



جامعة المنصورة  
كلية التربية



**فعالية برنامج عقلانى انفعالى سلوكى لخفض الشعور  
بالعجز المتعلم واثره على تقدير الذات الأكاديمى لدى  
المتأخرين دراسيا من تلاميذ المرحلة الأعدادية**

إعداد

إلهام مجدى محمد حبيب

باحثة ماجستير

كلية التربية- جامعة المنصورة

إشراف

أ.د. كريم منصور عسران

أستاذ الصحة النفسية والتربية الخاصة  
(المساعد) كلية التربية - جامعة المنصورة

أ.د فؤاد حامد الموافقى الشورى

أستاذ الصحة النفسية والتربية الخاصة  
(المتفرغ) كلية التربية - جامعة المنصورة

مجلة كلية التربية - جامعة المنصورة

العدد ١١٨ - إبريل ٢٠٢٢

---

---

## فعالية برنامج عقلاى انفعالى سلوكى لخفض الشعور بالعجز المتعلم واثره على تقدير الذات الأكاديمى لدى المتأخرين دراسيا من تلاميذ المرحلة الأعدادية

إلهام مجدى محمد حبيب

### مستخلص

يهدف البحث الحالى إلى الكشف عن فعالية برنامج إرشادى عقلاى إنفعالى سلوكى فى خفض الشعور بالعجز المتعلم وأثره على تقدير الذات الأكاديمى لدى التلاميذ المتأخرين دراسيا ، تكونت عينة الدراسة من (٢٠) تلميذا من تلاميذ الصف الأول والثانى والثالث الأعدادى وتم اختيارهم بطريقة قصدية وتم تقسيمهم عشوائيا فى مجموعتين (تجريبية وضابطة ) وتراوحت أعمارهم ما بين (١٢ : ١٤) عاما بمتوسط العمر الزمنى (١١,٨٠) وياضراف معيارى (٠,٨٣٤) ، وتم اختيار التلاميذ الذين تراوحت معدلات ذكائهم ما بين (٧٠-٨٥) على اختيار الذكاء الملون لجون رافن ولديهم شعور بالعجز المتعلم ، وشملت أدوات الدراسة أستمارة البيانات الأولية للتلميذ، اختبار الذكاء الملون لجون رافن ، مقياس الشعور بالعجز المتعلم ، مقياس تقدير الذات الأكاديمى ، البرنامج الإرشادى العقلاى الأنفعالى السلوكى فى خفض الشعور بالعجز المتعلم، وأتبعت الدراسة المنهج شبه التجريبى ذو التصميم التجريبى (القبلى - البعدى) لمجموعتين متكافئتين ، وقد أسفرت نتائج الدراسة عن: وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطى رتب درجات تلاميذ المجموعتين التجريبية و الضابطة فى القياس البعدى على مقياس الشعور بالعجز المتعلم ومقياس تقدير الذات الأكاديمى لدى التلاميذ المتأخرين دراسيا لصالح المجموعة التجريبية، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى رتب درجات تلاميذ المجموعة التجريبية فى القياسين القبلى والبعدى على مقياس الشعور بالعجز المتعلم ومقياس تقدير الذات الأكاديمى لدى التلاميذ المتأخرين دراسيا لصالح القياس البعدى، ولاتوجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطى رتب درجات تلاميذ المجموعة التجريبية على مقياس الشعور بالعجز المتعلم ومقياس تقدير الذات الأكاديمى فى القياسين البعدى والتتبعى لدى التلاميذ المتأخرين دراسيا .

**الكلمات المفتاحية:** البرنامج العقلاى الأنفعالى السلوكى، العجز المتعلم، تقدير الذات الأكاديمى

، المتأخرين دراسيا.

### Abstract

The current study aimed to reveal the effectiveness of a rational, emotional, behavioral counseling program in reducing the feeling of learned helplessness and its impact on the academic self-esteem of the academically backward students. Two groups (experimental and control), and their ages ranged between (12:14)

---

years, with an average age of (11.80) and a standard deviation of (0.834). A feeling of learned helplessness, the study tools included the student's primary data form, John Raven's colored intelligence test, the learned helplessness scale, the academic self-esteem scale, the rational-emotional-behavioral indicative program in reducing the feeling of learned helplessness, and the study followed the quasi-experimental approach with an experimental design (tri- (post) for two equal groups, and the results of the study resulted in: There are statistically significant differences between the mean scores of the experimental and control group students in the post-measurement on a scale Q: The feeling of learned helplessness and the academic self-esteem scale for the students who are behind academically in favor of the experimental group, and there are statistically significant differences between the mean ranks of the experimental group students in the pre and post measurements on the scale of feeling learned helplessness and the academic self-esteem scale for the students who are academically behind in favor of the post measurement, and there are no Statistically significant differences between the mean scores of the experimental group students on the scale of the sense of learned helplessness and the academic self-esteem scale in the two post and follow-up measures of the students who are behind in school.

Keywords: Rational-emotional-behavioral program, learned helplessness, academic self-esteem, academic retarded.

#### مقدمة:

يعتبر التأخر الدراسي مشكلة تربوية ونفسية واجتماعية واقتصادية لفتت انظار المربين وعلماء النفس، فدرسوا ابعادها واسبابها وطرق علاجها، حيث تعاني فئة لا بأس بها من التلاميذ من هذه المشكلة وفي كثير من الأحيان تتحول هذه الفئة من التلاميذ الى مصدر شغب مما قد يؤثر سلبا على العملية التربوية أو الى اهدار تربوي، قد لا يستفيد المجتمع من طاقات هذه الفئة. (اسماء خويلد ، ٢٠١٨ ، ٧٧).

وقد يؤدي التأخر الدراسي لدى التلاميذ إلى الشعور بالعجز المتعلم وكما أن تدنى تقدير الذات الأكاديمي مرتبط بشكل كبير بمفهوم العجز المتعلم وتدنى تحصيل التلاميذ في مراحلهم الدراسية المختلفة وذلك من خلال خبرات الفرد المختلفة والتي لها دور كبير في تشكيل مشاعره وبنيته المعرفية وسلوكه حيث أن خبرات الفشل المتكررة وعدم قدرته على تجاوز العقبات تؤدي إلى الإستسلام للنتائج السلبية وأن يتولد لديه الشعور بالغضب وعدم الرضا وتتمكن منه مشاعر النقص (عائشة إبراهيم ، ٢٠١٨ ، ١٤).

---

فالعجز المتعلم ماهو إلا حالة سيكولوجية تأنى من شعور الشخص بأنه لافائدة من جهده فى تخطى أى حدث سلبى ،مما يجعله يتوقع العجز والعمل بدون رغبة حقيقية (الفرحاتى السيد محمود، ٢٠٠٥، ٢٨).

وفسرت هبة الله خاطر (٢٠١١، ٦٠٢) العجز المتعلم لدى الطلاب الى نظرية الفعالية الذاتية، حيث أن عدم القدرة على انهاء المهمة له علاقة باستحقاق الذات، فاذا كان الطلاب يعتقدون بأنهم ضعفاء وغير قادرين على النجاح فان لديهم عجزا متعلما وتظهر حالة العجز فى هذه فى ثلاثة عوامل (الأقتران، والمعرفة، والسلوك) وهذه العوامل اذا كانت ايجابية تخلق طالب قادر على اكمال المهمة.

وتؤكد نظرية العلاج العقلانى الإنفعالى السلوكى أن الأفراد أنفسهم يساهمون فى خلق مشاكلهم النفسية ، بسبب الطريقة التى يفسرون بها الأحداث والمواقف ، وتتبع هذه النظرية طرق متعددة تقود إلى تقليل الإضطرابات الإنفعالية والسلوكيات السلبية وذلك بإكتساب فلسفة حياتية واقعية وعملية فى حياتهم، من خلال مساعدتهم على التمييز بين الأفكار الواقعية وغير الواقعية(رند بشير محمد، ٢٠١٥، ٣).

#### مشكلة البحث:

تعتبر مشكلة التأخر الدراسى من اكبر المشكلات تعقيدا نظرا لتعدد العوامل المؤثرة والمصاحبة والناجمة عنها .وينتج عن التأخر الدراسى مشكلات معقدة وكثيرا ما يكون هؤلاء التلاميذ كسالى ولديهم العديد من المشكلات السلوكية، ويختلف سلوك التلاميذ المتأخرين دراسيا حيال مايعترضهم من من مشكلات إختلافا كبيرا فمنهم من يبذل الجهد للخروج من المشكلة ومنهم من يسارع إلى الأستكانة وتعلم العجز إقتناعا بأنه لايستطيع التعامل مع المشكلة.

فعندما يفشل المتأخرين دراسيا فى التعامل مع الأحداث بسبب الخبرات السابقة التى مروا بها، والتى يعتقدون انها خارج عن سيطرتهم، عندها ينخفض مستوى دافعيتهم للتعلم ومستوى تحصيلهم (مروة مختار بغدادى، ٢٠١١، ١٤).

ويعد العجز المتعلم مشكلة حيوية بحاجة إلى دراسة ومعالجة، حيث أن الأثار الناجمة عنها تتمثل فى العديد من المظاهر منها انعدام الثقة بالنفس، ضعف المواجهة، صعوبة حل المشكلات، نشئت الانتباه، والأحساس باليأس وهى أثار ذات نتائج سلبية خطيرة على النفس ومن ثم تنعكس على المجتمع الذى يعيش فيه الفرد (Hunziker,Dos,2007,186).

---

ويشير هيثم يوسف الريموني (٢٠٠٨، ٢٢) أن تقدير الذات الأكاديمي هو الرؤية التي ينظر فيها المتعلم إلى نفسه من حيث قدرته على التحصيل، وأداء الواجبات الأكاديمية، والرؤية المستقبلية له، وإدراكه لأبعاد القوة لديه، وقدرته على تحمل مسؤولياته الصفية بالمقارنة مع الآخرين من طلاب صفه الذين لديهم القدرة على أداء المهمات نفسها .

ويتضح من هذا أن التلاميذ المتأخرين دراسيا بحاجة لأساليب إرشادية تساعدهم على خفض الشعور بالعجز المتعلم والقدرة على المواجهة والتحكم في الأحداث كي يكونوا أفراد منتجين في المجتمع ويمكن الاستفادة من قدراتهم .

