هوس السيلفي مقارنة بالقياس القبلي ، وهذه النتيجة في مجملها تحقق صحة الفرض الثاني.

### ج- نتائج الفرض الثالث:

وينص على أنه: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس صورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني في القياس البعدي (في الاتجاه الأفضل) لصالح المجموعة التجريبية".  
وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدمت الباحثة اختبار "مان ويتني-Man-Whitney" للمجموعات الصغيرة المستقلة للكشف عن مدى دلالة الفروق بين المجموعتين, والجدول (٧) يوضح ذلك.

### جدول (٧)

قيم U لدلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس صورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني

مستوى U الدلالة	قيمة U	المجموعة الضابطة ن = ١٥			المجموعة التجريبية ن = ١٥			الأبعاد
		متوسط الرتب	مجموع الرتب	المتوسط	متوسط الرتب	مجموع الرتب	المتوسط	
٠,٠٥	٧	٧,٣٤	٤٣	٦,٣٥	١٣,٩٨	٩٧	١٨,٣٥	الاعتناء بالمظهر
٠,٠٥	٨	٧,٤٧	٤٤	٧,٨٥	١٣,٩٧	٩٦	١٨,٢٢	الاعتناء بالوزن
٠,٠٥	٢	٦,٧٢	٣٨	٧,٢٢	١٤,٧٢	١٠٢	٢١,٩٧	الشغف بعمليات التجميل
٠,٠٥	٢	٦,٧٢	٣٨	١٦,٩٧	١٤,٧٢	١٠٢	٥٣,١١	الدرجة الكلية

\* دلالة U عند مستوى ٠,٠٥ بين (صفر-٢٠).

يتضح من جدول (٧) أن قيمة U للفروق بين متوسطات رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة دالة عند مستوى ٠,٠٥ في أبعاد مقياس صورة الجسم

## د. مي السيد عبد الشافي خفاجة

لدى طلاب التعليم الفني (الاعتناء بالمظهر , الاعتناء بالوزن , الشغف بعمليات التجميل) وأيضاً الدرجة الكلية للمقياس.

وبالرجوع إلى متوسطات الدرجات المدرجة بالجدول يتضح أن هذه الفروق لصالح المجموعة التجريبية ، حيث زاد متوسط درجات أفرادها الدرجة الكلية لمقياس صورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني وأبعاده الفرعية ، وهذه النتيجة في مجملها تحقق صحة الفرض الثالث.

### د- نتائج الفرض الرابع:

وينص على أنه: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس صورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني (في الاتجاه الأفضل لصالح القياس البعدي)".

وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدمت الباحثة اختبار " ويلكوكسون Wilcoxon " وقيمة Z للكشف عن الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ، وجدول (٨) يوضح ذلك.

### جدول ( ٨ )

قيم Z للفروق بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس صورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني.

الأبعاد	اتجاه الفروق	ن	مجموع الرتب	متوسط الرتب	قيمة ق	قيمة Z	مستوى الدلالة
الاعتناء بالمظهر	سلبى إيجابي محايد	١٥	٣٨	٦,٧٢	٥	٢,٣٢-	٠,٠٥
الاعتناء بالوزن	سلبى إيجابي محايد	١٥	٣٨	٦,٧٢	٥	٢,٣٢-	٠,٠٥
الشغف بعمليات التجميل	سلبى إيجابي محايد	١٥	٣٨	٦,٧٢	٥	٢,٣٢-	٠,٠٥
الدرجة الكلية	سلبى إيجابي محايد	١٥	٣٨	٦,٧٢	٥	٢,٣٢-	٠,٠٥

\* قيمة Z عند مستوى ٠,٠٥ = ١,٨٨ , عند مستوى ٠,٠١ = ٢,٨٩٨

يتضح من جدول (٨) أن قيمة  $Z$  للفروق بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥ في أبعاد مقياس صورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني (الاعتناء بالمظهر, الاعتناء بالوزن, الشغف بعمليات التجميل) وأيضاً الدرجة الكلية للمقياس.

وبالرجوع إلى متوسطات الدرجات للقياسين يتضح أن هذه الفروق لصالح القياس البعدي, حيث ارتفعت درجة صورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني وأبعادها مقارنة بالقياس القبلي, وهذه النتيجة في مجملها تحقق صحة الفرض الرابع.

#### هـ - نتائج الفرض الخامس:

وينص على أنه: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية على مقياس اضطراب هوس السيلفي وصورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني في القياسين البعدي والتبقي".

وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدمت الباحثة اختبار " ويلكوكسون Wilcoxon" وقيمة  $Z$  للكشف عن تلك الفروق, والجدول (٩) يوضح ذلك.

#### جدول (٩)

قيم  $Z$  للفروق بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتبقي على مقياس اضطراب هوس السيلفي وصورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني.

