



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة ديالى

كلية التربية للعلوم الإنسانية

قسم العلوم التربوية والنفسية

أثر أسلوب التحدث مع الذات في خفض إيذاء الذات لدى طلاب المرحلة المتوسطة

رسالة مقدمة

إلى مجلس كلية التربية للعلوم الإنسانية في جامعة ديالى وهي جزء من

متطلبات نيل درجة ماجستير في التربية

(التوجيه والإرشاد)

من الطالب

صاحب عبد الله حمد

إشراف

الأستاذ الدكتور

عدنان محمود عباس المهداوي

2011م

1432هـ

مشكلة البحث Problem of the research

تُعَدُّ مشكلة إيذاء الذات من المشكلات التي عاصرت وجود الإنسان واستحوذت على اهتمام بالغ على مر التاريخ من رجال الدين وعلماء النفس والاجتماع والطب، وهو سلوك غير سوي زاد انتشاره في الآونة الأخيرة بشكل غير طبيعي، ويعدّه علماء النفس من السلوكيات التي تتطوي على كره مسبق للذات ومستوى متدني من تقويمها (حسن، 2006، ص256).

يبدأ إيذاء الذات في الطفولة، ويستمر أيام المراهقة، ويستقل أيام الشباب وعند الكبر في السن أيضاً، والذين يقومون بإيذاء أنفسهم يذكرون أنهم يحسون بالتوتر عندما يحاولون الامتناع عن ذلك ويشعرون بالراحة في حالة إيذاء أنفسهم، لذا نرى أن بعضهم يتباهى ويفتخر بما يقوم به من أذى موجه إلى ذاته (هيلز وهيلز، 1999، ص143-144).

وتنتهي حالات كثيرة من الهياج والاضطراب السلوكي لدى بعض الأفراد بالقيام بالحق الأذى بأنفسهم بإتباع أساليب متعددة كإحداث الجروح في أطرافهم أو إطلاق العيارات النارية على بعض الأجزاء من أجسامهم، وتتخذ بعض الفئات في بعض المجتمعات ظاهرة إيذاء الذات حجماً ورمزاً للرفض الاجتماعي كما يقوم بذلك بعض المتظاهرين أمام مسؤوليهم ليعبروا بذلك عن موقف رافضٍ أو محتج (إبراهيم، 1987، ص141).

وتكمن مشكلة إيذاء الذات عندما يقوم الشخص بإيذاء نفسه بنفسه، وعندها تكون عملاً عدائياً موجهاً ضد النفس وضد الآخرين، إذ إن الشخص المؤذي لذاته يجلب المشاكل الصحية لنفسه، والضغط الاجتماعي لأسرته، والحزن والندم في نفوس أقاربه وأصدقائه وإفراد مجتمعه على حد سواء، وازدياد ظاهرة إيذاء الذات

بدون وقاية يساهم في انحلال المجتمع وتفككه (الجهني، 1999، ص2)، وهذا ما أيدته دراسة كيربرج (Kehrberg, 1997)، حيث أشارت إلى أن سلوك إيذاء الذات يخلق مشكلات خطيرة في الجوانب النفسية والاجتماعية للفرد وخصوصاً في مرحلة المراهقة (Kehrberg, 1997, p.35)، وهي المرحلة التي سيتناولها البحث الحالي.

وتتراكم المشاعر السلبية عند الطالب الذي يسعى إلى إيذاء ذاته من خلال الظروف الاجتماعية والاقتصادية والحياتية الصعبة التي يواجهها، نتيجة المعاملة السيئة والقاسية التي تمارسها بعض الأسر مع أبنائها ولا سيما في الأمور المتعلقة بالدراسة والمثابرة عليها مع تردد أو عدم استعداد من جانب الفرد لهذا الأمر مما تجعله يمر بحالة إحباط ومع استمرارها يصبح إحباطاً قد يدفعه إلى التفكير في إيذاء ذاته للتعبير عما بداخله من المشاعر السلبية (مخزومي، 2004، ص225-226).

ولقد أخذت تبرز مشكلة إيذاء الذات في عدد من دول العالم المتقدمة والدول النامية على حدٍ سواء، الأمر الذي جعل هذه المشكلة تثير اهتمام الباحثين بمختلف تخصصاتهم (الجهني، 1999، ص4).

أن ما تعرض له المجتمع العراقي ولدّ الكثير من الضغوط والمشكلات وعلى جميع المستويات ولا سيما الأمنية منها والتي أثرت على كافة شرائح المجتمع، ومن أبرزها إحداث الحرب الأخيرة عام 2003 وما أعقبها من تدهور في الوضع الأمني والاجتماعي .

إن مثل هذه الضغوط تفرض على الفرد تغيرات قد تكون فسيولوجية أو اجتماعية أو نفسية أو تجمع بين هذه المتغيرات الثلاث، وإن أهم مصادر الضغوط

هي الحروب وأخطارها وعدم الاستقرار وفقدان الأمن، (عثمان، 2001، ص 96-97).

وعليه ارتأى الباحث أن يبحث عن حالات إيذاء الذات في مرحلة المراهقة التي تقابل المرحلة المتوسطة في المدارس العراقية، وذلك لأن هذه المرحلة تمتاز بأنها مرحلة الانفعالات والتوترات العنيفة فالمرهق أحياناً يثور لأبسط الأسباب ولا يستطيع التحكم بالمظاهر الخارجية لحالته، وقد يوجه حالته إلى الداخل ويؤذي نفسه (الجسماني، 1983، ص 177).

ولمعرفة مدى انتشار حالات إيذاء الذات لدى طلاب المرحلة المتوسطة في مؤسساتنا التربوية والتعليمية، قام الباحث بتطبيق مقياس إيذاء الذات في ثلاث مدارس* على عينة مكونة من (100) طالب من طلاب المرحلة المتوسطة وقد أوضحت النتائج بأن (70%) من أفراد العينة تؤكد وجود حالات إيذاء الذات لدى الطلاب.

ولتعزيز هذه النتائج قام الباحث بتوجيه استبيان استطلاعي (ملحق/2) إلى (10) من المرشدين التربويين** وكانت (80%) من إجاباتهم تؤيد وجود حالات إيذاء الذات، مثل عبور الطريق وسط سير كثيف من السيارات أو قيادة السيارة أو الدراجة بسرعة فائقة أو الإضراب عن الطعام أو استعمال عقاقير طبية بجرع كبيرة، فضلاً عن ذلك قام الباحث بتوجيه الاستبيان نفسه إلى (10) من المدرسين الذين يعملون في المدارس المتوسطة في مركز مدينة بعقوبة وكانت (70%) من إجاباتهم

* - ثانوية حي المعلمين للبنين.

- ثانوية الشام للبنين.

- ثانوية النجف الأشرف للبنين.

