فاعلية برنامج إرشادي في خفض الشعور بالخزي
لدى عينة من المراهقين المتفوقين عقليا أبناء المطلقات

شيماء نبيل محمود حسن
ا.د.محمد رزق البحيرى
استاذ علم النفس كلية الدراسات العليا للطفولة جامعة عين شمس

Shimaa N. Hassan
Prof.Mohamed R. El-Behairy
Professor of Psychology, Faculty of Postgraduate Childhood Studies,
Ain Shams University

الملخص

هدفت هذه الدراسة إلى التحقق من فاعلية برنامج إرشادى فى خفض الشعور بالخزى لدى عينة من المراهقين المتفوقين أبناء المطلقات، وتقصى مدى استمرارية تأثير البرنامج فى خفض الشعور بالخزى لدى عينة من المراهقين المتفوقين أبناء المطلقات (من خلال القياس التتبعي)، وتكونت عينة الدراسة من (ن= ٢٠) مراهقا، مقسمين بالتساوى بطريقة عشوائية لمجموعتين (ن= ١٠) مراهقا للمجموعة التجريبية ومقسمة (ن= ٥) من الذكور و(ن= ٥) من الإناث، وكذلك (ن= ١٠) مراهقا للمجموعة الضابطة مقسمين (ن= ٥) من الذكور، و(ن= ٥) من الإناث وجميعهم من المتفوقين عقليا أبناء المطلقات، واستخدمت الدراسة المنهج التجريبى والتصميم التجريبى ذى المجموعتين التجريبية والضابطة والقياس القبلى البعدى التتبعي، وللتأكد من التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة عينة الدراسة قامت الباحثة بحساب التكافؤ بين المجموعة التجريبية والضابطة فى الذكاء والعمر والمستوى الاقتصادى الاجتماعى الثقافى ومدة طلاق الوالدين والقياس القبلى للشعور بالخزى بحساب اختبار مان ويتنى اللابارامترى لدلالة الفروق بين المجموعات المستقلة، واعتمدت الدراسة على أدوات كانت قائمة البيانات الأولية (إعداد الباحثة)، ومقياس الشعور بالخزى للمراهقين المتفوقين عقليا أبناء المطلقات (إعداد الباحثة). وبرنامج خفض الشعور بالخزى للمراهقين المتفوقين عقليا أبناء المطلقات (إعداد الباحثة)، ومقياس الذكاء ستانفورد- بينية الصورة الخامسة تعريب وتقنين (محمود ابوالنيل، محمد طه، وعبدالسميع عبدالموجود، ٢٠١١)، ومقياس المستوى الاقتصادى الاجتماعى الثقافى (إعداد محمد سعفان ودعاء خطاب، ٢٠١٦)، ولتحقيق أهداف الدراسة وحساب الكفاءة السيكومترية لمقياس الشعور بالخزي، والتحقق من صدق فروض الدراسة وعدد أفراد عينة الدراسة استخدمت الباحثة الأساليب الإحصائية التالية: معامل ألفا، التجزئة النصفية، وصدق التمييز بين المجموعات المتباينة، والمتوسطات، الانحراف المعياري، واختبار (ت) البارامترى لدلالة الفروق بين المجموعات المستقلة، والنسب المئوية، واختبار مان ويتنى اللابارامترى لدلالة الفروق بين المجموعات المستقلة. وتوصلت نتائج الدراسة إلى فاعلية البرنامج إرشادى فى خفض الشعور بالخزى (هزيمة الذات، والتشيؤ، والانصياع للآخرين، وجلد الذات) لدى عينة من المراهقين المتفوقين عقليا أبناء المطلقات (المجموعة التجريبية).

الكلمات المفتاحية: البرنامج الإرشادي- الشعور بالخزى- المراهقة- المتفوقين عقليا- المطلقات.

The Effectiveness of A Counseling Program in Reducing Feeling ashamed Among A Sample of Mentally Gifted Adolescents and Children of Divorced Women

This study aims to reveal the effectiveness of a counseling program in reducing self- defeat among a sample of mentally gifted adolescents sons of divorced women, and to show the extent of the program's continuing impact in reducing self- defeat among the study sample of gifted adolescents sons of divorced women (through follow- up measurement), The sample is formed of 20 male and female adolescents, whose ages range between (16- 18) years, and the sample will be selected intentionally, and divided into two groups, one of them is experimental (n= 10) (5 females, 5 males) and the other is control (n= 10). (5 males and 5 females) from Al- Sayeda Khadija Official Secondary School affiliated to Al- Mataria Educational Administration in Cairo Governorate. This study will depend on the experimental method, where the experimental design used the control and experimental groups (tribal, dimensional, and tracking measurement), with the aim of revealing the effectiveness of a counseling program in reducing self- defeat among a sample of mentally superior adolescents, children of divorced women. Study Tools: List of primary data (prepared by the researcher), Adolescent self- defeat scale (prepared by the researcher), The scale of the socio- economic and cultural level (prepared by Muhammad Saafan and Doaa Khattab, 2016), Stanford- Binet Intelligence Scale, fifth picture (Mahmoud Abu El- Nile, Mohamed Taha and Abdel- Maw god Abdel- Sami', 2011), A counseling program to reduce self- defeat among adolescents (prepared by the researcher). Appropriate statistical processing methods will be used to achieve the objectives of the study, as well as to verify the validity of its hypotheses and the nature of the tools and the sample. This is as follows: Mann- Whitney non- parametric test for significance of differences between independent groups to verify the validity of the first hypothesis. Wilcoxon non- parametric test for the significance of differences between the linked groups to verify the validity of the second, third and fourth hypotheses.

مقبول للنشر فى: ٢١/ ٣/ ٢٠٢٤

مقدمة:

أدى تصارع الحياة وتشابكها وهيمنة وسائل التواصل الاجتماعى إلى نشوب العديد من المشكلات الاجتماعية والصراعات الأسرية، وإحداث خلل فى المنظومة الاجتماعية ككل. فتمخض عن ذلك انتشار نسبة الطلاق حتى أصبحت ظاهرة عامة تفتك بكيان الأسرة، وتعصف بجميع أفرادها إلى الهاوية. والواقع المرير يوضح أن الأبناء هم الأكثر ضررا والخاسرين الأوائل فى هذا المعترك.

فعلى الرغم أن الطلاق هو الحل الناجح للزواج الفاشل إلا أنه ينطوى على الكثير من الاضطرابات والمشكلات النفسية لجميع أفراد الأسرة إذ ينطوى على الحل والمشكلة فى آن واحد، ومن الصعب إيجاد توازن بين هاتين النتيجتين المتضاربتين. (Wallel Steim& Blakeny, 2003)

ويؤكد (White Field, 1996) أن الطلاق يحدث مجزرة اجتماعية وسيكولوجية لجميع أفراد العائلة وخاصة المراهقين. فإن لديهم حساسية خاصة جدا؛ فالمراهقة هى مرحلة تنظيم القوى النفسية والعقلية وكل ما اكتسبه الفرد من مرحلة الطفولة من قيم ومعتقدات وخبرات (سامى ملحم، ٢٠٠٤)، وهى مرحلة هشة تتميز بالقلق واهتزاز مفهوم الذات وتقدير الذات وقضايا الاستقلالية والكفاية الذاتية فينشغل المراهق خلالها بقضايا تكوين الهوية ومحاولة التعرف على ذاته وتطويرها ليدخل عالم الكبار بثقة وفكرة واضحة عن أهدافه وقيمه الشخصية. (Stewalt& Blemtano, 2006)

ويشير إريسكون إلى أن المراهق يتكيف مع عدد من الصراعات لتصبح نتائجها جزء من شخصيته وتسهم فى إحساسه بالهوية؛ فإذا كان لدى المراهق إحساسا بالثقة متبوعا بالاستقلالية والمبادأة والمثابرة، فسوف ينظر لنفسه بطريقة إيجابية، ويشعر بالثقة حول مستقبله، أما الفشل فى هذه المرحلة المبكرة ينتج عنه اضطراب الهوية وشعور سالب عن الذات وهو ما يؤدى إلى سلوك الشعور بالخزى. (فاروق موسى، ٢٠٠١)

ويتضح الشعور بالخزى فى الشعور بالإعياء والوهن النفسى العام والإتكالية والاعتماد على الآخرين وتوقع الشر والخوف من المستقبل والتسويف الدائم والمستمر، وغالبا ما يرتبط الشعور بالخزى بمجموعة من المدركات المعرفية السلبية التى تشكل فيما بينها متلازمة لتبرير الشعور بالخزى فى إطار من التمويه وخداع النفس والآخرين. (Kordel, 2012, 62)

