الجمعية الأردنية للعلوم التربوية، المجلة التربوية الأردنية، المجلد السادس، العدد الثاني، 2021.

أثر برنامج إرشادي (العلاج بالسيكودراما) في خفض مستوى العجز المتعلم لدى عينة من النساء المعنفات

رزان جلال العبادي

تاريخ استلام البحث 2019/4/20 تاريخ قبول البحث 2019/6/15

ملخص:

هدفت الدراسة إلى معرفة أثر برنامج العلاج عن طريق السيكودراما في خفض مستوى العجز المتعلم لدى عينة من النساء المعنفات، فقد تم تطبيق البرنامج على مجموعة من السيدات اللواتي يراجعن مركز أم وصفي للخدمات الاجتماعية في عمان، واللواتي تتراوح أعمارهن مابين (19–53) سنة. وتألفت عينة الدراسة من (30) امرأة معنفة، تم توزيعن عشوائياً إلى مجموعتين تجريبية وتشتمل على (15) سيدة معنفة، وضابطة تشتمل على (15) سيدة معنفة، ومن أجل تحقيق هدف الدراسة طورت الباحثة مقياس العجز المتعلم، وبرنامج علاجي إرشادي قائم على السيكودراما، وقد تكون البرنامج من (10) جلسات. وأوضحت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس العجز المتعلم، ولصالح المجموعة التجريبية وذلك بعد تطبيق البرنامج، واحتفظ أفراد المجموعة التجريبية بالتحسن عند إجراء قياس المتابعة.

الكلمات المفتاحية: برنامج تدريبي (العلاج بالسيكودراما)، العجز المتعلم، النساء المعنفات.

The Effect of a Counseling Program (Psychodrama Therapy) in Reducing the Level of Learned Helplessness in a Sample of Abused Women

Razan Jalal al- Abbadi

Abstract:

This study aimed to findout the effect of a counseling program based on psychodrama in reducing the level of learned helplessness in a sample of abused women. The program was applied to a group of women who review the Um Wasfi Center for Social Services in Amman, who they are (19-53) years old. The study was applied on a sample of (30) women equally assigned on two groups are experimental and control group, each group has (15) abused women. To achieve the goal of the study, the researcher developed the learned helplessness scale and a counseling program based on psychodrama ,the program consisted of (10) sessions, The results showed that there were statistically significant differences between the experimental and control groups on the learned helplessness scale for the experimental group, The experimental group subjects maintained improvement when the follow-up measurement was performed.

Keywords: Psychodrama, Leaned helplessness, Abused women.

المقدمة والإطار النظري

يعد العنف الموجه ضد المرأة من القضايا المجتمعية التي ازداد الاهتمام بها مؤخراً من قبل الباحثين، وذلك بعد أن أصبحت ظاهرة عالمية تعاني منها المجتمعات كافة على اختلاف تقدمها ومستواها الاقتصادي والاجتماعي وذلك لانتشارها ولما يترتب عليها من آثار خطيرة سواء على الزوجة، أم الأسرة، أم المجتمع بأكمله، إذ أن العنف ضد المرأة لا يقتصر أثره على الأذى الجسدي فقط وإنما على الأذى المعنوي والنفسي والمجتمعي بأكمله، ويشكل العنف ضد المرأة انتهاكاً لحقوق الإنسان، كما يعد مظهراً من مظاهر علامات القوى غير المتكافئة بين الرجل والمرأة، التي تساعد على بقاء سيطرة الرجل على المرأة والحيلولة دون نهوضها بالكامل . Obada& Abu (Dwuh,2008).

وقد أوضح تقرير منظمة الصحة العالمية أنه في (48) دراسة مسحية حول العالم هناك مابين (10–69%) من النساء قد تعرضن إلى عنف جسدي من الشريك، وتعد المرأة هي الأكثر تعرضاً للعنف العائلي وخاصة الزوجة، على الرغم من أن الموروثات الثقافية والدينية أوجبت احترام المرأة بشكل خاص وتقديرها كأم وزوجة وأخت وبنت، وعلى الرغم من تزايد أعمال العنف ضد المرأة عامة والزوجة خاصة إلا أن هناك إدراكاً متزايداً لأهمية العنف كمشكلة اجتماعية قائمة في المجتمع. (Khaldi,2008).

وتشير التقارير الصادرة من جمعية تضامن النساء الأردني إلى أن العنف ضد النساء مازال موجوداً في جميع دول العالم، وأنه يشكل انتهاكاً لحقوق الإنسان، فالنساء والفتيات قد يتعرضن للعنف بجميع أشكاله سواء في الأماكن العامة أم الخاصة كأماكن العمل أم المنازل. (جمعية معهد تضامن للنساء الأردني).

وترى بنات (Banat,2004) أن العنف ضد المرأة على أنه "أي تصرف مهين أو عدائي بحق أي امرأة مما يسبب لها معاناة جسدية أو نفسية أو جنسية بطريقة مباشرة أو غير مباشرة، كالتحرش، أو الإجبار على ممارسة الرذيلة، مما يقلل من احترامها لنفسها، وينقص من إمكانياتها العقلية أو الجسدية وقد يتراوح ذلك مابين الإهانة في الكلام إلى القتل".

وأشار أغيلار وكوهين (Aguilar & Cohen 2010)، إلى أن المرأة المعنفة ترى نفسها غير كفئ، وليس لها قيمة، وغير محبوبة، وعديمة الفائدة، وليس لها حق في التحكم بحياتها الخاصة، كما تميل لأن تكون غير مؤكدة لذاتها في علاقتها مع الآخرين، ولديها توقعات غير واقعية بإمكانية

التحسن.

وقد أخذت دراسة العنف حيزًا واسعًا في الأدب المتصل بظاهرة العجز المتعلم، وقد افترضت النماذج النظرية التي عُنيت بتحليل هذه الظاهرة وجود تماثل بين حالة العجز المتعلم والتعرض للعنف من حيث الأرضية المعرفية، كمنظومة المدركات، والأفكار المتصلة بالذات كأساليب عزو أو(تعليل) الأحداث، وتقدير الذات، فقد وجد أن الأفكار السلبية المتعلقة بالذات ترتبط بحالة العجز المتعلم لدى النساء اللواتي تعرضن للعنف. (Marla and Erin, 2009).

وينظر للعجز المتعلم على أنه حالة تنجم أساساً عن اعتقاد الفرد بأن نتائج الأحداث لا تعتمد أو تتأثر بما يقوم به من سلوك، وإنما بعوامل تقع خارج سيطرته فيتوقف عن المحاولة وبذل الجهد، نتيجة لذلك الاعتقاد أو نتيجة لاعتقاده بأن الموقف غير خاضع للتحكم (Dweck, 2014).

أبعاد العجز المتعلم

يقسم سيلجمان العجز المتعلم إلى أربعة أبعاد أساسية (Cemalcilar, Canbeyli, & Sunar, 2013) هي:

1. عجز دافعي Motivational Deficits: وهو انخفاض دافعية الفرد في التحكم بالأحداث.
2. عجز معرفي Cognitive Deficits: وهو أساس نظرية العجز المتعلم، ويعني ضعف مقدرة الفرد على التعلم من خبراته السابقة والاستفادة من مثيرات الموقف التي تساعده على الهروب.
3. عجز انفعالي Emotional Deficits: ويتمثل في ظهور انفعالات سلبية مثل: القلق والغضب والاكتئاب، فالفرد يكتئب إذا اعتقد أن سلوكه لن يكون مؤثرًا في النتائج التي تعقب هذا السلوك.
4. عجز سلوكي Behavioral Deficits: ويتمثل في تصرفات الفرد بسلبية، وكسل، وفتور الهمة، واعتمادية زائدة.

