

فعالية برنامج إرشادي لخفض درجة الوحدة  
النفسية ورفع مستوى التدين لدى طلاب  
جامعة الطائف.  
(دراسة إرشادية - سيكومترية)

د. سعد رياض محمد  
أستاذ مساعد بقسم علم النفس  
كلية التربية - جامعة الطائف



### الملخص باللغة العربية.

يهدف البحث الحالي إلى التحقق من مدى فاعلية برنامج إرشادي لخفض الشعور بالوحدة النفسية ورفع مستوى التدين لدى طلاب جامعة الطائف، وكذلك التحقق من مدى العلاقة الارتباطية بين متغيري الشعور بالوحدة النفسية ومستوى التدين. وقد تكونت عينة البحث السيكومترية من (100) طالباً من طلاب جامعة الطائف ممن تتراوح أعمارهم الزمنية ما بين (19 - 21) عاماً، وتم اختيار عينة قوامها (20) طالباً من إجمالي العينة ممن حصلوا على أعلى الدرجات على مقياس الشعور بالوحدة النفسية، وأدنى الدرجات على مقياس التدين في القياس القبلي، وتم تقسيمهم بالتساوي إلى مجموعتين إحداهما تجريبية، والأخرى ضابطة، وتمت المجانسة بين المجموعتين من حيث العمر الزمني والنوع، بالإضافة إلى درجاتهم في التطبيق القبلي على كلا من مقياس الوحدة النفسية، ومقياس التدين، وتم أداء البرنامج الإرشادي الذي استمر لمدة خمسة أسابيع، وقد بلغ إجمالي عدد الجلسات (15) جلسة بواقع ثلاث جلسات أسبوعياً.

وأشارت نتائج البحث إلى حدوث انخفاض ملحوظ في الشعور بالوحدة النفسية وارتفاع مستوى التدين لدى أفراد المجموعة التجريبية الذين تعرضوا للبرنامج الإرشادي. وهذا يوضح مدى فاعلية البرنامج الإرشادي، وفنياته، وخبراته، وممارساته في خفض الشعور بالوحدة النفسية وزيادة مستوى التدين لدى أفراد المجموعة التجريبية دون الضابطة التي لم تتعرض للبرنامج الإرشادي.

كما أشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الشعور بالوحدة النفسية ومستوى التدين، وهذا يعني أنه كلما زاد مستوى التدين انخفضت درجة الشعور بالوحدة النفسية لدى طلاب الجامعة.

**الكلمات المفتاحية:** برنامج إرشادي - الوحدة النفسية - التدين - طلاب جامعة الطائف.

**Thesis title:** The effectiveness of the Counseling Program for reducing the loneliness degree and raise the level of the religiosity of Taif University students. (Counseling- psychometric Study)

#### **Abstract**

Current research aims to verify the effectiveness of Counseling program to reduce the feeling of loneliness and raise the level of religiosity among Taif University students .As well as ascertain the extent of correlation between two variables feeling of loneliness and the level of religiosity. The psychometric sample consisted of (100) students from the University of Taif between the ages (19-21 years), were selected a sample of (20) students of the total sample who received the highest scores on a scale loneliness, and the lowest score on a scale of religiosity in the pre-tasting , were divided evenly into two groups one experimental, and the other control, and has homogenizing between the two groups in terms of chronological

age ,and type in addition to their scores on both the scale of loneliness, and a scale of religiosity, ,and performance the counseling program, which lasted for five week, has reached, the total number of sessions (15) session by three sessions per week. .

The overall results of the present research showed a statistically significant differences on the post testing administration of reducing in the level of of loneliness, and the high level of religiosity scales to the favor of the experimental group members.

The results also indicated that there is a negative correlation between the feeling of loneliness and the level of religiosity , this means that if the increased degree of religiosity level decreased feeling of loneliness among university students.

**Key words:**Counseling Program–Loneliness–Religiosity – Students in Taif University

## مقدمة

خلق الله تعالى الإنسان من ذكر وأنثى وجعله شعباً وقبائل ليتعارف ويتعايش في مجتمع واحد كالبنيان المرصوص يشد بعضه بعضاً. قال تعالى " يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِّن ذَكَرٍ وَأُنثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا ۗ ( الحجرات ، 13 ) ، وبالرغم من ذلك نجد أن البعض يمتلك العديد من الصفات النفسية والعادات السلوكية التي تتنافى مع هذه الفطرة، ويصابون ببعض الاضطرابات النفسية أو الاجتماعية ومنها الرغبة في الانعزال عن الآخرين أو تجنبهم، حتى يصل إلى ما يسمي بالوحدة النفسية.

والشعور بالوحدة النفسية هو الرغبة في الابتعاد عن الآخرين والاستمتاع بالجلوس منعزلاً عنهم مع صعوبة التودد وصعوبة التمسك بهم ، بجانب الشعور بالنقص وعدم الثقة بالنفس. (شقيير ، 2000 ، 162)

وتعد خبرة الشعور بالوحدة النفسية في حد ذاتها خبرة أليمة وشاقة ومريرة على النفس البشرية، لأن الإنسان بطبيعته كائن اجتماعي يجب أن يتكاثر ويكون له زرية وامتناد ، وذكر ذلك في القرآن الكريم بدعاء على لسان أحد أنبيائه - زكريا عليه السلام - فقال الله تعالى " رَبِّ لَا تَذَرْنِي فَرْدًا وَأَنْتَ خَيْرُ الْوَارِثِينَ " ( الأنبياء ، 89).

والتدين يمكن أن يساعد الشخص على التعايش مع الآخرين والتكيف معهم حيث يحدد سبيلكا ( Spilka , 2001, 33 ) التدين بأنه يتضمن السلوك الديني ، والمعتقدات والاتجاهات الدينية والمعرفة الدينية .

ويضع الدين الإسلامي للإنسان القواعد والأحكام التي تنظم حياته وتجعله يتغلب على مشكلته الذاتية والاجتماعية ويدعوه إلى حسن التعايش مع الآخرين. وفي حالة حدوث خلل في فهم الدين يمكن أن يحدث بعض التغيرات النفسية والاجتماعية عند الأشخاص والتي تؤثر عليهم نفسياً واجتماعياً. وفي هذه الحالات يحتاج الشخص إلى نصح وارشاد وتعديل لهذه السلوكيات حتى يعيش حياته بصحة نفسية جيدة.

وهنا فالإرشاد النفسي يمكن أن يساهم في تغيير حالة الطلاب الذين يشعرون بالوحدة النفسية ويفضلون الانعزال عن الآخرين ويساعدهم على استبدال هذه السلوكيات بأخري سوية وذلك باستخدام برنامج إرشادي مقنن.

#### أهداف البحث:

تعد الوحدة النفسية خبرة مؤلمة يعيشها الفرد نتيجة شعوره بافتقاد التقبل والحب والاهتمام من الآخرين، بحيث يترتب على ذلك عجزه على إقامة علاقات اجتماعية تتصف بالألفة والمودة والصدقة.

والتدين بطبيعته يحث الإنسان على التعامل مع الناس بالحسنى، فالدين المعاملة، وقد لوحظ لدي العديد من الطلاب عدم التكيف مع الآخرين والانسحاب من المجتمع، وفي نفس الوقت غير سعداء بهذه الحالة، فكان الهدف من البحث قياس مستوى الشعور بالوحدة النفسية عند هؤلاء الطلاب وعمل برنامج إرشادي لهم يساعدهم على التخلص من هذه الأعراض مع رفع مستوى التدين لديهم.

#### مشكلة البحث:

يعاني الطلاب الذين يعانون من الشعور بالوحدة النفسية بالألم والتوتر والرغبة في الانعزال عن الآخرين، وبالتالي يحتاج العلم الحديث إلى البحث عن الوسائل التي تساعدهم على التخلص من هذه الأعراض باستخدام برامج إرشادية مقننة. مع الاستعانة ببعض المتغيرات الأخرى التي ترتبط بتأهيل الشخص لممارسة حياته الاجتماعية بأسلوب صحيح ومن هذه المتغيرات التدين. ويمكن تحديد مشكلة البحث من خلال الإجابة على التساؤلات التالية:

1. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد

المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على متغيري الوحدة

النفسية والتدين؟

2. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على متغيري الوحدة النفسية ومقياس التدين؟
3. هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات الوحدة النفسية ومستوى التدين عند طلاب جامعة الطائف؟

### أهمية البحث:

يحتاج الإنسان لكي يعيش في سعادة وصحة نفسية أن يجد البيئة الاجتماعية المناسبة التي يشعر فيها بالانتماء والحب ويحقق من خلالها ذاته، ويعبد فيها ربه ويكون راضياً عن نفسه وعن الآخرين ويشعر بالتقبل من الآخر والتواد معه. وإذا كان الإنسان بطبيعته يعد كائناً اجتماعياً فإنه نجاحه في تكوين أصدقاء واستمرار علاقاته معهم يعد شرطاً أساسياً من شروط تمتعه بصحة نفسية وجسمية جيدة ، واستمتاعه بحياة لها معنى.( أبو سريع ، 1993 : 7 )  
وتكمن أهمية هذا البحث فيما يلي:

**الأهمية النظرية:** لأهمية دراسة موضوع الوحدة النفسية ومدى انتشارها بين طلاب الجامعة ولأهمية البحث عن السبل لعلاجها. وبالتالي تكمن أهمية الدراسة النظرية في جمع التراث العلمي الذي تناول هذا المفهوم ثم التحليل النظري لعلاقته بمستوى التدين عند الطلاب.

**الأهمية العملية :** تكمن أهمية هذا البحث العملية في وضع برنامج ارشادي علمي مقنن يمكن به خفض درجة الوحدة النفسية ورفع مستوى التدين لدى أفراد العينة المستهدف تنفيذ البرنامج معها. بالإضافة إلى تصميم مقياس سيكومتري لقياس الشعور بالوحدة النفسية عند طلاب الجامعة.