ويعد الشعور بالخزى أكثر الظواهر انتشارا وخطورة فى المجتمعات العربية، حيث أن الكثير من أبناء الشعوب العربية يسعون إلى جلد ذواتهم لدرجة تصل أحيانا إلى اختلاق أخطاء لم ترتكب فعليا حتى يبكوا على أنفسهم ويبكى عليهم الآخرين، ويتنامى هذا الشعور السلبى دائما فى أوقات الإحباطات والهزائم عندما يتصدر الفشل وتتوارى النجاحات ويسود مناخ الهزيمة ويخيم على الأجواء. (محمد مروان، ٢٠١٣)

مشكلة الدراسة:

لقد أدى تصارع الحياة وتشابكها وامتلائها بالأحداث المتلاحقة بالضغوط والأفكار المتضاربة إلى ظهور العديد من المشكلات داخل الأسرة المصرية مما أسفر عن زيادة حالات الطلاق وارتفاع معدلاتها إلى حد غير مسبوق حيث أصدر الجهاز المركزى للتعبئة والإحصاء تقريرا يفيد بوقوع حالة طلاق كل دقيقتين حيث بلغ عدد شهادات الطلاق ٢٢٢٩٥٠ شهادة فى عام ٢٠٢٠ وأن كل ١٠٠ وثيقة زواج يقابلها ٢٥ وثيقة طلاق مما يترتب عليه ضررا بالغا لا يقتصر على الزوجين فقط بل يمتد إلى الضحايا الحقيقيين وهم الأبناء، وخاصة إذا كان الأبناء يمرون بمرحلة المراهقة والتى تتسم بخطورتها فهى مرحلة التغيرات الشاملة العقلية والاجتماعية والنفسية والجسمية.

ولما كانت الأسرة هى النواة التى ينتمى إليها الطفل ويقع تحت تأثيرها وهى أول المنشئين اجتماعيا ونفسيا والتى ينال فيها أول قسط من التربية، وتشير القاعدة العامة أنه عندما تكون الأسرة مستقرة فهى تشبع حاجاته الأساسية وتجعله أكثر سعادة، أما الأسرة المضطربة فهى مرتع ومصب للانحرافات الاجتماعية والاضطرابات النفسية. (سهير كامل، ٢٠٠١، ٢٥٠)

ولقد لاحظت الباحثة من خلال عملها كأخصائي نفسي مدرسي وجود بعض المظاهر السلوكية السلبية لدى بعض المراهقين وخاصة المتفوقين مثل إحساسهم بعدم القيمة رغم تفوقهم وأنهم مجرد أشياء لا قيمة لها، والشعور الدائم بالخزى واستصغار الذات وهذا ما يطلق عليه الشعور بالخزي. مما دفع الباحثة لجمع العديد من المعلومات عن هؤلاء المراهقين وتبين أن لديهم مشكلات أسرية وأغلبها أنهم أبناء مطلقات. كما لاحظت الباحثة أن حالات الانتحار التى شهدتها مصر فى الآونة الأخيرة كانت لشباب تتراوح أعمارهم من (١٦- ٢٣) عاما وهم متفوقين وبالبحث والاستقصاء تبين أنهم يعانون مشكلات أسرية.

مما دفع الباحثة لتسليط الضوء على المرحلة العمرية الواقعة بين (١٦- ١٨) عاما للكشف عن أسباب السلوكيات الهازمة للذات والتى قد يؤدى تجاهلها إلى عواقب وخيمة، وإعداد برنامج مناسب يساعد هذه الفئة من المراهقين المتفوقين أبناء المطلقات فى التخلص من تلك السلوكيات ليكونوا أكثر توافقا مع أنفسهم ومع البيئة المحيطة بهم.

ويشير (Compellone, et.al, 2016) إلى أن الشعور بالخزى هى الأفكار السلبية حول قدرة الفرد على النجاح فى تنفيذ السلوك الموجه نحو الهدف على الرغم من قدرته على فعل ذلك.

ومن هنا ونظرا لارتفاع مؤشرات ونسب الطلاق ولاتفاق العديد من الدراسات على التأثير السلبى الذى ينتج عن حالات الطلاق على الأسرة بأكملها وعلى الأبناء خاصة والمراهقين بصورة أكثر خصوصية. ولانتشار الأفكار السلبية وسلوكيات الشعور بالخزى لدى المراهقين المتفوقين أبناء المطلقات. ولندرة الدراسات السابقة العربية والأجنبية التى تناولت خفض الشعور بالخزى عند المراهقين المتفوقين أبناء المطلقات، كان ذلك دافع لنا لإجراء هذه الدراسة، وتثير مشكلة الدراسة الأسئلة التالية:

١. هل توجد فروق بين متوسطات رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة من المراهقين المتفوقين أبناء المطلقات فى القياس بعد البرنامج على مقياس الشعور بالخزى للمراهقين؟
٢. هل توجد فروق بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية من المراهقين المتفوقين أبناء المطلقات فى القياسين قبل وبعد البرنامج على مقياس الشعور بالخزى للمراهقين؟
٣. هل توجد فروق بين متوسطات رتب درجات المجموعة الضابطة من المراهقين المتفوقين أبناء المطلقات فى القياسين قبل وبعد البرنامج على مقياس الشعور بالخزى للمراهقين؟
٤. هل توجد فروق بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية من المراهقين المتفوقين أبناء المطلقات فى القياسين البعدى والتتبعى للبرنامج على مقياس الشعور بالخزى للمراهقين؟

هدفا الدراسة:

تهدف هذه الدراسة إلى:

١. بيان فاعلية برنامج إرشادى فى خفض الشعور بالخزى لدى عينة من المراهقين المتفوقين أبناء المطلقات.
٢. تقصى مدى استمرارية تأثير البرنامج فى خفض الشعور بالخزى لدى عينة من المراهقين المتفوقين أبناء المطلقات من خلال القياس التتبعي.

أهمية الدراسة:

تتحدد أهمية الدراسة في:

١. الأهمية النظرية:

أ. تسليط الضوء على المشكلات والمشاعر السلبية التى يعانى منها المراهقين المتفوقين أبناء المطلقات.

ب. دق ناقوس الخطر فى حال إهمال السلوكيات الهازمة للذات لدى المراهقين المتفوقين أبناء المطلقات الذين يشكلون شريحة مهمة لا يمكن تجاهلها.

ج. قد تزودنا الدراسة ببعض المعلومات عن كيفية خفض الشعور بالخزى لدى المراهقين المتفوقين أبناء المطلقات.

د. ندرة الدراسات التى تناولت الشعور بالخزى لدى المراهقين المتفوقين أبناء المطلقات فى البيئتين العربية والأجنبية.

٢. الأهمية التطبيقية:

أ. قد تقدم هذه الدراسة مقترحات وتوصيات حول فاعلية البرنامج الإرشادى فى خفض الشعور بالخزى لدى المراهقين المتفوقين أبناء المطلقات.

ب. تزويد المكتبة النفسية بأداة لقياس الشعور بالخزى لدى المراهقين المتفوقين أبناء المطلقات.

ج. توجيه أنظار الآباء والمعلمين وأجهزة الدولة بضرورة الاهتمام بهذه الفئة من المراهقين القابلة للازدياد نظرا لارتفاع معدلات الطلاق.

د. قد تحدث الدراسة تأثيرا إيجابيا فى سلوك المراهقين المتفوقين أبناء المطلقات وتجعلهم أكثر تكيفا وتوافقا نحو ذواتهم والمجتمع.

ه. قد تقلل الدراسة من المشاعر السلبية كالشعور بالخزى والتشيؤ وتعديل المدركات المعرفية لدى المراهقين المتفوقين أبناء المطلقات.

مفاهيم الدراسة الإجرائية:

- البرنامج الإرشادى Guidance Programme: عرفه حامد زهران (٢٠٠٥) بأنه برنامج مخطط ومنظم فى ضوء أسس علمية لتقديم الخدمات الإرشادية المباشرة وغير المباشرة فرديا وجماعيا لجميع من تضمهم المؤسسة بهدف مساعدتهم على تحقيق النمو السوى والقيام بالاختيار الواعى المتعلق ولتحقيق التوافق النفسى داخل المؤسسة وخارجها ويقوم بتخطيطه وتنفيذه وتقييمه.