وفي ضوء ما سبق يبدو أن هناك ضرورة لتصميم برامج إرشادية للتقيل من االآثار النفسية للمرأة المعنفة بما فيها العجز المتعلم، ومن بين البرامج التي أثبتت فاعليتها في هذا المجال برامج السيكودراما، إذ يتم تعليم النساء المعنفات كيفية تحديد معتقداتهن بدرجة كبيرة والتحكم بردود أفعالهن السلوكية والانفاعلية لأحداث االحياة المختلفة، والتي بدورها تساعد على التقليل من الصراعات الداخلية والتغلب على المشكلات الحياتية، وذلك لما تحتويه من أساليب وعناصر مشوقة. (Aljabali,2013).

وذكر أبو مغلي والهيلات (Abomogli & Alhailat,2008) مدى أهمية السيكودراما في تعزيز المقدرة الإبداعية لدى الأفراد وإسهامها في النمو العاطفي والاجتماعي وتنمية المقدرات

المعرفية لديهم، وإتاحة الفرصة للتعبير عن مشاعرهم، وزيادة التواصل والتعاون.

وتعد السيكودراما وسيلة ترويحية علاجية وذلك من خلال تحقيق التآلف والانسجام بين أفراد المجموعة بحيث أن التشابه ببعض الصفات والمشكلات، وكذلك اشتركهم في أدوارهم قد يجعل من جلسات العلاج المليئة بالأنشطة نوعاً من زيادة التواصل فيما بينهم وذلك ضمن أجواء مريحة(Blatner,2000).

مشكلة الدراسة وأسئلتها

يشكل العنف ضد المرأة انتهاكاً لحقوق الإنسان كما يعد مظهراً من مظاهر علامات القوى غير المتكافئة بين الرجل والمرأة، التي تساعد على بقاء سيطرة الرجل على المرأة والحيلولة دون نهوضها بالكامل

وأشارت عديد من الدراسات الميدانية لمنظمات إنسانية غير حكومية أن امرأة واحدة على الأقل من بين ثلاث نساء تتعرض للضرب والإهانة بشكل يومي كما ورد في (Banat,2004). وكما ذكرت منظمة الصحة العالمية أن قرابة (80%) من ضحايا جرائم القتل من الإناث يقتلن على أيدي أزواجهن، وأن (90%) من النساء اللواتي يتعرضن للإساءة يتم قتلهن باستخدام الأسلحة أو الأدوات الحادة. (WHO,2000).

وتشير الإحصاءات الرسمية في الأردن إلى أن عدد النساء المعرضات للعنف كبير وفي تزايد مستمر، إذ سجلت (163) حالة اعتداء عام (1998) وسجلت (312) حالة اعتداء في عام (2010) ويبدو من ذلك بأن هناك تزايداً في حالات الاعتداء على المرأة خلال العشر سنوات الماضية. (Hyasat & Ibrahim,2016).

وتتبلور مشكلة الدراسة في ذهن الباحثة من طبيعة عملها كأخصائية نفسية، ومقابلتها لعديد من النساء المعنفات فقد رأت أن الواقع الذي تعيشه تلك الفئة له أثر على طريقة تفكيرهن، وفي تشكيل بعض الاضطرابات النفسية لديهن، وأنهن يفتقدن للمهارات المناسبة للتعامل مع مشكلات العنف ومن خلال اطلاعها على بعض الدراسات مثل دراسة (Chadwi,2005) ودراسة (&Wendy,2003 Karl,Valerie). واللتان أشارتا إلى وجود علاقة بين العنف والعجز المتعلم، تأتي الحاجة إلى ضرورة إيجاد برنامج إرشادي مستند إلى أسلوب السيكودراما لدى النساء المعنفات كونهن من أكثر الفئات التي تعاني من الضغوط النفسية في شتى المجالات.

وتتحدد مشكلة الدراسة الحالية في محاولة الإجابة عن السؤالين الآتيين:

1. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة الإحصائية (α=0.05) في متوسطات الدرجات على مقياس العجز المتعلم بين أفراد المجموعة التجريبية وأفراد المجموعة الضابطة تعزى إلى تطبيق البرنامج الإرشادي؟
2. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة الإحصائية (α=0.05) في متوسطات درجات العجز المتعلم بين القياس البعدي وقياس المتابعة لدى أفراد المجموعة التجريبية؟

أهمية الدراسة

تنبثق أهمية هذه الدراسة من جانبين :الأهمية النظرية، والأهمية التطبيقية.

الأهمية النظرية:

- تسهم الدراسة في تسليط الضوء على فئة النساء المعنفات لكونهن من الفئات المهمة بالمجتمع.
- تقديم معلومات نظرية حول العجز المتعلم والسيكودراما والعنف ضد المرأة.
- تعد هذه الدراسة استجابة للتحولات التربوية المعاصرة التي تتجه للاهتمام بقضايا المرأة والعنف ضد المرأة.

الأهمية التطبيقية:

تبرز أهمية هذه الدراسة من الناحية التطبيقية في ما يأتي:

- أنها تعد من الدراسات القليلة بحدود علم الباحثة على المستويات المحلية التي تتطرق إلى استخدام أسلوب السيكودراما لدى فئة النساء المعنفات.
- في حال إثبات أثر البرنامج الإرشادي فإن الدراسة تقدم برنامجاً إرشادياً لخفض مستوى العجز المتعلم.
- قد تفتح الدراسة الحالية مجال لمزيد من الد راسات في هذا الموضوع.

أهداف الدراسة:

تحاول هذه الدراسة تحقيق الأهداف الآتية:

- تقليل العجز المتعلم لدى النساء المعنفات من خلال العلاج بالسيكودراما.
- التحقق من مدى ملاءمة البرنامج الإرشادي القائم على العلاج بالسيكودراما في خفض مستوى العجز المتعلم لدى عينة من النساء المعنفات.

التعريفات المفاهيمية والإجرائية

البرنـامج الإرشـادي (Counseling program) ويعـرف بأنـه "مجموعـة مـن الجلسـات والخدمات الإرشادية المخططة والمنظمة في ضوء أسس إرشادية تربوية علمية، والتي ستستخدم مع مجموعة من النساء المعنفات بهدف التخفيف من العجز المتعلم بقدر الإمكان، بحيث يتم تقديم خدمات إرشادية جماعية مباشرة وغير مباشرة (Alali,2014).

ويعرف إجرائياً: بأنه مجموعة من الجلسات الإرشادية الجمعية المنظمة والمجدولة زمنياً بعشر جلسات بمعدل ثلاث جلسات أسبوعياً، مدة كل جلسة (70) دقيقة، والمستندة إلى بعض أساليب السيكودراما والتي تهدف إلى خفض مستوى العجز المتعلم لدى عينة من النساء المعنفات.

السـيكودراما (Psychodrama) أسلوب إرشادي يشتمل على مجموعة من الأنشطة والإجراءات التي ستقوم بتنفيذها المشاركات في أثناء الجلسات الإرشادية، وتعرف أنها عبارة عن تصوير تمثيلي مسرحي لمشكلات مختلفة يتم تمثيلها في جو يسوده الأمان، يتعلم من خلالها الأفراد طرق فعالة للوعي بمشكلاتهم والتعبير عن انفعالاتهم وضبطها (Konopik & Cheung ,2012).