### مصطلحات البحث :

فعالية برنامج إرشادي لخفض درجة الوحدة النفسية ورفع مستوى التدين لدى طلاب جامعة  
الطائف.(دراسة إرشادية – سيكومترية)  
د. سعد رياض محمد

### برنامج إرشادي: Counseling Program

يعرفه "زهران" بأنه برنامج مخطط منظم في ضوء أسس علمية لتقديم الخدمات  
الإرشادية المباشرة وغير المباشرة فردياً ، وجماعياً بهدف مساعدتهم في تحقيق النمو  
السوي.(زهران ، 2003 : 56 )

### التعريف الاجرائي للبرنامج الإرشادي:

عرف الباحث البرنامج الإرشادي "بأنه تلك الخطة التي تتضمن عدداً من  
الخطوات والأنشطة المصممة بطريقة دقيقة في ضوء أسس علمية تهدف إلي تقديم  
الخدمات الإرشادية بهدف مساعدة الطلاب علي تحسين تأكيد الذات في علاقاتهم  
بالآخرين وفي التعامل مع مختلف المواقف الحياتية بطريقة أكثر إيجابية وفعالية،  
وتدريبهم على التفاعل مع المجتمع، ومساعدتهم على إدراكهم لمعوقات التفاعل  
الاجتماعي، والتخلص من الوحدة النفسية، ورفع مستوى التدين.

### الوحدة النفسية : Loneliness

يرى "قشقوش" بأن الشعور بالوحدة النفسية هو إحساس الفرد بوجود فجوة  
نفسية تباعد بينه وبين أشخاص وموضوعات مجاله النفسي إلى درجة يشعر معها  
بافتقار التقبل والتواد والحب من جانب الآخرين، بحيث يترتب على ذلك حرمان الفرد  
من أهلية الانخراط في علاقات مثمرة ومشبعة مع أي أشخاص وموضوعات الوسط  
الذي يعيش فيه، ويمارس دوره من خلاله. ( قشقوش ، 1988 : 19)

ويعرفه "بيبلو" و"بيرلمان" بأنه خبرة مشحونه بالمشاعر السيئة نتيجة  
تعرض علاقات الفرد الاجتماعية للفشل والإحباط. ( Peplau, & Perlman , 98 :  
1982)

ويعرف الباحث الوحدة النفسية : بأنها شعور داخلي لدي الشخص يجعل بينه وبين الآخرين عائق يمنعه من التفاعل والتعامل معهم، فيشعر بالعزلة النفسية بالرغم من التواجد الجسدي بينهم ، ويفتقد للتقبل والتواد والألفة معهم.

### مستوى التدين: The level of religiosity

ورد لفظ التدين في لسان العرب على أنه تدين فهو دين ومتدين ، ودينه الرجل تديناً إذا وكلته إلى دينه. ( ابن منظور، 2003:204 )  
عرفه " الصنيع " بأنه التزام المسلم بعبقيدة الإيمان الصحيح ( الإيمان بالله وملائكته وكتبه ورسله وباليوم الآخر والقدر خيره وشره ) وظهور ذلك بممارسة ما أمره الله به والانتهاه عن اتيان ما نهى الله عنه. ( الصنيع، 2000: 18 )

### التعريف الإجرائي للتدين :

هو الدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس التدين .

### الاطار النظري:

### الإرشاد النفسي:

الإرشاد النفسي يهدف إلى مساعدة الفرد على مواجهة مشكلاته والاستفادة من قدراته وامكانياته في التغلب عليها، فذلك يعني أن الارشاد لا يقتصر اهتمامه على جانب واحد من حياة الإنسان فقط إنما يشمل جميع جوانب حياته سواءً كان ذلك جانب أسرى أو مهني أو تربوي ( جعفر، 2009: 17 )

والإرشاد هو تلك العملية التي يقوم من خلالها المرشد بمساعدة العميل على أن يواجه ويفهم ويتقبل المعلومات عن نفسه، ويتفاعل مع الآخرين، حتى يستطيع اتخاذ قرارات فعالة في مختلف جوانب حياته. ( Gibson & Mitchell, 1886 )

107)

والارشاد النفسي بهذا المعنى الشامل يعني أن كل إنسان يحتاج للإرشاد والتوجيه النفسي إما للوقاية أو للتنمية أو للعلاج من بعض الاضطرابات السلوكية أو

فعالية برنامج إرشادي لخفض درجة الوحدة النفسية ورفع مستوى التدين لدى طلاب جامعة الطائف. (دراسة إرشادية - سيكومترية)  
د. سعد رياض محمد

النفسية. والفئة التي تكون في احتياج أكثر هم فئة الشباب أو طلاب الجامعة حيث أنهم على مشارف الحياة العملية والحياة الأسرية المستقلة وهم لبنات المجتمع ومستقبل الأمة.

### الوحدة النفسية:

الوحدة النفسية شعور يحدث لدي البعض بالرغم من وجوده مع الآخرين فيسبب له حالة من الفجوة بينه وبين المحطين به وتعوقه من التكيف مع من حوله مع الشعور بالألم أو الحزن أو القلق.

والشعور بالوحدة النفسية هو شعور مؤلم ونتاج تجربة ذاتية، وهذا الشعور ناتج من شدة الحساسية الفجة وشعور الفرد بأنه وحيد ويعيد عن الجميع، والشعور بأنه غير مرغوب فيه ومنفصل عن الآخرين، ومقهور بالألم الشديد، وترى أيضاً أن هذا الشعور ناتج عن الغياب المدرك للعلاقات الاجتماعية المشبعة وهو شعور مصحوب بأعراض الضغط النفسي. (Rokach & Bauer, 2003: 135)

كما تستعرض "ويس Weiss" بأن الشعور بالوحدة النفسية هو ظاهرة معقدة وسببها الحقيقي النتائج العاطفية السلبية، كما تنتج من ألم الانفصال، وكذلك غياب أشكال المودة. (زهرا، 1997: 27)

أما "نيوكمب" و "بنتلر" فيعرفان الشعور بالوحدة النفسية، بأنه عجز في المهارات الاجتماعية وفي علاقات الفرد الاجتماعية، مما يدفع به إلى بعض الاضطرابات النفسية كالقلق أو الإكتئاب أو التفكير في الإنتحار، وكذلك معاناة الفرد من الأعراض النفسجسمية، كالصداع وضعف الشهية والتعب والإجهاد ، وأيضاً

العدوانية والمشكلات الدراسية والهروب من المنزل، مما له في نهاية الأمر من آثار حادة على الأداء السيكولوجي والتوافق النفسي.

(Newcomb & Bentler, 1986 : 521)

### مكونات الشعور بالوحدة النفسية

يتكون الشعور بالوحدة النفسية من عدة مكونات حيث حددها " قشقوش " كما

يلي:

1. إحساس الفرد بالضجر نتيجة افتقاد التقبل والتواد والحب من قبل الآخرين.
2. إحساس الفرد بوجود فجوة نفسية تباعد بينه وبين الوسط المحيط يصاحبها أو يترتب عليها فقدان الثقة بالآخرين.
3. معاناة الفرد لعدد من الأعراض العصابية كالإحساس بالملل وانعدام القدرة على تركيز الانتباه والاستغراق في أحلام اليقظة.
4. إحساس الفرد بافتقاد المهارات الاجتماعية اللازمة لانخراطه في علاقات مشبعة مثمرة مع الآخرين. (قشقوش، 1988 : 18).

### أسباب الشعور بالوحدة النفسية:

الوحدة النفسية لها أسباب متعددة، بعضها يعود لطبيعة الأشخاص أنفسهم، ويعود البعض الآخر لاضطرابات كمية أو كيفية في شكل العلاقات الاجتماعية. فذكر "روكاتش" و"بيير" بعض الأسباب ومنها العجز الشخصي لدى الفرد، والفشل في إقامة العلاقات مع الآخرين. (Rokach, & Bauer, 2003 : 135)

ويعد تقدم في العمر أحياناً من مسببات الوحدة النفسية، فكما أشارت بعض الدراسات أن 5% إلى 15% من كبار السن يشعرون بالوحدة النفسية، وأن حوالي

فعالية برنامج إرشادي لخفض درجة الوحدة النفسية ورفع مستوى التدين لدى طلاب جامعة الطائف. (دراسة إرشادية - سيكومترية)  
د. سعد رياض محمد

50 % ممن تزيد أعمارهم عن 80 عاما يشعرون بالوحدة النفسية. (Martin & Silvia , 2001 : 247)

ومن الأسباب أيضا فقدان الأمل أو اليأس أو الأحباط، فيشعر الفرد بالقلق المرتفع والضغط النفسي عند مواجهة احتياجات لا تتحقق له مما يولد الشعور بالوحدة النفسية. (Weiss, 1987 : 15)

#### ما يصاحب الشعور بالوحدة النفسية :

حدد " سيبرساد" Seepersad بعض الصفات المصاحبة للوحدة النفسية ومنها الرغبة في وجود شخص ما يهتم بنا، والبكاء، والمشاعر الخفية، والبلادة والخمول، والانسحاب والاستغراق في أحلام اليقظة، وأحيانا يلجأ البعض إلى التدين حيث يشعروا بأن الدين هو علاج ناجح لقهر وحدتهم النفسية. (عابد ، 2008:28).

وقد يلجأ الفرد الذي يعاني من الشعور بالوحدة النفسية إلى استخدام بعض المواد المخدرة مثل المشروبات الكحولية، والمخدرات، والمحفزات النفسية كوسائل للتعايش مع الشعور بالوحدة النفسية التي يعاني منها، ويمكن أن تقود الوحدة النفسية بعض الأفراد إلى التخلص من حياتهم، أو الاقدام على قتل الآخرين في محاولة مأساوية للهروب، أو لجذب الانتباه إليهم. (Zakahi & Duran, 1982: 205)

#### أنواع الوحدة النفسية:

الوحدة النفسية حالة ذاتية يعرفها الفرد عن نفسه ويقرها الآخرون عنه، وهذه الحالة تتضمن مكونات معرفية وعاطفية وسلوكية ودافعية وتتضمن حاجة الفرد إلى الرغبة في العلاقات الشخصية المتبادلة (Willims, 1983: 55)

وتشير "وايس" إلى أن هناك مجموعتين من الوحدة النفسية وهما:

- أ- الوحدة النفسية العاطفية. Emotional Loneliness : وتنتج عن عدم وجود علاقات عاطفية ودية مع شخص آخر ، ويمكن التخفيف منها من خلال إنشاء علاقة ودية مشبعة أو من خلال تعويض علاقة مفقودة.
- ب- الوحدة النفسية الاجتماعية. Social Loneliness وتنتج عن عدم كفاية شبكة العلاقات الاجتماعية للفرد ويمكن علاجها عن طريق بناء علاقات اجتماعية وصدقات مشبعة مع الآخرين.(الدهان، 2001:98).