ومن هنا كان إحساس الباحثة بالمشكلة والتي تبلورت في الشعور بالعجز المتعلم لدى التلاميذ المتأخرين دراسيا ، وما يترتب عليه من آثار على المتأخر دراسيا وعلى المحيطين به ، مما يتطلب ضرورة خفض الشعور بالعجز المتعلم لديهم .  
تصيح الباحثة مشكلة البحث في التساؤل الرئيسي التالي:

ما فعالية برنامج إرشادي عقلائي انفعالي سلوكي في خفض الشعور بالعجز المتعلم واثره على تقدير الذات الأكاديمي لدى التلاميذ المتأخرين دراسيا؟  
وتنتفرع منه التساؤلات التالية:-

- ١- هل توجد فروق بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الشعور بالعجز المتعلم في القياس البعدي؟
- ٢- هل توجد فروق بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية على مقياس الشعور بالعجز المتعلم في القياسين القبلي والبعدي ؟
- ٣- هل توجد فروق بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية على مقياس الشعور بالعجز المتعلم في القياسين البعدي والتتبعي؟
- ٤- هل توجد فروق بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس تقدير الذات الأكاديمي في القياس البعدي؟
- ٥- هل توجد فروق بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية على مقياس تقدير الذات الأكاديمي في القياسين القبلي والبعدي؟

٦- هل توجد فروق بين متوسطى رتب درجات المجموعة التجريبية على مقياس تقدير الذات الأكاديمي فى القياسين البعدى والتتبعي؟

٧- هل يوجد تأثير دال أحصائيا للبرنامج الإرشادى المستخدم فى خفض الشعور بالعجز المتعلم للمتأخرين دراسيا من أفراد المجموعة التجريبية؟

#### اهداف البحث:

١- التعرف على فعالية البرنامج الإرشادى العقلانى الإنفعالى السلوكى فى خفض الشعور بالعجز المتعلم لدى التلاميذ المتأخرين دراسيا من تلاميذ المرحلة الإعدادية.

٢- التعرف على أثر خفض الشعور بالعجز المتعلم على تقدير الذات الأكاديمي لدى التلاميذ المتأخرين دراسيا.

٣- التعرف على مدى استمرارية فعالية البرنامج الإرشادى العقلانى الإنفعالى السلوكى فى خفض الشعور بالعجز المتعلم لدى المتأخرين دراسيا من تلاميذ المرحلة الإعدادية خلال فترة المتابعة.

٤- التعرف على تأثير البرنامج الإرشادى العقلانى الإنفعالى السلوكى فى خفض الشعور بالعجز المتعلم لدى المتأخرين دراسيا من تلاميذ المرحلة الإعدادية .

#### اهمية البحث:

تكمن أهمية البحث الحالية فى :

#### ١- الأهمية النظرية :-

- حداثة الدراسة نتيجة ندرة الأبحاث فى حدود علم الباحثة- التى تناولت دراسة فعالية برنامج عقلانى انفعالى سلوكى مع فئة المتأخرين دراسيا لخفض شعور العجز المتعلم.
- اسهام الدراسة فى لقاء الضوء على ظاهرة العجز المتعلم، حيث يعتبر العجز المتعلم ظاهرة بحاجة إلى الدراسة والمعالجة حيث أن الآثار الناجمة عنها كثيرة ومتعددة فتتمثل فى الأحباط واليأس، وعدم القدرة على مواجهة المواقف الضاغطة، وتدنى تقدير الذات وهذه الآثار ذات نتائج سلبية على الفرد والمجتمع.

#### ٢- الأهمية التطبيقية:

- المساهمة بشكل مباشر فى خفض الشعور بالعجز المتعلم لدى التلاميذ المتأخرين دراسيا.
  - وضع خطط وبرامج تساعد على تحقيق اهدافهم وطموحاتهم، وذلك من خلال الوصول إلى برنامج إرشادى فعال يعتمد على خفض الشعور بالعجز المتعلم لدى المتأخرين دراسيا.
  - مساعدة البرنامج فى تنمية تقدير الذات الأكاديمي للتلاميذ المتأخرين دراسيا.
  - إثراء المكتبة العربية ببرنامج الإرشاد العقلانى الإنفعالى السلوكى ومقياس الشعور بالعجز المتعلم، ومقياس تقدير الذات الأكاديمي لدى المتأخرين دراسيا.
- المفاهيم الإجرائية للبحث:**

### ١- البرنامج العقلانى الإنفعالى السلوكى **Effectiveness of a Behavioral Emotional Cognitive Program**

تعرف الباحثة الإرشاد العقلانى الإنفعالى السلوكى إجرائيا بأنه طريقة من طرق الإرشاد النفسى المباشر يقوم على الدمج بين الأساليب والفنيات والمهارات الإرشادية السلوكية والمعرفية التى تتناسب مع طبيعة وخصائص وحاجات التلاميذ المتأخرين دراسيا بهدف مساعدتهم على تعديل أفكارهم اللاعقلانية التى تسيطر على حياتهم وتغييرها من خلال التأثير فى عمليات التفكير و التى تعمل على مساعدة التلاميذ المتأخرين دراسيا عينة الدراسة على خفض الشعور بالعجز المتعلم والعمل على تنمية تقدير الذات الأكاديمي لديهم.

### ٢- العجز المتعلم **Learned Helplessness**

تعرف الباحثة العجز المتعلم إجرائيا بأنه "حالة نفسية سلبية ناتجة من التعرض للأحداث المؤلمة والخبرات السيئة التى يصعب التحكم فيها يصل فيها الفرد الى الشعور باليأس وانخفاض الدافعية وافتقاد القدرة على التحكم فى الاحداث المحيطة به مما تسمح به قدراته وامكانياته وهذا يؤدي بدوره الى اضطرابات انفعالية ودافعية "ويقاس إجرائيا بالدرجة التى يحصل عليها المفحوص على مقياس الشعور بالعجز المتعلم من خلال الأبعاد الآتية:

### - توقع الفشل **Failure Anticipation**

تعرف الباحثة إجرائيا: بأنه هو شعور التلميذ بعدم قدرته على مواجهة المواقف والأحداث المحيطة مما يجعله يشعر بالفشل والقصور فى اداء المهام الدراسية ويدرك أن فشله وعدم القدرة على المواجهة فى الماضى والحاضر سوف يستمران معه فى المستقبل ومن ثم ينتابه الشعور بالتشاؤم نتيجة تدنى التحصيل الدراسى.

---

---

#### - التحكم المدرك السلبي:

تعرف الباحثة إجرائيا بأنه: افتقار التلميذ القدرة على التحكم فى الأحداث المحيطة به ويتضح ذلك من خلال تجنب المواقف الأكاديمية وعدم قدرته فى التحكم فى أسباب الفشل الدراسى وأنجاز المهام الدراسية المكلف بها فى الوقت المحدد.

#### - الدافعية المنخفضة Low Motivation :

تعرفه الباحثة إجرائيا بأنه: شعور التلميذ بالفشل فى التخطيط لحياته او اى مهمة مكلف بها كما انه يفتقد المؤهلات المناسبة للنجاح وقدراته ضعيفة ولايستطيع مواجهة العقبات مما يؤدى الى فقد الثقة بقدراته.

#### - الشعور بالدونية Feeling of Inferiority :

تعرف الباحثة إجرائيا بأنه: شعور التلميذ بعدم التقبل نحو الذات والآخرين ويتضح من خلال عدم رضائه عن ادائه الدراسى وعدم قدرته على اكمال دراسته والعجز عن تحقيق النجاح الدراسى.

#### ٣- تقدير الذات الأكاديمى Academic Self-esteem:

تعرف الباحثة تقدير الذات الأكاديمى إجرائيا بأنه: تقييم الفرد لذاته بناءعلى أدراك الطالب لمكانته الأكاديمية وقدرته على أنجاز المهام الأكاديمية والمقارنة مع الآخرين من أقرانه من تلاميذ صفه.

#### ٤- المتأخرين دراسيا Underachievers:

تعرف الباحثة التلميذ المتأخر دراسيا بأنه: التلميذ الذي يعجز عن مسايرة أقرانه من زملائه العاديين فى مثل عمره وانخفاض المستوى التحصيلى إلى الدرجة التى لاتسمح له بمتابعة دراسته مما يؤدى إلى رسوبه وذلك لأسباب متعددة بعضها يرجع إلى أسباب إنفعالية أو إجتماعية أو عقلية أو نفسية، وقد يكون متأخرا دراسيا عاما فى كل المواد أو خاصا فى مواد معينة وتتحصر نسبة ذكائهم بين ٧٠ إلى ٨٥ على اختبار رافن للذكاء وتتراوح أعمارهم الزمنية من (١٢-١٤) عاما والذين حصلوا على أعلى درجات على مقياس الشعور بالعجز المتعلم.



## إطار النظرى

### أولاً: العجز المتعلم

#### مفهوم العجز المتعلم

ويرى (Sutherland & Singh, 2004, 172) أن العجز المتعلم يعنى الاعتقاد الجازم لدى الفرد بأن سلوكه منعدم التأثير على الأحداث، وأفعاله غير ذات جدوى مما يؤدي به إلى حالة من انخفاض الدافعية، وتقدير متدنٍ لأهمية تعلم أستجابات جديدة بأعتبارها خبرات لن تأتي بأى نتائج إيجابية وما يصاحب ذلك من أضطرابات انعالية، غالباً ماتكون مصحوبة بحالة من القلق أو المشاعر الأكتئابية.

#### أبعاد العجز المتعلم:

##### ١- توقع الفشل:

يقصد به توقع التلميذ الفشل فى المهام التى يقوم بها، فالتلميذ الذى يشعر بالعجز المتعلم يكون أكثر توقعا للفشل وإذا نجح لا يستطيع تصديق أن نجاحه يؤدي إلى نجاح آخر، لأنه يدرك أن نجاحه غير حقيقى ولا يعتمد على جهد مبذول (Dweck, 1968, 1044).

##### ٢- انخفاض القدرة على التحكم بالأحداث:

بمعنى ان الشخص بعد سلسلة من الخبرات التى يرى فيها أن استجابته لا تغير شيئاً من النتيجة، هنا يتعلم أن السلوك والنتيجة مستقلان، وهذا يعنى ان الشخص لا يستطيع التحكم فى أسباب النتائج (الفرحاتى السيد محمود ، ٢٠٠٥ ، ٢٥).

##### ٣- انخفاض الدافعية :

بحيث يعتقد الفرد فى ثبات قدرته ،ومن ثم يتكون لديه توقعا بأن جهوده عديمة الجدوى فى أحرار النجاح وينتابه تحريفات معرفيه أن مستقبله مبهم وأن قدرته لا تساعد على التغلب على العقبات (الفرحاتى السيد محمود، ٢٠٠٩ ، ٩٠).

##### ٤- الشعور بالدونية ونقص تقدير الذات:

هى حالة نفسية سلبية يصل فيها الفرد إلى القناعة بأنه لا يملك الكفاية الذاتية المناسبة لتحقيق أهدافه أو المهام المطلوبة منه بسبب الخبرات الماضية التى يتكرر فيها الفشل، فينمو لديه تقدير ذات منخفض، ولا يتوقع تحسناً فى أدائه فى المستقبل (الفرحاتى السيد محمود، ٢٠٠٥ ، ٢٦).