العجز المتعلم(Learned Helplessness) يعرف بأنه عزوف الفرد عن المحاولة وبذل الجهد حين يتعرض للعقبات أو عندما يواجه مواقف ضاغطة في حياته، ويحدث عندما يتعلم الفرد أن هناك نتائج معينة تحدث بشكل مستقل عن استجابته وتوقع الفرد الفشل في المواقف المستقبلية وعدم مقدرته على التعلم في المواقف المستعرضة في حياته (Seligman,1975).

ويعرف اجرائيا: الدرجة التي حصلت عليها المرأة المعنفة على مقياس العجز المتعلم.

النساء المعنفات (Abused Women): قدمت منظمة الصحة العالمية (WHO,2000) تعريفًا عالميًا للعنف ينص على أن العنف ضد المرأة هو "أي فعل عدواني على المرأة يتسبب في أذى نفسي أو جسدي أو جنسي، أو في أي معاناة للمرأة، ويتضمن التهديد أو الحرمان من الحرية بشكل إجباري سواء في الحياة العامة أم الخاصة.

ويعرف اجرائيا: بأولئك النساء اللواتي قمن بتقديم شكوى في مراكز حماية الأسرة ويراجعن مراكز الخدمات الاجتماعية ومراكز اتحاد المرأة.

حدود الدراسة ومحدداتها

الحدود البشرية: تم إجراء هذه الدراسة على النساء المعنفات المتزوجات اللواتي يراجعن مراكز الخدمات الاجتماعية ومركز اتحاد المرأة والمراكز التابعة له.

الحدود الزمنية: تم إجراء الدراسة خلال الفترة من 3\2\2019 إلى 3\4\2019.

الحدود المكانية: تم تطبيق الدراسة الحالية على مركز أم وصفي للخدمات الاجتماعية والذي يهتم بقضايا المرأة وخاصة المعنفة.

محددات الدراسة:

تتحدد نتائج الدراسة الحالية باستجابة المشاركات على الأداة المستخدمة في الدراسة والتي قامت بتطويرها الباحثة والتي استخدمت لجمع البيانات، وما تحقق من خصائص سيكومترية لأداة الدراسة والبرنامج الإرشادي المستخدم في هذه الدراسة.

الدراسات السابقة

تم الرجوع إلى قواعد البيانات الإلكترونية وإلى المجلات العلمية، والرسائل الجامعية وملخصاتها، وذلك من أجل الاطلاع على الدراسات السابقة، ومن الملاحظ أن الدراسات السابقة المتعلقة بهذا الموضوع نادرة، لذلك تم عرض الدراسات ذات الصلة بالموضوع من الأحدث إلى الأقدم كما يأتي:

قام كل من بنكيت وديما وتيستوني (Buncut,Dima& Testoni،2018) بدراسة حول دور العلاج بالسيكودراما مع النساء المساء إليهن، وهدفت إلى حث النساء المساء إليهن على التغيير من دور الضحية الذي يمارسنه في حياتهن، وذلك من خلال استخدام أساليب العلاج بالسيكودراما مع العلاج البيئي، اشتملت العينة على (33) سيدة مساء إليهن وزعن إلى مجموعتين: تجريبية تشتمل على(15) امرأة، ومجموعة ضابطة تشتمل على (18) امرأة. وأشارت النتائج إلى حدوث تحسن لدى النساء المعنفات من حيث زيادة الثقة والأمل، والعمل على إعادة ممارسة الدور لديهن وإلغاء دور الضحية، وزيادة مستوى المرونة والتكيف لديهن.

وقام جمعة (Joumoua, 2016) بدراسة لمعرفة الكشف عن أثر برنامج إرشادي مستند إلى السيكودراما لتقليل المشكلات السلوكية عند طلاب المرحلة الإعدادية، تكونت العينة من (24) طالباً، قسموا إلى مجموعتين مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة، وأشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند أفراد المجموعتين ولصالح أفراد المجموعة التجريبية، وكذلك وجود فروق في شدة المشكلات السلوكية عند أفراد المجموعة التجريبية بين التطبيقين القبلي والبعدي.

وأما العلي (Alali ,2014) فقد قامت بدراسة لمعرفة مدى فاعلية برنامج إرشادي قائم على مهارات الحياة في تحسين الصلابة النفسية وتطويرها وتقليل درجة الاستفزاز وتحسين العلاقة مع

الشريك وذلك على عينة من السيدات المتزوجات المعنفات، تألفت العينة من (30) سيدة معنفة، ممن يراجعن مراكز اليوبيل، وتم توزيعهن بالتساوي إلى مجموعتين تكونت كل مجموعة من (15) سيدة متزوجة معنفة، وتم استخدام ثلاثة مقاييس مقياس تطوير الصلابة، ومقياس الاستفزاز، ومقياس نوعية العلاقة مع الزوج، وأشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين في تحسين مستوى الصلابة النفسية، وتقليل درجة الإستفزاز وتحسين نوعية العلاقة مع الشريك.

وأجرى دوروشيروكامينغ (Du Rocher & Cummings,2011) دراسة بهدف التعرف إلى أثر العنف الزواجي والخلافات الزوجية على الأفكار اللاعقلانية وعلى مستوى الأمن النفسي والتكيف الاجتماعي والانفعالي، على عينة مكونة من(222) أسرة متواجدين ضمن الولايات المتحدة الأمريكية. وأشارت النتائج إلى أن النزاعات الزواجية لها أثر كبير في مستوى الأمن النفسي والتكيف الاجتماعي.

أما زقوت(Zaqhot,2011) فقد أجرت دراسة بعنوان" فاعلية برنامج يعتمد على العلاج بالسيكودراما في تقليل مستوى القلق لدى النساء المهمشات ضمن محافظة خان يونس" تكونت العينة من (30) امرأة معنفة ممن يعانين من مستوى مرتفع من القلق وذلك على مقياس القلق المُستخدم وتم توزيعهن عشوائياً بالتساوي إلى مجموعتين تجريبية وضابطة، بحيث تحتوي كل مجموعة على (15) سيدة، وأشارت النتائج إلى أثر البرنامج المستخدم في العلاج بالسيكودراما في تقليل القلق لديهن، والتعبير بشكل أفضل عن مشاعرهن، والتقليل من المشاعر السلبية الموجودة لديهن وحل مشكلاتهن بشكل أفضل .

كما قام مارلا وايرين (Marla & Erin, 2009) بدراسة هدفت التعرف إلى فاعلية العلاج المعرفي السلوكي وأثره في العجز المتعلم لدى الأطفال المساء إليهم، أجريت هذه الدراسة في المدارس المتوسطة غرب الولايات المتحدة الأمريكية، تكونت عينة الدراسة من (20) طفلاً(10) ذكور و(10) إناث، قسموا عشوائياً إلى مجموعتين، تجريبية ضمت (10) أطفال، وضابطة ضمت (10) أطفال، تم استخدام استبانة لتقدير العجز المتعلم، وبرنامج معرفي سلوكي لمعرفة أثره في العجز المتعلم من إعداد الباحثين. أظهرت النتائج أن هناك أثراً للبرنامج المعرفي السلوكي في خفض مستوى العجز المتعلم، وتحسين الدافعية لصالح المجموعة التجريبية.