### الدين الإسلامي والحث على التفاعل الاجتماعي:

إن الدين عند الله الإسلام والذي يدعونا إلى التآلف والتواد والترحم وتتأكد روح الجماعة بصفة عامة في معظم نشاطات المسلم وعباداته، والتي يتجلى فيها وجوب حضور الجماعة في المسجد لأداء الصلاة خمس مرات في اليوم حيث فضلت صلاة الجماعة سبعاً وعشرين درجة عن الصلاة الفردية وتقام الصلاة في جماعات أكبر مرتين في السنة (صلوات العيدين : الفطر والأضحى) . ويشهد موسم الحج أكبر تجمع بشري يشارك فيه الملايين من المسلمين القادمين من كل أنحاء العالم الإسلامي.(الراضي، 1990 : 29)

والإسلام ينمي روح التعارف والتآلف والترابط والتعاون والتماسك والترحم والمحبة والمودة والإخاء وتبادل المنفعة والمساعدة بين أبناء الأمة الإسلامية. وليس أدل على ذلك من قول الله سبحانه وتعالى في محكم التنزيل: {إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ إِخْوَةٌ فَأَصْلِحُوا بَيْنَ أَخَوَيْكُمْ وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ} (الحجرات: 10)، {وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَى وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ} (المائدة: 2)، {وَاعْتَصِمُوا بِحَبْلِ اللَّهِ جَمِيعًا وَلَا تَفَرَّقُوا وَاذْكُرُوا نِعْمَتَ اللَّهِ عَلَيْكُمْ إِذْ كُنْتُمْ أَعْدَاءً فَأَلَّفَ بَيْنَ قُلُوبِكُمْ فَأَصْبَحْتُمْ بِنِعْمَتِهِ إِخْوَانًا} (آل عمران: 103).

فعالية برنامج إرشادي لخفض درجة الوحدة النفسية ورفع مستوى التدين لدى طلاب جامعة الطائف. (دراسة إرشادية - سيكومترية)  
د. سعد رياض محمد

ولذا فالإسلام بصفة عامة يرفض كل المظاهر والأحوال التي من شأنها أن تؤدي إلى الوحدة أو الإنفراد أو الفرقة أو التشتت أو الابتعاد أو الانعزال عن الجماعة.

فالدين إطار شامل يضم البشرية أجمع، وهو المنهج المتكامل لكل زمان ومكان ولكل الأقسام والشعوب، وهو يدعو الناس إلى تكوين أسرة متفاعلة مع نفسها ومع الآخرين؛ فقد قال الإمام علي بن أبي طالب : عليكم بالتواصل والتبادل وإياكم والتدابير والنقاطع. (الشيرازي، 1992: 48)

التفاعل الاجتماعي هو سلوك يتعلمه الإنسان من خلال عملية التنشئة الاجتماعية، كما يتم تعلمه من الأسرة، وهو أيضاً سلوك يباركه الدين، باعتباره أحد سمات المجتمع المتماسك؛ لذا يعد التفاعل الاجتماعي أحد الأساليب المهمة التي يستطيع الإنسان بواسطتها أن يعدل سلوكه عندما يتأثر بالآخر ويؤثر فيه، والتفاعل الاجتماعي عمل متبادل حيث يشترك كل فرد في هذا العمل ويكيف نفسه ليعمل مع الآخرين. (أبو النيل ، 1985 : 232).

لأن الحاجة إلى التواد هي المؤشر الأساسي الذي يدفع الفرد إلى تكوين صداقات جديدة والتي بعد إشباعها تؤدي بالفرد إلى مستوى الرضا والذي يحدث من تقديره لذاته، وبها تحدد مدى توافق الشخص أو عدم توافقه. (رياض ، 2005 : 38)

ومن الجوانب الأساسية التي يدعو لها الدين هي محبة الآخرين والاندماج معهم، والتفاعل والتعاون معهم، ولذا فاللدين أهمية كبرى في التأثير في الفرد ثم التأثير في المجتمع. (مارشال & سكوت، 2000 : 78).

ويعلمنا الدين الإسلامي بأن الدين المعاملة، ولا يمكن أن تكون معاملة جيدة مع الآخرين وتكيف معهم في حالة سيطرة الشعور بالوحدة النفسية على الشخص أو الانعزال عنهم . وهنا يتنافى هذا السلوك مع الفهم الصحيح للدين حيث الاستسلام لهذا الشعور المدمر أو عدم المبادرة لعلاجة أو التخلص من أعراضه.

### الأضرار النفسية التي تنتج عن الشعور بالوحدة النفسية :

تعد مرحلة الجامعة من المراحل الهامة في تكوين الانسان علمياً واجتماعياً ومهنياً. وإذا مرت هذه المرحلة بصحة نفسية جيدة يكون الشخص مواطناً نافعاً لنفسه ولوطنه وإذا كان الشخص يحمل من الأعباء النفسية والمشكلات التي تشعره بالوحدة النفسية أو عدم التكيف مع المجتمع أو الرغبة في الانعزال عن الآخرين، فإن لهذا الشعور أضراره الكثيرة.

فيذكر "بورتنوفPortnoff" أن هناك عدة متغيرات سلبية تصاحب خبرة الشعور بالوحدة النفسية وترتبط بها، وتتضمن هذه المتغيرات كلاً من الاكتئاب والاعترا ب والحزن والأسى والحاجة إلى الألفة الاجتماعية واللامبالاة والتبلة العاطفي. كما أن هناك عوامل أخرى معينة مرتبطة بالشعور بالوحدة النفسية، كالضغوط النفسية والقلق والملل النفسي وكراهية الذات وفقدان المهارات الاجتماعية والجناح. (Gaudin,& Polensky,1993: 601)

كذلك يتضمن الشعور بالوحدة النفسية بعض الأضرار النفسية الأخرى، والتي من أهمها، فقدان أي هدف أو معنى للحياة، والعجز عن إقامة علاقات شخصية حميمة ومستمرة مع الآخرين، وفقدان خاصية التواصل العاطفي، والفتور الانفعالي والعنف. (Bragg,1979:55).

### التغلب على الوحدة النفسية :

يعين الدين الإسلامي الفرد على تحقيق الصحة النفسية فهو علاج حقيقي لأزمات النفس. قال تعالى: {أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ} (الرعد ، الآية 28) . كما قال تعالى {وَلَيَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاغِبُونَ} (البقرة ، الآية 155-157)، وقد علم القرآن الكريم المسلمين كيف يتخلصون من وساوس ونزعات عدوهم الأكبر، قال تعالى : {وَإِنَّمَا يَنْزَعَنَّكَ مِنَ الشَّيْطَانِ نَزْعٌ فَاسْتَعِذْ بِاللَّهِ إِنَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ} (الأعراف ، 200).

وتحدث الكثير من العلماء في أهمية التخلص من العزلة والانطواء لما لها من مشكلات خطيرة على الفرد وعلى المجتمع. فقد طور يونج (Young) نموذجاً لعلاج مشكلة العزلة، ويتضمن ست مراحل متدرجة:

- أن يشعر الفرد بالرضا عن نفسه.
- أن يشترك في نشاطات مع عدد من الأصدقاء .
- أن يعي نحو صديق يشعر بإمكان عقد صداقة حميمة معه.
- إرساء علاقة حميمة مع صديق مناسب من خلال الإفصاح عن الذات.
- أن يشترك في إفصاح متبادل عن الذات مع صديق موثوق فيه.
- دعم الشعور بالالتزام الوجداني لصديق اعتر بصداقته.

(عثمان، 2001: 156).

نخلص من هذا أن الشعور بالوحدة النفسية هو خبرة مؤلمة لا تسبب للفرد الانعزال عن الآخرين فقط، ولكن لها بالغ الأثر على نفسه وعلى حياته الشخصية

والاجتماعية، والطالب الذى يتصف بهذه الصفات يحتاج إلى إرشاد ودعم نفسي حتى يتحرر من هذه المظاهر.

#### الدراسات السابقة:

أولاً : دراسات عن البرامج الارشادية في مجال الشعور بالوحدة النفسية:  
دراسة ( عدنان ، 2012 )

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على أثر برنامج أرشادي في تخفيف العزلة الاجتماعية لدى طالبات المرحلة المتوسطة، إذ قامت ببناء برنامج وفق نظرية الارشاد الوجودي (وتم استخراج صدق البرنامج بعرضه على مجموعة من الخبراء والمحكمين في الارشاد النفسي ، وتم تطبيق البرنامج على المجموعة التجريبية البالغ عددها (١٠) في حين كانت المجموعة الضابطة دون ارشاد (وتم استعمال معامل ارتباط بيرسون - الوسط الحسابي - مانوتني - كولموجروفك وسائل احصائية وأظهرت النتائج ارتفاع العزلة الاجتماعية لدى الطالبات ، وكذلك أن للبرنامج الارشادي آثاراً إيجابية في خفض العزلة الاجتماعية ولصالح المجموعة التجريبية .  
دراسة ( التركي ، 2015 )

هدفت الدراسة إلى إعداد برنامج إرشادي معرفي - سلوكي ، وتحديد فاعليته في خفض الوحدة النفسية وتحسين الأمن النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية في الكويت، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق بين المجموعة التجريبية والضابطة في درجة الوحدة النفسية والأمن النفسي بعد تطبيق البرنامج، حيث ارتفع الشعور بالوحدة النفسية وارتفع الشعور بالأمن النفسي. لدى المجموعة التجريبية .