** تم اختيارهم من المدارس المتوسطة والثانوية في مركز مدينة بعقوبة.

تؤكد وجود حالات إيذاء الذات لدى طلاب المرحلة المتوسطة مما يؤثر على مستواهم الدراسي وتوافقهم النفسي والاجتماعي.

إضافة إلى ذلك فقد أشارت عدد من الدراسات العراقية الوصفية ومنها دراسة (الموسوي وباقر، 2006) إلى وجود حالات إيذاء الذات لدى طلبة المرحلة الإعدادية ، وكذلك دراسة (كاظم، 2009) إلى وجود نفس الحالات لدى طلبة المرحلة المتوسطة ، وأوصت الدراستين إلى ضرورة بناء برنامج أو تطبيق أسلوب أرشادي للتخفيف من حدة هذه المشكلة ، ومن هنا تبرز مشكلة البحث الحالي والتي سعى الباحث لدراستها، لذا سيقوم الباحث بتطبيق أسلوب أرشادي (أسلوب التحدث مع الذات) بالاعتماد على منهج البحث التجريبي لمساعدة الطلاب على الحد قدر الإمكان من هذه المشكلة. وبذلك أصبح الباحث إمام تساؤل يحاول الإجابة عنه وهو: هل لأسلوب التحدث مع الذات أثر في خفض إيذاء الذات لدى طلاب المرحلة المتوسطة؟

أهمية البحث **The Importance Of Research**

يُعدّ ميدان الصحة النفسية من أكثر ميادين علم النفس إثارة لاهتمام الناس، سواء المتخصصين منهم في العلوم الإنسانية أو غيرهم من عامة الناس، ولعل من أهم الأسباب التي يمكن أن توضح أهمية هذا الميدان هو أن الوصول إلى مستوى مناسب من الصحة النفسية السليمة أمر مرغوب فيه من الناس جميعاً، فالصحة النفسية كجمال من مجالات علم النفس تمثل الملكة المتوجة على بقية مجالات علم النفس الأخرى وليس في ذلك مبالغة، فهي محصلة جميع الوظائف النفسية التي يقوم بها الفرد، وهي غاية الوظائف النفسية المتعدد التي يقوم علم النفس بدراستها (عبد الغفار، 1990، ص6).

فالفرد السليم نفسياً لديه معرفة إدراكية واقعية لذاته ويتقبل نقاط ضعفه وقوته ويبيدي اهتماماً بالآخرين، ويوجه من قبل القيم الداخلية أكثر من القيم الخارجية، ويستطيع تحمل الإجهاد والإحباط أو الفشل من دون أن يفقد توازنه الشخصي (Ruthan, 1974.p.1-4).

ومن الناحية الاجتماعية لا بد أن يناط أمر الصحة النفسية إلى مؤسسات تربوية وعلاجية لبث الوعي لدى الآخرين ليتعرفوا على الاضطرابات النفسية الشائعة لديهم وطرقاً وأساليب معينة لعلاجها وكيفية التعامل مع المصابين بها، والدعوة إلى بذل الجهد للتخفيف من شدة الأزمات التي يمكن أن تسبب لهم إيذاء للذات (الخالدي، 2001، ص28).

وينفرد المجتمع العراقي في أنه تعرض لثلاثة حروب مختلفة وطاحنة لأكثر من ربع قرن بدءاً من الحرب (العراقية-الإيرانية) عام 1980، ومروراً بحرب الخليج الأولى عام 1991، ومن ثم الحرب الأخيرة التي انتهت باحتلال العراق عام 2003، فضلاً عن ثلاث عشرة سنة من الحصار تخللها انهيار النظام الصحي والاجتماعي والأمني والاقتصادي، ويضاف لها ما حصل في الأعوام السبع الأخيرة من أعمال العنف المتمثلة بالانفجارات والاعتقالات التي طالت الآلاف العراقيين الأبرياء (الزبيدي، 2011، ص15-17).

لذا يرى الباحث أن هذا الأمر يفرض على المعنيين في المجال التربوي الدراسة العلمية للوقوف على الأسباب الحقيقية التي تساعد في معالجة الاضطرابات النفسية والمشاكل الاجتماعية التي يعاني منها المجتمع العراقي نتيجة الظروف القاسية التي يمر بها، ومن ثم تعد البرامج والأساليب الإرشادية من الأولويات التي يجب أن تتضمنها الخطط التربوية والصحية والاجتماعية.

ويُعدّ مفهوم الذات باعتباره مكون مهم لحالة إيذاء الذات لدى الفرد، والذي يعني فكرة الفرد عن نفسه أو ذاته، فضلاً عن انه يشكل بعداً مهماً من أبعاد الشخصية الإنسانية وحجر الزاوية لها والذي له اثر كبير في سلوك الفرد وتصرفاته حيث يلعب دوراً كبيراً في توجيه السلوك وتحديده، فالكيفية التي يدرك بها الفرد ذاته تؤثر في الطريقة التي يسلكها (محمود ومطر، 2011، ص19).

لذلك فإن كثيراً من مشكلات المراهقين ناتجة عن الفكرة السلبية المتكونة عند المراهق عن ذاته، فالشعور الذي يحمله المراهقون نحو أنفسهم هو احد محددات السلوك البالغة الأهمية، وشعور المراهق بأنه شخص بلا قيمة يفتقر إلى احترام الذات يؤثر على دوافعه واتجاهاته وقيمه وسلوكه، ويجعله ينظر إلى كل شيء بمنظار تشاؤمي، فالمراهقين الذين يفتقرون إلى الثقة بالذات لا يكونون متفائلين حول نواتج جهودهم، فهم يشعرون بالعجز والنقص والتشاؤم ويفقدون حماسهم بسرعة، وتبدو الأشياء بالنسبة لهم وكأنها تسير دائماً بشكل خاطئ، وهم يستسلمون بسهولة وغالباً ما يشعرون بالخوف ويصفون أنفسهم بصفات سلبية مثل (سيء) و(عاجز) ويتعاملون مع مشكلات الإحباط والغضب التي يتعرضون لها بطريقة غير مناسبة حيث يتوجهون بسلوك انتقامي لإيذاء أنفسهم أو إيذاء الآخرين (القاسم

وآخرون، 2000، ص156) مما يجعل لسلوك إيذاء الذات آثاراً سلوكية فادحة في الفرد وفي من حوله، إذ تنخفض قيمة الذات لديه ويقل احترامه لها وتقل الرغبة في تحقيقها ويزداد الميل إلى إيذائها بسلوكيات عنيفة (Arnold, et,)

1. p, 2003, al) ومن صفات الشخص المؤذي لذاته انخفاض تقدير الذات، والقلق، والاندفاعية، والاعتماد على الكحول والمواد المخدرة (Rodham, et, al,) (2005, p.3).