كما عرفه حسن أحمد (٢٠٠٧) بأنه الجهود المنظمة والمخطط لها لتزويد المتدربين بمهارات ومعارف وخبرات متجددة بهدف إحداث تغيرات إيجابية مستمرة فى خبراتهم واتجاهاتهم وسلوكيات من أجل تطوير أدائهم.

التعريف الإجرائي: هو مجموعة من الخطوات المنظمة التى تحتوى على أفضل الاستراتيجيات والأدوات والطرق والأساليب الحديثة والتى تهدف إلى تكوين متكامل لخفض الشعور بالخزى عينة من المراهقين المتفوقين أبناء المطلقات.

- الشعور بالخزى Feeling Ashamed: هو انفعال يتملك صاحبه ويدفعه للازدراء والاشمئزاز وعدم القبول من قبل الآخرين، كما يشعر الفرد بالذل والحرج واحمرار الوجه وأنه مراقب من قبل الآخرين ويدفعه الشعور بالدونية أو النقص غير المريح والحقارة وعدم الفائدة والرغبة فى الاختفاء عن الآخرين والتصرف مع الناس وكأن لسان حاله يقول لا أريد أن يرانى أحد. (محمد ابوحلاوة، ٢٠١٣، ١٥٤- ١٥٥)

كما عرفه (Callan, et.al, 2014, 142- 143) بأنه سلوك واضح متعمد أو مقصود له آثار سلبية على الذات وأنشطة الذات بعد تجربة غير ناجحة، فيشعر بعدها الفرد بسوء الحظ وأنه لا يستطيع السيطرة على مثل هذه التجارب فتهزم ذاته ويشعر معها الفرد بانعدام قيمته.

التعريف الإجرائى للشعور بالخزي: هو انفعال يمتلك صاحبه ويدفعه للشعور بالازدراء والذل والدونية والنقص وأنه عديم الفائدة ويعبر عنه إجرائيا باستجابات المراهقين المتفوقين أبناء المطلقات على مقياس الشعور بالخزى (إعداد الباحثة).

- المراهقة Adolescence: هى الفترة الواقعة بين الطفولة المتأخرة والرشد أى تأخذ من سمات الطفولة ومن سمات الرشد. وهى مرحلة انتقالية يجتهد فيها المراهق للانقلاب من الطفولة المعتمدة على الكبار ويبحث عن الاستقلال الذاتى الذى يتمتع به الراشدون فهو موزع النفس بين عالمى الطفولة والرشد. (نعمة رقبان، ٢٠١٣، ١٩١)

ويعرفها جميل حمدان (٢٠١٤) هى فترة عبور وانتقال من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الرشد والرجولة وبالتالى فهى مرحلة الاهتمام بالذات والجسد ومرحلة اكتشاف الذات والغير والعالم ولذلك فهى تأخذ ثلاثة أبعاد بيولوجية واجتماعية ونفسية.

التعريف الإجرائي: هى المرحلة العمرية الواقعة بين مرحلة الطفولة والرشد والتى تتميز بالعديد من التغيرات الجسمية والعقلية والاجتماعية والنفسية وتحتاج دعم ومساندة قوية من المحيطين به حتى يمر بسلام.

- المتفوقين عقليا Mentally Superior: عرف فرنون (Vernon, et.al, 1997, 78) المتفوقين بأنهم الذين يتمتعون بمستوى مرتفع من حيث الذكاء العام، أو فى مجال أو أكثر من المجالات الخاصة ويظهرون اهتمامات وسمات شخصية غير عادية بما فى ذلك المقدرة الإبداعية.

ويشير كمال مرسى (١٩٩٩، ٧٨) بأنهم من يظهرون التميز والتفوق والإجادة فى الأداء فى مجال من مجالات الحياة التى يقدرها المجتمع.

التعريف الإجرائي: هم الأشخاص الذين يتمتعون بمستوى مرتفع من الذكاء ولديهم سمات عقلية واجتماعية ونفسية تميزهم عن أقرانهم العاديين فى مثل عمرهم والتى تبلغ أعمارهم فى هذه الدراسة ما بين (١٦- ١٨) عاما.

- المطلقات Divorced Women: تعرفها مهتاب أحمد (٢٠١٦، ٥٩) هى المرأة التى رفع عنها قيد الزواج فى الحال بلفظ أو كتابة أو بما يقوم اللفظ أو المتابة أو الإشارة ويكون طلاقا بائنا وليس رجعيا لأن المطلقة رجعيا تبقى صفة الزوجة. وهى المرأة التى رفع عنها قيد الزواج غير الصحيح بفسخ العقد من تلقاء الطرفين أو تفريق القاضى بينهم.

التعريف الإجرائي: هى المرأة التى حل عنها عقد النكاح بلفظ صريح أو كتابة مع توافر النية والمرأة المطلقة المعنية فى هذه الدراسة هى التى طلقها زوجها ولديها أبناء مراهقين متفوقين عقليا.

دراسات سابقة:

- دراسات تناولت الشعور بالخزى لدى المراهقين أبناء المطلقات:

١. أجرى سيشل وآخرون (Schill, et.al, 1995) دراسة هدفت إلى معرفة إلى أى مدى يظهر الأفراد ذوى السلوكيات الهازمة للذات مزيدا من المدركات السلبية عن ذواتهم والعالم والشعور بالخزي، وتكونت عينة الدراسة من ١١١ من المراهقين أبناء المطلقات بواقع ٥٥ ذكور و٥٩ إناث بلغ متوسط أعمارهم ١٧,٣ وطبق عليهم عدة استبيانات مثل نمط الشخصية ومقياس الانقياد الاجتماعى والثالوث المعرفى والخصائص الاكتئابية ومقياس السلوكيات الهازمة للذات وقد أظهرت النتائج وجود إرتباط موجب دال بين السلوكيات الهازمة للذات وكل الانقياد الاجتماعى والاكتئاب.

٢. أما دراسة جومنز وآخرون (Jones, et.al, 2003) فقد اهتمت بالتعرف على آثار البيئة العائلية والمستوى المادى والأكاديمى والدعم الوالدى على مستوى الفاعلية الذاتية المدركة للمراهقين فى المرحلة الثانوية عن طريق المقارنة ما بين ١٦٣ مراهقا ومراهقة من أبناء المطلقين وأبناء الأسر العادية وتم تطبيق المقياس الشامل للفاعلية الذاتية المدركة لشيرر، وأشارت النتائج إلى وجود ارتباط واضح بين مستوى الفاعلية والوضع المادى ومستوى الدعم الوالدى ولم تظهر فروق بين الجنسين فى الشعور بالخزي.

٣. وفحصت دراسة موراى (Murray, 2016) العلاقة بين الشعور بالذنب وسلوكيات الهزيمة الذاتية لدى عينة قوامها ٤٣ شابا تراوحت أعمارهم ما بين (١٧- ٣٠) عاما ممن يعيشون فى دار رعاية التبنى نتيجة طلاق الوالدين. وقد طبق عليهم عدة مقاييس، مقياس الشعور بالذنب، ومقياس الشخصية المهزومة للذات ثم مقياس الرضا عن الحياة. وقد توصلت نتائج الدراسة إلى وجود إرتباط موجب دال بين الشعور بالذنب والسلوكيات الهازمة للذات.

- دراسة تناولت الشعور بالخزى لدى المتفوقين عقليا: قدم أبريل (April, 2016) دراسة هدفت إلى فحص تصورات المعلمين للسلوكيات المدمرة للذات المحتملة للطلاب المتفوقين عقليا خلال سنتهم الأخيرة فى المدرسة الثانوية. واشتملت عينة

الدراسة مستشارى المدارس والمعلمين والإداريين خلال العام ٢٠١٤، ٢٠١٥، وأثبتت نتائج الدراسة أن جميع أفراد العينة يدركون تحولا محتملا، فى سلوك المتفوقين بسبب اهتماماتهم بنظرة الآخرين لهم مما ينتج سلوكيات الشعور بالخزى بدرجة مرتفعة.