ثانياً : دراسات عن التدين وعلاقته بالوحدة النفسية والتكيف مع المجتمع  
والقلق العام:  
دراسة ( درويش ، 1996 )

فعالية برنامج إرشادي لخفض درجة الوحدة النفسية ورفع مستوى التدين لدى طلاب جامعة الطائف. (دراسة إرشادية - سيكومترية)  
د. سعد رياض محمد

هدفت الدراسة إلى التحقق من مدى فعالية العلاج الديني في تخفيض القلق لدى طلاب الجامعة، وتكونت العينة من 20 طالباً من كلية التربية بجامعة عين شمس ممن حصلوا على درجات الإرباعي الأعلى على مقياس القلق، وقسموا إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة وكانت كل عينة 10 طلاب، ومتوسط عمر العينة 20,32 سنة. واستخدم مقياس القلق من إعداد الباحث، وطبق برنامج علاجي للمجموعة التجريبية استغرق 150 جلسة طبقت بطريقة فردية. وكانت نتيجة الدراسة وجود فروق دالة إحصائية في انخفاض درجات القلق بين المجموعتين التجريبية والضابطة بعد انتهاء البرنامج العلاجي لصالح المجموعة التجريبية. دراسة (بركات، 2006)

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على تأثير الاتجاه نحو الالتزام الديني في التكيف النفسي والاجتماعي، وعلاقته ببعض المتغيرات المرتبطة بالطالب الجامعي: الجنس، والعمر، التخصص، والتحصيل الأكاديمي، وعمل الأب، وعمل الأم. استخدم لهذا الغرض مقياسان هما: مقياس الاتجاه نحو الالتزام الديني، ومقياس التكيف النفسي والاجتماعي لطلاب الجامعة، وقد أسفرت الدراسة عن وجود تأثير جوهري لاتجاه الطلاب نحو الالتزام الديني في مستوى تكيفهم النفسي والاجتماعي لمصلحة الطلبة ذوي التوجه المرتفع، كما أظهرت الدراسة وجود تأثير للمتغيرات: الجنس، والتخصص، والعمر في الاتجاه نحو الالتزام الديني وذلك لمصلحة الإناث، والطلاب ذوي التخصصات التربوية، والطلاب من الفئة العمرية الأقل من 23 سنة (على الترتيب. بينما توصلت النتائج إلى عدم وجود تأثير جوهري للمتغيرات: التحصيل وعمل الأب وعمل الأم في اتجاه الطلاب. دراسة (آل جبير، 2007)

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن العلاقة بين التدين والشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من طلاب وطالبات كلية الشريعة واللغة العربية في رأس الخيمة،

وأُسفرت الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة احصائياً بين درجات الطلاب والطالبات على مقياس مستوى التدخين ومقياس الوحدة النفسية. ولم توجد فروقاً دالة احصائياً بين درجات الطلاب ودرجات الطالبات على مقياس الوحدة النفسية، ولم توجد فروق بين الطلاب والطالبات المتزوجين والطلاب والطالبات غير المتزوجين على مقياس الوحدة النفسية.

#### تعقيب على الدراسات السابقة :

تضمنت الدراسات السابقة بعض المحاور ومنها:

- دراسات تناولت البرنامج الإرشادي في خفض درجة الوحدة النفسية في عينات مختلفة دراسة ( عدنان ، 2012 ) ودراسة ( التركي ، 2015 )
- دراسات عن التدخين وعلاقته بالوحدة النفسية والتكيف مع المجتمع والقلق العام ودراسة ( درويش ، 1996 ) ودراسة (بركات، 2006) ودراسة ( آل جبير ، 2007).

في حين لم توجد دراسة في حدود علم الباحث تختبر العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية والتدخين من خلال برنامج إرشادي يعالج ارتفاع مستوى الشعور بالوحدة النفسية والتذكير بمبادئ الدين التي تنظم الحياة لدى طلاب الجامعة.

#### الإجراءات:

##### تشمل إجراءات البحث علماً يلي:

- أ- فروض البحث.
- ب- منهج البحث.
- ت- عينة البحث.

ث- أدوات البحث.

#### أ- فروض البحث:

1. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على متغير الوحدة النفسية.
2. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على متغير التدين.
3. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على متغير الوحدة النفسية.
4. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على متغير التدين.
5. توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات الشعور بالوحدة النفسية ومستوى التدين لدى طلاب الجامعة.

#### ب - منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج شبه التجريبي من خلال القياس القبلي والبعدي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة، وطبقاً لمنهج الدراسة فسوف يتم تعرض المجموعة التجريبية لبرنامج إرشادي لمدة خمسة أسابيع، وسوف يبلغ عدد الجلسات (15) جلسة، بواقع ثلاث جلسات أسبوعياً. كما استخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي لدراسة العلاقة الارتباطية بين متغيري البحث.

#### ت - عينة البحث

أبريل 2015

العدد الأربعون

تتكون عينة البحث السيكومترية من (100) طالباً من طلاب جامعة الطائف ممن تتراوح أعمارهم الزمنية ما بين (19-21) عاماً، وتم اختيار عينة شبه تجريبية قوامها (20) طالباً من اجمالي العينة ممن يحصلون على أعلى الدرجات على مقياس الوحدة النفسي، وأدنى الدرجات على مقياس التدين في القياس القبلي، وبعد ذلك تم تقسيمهم بالتساوي إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة، وسوف يتم المجانسة بين المجموعتين من درجاتهم في التطبيق القبلي على كلا من مقياس الوحدة النفسية، ومقياس التدين.

#### ضوابط ومعايير اختيار العينة :

- حرص الباحث في اختيار عينة الدراسة علي مجموعة من الشروط وهي :
1. أن تكون عينة الدراسة من طلاب جامعة الطائف.
  2. أن يتراوح العمر الزمني لعينة الدراسة ما بين 19-21 سنة .
  3. أن تكون عينة الدراسة خالية من الإعاقات المختلفة ( البدنية - العقلية ) .
  4. التأكد من عدم تلقّي أي من أفراد العينة لأية برامج إرشادية مرتبطة بموضوع البحث.

#### تجانس المجموعتين الضابطة والتجريبية:

عمد الباحث إلي ضبط عدد من المتغيرات من أجل تحقيق التجانس بين أفراد المجموعتين ( التجريبية - الضابطة ) قبل تطبيق البرنامج الإرشادي وذلك علي النحو التالي:

- من حيث مستوي الشعور بالوحدة النفسية:

فعالية برنامج إرشادي لخفض درجة الوحدة النفسية ورفع مستوى التدين لدى طلاب جامعة  
الطائف. (دراسة إرشادية - سيكومترية)  
د. سعد رياض محمد

قام الباحث بحساب دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين (التجريبية - الضابطة) في التطبيق القبلي على مقياس الوحدة النفسية باستخدام ( اختبار مان ويتني، U. Test ) ويوضح الجدول التالي نتائج ذلك:

### جدول (1)

يوضح دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين  
( التجريبية - الضابطة ) في التطبيق القبلي على مقياس الوحدة النفسية.

المجموعة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة U	مستوي الدلالة
التجريبية	10	11.2	98	43	غير دالة
الضابطة	10	9.8	112		

يتضح من الجدول السابق أن قيمة (U) غير دالة إحصائياً مما يشير إلى  
عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين  
( التجريبية - الضابطة ) في التطبيق القبلي على مقياس الوحدة النفسية.  
من حيث مستوي التدين:

أبريل 2015

العدد الأربعون

قام الباحث بحساب دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين ( التجريبية - الضابطة ) في التطبيق القبلي علي مقياس التدين بإستخدام (اختبار مان ويتني، U. Test ) ويوضح الجدول التالي نتائج ذلك :

### جدول (2)

يوضح دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين ( التجريبية - الضابطة ) في التطبيق القبلي علي مقياس التدين.

المجموعة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة U	مستوي الدلالة
التجريبية	10	9.25	117.5	37.5	غير دالة
الضابطة	10	11.75	92.5		

يتضح من الجدول السابق أن قيمة (U) غير دالة إحصائياً مما يشير إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين ( التجريبية - الضابطة ) في التطبيق القبلي علي مقياس التدين.

### ث - أدوات البحث:

استخدم الباحث الأدوات التالية ليفسر فروض البحث بعد إعدادها وتقنينها على عينة البحث:

#### 1-مقياس الوحدة النفسية إعداد / الباحث

- قام الباحث بالإطلاع على التراث السيكولوجي المتاح في مجال الوحدة النفسية من الأطر النظرية والدراسات السابقة بهدف الاستفاد منها في بناء المقياس وال فقرات المكونة له.
- قام الباحث بتوجيه سؤال مفتوح لتحديد مفهوم الوحدة النفسية من خلال استطلاع آراء عينة من طلاب جامعة الطائف بلغ عددهم (35) طالباً ممن

- تتراوح أعمارهم الزمنية ما بين (19-21) سنة ، وقد أبدى أفراد العينة العديد من الإستجابات المختلفة التي قام الباحث بتصنيفها وإعادة صياغتها مع ما توفر لديه من معلومات من خلال الإطلاع على التراث السيكلوجي المتاح في مجال الوحدة النفسية.
- تكون المقياس في صورته الأولية من (30) عبارة تم عرضها الباحث على (7) من الأساتذة المتخصصين في مجال علم النفس والصحة النفسية ، وذلك للحكم على مضمون عبارات المقياس ومدى تمثيلها لما تقيسه هذا من ناحية ، ومن ناحية أخرى لمعرفة مدى ملاءمتها لسن أفراد العينة موضع القياس (19-21) سنة ومدى إتفاقها مع التعريف الإجرائي .
  - اتفق جميع المحكمين على العبارات مع تعديلات لغوية في بعض العبارات.
  - قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة قوامها (30) من طلاب جامعة الطائف ممن تتراوح أعمارهم الزمنية ما بين (19-21) سنة بهدف التعرف على مدى وضوح العبارات واستبعاد الكلمات الصعبة وغير المفهومة لدى أفراد العينة ، وبهذه الكيفية تأكد الباحث أن العبارات التي تشتمل عليها المقياس هي عبارات موضوعية وممثلة في ضوء التعريف الاجرائي .
  - تم تحديد طريقة الإجابة على المقياس بأن يطلب من المفحوص قراءة المفردة جيداً ثم وضع علامة (√) تحت أحد الاختيارات ( دائماً ) وتحصل على أربع درجات (أحياناً) وتحصل على ثلاث درجات ، ( نادراً ) وتحصل على درجتين ، ( إطلاقاً ) وتحصل على درجة واحدة وذلك إذا كانت العبارات موجبة، والعكس صحيح في حالة العبارات السالبة.
- ثبات المقياس:

للتحقق من ثبات مقياس الوحدة النفسية استخدم الباحث طريقة التجزئة النصفية (لسبيرمان - براون ) ومعامل ألفا - كرونباخ على عينة مكونة من ( 100 ) طالباً من طلاب جامعة الطائف.