تعويضي كبديل، وإما محاولة لتقوية الأنا التي جرحته مشاعر الدونية أو عدم الكفاءة، بأن يقوم المراهق وحده بالبرهنة لنفسه على شجاعته وقيمته، وأما محاولة لتحقيق الإشباع بالانتقام عن وعي أو بلا وعي، وبطريقة مباشرة أو غير مباشرة، وربما كانت محاولة تدفعها رغبة خفية لعقاب الأبوين، بإتباع سلوك يؤذيها وينغص حياتها، وأما محاولة الإرضاء وتضخيم ذاته بإتباع سلوك معادٍ للمجتمع، وإما استجابة لدوافع غريزية معطلة أو مهملّة، في شكل سلوك خاطئ، وأما رغبة في إيذاء ذاته استجابة لشعور واعٍ أو غير واعٍ بالذنب (العيسوي، 1993، ص117).

ومن صفات الأشخاص المؤذنين لذاتهم أنهم غير قادرين على السيطرة على انفعالاتهم الحادة وغير قادرين على التعبير عن عواطفهم، ولديهم نفور كبير وعدم رضا عن أنفسهم وذلك كوسيلة للتعبير عن انفعالاتهم وعواطفهم وكطريقة لمعاقبة أنفسهم (Thompson, 1996, p.1)، وتكون تلك الانفعالات السلبية مصاحبة للنية المسبقة لعقاب الذات وممهدة لإيذائها (Klenike, 1978, p.188).

ويرى (سيزر، 1945) أن الطلاب الذين يمارسون سلوك إيذاء الذات كانوا يعاملون بقسوة في مرحلة الطفولة (ارجايل وإبراهيم، 1973، ص86) وأنهم كانوا يتعرضون لضغوط شديدة من أبرزها العزلة والحرمان واضطراب في العلاقات الشخصية والتوترات الانفعالية الهائجة والتي من الصعب تحملها لذا يقومون بإيذاء أنفسهم مما يولد بالنتيجة شعوراً مريحاً يساعد على إزالة تلك التوترات لديهم (Jones & Daniels, 1996, p.263-267).

وعادة ما يلجأ الفرد إلى إيذاء ذاته أو للتعبير عن مشاعره أو عواطفه المتأزمة عن طريق جسده، أو كونه نوعاً من الشعور بالذنب فيبدأ بعقاب نفسه (Kanan & Finger, 2005, p.11)، وينتهج الفرد هذا السلوك ضناً أن ذلك سيخفف التوتر الناجم عن الشعور بالذنب أو تحقيقاً للانتقام غير مباشر (Sartorius, 1993, p.342) أو لجلب اهتمام الآخرين ولفت نظرهم، حتى يجعلهم يشعرون به (الغامدي، 1990، ص92).

وقد يحدث في بعض الحالات الخطرة أنه إذا لم يجد الفرد وسيلة لتصريف شحنته العدوانية وتفريغها في المحيط الخارجي أن يتحول العدوان ويرتد إلى ذات الشخص الذي استثير، فيلهب في نفسه الشعور بالذنب ويثير فيه الحاجة إلى عقاب الذات مادياً أو معنوياً، ومن تلك الصور التورط في أعمال أو مواقف مهينة كالضرب على الوجه أو الانخراط في نوبات عدوانية أو قد يكون الانتحار وسيلة يتخذها بعضهم هرباً من وطأة الشعور بالذنب (راجح، 1976، ص 553).

وقد يرغب الفرد من خلال القيام بهذا العمل إلى إشباع ميل لا شعوري لإيذاء الآخرين أو النفس، أو قد يكون وسيلة لجلب الحزن للأهل أو الانتقام منهم أو قد يكون لدى بعض الأشخاص حاجة شديدة إلى إنزال العقاب بأنفسهم على الرغم مما يتمتعون به من ذكاء وصحة وسلامة في الحواس والخبرة (الزبيدي، 1999، ص 227).

ومن العوامل الذاتية أو الشخصية التي تؤدي إلى ظهور العدوان على الذات الشعور بالفشل المتكرر أو الشعور بالإحباط أو الحرمان من العطف والحب ويؤدي ذلك بالفرد إلى العدوان على الأشياء أو على نفسه ويظهر العدوان على الذات في صور مختلفة منها الرغبة في إيذاء الذات أو التعرض عن عمد للإصابة بالجروح والعناد والعصيان والإضراب عن الطعام. ومن العوامل الذاتية أو الشخصية الأخرى فقدان الشعور بالأمان وفقدان الثقة بالنفس أو الشعور بالنبذ أو الغيرة (الهمشري وعبد الجواد، 2000، ص 41-42).

إن إيذاء الذات لدى الكبار يرتبط باضطرابات وصراعات نفسية وعاطفية حادة قد تكون كامنة وتتفجر لأسباب بسيطة، ولكن عند المراهقين قد ترتبط ظاهرة إيذاء الذات لديهم بمجالات اضطراب السلوك وضعف الإدراك والشعور بالذنب وتفكك واضطراب العلاقات العائلية وفقدان أحد الوالدين أو الطلاق أو الضغوط أو الإحباط أو الاضطرابات النفسية والعاطفية (العظماوي، 1988، ص 172-173).

ومن الجدير بالذكر أن عدم الشعور بالأمن يؤدي إلى اضطرابات كثيرة لدى الطلاب تؤثر على فاعليتهم ومنها الاكتئاب وإيذاء الذات وانخفاض اعتبار الذات والخوف والقلق (شيفروميلمان، 1989، ص 111).

وعموماً فقد تبين أن بعض الأشخاص عندما تواجههم بعض المواقف العصبية أو الصعبة يميلون إلى توجيه اللوم والتأنيب لأنفسهم وقد يصل هذا العدوان على الذات إلى الضرب والشتائم المسموعة، وهذا ما يسمى بالتحول العدواني، وأن السلوك العدواني للمراهقين يتجه نحو الذات عندما توجه إليهم إهانة من أشخاص ذو مركز مرتفع، وكذلك يتوجه السلوك العدواني نحو الذات عندما يكون توجيه العدوان للخارج محفوفاً بالمخاطر (أرجايل وإبراهيم، 1973، ص 86).

ويرى (Leary, 2007) أن بعض الناس يواجهون مصاعب الحياة وحالات فشلهم بصبر (grace)، بينما ينشغل آخرون بأبسط الأخطاء ويتهمون أنفسهم عليها وبيبالغون كثيراً فيها، فتنتابهم حالات من الغضب، والألم، ويحاولون أحياناً إيذاء أنفسهم أو ضربها (Leary, 2007, p.34).