---

---

### أسباب العجز المتعلم:

يشير (Abramson, Seligman, Tesdale, 1978, 46, 50) إلى أن هناك عدد من التفسيرات أو الأسباب لحدوث ظاهرة العجز المتعلم:

#### - التفسير البيولوجي:

والذى يرى أن العجز المتعلم ربما ينتج بسبب حالة فسيولوجية فى الجهاز العصبى المركزى تتشأمن صدمة لايمكن تفاديها.

#### - التفسير الأجماعى:

ويركز على إرتباط العجز المتعلم بالعديد من المشكلات الأجماعية.

#### - التفسير النفسى:

ويرتبط بتفسيرات علم النفس كنظرية التعلم الشرطى التى ترى حدوث العجز المتعلم نتيجة لإنطفاء الأستجابة وعدم تعزيزها وهذا الإنطفاء أولى خطوات العجز المتعلم.

#### خصائص الأفراد ذوى العجز المتعلم:

وتلخص الباحثة هذه الخصائص فى النقاط التالية:

- يظن الفرد العاجز أن النتائج رهن الحظ والصدفة ولا يشعر بالزهو إذا حقق هدفا معينا وذلك لأنه لم يبذل أى جهد من أجل تحقيقه، فإنه يعتقد بأهمية الحظ دون مهارة .
- يتوجه الفرد لهدف الدرجة والأداء أكثر من التوجه لهدف التمكن والتعلم.
- يعتقد الفرد بأن الناس والمواقف وليست القرارات والأفعال هى التى تتحكم فى حياة الفرد.
- إحساس الفرد بأن حياته خارج السيطرة .
- ينظر الفرد العاجز نظرة سلبية للحياة.
- أكثر أقلاعا وأقل أصرارا فى وجه الفشل.
- يتوقع الفرد أن النتائج رهن للحظ أو الصدفة.
- أقل استخداما للأستراتيجيات الفعالة وأكثر استخداما للأستراتيجيات غير الفعالة.
- يفقد الفرد العاجز طموحه ودائما ما يستخدم عبارات (أنا لأستطيع - أنا فاشل).

## ثانياً: تقدير الذات الأكاديمي

### مفهوم تقدير الذات الأكاديمي:

ويعرف طارق عبد الرؤوف (٢٠١٨، ٩٣) تقدير الذات في السلوك الأكاديمي بأنه مجموع المعتقدات والاتجاهات الموجبة والسالبة التي يرى الفرد من خلالها صورة ذاته والتقييم والحكم الذي يصدره تجاهها، وذلك في مواقف التعلم المدرسي من خلال خمسة عوامل هي " مبادأة التلميذ- اليقظة الاجتماعية - النجاح مالفشل - التجاذب الاجتماعي - الثقة بالنفس " كما يقياس بمقياس تقدير الذات في السلوك الأكاديمي.

### أبعاد تقدير الذات الأكاديمي:

وتشير سها احمد رفعت عبدالله (٢٠١٠، ٨٢) أن أهم أبعاد تقدير الذات الأكاديمي "تقدير الذات الذاتية أو صورة الجسم " ويقصد بها المظهر الجسمي بما فيه من خصائص جسمية وينظر الأطفال إلى أجسامهم على انها جذابة وذات كفاءة بما يحقق لهم النظر إلى ذاتهم الجسمية نظرة ايجابية، و"تقدير الذات الاجتماعية" وهي تقييم الطفل لذاته داخل الجماعة سواء كانت الأسرة أو المدرسة أو المجتمع ككل، ومدى اقتناع الطفل بنفسه أو حبه للآخرين، ومدى مايشعر به من سعادة وسط أفراد أسرته بالمنزل أو وسط زملائه بالمدرسة، ومدى قدرته على تكوين صداقات وإحساسه بتقبل الآخرين له وكذلك "تقدير الذات النفسية" والتي تتكون من خلال إدراكه لمشاعره وأحاسيسه وأنفعالاته الخاصة، ومدى شعوره بالضعف أو القوة، ودرجة ثقته بنفسه واحترامه واعتزازه بنفسه وتقديمه لها.

## ثالثاً: التأخر الدراسي Educational retardation

يذكر إسماعيل إبراهيم بدر (٢٠١٢، ١) أن مشكلة التأخر الدراسي تعد من المشكلات التي حظيت بأهتمام وتفكير علماء التربية وعلماء النفس منذ فترة طويلة، وحتى وقتنا الحاضر مازالت من أهم المشكلات التي يقلق منها التربويون والأباء والطلاب أنفسهم، باعتبارها مصدراً لإعاقة حركة النمو الصحيح والتقدم للحياة المتجددة.

### تصنيف التأخر الدراسي

وفيما يلي عرض لتصنيفات التأخر الدراسي:

#### ١- تأخر دراسي عام:

وهو التأخر الذي يكون في جميع أو في معظم المواد الدراسية، وفي مثل هذه الحالات غالباً مايكون ذكاء التلميذ دون المتوسط (إيمان فؤاد كاشف، ١٩٩٤، ٣٨٧).

## ٢- تأخر دراسى خاص:

هو تأخر يشمل مادة أو مادتين قد تكون أساسيتين كالحساب والقراءة نظرا لنقص القدرة فيهما، كما قد تكونان غير أساسيتين لنقص الرغبة أو الدافعية لتعلمهما، لكن إذا ما وجد المتأخر سندا وعونا من الوالدين وممن حوله فسيغلب على تأخره، عمليا يمكننا الأخذ بهذا التقسيم، أما نظريا فهناك من الباحثين من يضيفون إلى جانب التأخر الدراسي العام والخاص، التأخر الدراسي الدائم التأخر الدراسي الموقفى (مصطفى عبد القادر منصورى، ٢٠١٥، ٢٥).

## ٣- تأخر دراسى مزمن أو دائم:

حيث انخفاض التحصيل الدراسي طوال سنوات الدراسة التى يمر بها التلميذ فى حياته وترتبط بنقص فى القدرة العقلية له.

## ٤- تأخر دراسى مؤقت:

حيث يرتبط التأخر الدراسي للتلميذ ببعض المواقف الصدمية التى يمر بها سواء مايتعلق بحالته النفسية والأنفعالية والصحية أو مايدور حوله من مشكلات اجتماعية أو اقتصادية او غيرها (زينب محمود شقير، ٢٠٠٥، ٤٤).

## - رابعا: الإرشاد العقلانى الأنفعالى السلوكى

### تعريف الإرشاد العقلانى الإنفعالى السلوكى:

ويعرفه الفرحاتى السيد محمود (٢٠٠٢، ١٢) احد أساليب الإرشاد المعرفى الحديث والذى يفترض أن انماط التفكير الخاطئة تسبب السلوك المضطرب، ويهدف الى تعديل الأعتقادات غير العقلانية وغير الواقعية والهزيمة للذات والتى توحى للذات بالعجز وعدم قدرتها على التأثير فى الأمور، وتعليم العميل أساليب تفكير أخرى اكثر عقلانية وأكثر ايجابية من خلال الحوار الفلسفى والطرق الأنفعالية.

### أهداف الإرشاد العقلانى الإنفعالى السلوكى:

ويهدف الإرشاد العقلانى الإنفعالى السلوكى إلى تحقيق مايلي:

١- مساعدة المسترشد فى معرفة أفكاره غير العقلانية التى تسبب ردود فعل غير مناسبة لديه نحو العالم.

٢- حث المسترشد على الشك والأعتراض على افكاره غير العقلانية.

- ٣- محاربة الأفكار والمعتقدات غير العقلانية الخاطئة لدى المسترشد.
- ٤- التخلص من الأفكار والمعتقدات غير العقلانية بالإقناع العقلي المنطقي ،وأعادة تنظيم نظام المعتقدات لدى المسترشد.
- ٥- إزالة أو تقليل النتائج الأنفعالية غير العقلانية لدى المسترشد، وبصفة خاصة، وتقليل القلق (لوم الذات) وتقليل العدوان أو الغضب (لوم الآخرين والظروف).
- ٦- تحقيق المرونة والانفتاح الفكرى، وتقبل التغيير، وإعادة المسترشد على التفكير العلمى والتحكم فى انفعالاته وسلوكه عقلا (حامد عبد السلام زهران، ٢٠٠٤، ٣٧١).

#### استراتيجيات الإرشاد العقلانى الأنفعالى السلوكى:

تقوم استراتيجيات المعالج العقلانى الأنفعالى -السلوكى فى الهجوم على المنطقية لدى الشخص المضطرب على طريقتين أساسيتين هما:

١- أن ينقلد المعالج دور الداعية الصريح الذى يناقض وينكر الاعتقادات الخاطئة والخرافات المتأصلة فى نفس العميل.

٢- أن يتقلد المعالج دور المشجع المقنع الذى يصر أحيانا على أن يقوم العميل ببعض الأنشطة ويمارس بعض الأعمال التى يخاف من ممارستها بسبب الخوف المبني على المعتقدات والأفكار الخرافية ويعتبر القيام بهذه الأنشطة والممارسات هجوما مضادا على تلك المعتقدات الأفكار الخاطئة المعينة (فوزى محمد جبل، ٢٠٠٠، ٢٧٩).

#### دراسات السابقة:

إستهدفت دراسة عيسى محمد المحتسب (٢٠٢١) التعرف على فاعلية برنامج إرشادى معرفى سلوكى لخفض مستوى العجز المتعلم لدى عينات من طالبات الصف العاشر ، وتكونت عينة الدراسة من (٣٠) طالبا من طالبات الصف العاشر الأساسى ، وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة (التجريبية والضابطة) فى القياس البعدى على مقياس العجز المتعلم بعد تطبيق البرنامج الإرشادى لصالح المجموعة التجريبية ، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب أفراد المجموعة التجريبية فى القياس القبلى والقياس البعدى على مقياس العجز المتعلم بعد تطبيق البرنامج الإرشادى لصالح القياس البعدى .

---

كما هدفت دراسة نهال عزمى سعيد (٢٠٢١) إلى التعرف على فعالية برنامج إرشادي لخفض الشعور بالعجز المتعلم لدى المعاقين بصريا من تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي، وتكونت عينة الدراسة الأساسية من (١٨) تلميذ وتلميذه بمدرسة النور للمكفوفين التابعة لإدارة غرب المنصورة التعليمية بمحافظة الدقهلية وتراوحت أعمارهم من (١٢ - ١٤) عام وتم تقسيمهم إلى مجموعتين تجريبية وتألقت من ١٠ تلاميذ وضابطة وتألقت من ٨ تلاميذ، وقد توصلت الدراسة إلى وجود فروق دالة احصائياً بين متوسطي رتب درجات تلاميذ المجموعتين التجريبية والضابطة في التطبيق البعدي لمقياس الشعور بالعجز المتعلم في اتجاه المجموعة الضابطة، وتوجد فروق دالة احصائياً بين متوسطي رتب درجات تلاميذ المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس الشعور بالعجز المتعلم في اتجاه التطبيق القبلي، ولا توجد فروق دالة احصائياً بين متوسطي رتب درجات تلاميذ المجموعة التجريبية في التطبيقين البعدي والتتبعي لمقياس الشعور بالعجز المتعلم، ويوجد تأثير دال احصائياً للبرنامج الإرشادي المستخدم في خفض الشعور بالعجز المتعلم للمعاقين بصرياً من تلاميذ المجموعة التجريبية.