أما فونج (FONG ,2007) فقد قام بدراسة هدفت إلى زيادة الوعي بالعنف وتعزيز المقدرة على التعامل مع مواقف العنف وتشجعيع المراهقات على تثقيف صديقاتهن بقضايا العنف التي من الممكن أن يتعرضن لها من الذكور، اشتملت العينة على (19) فتاة من الصف التاسع إلى الثاني عشر، وأشارت النتائج إلى أن الفتيات المشتركات بالبرنامج ازدادت عندهن المعرفة بحقوق النساء، والمقدرة على وقف العنف الموجه لهن، فضلاً عن زيادة الثقة بالنفس، والمقدرة على التعبير عن المشاعر والتعبير عن مخاوفهن بشكل أفضل لديهن.

كما أجرى جيل وبيرس (Gill & Pierce, 2004) دراسة هدفت إلى بناء وتقييم فاعلية برنامج سلوكي معرفي في خفض العجز المتعلم وتحسين مستوى الدافعية لدى طلبة المرحلة الأساسية، أجريت هذه الدراسة في المدارس التابعة للكنيسة في ولاية كانسس الأمريكية في ضوء متغير الجنس، والمستوى الاجتماعي والاقتصادي، تكونت عينة الدراسة من (27) طالبًا وطالبة ممن شخصوا بأنهم يعانون من العجز المتعلم ونقص في الدافعية، واستخدم في هذه الدراسة مقياس للعجز المتعلم ومقياس للدافعية من إعداد الباحثين. أظهرت نتائج الدراسة أن هناك فاعلية لتطبيق البرنامج في أداء الطلبة، كما أشارت النتائج إلى أن الطلبة في الفئة الاجتماعية والاقتصادية الدنيا استفادوا أكثر من البرنامج، كما أشارت إلى أن الإناث أكثر استفادة من الذكور.

التعقيب على الدراسات السابقة

من خلال اطلاع الباحثة على الدراسات السابقة والمرتبطة بالدراسة الحالية تم ملاحظة عدة نقاط كانت محور بحث الدراسات وفقاً لنتائجها:

- يلاحظ من الدراسات السابقة أنها تنوعت في موضوعاتها وأهدافها وأساليبها، ويُمكن القول إن الدراسات السابقة كان لها الأثر الكبير والمهم في تعزيز الدراسة الحالية، على الرغم من وجود الاختلافات في الأهداف أو الأدوات أو الأساليب، لكنها أكسبت الباحثة سعة في الاطلاع بجميع الجوانب التي تدعم تلك الموضوعات.
- بالنظر إلى الدراسة الحالية وما يُميزها عن الدراسات السابقة، في كونها تُعد من الدراسات الأولى في هذا المجال التي درست فاعلية برنامج إرشادي يستند الى العلاج بالسيكودراما في خفض مستوى العجز المتعلم لدى عينة من النساء المعنفات.

الطريقة والاجراءات

منهج الدراسة

تم استخدام المنهج التجريبي في هذه الدراسة، وذلك لملاءمته لطبيعة هذه الدراسة.

مجتمع الدراسة وعينتها

تكون مجتمع الدراسة من جميع السيدات المعنفات واللواتي تقدمن بشكوى على أزواجهن ويراجعن مركز أم وصفي للخدمات الاجتماعية/عمان، والبالغ عددهن (200) سيدة معنفة، واشتملت عينة الدراسة على (30) سيدة معنفة بطريقة قصدية تم توزيعهن إلى مجموعتين تجريبية وضابطة بشكل عشوائي بحيث إشتملت كل مجموعة على (15) سيدة، والجدول (1) يبين توزيع أفراد الدراسة حسب نوع المجموعة والمعالجات القبلية والبعدية والمتابعة.

الجدول(1) توزّع أفراد الدراسة حسب نوع المجموعة والمعالجات القبلية والبعدية

نوع المجموعة	المعالجة			المقياس		
	قبلي	معالجة	بعدي	قبلي	معالجة	بعدي
تجريبية	X1	O	X2	15	15	15
ضابطة	X1	-	X2	15	15	-

متغيرات الدراسة

اشتملت الدراسة على المتغيرات الآتية:

- المتغير المستقل: برنامج العلاج القائم على السيكودراما.
- المتغير التابع: العجز المتعلم لدى النساء المعنفات.

أدوات الدراسة

أولاً برنامج العلاج بالسيكودراما لتقليل العجز المتعلم لدى عينة من النساء المعنفات ولإعداد هذا البرنامج قامت الباحثة بالخطوات الآتية:

1. إجراء مسح للدراسات والبحوث التي تناولت موضوع العجز المتعلم، وموضوع النساء المعنفات، والاطلاع على البرامج التدريبية التي اهتمت بإنموذج السيكودراما، والنماذج الأخرى الواردة في الدراسات الآتية: دراسة الضامن (Aldamen,2017)، دراسة زقوت(Zaqhot,2011).
2. قامت الباحثة بإعداد البرنامج الإرشادي (أثر برنامج إرشادي (العلاج بالسيكودراما) في خفض مستوى العجز المتعلم لدى عينة من النساء المعنفات) استناداً لأدب الموضوع والدراسات المتعلقة به، وأساليب التدريب عليه كدراسة يعقوب(Yaqoob,2015) ودراسة أبو الرب (Abu Al-Rub,2017).

وقد تكون هذا البرنامج من (10) جلسات إرشادية بواقع ثلاث جلسات أسبوعياً، وبعد مراجعة أدبيات الموضوع، ولأغراض التدريب على المهارات والفنيات تم استخدام مجموعة من المهارات والفنيات المستندة إلى العلاج بالسيكودراما والتي نفذت خلال مجموعة من الأساليب:

- **الدكان السحري:**

ويستخدم هذا الاسلوب عندما يظهر النجم (المسترشد) رغبة في تغيير اتجاه ما لديه، وفي الوقت ذاته يظهر كمية كافية من الاستبصار، وهذا الأسلوب يساعد المسترشد على تحديد أهدافه وأولوياته، وفيه يكون المعالج هو صاحب الدكان السحري المليء بكثير من الانماط السلوكية والصفات الشخصية والمبادئ، وهذه الصفات ليست للبيع بنقود وإنما للمقايضة بصفات شخص يريد التخلص منها، ويستبدل النجم(المسترشد) صفات يريد أن يحصل عليها مقابل الانماط السلوكية التي يمتلكها. (Blatner,2000).

- **عكس الدور:**

ويقصد به قلب الدور أي انه يصبح فيه الفرد الأول قائما بدور الفرد الثاني والعكس صحيح وفيه نجد أن الشخص يتبادل الأدوار مع الآخرين، ويصلح هذا الأسلوب مع الأفراد الذين لديهم إدراك مضطرب من حيث معاملة الآخرين له، وهذا يساعده على تعديل سلوكه نتيجه لتقمصه شخصيات أخرى، ويساعده على فهم الآخرين. (Yaqoob,2015).

- **المرآة:**

وفيها يتم إيقاف البطل عن أدائه للموقف ويتم اختيار شخص آخر آي يقوم الشخصية المساعدة بدور البطل وذلك بتجسيد حالاته النفسية وانفعالاته وإشاراته، إذ أن المسترشد في تلك الحالة متفرج وليس ممثلا، ومن خلال ملاحظة سلوكه الذي يفعله يمكن الاستبصار بذاته واضطراباته. (Aljabali,2013).