وتُعدّ مشاعر الذنب عواطف مؤلمة لأصحابها تشل حركتهم وتبعدهم عن الواقع وتخلق نوعاً من القلق يؤدي إلى عدم التوازن، فيسعى الأفراد لإيذاء أنفسهم من أجل تخفيف مشاعر الذنب، وإعادة التوازن لأنفسهم ومن هنا سعت البلدان المتقدمة لتأسيس مراكز متخصصة لتقديم المساعدة وإعادة هؤلاء الأشخاص إلى الحياة الطبيعية (Myers, 1999, p.491).

ومهما كانت الأسباب فإن إيذاء الذات بهذا الشكل إنما هو اضطراب يستحكم بصاحبه فلا يحس بالراحة إلا بعد أن يمارسه، وبمجرد الاستمرار عليه يفضي إلى ازدياد الإيذاء أكثر من حيث حدته وشدته. (هيلز وهيلز، 1999، ص 143).

وقد أشارت دراسة (حسن، 2006) إلى أن الظروف الصعبة ومتاعب الحياة التي تعيشها أغلب شرائح الشعب العراقي، ومنها شريحة الطلبة، مما جعل منهم من يصاب باليأس أو أن تصبح نظرتهم لأنفسهم بأنهم لا شيء ولا معنى للحياة التي يعيشونها وأن ذلك يخلق جواً نفسياً لا يطيقون تحمله يدفع بهم إلى إيذاء أنفسهم (حسن، 2006، ص 257).

وأيدت ذلك دراسة (الاعرجي، 2007) حين أشارت إلى أن فقدان معنى الحياة ارتبط إيجابياً بإيذاء الذات وسلبياً مع الرضا عن الحياة والسعادة والابتهاج،

وأن فقدان معنى الحياة من شأنه أن يؤثر سلبياً على حياة الإنسان وعلى صحته النفسية والجسمية، إذ يؤدي في كثير من الأحيان إلى إيذاء الذات أو إيذاء الآخرين (الاعرجي، 2007، ص8).

وكثيراً من الطلاب المراهقين يهددون بإيذاء أنفسهم أو قتلها عندما يكونون في حالة غضب شديد، إلا أنهم يعتذرون عادةً بعد أن ينحسر غضبهم ويقولون إنهم لا يقصدون ذلك. أما الطلاب الذين يؤذون أنفسهم فهم شديدي النقد لذواتهم، وهي إشارة تحذير مبكرة ومهمة بسلوك إيذاء الذات بما في ذلك الانتحار وهو سلوك شائع نسبياً وهو في ازدياد (عبد الهادي والعزة، 2005، ص258).

أن خطورة سلوك إيذاء الذات وإبعاده السلبية، وتأثيراته المباشرة، تستلزم وضع معالجات قابلة للتنفيذ لكي يساهم المتخصصون على الأقل في رسم الحدود اللازمة لمنع انتشاره (السامرائي، 1990، ص5).

ولذلك فإن استمرار سلوك إيذاء الذات دون رادع ينتج عنه مشاكل عديدة أبرزها وأخطرها الانتحار (Ford, et, al, 1968, p.47).

وهذا ما أيدته نتائج دراسة (Wessley,1996) ودراسة (Hurry & storey,2000) إذ أشارت إلى أن هناك خطورة عالية من جراء تكرار هذا السلوك، وأن عدم معالجة هذه المشكلة، وضعف السيطرة على انتشارها يؤدي إلى مخاطر متعددة أبرزها وأخطرها الانتحار التام (Wessley,1996, p.129) (Hurry & storey,2000, p.126).

ويمثل الانتحار الحد الأعلى من سلوكيات إيذاء الذات، والتي يعتقد فيه المنتحر أنه لا حل لمشكلته إلا بالموت أو بمعجزة تحدث في حياته (Rathus, 1990, p.515).

ولذلك فإن سلوك العدوان على الذات لا يقتصر على مرحلة معينة وإنما يوجد في جميع المراحل العمرية، ولكن يظهر هذا السلوك في مرحلة المراهقة بصورة واضحة (العيسوي، 1988، ص13).

وتعدّ حالة إيذاء الذات من الحالات النفسية والسلوكية المعروفة في مرحلة المراهقة، وعادة ما تستهدف تخفيف حدة التوتر النفسي الكامن في نفس المراهق،

وقد يستخدمها البعض لجذب انتباه الآخرين وعطفهم، ويعد سلوكاً شائعاً في المراهقة نتيجة حالة التأزم العاطفي والنفسي في هذه المرحلة (العظماوي، 1988، ص 375).

ومرحلة المراهقة من المراحل المهمة في حياة الإنسان التي تحدث فيها معظم التغيرات الفسيولوجية والعقلية والاجتماعية ولقد وصفها بعض علماء النفس بأنها مرحلة صراع نفسي، إذ تولد لدى المراهق كثير من الصراعات والسلوكيات الشاذة ومنها إيذاء الذات (السلطاني، 2004، ص 2).

كما وتتبع أهمية مرحلة المراهقة بكونها مرحلة انتقالية بين الطفولة والرشد ومن أجل أن تتم عملية الانتقال بصورة ناجحة فعلى المراهق أن يوفق بين مطالبه العديدة وأن يكتسب معرفة ومهارات جديدة تمكنه من التوافق مع الموقف الجديد (معوض، 1985، ص 286).

ويعاني اغلب الأفراد في مرحلة المراهقة من الضغوط النفسية نتيجة التغيرات الجسمية وزيادة المسؤولية الاجتماعية الملقاة على عاتقهم (Hoffman, et, al, 1988, p.334).

مما يشير إلى أهمية وحساسية هذه المرحلة من عمر الفرد، وكذلك يشير إلى ضرورة تربيته بالصورة الصحيحة بما يؤهله ليكون عنصراً نشطاً وفعالاً في المجتمع، رغم أن المراهقين لم يقضوا من العمر إلا قليلاً وأن البعض لا ينظر إليهم بعين الاعتبار، لكنهم جيل المستقبل وأن إدارة المجتمع والبلاد ستكون على عاتقهم (العلواني، 2003، ص 13-19).

وعموماً إن الشعور بالذات يعد من أهم خصائص مرحلة المراهقة، ولأول مرة يكون المراهق شديد الاهتمام بنفسه وبالناس وبآرائهم (الجسماني، 2003، ص 273)، إذ أن سلوك المراهق يرتبط ارتباطاً مباشراً بذاته أكثر من أية مرحلة أخرى (Having & Hurst, 1971, p. 105)، ويكون أكثر ميلاً للاستقلال وبحاجة إلى التقدير والاحترام (علي، 1998، ص 195).

وتأتي أهمية البحث الحالي من أهمية مرحلة الدراسة المتوسطة التي تشمل المراهقين الذين ابتدأوا حياة نفسية جديدة ومرحلة من مراحل نمو الشخصية وحسب تحليل أريكسون هي مرحلة الإحساس بالهوية (جابر، 1978، ص70).