### جدول (3)

يوضح معاملات ثبات مقياس الوحدة النفسية  
بطريقة التجزئة النصفية ، ومعامل ألفا - كرونباخ.

المقياس	الطريقة	معامل الثبات	مستوى الدلالة
الوحدة النفسية	سبيرمان- براون	0,95	0,01
	معامل ألفا - كرونباخ	0,96	0,01

يتضح من جدول السابق أن معاملات الثبات سواء بطريقة التجزئة النصفية أم باستخدام معادلة ألفا - كرونباخ دالة عند مستوى 0.01 وهذا مؤشر إيجابي على الثبات الداخلي للمقياس.

**صدق المقياس :** في سبيل التحقق من صدق المقياس استخدم الباحث

طريقتين لحساب صدق مقياس الوحدة النفسية، وذلك على النحو التالي:

- **صدق المحكمين:** قام الباحث بعرض المقياس في صورته الأولية ، والذي تكون من (30) عبارة على ( 7 ) من الأساتذة المتخصصين في مجال علم النفس والصحة النفسية.
- إعتد الباحث على المقياس رباعي التدرج بحيث تكون إستجابات الأفراد على عبارات المقياس أحد الخيارات الآتية (دائماً- أحياناً - نادراً- إطلاقاً )

- **صدق الاتساق الداخلي:** قام الباحث بالتحقق من التجانس الداخلي للمقياس عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجة كل مفردة

فعالية برنامج إرشادي لخفض درجة الوحدة النفسية ورفع مستوى التدين لدى طلاب جامعة  
الطائف. (دراسة إرشادية - سيكومترية)  
د. سعد رياض محمد

والدرجة الكلية للمقياس والجدول التالي يوضح نتائج التجانس الداخلي  
لعبارات المقياس:

#### جدول ( 4 )

يوضح الإتساق الداخلي لعبارات مقياس الوحدة النفسية.

معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة
0,78	21	0,70	11	0,51	1
0,52	22	0,63	12	0,48	2
0,76	23	0,59	13	0,58	3
0,61	24	0,78	14	0,71	4
0,60	25	0,73	15	0,84	5
0,79	26	0,68	16	0,91	6
0,78	27	0,87	17	0,70	7
0,68	28	0,59	18	0,84	8

0,72	29	0,64	19	0,67	9
0,85	30	0,55	20	0,54	10

يتضح من الجدول السابق أن جميع قيم معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى 0,01 ، وهذا يؤكد على صدق المقياس وصلاحيته للتطبيق على عينة البحث.

## 2- مقياس درجة التدين إعداد / ( صالح الصنيع، 2002 )

يتكون المقياس في صورته النهائية من 60 عبارة يختار المفحوص بين ثلاث خيارات تحدد مستويات متدرجة في الصفة التي تعبر عن جانب من جوانب التدين ، ويحصل من خلالها على درجة واحدة أو اثنين أو ثلاثة. وقد تم تقنين المقياس على بيئة سعودية من قبل معد المقياس ، وأثبتت الدرجات صدق وثبات المقياس.

### ثبات المقياس على عينة البحث:

للتحقق من ثبات مقياس التدين على عينة مكونة من ( 100 ) طالباً من طلاب جامعة الطائف، استخدم الباحثة طريقة التجزئة النصفية ( لسبيرمان - براون ) ومعامل ألفا - كرونباخ.

### جدول (5)

يوضح معاملات ثبات مقياس التدين

فعالية برنامج إرشادي لخفض درجة الوحدة النفسية ورفع مستوى التدين لدى طلاب جامعة الطائف. (دراسة إرشادية - سيكومترية)  
د. سعد رياض محمد

بطريقة التجزئة النصفية، ومعامل ألفا - كرونباخ.

المقياس	الطريقة	معامل الثبات	مستوى الدلالة
الوحدة النفسية	سبيرمان - براون	0,92	0,01
	معامل ألفا - كرونباخ	0,96	0,01

يتضح من جدول السابق أن معاملات الثبات سواء بطريقة التجزئة النصفية أو باستخدام معادلة ألفا - كرونباخ دالة عند مستوى 0,01 وهذا يبرهن على ثبات المقياس على عينة البحث.

### 3- البرنامج الإرشادي. إعداد / الباحث

#### إجراءات تصميم البرنامج :

قام " الباحث " بالإطلاع على التراث السيكولوجي المتاح في مجال البرامج الإرشادية سواء في الأطر النظرية أو في الدراسات السابقة على المستويين العربي والأجنبي وذلك للإستفادة من الطرق المتبعة في تصميم البرامج الإرشادية . وقد استفاد الباحثون بما ورد في الدراسات العربية والأجنبية في اختيار الأنشطة الثقافية ، والاجتماعية ، والفنية ، والدينية ، واختيار بعض الأنشطة الرياضية . وقد اتضح لهم أن هذه الأنشطة قد نجحت في تعديل الكثير من الشعور بالوحدة النفسية.

#### التعريف بالبرنامج الإرشادي :

برنامج خفض درجة الوحدة النفسية وزيادة مستوى الوعي الديني هو برنامج مخطط ومنظم يهدف إلى تقديم الخدمات الإرشادية بطريقة جماعية لعينة من

طلاب جامعة الطائف بهدف خفض درجة الوحدة النفسية وزيادة مستوى التدين مما يحقق لهم التوافق النفسي والاجتماعي.

### أهداف البرنامج :

**الهدف العام :** يهدف البرنامج إلى خفض درجة الوحدة النفسية وزيادة مستوى التدين لدى أفراد المجموعة التجريبية من الذين يحصلون على درجة عالية في مقياس الوحدة النفسية، وذلك عن طريق برنامج إرشادي ( معرفي - سلوكي ) ، واستخدام فنياته المختلفة التي تحقق الهدف الذي وضعت من أجله.

### الأهداف الإجرائية :

1- أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على العلاقة بين الأفكار والانفعالات والسلوك.

2- أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على أنماط التفكير من خلال ( الأفكار العقلانية والأفكار اللاعقلانية )

3- أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على معنى الوحدة النفسية وما هي الأفكار السلبية التي تسبب الوحدة النفسية ؟

4- أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على معنى التدين وكيف يرتبط بعلاقة الفرد بالآخرين وتحقيق التوافق النفسي والاجتماعي.

5- أن يتدرب أفراد المجموعة التجريبية على الطرق التي تجعلهم يتغلبوا على الشعور بالوحدة النفسية ، وإكسابهم المهارات الذاتية في التخلص من هذه الأعراض.

- 6- أن يتدرب المجموعة التجريبية على مهارات التفكير العقلاني والتخلص من الأفكار اللاعقلانية .
- 7- أن يتدرب أفراد المجموعة التجريبية على كيفية حل المشكلات وإكسابهم القدرة على التعايش مع الآخرين من غير مشكلات.
- 8- أن يقتنع أفراد المجموعة التجريبية بأهمية التدين في حياتنا كوسيلة للتعايش وتقبل للآخرين.
- 9- أن يتبنى أفراد المجموعة التجريبية تعاليم الدين في التعامل مع الآخرين وحل المشكلات الذاتية.

#### تنفيذ البرنامج :

يتكون البرنامج من ( 15 ) جلسة يواقع ثلاث جلسات أسبوعيا ، ويستغرق تنفيذ البرنامج خمسة أسابيع.

#### الفنيات والأساليب الإرشادية المستخدمة في البرنامج:

توجد عدة فنيات يتم استخدامها في هذا البرنامج ومنها ما يلي:  
**المحاضرات والمناقشات الجماعية:** تعتمد هذه الفنية على إلقاء محاضرات سهلة على الطلاب، ومناقشتهم فيها بما يحقق أهداف البرنامج.  
**الواجبات المنزلية:**تعد من الفنيات الهامة التي تؤكد المعلومات وتؤكد تدريب الطلاب على بعض السلوكيات ، واختبار قناعتهم ببعض الأفكار.

**النمذجة:** تعد النمذجة من أساليب التعلم بالملاحظة والتي تساعد العديد من الأفراد وخاصة في التعلم الاجتماعي وسوف يستخدم الباحث النمذجة الحية والنمذجة الممثلة.

**تمثيل الأدوار:** حيث يتم به أداء الأدوار كما تعلموا في النمذجة أو كما يكلف به الفرد وهي ضمن النظرية السلوكية المعرفية .

**التعزيز:** يحتل التعزيز مكانا بارزا في كل نظريات الاتجاه السلوكي. حيث يعزز كل سلوك ايجابي أو كل خطوة من خطوات هذا السلوك.

**تعديل الأفكار:** يقوم هذا الأسلوب على نظرية "إليس" للإرشاد العقلاني الانفعالي السلوكي، والذي يعمل على تصحيح الأفكار غير العقلانية واستبدالها بأفكار أخرى عقلانية

#### المنهج الذي استخدمه البرنامج :

قام الباحث بالاستفادة من العديد من النظريات النفسية في تصميم البرنامج ومنها المعرفي السلوكي والعلاج العقلاني الانفعالي.

#### معايير تصميم البرنامج :

- تم تصميم البرنامج وفقاً لعدة معايير أهمها ما يلي:
- مراعاة البرنامج لقدرات واستعدادات الطلاب حتى لا يؤدي إلي شعور الأعضاء بالفشل والعجز .
- أن يراعي التناسق والتكامل بين الأنشطة المختلفة من نظرية وعملية.
- أن يتسم البرنامج بالمرونة حتى يتمكن من تحقيق هدفه وحتى لا يصبح مملا رتيباً ويخلو منه طابع التشويق فيفقد فاعليته ويقلل من حماس الطلاب له وإقبالهم عليه.