- **الواجبات المنزلية**

وهذا الأسلوب يساعد على مراجعة ما تم تعلمه داخل الجلسة الإرشادية، ونقله إلى الحياة العامة، إذ يطلب من المشتركين \المشتركات بالقيام بواجبات معينة وذلك لإعادة التذكر. (Melhem,2015).

- **الاسترخاء**

يقوم هذا الأسلوب على جملة من التمارين والتدريبات البسيطة التي تهدف إلى إراحة الجسم

والنفس وذلك عن طريق التنفس العميق وتمرين الجسم كله على الارتخاء وزوال الشد العضلي. (Yaqoob,2015).

- **المحاضرة والنقاش.**

الهدف الرئيس:

خفض مستوى العجز المتعلم لدى عينة من النساء المعنفات في محافظة عمان.

الأهداف الفرعية:

- تزويد المشاركات بمعلومات حول موضوع العنف ضد المرأة وآثاره النفسية عليهن.
- إكساب عضوات المجموعة ببعض المهارات الاجتماعية.
- تنمية الثقة بالنفس لدى النساء المعنفات.
- الوصول إلى حلول مناسبة للمشكلات التي قد يواجهنها بشكل درامي.
- تحقيق أكبر قدر ممكن من الصحة النفسية.

الفئة المستهدفة: عينة من النساء المعنفات

زمن البرنامج: (10) جلسات إرشادية زمن كل جلسة (70) دقيقة.

القائم بتنفيذ البرنامج: الباحثة نفسها.

الجلسة	عنوان الجلسة	عدد الجلسات	هدف الجـــــلسة
الأولى	التعارف وكسر الجليد	1	التعارف وكسر الخجل بين المشتركات وبين الباحثة–التعريف بالبرنامج ومعرفة التوقعات – وتوزيع ورقة التعاقد الإرشادي – تقديم معلومات نظرية عن السيكودرما وذلك من خلال النقاش، وتمرين عكس الدور ثم الإنهاء والختام.
الثانية	مفهوم العنف ضد المرأة	1	المناقشة والحوار حول معنى العنف وأشكاله. معرفة الآثار السلبية للعنف على المرأة والمجتمع.
الثالثة والرابعة	تدريبات التنفس والاسترخاء	2	مساعدة المشتركات تدريجياً إلى التعرف إلى خصائص عملية التنفيس الانفعالي وامكانياتها التعبيرية، وتوضيح العلاقة مابين الإحساس بالتوترالتغيرات العضلية واستخدام تدريبات الشهيق والزفير، ومساعدة المشتركات على الشعور بالراحة والتخلص من التوتر.
الخامسة والسادسة	التدريب على مهارة التعبير عن المشاعر	2	تدريب االمشتركات على مهارة تحديد المشاعر والانفعالات. تدريب المشتركات على مهارة التعبير عن المشاعر والانفعالات السلبية والايجابية بشكل لفظي وغير لفظي.
السابعة والثامنة	مفهوم الذات وتقبل الذات	2	إكساب المشتركات اتجاه ايجابي نحو الذات، التنفيس عن الصراعات الداخلية لدى المشتركات. تحسين مستوى الشعور بالرضا عن الذات لدى المشتركات.
التاسعة	تحمل المسؤولية	1	تنمية المسؤولية تجاه الذات والمجتمع لدى المشتركات. تعريف المشتركات بدورها في المجتمع من ناحية الحقوق والواجبات.

الجلسة	عنوان الجلسة	عدد الجلسات	هدف الجـــــلسة
العاشرة	الختامية	1	الجلوس في حلقة والتحدث حول مدى الاستفادة من البرنامج وعن التغيير الحاصل لديهن، ومدى التقييم، ثم إقامة حفل ختامي صغير وتوديع المشتركات.

ثانيا: مقياس العجز المتعلم

تم تطوير مقياس العجز المتعلم وذلك من خلال اطلاع الباحثة على الدراسات السابقة والأدب النظري المتعلق بموضوع الدراسة كدراسة تايه وزغول (Tayeh & Zghol,2015)، ودراسة يلوسي ودوي (Ulusoy & Duy,2013)، فقد تكون المقياس بصورته الأولية من (36) فقرة موزعة على ثلاثة مجالات هي : توقع الفشل وعدم السيطرة وتمثلها الفقرات من (1–14)، والمجال الثاني صورة الذات السلبية في عيون الآخرين وتمثلها الفقرات من (15–26)، والمجال الثالث لوم الذات ويشتمل على الفقرات من (27– 36).

مدرجة وفقًا لتدريج ليكرت (Likert) الخماسي تأخذ الأوزان الآتية:

المستوى	دائمًا	كثيرًا	أحيانًا	نادرًا	أبدًا
الدرجة	5	4	3	2	1

دلالات صدق أداة الدراسة:

أولا: دلالات صدق المحتوى

تم التأكد من صدق المحتوى لمقياس العجز المتعلم وذلك بعرضه على عشرة محكمين من الأساتذة في تخصصات علم النفس والإرشاد النفسي والقياس والتقويم في الجامعات الأردنية، وذلك لمعرفة مدى ملاءمة الصياغة اللغوية للفقرات، وتقديم أية ملاحظات تتعلق بإضافة أو حذف فقرة، وقد تم اعتماد نسبة (80 %) كمعيار إتفاق المحكمين على الفقرة الواحدة، إذ تم حذف فقرتين من المقياس، وبذلك تكون المقياس بشكله النهائي من (34) فقرة موزعة على ثلاثة مجالات المجال الأول وهو توقع الفشل وعدم المقدرة على السيطرة وتضم الفقرات من (1–14)، والمجال الثاني وهو صورة الذات السلبية في عيون الآخرين وتضم الفقرات من (15–24)، والمجال الثالث لوم الذات ويشتمل على الفقرات من(25–34).

صدق البناء

للتحقق من صدق بناء مقياس العجز المتعلم، تم استخراج معاملات الارتباط بين الفقرة والدرجة الكلية فقد تم تطبيق المقياس على عينة من داخل مجتمع الدراسة ومن خارج عينة الدراسة، وتم حساب معاملات الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية للمقياس والدرجة الكلية للمجال، تمثلت

العينة ب (20) سيدة معنفة واللواتي يراجعن مراكز الخدمة الاجتماعية في عمان. وقد تم حساب معاملات الارتباط بين الدرجة على كلّ فقرة بالدرجة الكلية للمقياس والمجال التي تنتمي إليه، والجدول (2) يوضح ذلك:

الجدول رقم (2): قيم معاملات ارتباط كل فقرة من فقرات مقياس العجز المتعلم بالدرجة الكلية على المقياس والمجال الذي تنتمي إليه

رقم الفقرة	معامل الارتباط	الارتباط بالمجال	رقم الفقرة	معامل الارتباط	الارتباط بالمجال	رقم الفقرة	معامل الارتباط	الارتباط بالمجال	رقم الفقرة	معامل الارتباط	الارتباط بالمجال
1	**0.65	**0.86	11	**0.66	*0.64	21	*0.55	**0.77	31	**0.71	**0.80
2	**0.67	**0.76	12	**0.75	**0.67	22	**0.76	**0.81	32	**0.64	**0.74
3	**0.86	**0.74	13	**0.70	**0.70	23	**0.64	*0.60	33	*0.56	**0.69
4	**0.79	**0.80	14	**0.66	*0.63	24	**0.77	*0.88	34	*0.49	*0.59
5	**0.65	**0.82	15	*0.44	**0.76	25	**0.69	*0.56			
6	**0.66	**0.73	16	**0.65	**0.71	26	**0.67	*0.49			
7	**0.75	*0.66	17	**0.64	*0.60	27	**0.76	*0.59			
8	**0.70	*0.69	18	**0.70	*0.68	28	**0.70	*0.62			