تعقيب على الدراسات السابقة:

١. ندرة الدراسات التى تناولت الشعور بالخزى لدى المراهقين المتفوقين عقليا أبناء المطلقات فى البيئتين العربية والأجنبية فى حدود ما اطلعت عليه الباحثة.
٢. ندرة الدراسات التى تناولت الشعور بالخزى لدى المراهقين المتفوقين عقليا بصفة خاصة.
٣. من الملاحظ اهتمام الدراسات السابقة بدراسة العلاقة بين المشكلات والاضطرابات الأسرية والشعور بالخزي، ونلاحظ ندرة الدراسات فى إقامة برامج تحد وتعالج من الشعور بالخزى وخاصة لدى المراهقين المتفوقين عقليا أبناء المطلقات.
٤. اعتمدت الدراسات السابقة على وصف العلاقات الوالدية السلبية بظهور مشكلات الشعور بالخزى لدى المراهقين دون أن تضع حلولا للحد من هذه السلوكيات.
٥. أشارت بعض الدراسات إلى وجود علاقة بين الشعور بالخزى وانتشار الاكتئاب الذى قد يتسبب فى أفكار الانتحار لدى العديد من المراهقين مثل دراسة (Schill, 1995) وهذا ما تشير إليه وتحذر وتعالجه الدراسة الحالية.
٦. نلاحظ أن دراسة (Nelson, 2005) حينما بحثت العلاقات الوالدية أكدت أن المعاملات الوالدية السوية تمنح المراهقين الفرصة الأكبر فى تحقيق أهدافهم بسهولة بينما العلاقات الوالدية السلبية تعد من أكبر الأسباب فى امتلاك المراهقين لسلوكيات ومشاعر الشعور بالخزي.
٧. اتفقت الدراسات السلوكيات الهازمة للذات لها أثار خطيرة على المراهقين وقد تؤدى بهم إلى الانتحار وهذا ما أكدته الباحثة في الدراسة الحالية وتعالجه وكذلك تؤكده دراسة (Murray, 2015).
٨. نلاحظ من خلال استعراض الدراسات السابقة أن المراهقين المتفوقين عقليا أكثر تأثرا بالمشكلات الأسرية نظرا لاتساع رؤيتهم للمواقف المختلفة وحساسيتهم الزائدة.

فروض الدراسة:

فى ضوء موضوع الدراسة وأهدافها ونتائج الدراسات السابقة أمكن صياغة فروض الدراسة على النحو التالي:

١. توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة من المراهقين المتفوقين عقليا أبناء المطلقات فى القياس بعد البرنامج على مقياس الشعور بالخزى للمراهقين وذلك فى اتجاه المجموعة الضابطة.
٢. توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية من المراهقين المتفوقين عقليا أبناء المطلقات فى القياسين قبل وبعد البرنامج على مقياس الشعور بالخزى للمراهقين وذلك فى اتجاه القياس القبلي.
٣. لا توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات رتب درجات المجموعة الضابطة من المراهقين المتفوقين عقليا أبناء المطلقات فى القياسين قبل وبعد البرنامج على مقياس الشعور بالخزى للمراهقين.
٤. لا توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية من المراهقين المتفوقين عقليا أبناء المطلقات فى القياسين البعدى والتتبعى للبرنامج على مقياس الشعور بالخزي.

منهج الدراسة:

اعتمدت الباحثة فى هذه الدراسة على المنهج التجريبى والتصميم التجريبى ذى المجموعتين التجريبية والضابطة والقياس القبلى البعدى التتبعي.

عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة من (ن= ٢٠) مراهقا، مقسمين بالتساوى بطريقة عشوائية لمجموعتين (ن= ١٠) مراهقا للمجموعة التجريبية ومقسمة (ن= ٥) من الذكور و(ن= ٥) من الإناث، وكذلك (ن= ١٠) مراهقا للمجموعة الضابطة مقسمين (ن= ٥) من الذكور، و(ن= ٥) من الإناث وجميعهم من المتفوقين عقليا أبناء المطلقات. وقد اختيروا بطريقة قصدية وفقا للخصائص التالية:

١. تراوحت أعمار العينة ما بين (١٦- ١٨) عاما، لملاحظة الباحثة تفاقم المظاهر السلوكية الخاصة بالشعور بالخزى للمراهقين المتفوقين عقليا فى تلك المرحلة العمرية. حيث كان متوسط أعمار العينة الكلية ١٦,٩٥٠ وانحراف معيارى ٠,٨٢٥، وكان متوسط أعمار المجموعة التجريبية ١٧,٠٠١ والانحراف المعيارى ٠,٨١٧، بينما كان متوسط أعمار المجموعة الضابطة ١٦,٩٠٠ والانحراف المعيارى ٠,٨٧٥.
٢. تم اختيار العينة من المراهقين المتفوقين عقليا الذين لا يعانون من أى إعاقة جسدية أو حسية، وجميع أفراد العينة من المراهقين أبناء المطلقات.
٣. أن تكون نسبة الذكاء أعلى من المتوسط بعد تطبيق مقياس ستانفورد- بينية الصورة الخامسة، حيث كان متوسط ذكاء المجموعة التجريبية ١٢٥,٩٠٠ والانحراف المعيارى ٢,٢٣٣، وكان متوسط ذكاء المجموعة الضابطة ١٢٦,٧٠٠ وانحراف معيارى ١,٩٤٦.
٤. ألا يعانى أحد أفراد العينة من أمراض مزمنة.
٥. ألا يعانى أحد الوالدين من إعاقة أو من مرض مزمن.
٦. ألا يكون أحد الوالدين متوفى.
٧. ألا يقل المستوى الاقتصادى والاجتماعى والثقافى لهم عن المتوسط بعد تطبيق مقياس المستوى الاقتصادى الاجتماعى الثقافي.
٨. ألا يكون قد طبق عليهم أى برامج.
٩. أن تتراوح مدة طلاق الوالدين ما بين (٣- ٧) سنوات.
١٠. اختيار المراهقين المتفوقين عقليا الذين حصلوا على درجات مرتفعة بعد تطبيق مقياس الشعور بالخزى للمراهقين المتفوقين عقليا أبناء المطلقات، وكان عددهم ٢٠ مراهقا قسموا فى مجموعتين تجريبية وضابطة بطريقة عشوائية وتم اختيارهم من مدرسة السيدة خديجة الرسمية لغات بالمطرية.

التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة عينة الدراسة: قامت الباحثة بحساب التكافؤ بين المجموعة التجريبية والضابطة فى عدة متغيرات من شأنها التأثير فى نتائج الدراسة كالتالي:

جدول (١) متوسطا الرتب ومجموعهما وقيمتى (U) و(Z) ودلالتهما بين المراهقين المتفوقين عقليا أبناء المطلقات المجموعتين التجريبية والضابطة فى العمر والذكاء والمستوى الاقتصادى الاجتماعى الثقافى ومدة طلاق الوالدين والقياس القبلى للشعور بالخزى

المجموعة / المتغير	التجريبية (ن= ١٠)		الضابطة (ن= ١٠)		قيمة (U)	قيمة (Z)	مستوى الدلالة
	متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب			
العمر	١٠,٨٥	١٠٨,٥	١٠,١٥	١٠١,٥	٤٦,٥	٠,٢٨١	غير دالة
الذكاء	٩,٣٥	٩٣,٥	١١,٦٥	١١٦,٥	٣٨,٥	٠,٨٨٣	غير دالة
المستوى الاقتصادى الاجتماعى الثقافي	١٠,٩٥	١٠٩,٥	١٠,٠٥	١٠٠,٥	٤٥,٥	٠,٣٤٦	غير دالة
مدة طلاق الوالدين	١٠	١٠٠	١١	١١٠	٤٥	٠,٣٩٠	غير دالة
درجة الشعور بالخزي	١٠,٤٠	١٠٤	١٠,٦٠	١٠٦	٤٩	٠,٠٧٦	غير دالة

أشارت نتائج الجدول السابق إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطى رتب درجات المراهقين المتفوقين عقليا أبناء المطلقات فى المجموعتين التجريبية والضابطة فى العمر والذكاء والمستوى الاقتصادى الاجتماعى الثقافى ومدة طلاق الوالدين والقياس القبلى للشعور بالخزي؛ وهذا يؤكد على تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة فى العمر والذكاء والمستوى الاقتصادى الاجتماعى الثقافى ومدة طلاق الوالدين والقياس القبلى للشعور بالخزي.

أدوات الدراسة:

اعتمدت الباحثة لتحقيق أهداف الدراسة والتحقق من صدق فروضها على الأدوات التالية:

١. قائمة البيانات الأولية: أعدتها الباحثة بغرض جمع معلومات عن المراهق اشتملت على (اسم المراهق، ونوعه، والسن، والصف الدراسي، والمشكلات التى يعانى منها، ورقم التليفون، أهم الهوايات المفضلة) وتم تطبيقها على المراهق نفسه.