وتعد المرحلة المتوسطة مرحلة تعليمية مهمة لأنها تترك أثرها على مستقبل الطالب دراسياً ومهنياً بالإضافة إلى أن المدرسة تعد من أهم المؤسسات المسؤولة عن إعداد الطالب للحياة الأسرية والاجتماعية وتحقق له التكيف والصحة النفسية (الرحيم، 1996، ص5).

فالمدرسة في المرحلة المتوسطة بوصفها مؤسسة تربية واجتماعية لها اثر كبير وفاعل لتهيئة الجو الملائم للنمو النفسي والاجتماعي للفرد (فهومي، 1988، ص356). كما إن لها الدور الكبير في تعديل السلوكيات غير المرغوب بها والتي يقوم بها الطالب وفي جميع المراحل الدراسية وتكون الحاجة إلى تعديل هذه السلوكيات في المرحلة المتوسطة المتمثلة بمرحلة المراهقة أكثر من بقية المراحل الدراسية الأخرى (حمزة، 1976، ص164).

ولذلك يخطأ من يظن أن رسالة المدرسة قاصرة على تلقين الطلاب قدرًا من المعلومات التي تطالبهم بحفظها واستيعابها، وإنما المدرسة بمعناها الشامل عبارة عن إعداد للحياة وإكساب الفرد للمواطنة الصالحة ولذلك يتعين على المؤسسات التربوية أن تعمل على تحقيق تكيف الطالب مع بيئته الاجتماعية والفيزيقية المحيطة به، وتكيفه مع نفسه ورضاه عنها، ولهذا فإن المدرسة حين تؤدي رسالتها على الوجه الأكمل فإنها تحمي طلابها من الوقوع ضحية للصراعات والاضطرابات والتوترات النفسية والعقلية والسلوكية (العيسوي، 1993، ص310).

فالطالب بسبب ميوله الجديدة وتقارب وتضارب اتجاهاته المختلفة انعكاساً لثورته الموجهة لذاته أي للداخل وليس للخارج ولذلك فهو بحاجة ماسة للرعاية والإرشاد (بأولي وبرايمر، 1984، ص72).

فالإرشاد يعمل على تشجيع الطالب على أن يعرف نفسه ويكتشف قدرته ويصل إلى فهم كامل لذاته بحيث يستطيع أن يعمل شيئاً لنفسه ويتعامل مع فرص الحياة بواقعية (الحريري والأمامي، 2011، ص57).

ويقدم المساعدة للطالب (المسترشد) في ضوء استعداداته وقدراته، ويسعى إلى تنمية قدرة المسترشد على توجيه ذاته وحياته بنفسه وتحديد أهدافه في الحياة وتحقيق مطالبه في ضوء معايير المجتمع وأسسه التشريعية وتحقيق سعادته في ميادين الحياة الشخصية والتربوية والمهنية والاجتماعية (محمود، 1998، ص36-37).

إن الإرشاد يعني مساعدة الأفراد على مواجهة العقبات التي تعترض نموهم حيثما وجدت وعلى تحقيق أقصى درجات النمو لإمكانياتهم الشخصية (باترسون، 1981، ص7).

ولذلك فالإرشاد هو عملية تعلم اجتماعي تقوم على أساس علاقة مباشرة بين اثنين احدهما المستفيد من العملية (المسترشد) والثاني هو المرشد المتخصص الذي يمتلك المعلومات والحقائق ومسلحاً بالأساليب الإرشادية النفسية العلمية المختلفة التي تتطلبها هذه العملية، والتي أول ما تهدف إليه هو مساعدة الفرد لمعرفة إمكانياته، ودوافع نشاطه، وأسباب إحباطه، وعوامل قلقه، وما قد يؤدي ذلك إلى شعوره بحالات من الصراع النفسي والعدوان على الذات أو على الآخرين، واختلال الصحة النفسية، فهو يعد الجانب التطبيقي من جوانب التربية والذي يهدف إلى مساعدة الفرد لكي يستخدم طاقاته وإمكانياته المختلفة استخداماً سليماً لتحقيق التوافق مع مطالب الحياة والشعور بالرضا عنها وعن نفسه (أخالدي، 2001، ص196).

وهو مجموعة من الخدمات التي يقدمها اخصائيو علم النفس الإرشادي الذين يعتمدون في تدخلهم على مبادئ ومناهج وإجراءات لتسيير سلوك الفرد بطريقة ايجابية وفاعلة خلال مراحل نموه المختلفة، ويقوم المرشد بممارسة عمله مؤكداً على الجوانب الايجابية للنمو والتوافق من منظور إنمائي، وان هذه الخدمات تهدف إلى مساعده الأفراد على اكتساب المهارات الشخصية والاجتماعية وتحسين توافقتهم لمطالب الحياة المتغيرة وتعزيز مهاراتهم للتعامل مع البيئة المحيطة بهم، واكتساب المهارات والقدرة على حل المشكلات واتخاذ القرارات (أبو اسعد، 2011، ص18).

ولذلك تقع على عاتق العملية الإرشادية المتمثلة بالمرشد التربوي مسؤولية كبيرة في توجيه الطلبة ومساعدتهم على معرفة أنفسهم والبيئة المحيطة بهم وتعليمهم أساليب معالجة الذات مع البيئة (القاضي، 1981، ص15)، وإن الطالب قادر على تحسين سلوكه حينما يصل إلى مرحلة متقدمة من الاستبصار (الداهري، 1998، ص27).

ويعد الإرشاد من أهم العلوم التطبيقية التي ينبغي أن يوليها المسؤولون عن العملية التربوية ما تستحقه من أهمية، إن كنا نهدف إلى الوصول بأبنائنا إلى مستوى مناسب من الصحة النفسية السليمة (عبد الغفار، 1990، ص255).

وتكمن أهمية الإرشاد في المتغيرات المتلاحقة والمتعددة التي أدت إلى ضرورته وحتميته، ولعل أهم هذه المتغيرات هي المرحلة الحالية التي نعيشها والتي تتمثل بمرحلة الضغوط، حيث الحروب والويلات والفقر والبطالة والتفرقة وتدني المستوى المعاشي مقارنة بالغلاء وانتشار الأمراض والحرمان الاجتماعي ونقص التعليم والانفجار السكاني والمعرفي والثورة والمعلوماتية وتتنوع سبل الاتصالات وظهور التقنية الحديثة، والتفكك الأسري، وانتشار الجريمة والانحرافات السلوكية، وتعدد التخصصات الأكاديمية وتشعب أقسامها وفروعها، وغيرها من الأمور التي تجعل الحاجة إلى الإرشاد ضرورة ملحة لتقديم العون والمساعدة للأفراد الذين يعانون من المشكلات والاضطرابات النفسية (الحريري والأمامي، 2011، ص25-26).