هدفت دراسة محمد محمود خليل وداليا خيرى عبدالوهاب (٢٠١٣) إلى معرفة أثر برنامج تدريبي لإستثارة الدافعية الأكاديمية الداخلية في تقدير الذات الأكاديمي والتحصيل الدراسي لدى عينة من طلاب المرحلة المتوسطة ذوى العجز المتعلم بمدينة الطائف، ومعرفة مدى اثر هذا البرنامج التدريبي لإستثارة الدافعية الأكاديمية بعد مرور شهر من الأنتهاء من التدريب في كل من تقدير الذات الأكاديمي والتحصيل الدراسي لدى الطلاب ذوى العجز المتعلم بالمرحلة المتوسطة بمدينة الطائف، وقد أسفرت نتائج الدراسة عن وجود فروق دالة احصائياً بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على أداء مقياس تقدير الذات الأكاديمي فى القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية ووجود فروق دالة احصائياً بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على أداء التحصيل الدراسي فى القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية، وعدم وجود فروق دالة احصائياً بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية على درجات مقياس تقدير الذات الأكاديمي فى القياسين البعدي والتتبعي،

كما أجريت دراسة شيماء السباعي (٢٠١٦) دراسة تهدف إلى محاولة إيجاد العلاقة بين العجز المتعلم وتقدير الذات وتحمل الغموض والطموح لدى عينة من المكفوفين بالمرحلة الثانوية وأشارت النتائج إلى وجود ارتباط سالب بين العجز المتعلم وتقدير الذات ووجود علاقة طردية

---

---

بين العجز المتعلم والطموح لدى المراهقين المكفوفين وتوصل البحث إلى أن المكفوفين يتسمون بمستوى عالي من عدم تحمل الغموض، ومستوى منخفض لتقدير الذات والطموح.

#### **فروض الدراسة:**

- ١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى رتب درجات تلاميذ المجموعتين التجريبية والضابطة فى القياس البعدى على مقياس الشعور بالعجز المتعلم لدى التلاميذ المتأخرين دراسيا لصالح المجموعة التجريبية.
- ٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى رتب درجات تلاميذ المجموعة التجريبية فى القياسين القبلى والبعدى على مقياس الشعور بالعجز المتعلم لدى التلاميذ المتأخرين دراسيا لصالح القياس البعدى.
- ٣- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى رتب درجات تلاميذ المجموعة التجريبية فى القياسين البعدى والتتبعى على مقياس الشعور بالعجز المتعلم لدى التلاميذ المتأخرين دراسيا.
- ٤- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى رتب درجات تلاميذ المجموعتين التجريبية والضابطة فى القياس البعدى على مقياس تقدير الذات الأكاديمى لدى التلاميذ المتأخرين دراسيا لصالح المجموعة التجريبية.
- ٥- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى رتب درجات تلاميذ المجموعة التجريبية فى القياسين القبلى والبعدى على مقياس تقدير الذات الأكاديمى لدى التلاميذ المتأخرين دراسيا لصالح القياس البعدى.
- ٦- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى رتب درجات تلاميذ المجموعة التجريبية فى القياسين البعدى والتتبعى للمجموعة التجريبية على مقياس تقدير الذات الأكاديمى لدى التلاميذ المتأخرين دراسيا.
- ٧- يوجد تأثير دال إحصائيا للبرنامج الإرشادى المستخدم فى خفض الشعور بالعجز المتعلم لدى المتأخرين دراسيا من أفراد المجموعة التجريبية

#### **إجراءات البحث:**

#### **أولاً: منهج البحث:**

أعتمدت الدراسة الحالية على المنهج شبه التجريبي، بإعتبارها تجربة هدفها التحقق من فعالية البرنامج العقلانى الإنفعالى السلوكى المعد لخفض الشعور بالعجز المتعلم والتعرف على

أثره على تقدير الذات الأكاديمي، واتبعت التصميم التجريبي (القبلي، البعدي، التتبعي) لمجموعتين (تجريبية، ضابطة).

#### ثانياً: عينة البحث

تكونت عينة الدراسة النهائية من (٢٠) تلميذاً في الصف الأول والثاني والثالث بالمرحلة الأعدادية، وذلك من مدرسة الفردوس الأعدادية للبنين التابعة لإدارة غرب المنصورة التعليمية بمحافظة الدقهلية، وتراوحت أعمارهم من (١٢ - ١٤) عاماً بمتوسط عمري قدره (١١,٨٠) وبانحراف معياري قدره (٠,٨٣٤) وتم اختيارهم بطريقة قصدية، وتم تقسيمهم بطريقة عشوائية

#### ثالثاً: أدوات البحث:

- ١- استمارة البيانات الأولية للتلميذ (إعداد الباحثة).
- ٢- مقياس الشعور بالعجز المتعلم (إعداد الباحثة).
- ٣- مقياس تقدير الذات الأكاديمي (إعداد الباحثة).
- ٤- برنامج إرشادي عقلاني إنفعالي سلوكي (إعداد الباحثة).
- ٥- المصفوفات المتتابعة لجون رافن (عماد أحمد حسن على، ٢٠١٦).

#### مقياس الشعور بالعجز المتعلم (إعداد الباحثة) (ملحق ٥)

#### الهدف من المقياس:

قامت الباحثة بإعداد هذا المقياس بهدف قياس مستوى الشعور بالعجز المتعلم لدى التلاميذ المتأخرين دراسياً من تلاميذ المرحلة الأعدادية، على الرغم من وجود مقاييس أعدت إما للكبار أو المراهقين أو التلاميذ، لكنها لا تتناسب مع طبيعة الدراسة الحالية لذلك قامت الباحثة بإعداد هذا المقياس لكي يتناسب مع خصائص عينة الدراسة وطبيعة المرحلة العمرية.

أ- الخصائص السيكومترية لمقياس الشعور بالعجز المتعلم لدى المتأخرين دراسياً من تلاميذ المرحلة الأعدادية:

#### أولاً: مؤشر الإتساق الداخلي:

تم حساب الإتساق الداخلي للمقياس كما يلي:

ارتباط درجة كل عبارة بالدرجة الكلية للبعد:

قامت الباحثة بحساب صدق الاتساق الداخلي باستخدام معامل ارتباط بيرسون لقياس العلاقة بين ارتباط درجة كل عبارة بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، وجاءت النتائج كما هي

مبينة بجدول (١) :



جدول (١)

الاتساق الداخلي لمقياس الشعور بالعجز المتعلم باستخدام معامل ارتباط بيرسون لقياس قيم معاملات ارتباط كل عبارة بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه

الشعور بالدونية		الدافعية المنخفضة		التحكم المدرك السلبي		توقع الفشل	
معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط	العبارة
**٠,٥٥٢	١	**٠,٥١٠	١	**٠,٦٦٩	١	**٠,٨٣٣	١
**٠,٥٠٣	٢	**٠,٥١٠	٢	**٠,٥٨٧	٢	**٠,٦٠٣	٢
**٠,٥٠٣	٣	**٠,٦٥٧	٣	**٠,٥٢٣	٣	**٠,٨٢٣	٣
**٠,٦٣١	٤	**٠,٧٩٣	٤	*٠,٥٠٠	٤	**٠,٨١٢	٤
**٠,٦٩٠	٥	**٠,٥٣٤	٥	**٠,٦١٦	٥	**٠,٦٦٨	٥
*٠,٥٨٤	٦	**٠,٦٣٠	٦	**٠,٥٠٢	٦	**٠,٧٤٩	٦
**٠,٧٥٧	٧	**٠,٧٠٨	٧	**٠,٧٢٠	٧	**٠,٦١٨	٧
٠,٣٤٤	٨	٠,٢٠٤	٨	**٠,٥١٨	٨	٠,٢٣٠	٨
*٠,٥١٠	٩	*٠,٥٨١	٩	**٠,٦٤٨	٩	**٠,٨٣٩	٩
**٠,٦٩٢	١٠	٠,١٦٥	١٠	*٠,٥٧٢	١٠	*٠,٥٠٣	١٠

\* دال عند (٠,٠٥)

\*\* دال عند (٠,٠١)

يتضح من جدول (١) أن بعض قيم معاملات الارتباط موجبة ودالة عند مستوى دلالة (٠,٠٥، ٠,٠١)، حيث تراوحت قيم معاملات ارتباط درجة العبارات بالدرجة الكلية للأبعاد التي تنتمي إليها بين (٠,٥٠٠) و(٠,٨٣٩) مما يدل على وجود علاقة قوية بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، باستثناء عبارات (٨) في البعد الأول، (٨، ١٠) في البعد الثالث و(٨) في البعد الرابع فكانت قيم معاملات ارتباطها مع الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه غير دالة حيث قلت نسبة الارتباط فيها عن ٠,٠٥ لذا قامت الباحثة بحذفها من المقياس في التطبيق النهائي ومن ثم تصبح عدد عبارات المحور الأول (٩) عبارات، والمحور الثالث (٨) عبارات، والمحور الرابع (٩) عبارات.

ارتباط درجة البعد بالدرجة الكلية للمقياس

تم حساب معاملات ارتباط درجة كل بعد بالدرجة الكلية للمقياس، حيث جاءت قيم معاملات الارتباط وجاءت النتائج كما هي مبينة بجدول (٢).

## جدول (٢)

قيم معاملات ارتباط درجة كل بعد بالدرجة الكلية للمقياس

البعد	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
توقع الفشل	٠,٨٧١	٠,٠١
التحكم المدرك السلبي	٠,٩٤١	٠,٠١
الدافعية المنخفضة	٠,٥٨٢	٠,٠١
الشعور بالدونية	٠,٩٣٢	٠,٠١

يتضح من جدول (٢) أن بعض قيم معاملات الارتباط موجبة ودالة عند مستوى دلالة (٠,٠١)، كما تراوحت قيم معاملات ارتباط درجة كل بعد بالدرجة الكلية للمقياس بين (٠,٥٨٢) و(٠,٩٤١) مما يدل على علاقة قوية بين درجة كل بعد بالدرجة الكلية للمقياس.