٢. مقياس الشعور بالخزى للمراهقين المتفوقين عقليا أبناء المطلقات (إعداد الباحثة): أعدت الباحثة هذا المقياس بغرض توفير أداة سيكومترية لقياس الشعور بالخزى لدى المراهقين المتفوقين عقليا أبناء المطلقات، وذلك نظرا لعدم توافر مقياس يتناسب مع عينة الدراسة وخصائصها وكذلك المرحلة العمرية لها، وكذلك لتقييم برنامج خفض الشعور بالخزى لدى عينة الدراسة، وهو يتكون من ٣٢ بندا، وحسب ثبات المقياس لعينة من المراهقين المتفوقين عقليا أبناء المطلقات (ن= ٣٠)، بطريقة التجزئة النصفية بعد تصحيح طول المقياس وكانت قيمته ٠,٧٨٣، ومعامل ألفا وقيمته ٠,٧٩٩ وبرغم اختلاف طريقتى حسابهما إلا أنهما مرتفعين مما يشير إلى تمتع المقياس بثبات مقبول. وحسب صدق التمييز بين المجموعات المتباينة بين عينتى المراهقين المتفوقين عقليا أبناء المطلقات والمراهقين العاديين، وكان متوسط المراهقين المتفوقون عقليا أبناء المطلقات ٧٢,٢٣٣ والانحراف المعيارى ٤,٤٩٢، وكان متوسط المراهقين العاديين ٤١,٧٠٠ والانحراف المعيارى ٣,٨٢٥.

٣. برنامج خفض الشعور بالخزى للمراهقين المتفوقين عقليا أبناء المطلقات (إعداد الباحثة): بهدف خفض الشعور بالخزى لدى عينة من المراهقين المتفوقين عقليا أبناء المطلقات (المجموعة التجريبية). وهو مجموعة من الإجراءات المنظمة والمخططة التى ترتكز على بعض نظريات الإرشاد النفسى وتعديل السلوك وفق أسس ومبادئ ومحكات معينة على التقييم، وتحتوى على مجموعة من الأنشطة والخبرات والمواقف المترابطة والمتكاملة المناسبة لطبيعة وخصائص المراهقين المتفوقين عقليا أبناء المطلقات، وتتم من خلال بعض الفنيات والأساليب العلمية المحددة، بهدف مساعدتهم وإكسابهم بعض السلوكيات الايجابية من أجل التوافق الفعال مع الذات ومع أحداث الحياة.

٤. مقياس الذكاء ستانفورد- بينية الصورة الخامسة تعريب وتقنين (محمود ابوالنيل، محمد طه، وعبدالسميع عبدالموجود، ٢٠١١): يطبق المقياس بشكل فردى لتقدير الذكاء فى صورتين لفظية وغير لفظية، وهو ملائم للأعمار من سن (٢- ٨٥) عاما، ويتكون المقياس من ١٠ اختبارات فرعية، وقد تم حساب الثبات للاختبارات الفرعية المختلفة بطريقتى إعادة التطبيق والتجزئة النصفية المحسوبة بمعادلة ألفا لكرونباخ، وأشارت النتائج إلى أن المقياس يتسم بثبات مرتفع حيث تراوحت معاملات الثبات على كل اختبارات المقياس ونسب الذكاء والعوامل من (٠,٨٧- ٠,٩٨). أما بالنسبة لصدق المقياس، فقد تم حسابه بطريقتين صدق التمييز العمرى وكانت الفروق جميعها دالة عند مستوى ٠,٠٠١ وحساب نسب ذكاء معامل إرتباط نسب ذكاء المقياس بالدرجة الكلية للصورة الرابعة وتراوحت بين (٠,٧٤- ٠,٧٦) وهى معاملات صدق مقبولة بوجه عام وتشير إلى ارتفاع مستوى صدق المقياس.

٥. مقياس المستوى الاقتصادى الاجتماعى الثقافى (إعداد محمد سعفان ودعاء خطاب، ٢٠١٦): أعد المقياس لتقدير المستوى الاقتصادى الاجتماعى الثقافي، وقد تم حساب الثبات بطريقتى ألفا لكرونباخ وتراوحت المعاملات ما بين (٠,٦١- ٠,٨٥)، وتراوحت معاملات ثبات التجزئة النصفية بعد تصحيح طول المقياس بمعادلة سبيرمان براون ما بين (٠,٦٣- ٠,٨٦)، أما الصدق فقد حسب الاتساق الداخلى وتراوحت معاملاته ما بين (٠,٤١- ٠,٨٢).

إجراءات تطبيق الدراسة:

اتبعت الباحثة فى الدراسة الخطوات التالية:

١. اختيار عينة الدراسة من المراهقين المتفوقين عقليا أبناء المطلقات من سن (١٦- ١٨) عاما ممن لديهم ارتفاع فى مستوى الشعور بالخزي.

٢. قامت الباحثة بحساب التجانس بين أفراد العينة من حيث العمر الزمنى والمستوى الاقتصادى والاجتماعى والثقافى للأسرة، وقياس مستوى الذكاء لدى المراهقين والقياس القبلى لدرجة الشعور بالخزي.

٣. تطبيق مقياس الشعور بالخزى على أفراد العينة قبل تطبيق البرنامج.

٤. تقسيم أفراد العينة إلى مجموعتين: إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة.

٥. تم تطبيق البرنامج المستخدم فى الدراسة على أفراد العينة التجريبية دون الضابطة وأستغرق تطبيق البرنامج شهرين ونصف فى الفترة من الأربعاء ٥/ ١٠/ ٢٠٢٢ إلى الخميس ١٥/ ١٢/ ٢٠٢٢ ثم تم إعادة التطبيق فى الاثنين ١٦/ ١/ ٢٠٢٣.

٦. وبعد الانتهاء من تطبيق البرنامج، قامت الباحثة بتطبيق مقياس الشعور بالخزى للمراهقين المتفوقين عقليا أبناء المطلقات على أفراد المجموعة التجريبية والضابطة، ثم المقارنة بينهما فى الدرجات قبل وبعد تطبيق البرنامج.

٧. بعد انتهاء تطبيق البرنامج بـ٣٠ يوما، تم إعادة التطبيق لمقياس الشعور بالخزى مرة أخيرة وذلك على المراهقين المتفوقين عقليا أبناء المطلقات (المجموعة التجريبية) لمعرفة مدى استمرارية فاعليته.

الأساليب الإحصائية:

لتحقيق أهداف الدراسة وحساب الكفاءة السيكومترية لمقياس الشعور بالخزي، والتحقق من صدق فروض الدراسة وعدد أفراد عينة الدراسة استخدمت الباحثة الأساليب الإحصائية التالية: معامل ألفا، والتجزئة النصفية، وصدق التمييز بين المجموعات المتباينة، المتوسطات، والانحراف المعياري، واختبار (ت) البارامترى لدلالة الفروق بين المجموعات المستقلة، والنسب المئوية، واختبار مان ويتنى اللابارامترى لدلالة الفروق بين المجموعات المستقلة.

نتائج الدراسة:

- نتائج الفرض الأول: ينص الفرض الأول على أنه "توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة من المراهقين المتفوقين عقليا أبناء المطلقات فى القياس بعد تطبيق البرنامج على مقياس الشعور بالخزى للمراهقين وذلك فى اتجاه المجموعة الضابطة". وقد حسبت الباحثة اختبار مان ويتنى اللابارامترى لدلالة الفروق بين المجموعات المستقلة للتحقق من صدق هذا الفرض، وجدول (٢) يوضح النتائج التى تم التوصل إليها:

جدول (٢) متوسطات الرتب ومجموعها وقيم (U) و(Z) ودلالتها بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس بعد تطبيق البرنامج علي مقياس الشعور بالخزى الذات للمراهقين

البعد / المجموعة	تجريبية (ن= ١٠)		ضابطة (ن= ١٠)		قيمة (U)	قيمة (Z)	مستوى الدلالة
	متوسط رتب	مجموع رتب	متوسط رتب	مجموع رتب			
هزيمة الذات	٥,٥٠	٥٥	١٥,٥٠	١٥٥	صفر	٣,٨٥٤	٠,٠١
التشيؤ	٥,٥٠	٥٥	١٥,٥٠	١٥٥	صفر	٣,٧٩٨	٠,٠١
الانصياع للآخرين	٥,٥٠	٥٥	١٥,٥٠	١٥٥	صفر	٣,٨٢٣	٠,٠١
جلد الذات	٥,٥٠	٥٥	١٥,٥٠	١٥٥	صفر	٣,٨٢٠	٠,٠١
الدرجة الكلية	٥,٥٠	٥٥	١٥,٥٠	١٥٥	صفر	٣,٧٨٨	٠,٠١

أشارت نتائج الجدول السابق إلى وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطات رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة من المراهقين المتفوقين عقليا أبناء المطلقات فى القياس بعد تطبيق البرنامج على مقياس الشعور بالخزى للمراهقين (هزيمة الذات، والتشيؤ، والانصياع للآخرين، وجلد الذات، والدرجة الكلية)؛ وذلك فى اتجاه المجموعة الضابطة؛ مما يؤكد على تحقق صدق الفرض الأول.