ولذلك أصبحت العملية الإرشادية علماً له مناهجه وأسسها وخطته وبرامجه، وتعددت مناهجه وأساليبه تبعاً لتعدد النظريات الإرشادية، فضلاً عن تعدد وتنوع المشكلات التي يواجهها الأفراد (سفيان، 2002، ص110).

فالأساليب الإرشادية عنصر مهم وجوهري في العملية التربوية، ومن الوسائل الضرورية في تكوين جماعة تسودها الألفة والمحبة والاحترام، فضلاً عن قدرتها على مساعدة الجماعة الإرشادية على التخلص مما يواجهها من أزمات ومشاكل في الجوانب التي أعدت لها تلك الأساليب الإرشادية (الأميري، 2001، ص30)، لذلك فإن الهدف الرئيسي للأسلوب الإرشادي هو الوصول بالفرد إلى

التوافق النفسي والاجتماعي وتوفير الجو الملائم في المدرسة والمجتمع (الحياني، 1989، ص208)، وسواءً كانت الأساليب الإرشادية وقائية أم علاجية أم إنمائية، فإنها تسعى لمعالجة مشكلات الفرد وفقاً لأساليب علمية وتقنية تعمل على تنمية ميوله واتجاهاته وتوافقه مع نفسه و بيئته (Berdie, 1959, p.175-). (176).

ومما لا شك فيه أن الأساليب الإرشادية تُعدّ من الخدمات الطلابية التي عرفت مدارس العالم الحديث وأخذت هذه الأساليب تنمو وتتطور بسرعة هائلة في الدول المتقدمة، وذلك لتواكب خدمات هذه الأساليب التقدم التكنولوجي الذي تعيشه تلك الدول، وقد نجحت تلك الأساليب نجاحاً باهراً في القضاء على الكثير من المشكلات والصعوبات التي يواجهها الطلاب والإيفاء بحاجاتهم (الدوسري، 1985، ص235).

وقد ظهر العديد من الأساليب الإرشادية التي تهدف إلى تعديل سلوك الطلبة ومساعدتهم على تجاوز أزماتهم وحل مشكلاتهم ومن هذه الأساليب أسلوب التحدث مع الذات (self Talk Style) للعالم ميكينبوم (Meichenbaum) الذي اعتمده البحث الحالي.

ويُعدّ هذا الأسلوب أحد أشكال إعادة البناء المعرفي الذي يهدف إلى تعليم الفرد على التحدث الايجابي مع الذات من أجل تغيير السلوك المُشكل، إذ يرى (ميكينبوم) أن التخلص من مشكلة ما يعني التخلص من التحدث مع الذات بطريقة سلبية واستبدالها بالتحدث مع الذات بطريقة ايجابية، أي أن إجراءات التدريب على التحدث مع الذات قد ركزت على أهمية اللغة بوصفها موجهاً للسلوك، وإيلاء الأهمية الكبيرة للعناصر اللفظية عند تعديل السلوك، وهو مبني على افتراض مؤداه (أن ما يقوله الفرد لنفسه هو العامل الأساس في توجيه سلوكه) (الظاهر، 2004، ص234) و(الخطيب، 1995، ص260).

ويرى (ميكينبوم) بأن للتفكير والمعتقدات والمشاعر والحديث الايجابي مع النفس وتوجيهات الفرد لنفسه (إعطاء أوامر لنفسه) لها دور كبير في عملية التعلم، ويجب التركيز على فهم الفرد كمسؤول عن إحداث سلوكه (بطرس،

2008، ص178)، إذ أن المسترشد يكتشف من خلال الحوار مع نفسه بأن ما يتمسك به من أفكار ومعتقدات هو أسلوب خاطئ اعتاد عليه (منصور، 2000، ص248).

وقد أشارت (ميكينبوم) إلى أن هذا الأسلوب يمكن أن يساعد على تعديل مجموعة كبيرة من السلوكيات السلبية وغير المتوافقة عند الأطفال والمراهقين والكبار على حدٍ سواء، مثل النشاطات الزائدة، والعزلة الاجتماعية، والقلق، والسلوك العدواني ضد الذات أو ضد الآخرين (الفسفوس، 2006، ص64) (بترس، 2010، ص234).

إن ما يُبين أهمية هذا الأسلوب هو ما أشارت إليه دراسة (Meichenbaum & Good Man, 1971) التي أكدت على أن لأسلوب التحدث مع الذات أثر وفاعلية لتدريب الأطفال والمراهقين المندفعين للتحدث مع أنفسهم لتنمية الضبط الذاتي (Meichenbaum & Good Man, 1982, p.24).

كما أكد نجاح هذا الأسلوب في الإرشاد هو ما توصلت له الدراسات ومنها دراسة (كرم الله، 2010) فقد أشارت إلى أن لأسلوب التحدث مع الذات أثر وفاعلية في تعديل البنى المعرفية للشخصية المميزة (كرم الله، 2010، ص192).

ومن خلال اطلاع الباحث على المصادر والكتب التي تتعلق بموضوع البحث الحالي، ومنها، كتاب مشكلات الأطفال والمراهقين وأساليب المساعدة فيها (شيفر وميلمان، 1989، ص179) وكتاب تعديل السلوك الإنساني، دليل الآباء والمرشدين التربويين في القضايا التعليمية والنفسية والاجتماعية (عبد الهادي والعزة، 2005، ص269) تبين أن أسلوب التحدث مع الذات يعد من الأساليب الإرشادية الجيدة التي تُستخدم في خفض إيذاء الذات.

وبما أن الدراسات التي عنيت ببناء البرامج أو تطبيق الأساليب الإرشادية التي تستخدم في خفض إيذاء الذات تكاد تكون قليلة على حد علم الباحث، لذا يرى الباحث ضرورة تقديم خدمة للطلاب من خلال تطبيق أسلوب التحدث مع الذات (أسلوب سلوكي معرفي) للحد قدر الامكان من حالات إيذاء الذات لدى طلاب المرحلة المتوسطة.

ومن هنا تتجلى أهمية البحث الحالي في الجانبين النظري والتطبيقي:

أولاً: الجانب النظري : Theoretical side

1. من الدراسات العراقية التجريبية الأولى التي تهدف إلى خفض إيذاء الذات (على حد علم الباحث).
2. إضافة علمية جديدة للمكتبة العراقية.
3. تثير اهتمام الباحثين لإجراء المزيد من البحوث العلمية باستخدام أساليب أخرى لخفض إيذاء الذات.
4. فتح المجال أمام الباحثين لإجراء المزيد من البحوث العلمية التي تتعلق بمعرفة أثر (أسلوب التحدث مع الذات) في تنمية جوانب ايجابية أو تعديل سلوكيات أخرى غير مرغوب بها اجتماعياً.