### ١- الصدق الظاهري:

قامت الباحثة بعرض المقياس يحتوى (٤٠) عبارة على مجموعة من المحكمين المتخصصين بمجال الصحة النفسية وعلم النفس التربوي بجامعة المنصورة والزقازيق وبلغ عددهم (١٠) محكمين (ملحق، ١)، حيث قدم لهم المقياس مسبقا بتعليمات توضح لهم ماهية واستخدام المقياس وطبيعة العينة، بهدف الحكم على عبارات المقياس من حيث (وضوح تعليمات المقياس، مدى مناسبة العبارات لهدف المقياس، مدى ملائمة العبارات لغويا، ملائمة العبارات لعينة الدراسة، أية ملاحظات أو عبارات أخرى).

وقامت الباحثة بتفريغ ملاحظات ومقترحات السادة المحكمين حول العبارات المختلفة. وتوضح إن نسبة الإتفاق على صلاحية عبارات المقياس تراوحت ما بين (٨٠%-١٠٠%) وقد أقتصرت الباحثة على العبارات التي بلغت نسبة الإتفاق عليها (٨٠% فأكثر)، ومن ثم أسفرت الصدق الظاهري من خلال المحكمين عن عدم حذف أى عبارة من عبارات المقياس.

### ٢- الصدق التلازمي (صدق المحك):

تم إيجاد الصدق التلازمي لمقياس الشعور بالعجز المتعلم (إعداد الباحثة) بحساب معامل الارتباط بين درجات (٣٠) تلميذاً، ودرجاتهم على مقياس سلوكيات العجز المتعلم (إعداد/ الفرحتى السيد محمود، ٢٠١٨)، وبلغت قيمة معامل الارتباط بينهما (٠,٨١٣) وهي قيمة دالة عند مستوى (٠,٠١) مما يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الصدق، ويدل على وجود

علاقة جيدة بين مقياس الشعور بالعجز المتعلم للتلاميذ المتأخرين دراسياً (إعداد/ الباحثة) ومقياس سلوكيات العجز المتعلم (المحك)، وهذا يدل على قدرة درجات التلاميذ على مقياس الشعور بالعجز المتعلم (إعداد/ الباحثة) في التنبؤ بالأداء الحالي على محك اخر تستخدم فيه السمة موضع الاهتمام.

ثالثاً: ثبات المقياس:

تم حساب ثبات المقياس بالطرق الآتية:

ثبات ألفا - كرونباخ Alpha - Chornbach :

تم حساب معامل ثبات "ألفا" وإعادة التطبيق لإبعاد مقياس الشعور بالعجز المتعلم وكانت النتائج كما هي مبينة بجدول (٣) التالي:

### جدول (٣)

معاملات ثبات (ألفا - كرونباخ)، إعادة التطبيق لإبعاد مقياس الشعور بالعجز المتعلم ودرجته الكلية

أبعاد المقياس	معامل ثبات ألفا - كرونباخ	معاملات ثبات إعداد التطبيق	مستوى الدلالة
توقع الفشل	٠,٨٨٠	٠,٦٢٣	٠,٠١
التحكم المدرك السلبي	٠,٧٥٠	٠,٦٠٧	٠,٠١
الدافعية المنخفضة	٠,٧٨٤	٠,٥٥٨	٠,٠١
الشعور بالدونية	٠,٧٥٩	٠,٥٦٦	٠,٠١
الدرجة الكلية	٠,٨٦٠	٠,٦٧٤	٠,٠١

يتضح من جدول (٣) أن قيم معاملات الثبات للأبعاد هي (٠,٨٨٠) و (٠,٧٥٠) و (٠,٧٨٤) و (٠,٧٥٩) كما بلغت قيمة ثبات المقياس ككل (٠,٨٦٠) وهي قيم ثبات عالية ومقبولة أحصائياً.

تم التحقق من ثبات المقياس عن طريق إعادة تطبيقه على عينة تكونت من (٣٠) تلميذ من التلاميذ المتأخرين دراسياً، وكان الفاصل الزمني بين التطبيقين (١٥) يوماً، ويبين بجدول (٣) معاملات الثبات التي تم الحصول عليها .

ويتضح ان قيم معاملات الارتباط هي (٠,٦٢٣) و (٠,٦٠٧) و (٠,٥٥٨) و (٠,٥٦٦) كما بلغت قيمة ثبات المقياس ككل (٠,٦٧٤) وجميعها دالة عند مستوى (٠,٠١) مما يدل على وجود علاقة قوية بين التطبيقين ومن ثم ثبات مقياس الشعور بالعجز المتعلم للمتأخرين دراسياً.

### ج- طريقة تصحيح المقياس:

يتم تصحيح المقياس وفقاً لطريقة ليكرت الثلاثية حيث تتم الإجابة على كل عبارة باختيار بديل من ثلاث بدائل (غالبا، أحيانا، نادرا)، وتعطي الإجابة (غالبا) ثلاث درجات، والإجابة (أحيانا) درجتان، والإجابة (نادرا) درجة واحدة إذا كانت العبارة موجبة والعكس إذا كانت العبارة سالبة، وعلى ذلك تكون أعلى درجة للمقياس ككل (١٠٨) درجة، وأقل درجة للمقياس (٣٦) ويوضح ذلك جدول (٤):

#### جدول (٤)

##### مفتاح تصحيح مقياس الشعور بالعجز المتعلم

نوع الاستجابة			أرقامها	نوع العبارة	أبعاد المقياس
نادرا	أحيانا	غالبا			
١	٢	٣	٩، ٨، ٧، ٦، ٥، ٤، ٣، ٢، ١	عبارات موجبة (٩)	توقع الفشل
٣	٢	١		عبارات سالبة (٠)	
١	٢	٣	١٩، ١٦، ١٥، ١٤، ١٠	عبارات موجبة (٥)	التحكم المدرك السلبي
٣	٢	١	١٨، ١٧، ١٣، ١٢، ١١	عبارات سالبة (٥)	
١	٢	٣	٢٦، ٢٥، ٢٤، ٢٣، ٢٢، ٢١، ٢٠	عبارات موجبة (٧)	الدافعية المنخفضة
٣	٢	١	٢٧	عبارات سالبة (١)	
١	٢	٣	٣٦، ٣٣، ٣٥، ٣٢، ٣٠، ٢٨	عبارات موجبة (٦)	الشعور بالدونية
٣	٢	١	٣٤، ٣١، ٢٩	عبارات سالبة (٣)	

يتبين مما سبق أن مقياس ( الشعور بالعجز المتعلم للمتأخرين دراسيا) ككل يتمتع بدرجة مناسبة من الصدق والثبات والإتساق الداخلي تسمح للباحثة بأستخدامه في الدراسة الحالية .

#### -مقياس تقدير الذات الأكاديمي (إعداد الباحثة) ملحق (٦)

##### الهدف من المقياس

قامت الباحثة بإعداد هذا المقياس بهدف قياس تقدير الذات الأكاديمي لدى التلاميذ المتأخرين دراسياً حيث أنه - في حدود علم الباحثة - لا توجد أداة لقياس تقدير الذات الأكاديمي لدى التلاميذ المتأخرين دراسياً في بيئتنا العربية، وهذا من شأنه أن يشكل إسهاماً يمكن أن يثرى المكتبة السيكومترية العربية بمقياس جديد متخصص يمكن استخدامه في الدراسات والبحوث.

أ- الخصائص السيكومترية لمقياس تقدير الذات الأكاديمي لدى التلاميذ المتأخرين دراسياً من تلاميذ المرحلة الإعدادية:  
أولاً: مؤشر الاتساق الداخلي:

تم حساب مؤشر الاتساق الداخلي للمقياس وذلك من خلال:

- ارتباط درجة كل عبارة بالدرجة الكلية للمقياس

قامت الباحثة بحساب الاتساق الداخلي باستخدام معامل ارتباط بيرسون لقياس العلاقة بين ارتباط درجة كل عبارة بالدرجة الكلية للمقياس. وجاءت النتائج كما هي مبينة بجدول (٥):

#### جدول (٥)

الاتساق الداخلي لمقياس تقدير الذات الأكاديمي باستخدام معامل ارتباط بيرسون لقياس قيم معاملات ارتباط كل عبارة بالدرجة الكلية للمقياس

مقياس تقدير الذات الأكاديمي			
معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط	العبارة
**٠,٥٤٣	١٤	**٠,٧١٠	١
**٠,٦٣٣	١٥	**٠,٧٥٣	٢
*٠,٥٤٣	١٦	*٠,٥٠٠	٣
**٠,٦٥٦	١٧	*٠,٥٢٨	٤
*٠,٥٢٣	١٨	**٠,٥٩٢	٥
**٠,٥٩٦	١٩	**٠,٧٦٩	٦
٠,٣٥٨	٢٠	**٠,٧٥٠	٧
*٠,٥٨٧	٢١	**٠,٥٣٠	٨
*٠,٥١٠	٢٢	**٠,٦٠٢	٩
**٠,٥٦٥	٢٣	**٠,٥٣٢	١٠
**٠,٥١١	٢٤	٠,٣٠٢	١١
*٠,٥٧٦	٢٥	**٠,٥٧٣	١٢
**٠,٥١٠	٢٦	٠,٢١٠	١٣

\*\* دال عند (٠,٠١) \* دال عند (٠,٠٥)

يتضح من نتائج جدول (٥) أن بعض قيم معاملات الارتباط موجبة ودالة عند مستوى دلالة (٠,٠١، ٠,٠٥)، حيث تراوحت قيم معاملات ارتباط درجة العبارات بالدرجة الكلية للمقياس بين (٠,٥٠٠) و(٠,٧٦٩) مما يدل على وجود علاقة قوية بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس، باستثناء العبارات رقم (١١، ١٣، ٢٠) فكانت قيمة معاملات ارتباطها مع الدرجة الكلية للمقياس غير دالة لذا قامت الباحثة بحذفها ومن ثم تصبح عدد العبارات (٢٣) عبارة.

#### ثانياً: صدق المقياس:

للتحقق من صدق المقياس قامت الباحثة بإتباع الطرق الآتية:

##### ١- الصدق الظاهري:

قامت الباحثة بعرض المقياس يحتوى على (٢٧) عبارة على عدد من المحكمين المتخصصين فى الصحة النفسية وعلم النفس التربوى بجامعة المنصورة والزقازيق وبلغ عددهم (١٠) محكمين (ملحق، ٢)، حيث قدم لهم المقياس مسبقاً بتعليمات توضح لهم ماهية وإستخدام المقياس وطبيعة العينة، بهدف الحكم على عبارات المقياس من حيث (وضوح تعليمات المقياس، مدى مناسبة العبارات لهدف المقياس، مدى ملائمة العبارات لغويا، ملائمة العبارات لعينة الدراسة، أية ملاحظات أو عبارات أخرى) .