المقياس	الاتجاه	ن	مجموع الرتب	متوسط الرتب	قيمة ق	قيمة Z	مستوى الدلالة
اضطراب هوس السيلفي لدى طلاب التعليم الفني	الدرجة الكلية	٦	١٦	٧,٦٦	١٦	-٠,٧٩	غير دالة
	سلبي	٦	٢١	٩,٠٠			
	إيجابي	٦	٦	٣,٦١			
صورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني	الاعتناء بالمظهر	٧	١٩	٧,٠٠	١٩	-٠,٣٠	غير دالة
	سلبي	٤	١٧	٩,٧٢			
	إيجابي	٤	٧	٤,٧٢			
صورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني	الاعتناء بالوزن	٧	١٦,٨	٦,٦١	١٦,٨	-٠,٦٥	غير دالة
	سلبي	٤	١٢,٧	٧,٤٧			
	إيجابي	٤	١٤,٢	٨,٠٠			
الشغف بعمليات التجميل	الدرجة الكلية	٨	٢١	٦,٧٣	١٩	-٠,١٦	غير دالة
	سلبي	٣	١٠	٨,٢٢			
	إيجابي	٤	١٣	٧,٧٢			
الدرجة الكلية	الدرجة الكلية	٧	١٦	٦,٥٨	١٦	-٠,٧٢	غير دالة
	سلبي	٤	١٠	٦,٢٢			
	إيجابي	٤	١٧	٩,٧٢			

\* قيمة  $Z$  عند مستوى ٠,٠٥ = ١,٨٨, عند مستوى ٠,٠١ = ٢,٨٩٨



## د. مي السيد عبد الشافي خفاجة

يتضح من جدول (٩) أن قيمة Z للفروق بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية فى القياسين البعدى والتتبعى لم تصل إلى مستوى الدلالة الإحصائية سواء على مقياس اضطراب هوس السيلفي ومقياس صورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني وأبعاده والدرجة الكلية ، وهذه النتيجة فى مجملها تحقق صحة الفرض الخامس.

### مناقشة النتائج:

يعتبر تعديل السلوك Behaviour Modification ميداناً يركز على أساليب تغيير السلوك الإنسانى ، ولاسيما السلوكيات المضطربة غير السوية ، ويستند تعديل السلوك على سلسلة من الافتراضات ذات العلاقة بسلوك الإنسان ، من بينها إمكانية التنبؤ بسلوك الإنسان لأنه يتبع قوانين ونماذج محددة ، وأنا نستطيع تغيير سلوك الإنسان باستخدام الاشتراط الإجرائى وغيره من تقنيات العلوم السلوكية ؛ لذا جاءت الدراسة الحالية لتقدم برنامجاً إرشادياً انتقائياً تكاملياً يشترك فيه كل من الآباء والمعلمين ، واختبار مدى فعاليته فى الحد من اضطراب هوس السيلفي وبيان أثره على صورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني.

وقد أسفرت نتائج الدراسة عما يأتى:

أ- بالنسبة لفعالية البرنامج المستخدم فى الحد من اضطراب هوس السيلفي لدى طلاب التعليم الفني:

فقد كشفت نتائج الدراسة عن فعالية البرنامج فى خفض حدة اضطراب هوس السيلفي لدى أفراد المجموعة التجريبية من طلاب التعليم الفني (عينة الدراسة) ، واتضح ذلك من نتائج الفرض الأول (جدول ٥) ، فقد جاءت الفروق دالة بين المجموعتين التجريبية والضابطة، وكانت الفروق لصالح المجموعة التجريبية فى الاتجاه الأفضل وهو انخفاض اضطراب هوس السيلفي لدى طلاب التعلم الفني.

## فيما يتعلق باضطراب هوس السيلفي لدى طلاب التعلم الفني: تبين من نتائج

جدول (٥) أن متوسط اضطراب هوس السيلفي لطلاب المجموعة التجريبية هو (١٤,٩٨) مقابل (٢٨,٧٢) للمجموعة الضابطة , وكانت قيمة U للفروق بين المجموعتين دالة عند مستوى (٠,٠٥) , وترى الباحثة أن تراجع الأداء على هذا البعد من المقياس يرجع إلى تأثير الأنشطة والألعاب المستخدمة في برنامج الدراسة الحالية بجانب فنيات التوجيه وإعادة التوجيه والتجاهل والإطفاء التي طلبت الباحثة من الآباء والمعلمين استخدامها مع طلاب التعليم الفني المهوسين بالسيلفي. وتم تدريب الآباء والأمهات والمعلمين على كيفية استخدامها مع طلاب التعليم الفني المهوسين بالسيلفي, كما تم تدريب طلاب التعليم الفني المهوسين بالسيلفي على كيفية المعاونة والمشاركة في المهام المطلوب منهم القيام بها , وتدريبهم على ضبط النفس والضبط الذاتي في حالة صدور أى سلوك منهم غير ملائم للموقف الذى يتعرضون له , وقد تم هذا من خلال تقديم الباحثة لبعض الألعاب المسلية لطلاب التعليم الفني المهوسين بالسيلفي فى جلسات البرنامج ومنها الصور والرسومات التى يقوم طلاب التعليم الفني المهوسون بالسيلفي بتلوينها سواء بصورة فردية أو بطريقة جماعية باستخدام الألوان المختلفة ولعبة شد الحبل ونط الحبل , ومن خلال العلاقة الإيجابية بين الباحثة وكل طالب من طلاب التعليم الفني المهوسين بالسيلفي على حدة بداية من جلسات البرنامج حتى نهاية جلساته نشأت صداقة قوية معهم وبدأ طلاب التعليم الفني المهوسون بالسيلفي يحكون لها التصرفات التى تصدر منهم وكيفية التصرف فيها , وكانت الباحثة تقوم بتوجيه طلاب التعليم الفني المهوسين بالسيلفي إلى السلوك الإيجابى الناتج عن هذه التصرفات , وأيضاً من خلال إقامة علاقة إيجابية مع الأمهات والمعلمين الذين تم إرشادهم إلى الفنيات التى يجب عملها مع أطفالهم فى حالة إتيانهم بسلوك مضطرب , وتعتمد تلك الفنيات على الجوانب الإيجابية التى لا تميل إلى استخدام العقاب بأساليبه أو الألفاظ السلبية التى تغضب طلاب