* ذات دلالة عند (α =0.05) ** دال عند (α =0.01)

يتضح من الجدول (2) أن قيم معاملات الارتباط بين فقرات المقياس مع الدرجة الكلية قد تراوحت بين (0.44 –0.89) ومعامل ارتباط الفقرات بمجالاتها (0.47–0.88) وقد تجاوزت جميعها (0.25) (عودة، 2010) وهي جميعاً قيم دالة إحصائيًا عند مستوى ($\alpha \leq 0.5$) وتُعد مؤشرات جيدة للحكم على صدق الأداة. كما قامت الباحثة بحساب معاملات الارتباط بين المجالات ببعضها وبالدرجة الكلية للمقياس، والجدول (3) يوضح ذلك:

الجدول (3): قيم معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس العجز المتعلم ببعضها بعضاً وبالدرجة الكلية

المجال	توقع الفشل وعدم المقدرة على السيطرة	صورة الذات السلبية في عيون الآخرين	لوم الذات	الكلي
توقع الفشل وعدم المقدرة على السيطرة	-			**0.79
صورة الذات السلبية في عيون الآخرين	*0.65	-		*0.56
لوم الذات	*0.64	*0.58	-	*0.69

** ذات دلالة إحصائية عند مستوى (α = 0.01). * ذات دلالة إحصائية عند (α = 0.05).

يتضح من الجدول (3) أن جميع قيم معامل الارتباط بين الأبعاد دالة إحصائيًا، وتراوحت بين (0.51 – 0.80)، بينما تراوحت معاملات الارتباط بين الأبعاد والمقياس بين (0.56 –0.84)

وجميعها دالة إحصائيًا، وهذا مؤشر على صدق البناء للمقياس. وبذلك؛ فإن المقياس بصورته النهائية تكون من (34)

دلالات ثبات المقياس:

للتحقق من ثبات المقياس اعتمدت الباحثة طريقتين (طريقة الاختبار إعادة الاختبار)، وتم تطبيق الاختبار على عينة مكونة من(20) سيدة معنفة من خارج العينة الأصلية للدراسة، ومن داخل مجتمعها، وإعادة تطبيق الاختبار مرة أخرى على المجموعة ذاتها بعد حوالي أسبوعين، وقد بلغ معامل الثبات الكلي (0.94) وهو مناسب لغرض الدراسة.

طريقة الاتساق الداخلي:

تم استخراج معامل الاتساق الداخلي وذلك باستخدام معادلة "كرونباخ ألفا" Cronbach" s (Alpha) إذ بلغ معامل الثبات للدرجة الكلية (0.95) وهو مناسب لغرض الدراسة، والجدول (4) يبين قيم معاملات الثبات لمقياس العجز المتعلم ومعاملات كرونباخ ألفا للمجالات وللدرجة الكلية.

الجدول(4) معاملات الثبات بطرق الإعادة وكرونباخ ألفا

المجالات	ثبات الإعادة	الإتساق الداخلي	عدد الفقرات
توقع الفشل وعدم السيطرة	0 .95	0 .91	14
صورة الذات السلبية في عيون الآخرين	0 .93	0 .89	9
لوم الذات	0 .88	0 .81	10
الدرجة الكلية	0 .94	0 .95	

يلاحظ من الجدول (4) أن معاملات ارتباط الأبعاد بالدرجة الكلية للمقياس دالة عند مستوى الدلالة (a=0.05)

خطوات إجراء الدراسة

- تطبيق أداة الدراسة المتمثلة بمقياس العجز المتعلم على النساء اللواتي تطوعن للإجابة.
- حصر أعداد السيدات المعنفات اللواتي حصلن على أعلى الدرجات على مقياس العجز المتعلم.
- تطبيق الاختبار القبلي على الفئة المستهدفة.
- التوزيع العشوائي لأفراد الدراسة على المجموعتين التجريبية والضابطة بحيث تشتمل كل مجموعة على (15) امرأة معنفة.
- تطبيق البرنامج العلاجي على المجموعة التجريبية.
- تطبيق الاختبار البعدي.
- تفريغ البيانات وتحليلها باستخدام التحليل الإحصائي المناسب.

- التوصل لنتائج الدراسة وتفسيرها ثم الخروج بتوصيات مناسبة لنتائج الدراسة.

المعالجة الإحصائية

تم استخدام الأساليب الإحصائية الآتية للتحقق من صدق أداة الدراسة وثباتها:

1. معامل ارتباط بيرسون (Pearson-correlation coefficient).
2. معادلة "كرونباخ ألفا" (Cronbach's Alpha equation).
3. تم استخدام برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) في معالجة البيانات إحصائيا.
4. تم إيجاد المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأداء أفراد المجموعة التجريبية والضابطة القبلي والبعدي على مقياس العجز المتعلم.
5. اختبار (ت) للعينات المستقلة لحساب الفرق بين متوسطي المجموعتين التجريبية والضابطة.
6. تحليل التباين المتعدد.

نتائج الدراسة وتفسيرها

هدفت هذه الدراسة إلى الإجابة عن سؤال الدراسة المتمثل "في أثر برنامج ارشادي (العلاج بالسيكودراما) لخفض مستوى العجز المتعلم لدى عينة من النساء المعنفات" وقد تم تطبيق مقياس العجز المتعلم، وقامت الباحثة باستخدام اختبار (ت) للعينات المستقلة للتأكد من تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس القبلي على مقياس العجز للتعلم كما في الجدول(5):

الجدول (5) نتائج اختبار (ت) لإيجاد الفرق بين متوسطي المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس (العجز المتعلم)، قبل تطبيق البرنامج الإرشادي

الاختبار القبلي					
مقياس العجز للتعلم					
المجال	المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	الدلالة الإحصائية
توقع الفشل وعدم المقدرة على السيطرة	الضابطة	4.05	0.15	−0.22	0.82
	التجريبية	4.07	0.18		
صورة الذات السلبية في عيون الآخرين	الضابطة	3.81	0.25	−1.48	0.83
	التجريبية	3.93	0.17		
لوم الذات	الضابطة	3.96	0.18	0.44	0.14
	التجريبية	3.94	0.14		

يتضح من الجدول (5) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس (العجز المتعلم) عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.5$) بين متوسطي أداء المجموعتين التجريبية والضابطة على القياس القبلي، مما يدل على تكافؤ المجموعتين قبل تطبيق البرنامج.

اولاً: النتائج المتعلقة بالسؤال الأول: " هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=0.05) في متوسطات الدرجات على مقياس العجز المتعلم بين المشتركات في المجموعتين التجريبية والضابطة تعود الى تطبيق البرنامج العلاجي الإرشادي؟

وللإجابة عن هذا السؤال تم استخراج الانحرافات المعيارية والمتوسطات الحسابية وذلك لدرجات المشتركات بالمجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية على مقياس العجز المتعلم، والجدول (6) يبين ذلك.