وقامت الباحثة بتفريغ ملاحظات ومقترحات السادة المحكمين حول العبارات المختلفة. وأتضح إن نسبة الإتفاق على صلاحية عبارات المقياس تراوحت ما بين (٨٠%-١٠٠%) ، وتم حذف العبارات التى قلت نسبة الأتفاق فيها عن (٨٠%) ومن ثم أسفر صدق المحكمين عن حذف عبارة واحدة رقم (٤) وتركت باقى العبارات التى قد تراوحت نسبة أتفاق المحكمين ما بين (٨٠%-١٠٠%) وسوف يتم الأبقاء على عبارات المقياس وعددها (٢٦) عبارة.

##### ٢- الصدق التلازمي (صدق المحك):

تم إيجاد الصدق التلازمي بحساب معامل الارتباط بين درجات (٣٠) تلميذاً على مقياس تقدير الذات الأكاديمي لدى المتأخرين دراسياً (إعداد الباحثة) ودرجاتهم على مقياس تقدير الذات الأكاديمي (إعداد/ هنا عبد الحلیم السكرى ، ٢٠١٩)، وبلغت قيمة معامل الارتباط بينهما (٠,٧٣٠) وهي قيمة دالة عند مستوى (٠,٠١) مما يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الصدق، ويدل على وجود علاقة جيدة بين مقياس تقدير الذات الأكاديمي للتلاميذ المتأخرين

دراسياً (إعداد/ الباحثة) ومقياس تقدير الذات الأكاديمي (المحك)، وهذا يدل على قدرة درجات التلاميذ على مقياس تقدير الذات الأكاديمي (إعداد/ الباحثة) في التنبؤ بالأداء الحالي على محك آخر تستخدم فيه السمة موضع الاهتمام.

### ثالثاً: ثبات المقياس Reliability

تم حساب ثبات المقياس بطريقة " ألفا كرونباخ - Alpha chornbach "

تم حساب معامل ثبات "ألفا" وبلغ معامل الثبات ( ٠,٩٠٠ )، ومعاملات ثبات إعادة التطبيق للمقياس وبلغ معامل الثبات ( ٠,٦٧٣ ) .

### ج- طريقة تصحيح المقياس:

تم تصحيح المقياس وفقاً لطريقة ليكرت الثلاثية، حيث تتم الإجابة على كل عبارة باختيار بديل من ثلاث بدائل (غالبا، أحيانا، نادرا)، وتعطي الإجابة (غالبا) ثلاث درجات، والإجابة (أحيانا) درجتان، والإجابة (نادرا) درجة واحدة إذا كانت العبارة موجبة والعكس إذا كانت العبارة سالبة، وقد اشتمل المقياس على عدد من العبارات السالبة وهي (٧، ٨، ١٤، ١٥، ١٦، ١٧، ١٨، ١٩، ٢١، ٢٢، ٢٣، ٢٤، ٢٥، ٢٦) وعدد من العبارات الموجبة وهي (٢، ٣، ٤، ٥، ٦، ٩، ١٠، ١٢) وعلى ذلك تكون أعلى درجة للمقياس ككل (٦٩) درجة، وأقل درجة للمقياس (٢٣) .

### البرنامج الإرشادي المستخدم في البحث الحالي:

يتضمن البرنامج العديد من المهام والأنشطة والفنيات التي أعدتها الباحثة بغرض خفض الشعور بالعجز المتعلم للتلاميذ المتأخرين دراسياً (أفراد المجموعة التجريبية) الذين لديهم مستوى مرتفع من الشعور بالعجز المتعلم وتدنى في تقدير الذات الأكاديمي.

تعرف الباحثة البرنامج الإرشادي العقلاني الإنفعالي السلوكي بأنه مجموعة من الإجراءات المنظمةة على أسس علمية وتربوية ويستند إلى نظرية الأرشاد العقلاني الأنفعالي السلوكي "ألبرت اليس" بهدف مساعدة عينة البحث في خفض الشعور بالعجز المتعلم ويستخدم فيه فنيات وأساليب فنية ومهنية بهدف مساعدتهم على حل مشكلاتهم ومواجهتها بأساليب توافقية مباشرة ومعرفة ميولهم وقدراتهم و تنمية تقدير الذكاء الأكاديمي لديهم مما يجعلهم أكثر توافقاً نفسياً واجتماعياً".

### ثالثاً: خطوات البرنامج:

#### إجراءات البرنامج ومحتواه

يتكون البرنامج من (٣٢) جلسة ، تطبق بواقع (٤) جلسات فى الأسبوع، حيث يشمل البرنامج ثلاث مراحل، وتتمثل فى:

- **المرحلة الأولى (المرحلة التمهيدية):** وتحتوى على خمسة جلسات، الجلسة الأولى (تعارف وتمهيد) والجلسة الثانية (التأخر الدراسى خصائصه وأسبابه) والجلسة الثالثة (العجز المتعلم وتقدير الذات الأكاديمى) والجلسة الرابعة والخامسة (الإرشاد العقلانى الأنفعالى السلوكى)
- **المرحلة الثانية (مرحلة الإرشاد):** وهى المرحلة الأساسية فى البرنامج، وتحتوى على عدد (٢٥) جلسة، تطبق بداية من الجلسة السادسة حتى الجلسة الثلاثون وفى كل جلسة تطبق الباحثة مهارة جديدة.
- **المرحلة الثالثة (المرحلة الختامية):** وتحتوى على جلستين: الجلسة الأولى (الختامية) وهى الجلسة (الواحد وثلاثون) وفيها تقوم الباحثة بإجراء حفلة فى نهاية جلسات البرنامج، وتودع التلاميذ وتشكرهم على التعاون معها أثناء البرنامج، وأجراء القياس البعدى لمعرفة مدى فعالية البرنامج، والجلسة الثانية (التتبعية) وتتم بعد الجلسة الختامية بشهر، وفيها تقوم الباحثة بتطبيق مقياس العجز المتعلم مرة أخرى للتأكد من مدى استمرار النجاح الذى تحقق من خلال البرنامج.

#### نتائج البحث وتفسيرها:

#### نتائج الفرض الأول:

ينص الفرض الأول على أنه " توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطى رتب درجات تلاميذ المجموعتين التجريبية و الضابطة فى القياس البعدى على مقياس الشعور بالعجز المتعلم لدى التلاميذ المتأخرين دراسيا لصالح المجموعة التجريبية".

للتحقق من هذا الفرض قامت الباحثة بحساب متوسطات الرتب ومجموع الرتب لدرجات أفراد المجموعتين (التجريبية والضابطة) على مقياس الشعور بالعجز المتعلم بعد تطبيق البرنامج العقلانى الإنفعالى السلوكى ، واستخدمت الباحثة اختبار مان ويتنى Mann – Whitney Test اللابارامترى لحساب دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة فى القياس البعدى على مقياس الشعور بالعجز المتعلم كمجموعتين مستقلتين، بالإضافة إلى حساب حجم التأثير Effect Size لأختبار مان ويتنى وجاءت النتائج كما يوضحها جدول (٦) على النحو الأتى:



جدول (٦)

قيمة z ودالاتها الإحصائية لإختبار (مان ويتنى Mann-Whitney Test) للفرق بين متوسطى رتب درجات تلاميذ المجموعتين التجريبية والضابطة فى التطبيق البعدى لمقياس الشعور بالعجز المتعلم

مستوى الدلالة	قيمة Z	قيمة W	قيمة U	مجموع الرتب	متوسط الرتب	العدد	المجموعة	أبعاد مقياس عجز المتعلم
٠,٠٠١	٢,٨٦٧	٦٨,٥٠٠	١٣,٥٠٠	٦٨,٥٠	٦,٨٥	١٠	التجريبية	توقع الفشل
				١٤١,٥٠	١٤,١٥	١٠	الضابطة	
٠,٠٠١	٢,٠٤٤	٧٨,٥٠٠	٢٣,٠٠٠	٧٨,٥٠	٧,٨٥	١٠	التجريبية	التحكم المدرك السلبى
				١٣١,٥٠	١٣,١٥	١٠	الضابطة	
٠,٠٠١	٣,٠٤٥	٦٥,٥٠٠	١٠,٥٠٠	٦٥,٥٠	٦,٥٥	١٠	التجريبية	الدافعية المنخفضة
				١٤٥,٥٠	١٤,٤٥	١٠	الضابطة	
٠,٠٠١	٢,٧٣٠	٦٩,٥٠٠	١٤,٥٠٠	٦٥,٥٠	٦,٩٥	١٠	التجريبية	الشعور بالدونية
				١٤٠,٥٠	١٤,٠٥	١٠	الضابطة	
٠,٠٠١	٣,٣١١	٦١,٥٠٠	٦,٥٠٠	٦١,٥٠	٦,١٥	١٠	التجريبية	الدرجة الكلية
				١٤٨,٥٠	١٤,٨٥	١٠	الضابطة	

يتضح من جدول (٦) أنه:

- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطى رتب درجات المجموعتين التجريبية و الضابطة فى أبعاد العجز المتعلم (توقع الفشل، التحكم المدرك السلبى ، الدافعية المنخفضة، الشعور بالدونية، الدرجة الكلية) فى التطبيق البعدى لصالح المجموعة التجريبية دالة احصائيا عند مستوى دلالة (٠,٠٠١).

نتائج الفرض الثانى:

ينص الفرض الثانى على أنه " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى رتب درجات تلاميذ المجموعة التجريبية فى القياسين القبلى والبعدى على مقياس الشعور بالعجز المتعلم لدى التلاميذ المتأخرين دراسيا لصالح القياس البعدى ".