فعالية برنامج إرشادي لخفض درجة الوحدة النفسية ورفع مستوى التدين لدى طلاب جامعة الطائف. (دراسة إرشادية - سيكومترية)  
د. سعد رياض محمد

- اتباع إستراتيجية خاصة لتقييم أنشطة البرنامج تقوم علي قياس الفروق في الشعور بالوحدة النفسية ومستوى التدين لدى طلاب الجامعة قبل وبعد تطبيق البرنامج الإرشادي.

#### صدق البرنامج الإرشادي :

تم حساب صدق البرنامج بطريقة ( صدق المحكمين ) من خلال عرضه على عدد (7) من الأساتذة المتخصصين في مجال علم النفس والصحة النفسية. وذلك للحكم على مدمناسبة أنشطة البرنامج ومدى فعاليته في خفض الشعور بالوحدة النفسية ودوره في زيادة درجة التدين لدي طلاب جامعة الطائف .

والجدول التالي يوضح عنوان الجلسات وأهدافها والفنيات المستخدمة في كل جلسة:

#### جدول ( 6 )

الجلسة وعنوانها	الأهداف الاجرائية	الفنيات المستخدمة
الأولى: التعارف والتعريف بالبرنامج.	- أن يقدم الباحث نفسه لأفراد المجموعة الإرشادية. - أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على بعضها البعض. - أن تُسمى مشاعر إيجابية بين أعضاء المجموعة التجريبية كالثقة والألفة والاحترام والاعتقاد على التعبير بحرية تامة. - أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على أهداف البرنامج	المحاضرة، المناقشة الجماعية

أبريل 2015

العدد الأربعون

	الإرشادي بشرح واضح والغرض منه. - أن يحدد الباحث القواعد والإجراءات التي سوف تكون في البرنامج. - الاتفاق على مواعيد الجلسات وأماكن انعقادها.	
الحوار والمناقشة الجماعية، المحاضرة، النمذجة.	- أن يتعرف أعضاء المجموعة التجريبية على المهارات التي تعمل على زيادة مستوى الثقة بالنفس والثقة في الآخرين والثقة في البرنامج. - أن يتدرب جميع الأعضاء على المشاركة والتفاعل مع الآخرين. - أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على أهم الصفات السلبية في التفاعل مع الآخرين. - أن يشعر أعضاء المجموعة التجريبية بالقناعة بقيمة البرنامج لهم.	الثانية: بناء الثقة بين أعضاء المجموعة والثقة في أهمية البرنامج
المحاضرة، المناقشة الجماعية ' نشرة ارشادية	- أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على ماهية الوحدة النفسية؟ - أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على الأسباب التي تؤدي للوحدة النفسية. - أن يعرف أفراد المجموعة التجريبية خطورة الوحدة النفسية عليهم وعلى المجتمع الذين ينتمون إليه. - أن يقوم أفراد المجموعة التجريبية بعرض خبراتهم التي مروا بها وأدت إلى شعورهم بالوحدة النفسية.	الثالثة: الوحدة النفسية وأسبابها.
المحاضرة، المناقشة الجماعية،	- أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على ماهية الأفكار والسلوك الإنساني؟ - أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على علاقة الأفكار بالسلوك والانفعال.	الرابعة: الأفكار وتأثيرها

فعالية برنامج إرشادي لخفض درجة الوحدة النفسية ورفع مستوى التدين لدى طلاب جامعة الطائف. (دراسة إرشادية - سيكومترية)  
د. سعد رياض محمد

<p>النمذجة، تمثيل الأدوار</p>	<p>- أن يتوقف أفراد المجموعة التجريبية بالأضرار الناتجة عن تأثيرها عليهم وعلى الآخرين من حولهم. - أن يتدرب أفراد المجموعة التجريبية على ضبط الأفكار والسلوك. - أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على كيف أن أفكارنا هي التي تسبق سلوكنا وانفعالاتنا.</p>	<p>على السلوك .</p>
<p>المحاضرة، المناقشة الجماعية، تمثيل الأدوار، نشرة إرشادية</p>	<p>- أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على ماهية الأفكار غير العقلانية؟. - أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على الأسباب التي تحدث الأفكار غير العقلانية. - أن يقتنع أفراد المجموعة التجريبية بالتأثير السلبي للأفكار غير العقلانية. - أن يتدرب أفراد المجموعة التجريبية على التحكم في الأفكار غير العقلانية</p>	<p>الخامسة: التحكم في الأفكار غير العقلانية.</p>
<p>المحاضرة، المناقشة الجماعية، نشرة إرشادية، النمذجة</p>	<p>- أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على أعراض الوحدة النفسية؟ - أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على مدي تحقق أعراض الوحدة النفسية لديه. - أن يتدرب أفراد المجموعة التجريبية على كيفية التغلب أعراض الوحدة النفسية. - أن يقوم أفراد المجموعة التجريبية بعرض خبراتهم التي مروا بها وأدت إلى مقاومة بعض السلوكيات التي تتسم بالوحدة النفسية. - أن يتبنى أفراد المجموعة التجريبية أسلوباً صحيحاً في كيفية مواجهة الرغبة في الانسحاب وخصوصاً في مواقف الأداء الاجتماعي.</p>	<p>السادسة: التغلب على أعراض الوحدة النفسية.</p>

<p>المحاضرة، المناقشة الجماعية ، النمذجة</p>	<p>- أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على مفهوم تأكيد الذات (الماهية - المفهوم)؟ - أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على الأسباب التي تعوق تأكيد الذات. - أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على أهمية تأكيد الذات من الناحية النفسية والاجتماعية. - أن يتدرب أفراد المجموعة التجريبية على الأساليب التي تساعد على تأكيد الذات.</p>	<p>السابعة: تأكيد الذات</p>
<p>المحاضرة، المناقشة الجماعية، تمثيل الأدوار.</p>	<p>- أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على ماهية التفكير الإيجابي وتأثيره على الشخصية؟ - أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على المرونة في الحياة وتأثيرها الإيجابي في التكيف مع الآخرين وفهم أبعاد شخصياتهم. - أن يقتنع أفراد المجموعة التجريبية بأهمية التفكير الإيجابي والمرونة في الحياة. - أن يتدرب أفراد المجموعة التجريبية على التفكير الإيجابي وكيف نحققه في أمور حياتنا. - أن يتدرب أفراد المجموعة التجريبية على المرونة في الحياة وكيف تحقق في المواقف المختلفة.</p>	<p>الثامنة: التفكير الإيجابي والمرونة في الحياة.</p>
<p>المحاضرة، المناقشة الجماعية، تمثيل الأدوار، نشرة ارشادية</p>	<p>- أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على أهمية الدين في حياتنا؟ - أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على الغاية من تعليمات الدين في التعامل مع الآخرين. - أن يقتنع أفراد المجموعة التجريبية بقيمة التمسك بالدين ومدى تأثيره في حياتنا الشخصية والاجتماعية. - أن يقوم أفراد المجموعة التجريبية بعرض نماذج من تعليمات الدين وتأثيرها على السابقين.</p>	<p>التاسعة: أهمية الدين في حياتنا.</p>

فعالية برنامج إرشادي لخفض درجة الوحدة النفسية ورفع مستوى التدين لدى طلاب جامعة الطائف. (دراسة إرشادية - سيكومترية)  
د. سعد رياض محمد

<p>المحاضرة، المناقشة الجماعية</p>	<p>العاشرة: الدين والمعاملة مع الآخرين.</p> <p>- أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على آداب المعاملات السوية مع الآخرين؟. - أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على كيف تحقق المعاملة الجيدة أركان الدين الإسلامي. - أن يقتنع أفراد المجموعة التجريبية بمدى الخطأ في حصر الدين في العبادات وترك المعاملات. - أن يحدد أفراد المجموعة التجريبية تأثير التمسك بالدين في علاقاته بالآخرين.</p>	
<p>المحاضرة، المناقشة الجماعية، النمذجة، تمثيل الأدوار.</p>	<p>الحادية عشر: حل مشكلاتك والتعايش مع الآخرين.</p> <p>- أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على أهمية التعايش الاجتماعي الإيجابي مع الآخرين؟. - أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على المشكلات وكيف تحدث في حياتنا. - أن يتبنى أفراد المجموعة التجريبية وسائل جديدة وصحيحة في التعامل مع المشكلات. - أن يتدرب أفراد المجموعة التجريبية على فنيات حل المشكلات الشخصية والاجتماعية بين العلم والدين.</p>	
<p>المحاضرة، المناقشة الجماعية، نشرة إرشادي،</p>	<p>الثانية عشر: التدريب على التفاعل الإيجابي مع الآخرين.</p> <p>- أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على ما أهمية التفاعل الإيجابي مع الآخرين؟. - أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على الطرق والأساليب التي تحدث التفاعل الإيجابي مع الآخرين. - أن يقتنع أفراد المجموعة التجريبية على بأهمية التفاعل الإيجابي كوسيلة لحل العديد من المشكلات النفسية والاجتماعية. - أن يتدرب أفراد المجموعة التجريبية على أساليب وطرق في التفاعل الإيجابي مع الآخرين.</p>	

المحاضرة، المناقشة الجماعية، تمثيل الأدوار، نشرة ارشادية،	<p>الثالثة عشر: الوقاية من مسببات الوحدة النفسية.</p> <p>- أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على كيف تكون الوقاية من مسببات الوحدة النفسية؟</p> <p>- أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على أساليب لمقاومة حدوث الوحدة النفسية.</p> <p>- أن يتبنى أفراد المجموعة التجريبية فنيات للتغلب على مسببات الوحدة النفسية.</p> <p>- أن يحدث عند أفراد المجموعة التجريبية مناعة ضد الاحباطات التي تؤدي إلى الوحدة النفسية.</p>	
المحاضرة، المناقشة الجماعية	<p>الرابعة عشر: قواعد للحياة ومهارات التعامل مع الآخرين.</p> <p>- أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على كيفية تنظيم حياتنا؟.</p> <p>- أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على القواعد التي تحقق النجاح مع الآخرين .</p> <p>- أن يقتنع أفراد المجموعة التجريبية بأهمية وضع قواعد تنظم حياتنا الشخصية والاجتماعية.</p> <p>- أن يتدرب أفراد المجموعة التجريبية على تنظيم الحياة وتحقيق النجاح والتوافق مع النفس ومع الآخرين.</p>	
المحاضرة المناقشة الجماعية	<p>الخامسة عشر: ختام وتقييم.</p> <p>- أن يتحقق أفراد المجموعة التجريبية من التغيرات التي حدثت في حياتهم</p> <p>- أن يتحقق الباحث من خلال الأدوات من مدى التحسن الذي حدث للمجموعة التجريبية.</p> <p>- أن يتبنى أفراد المجموعة التجريبية أساليب جديدة ومهارات في تحقيق الانسجام والتوافق مع الآخرين.</p> <p>- أن يقوم أفراد المجموعة التجريبية بعرض خبراتهم التي مروا بها في البرنامج وكيف تغيرت حالتهم؟.</p>	

### المعالجة الإحصائية:

للتأكد من صحة فروض البحث استخدم الباحث برنامج الرزم الإحصائية (SPSS)  
(لحساب :

- اختبار (مان ويتي ، U. Test ) للعينات الصغيرة لعينتين مستقلتين .
- اختبار (ويلكوكسون, Wilcoxon . Test ) للعينات الصغيرة لعينتين مرتبطين .
- معامل الثبات بطريقتي التجزئة النصفية – معامل ألفا كرونباخ .
- معامل ارتباط بيرسون لحساب معامل الارتباط والاتساق الداخلي.
- معامل مربع ايتا ( $n^2$ ) لقياس حجم تأثير البرنامج الإرشادي في العينة التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنامج.