## د. مي السيد عبد الشافي خفاجة

التعليم الفني المهوسين بالسيلفي واستبدالها بأساليب إيجابية معهم، والتي تقوم على المودة والمحبة والتوافق بين الأب والابن أو الأم والابن أو المعلم والتلميذ.

فقد قامت الباحثة بتعريف الآباء والمعلمين المشاركين في البرنامج كيفية استخدام الفنيات مثل فنية استخدام التكنولوجيا " حيث إن التكنولوجيا وسيلة وليست غاية " ويتم ذلك بتعليم الآباء والأمهات كيفية استخدام التكنولوجيا الحديثة والمتطورة في العصر الحالي الذي نعيشه مثل الهواتف المحمولة والكمبيوتر والإنترنت ، وأيضاً توعية طلاب التعليم الفني المهوسين بالسيلفي بأهمية هذه التكنولوجيا شريطة استخدام الجانب الإيجابي منها والاستفادة منها بقدر الإمكان في دراستهم، وعمل الواجبات المنزلية وتنزيل البرامج الدراسية الخاصة بهم ومشاهدة القنوات التعليمية التي تقدم لهم الدروس الخاصة بهم ، كما تم تعليمهم كيفية استخدام الأسطوانات التعليمية للمواد المختلفة مثل المواد التجارية والمواد الفندقية والمواد الصناعية والمواد الزراعية على حسب تخصص كل طالب/ طالبة في التعليم الفني. ومعرفتهم بأهمية هذه الأسطوانات العلمية في رفع مستواهم التعليمي وزيادة قدرتهم في الوصول إلى الدرجات النهائية ، وقد تم هذا بمشاركة من أولياء الأمور (الأب والأم) وبمساعدة الإخوة الأكبر للطلاب لضمان تواصل تركيز انتباه الطفل أمام الكمبيوتر ، بالإضافة إلى ألعاب الكمبيوتر المسلية التي لا تميل إلى العنف والعدوان ، وأيضاً تم استخدام فنيات أخرى مثل فنية النظرة التفاعلية للسلوك وفنية تحليل المهمة وهي تعليم طلاب التعليم الفني المهوسين بالسيلفي كيفية ترتيب المهام بحسب أولويتها ، كما استخدمت بعض الألعاب التي تعمل على زيادة تركيز طلاب التعليم الفني المهوسين بالسيلفي ومنها الألغاز الرياضية (فمثلاً: مسألة رياضية يحلها الطالب أو الطالبة وفي نهاية اللعبة يوجد شكل به كافة النتائج المحتملة التي يصل لها الطالب أو الطالبة وتكون على شكل حيوانات نادرة ويقوم بكتابة اسم الحيوان أو الطائر) ، كما تم استخدام لعبة البازل الخشبي (وهو عبارة عن مجموعة قطع كانت مجمعة في شكل تقدمه الباحثة لطلاب التعليم الفني المهوسين بالسيلفي كنموذج أولاً

وبعد ذلك يتم تفكيك تلك القطع ويطلب من الأطفال تركيبها وعمل نفس النموذج) , وكذلك الواجبات المنزلية التي تطلبها الباحثة للتنفيذ من قبل الطفل مثل رسم الشكل الكلي الذي تم تكوينه من وحي خياله لترى مدى قدرته على التركيز.