للتحقق من هذا الفرض قامت الباحثة بإستخدام اختبار ويلكوسون اللابارامترى لإشارات الرتب Wilcoxon Signed (WS) Ranks Test لحساب دلالة الفروق بين متوسطى رتب درجات تلاميذ المجموعة التجريبية فى القياسين القبلى والبعدى على مقياس الشعور بالعجز

المتعلم (الأبعاد والدرجة الكلية) كمجموعتين مرتبطتين، بالإضافة إلى حساب حجم التأثير Effect Size باستخدام المعادلة التالية  $r = z/\sqrt{n}$  وجاءت النتائج كما يوضحها جدول (٧) على النحو الآتي:

#### جدول (٧)

قيم (Z) ودلالاتها الإحصائية لأختبار ويلكوسون لإشارات الرتب (Wilcoxon Signed Ranks Test) للفرق بين متوسطي رتب درجات تلاميذ المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي لأختبار مقياس الشعور بالعجز المتعلم ككل وأبعاده الفرعية

أبعاد مقياس العجز المتعلم	المجموعة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة	حجم التأثير
توقع الفشل	السالبة	١٠	٥,٥٠	٥٥,٠٠	٢,٨٢٩	٠,٠٠١	٠,٨٩
	الموجبة	٠	٠,٠٠	٠,٠٠			
	التساوي	٠					
التحكم المدرك السلبي	السالبة	١٠	٥,٥٠	٥٥,٠٠	٢,٨١٤	٠,٠٠١	٠,٨٩
	الموجبة	٠	٠,٠٠	٠,٠٠			
	التساوي	٠					
الدافعية المنخفضة	السالبة	١٠	٥,٥٠	٥٥,٠٠	٢,٨٢٩	٠,٠٠١	٠,٨٩
	الموجبة	٠	٠,٠٠	٠,٠٠			
	التساوي	٠					
الشعور بالدونية	السالبة	١٠	٥,٥٠	٥٥,٠٠	٢,٨١٢	٠,٠٠١	٠,٨٩
	الموجبة	٠	٠,٠٠	٠,٠٠			
	التساوي	٠					
الدرجة الكلية	السالبة	١٠	٥,٥٠	٥٥,٠٠	٣,٨٠٣	٠,٠٠١	٠,٨٩
	الموجبة	٠	٠,٠٠	٠,٠٠			
	التساوي	٠					

يتضح من جدول (٧) أنه:

لا توجد هناك أي حالات موجبة بعد الترتيب في مقابل (١٠) حالات سالبة في أبعاد العجز المتعلم (توقع الفشل، التحكم المدرك السلبي، الدافعية المنخفضة، الشعور بالدونية) وهذا بدوره يدل على وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات تلاميذ المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي في بعد توقع الفشل، وذلك لصالح القياس البعدي، كما يتضح أن حجم تأثير Effect Size البرنامج الإرشادي العقلاني الأنفعالي السلوكي في خفض الشعور بالعجز

المتعلم للتلاميذ المتأخرين دراسيا في كل بعد من أبعاد العجز المتعلم (توقع الفشل، التحكم المدرك السلبي، الدافعية المنخفضة، الشعور بالدونية) يبلغ (٠,٨٩) مما يشير إلى أن (٨٩ %) من التباين في الشعور بالعجز المتعلم يرجع إلى البرنامج الإرشادي الحالي، وأن النسبة المتبقية ترجع إلى عوامل أخرى.

#### نتائج الفرض الثالث:

ينص الفرض الثالث على أنه " لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي رتب درجات تلاميذ المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس الشعور بالعجز المتعلم لدى التلاميذ المتأخرين دراسيا " .

للتحقق من هذا الفرض قامت الباحثة بحساب المتوسطات وقيم (Z) لدرجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي والتتبعي على مقياس الشعور بالعجز المتعلم، واستخدمت اختبار ويلكوكسون اللابارامتري لإشارات الرتب (Wilcoxon Signed Ranks Test) (WS) لحساب دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس العجز المتعلم (الأبعاد والدرجة الكلية) كمجموعتين مرتبطتين، وجاءت النتائج كما يوضحها جدول (٨) الآتي:

جدول (٨) قيم (Z) ودلالاتها الأحصائية لأختبار ويلكوكسون لإشارات الرتب (Wilcoxon Signed Rank Test) للفرق بين متوسطي رتب درجات تلاميذ المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي لأختبار مقياس الشعور بالعجز المتعلم ككل وأبعاده الفرعية

أبعاد مقياس العجز المتعلم	الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة
توقع الفشل	السالبة	١	١,٠٠	١,٠٠	١,٠٠٠	غير دالة
	الموجبة	٠	٠,٠٠	٠,٠٠		
	التساوي	٩				
التحكم المدرك السلبي	السالبة	١	١,٠٠	١,٠٠	١,٠٠٠	غير دالة
	الموجبة	٠	٠,٠٠	٠,٠٠		
	التساوي	٩				
الدافعية المنخفضة	السالبة	٠	٠,٠٠	٠,٠٠	٠,٠٠٠	غير دالة

أبعاد مقياس العجز المتعلم	الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة
	الموجبة	٠	٠,٠٠	٠,٠٠		دالة
	التساوي	١٠				
الشعور بالدونية	السالبة	٠	٠,٠٠	٠,٠٠	٠,٠٠٠	غير دالة
	الموجبة	٠	٠,٠٠	٠,٠٠		
	التساوي	١٠				
الدرجة الكلية	السالبة	٢	١,٥٠	٣,٠٠	١,٤١٤	غير دالة
	الموجبة	٠	٠,٠٠	٠,٠٠		
	التساوي	٨				

يتضح من جدول (٨) أنه:

توجد هناك حالة واحدة سالبة بعد الترتيب في مقابل (٩) حالات متساوية في بعدين (توقع الفشل، التحكم المدرك السلبي) ، وهذا بدوره يدل على أنه لا توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطى رتب درجات تلاميذ المجموعة التجريبية في القياسين البعدى والتتبعى ، حيث جاءت قيم  $Z = 1,000$  وهى قيمة غير دالة احصائيا.، لا توجد هناك حالات سالبة بعد الترتيب فى مقابل (١٠) حالات متساوية فى بعدين (الدافعية المنخفضة،الشعور بالدونية) وهذا بدوره يدل على أنه لا توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطى رتب درجات تلاميذ المجموعة التجريبية فى القياسين البعدى والتتبعى حيث جاءت قيم  $Z = 0,000$  وهى قيمة غير دالة احصائيا. توجد هناك (٢) حالة سالبة بعد الترتيب فى مقابل (٨) حالات متساوية فى الدرجة الكلية للمقياس، وهذا بدوره يدل على أنه لا توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطى رتب درجات تلاميذ المجموعة التجريبية فى القياسين البعدى والتتبعى فى بعد الدرجة الكلية للمقياس، حيث جاءت قيم  $Z = 1,414$  وهى قيمة غير دالة احصائيا

نتائج الفرض الرابع:

ينص الفرض الرابع على أنه " توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطى رتب درجات تلاميذ المجموعتين التجريبية و الضابطة فى القياس البعدى على مقياس تقدير الذات الأكاديمي لدى التلاميذ المتأخرين دراسيا لصالح المجموعة التجريبية".

للتحقق من هذا الفرض قامت الباحثة بحساب متوسطات الرتب ومجموع الرتب لدرجات أفراد المجموعتين (التجريبية والضابطة) بعد تطبيق البرنامج الإرشادي العقلاني الأنفعالي السلوكي على مقياس تقدير الذات الأكاديمي، واستخدمت الباحثة اختبار مان ويتي - Mann Whitney Test اللابارامتري لحساب دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياس تقدير الذات الأكاديمي، وجاءت النتائج كما يوضحها جدول (٩) على النحو الآتي:

#### جدول (٩)

قيمة (Z) ودلالاتها الإحصائية لأختبار مان ويتي Mann - Whitney Test للفروق بين متوسطي رتب درجات تلاميذ المجموعتين التجريبية والضابطة في التطبيق البعدي لمقياس

#### تقدير الذات الأكاديمي

مقياس تقدير الذات الأكاديمي	المجموعة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة U	قيمة W	قيمة Z	مستوى الدلالة	حجم التأثير
تقدير الذات الأكاديمي	التجريبية	١٠	١٥,٥٠	١٥٥,٠٠	٠,٠٠٠	٥٥,٠٠٠	٣,٧٩٢	٠,٠٠١	٠,٨٥
	الضابطة	١٠	٥,٥٠	٥٥,٠٠					

يتضح من جدول (٩) تحقق الفرض الرابع حيث توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٠١) بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياس تقدير الذات الأكاديمي للتلاميذ المتأخرين دراسيا ذوى العجز المتعلم لصالح المجموعة التجريبية (وهذا يدل على التحسن).

#### نتائج الفرض الخامس:

ينص الفرض الخامس على أنه " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات تلاميذ المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس تقدير الذات الأكاديمي لدى التلاميذ المتأخرين دراسيا لصالح القياس البعدي".

للتحقق من هذا الفرض قامت الباحثة باستخدام اختبار ويلكوكسون اللابارامتري لإشارات الرتب Wilcoxon Signed (WS) Ranks Test للكشف عن دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس تقدير الذات الأكاديمي

كمجموعتين مرتبطتين، بالإضافة إلى حساب حجم التأثير Effect Size باستخدام المعادلة التالية  
 $r = z/\sqrt{n}$  (Fertiz. etal, 2012) وجاءت النتائج كما يوضحها جدول (١٠) على النحو الآتي:

#### جدول (١٠)

قيم (z) ودلالاتها الإحصائية لأختبار ويلكوسون لإشارات الرتب **Wilcoxon Signed Ranks Test (WS)** للفرق بين متوسطي رتب درجات تلاميذ المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي لأختبار مقياس تقدير الذات الأكاديمي

أبعاد مقياس تقدير الذات الأكاديمي	المجموعة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة	حجم التأثير
تقدير الذات الأكاديمي	السالبة	٠	٠,٠٠	٠,٠٠	٢,٨٠٧	٠,٠٠١	٠,٨٩
	الموجبة	١٠	٥,٥٠	٥٥,٠٠			
	التساوي	٠					

يتضح من نتائج جدول (١٠) لا توجد هناك أية حالات سالبة بعد الترتيب في مقابل (١٠) حالات موجبة في الدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات الأكاديمي، وهذا بدوره يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي في الدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات الأكاديمي في اتجاه القياس البعدي عند مستوى دلالة (٠,٠٠١)،

نتائج الفرض السادس:

ينص الفرض السادس على أنه " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات تلاميذ المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية على مقياس تقدير الذات الأكاديمي لدى التلاميذ المتأخرين دراسيا ."

للتحقق من هذا الفرض قامت الباحثة بحساب قيمة (Z) لدلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس تقدير الذات الأكاديمي، واستخدمت اختبار ويلكوسون للبارامترية لإشارات الرتب **ks Wilcoxon Signed Ran Test (WS)** للكشف عن دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس تقدير الذات الأكاديمي كمجموعتين مرتبطتين، وجاءت النتائج كما يوضحها جدول (١١) على النحو الآتي:

جدول (١١)

قيم (z) ودلالاتها الأحصائية لأختبار ويلكوكسون لإشارات الرتب **Wilcoxon Signed Ranks Test (WS)** للفرق بين متوسطي رتب درجات تلاميذ المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي لأختبار مقياس تقدير الذات الأكاديمي

مستوى الدلالة	قيمة Z	مجموع الرتب	متوسط الرتب	العدد	الرتب	مقياس تقدير الذات الأكاديمي
غير دالة	١,٠٠٠	٠,٠٠	٠,٠٠	٠	السالبة	تقدير الذات الأكاديمي
		٣,٠٠	١,٥٠	١	الموجبة	
				٩	التساوي	

يتضح من نتائج جدول (١١) أنه توجد حالة واحدة موجبة بعد الترتيب في مقابل (٩) حالات متعادلة في الدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات الأكاديمي، وهذا بدوره يدل على أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي في الدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات الأكاديمي، حيث جاءت قيمة "Z = ١,٠٠٠" وهي قيمة غير دالة أحصائياً.