### تفسير النتائج .

**الفرض الأول :** والذي نص على أنه " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على متغير الوحدة النفسية "

وللتحقق من صحة هذا الفرض قام الباحث بمقارنة متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين (التجريبية والضابطة ) في القياس البعدي على مقياس الوحدة النفسية. وذلك باستخدام اختبار ( مان ويتي ,U.Test) من خلال برنامج تحليل الرزم الإحصائية (SPSS) كما يتضح من الجدول التالي :

## جدول (7)

يبين الفروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين (التجريبية والضابطة) في القياس البعدي على مقياس الوحدة النفسية باستخدام اختبار ( مان ويتي (U.Test,

المقياس	المجموعة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة (u)	مستوي الدلالة
الوحدة النفسية	التجريبية	10	5.5	55	صفر	0.01
الضابطة	الضابطة	10	15.5	155		

يتضح من الجدول السابق وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس الوحدة النفسية حيث جاءت قيمة ( U ) دالة إحصائياً عند مستوى (0.01) في اتجاه انخفاض الشعور بالوحدة النفسية لدى أفراد المجموعة التجريبية مقارنة بأفراد المجموعة الضابطة. وتشير هذه النتيجة إلى تحسن درجات أفراد المجموعة التجريبية التي تلقت البرنامج المستخدم في الدراسة مقارنة بأفراد المجموعة الضابطة التي لم تتلقى نفس التدريب.

وتتفق هذه النتيجة مع ما أشارت إليه دراسة ( التركي ، 2015 ) ودراسة ( عدنان ، 2012 ) حيث تم تعديل درجة الشعور بالوحدة النفسية عند الطلاب والمسنين باستخدام برنامج إرشادي وانخفض لديهم الشعور بالوحدة النفسية بعد تعرض المجموعة التجريبية لبرنامج إرشادي.

وبالتالي فإن الأفراد إذا تم إرشادهم إلى الطرق والوسائل التي يمكن من خلالها تأكيد الذات والتوافق مع الآخرين فإنه يحدث لديهم تغييراً إيجابياً في سلوكياتهم. وهذا ما حدث بالفعل مع المجموعة التجريبية، حيث انخفض مستوى الشعور بالوحدة لديهم بدرجة دالة إحصائياً مقارنة بالعينة الضابطة. وهذا يشير إلى مدى فعالية البرنامج

فعالية برنامج إرشادي لخفض درجة الوحدة النفسية ورفع مستوى التدخين لدى طلاب جامعة الطائف. (دراسة إرشادية - سيكومترية)  
د. سعد رياض محمد

الإرشادي في خفض الشعور بالوحدة لدى طلاب الجامعة.

**الفرض الثاني:** والذي نص على أنه " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على متغير التدخين "

وللتحقق من صحة هذا الفرض قام الباحث بمقارنة متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين (التجريبية والضابطة ) في القياس البعدي على مقياس التدخين وذلك باستخدام اختبار ( مان ويتي , U.Test) من خلال برنامج تحليل الرزم الإحصائية (SPSS) كما يتضح من الجدول التالي:

### جدول ( 8 )

يبين الفروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين (التجريبية والضابطة ) في القياس البعدي على مقياس التدخين باستخدام اختبار ( مان ويتي , U.Test)

المقياس	المجموعة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة (u)	مستوي الدلالة
التدخين	التجريبية	10	15.5	155	00	0.01
	الضابطة	10	5.5	55		

يتضح من الجدول السابق وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي

رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس التدين حيث جاءت قيمة (U) دالة إحصائية عند مستوى (0.01) في اتجاه ارتفاع مستوى التدين لدى أفراد المجموعة التجريبية مقارنة بأفراد المجموعة الضابطة. وتشير هذه النتيجة إلى تحسن درجات أفراد المجموعة التجريبية التي تلقت التدريب على البرنامج المستخدم في الدراسة مقارنة بأفراد المجموعة الضابطة التي لم تتلقى نفس التدريب. وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة (درويش ، 1996) حيث أن العلاج الديني يمكن أن يغير من الصحة النفسية للشخص والقلق العام.

وهذا ما أكدته نتائج الفرض الحالي حيث أن المجموعة التجريبية التي تعرضت للبرنامج الإرشادي إزداد لديها مستوى التدين بشكل ملحوظ مقارنة بالمجموعة الضابطة التي لم تتعرض للبرنامج الإرشادي، وهذا يعني أن البرنامج الإرشادي أحدث تغييراً فعالاً في زيادة مستوى التدين لدى طلاب الجامعة.

**الفرض الثالث:** والذي نص على أنه " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على متغير الوحدة النفسية "

وللتحقق من صحة هذا الفرض قام الباحث بمقارنة متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس الوحدة النفسية باستخدام اختبار " ويلكوكسون Wilcoxon Test " من خلال برنامج تحليل الرزم الإحصائية (SPSS) كما يتضح من الجدول التالي:

### جدول ( 9 )

يبين الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية

على مقياس الوحدة النفسية باستخدام " اختبار ويلكوكسون "

المتغير	الرتب	العدد	متوسط	مجموع	قيمة	مستوي	مربع	حجم
---------	-------	-------	-------	-------	------	-------	------	-----

فعالية برنامج إرشادي لخفض درجة الوحدة النفسية ورفع مستوى التدين لدى طلاب جامعة الطائف. (دراسة إرشادية - سيكومترية)  
د. سعد رياض محمد

التأثير	ايتا (n2)	الدلالة	( Z )	الرتب	الرتب			
كبير	0.89	0.01	2.807	55	5.5	10	السالبة	الوادة النفسية القياس (القبلي/البعدي)
				صفر	صفر	صفر	الموجبة	
						صفر	المتساوية	
						10	المجموع	

يتضح من الجدول السابق وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي علي مقياس الوحدة النفسية بحيث جاءت قيمة (Z) دالة إحصائياً عند مستوي (0.01). وهذا يشير إلى انخفاض درجة الشعور بالوحدة لدى أفراد المجموعة التجريبية بعد تعرضهم للبرنامج العلاجي. ويعزي الباحث هذا التغير بسبب ما أحدثه البرنامج الإرشادي من تغيير في سلوك أفراد المجموعة التجريبية ، وتدل قيمة مربع ايتا (n2) علي أن حجم تأثير البرنامج الإرشادي كبير حيث بلغت قيمة (n2) 0.89 .

وتشير هذه النتيجة إلي نجاح البرنامج الإرشادي وتحقيق الهدف منه، حيث لوحظ تحسن دال في استجابات المجموعة التجريبية ( بعد ) تقديم البرنامج الإرشادي وظهر هذا التحسن في الانخفاض الواضح في درجات المجموعة التجريبية علي مقياس الوحدة النفسية. وتتفق هذه النتيجة مع نموذج يونج (Young) لعلاج مشكلة العزلة الاجتماعية، والذي يتضمن ست مراحل متدرجة يمكن بها علاج العزلة الاجتماعية. (عثمان، 2001:156).

وهو ما يشير إلى أن أفراد المجموعة التجريبية كان لديهم الاستعداد للتغير والتغلب على الشعور بالوحدة النفسية من خلال الإرشاد النفسي المناسب والبيئة الاجتماعية الجيدة التي تساعدهم على التخلص من هذه العادات الخاطئة. وهذا كان واضحاً من خلال الفروق الجوهرية بين درجات العينة التجريبية علي مقياس الوحدة

النفسية قبل وبعد تطبيق البرنامج الإرشادي.

**الفرض الرابع:** والذي نص على أنه " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على متغير التدين "

وللتحقق من صحة هذا الفرض قام الباحث بمقارنة متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي علي مقياس التدين باستخدام اختبار " ويلكوكسون Wilcoxon Test " من خلال برنامج تحليل الرزم الإحصائية (SPSS) كما يتضح من الجدول التالي :

### جدول ( 10 )

يبين الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية على مقياس التدين باستخدام " اختبار ويلكوكسون "

المتغير	الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة (Z)	مستوي الدلالة	مربع ايتا (n2)	حجم التأثير
التدين القياس (القبلي/ البعدي)	السالبة	10	5.5	55	2.807	0.01	0.89	كبير
	الموجبة	صفر	صفر	صفر				
	المتساوية	صفر						
	المجموع	10						

فعالية برنامج إرشادي لخفض درجة الوحدة النفسية ورفع مستوى التدين لدى طلاب جامعة الطائف. (دراسة إرشادية - سيكومترية)  
د. سعد رياض محمد

يتضح من الجدول السابق وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس التدين لصالح القياس البعدي حيث جاءت قيمة (Z) دالة إحصائياً عند مستوي (0.01). ويعزي الباحث هذا التغير بسبب ما أحدثه البرنامج الإرشادي من تنمية مستوى التدين في سلوك أفراد المجموعة التجريبية . وتدل قيمة مربع ايتا ( $n^2$ ) على أن حجم تأثير البرنامج الإرشادي كبير حيث بلغت قيمة ( $n^2$ ) 0.89. ويشير ذلك إلى نجاح البرنامج الإرشادي في تحقيق أهدافه، حيث لوحظ تحسن دال في استجابات المجموعة التجريبية ( بعد ) تقديم البرنامج الإرشادي، وظهر هذا التحسن في (الارتفاع) الواضح في درجات المجموعة التجريبية على مقياس التدين.