ويرجع ذلك إلى عدم تطبيق البرنامج على المجموعة الضابطة وعدم تعرضها للأنشطة والتدريبات والمواقف التى تساعدها فى التخلص من المشاعر والسلوكيات الهازمة للذات، وهذا ما تؤكده العديد من الدراسات التى وصفت حال المراهقين المهزومين ذاتيا مثل دراسة (Chang, 2013) وكذلك دراسة (Hopes, 1999) فقد أوضحت الدراسات أن المراهقين أبناء المطلقات يعانون من العديد من المشكلات المتمثلة فى انخفاض المدركات المعرفية عن هزيمة الذات والشعور

الدائم بالخزى والانصياع للآخرين والإحساس أنه مجرد أداة جامدة، وهو ما نطلق علية التشيؤ، وأكدت أيضا على وجود علاقة بين المشكلات الأسرية والسلوكيات الهازمة للذات. بينما تعرضت المجموعة التجريبية لمهارات تطبيق البرنامج من أنشطة حيوية وفعالة اعتمدت على إعمال العقل والتفكير بما يتناسب والقدرات العقلية للمراهقين المتفوقين عقليا أبناء المطلقات.

كما ساهمت التدريبات المختلفة التى تعرضت لها المجموعة التجريبية فى التخلص من السلوكيات الهازمة للذات وترسيخ مبادئ الشعور بأهمية الذات والثقة بالنفس. فضلا عن التعرض للقصص الحياتية الاجتماعية التى تعين المراهقين على رؤية الذات والآخرين بصورة إيجابية والتى اتضحت من خلال الشخصيات الحقيقية التى عرضت مشكلاتها وطرق التعامل السوى معها، أو عن طريق مقاطع المسلسلات الاجتماعية التى ناقشت المشكلات التى تمس المراهقين وتم مناقشة أرائهم للوصول إلى أفضل أسلوب للتعامل السوى والصحيح فى المواقف المختلفة. بالإضافة إلى عمليات التقويم المستمرة أثناء وبعد انتهاء الجلسة عن طريق الواجب المنزلي.

- نتائج الفرض الثانى: ينص الفرض الثانى على أنه "توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية من المراهقين المتفوقين عقليا أبناء المطلقات فى القياسين قبل وبعد تطبيق البرنامج على مقياس الشعور بالخزى للمراهقين وذلك فى اتجاه القياس القبلي". وقد حسبت الباحثة اختبار ويلكوكسون اللابارامترى لدلالة الفروق بين المجموعات المرتبطة للتحقق من صدق هذا الفرض، وجدول (٣) يوضح النتائج التى تم التوصل إليها:

جدول (٣) متوسطات الرتب ومجموعها وقيم (W) و(Z) ودلالتها بين المجموعة التجريبية (ن= ١٠) فى القياسين قبل وبعد تطبيق البرنامج على مقياس الشعور بالخزى للمراهقين

القياس / البعد	قياس قبلي		قياس بعدي		قيمة (W)	قيمة (Z)	مستوى الدلالة
	متوسط رتب	مجموع رتب	متوسط رتب	مجموع رتب			
هزيمة الذات	٥,٥٠	٥٥	صفر	صفر	صفر	٢,٨٢٩	٠,٠١
التشيؤ	٥,٥٠	٥٥	صفر	صفر	صفر	٢,٨٢٥	٠,٠١
الانصياع للآخرين	٥,٥٠	٥٥	صفر	صفر	صفر	٢,٨٣١	٠,٠١
جلد الذات	٥,٥٠	٥٥	صفر	صفر	صفر	٢,٨٢٧	٠,٠١
الدرجة الكلية	٥,٥٠	٥٥	صفر	صفر	صفر	٢,٨١٤	٠,٠١

أشارت نتائج الجدول السابق إلى وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية من المراهقين المتفوقين عقليا أبناء المطلقات فى القياسين قبل وبعد تطبيق البرنامج على مقياس الشعور بالخزى للمراهقين (هزيمة الذات، والتشيؤ، والانصياع للآخرين، وجلد الذات، والدرجة الكلية)؛ وذلك فى اتجاه القياس القبلي؛ مما يؤكد على تحقق صدق الفرض الثاني.

ويرجع ذلك إلى الأنشطة التى تم استخدامها لخفض الشعور بالخزى ومكوناته سواء عن طريق القصص المعبرة عن المواقف الحياتية الواقعية واتخاذ أراء المتدربين فيها ومناقشتها معهم. وبصور غير مباشرة فقد نفس المتدربين عن انفعالاتهم وتوجهاتهم الحقيقية بالرد على سؤال تم توجيهه لهم وهو ماذا تفعل لو كنت مكان أبطال هذه القصص مثال قصة (لم يكن صديقي) والتى تناولت موقف حياتى لصديقين بفارق طبقى واضح أسفر عن شعور أحدهم بمشاعر الخزي.

وكذلك استعراض وحضور نماذج حية وواقعية. حيث تم حضور أربعة شخصيات بذاتها على مدار تطبيق البرنامج، وقد قامت كل شخصية بعرض المواقف والصعوبات التى واجهتها بالتفصيل وكيف استطاعوا التغلب على هذه المحن المؤلمة والعصيبة والتى لو تم الاستسلام لها لما استطاعوا المضى قدما نحو حياتهم الحالية المليئة بالإنجازات المشرفة. وقد نال ذلك إعجاب المتدربين وأبدوا تجاوبهم العاطفى وكذلك العقلى معهم. وكان التعرض لتلك الخبرات يشكل أهمية كبيرة لتعلم المتدربين المراهقين وإتقانهم كيفية التصرف فى المواقف الصعبة والإيمان بالله والثقة بالنفس والاعتزاز بها.

كما استعانت الباحثة بمقاطع مهمة من المسلسلات الاجتماعية التى تعالج العديد من القضايا التى تخص الشباب فى تلك المرحلة العمرية وخاصة التى تتناول كيفية التخلص من مشاعر الخزي، أو الإحساس بالتشيؤ، والانصياع للآخرين دون التفكير السديد، وكذلك تناولت العديد من مقاطع المسلسلات المخاطر التى يتعرض لها الفرد حينما يستمر فى جلد ذاته. ومن أهم تلك المسلسلات (إلا أنا، إيجار قديم، جزيرة غمام وكذلك مسلسل ولاد ناس).

ولأن الجميع صغارا وكبارا يتعلق بالمقاطع الكرتونية ويفضلها فى كثير من الأحيان فقد انتقت الباحثة عدة مقاطع كرتونية قصصية معبرة تمد المراهقين المتفوقين عقليا بالعديد من المعلومات الحياتية التى تساعدهم على تخطى العقبات وإزاحة الستار عن المشكلات التى يعانون منها ومواجهتها والتحكم فى انفعالاتهم. ومنها مقطع كرتونى بعنوان (تقدير الذات، وآخر بعنوان أنت لست وحدك، وكذلك احد المقاطع الكرتونية بعنوان الجميلة والقبيحة).

ولم تغفل الباحثة دور التدريبات الأساسى فى خفض مشاعر الشعور بالخزى فتنوعت التدريبات لتشتمل على العديد من المواقف الحياتية التى تعين المتدربين المراهقين المتفوقين عقليا على التخلص من مشاعر هزيمة الذات والتشيؤ وجلد الذات وكذلك تدربهم على كيفية الثقة بالنفس وعدم الانصياع للآخرين. بالإضافة إلى الواجبات المنزلية التى ترسخ ما اكتسبوه داخل الجلسة وتعمقه فى وجدانهم وسلوكياتهم لتصبح أكثر تحررا من القيود الفكرية الخاطئة وتخفض من السلوكيات الهازمة للذات وتعزز من امتلاكهم الامكانات التى تعينهم على ممارسة حياتهم بصورة طبيعية دون التقيد بأى مشاعر سلبية.