ثانياً: الجانب التطبيقي : The practical side

1. يزود المرشدين التربويين بأسلوب إرشادي يمكن تطبيقه عند تقديم المساعدة الإرشادية للطلبة ذوي المشكلات والاضطرابات النفسية الخفيفة.
2. يساعد في تحصين الطلبة ضد ممارسة سلوك إيذاء الذات.

هدف البحث The Objectiv of Research

يهدف البحث الحالي إلى معرفة أثر أسلوب التحدث مع الذات في خفض إيذاء الذات لدى طلاب المرحلة المتوسطة من خلال اختبار الفرضيات الآتية:

1. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين رتب درجات المجموعة الضابطة في الاختبار القبلي والبعدي على مقياس إيذاء الذات.

2. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين رتب درجات المجموعة التجريبية قبل تطبيق الأسلوب الإرشادي وبعده على مقياس إيذاء الذات.

3. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين رتب درجات المجموعة التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي على مقياس إيذاء الذات.

حدود البحث The Limits of Research

يتحدد البحث الحالي بـ :-

طلاب المرحلة المتوسطة في المدارس المتوسطة والثانوية التابعة للمديرية العامة لتربية محافظة ديالى في مركز مدينة بعقوبة/ الدراسة الصباحية/ للعام الدراسي (2010-2011) م.

تحديد المصطلحات Definition of term

يتضمن البحث الحالي تعريفاً للمصطلحات الآتية:

أولاً: الأثر The Effect

1. الأثر لغةً:

- جاء في لسان العرب بَقِيَّةَ الشيء، والجمع آثارٌ وأثورٌ: وَخَرَجْتُ فِي أَثَرِهِ وَفِي أَثَرِهِ أَي بَعْدَهُ وَأَثَرْتُهُ وَتَأَثَّرْتُهِ: تَبِعْتُ أَثَرَهُ.
- والأثرُ بالتحريك: ما بَقِيَ مِنْ رَسْمِ الشيء، والتأثيرُ: إِبْقَاءُ الأثرِ فِي الشيء، وَأَثَّرَ فِي الشيء: تَرَكَ فِيهِ أَثَرًا (ابن منظور، 1983، ص19).

2. الأثر اصطلاحاً:

هو نتيجة الشيء وله معانٍ عدة :

- أولاً: يعني النتيجة وهو الحاصل من الشيء.
- ثانياً: يعني العلامة وهو السمة الدالة على الشيء.
- ثالثاً: يعني الشيء المتحقق بالفعل، لأنه حادث عن غيره، وهو بمعنى ما مرادف المعلول أو المسبب عن الشيء (صليبيبا، 1960، ص37).

3. عرفه (الحفني، 1991) :

- بأنه مقدار التغير الذي يطرأ على المتغير التابع بعد تعرضه لتأثير المتغير المستقل (الحفني، 1991، ص253).
- ويعرفه الباحث :

تبني الباحث تعريف (الحفني، 1991) في هذا البحث لأنه ينسجم مع

متطلبات البحث الحالي.

ثانياً: ويشمل:

1. الأسلوب : Style

▪ عرفه (Flanders , 1967)

هي الفنيات التي يستخدمها المرشد داخل الصف، والتي تهدف إلى توجيه الطالب وضبط سلوكه مع تبريره لاستخدامه لتلك الفنيات (Flanders , 1967, p.217).

▪ عرفه (Best ,1981)

هي التكنيكات المتبعة في إيصال معلومة معينة أو محتوى ما إلى الطلبة بغية الحصول على أفضل النتائج الممكنة (Best,1981, p.40).

2. الأسلوب الإرشادي : Style Counseling

▪ عرفه ألمان (Allman ,1978)

هو نمط خاص لاكتساب الأفراد المعلومات والسلوك (Allman,1978, p.269).

▪ عرفه قاموس أكسفورد (Oxford ,1984)

هو فنية نموذجية للتعامل مع الأفراد (Hawkins,1984,p.821)

▪ عرفه (عاقل، 1988)

هو التكنيك الذي يستخدمه المرشد في التعامل مع المسترشدين لتحقيق أهداف معينة (عاقل، 1988، ص35).

▪ ويعرفه الباحث :

بأنه الفنية أو (التكنيك) الذي يستخدمه الباحث في تنفيذ مجموعة من النشاطات التي تسهم في تحقيق أهداف بحثه، وتتمثل هذه الفنية أو (التكنيك) بالتحدث مع الذات

ثالثاً: التحدث مع الذات : Self-Talk

1. عرفه (Meichenbaum, 1974)

(ويقصد به الكلام الداخلي أو الذاتي الذي يقلل من آلية النشاط السلوكي غير المتوافق ويزودنا بأساس لتقديم سلوك جديد متوافق) (باترسون، 1990، ص122).

2. عرفه (Ellis, 1994)

مجموعة من الأفكار والسلوك والمشاعر الايجابية والسلبية التي يكون الفرد مهياً لها من الناحية البيولوجية، حيث يتعلم الفرد أن يفكر ويتصرف ويشعر بأشياء معينة لنفسه وللآخرين (الشناوي، 1994، ص97).

3. عرفه (الفاقي، 2001)

ردود فعل لا واعية لها صلة بالأشياء التي نقولها لأنفسنا وهي ناتجة من برمجة سابقة (الفاقي، 2001، ص51).

4. عرفه (العريمي، 2006)

برمجة وإعادة برمجة عقلنا بإشارات سلبية وإيجابية تستقر وتترسخ في العقل الباطن الذي يقوم بتخزين المعلومات وتكرارها فيما بعد (العريمي، 2007، ص46).

5. عرفه (تايلور، 2008)

حوار داخلي يقول الأشخاص أثناءه لأنفسهم أشياء قد تمنعهم أو تساعد على القيام بالعادات الصحية المناسبة (تايلور، 2008، ص901)

6. عرفه (ظافر، 2009)

تعديل التعليمات الذاتية (ما يقوله الفرد لنفسه) والذي ينتج عنه سلوك متوافق بدلاً من السلوك غير المتوافق، إذ يتمكن الفرد من التعامل مع المواقف والمشكلات التي يواجهها (ظافر، 2009، ص11)

7. عرفه (كرم الله، 2010)

أحد الأساليب الإرشادية التي تستخدم الحوار الداخلي أو التعليمات الذاتية في مناقشة الذات في محاولة لإيجاد الاستجابة المناسبة للموقف (كرم الله، 2010، ص13).

ويعرفه الباحث نظرياً:

تبني الباحث تعريف (Meichenbaum،1974) في هذا البحث لأنه تعريف النظرية المتبناة.