نتائج الفرض السابع:

ينص على أنه "يوجد تأثير دال إحصائياً للبرنامج الإرشادي المستخدم في خفض الشعور بالعجز المتعلم للمتأخرين دراسياً من تلاميذ المجموعة التجريبية".

للتحقق من هذا الفرض استخدمت الباحثة إختبار (مان ويتنى **Mann-Whitney Test**) للحصول على قيمة (Z) الناتجة عن الفروق بين متوسطي رتب درجات تلاميذ المجموعتين التجريبية والضابطة في التطبيق البعدي لمقياس الشعور بالعجز المتعلم للمتأخرين دراسياً ومن ثم حساب ثبات حجم التأثير من خلال معادلة  $R=Z/\sqrt{N}$ . وجاءت النتائج كما يوضحها جدول (١٢) على النحو الآتي :

## جدول (١٢)

قيم (z) لإختبار (مان ويتنى Mann-Whitney Test ) وحجم تأثير البرنامج الإرشادي على مقياس الشعور بالعجز المتعلم للمتأخرين دراسيا (الأبعاد والدرجة الكلية )

الأبعاد	العدد	قيمة Z	حجم التأثير	مقدار التأثير
توقع الفشل		٢,٨٦٧	٠,٦٤	كبير
التحكم المدرك السلبي	١٠	٢,٠٤٤	٠,٤٦	كبير
الدافعية المنخفضة		٣,٠٤٥	٠,٦٨	كبير
الشعور بالدونية		٢,٧٣٠	٠,٦١	كبير
الدرجة الكلية		٣,٣١١	٠,٧٤	كبير

ويتضح من خلال جدول (١٢) إن حجم تأثير البرنامج الإرشادي لخفض الشعور بالعجز المتعلم للمتأخرين دراسيا على أبعاد مقياس الشعور بالعجز المتعلم للمتأخرين دراسيا من (٠,٤٦) إلى (٠,٧٤)، مما يشير إلى أن من (٤٦% إلى ٧٤%) من تباين أبعاد المقياس يرجع إلى أثر البرنامج الإرشادي والباقي يرجع إلى عوامل أخرى، وهذا يدل على فعالية البرنامج الإرشادي وقوة تأثيره (حجم أثر كبير).

### توصيات البحث:

نظرا لما أثبتته الدراسة الحالية من البرنامج الإرشادي (المستخدم في الدراسة الحالية) في خفض الشعور بالعجز المتعلم لدى التلاميذ المتأخرين دراسيا وكان له أثر إيجابي في بقاء أثر البرنامج توصي الباحثة بالتالي:

- إلقاء مزيد من الضوء على موضوع العجز المتعلم كونه من الموضوعات التي تؤثر في حياة الفرد النفسية بصفة عامة، وعلى التحصيل الأكاديمي لدى التلاميذ المتأخرين دراسيا بصفة خاصة، وما يتبعه من نتائج تحد من دافعية الفرد نحو القيام بالمهام التعليمية وبالتالي انخفاض تقدير الذات الأكاديمي.
- الاستفادة من الأساليب الإرشادية وإجراءات البرنامج الإرشادي، الذي تم أعداده في هذه الدراسة، من المرشدين النفسيين والأخصائيين الاجتماعيين والمهتمين، في خفض الشعور بالعجز المتعلم وتنمية تقدير الذات الأكاديمي لدى التلاميذ المتأخرين دراسيا.



- رفع كفاءة المرشدين في جميع المراحل التعليمية من خلال تزويدهم بالمعارف والمعلومات اللازمة حول كيفية تقييم التلاميذ نفسيا لمساعدتهم على تجاوز الظروف النفسية التي قد يمرون بها، والتي تجعلهم يشعرون بالعجز المتعلم وانخفاض تقدير الذات الأكاديمي.

#### البحوث المقترحة:

- في ضوء ما توصلت إليه الدراسة الحالية من نتائج يمكن للباحثة اقتراح عدد من البحوث المرتبطة بموضوع الدراسة:
- فعالية برنامج أرشادي عقلاى أنفعالى سلوكى لخفض الشعور بالعجز المتعلم وأثره على مفهوم الذات الأكاديمي لدى تلاميذ المرحلة الأعدادية.
- فعالية برنامج أرشادي عقلاى أنفعالى سلوكى فى خفض بعض المشكلات النفسية لدى التلاميذ المتأخرين دراسيا.
- فعالية برنامج أرشادي عقلاى أنفعالى سلوكى فى تعديل أنماط العزو السببى للنجاح والفشل لخفض العجز المتعلم وأثره على تقدير الذات الأكاديمي لدى طلاب المرحلة الثانوية.

#### مراجع الدراسة

١. أسماء خويلد (٢٠١٨): نظرية الأرشاد العقلاى الأنفعالى وفاعليتها فى مواجهة مشكلات التأخر الدراسي وتدنى دافعية الأناجاز. القاهرة: عالم الكتب.
٢. أسماعيل أبراهيم بدر (٢٠١٢): الأناجاهات المعاصرة فى إعداد برامج علاجية لمشكلة التأخر الدراسي. القاهرة، مركز الدراسات وبحوث المعوقين.
٣. إيمان فؤاد كاشف (١٩٩٤): دراسة مقارنة لبعض المشكلات المرتبطة بالتأخر الدراسي فى البيئـة المصرية والسعودية. مجلة كلية التربية بالزقازيق، (٢١)، (١)، ٣٨٣-٣٨٤.
٤. حامد عبد السلام زهران (١٩٩٧): الصحة النفسية والعلاج النفسى. ط٣، القاهرة: عالم الكتب.
٥. رند بشير محمد (٢٠١٥): أثر برنامج إرشاد جمعى يستند إلى نظرية لبعلاج العقلاى الإنفعالى السلوكى فى تحسين التكيف النفسى والإجتماعى لدى المصابات بسرطان الثدي المبكر فى الأردن، رسالة دكتوراه، جامعة العلوم الإسلامية العالمية، الأردن.

٦. زينب محمود شقير (١٩٩٣): نمو تقدير الذات فى السلوك الأكاديمى والتوافق الشخصى والأجتماعى لدى الأطفال والمراهقين من الجنسين من المملكة العربية السعودية. مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر، (١١٨)، ٢٣٠-٢٤٥.
٧. سها أحمد رفعت عبد الله (٢٠١٠): فعالية برنامج إرشادى معرفى سلوكى لتنبية تقدير الذات فى خفض بعض المشكلات السلوكية لدى عينة من الأطفال ذوى صعوبات التعلم. رسالة دكتوراه، كلية التربية، جامعة الزقازيق.
٨. شيماء السباعى (٢٠١٦): العجز المتعلم وعلاقته بتقدير الذات وتحمل الغموض والطموح لدى عينة من المراهقين المكفوفين. مجلة التربية الخاصة والتأهيل، مصر، (٤)، (١٤)، ٧٢-١٠٢.
٩. طارق عبد الرؤوف (٢٠١٨): مفهوم وتقدير الذات. القاهرة: دار العلوم للنشر.
١٠. عائشة إبراهيم الصقور (٢٠١٨): الشعور بالعجز المتعلم لدى المتأخرات تحصيليا وعلاقته بمشاعر النقص لديهن. رسالة ماجستير، كلية عمادة الدراسات العليا، جامعة مؤتة.
١١. عماد أحمد حسن على (٢٠١٦): اختبار المصفوفات المتتابعه ل(Raven)، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
١٢. عيسى محمد المحتسب (٢٠٢١): فعالية برنامج إرشادى معرفى سلوكى لخفض مستوى العجز المتعلم لدى عينة من طالبات الصف العاشر، المجلة الأكاديمية العالمية فى العلوم التربوية والنفسية، (٢)، (١)، (٥٩-٧٣).
١٣. الفرحاتى السيد محمود (٢٠٠٢): فعالية برنامج للإرشاد المعرفى فى خفض العجز المتعلم لدى تلاميذ المرحلة الأعدادية. رسالة دكتوراه، كلية التربية، جامعة المنصورة.
١٤. الفرحاتى السيد محمود (٢٠٠٥): سيكولوجية العجز المتعلم مفاهيم- نظريات -تطبيقات سلسلة أشراقات تربوية. الأسكندرية: المكتب الجامعى الحديث.
١٥. فوزى محمد جبل (٢٠٠٠): الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية. الأسكندرية: المكتبة الجامعية.
١٦. محمد محمود خليل وداليا خيرى عبد الوهاب (٢٠١٣): أثر برنامج تدريبي لإستثارة الدافعية الأكاديمية الداخلية فى تقدير الذات الأكاديمى والتحصيل الدراسى لدى عينة من

- 
- طلاب المرحلة المتوسطة ذوى العجز المتعلم بمدينة الطائف، رابطة التربويين العرب، السعودية ، (٣٧)، (١)، ١١٧- ١٧٠.
١٧. مروه مختار بغدادى (٢٠١١): أثر مهارات الاستنكار فى الحد من العجز المتعلم لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية للمتأخرين دراسيا. رسالة دكتوراه، كلية التربية، جامعة بنى سويف.
١٨. مصطفى عبد القادر منصورى(٢٠١٥): التأخر الدراسى (اسبابه، اثاره، طرق علاجه). عمان: دار اسامة للنشر والتوزيع.
١٩. هبة الله خاطر (٢٠١٢): العجز المتعلم وعلاقته بتقدير الذات والأكنتاب لدى طلاب الجامعة. رسالة دكتوراه، كلية الآداب، جامعة المنصورة.
٢٠. هيثم يوسف الريمونى (٢٠٠٨): أثر البرامج التدريبية لذوى صعوبات التعلم فى الإنجاز الدراسى وتقدير الذات ، عمان ، دارالحامد.

21. Abramson ,L; Seligman, m;&tesdale ,y.(1978), Learned helplessness in humans, critique and reformulation . **Journal of abnormal psychology** .Vol 87,PP 46-50.
22. Dweck , C., Licht ,B(1968).**Motivation Process Of Facting**. Learned American Psychologist.
23. Hunziker ,Dos, C(2007), **Learned helplessness: Effects of Response Requirement and interval between treatment and testing behavioural processes**,76,183-191.
24. Sutherland, K,Singh, N(2004) Learned Helplessnessand Students With emotional Behavioral Disorders Deprivation in the classroom, **Behavioral Disorders**,Vol 29 (2) P.P169-181.