وتم استخدام الأنشطة المختلفة لطلاب التعليم الفني المهوسين بالسيلفي أثناء البرنامج التدريبي مثل لعبة شد الحبل (حيث طلبت الباحثة من العينة التجريبية تقسيمهم إلى مجموعتين وهي مجموعة بنات ومجموعة بنين وكانت لعبة جيدة) وفيها تم حدوث بعض السلوكيات الاندفاعية لطلاب التعليم الفني المهوسين بالسيلفي خلال اللعبة وقد تم توجيههم إلى سلوكيات إيجابية من خلال الباحثة , كما تم الاستفادة منها في خلق روح التعاون والمشاركة بين المشاركين في الألعاب , وأيضاً قام كل طالب / طالبة من طلاب التعليم الفني المهوسين بالسيلفي بأداء لعبة نط الحبل (وفيها يقوم كل طفل بنط الحبل ويتم عدّ اللفات التي يعملها في كل دقيقة من خلال بقية زملائه والأفضل يأخذ جائزة وقد تم استخدام ساعة إيقاف لحساب الوقت) , ولكي يتم بناء علاقة إيجابية بين كافة أطفال المجموعة التجريبية والباحثة , فقد قامت الباحثة بتوجيه طلاب التعليم الفني المهوسين بالسيلفي بكل الحب عند حدوث سلوكيات الاندفاعية من هؤلاء الأطفال وتحويلها إلى سلوكيات إيجابية تم الاستفادة منها في إتمام اللعب المطلوب منهم , كما طلبت الباحثة من الآباء والأمهات مراقبة البرامج التليفزيونية التي يشاهدها طلاب التعليم الفني المهوسون بالسيلفي وتدفعهم إلى القيام ببعض السلوكيات الاندفاعية لاعتقادهم أنها صحيحة مثل برنامج " المصارعة " , كما تم توجيه الطلاب من خلال الآباء والأمهات والمعلمين إلى كيفية استخدام التكنولوجيا ووسائلها في صالح طلاب التعليم الفني المهوسين بالسيلفي للتقليل من الاندفاعية في سلوكياتهم الصادرة من خلال مشاركتهم في جلسات البرنامج.

لذا حرصت الباحثة على إشعار طلاب التعليم الفني المهوسين بالسيلفي بأهميتهم , والبحث عن الهوية التي يحبونها لتصبح مدخلاً لتكوين علاقة قوية بين الطلبة

## د. مي السيد عبد الشافي خفاجة

والباحثة , ووسيلة من خلالها يعبر طلاب التعليم الفني المهووسون بالسيلفي عن ذاتهم , فقد كانت الباحثة تقدم لطلاب التعليم الفني المهووسين بالسيلفي بعض الألعاب مثل فكرة تكوين المكعبات التي على أشكال مجسمة وتحتاج لقدرة عالية من التركيز(من خلال تقديم النموذج وفك المكعبات وتطلب من الطلاب تركيبها كما كانت) , وأيضاً تم كتابة كل طفل للمهام التي يقوم بها وعلمتهم الباحثة كيفية ترتيب هذه الأمور على حسب أولويتها من خلال جلسات البرنامج , بالإضافة إلى تقديم بعض الفقرات التي يقوم بها طلاب التعليم الفني المهووسون بالسيلفي مثل اختيار أى أغنية يغنيها كل طفل والقيام بغنائها أمام زملائه وسعادتهم بذلك , وفى حالة صدور السلوك العنادر أثناء اللعب كانت الباحثة تقوم بتجاهل بعض السلوكيات الصادرة منهم فى حين توجه السلوك بطريقة غير مباشرة للاستفادة من هذا السلوك بشكل إيجابى فى الألعاب الجماعية المختلفة , كما فى جلسات البرنامج , وانطلاقاً من العلاقة الإيجابية بين طلاب التعليم الفني المهووسين بالسيلفي والباحثة, فكانت الباحثة تجرى معهم حوارات لتتعرف على أفكارهم وما يعانون منه من مشكلات مع زملائهم وذويهم. وتناقش الباحثة هذه المشكلات مع الآباء والمعلمين من خلال استخدام بعض الخطوات المحددة كما هو موجود فى المواقف المختلفة التي يتعرضون لها من قبل طلاب التعليم الفني المهووسين بالسيلفي وكيفية حلها بطريقة إيجابية قائمة على المودة والحب والصدقة.

وهذا يرجع من وجهة نظر الباحثة إلى مدى فعالية البرنامج الإرشادي الانتقائي التكاملي في خفض حدة اضطراب هوس السيلفي لدى طلاب التعليم الفني . وقد وجدت الباحثة أن الحوار والمناقشة الجماعية من الأساليب العلاجية والتعليمية المهمة حيث تعتمد على المناقشات السهلة مع الطلاب التي تهدف إلى تغيير الأفكار والاتجاهات لدى الطلاب نحو أنفسهم وزملائهم الآخرين.

### \* مناقشة نتائج الفرض الثاني:

جاءت نتائج الفرض الثاني جدول (٦) لتؤكد فعالية البرنامج المستخدم في خفض اضطراب هوس السيلفي لدى طلاب التعليم الفني , حيث كانت الفروق دالة لصالح القياس البعدى مقارنة بالقياس القبلى للمجموعة التجريبية. وتبين نتائج جدول (٦) أن الفروق تسير فى الاتجاه السلبى (لأن القياس البعدى أقل من القياس القبلى) بمجموع رتب (٣٨) ومتوسط الرتب (٦,٧٢) وقيمة  $Z$  هى (-٢,٣٢) وكانت النتائج دالة عند مستوى (٠,٠٥) وذلك فى كافة الأبعاد وكذلك الدرجة الكلية للمقياس المستخدم. وهذا يرجع إلى فعالية البرنامج المستخدم فى خفض اضطراب هوس السيلفي لدى طلاب التعليم الفني.

### ب- بالنسبة لفعالية البرنامج فى تحسين صورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني:

كشفت نتائج الدراسة عن فعالية البرنامج وبيان أثره على صورة الجسم لدى أفراد المجموعة التجريبية من طلاب التعليم الفني (عينة الدراسة) مقارنة بالمجموعة الضابطة.