- نتائج الفرض الثالث: ينص الفرض الثالث على أنه "لا توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات رتب درجات المجموعة الضابطة من المراهقين المتفوقين عقليا أبناء المطلقات فى القياسين قبل وبعد البرنامج على مقياس الشعور بالخزى للمراهقين". وقد حسبت الباحثة اختبار ويلكوكسون اللابارامترى لدلالة الفروق بين المجموعات المرتبطة للتحقق من صدق هذا الفرض، وجدول (٤) يوضح النتائج التى تم التوصل إليها:

جدول (٤) متوسطات الرتب ومجموعها وقيم (W) و(Z) ودلالتها بين المجموعة الضابطة (ن= ١٠) فى القياسين قبل وبعد البرنامج على مقياس الشعور بالخزى للمراهقين

القياس / البعد	قياس قبلي		قياس بعدي		قيمة (W)	قيمة (Z)	مستوى الدلالة
	متوسط رتب	مجموع رتب	متوسط رتب	مجموع رتب			
هزيمة الذات	٣	٦	٣	٩	٦	٠,٤٤٧	غير دالة
التشيؤ	٤,٦٧	١٤,٠١	٤,٤٠	٢٢	١٤,٠١	٠,٥٦٤	غير دالة
الانصياع للآخرين	٣,٧٥	١٥	٥,٢٥	٢١	١٥	٠,٤٢٧	غير دالة
جلد الذات	٤,١٠	٢٠,٥٠	٥,١٧	١٥,٥١	١٥,٥١	٠,٣٥٣	غير دالة
الدرجة الكلية	٥,٧٥	٢٣	٥,٣٣	٣١,٩٨	٢٣	٠,٤٥٩	غير دالة

أظهرت نتائج الجدول السابق عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطات رتب درجات المجموعة الضابطة من المراهقين المتفوقين عقليا أبناء المطلقات فى القياسين قبل وبعد البرنامج على مقياس الشعور بالخزى للمراهقين (هزيمة الذات، والتشيؤ، والانصياع للآخرين، وجلد الذات، والدرجة الكلية)؛ مما يؤكد على تحقق صدق الفرض الثالث.

ويرجع ذلك لعدم تعرض المجموعة الضابطة إلى فاعليات البرنامج الذى تعرضت له المجموعة التجريبية مما يثبت أهمية تطبيق البرنامج للحصول على نتائج فعلية فى تغيير السلوكيات الهازمة للذات.

- نتائج الفرض الرابع: ينص الفرض الرابع على أنه "لا توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية من المراهقين المتفوقين عقليا أبناء المطلقات فى القياسين البعدى والتتبعى لتطبيق البرنامج على مقياس الشعور بالخزى للمراهقين". وقد حسبت الباحثة اختبار ويلكوكسون اللابارامترى لدلالة الفروق بين المجموعات المرتبطة للتحقق من صدق هذا الفرض، وجدول (٥) يوضح النتائج التى تم التوصل إليها:

جدول (٥) متوسطات الرتب ومجموعها وقيم (W) و(Z) ودلالتها للمجموعة التجريبية (ن= ١٠) بين القياسين البعدى والتتبعي لتطبيق البرنامج على مقياس الشعور بالخزى للمراهقين

القياس / البعد	قياس بعدي		قياس تتبعي		قيمة (W)	قيمة (Z)	مستوى الدلالة
	متوسط رتب	مجموع رتب	متوسط رتب	مجموع رتب			
هزيمة الذات	٣	٦	٣	٩	٦	٠,٤٤٧	غير دالة
التشيؤ	٢,٨٣	٨,٤٩	٣,٢٥	٦,٥	٦,٥	٠,٢٧٢	غير دالة
الانصياع للآخرين	٤,٥	٩	٣	١٢	٩	٠,٣٢٤	غير دالة
جلد الذات	٤,١٧	١٢,٥١	٣,٨٨	١٥,٥٢	١٢,٥١	٠,٢٦٤	غير دالة
الدرجة الكلية	٣	٩	٤	١٢	٩	٠,٣١٥	غير دالة

أشارت نتائج الجدول السابق إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية من المراهقين المتفوقين عقليا أبناء المطلقات فى القياسين القبلى والتتبعى لتطبيق البرنامج على مقياس الشعور بالخزى للمراهقين (هزيمة الذات، والتشيؤ، والانصياع للآخرين، وجلد الذات، والدرجة الكلية)؛ مما يؤكد على تحقق صدق الفرض الرابع.

مما يعنى استمرار البرنامج وفاعليته بعد فترة من الزمن فى خفض الشعور بالخزى لدى المراهقين المتفوقين عقليا أبناء المطلقات. ويؤكد صدق الفرض الرابع على قدرة البرنامج على تحقيق أهدافه الفعلية وأنها لم تكن وقتية بل امتدت عبر الزمن لتثبت استمرار أثره. وأن الشخصيات والأنشطة والقصص والواجبات المنزلية التى تم اختيارها وانتقائها وعرضها قد ترسخت بالفعل واتضحت فى سلوكيات المراهقين المتفوقين عقليا أبناء المطلقات.

توصيات الدراسة:

فى ضوء ما توصلت إليه هذه الدراسة من نتائج خرجت الباحثة بمجموعة من التوصيات، واشتملت هذه التوصيات على ثلاث محاور رئيسة:

- المحور الأول على مستوى المجتمع بالكامل:

١. ضرورة إطلاق حملات موسعة وشاملة لتقديم النصح والإرشاد والتوعية الزواجية بأفضل وأبسط الطرق لحل المشكلات الأسرية للحد من ظاهرة الطلاق. على يد متخصصين واستشاريين فى العلاقات الأسرية والزواجية.
٢. استخدام وسائل الإعلام المختلفة وخاصة السوشيال ميديا فى إبراز خطورة الانجراف وراء الثقافات الدخيلة على المجتمع المحلى والتى من شأنها تحطيم العلاقات الأسرية. وتعد سبب واضح فى تمرد ضلعى الأسرة سواء الرجل أو المرأة والرغبة الملحة فى الإقتداء بشخصيات مثيرة لا تتفق وواقع مجتمعاتنا الشرقية، وتعد وبكل أسف من أكبر أسباب الطلاق فى الوقت الحالي.
٣. تنمية وإحياء الوازع الدينى داخل القلوب عن طريق الخطب والمواعظ داخل المسجد والكنيسة للحد من الفتن التى باتت تؤرق المجتمع وأفراده.
٤. إشراك المجتمع المدنى ودور رعاية المرأة فى تشكيل الندوات التى تناقش أهم القضايا والتعرف على أسباب انتشار حالات الطلاق للحد من هذا المعترك الذى يكاد يعصف بالعديد من الأسر بصورة يومية.
٥. توعية الأسر بخطورة القرارات المتسرعة فى الانفصال على جميع أفرادها وخاصة الأبناء.
٦. ضرورة الاستماع إلى الأبناء وأرائهم فى صورة آبائهم ومشاعرهم تجاههم للحد من المشاعر السلبية التى تزداد يوما عن الآخر وتؤدى بالعديد من الأبناء إلى وأدى من الاضطرابات والمشكلات النفسية والسلوكية.

- المحور الثانى على مستوى الأسرة:

١. على الأسرة ضرورة التمهل واللجوء إلى لغة الحوار والبحث عن الحلول عند التعرض للمشكلات المختلفة وعدم التسرع فى اتخاذ خطوة الطلاق، والنظر إلى عواقب هذا القرار على الجميع وخاصة الأبناء.
٢. على جميع الأسر التعرف على أفضل الطرق فى إدارة حوار هادئ للمشكلات التى يتعرضون لها بعيد عن الأبناء حفاظا على صحتهم النفسية.
٣. على الأسرة سواء الأب أو الأم المطلقين إدارة حياتهم وحياة أبنائهم بعد الانفصال بصورة متحضرة دون تجريح أو ترك صورة سلبية عن الذات تجاههم.
٤. على الأسرة التى عانت مرار الانفصال ضرورة ملاحظة سلوك أبنائهم وخاصة المراهقين منهم. على أن يتم ذلك بكل حرص دون إشعارهم بدور المراقب المنتقد للسلوك.
٥. على الأسرة تقديم الدعم النفسي، واحتضان أبنائهم، ومتابعة أى تغيرات نفسية تطرأ عليهم لتجنب وقوع الأبناء وخاصة المراهقين منهم فى دائرة الانحراف السلوكى والاضطرابات النفسية التى تضعهم على حافة الانتحار.
٦. تفعيل لغة المناقشة والحوار الفعال مع الأبناء للتعرف على أنماط تفكيرهم واتجاهاتهم ودعم الايجابى منها ودحض السلبي.