الجدول (6) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات النساء المعنفات على مقياس العجز المتعلم البعدي وفقاً للمعالجة (ضابطة، تجريبية)

مقياس العجز المتعلم	البعدي			
	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية	
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
توقع الفشل وعدم المقدرة على السيطرة	4.00	0.14	2.20	0.19
صورة الذات السلبية في عيون الآخرين	3.95	0.11	2.14	0.33
لوم الذات	3.96	0.19	2.57	0.94
الكلي	3.97	0.14	2.30	0.48

يتضح من الجدول (6) وجود فرق ظاهري بين متوسط أداء المفحوصات على مقياس العجز المتعلم يعود للبرنامج، ولتوضيح الفروق الاحصائية بين المتوسطات الحسابية تم استخدام تحليل التباين المشترك (MANCOVA) على درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة وكانت النتائج كما في الجدول (7).

الجدول (7) تحليل التباين المتعدد (MANOVA) على مجالات مقياس العجز للتعلم

مصدر التباين	المتغيرات التابعة	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	الدلالة الإحصائية	مربع ايتا
القبلي	توقع الفشل وعدم المقدرة على السيطرة	0.000	1	0.000	0.005	0.944	
	صورة الذات السلبية في عيون الآخرين	0.000	1	0.000	0.005	0.945	
	لوم الذات	0.775	1	0.775	1.649	0.210	
البرنامج الارشادي	توقع الفشل وعدم المقدرة على السيطرة	19.177	1	19.177	339.864	0.000	0.62
	صورة الذات السلبية في عيون الآخرين	20.136	1	20.136	261.424	0.000	0.59
	لوم الذات	11.497	1	11.497	24.453	0.000	0.45
الخطأ	توقع الفشل وعدم المقدرة على السيطرة	1.524	27	0.056			

مصدر التباين	المتغيرات التابعة	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	الدلالة الإحصائية	مربع ايتا
	صورة الذات السلبية في عيون الآخرين	2.080	27	0.077			
	لوم الذات	12.694	27	0.470			
الكلي	توقع الفشل وعدم المقدرة على السيطرة	291.582	30				
	صورة الذات السلبية في عيون الآخرين	285.100	30				
	لوم الذات	329.400	30				

تشير نتائج تحليل التباين المشترك المصاحب في الجدول (7) إلى وجود أثر ذي دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=0.5) يعزى لمتغير البرنامج الإرشادي على مقياس العجز المتعلم ولجميع الأبعاد ولإيجاد أثر فاعلية البرنامج، تم ايجاد حجم الاثر (Effect Size)، باستخدام مربع ايتا (EtaSquare)، إذ تشير القيم إلى أن البرنامج أوجد تبايناً كبيراً في المتغير التابع المتعلق بدرجات المفحوصات على مقياس العجز المتعلم .

ثانياً: النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني: "هل توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة (α=0.05) في متوسطات الدرجات على مقياس العجز المتعلم بين القياس البعدي ومقياس المتابعة لدى أفراد المجموعة التجريبية؟

وللإجابة عن هذا السؤال تم استخدام اختبار (ت) للعينات المرتبطة لدرجات المجموعة التجريبية (التي خضعت للبرنامج الارشادي) على المقياس البعدي والمتابعة، والجدول (8) يبين ذلك:

الجدول (8) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) لتحديد دلالة الفروق بين القياس البعدي وقياس المتابعة وفقا لدرجات المجموعة التجريبية على مقياس العجز المتعلم وعلى كل مجال من مجالاته

مقياس العجز المتعلم	البعدي		المتابعة		قيمة (t)	مستوى الدلالة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
مقياس العجز المتعلم						
توقع الفشل	2.20	0.19	2.73	0.70	-1.055	0.334
توقع الذات السلبية	2.14	0.33	2.33	0.86	-1.66	0.816
لوم الذات	2.57	0.94	2.26	0.58	-1.14	0.334
الكلي	2.30	0.48	2.44	0.71	-0.66	0.516

يتضح من الجدول (8) عدم وجود فرق ذي دلالة احصائية عند (α=0.05) بين متوسطي أداء المفحوصات في مقياس العجز المتعلم عند مستوى المتابعة يعود للبرنامج

فـي المجموعـة التجريبيـة ولجميـع المجـالات إذ ارتبطـت جميعهـا بمسـتوى دلالـة (α=0.05) مما يشير إلى الاستمرارية في أثر البرنامج الإرشادي على المفحوصات.

مناقشة النتائج

هـدفت هـذه الدراسـة إلـى معرفـة فاعليـة العـلاج بالسـيكودراما لخفـض مسـتوى العجـز المـتعلم لـدى عينـة مـن النسـاء المعنفـات وفيمـا يـأتي مناقشـة النتـائج التـي توصـلت إليهـا الدراسة حسب أسئلتها، بالإضافة إلى عن التوصيات التي جاءت في ضوء هذه النتائج.

أولاً: مناقشـة النتـائج المتعلقـة بالسـؤال الأول: "هـل توجـد فـروق ذات دلالـة احصـائية عنـد مسـتوى الدلالـة (α=0.05) فـي متوسـطات الـدرجات علـى مقيـاس العجـز المـتعلم بـين أفـراد المجموعـة التجريبيـة وافـراد المجموعـة الضـابطة تعـزى إلـى تطبيـق البرنـامج الإرشادي؟

أظهـرت النتـائج وجـود فـروق دالـة إحصـائيًا فـي متوسـطات الـدرجات علـى مقيـاس العجـز المـتعلم بـين أفـراد المجموعـة التجريبيـة وأفـراد المجموعـة الضـابطة ولصـالح المجموعـة التجريبيـة، وربمـا تـرد هـذه النتيجـة إلـى اسـتخدام كثيـر مـن الاسـتراتيجيات كاسـتراتيجية المـرآة والتـي تكـون أسـهمت فـي رؤيـة كـل مشـتركة لنفسـها مـن زاويـة أخـرى والتـي بـدورها أسـهمت فـي التخفيـف مـن اثـار العجـز المـتعلم، وإكسـابهن أفكـار أكثـر ايجابيـة حـول مقـدراتهن ومهـارتهن ممـا سـاعدهن علـى التكيـف وزاد مـن ادراكهـن لكفـاءتهن ومقـدرتهن علـى تحمـل المسـؤولية داخـل الأسـرة أو المجتمـع، كمـا مـن الممكـن أن يكـون التـدريب علـى مهـارة الاسـترخاء سـاعد فـي اكتسـاب المقـدرة علـى الشـعور بالراحـة والتخفيـف مـن الشـعور بالفشـل، وأن مـا وفـره أسـلوب الحـوار والمناقشـة للتحـدث حـول الخبـرات المتعلقـة بمشـكلات المشـتركات والاسـتماع إلـى بعضـهن، فضـلاً عـن اسـتخدام أسـلوب لعـب الـدور الـذي قـد يكـون لـه دور علـى ممارسـة سـلوكات ايجابيـة نحـو الـذات ونحـو الآخـرين، وتتفـق هـذه النتيجـة مـع دراسـة مـارلا وايـرين(Marla & Erin,2009) ومـع دراسـة دو روشـير وكـامينغ (Du Rocher & Cummings,2011) التـي هـدفت الـى التعـرف إلـى أثـر النزاعـات الزوجيـة والعنـف الزوجي في الأمن النفسي والانفعالي والتكيف الاجتماعي والأفكار اللاعقلانية .