التعريف الإجرائي للباحث:

وهو أسلوب إرشادي يتضمن مجموعة من الفنيات والأنشطة المنتظمة في استراتيجيات الجلسات الإرشادية المستخدمة لأغراض البحث الحالي، على وفق نظرية تعديل السلوك المعرفي لـ (ميكينوم).

رابعاً: إيذاء الذات : **Self-Harm**

1. عرفه (Kreitman ,1970)

سلوك متعمد يقوم به الشخص، مشابه لعملية الانتحار، ولكن لا يؤدي إلى الموت (الغامدي، 1990، ص35).

2. عرفته منظمة الصحة العالمية (W.H.O ,1997)

ضرر يلحقه الفرد في بعض مناطق جسمه، ويكون هذا الإيذاء مقبولاً في بعض المجتمعات، تحت ظروف خاصة (W.H.O,1997,p.32).

3. عرفه (Selekman ,2002)

سلوك يستهدف إيذاء النفس للتخلص من مشاعر الألم النفسي والعاطفي التي يعاني منها الفرد، وينتشر في مرحلة المراهقة (Selekman,2002, p.1).

4. عرفه (Skegg , 2005)

مصطلح يستخدم لوصف مدى واسع من سلوكيات إلحاق الأذى بالجسم ويشمل محاولات الخنق وتسميم الذات عمداً وقطع أنسجة الجسم ومحاولات الانتحار، وتعد أكثر السلوكيات السلبية انتشاراً بين المراهقين (Skegg, 2005, p.1).

4. عرفه (كاظم، 2009)

سلوك عنف موجه نحو الذات من الشخص نفسه ينشأ نتيجة تعرض الفرد لموقف محبط أو فشله في تصريفه نحو العالم الخارجي فقد يخلق لديه حالة من اليأس والاستسلام وقد ينتج عنه سوء التوافق النفسي والاجتماعي وضعف الثقة بالنفس، فيثير لديه دافعاً لعقاب الذات (كاظم، 2009، ص19).

7- عرفه (النوايسة و القطاونة، 2011)

وهو نوع من أنواع السلوك العدواني يقوم به الشخص تجاه نفسه، بأن يقطع أو يشوه عضو من أعضاء جسمه، ويكثر حدوث مثل هذا النوع من السلوك بين الأفراد الذين يعانون من مشكلات كبيرة، أو يتعرضون لضغوط شديدة أو حادة (النوايسة و القطاونة، 2011، ص45).

- ويعرفه الباحث نظرياً:

تبنى الباحث التعريف النظري لـ(كاظم، 2009) لأنه تعريف المقياس المتبنى.

- التعريف الإجرائي للباحث:

هي الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من خلال إجابته على فقرات مقياس إيذاء الذات المستخدم في هذه الدراسة.

خامساً: المرحلة المتوسطة : Intermediate Stage

(تعريف وزارة التربية، 1977)

هي المرحلة الدراسية التي تقع بين مرحلة الدراسة الابتدائية ومرحلة الدراسة الإعدادية وقوامها ثلاث سنوات وتشمل على الصفوف الأولى والثانية والثالثة (وزارة التربية، 1977، ص4).

المستخلص

يستهدف البحث الحالي التعرف على أثر أسلوب التحدث مع الذات في خفض إيذاء الذات لدى طلاب المرحلة المتوسطة، وذلك من خلال اختبار الفرضيات الآتية:

1. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين رتب درجات المجموعة الضابطة في الاختبار القبلي والبعدي على مقياس إيذاء الذات.

2. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين رتب درجات المجموعة التجريبية قبل تطبيق الاسلوب الإرشادي وبعده على مقياس إيذاء الذات.

3. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي على مقياس إيذاء الذات.

يتحدد البحث الحالي بطلاب المرحلة المتوسطة في المدارس المتوسطة والثانوية التابعة للمديرية العامة لتربية محافظة ديالى في مركز مدينة بعقوبة/ الدراسة الصباحية/ للعام الدراسي (2010-2011)م .

ولتحقيق هدف البحث واختبار فرضياته استخدم المنهج التجريبي ذا التصميم (مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة مع اختبار قبلي - بعدي) تكونت عينة البحث من (20) طالباً من طلاب المرحلة المتوسطة موزعين بطريقة عشوائية على مجموعتين، (مجموعة تجريبية) و(مجموعة ضابطة)، وبواقع (10) طلاب في كل مجموعة، وقد تم إجراء التكافؤ للمجموعتين في بعض المتغيرات وهي (درجات الطلاب على مقياس إيذاء الذات، والتحصيل الدراسي للأب، والتحصيل الدراسي للام، ومهنة الأب، ومهنة الأم، وعائدية السكن).

وقام الباحث بتبني مقياس إيذاء الذات الذي أعدته (كاظم، 2009) للمرحلة المتوسطة وتم عرضه على مجموعة من الخبراء في التربية وعلم النفس الذين أكدوا بنسبة (100%) على صلاحية المقياس للتطبيق وبذلك تحقق الصدق الظاهري، أما

الثبات فتم إيجاده بطريقتين هي إعادة الاختبار إذ بلغ (0.88)، والفاكرونباخ وقد بلغ (0.87).

وكذلك قام الباحث بتطبيق أسلوب أرشادي (أسلوب التحدث مع الذات) تم تنفيذه من خلال برنامج أرشادي اعد لغرض خفض إيذاء الذات، وتم التحقق من صدق (الأسلوب الإرشادي) عن طريق الصدق الظاهري، من خلال عرضه على مجموعة من الخبراء في الإرشاد والتوجيه، وقد تكوّن الاسلوب من (15) جلسة إرشادية وبواقع (جلستين) في الأسبوع زمن الجلسة الواحدة (45) دقيقة عدا الجلسة الافتتاحية والختامية فقد بلغت (60) دقيقة.

وقد استعملت الوسائل الإحصائية الآتية: (معامل ارتباط بيرسون، اختبار مان وتني، اختبار ولكوكسن، مربع كاي، الوسط المرجح، الوزن المئوي ، معادلة الفاكرونباخ).

وأظهرت نتائج البحث الحالي ما يأتي:

1. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين رتب درجات المجموعة الضابطة في الاختبار القبلي والبعدي على مقياس إيذاء الذات.

2. توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين رتب درجات المجموعة التجريبية قبل تطبيق الأسلوب الإرشادي وبعده على مقياس إيذاء الذات.

3. توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي على مقياس إيذاء الذات ولصالح المجموعة التجريبية.

وقد أظهرت النتائج أن لأسلوب التحدث مع الذات أثر في خفض إيذاء الذات لدى طلاب المرحلة المتوسطة.

وفي ضوء نتائج البحث واستنتاجاته قدم الباحث عدداً من التوصيات والمقترحات.