- المحور الثالث على مستوى المراهقين أنفسهم:

١. دعم ثقة المراهقين بأنفسهم وإشراكهم فى الأنشطة المجتمعية المختلفة.
٢. المساهمة الفعالة فى تطوير أفكار المراهقين المتفوقين عقليا ومحاولة استثمارها وإشعارهم بأهمية تلك الأفكار وتأثيرها القوى على المجتمع ككل.
٣. تنمية وعى المراهقين بالاستخدام الآمن لوسائل التواصل الاجتماعى اللى باتت تمثل خطرا فى انعزالهم والاستغراق فى عالمهم الخاص وأفكارهم الخاطئة التى قد تعرضهم للخطر والرغبة فى التخلص من الحياة.
٤. تدريب المراهقين على أبسط الطرق التى تساعدهم فى التعبير عن مشاعرهم بدلا من كبتها وتطورها داخل المراهق وبالتالى حدوث انفجار سلوكى قد لا يمكن تداركه.
٥. عدم الاستهانة بمشكلات المراهقين المتفوقين عقليا وخاصة أبناء المطلقات نظرا لأن مشكلاتهم مركبة فالمراهق فى حد ذاته يعانى من عدة مشكلات وتغيرات نفسية فما بالنا لو كان هذا المراهق من المتفوقين عقليا هنا تكون مشكلاته وحاجاته أدق وأكثر صعوبة نضيف على ذلك كونهم يعانون من أنهم أبناء مطلقات تلاحقهم مشاعر الخزي. هنا لابد لنا من التوقف وإمعان النظر فى الأسلوب والطريقة المثلى للتعامل السوى والآمن مع هذه الفئة الأكثر حساسية.
٦. عمل إستفتائات موسعة نستخلص منها أراء المراهقين حول شكل المنظومة الأسرية من وجهة نظرهم مميزاتها وعيوبها وكيفية التغلب على تلك العيوب، وذلك حتى نتمكن إشراكهم فى بناء المنظومة المجتمعية ككل وفى نفس التوقيت نتعرف على أساليب تفكيرهم واتجاهاتهم.

البحوث المقترحة:

١. فاعلية برنامج قائم على القبول والالتزام فى تخفيف الأثار النفسية الاجتماعية للمراهقين المتفوقين عقليا أبناء المطلقات.
٢. فاعلية برنامج قائم على تنمية الحوار المجتمعى للحد من ظاهرة الطلاق وأثاره السلبية على الأبناء.
٣. دراسة وصفية للكشف المبكر لسلوكيات الشعور بالخزى لمرحلتى الطفولة المتأخرة والمراهقة لتداركها والحد منها فى المستقبل.
٤. فاعلية برنامج قائم لخفض الإحساس بالعجز والشعور بالخزى لدى عينة من المراهقين أبناء المطلقات.
٥. دراسة العلاقة بين المبالغة فى استخدام وسائل التواصل الاجتماعى وانتشار ظاهرة الطلاق فى المجتمعات العربية.
٦. فاعلية برنامج قائم على تحسين العلاقة الوالدية بالمراهقين أبناء الطلاق فى ضوء بعض المتغيرات النفسية (الحب، والمشاركة، والاندماج المجتمعي).

المراجع:

١. جميل حمدان. (٢٠١٤). **المراهقة خصائصها ومشاكلها وحلولها**. المغرب: دار الألوكة للنشر.
٢. حامد زهران. (٢٠٠٥). **التوجيه والإرشاد النفسي**. القاهرة: عالم الكتب.

٣. حسن أحمد. (٢٠٠٧). **التدريب وفعالياته فى بناء البرامج التدريبية وتقويمها**. عمان: دار الشروق.

٤. سامى ملحم. (٢٠٠٤). **علم نفس النمو دورة حياة الإنسان**. عمان: دار الفكر العربي.

٥. سهير كامل. (٢٠٠١). **علم النفس والتحليل النفسي**. القاهرة: دار غريب.

٦. عبدالرحمن سليمان، وصفاء أحمد. (٢٠٠١). **المتفوقون عقليا**. القاهرة: مكتبة زهراء الشرق.

٧. عبدالسلام عبدالغفار. (١٩٩٨). **التفوق العقلى والابتكار**. القاهرة: دار النهضة العربية.

٨. فاروق موسى. (٢٠٠١). **النمو النفسى فى الطفولة والمراهقة**. القاهرة: مكتبة النهضة المصرية.

٩. كمال مرسى. (١٩٩٩). **رعاية النابغين فى الإسلام وعلم النفس**. الكويت: دار القلم للنشر والتوزيع.

١٠. محمد ابوحلاوة. (٢٠١٣). حالة التدفق المفهوم– الأبعاد والقياس. **مجلة شبكة العلوم النفسية والعربية**، ٢٩ (٣)، ٣٨– ٤٨.

١١. محمد سعفان، ودعاء خطاب. (٢٠١٦). **مقياس المستوى الاقتصادي، الاجتماعي**، الثقافى كراسة التعليمات والأسئلة. القاهرة: دار الكتاب الحديث.

١٢. محمد مروان. (٢٠١٣). **جلد الذات** (طبعة إلكترونية). http://www.alwatan.com

١٣. محمد إمام. (١٩٩٦). **الزواج والطلاق فى الفقه الإسلامي**. بيروت: المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر والتوزيع.

١٤. محمود ابوالنيل، ومحمد طه، وعبدالموجود عبدالسميع. (٢٠١١). **مقياس ستانفورد بينيه الصورة الخامسة**. القاهرة: المؤسسة العربية.

١٥. مهتاب أحمد إسماعيل. (٢٠١٦). **الطلاق أسبابه ونتائجه من وجهة نظر المطلقات**. فلسطين: جامعة النجاح الوطنية.

١٦. نعمة رقبان. (٢٠١٣). **نمو ورعاية الطفل بين النظرية والتطبيق**. القاهرة: مكتبة بستان المعرفة.

17. April, J. (2016). Teacher's perceptions of the self- defeating behavior of outstanding students during the lost year of high school. **PhD**. Department of professional studies University of Wyoming.

18. Callan, M., Kay, A.& Bawthy, R. (2014). Making sense of misfortune. Deservingness, self- esteem, and putternes of self- Defeating. **Journal of personality and social psychology**, 107 (1), 142- 146.

19. Chang, Y.& Emery, R. (2013). Early adolescents and divorce in South Korea: risk, resilience and pain. **Journal of comparative family studies**, 21 (4), 855- 870.

20. Compellone, T., Sanchez, A.& King, A. (2016). Defeatist Performance beliefs, negative symptoms, and functional outcome in schizophrenia: a Meta analytic review. **Schizophrenia bulleim**, 42 (6), 34- 52.

21. Hopes, L.& Williams, A. (1999). Depression, self- Defeating and self- Destructive Behaviors as predictors of suicide ldeaticen. **Psychological Reports**, (84), 63- 66.

22. Jones, A.& Jelly, S. (2003). **Power in North Carolina- parents. Is there a relationship between family structure and Adolescent self? Efficacy Association today**, 1 (2), 56- 67.

23. Kordel, L. (2012). **Live to enjoy the money you make**. New York, Literary licensing, LLC.

24. Murray, R. (2016). **Interpersonal gait and self. Defeating behavior of foster youth. Dissertation abstract states**. 978- 8- 496- 088362. The Weight Institute. United States California.

25. Schill, T.& Sharp, M. (1995). Self- defeating personality and depression. A closer look. **Psychological Reports**, 76, 1167- 1170.

26. Stewalt, F.& Brentamo, M. (2006). **Divorce causes and Consequences**, Newhaven: Yale University Press.

27. Vernon, P.& Adomson, C. (1997). **The Psychology and Education of Gifed Children**. London.

28. Wallel, S.& Blakselee, S. (2003). **What about kids?** New York: Hypction.

29. White, F. (1996). **The Economic and Social. Coasts of family Disintegration, paper presented at the family conference**, Rome.