### فقد اتضح من نتائج الفرض الثالث جدول (٧) أن الفروق دالة بين المجموعتين

التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية فى الاتجاه الأفضل. وتبين نتائج الجدول أيضاً أن متوسط أبعاد الاعتناء بالمظهر والاعتناء بالوزن والشغف بعمليات التجميل وكذلك الدرجة الكلية هو (١٨,٣٥ , ١٨,٢٢ , ٢١,٩٧ , ٥٣,١١) على الترتيب لطلاب المجموعة التجريبية مقابل (٦,٣٥ , ٧,٨٥ , ٧,٢٢ , ١٦,٩٧) للمجموعة الضابطة بنفس ترتيب الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس صورة الجسم المستخدم فى الدراسة , وكانت قيمة  $U$  للفروق بين المجموعتين دالة عند مستوى (٠,٠٥) , وهذا مرجعه من وجهة نظر الباحثة إلى تأثير ما تضمنه البرنامج من أنشطة , تتطلب العمل الجماعى بين طلاب التعليم الفني لتحسين صورة الجسم لديهم بإشغالهم

## د. مي السيد عبد الشافي خفاجة

في المشاركة في هذه الأنشطة ، والتعزيز المتواصل من قبل الباحثة تجاه السلوكيات الإيجابية الصادرة من الطفل نحو زملائه سواء بمعززات مادية (حلوى ، لعبة) ، أو معنوية تتمثل في الثناء على الطلاب ببعض الكلمات مثل (برافو ، شاطر ، ممتاز..) أو ببعض الأفعال مثل (التقبيل ، لمس الأيدي بطريقة تعبر عن نجاحه في أداء المهمة) ، وكذلك حثهم على الإيثار والشغف بالآخرين ، والتعاون ، وقص عدد من القصص باتفاق الطلاب مع بعضهم البعض ويقومون بتمثيلها (حيث تم تقسيم مجموعة طلاب التعليم الفني المهوسين بالسيلفي إلى مجموعات صغيرة تكوّن قصة أو أغنية أو مشاهد من أفلام لهم يريدون تمثيلها بالاتفاق مع بعضهم البعض ويقومون بتمثيلها أمام زملائهم وتشجيعهم في نهاية العرض) ، كما أيضاً تم مشاركة طلاب التعليم الفني المهوسين بالسيلفي بعد تكوين صداقة بينهم في الألعاب الموجودة بجلسات البرنامج واستخدام الطين الصلصال لعمل أشكال مختلفة ، وكانت الباحثة تحت الطلاب دائماً على روح التعاون والعمل الجماعي للحصول على أفضل النتائج ، وأيضاً كان لفنية الواجب المنزلي التي كان يكلف بها طلاب التعليم الفني دور في ظهور شكل من التعاون بين الطفل وزملائه ، ومن خلال مشاركة الآباء والمعلمين في حث أولادهم على العمل التعاوني ومساعدتهم في أداء هذه المهام الموكلة إليهم في المنزل من خلال مراقبة الطفل في علاقته مع أخواته ، حيث كانت الباحثة في نهاية كل جلسة تسلّم ولي أمر الطلبة ورقة تتضمن الأنشطة التي تم إجراؤها وتطلب منهم تدريب الطفل عليها ، وإخبارهم إذا حدثت أي مشكلة وكانت تدلهم على الأدوات البسيطة التي يستخدمونها مع أطفالهم لممارسة الأنشطة المختلفة. وقد شرحت الباحثة هذه البدائل في فنية توفير البدائل لطلاب التعليم الفني المهوسين بالسيلفي وأهميتها في تنمية مهاراتهم الاجتماعية مع أقرانهم وزملائهم في المنزل والمدرسة من خلال اجتماعهم بالآباء والمعلمين (القائمين بالرعاية) لهؤلاء الطلاب.

### \* مناقشة نتائج الفرض الرابع:

جاءت نتائج الفرض الرابع جدول (٨) لتؤكد نتائج الفرض الثالث وتوضح فعالية البرنامج المستخدم في بيان أثره على صورة الجسم لدى هؤلاء الطلاب , حيث كانت الفروق دالة لصالح القياس البعدى مقارنة بالقياس القبلى للمجموعة التجريبية.

وتبين من نتائج جدول (٨) أن اتجاه الفروق تسير في الاتجاه الإيجابي (لأن القياس البعدى أكبر من القياس القبلى) بمجموع رتب (٣٨) ، بينما كانت رتب القياس القبلى (٦,٧٢) وقيمة Z هي (-٢,٣٢) وكانت النتائج دالة عند مستوى (٠,٠٥) وذلك في كافة الأبعاد وهي الاعتناء بالمظهر والاعتناء بالوزن والشغف بعمليات التجميل والدرجة الكلية للمقياس المستخدم. وهذا يرجع إلى فعالية البرنامج المستخدم في رفع صورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني أثناء تدريبهم في جلسات البرنامج.