ثانيـاً: مناقشـة النتـائج المتعلقـة بالسـؤال الثـاني الـذي يـنص علـى: "هـل توجـد فـروق ذات دلالـة احصـائية عنـد مسـتوى الدلالـة (α=0.05) فـي متوسـطات الـدرجات علـى

مقياس العجز المتعلم بين القياس البعدي وقياس المتابعة لدى افراد المجموعة التجريبية ؟

أشارت النتائج إلى استمرارية البرنامج العلاجي لدى المجموعة التجريبية، وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى احتفاظ المشاركات بما تم إكتسابه من مهارات في أثناء التطبيق كمهارة التعبير عن المشاعر ومهارة الاسترخاء، ولما للبرنامج من دور في مساعدة المشتركات في تجريب سلوكات اجتماعية عن طريق عديد من الأنشطة والتي تم التركيز فيها على التفاعل اللفظي وغير اللفظي والتفاعل الإيجابي بين المشتركات، وكذلك كسر الخجل بين المشتركات وربما ترد هذه النتيجة في أثر البرنامج على مقدرة المشتركات على تعميم تلك المهارات التي تم اكتسابها وتطبيقها على أرض الواقع، وما يمكن أن يكون للمناقشة الجماعية في بداية كل جلسة حول الواجب المنزلي المعطى للمشتركات دور على زيادة الاستبصار لدى المشتركات، واتفقت نتائج الدراسة الحالية مع دراسة جيل وبيرس (Gill and Pierce,2004) ودراسة فونج (Fong,2007) واللتين أشارتا إلى فاعلية البرنامج العلاجي واستمرارية أثره في التقليل من مستوى العجز المتعلم.

التوصيات والمقترحات

- الاهتمام ببرامج العلاج عن طريق السيكودراما في مجالات الإرشاد النفسي.
- إجراء دراسات أخرى تتضمن العلاج بالسيكودراما على متغيرات مختلفة كنوعية الحياة لدى المرأة المعنفة.
- إجراء دراسات تشتمل على العلاج بالسيكودراما على فئات مختلفة كالأطفال المساء إليهن.
- إدخال العلاج بالسيكودراما لعلاج الاضطرابات النفسية المختلفة.

References

Abu al Rub (2017) Effectiveness of a training program based on psychodrama in improving social competence in students with learning disabilities, **Journal of Educational and Psychological Studies**, 21,(1),40-57

Abu Moghli, Lina and Alhilat, Mustafa (2008). **Drama and theater in education: Theory and practice** Amman: Dar Al Raya Publishing and Distribution.

Agilar.R& Cohen, N. (2010). The impact of specific battering experiences on the self esteem of abused women**, Journal of family**, 9 (1), 35-45

Al ali Iman Ahmed (2014) **The effectiveness of a life-skills training program in the development of psychological rigidity and quality of relationship with the partner and reducing the level of provocation in a sample of married married women**, Unpublished Ph.D. Dissertation, University of Jordan, Amman – Jordan.

Aldamen, Salahaddeen Abdulkareem **(2017) The effectiveness of a cognitive behavioral counseling program on reducing learned helplessness and improving resilience of abused children in public schools in Bani Kananah District,** Unpublished Doctoral Dissertation. University of Jordan, Amman -Jordan**.**

Aljabaly, Dalia. (2013) Role of psychodrama in the treatment of aggressive behavior of children**. Journal of the Faculty of Education**, Ain shams University, 34 (1), 601-630

Banat, Suhaila (2004). **The effect of problem solving and communication skills training in improving adjustment and selfesteem of abused women and reducing the level of domestic violence**, Unpublished Doctoral Dissertation, University of Jordan, Amman, Jordan.

Blatner, A (2000), **Foundation of psychodrama**, 4th ed, New York: Springer publishing Company.

Bucut, Mihaela D , Dima, Gabriela , Testoni , Ines (2018) , "When you thought that there is no one and nothing": **The Value of psychodrama in working with abused women , Frontiers in Psychology**,Volume 9.

Chadwick, P. (2005). Examining specific cognitive change in cognitive therapy for depression: A controlled case Experiment, **Journal of Cognitive Psychotherapy**, 8 (1), 54-72

Cemalcilar, Z; Canbeyli R; and Sunar, D (2013), Learned helplessness therapy, and personality traits: An experimental study, **the Journal of Social Psychology**, 14(31), 65-81.

Du Rocher, S. & Cummings, E. (2011). The impact of marital conflict and marital violence on mental and emotional security and social adjustment and irrational thoughts. Jo**urnal of Abnormal Child Psychology**, 30 (2), 229-233.

Dweck, C (2014), Motivational process affecting learning, **American Psychologist**, 41 (10), 104 – 118.

Fong, Josephine (2007), **Psychodrama as a preventive measure**: Teenage girls confronting violence, Canadian Information and Community Services.

Gill, R and Pierce, O (2004), Constructing and assessing the effectiveness of behavioral and cognitive program and evaluate it in decreasing the learned helplessness and improving the motivation level among the primary students, **Child Abuse Review**, 13(2), 51- 64.

Hyasat, yousef And Ibrahim, Nadia (2016). The forms and reasons of violence against wives in Jordanian Society, "An empirical study" **studies, Humanities and Social Sciences,** 34(4), 1773-1788

Joumoua, Amjad (2015) The effectiveness of counseling program based on psychodrama to reduce some behavioral problems for prep students, **Journal of Psychological and Educational Sciencees**,2,(1),228-258

Karl, M., Valerie, E., & Wendy, A. (2003). Effectiveness of cognitive therapy for depression in a community mental health center, **Journal of Consulting & Clinical Psychology**. 71 (2), 404 -411.

Khalidi, AtallahFouad (2008) **Family and marriage counseling**, Amman: Dar Safa.

Konopik, D and Cheung, M (2012), Psychodrama as a social work modality, **Nabional Association of Social Workers**, 58 (1), 1 – 13.

Marla, R. and Erin, R. (2009). The effectiveness of the cognitive behavioral therapy and its effect on the learned helplessness among the learned helplessness among the abused children. **Psychology in the Schools**, 46 (3), 206 – 218

Melhem, Sami Muhammad (2015**) Methods of counseling and psychotherapy**, Amman: Scientific Cyclone House Publishing and Distribution.

Obada, Madiha Ahmed and Abu Dwuh, Khalid Kazim (2008). Violence against Women. Cairo. Al Fajr Publishing and distributingHouse.

Seligman, M (1975) **Helplessness: On depression, development and death**, San Francisco: W.H. Freeman

Tayeh, Refaeh and Zghoul, Rafe (2015) Learned helplessness and its relationship to goal orientations and implicit theory of intelligence, **Journal of Educational Sciences** 11(4), 539-554

Ulusoy, Y and Duy, B (2013), Effectiveness of apsycho – education program on learned helplessness and irrational beliefs, **Educational Sciences: Theory and Practice,** 13(3), 40 –46.

World Health Organization. (2000). **The World Health Report: Health systems: Improving performance**, Geneva: WHO.

Yaqoob, Ashraf Ibrahim(2015)**The effectiveness of a counseling program based on psychodrama In reducing disruptive behavior and**

developing social skills among learning disabled students in Bani Obeid district. Unpublished Doctoral Dissertation, University of Jordan, Amman- Jordan

Zaqout ,Amneh (2011)The effectiveness of a proposed psychodrama program in reducing anxiety among marginalized women In Khan Younis Governorate, **Educational Sciences**, Cairo University.19(4),61-87