**الفرض الخامس:** والذي نص على أنه " توجد علاقة ارتباطية بين درجة الشعور بالوحدة النفسية ومستوى التدين لدى طلاب الجامعة".

وللتحقق من صحة الفرض قام الباحث بحساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات الطلاب باستخدام برنامج ( SPSS ) على مقياس مقياس الوحدة النفسية ومقياس التدين، والنتائج كما يوضحها الجدول التالي.

### جدول ( 11 )

يبينمعامل الارتباط بين درجات طلاب جامعة الطائف على

مقياس الوحدة النفسية ومقياس التدين

المقياس	العينة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
الوحدة النفسية	100	0.767 -	0.01
التدين			

يتضح من الجدول السابق وجود ارتباط دال سلباً بين درجات طلاب جامعة الطائف على مقياس الوحدة النفسية ودرجاتهم على مقياس التدين، وهو معامل

أبريل 2015

العدد الأربعون

دالإحصائياً عند مستوى 0.01. ، وهذا يعني أن كلما ارتفع مستوى التدخين يقل مستوى الشعور بالوحدة النفسية، والعكس صحيح وهذا يتفق مع قالة (الشيرازي ، 1992: 48) بأن الدين إطار شامل يضم البشرية أجمع، وهو المنهج المتكامل لكل زمان ومكان ولكل الأقسام والشعوب، وهو يدعو الناس إلى تكوين أسرة متفاعلة مع نفسها ومع الآخرين، ويحثنا على التفاعل الاجتماعي والترابط.

### تعقيب على النتائج:

اتضح من خلال النتائج أنه يوجد علاقة ارتباطية بين مستوى التدخين ودرجة الوحدة النفسية حيث أن الطالب الذي يتمتع بمستوى تدخين مرتفع يكون لديه من القيم والمبادي التي تساعده على التكيف مع الآخرين والتعايش معهم. واتضح أيضاً من خلال النتائج أن درجة الشعور بالوحدة النفسية ومستوى التدخين يمكن أن تتغير باستخدام برنامج ارشادي تم اعداده بطريقة علمية مقننة، ولذا فقد تغير سلوك الطلاب في العينة التجريبية وتغيرت عاداتهم الخاطئة وأفكارهم اللاعقلانية واستبدلت بأفكار عقلانية وسلوك سوي يساعدهم على التكيف مع المجتمع والتعايش معه، والتخلص من الشعور بالوحدة النفسية.

### توصيات البحث :

- يعد البحث العلمي وسيلة للنهوض بالمجتمع والارتقاء بأفراده، ومن خلال نتائج البحث الحالي والتراث النظري فيه يمكن التوصية بعدة توصيات وهي :
- الاهتمام بمزيد من الأبحاث التطبيقية لطلاب الجامعة لأهمية هذه الشريحة، ومدى تأثيرها في المجتمع مستقبلاً.
  - أهمية وجود مرشد نفسي في الجامعات لدراسة وعلاج العديد من المشكلات الطلابية.

- الحرص على علاج الوحدة النفسية والانعزال عن الطلاب لما له من تأثير سلبي على الصحة النفسية وترابط المجتمع.
- تغيير الخطاب الديني ليتوافق مع الشباب ويؤثر فيهم، حيث أن الدين عند البعض مجرد شعائر ليس لها تأثير على السلوك.
- تطبيق البرنامج الإرشادي على مزيد من الطلاب في الجامعة حتى يستفيد منه أكبر عدد من الطلاب الذين يعانون من الوحدة النفسية.
- تبني المؤسسات التربوية والتعليمية للبرامج الإرشادية التي يعدها الباحثون حتى يمتد النفع للجميع.
- تنشئة الجيل الجديد على أن الالتزام بمبادئ الدين الاسلامي تكفل للشخص السعادة في الدنيا والآخرة.

#### المراجع:

- ابن منظور، جمال الدين ( 2003). لسان العرب ، ج 2، بيروت، دار صادر.
- أبو النيل، محمود (1985). علم النفس الاجتماعي، ج1، بيروت ، دار النهضة العربية.
- أبو سريع، أسامة ( 1993). الصداقة من منظور علم النفس، الكويت ، عالم المعرفة ، ( 179 ) .
- آل جبير، سليمان ( 2007 ). التدين والشعور بالوحدة النفسية، مجلة جامعة الإمام، ربيع الآخر ( 3 ) ص ص 223 - 263.

- جعفر، محمد ( 2009 ). أساسيات الإرشاد النفسي ، مكة المكرمة ، خوارزم العلمية للنشر والتوزيع.
- التركي، نازك ( 2015 ). فاعلية برنامج ارشادي معرفي سلوكي لخفض الوحدة النفسية وتحسين الأمن النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية بدولة الكويت، مجلة كلية التربية ، جامعة الأزهر، 162 ( 1 ) ص 65-11.
- درويش، محمد ( 1996 ). مدى فعالية العلاج الديني في تخفيض القلق لدى طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر ( 51 ) ص 186 - 212.
- الدهان، منى (2001).الوحدة النفسية لدى كل من الطفل العادي والمتخلف عقلياً والأصم،دراسات نفسية، 11 ( 1 ) ص ص 97-126.
- الراضي، أسامة (1990). العلاج الجماعي في المنهج الإسلامي، مجلة الثقافة الإسلامية، مركز الدراسات النفسية،الاسكندرية، دار النهضة العربية،2(1)ص ص 223-251.
- رياض ، سعد ( 2005 ) . الصحة النفسية للعمال،المنصورة ، دار الكلمة.
- زهران، حامد ( 2003 ).دراسات في الصحة النفسية والإرشاد النفسي، القاهرة ، عالم الكتب.
- زهران، حامد (1997).الصحة النفسية والعلاج النفسي، القاهرة ، عالم الكتب، ط3.
- شقير، زينب ( 2000 ).الشخصية السوية والمضطربة ،القاهرة ، مكتبة النهضة العربية.
- الشيرازي، السيد (1992).الاجتماع ،ج2، بيروت ، دار العلوم ..

فعالية برنامج إرشادي لخفض درجة الوحدة النفسية ورفع مستوى التدين لدى طلاب جامعة الطائف.(دراسة إرشادية – سيكومترية)  
د. سعد رياض محمد

الصنيع ، صالح ( 2002 ).العلاقة بين مستوى التدين والقلق العام لدى عينة من طلاب جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بالرياض، مجلة جامعة الملك سعود للعلوم التربوية والدراسات الإسلامية.14(1) ص ص207-234.

الصنيع، صالح ( 2000 ).التدين والصحة النفسية، الرياض، مكتبة الملك فهد الوطنية.

عابد، وفاء (2008).علاقة الشعور بالوحدة النفسية لدى زوجات الشهداء بكل من المساندة الاجتماعية والالتزام الديني، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الجامعة الإسلامية - غزة.

عثمان، أحمد ( 2001) . المساندة الاجتماعية من الأزواج وعلاقتها بالسعادة والتوافق مع الحياة الجامعية لدى طالبات الجامعة المتزوجات، الزقازيق، مجلة كلية التربية، (37) ، ص ص 143-195.

عدنان، ضفاف ( 2012 ). أثر برنامج إرشادي لتخفيف العزلة الاجتماعية لدى طالبات المرحلة المتوسطة، الأستاذ ( ٢٠٣ ) . ص ص 1369 -1391.

قشقوش، ابراهيم ( 1988 ).مقياس الاحساس بالوحدة النفسية، القاهرة ، مكتبة الأنجلو المصرية .

مارشال & سكوت (2000): موسوعة علم الاجتماع، ترجمة محمد الجوهري وآخرون، القاهرة ، المركز المصري العربي .

المراجع الأجنبية:

- Bragg, E. (1979). **A comparative study of loneliness and depression**.Dissertation Abstracts International, 39 (12).PP.1238-1244.
- Gaudin, J. & Polansky, N. (1993) .Loneliness, depression stress, and social supports in neglectful families. American Journal of Orthopsychiatry, 63 (4), PP. 597 – 605.
- Gibson, R. & Mitchell, M. ( 1986).**Introduction to counseling and guidance second** ,New York,Ed,macmillan publishing company.
- Martin, P.& Silvia , S. ( 2001).**Influences an Loneliness in older adults, Meta analysis** , Basic and applied social psychology , 23 ( 4)PP. 245-266.
- Newcomb, M. & Bentler, P. (1986) . Loneliness and social support : Aconfirmatory hierachical analysis. Personality and Social Psychology Bulletin, 12 (4), PP. 520 – 535.
- Peplau, A and Perlman, D(1982).**Loneliness : A Source book of current therapy : research and theory**,New York, Johns and sons.
- Rokach, A. ; Bauer, N and Orzeck, T. (2003).The experience of Loneliness of canadian and

فعالية برنامج إرشادي لخفض درجة الوحدة النفسية ورفع مستوى التدين لدى طلاب جامعة  
الطائف. (دراسة إرشادية - سيكومترية)  
د. سعد رياض محمد

---

Czech youth".Journal of adolescence.(26)  
pp267-282

Spilka,B. (2001).**Psychology of religions : Diane Jonte-pace and William B. parsons , religion and psychology** : Mapping the terrain contemporary dialogues, future projects ,New York, Routledge.

Willims,E(1983) .**Adolescent loneliness**, Adolescence, 18  
(69)

Weiss, R. ( 1973) :**Loneliness,The experience of emotional and social isolation**,Cambridge,Mas, Mitpress.

Zakahi,W.& Duran,R.( 1982) .All the lonely people , The relationship among loneliness, communication competence and comuncation anxiety , Communication Quarterly, 30 ( 3).pp. 203-209