وهذه النتائج جاءت لتؤكد أن استخدام فنيات البرنامج الإرشادي الانتقائي التكاملي الذى يحث على تعديل السلوكيات غير التنفيرية كالتدعيم وحقائب المكافأة وضبط المثير أدى إلى إدراك الطلبة أن وجود الآخرين من حولهم يكون مرتبطاً بالأمان والطمأنينة وليس مرتبطاً بالطاعة والخضوع والاستسلام الناتجة عن استخدام الأساليب العقابية التنفيرية , وقد ظهرت الآثار الإيجابية للبرنامج فى إقبال الطلاب على الاهتمام بالآخرين من آباء ومعلمين وزملاء دراسة , وتحركه نحوهم , وعدم الخوف من وجودهم , والحرص على التعاون معهم.

### ويلاحظ من نتائج الفروض الأربعة السابقة الارتباط الوثيق بين انخفاض

اضطراب هوس السيلفي لدى طلاب التعليم الفني كسلوك سلبى وتحسن صورة الجسم لديهم كسلوك إيجابى , وهذه النتائج جاءت متسقة مع نتائج الدراسات السابقة , والتى أشارت إلى فعالية استخدام برنامج إرشادي انتقائي لخفض حدة اضطراب هوس السيلفي وتحسين صورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني وذلك بمشاركة القائمين برعاية هؤلاء الأطفال مثل الآباء والمعلمين والمؤسسات التعليمية .



## د. مي السيد عبد الشافي خفاجة

ويمكن تفسير ذلك من وجهة نظر الباحثة بأن البرنامج التدريبي المستخدم قد ساعد، من خلال الفنيات التي يتضمنها ومتابعة التدريبات من جانب المعلمين بالمدرسة والآباء والأمهات بالمنزل، ساعد على اكتساب أفراد المجموعة التجريبية من طلاب التعليم الفني المهوسين بالسيلفي لمجموعة من المهارات الاجتماعية لتحسين صورة الجسم لديهم عن طريق التدريب والممارسة ، مما ساعد على اندماجهم في علاقات وتفاعلات اجتماعية مع المحيطين بهم ، كما ساهمت تلك المهارات التدريبية المكتسبة في التقليل من السلوكيات اللاتوافقية غير المرغوبة وفي مقدمتها اضطراب هوس السيلفي بصفة عامة. فاستخدام الأطفال للأنشطة والمهام المستخدمة في البرنامج واندماجهم فيها طوال جلسات البرنامج ، أتاح لهم الفرصة للتعبير عن أنفسهم بطريقة مقبولة ، وتفرغ الطاقات والشحنات الانفعالية المكبوتة ، كما أن الانشغال بأداء المهام وإنجازها يقلل بشكل كبير من القيام بأي سلوك مضطرب.

### ج- بالنسبة لاستمرارية فعالية البرنامج:

كشفت نتائج الفرض الخامس جدول (٩) عن عدم وجود فروق دالة بين القياسين البعدي والتتبعي لدى أفراد المجموعة التجريبية في كل من مقياس اضطراب هوس السيلفي ومقياس صورة الجسم لدى طلاب التعليم الفني بأبعاده الفرعية بعد ثلاثة شهور من انتهاء البرنامج مما يدل على امتداد فعالية البرنامج واستمراريته.

### توصيات الدراسة:

في ضوء ما أسفرت عنه نتائج الدراسة الحالية ، يمكن تقديم التوصيات التالية:

١. إجراء المزيد من الدراسات باستخدام فنيات تحليل المهمة والتدعيم والتفاعلات المرتكزة على التقدير في خفض السلوكيات اللاتوافقية كالسلوك الانسحابي لدى طلاب التعليم الفني المهوسين بالسيلفي.
٢. إجراء المزيد من الدراسات باستخدام الفنيات مثل توفير البدائل والإطفاء والتعديل البيئي في تنمية السلوكيات اللاتوافقية لطلاب التعليم الفني المهوسين بالسيلفي.

٣. تدريب آباء وأمهات طلاب التعليم الفني المهوسين بالسيلفي على استخدام فنيات تعديل السلوك غير التنفيرية مع أبنائهم.

### البحوث المقترحة:

من خلال نتائج الدراسة يمكن للباحثة اقتراح النقاط البحثية التالية:

١. فعالية برنامج تدريبي للأخصائيين النفسيين بمدارس التعليم الفني لعلاج السلوكيات المضطربة لدى الأطفال.
٢. فعالية برنامج تدخل مبكر لتنمية المهارات الاجتماعية لدى طلاب التعليم الفني المهوسين بالسيلفي .
٣. فعالية برنامج قائم على اللعب الجماعي الموجه في خفض سلوك طلاب التعليم الفني المهوسين بالسيلفي .

## المراجع

أولاً: المراجع العربية :

- السيد أحمد عبد الغفار (٢٠١٠). دور التعليم الثانوي الفني في مواجهة تحديات الاقتصاد المعرفي , مجلة كلية التربية بالمنصورة , ٧٤ (٢) : ٤٠ - ٨٠.
- إجلال فاروق محمود (١٩٩٤). دراسة عاملية مقارنة لخصائص الشخصية فى مرحلة المراهقة من خلال مفهوى صورة الجسم والترجسية، رسالة دكتوراه، كلية الآداب ، جامعة المنيا.
- إيفال عيسى (٢٠٠٥). توجيه التعليم والتعلم فى الطفولة المبكرة (ترجمة: قسم الترجمة والتعريب بالدار). غزة: دار الكتاب الجامعى.
- أمانى عبد العظيم (٢٠٠٥). البناء النفسى لمريضات سرطان الثدي وسرطان الرحم. دراسة مقارنة, رسالة دكتوراه، كلية الآداب، جامعة المنيا.
- بيترن.نوفاليس و ستيفن. ج.روجيفيتزو وروجربيل (١٩٩٨). العلاج النفسى التدميى (ترجمة: لطفى فطيم , عادل دمرdash) . القاهرة: الهيئة العامة للمطابع الأميرية ودار المجلس الأعلى للثقافة.
- جابر عبد الحميد جابر وسهير أنور محفوظ وسبيكة الخليفى (١٩٩٢). علم النفس البيئى. القاهرة: دار النهضة العربية.
- جمال مثقال القاسم , ماجدة السيد عبيد , عماد الزغبى (٢٠٠٠). الاضطرابات السلوكية . الأردن: دار صفاء للنشر والتوزيع.
- سحر محمد أبو راضي (٢٠١٧) . التخطيط الاستراتيجي للتعليم الثانوي الفني الصناعي المتقدم في ضوء مقويات التدويل , ٣٢ (٢) , مجلة كلية التربية – جامعة المنوفية, ١٠٠ - ١٤٥.
- عبد الرحمن سيد سليمان (٢٠٠٣). سيكولوجية نوى الحاجات الخاصة " الأساليب التربوية والبرامج التعليمية " . القاهرة: مكتبة زهراء الشرق.
- عبد الرحمن محمد عيسوى (١٩٩٧). فى علم النفس البيئى. الإسكندرية: منشأة المعارف بالإسكندرية.

- علاء الدين بدوى فرغلى (٢٠٠٥). مهارات العلاج المعرفى السلوكى. القاهرة: مكتبة النهضة المصرية.
- على عبد الله على مسافر(٢٠٠٤). التعليم الملطف مدخل غير تنفيرى لمساعدة ذوى الاحتياجات الخاصة والقائمين برعايتهم. القاهرة: دار السحاب للنشر.
- مجدى محمد الدسوقى (٢٠٠٦). اضطراب صورة الجسم "الأسباب - التشخيص - الوقاية والعلاج" ، سلسلة الاضطراب النفسية، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- محمود عبد الحليم منسى , سيد محمود الطواب (٢٠٠٤). علم نفس النمو. الإسكندرية: شركة الجمهورية الحديثة للطباعة.
- محمود عبد الرحمن (٢٠٠١). صورة الجسم لدى بعض الفئات الإكلينيكية "دراسة حالة"، رسالة دكتوراه ، كلية الآداب، جامعة المنيا.
- ناجي شنودة نخلة (٢٠١٣). تفعيل جهود الجهات الداعمة للتعليم الفني "دراسة ميدانية". القاهرة: المركز القومي للبحوث التربوية والتنمية .
- نبيه إبراهيم إسماعيل (٢٠٠٩). النمو النفسى للإنسان مع " رؤية إسلامية". الإسكندرية: مركز الإسكندرية للكتاب.
- نصره محمد عبد المجيد جلجل (٢٠٠٥). التعلم العلاجى "الأسس النظرية والتطبيقات العملية". القاهرة: مكتبة النهضة المصرية.

ثانياً: المراجع الأجنبية :

- Albert ,J&Joyiner,B.(2010).Hop ,optimism and self care among better breather supporting group member with chronics obstructive pulmonary diseases ,Applies nursing's research ,21(14),212-217.
- Arias, C., (2010). Dopminergic reward system :ashort integrative review. Arch ,3-24.
- Arick ,T.(2002). Self-steem and vocational self- steem enhancement :Agroup counseling program for university students.apaper presented to the international school psychology association 25th annual colloquium,Denmark.

- 
- Asadollahi ,H., (2010). Investigation of cognitive therapy effects based on eills logical emotional approach and Seligman positive attitude on decreasing disappointment and depression of female high school students of tehron .M.A thesis .Shahid Chamran Ahvaz university ,1-100.
  - Bandura ,A. (1986). Social foundations of thought and action : Asocial cognitive therapy . Englewood cliff ,NJ : prentice-hall.
  - Barry,c.; Doucette ,H&Herrington ,I.,(2015).”let me take a selfie “:associations between self –photography,narcissism ,and self-steem .psychology of popular media culture.
  - Beale,A& Scott,P(2001).using drama to empower students to make astand agnasit bullying behavior .Professional School counseling ,4(4) ,300-305.
  - Bennett,S.,(2014). A brief history of the selfie, **British journal of visual impairment** ,2-11.
  - Bizzo ,R.,(2016).How hexaco personality traits predict different selfie –posting behaviors among adolescents and young adults .front psychol,7,20-80.
  - Brandt .R.,(2014). Google divulges numbers at I / O:20 bilion texes ,93 million selfies and more, psychology of popular media culture,2-10.
  - Brixval, C; mette, R. & signe, L.B. (2011). Over weight, body image and bullying –an epidemiological study of 11 – to 15 – years old's European **Journal of public Health**, 22 (1), 1 – 26.
  - Capuzzi,D.(2000). Counseling and Psychotherapy and Integrative Perspective. Professional School counseling ,6(4) ,200-215.
  - Carbon ,c.,(2017).Universal principles of depicting oneself across the centuries :from renaissance self- portraits to selfie –photographs .fornt.Psychol.8-245.
  - Clarkson, P., (2013). Transacional analysis psychotherapy :an integrated approach .routledge.london.26(8),748-757.
  - Destefano,T.; Mellott ,R&Peterson,J.(2001).Apeliminary assessment of the impact of counseling on student .Joournal of college counseling ,4,113-121.

- Diefenbach.S&Christoforakos,L(2017).The selfie paradox :nobody seems to like them yet everyone ,has reasons to take them :an exploration of psychological functions of selfies in self -presentation. fornt.Psychol,7-20.
- Elizabeth, W.K,. (2006). The Effects of Body Image on Career decision Making self-Efficacy and Assertiveness in Female Athletes And non-Athletes. Master's thesis, The Graduate college, marshall university.
- Fox, C. & Farrow, C. (2009). Global and Physical self- Esteem and : Body dissatisfaction as Mediators of the Relationship between weight status and Being a victim of bullying , **Journal of Adolescence**, 32 (5), 1287 – 1301.
- Gladding,S.T.(1992 ). Counseling: Acomprehensive profession second edition ,New york ,Macmillan publishing company , Behavioral interventions ,17,100-120.
- Jacobs,E.(2006). Group – counseling :strategies and skills .ny:thomson books.
- Janssen, J & William, F. (2004): Associations between over weight and obesity with bullying behaviors in school – aged children, university, of Ontario, 113 (5), 1187 – 1194.
- Kim,J.(2008).The effect of a R/T group – counseling program on the internet addiction level and self- steem of internet addiction students. **International journal of reality therapy** ,15,4-12.
- Larkin,R& Thyer,B.(1999) .Evaluating cognaitive behavioral group – counseling to improve elementary school student's self- steem , self- control and class room behavior .Behavioral interventions, 14,147-161.
- Lee,V & Cohen,S.,(2010). Meaning –Making intervention during breast cancer treatment improve self-steems,optimisms and self-efficacy .societal science &medicine ,62(12),300-314.
- Lumeng, J: Forrest, P. & Bradley, R.H. (2010) weight status as a predictor of Being in third through weight status as a predictor of Being in third through sixth Grades, official **Journal of the American Academy of**

- 
- pediatrics**, 125 (6), 1301 – 1307, Dol: 10.1542/peds.2009 – 0774.
- Lunde,C.; Frisen,A.&Hwang,C.(2006).Is peer victimization related to body image in 10 year – old girls and boys?, **evolution and human behavior**, 3(1),25-33.
  - Mcclure, S. ; Samual , M.& Michele,K., (2014). The neural substrats of reward processing in humans : the modern role of FMRI .the neuroscientist ,10(3),260-268.
  - Monson ,C.; Ferrier ,A &Mocciola ,K.(2012).Changes in social personality with cognative processing therapy: Effects of treatment and association with PTSD symptom change. **Journal of traumatic stress**, 25,519-526.
  - Morgan, B & Leung, P., (1980). Effects of assertion training on acceptance of disability by physically disabled students, **Journal of counseling psychology** ,40,270-272.
  - Naaman ,M. ; Boase,J& Laic,H.,(2010).ACM conference on computer supported cooperative work ,Is it really about me ?:Message content in social awareness streams .Association for computing machinery.Savannah,189-192.
  - Pack, S. & Condren, E.(2014). An evaluation of group – counseling behavior therapy for low self- steem in primary care . The cognitive behavior therapist ,7 ,1-10.
  - Ringqvist, I & Inga, M. (2009) social background aspects of life style, body Image relations, school situation, and somatic and psychological symptoms in obese and over weight 15 years old boys in a county in Sweden. **Journal of primary health**, 23.95-101.
  - Rutledge. P., (2013). "Selfies :Narcissism or self –exploration ?" .Psychology tody ,12,2-12.
  - Schlenker ,B.,(2003). Self –presentation in M.R.leary &J.P. Tangney (Eds.), Handbook of self and identity ,New Yourk: Guilford, 492-518.
  - Sorokowski,p.; Sorokowska ,A.& Pisanski,K.,(2015).Selfie posting behaviors and associated with narcissism among men .Personal. Individ . differ,85,123-127.

- Sung, Y.; Kim, E & Choi, S., (2016). Why we post selfies : understanding motivations for posting pictures of oneself. personal. individ. Differ, 97, 260-265.
- Tamir, D & Mitchell, J., (2012). Disclosing information about the self is intrinsically rewarding. PANAS 102, 21, 8038-8043.
- Theodorakis, Y & Stamou, E., (2007). The effect of self-take on the penalty execution in goalball. **British journal of visual impairment**, 25, 233-247.