

الفصل الأول

الإطار العام للدراسة

1.1 مقدمة

خلق الله سبحانه وتعالى الإنسان من أجل القيام بواجب العبودية، وحمله مسؤولية الخلافة في الأرض وعمارتها وسخر له ما في السماوات وما في الأرض جميعاً. وعندما انحرف الناس عن تحقيق ما أنيط بهم من عبودية الله، والعجز عن القيام بواجب الخلافة في الأرض علي النحو الذي شرعه لهم بعث لهم الرسل مرشدين وهادين، ومنذرين وإعادة الناس إلى الطريق المستقيم، طريق الهدى الذي فطر الله الناس عليه ﴿كَانَ النَّاسُ أُمَّةً وَاحِدَةً فَبَعَثَ اللَّهُ النَّبِيِّينَ مُبَشِّرِينَ وَمُنذِرِينَ وَأَنْزَلَ مَعَهُمُ الْكِتَابَ بِالْحَقِّ لِيَحْكُمَ بَيْنَ النَّاسِ فِيَمَا اخْتَلَفُوا فِيهِ ۗ وَمَا اخْتَلَفَ فِيهِ إِلَّا الَّذِينَ أُوتُوهُ مِنْ بَعْدِ مَا جَاءَتْهُمْ الْبَيِّنَاتُ بَغْيًا بَيْنَهُمْ ۗ فَهَدَى اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا لِمَا اخْتَلَفُوا فِيهِ مِنَ الْحَقِّ بِإِذْنِهِ ۗ وَاللَّهُ يَهْدِي مَنْ يَشَاءُ إِلَى صِرَاطٍ مُسْتَقِيمٍ﴾ (البقرة: 2: 213).

إذن فهداية الإنسان وإرشاده هي من السنن التي سنّها الله سبحانه وتعالى، لإصلاح حياة الفرد والمجتمع. فكان إرسال الرسل وخاتمهم محمد صلي الله عليه وسلم مصداقاً لما سبقه من الرسل وبشيراً ونذيراً إلى الناس كافة (الشناوي، 2001)، ونجد أنّ الفرد خلال مراحل فترات نموه المتتالية يحتاج إلى خدمات الإرشاد عموماً والنفسي خصوصاً، فجميع الأفراد يواجهون مشكلات عادية، وفترات انتقال حرجة، خلال نموهم المختلفة، وغالباً ما يتخللها صراعات وإحباطات، وتوترات، وخوف من المجهول. وأهمّ المراحل الحرجة التي يمرّ بها الإنسان تلك التي ينتقل فيها من المنزل إلى المدرسة، والفترة التي ينتقل فيها من الدراسة إلى العمل، وفي فترة انتقاله إلى الحياة الزوجية، أو عند ما ينتقل من مرحلة الطفولة إلى المراهقة. وقد يعاني الفرد في جميع هذه المراحل تأخراً في أحد

جوانب النمو المختلفة وذلك نسبةً للظروف التي مرّت به خلال تلك الفترات السابقة. كما أنّ الجماعات تحتاج إلى خدمات الإرشاد النفسي ابتداءً من الأسرة التي تتعرض إلى تغيرات اجتماعية كبيرة مروراً بالمدرسة حيث تطرأ قوانين جديدة يتبعها تغيرات في الأنماط السلوكية لأطراف العملية التربوية لاسيما الطالب كما تحدث زيادة في أعداد التلاميذ في المدارس فضلاً عن التقدم العلمي والتكنولوجي الذي يطال التعليم ومناهجه (أبو زعيزع عبد الله، 2009، ص 26).

نجد إن إشباع الحاجات النفسية، والاجتماعية تعتبر من الحاجات الأساسية التي لا غنى عنها لدى الفرد لذا اهتمّ التربويون، والنفسيون في العقود الأخيرة بدراسة العوامل التي تؤثر على فعالية الفرد، وادائه في البيئة الاجتماعية المحيطة، والصورة التي يرى بها ذاته، والتي تشكل منذ الطفولة، وفي مراحل النمو المختلفة، وعلى ضوء محددات معينة، فيكتسب الفرد خلالها، وبصورة تدريجية فكرته عن نفسه. وفي أثناء مروره بمراحل النمو المختلفة، فإن تقديره لذاته يتغير تبعاً للكيفية التي يستجيب لها في حياته وتبعاً لدرجة النجاح التي يحققها في اجتياز كلّ مرحلة من المراحل، (Rosenberg، 1999)، لهذا نجد أن مفهوم تقدير الذات نابع من الحاجات الأساسية للإنسان، وقد أشار إليها العديد من المنظرين في مجال علم النفس بوجه عام، أمثال ماسلو، (عكاشة، 1990)، إذ صمّم سلم الحاجات، ويقع تقدير الذات، وتحقيقها في أعلاه. كما أنّ الطريقة التي ندرك بها ذاتنا هي التي تحدد نوع شخصيتنا، فإنّ فكرة الفرد عن نفسه هي النواة الرئيسة التي تقوم عليها شخصيته. ومن نعم الله على العبد أن يهبه القدرة على معرفة ذاته، والقدرة على وضعها في الموضع اللائق بها، إذ إن جهل الإنسان بنفسه، وعدم معرفته بقدراته يجعله يقيم ذاته تقييماً خاطئاً، فإما أن يعطيها أكثر مما تستحقّ فيثقل كاهلها أو يزدري ذاته، ويقلل من قيمتها.

فالشعور السيء عن النفس له تأثير كبير في تدمير الإيجابيات التي يملكها الشخص، فالمشاعر والأحاسيس التي تملكها تجاه أنفسنا هي التي تكسبنا الشخصية القوية المتميزة، أو تجعلنا سلبين خاملين، إذ فإن

عطاءنا، وإنتاجنا يتأثر سلباً وإيجاباً بتقديرنا لذواتنا، فبقدر ازدياد المشاعر الإيجابية التي تملكها تجاه نفسك بقدر ثقتهك بها، وبقدر ازدياد المشاعر السالبة التي تملكها تجاه نفسك بقدر ما تقل ثقتهك بنفسك.

1.2 خلفية الدراسة

يمثل الإرشاد المعرفي السلوكي أحد مدارس الإرشاد، والإرشاد النفسي، التي تهدف لتصحيح الأخطاء المعرفية للعملاء إضافة لذلك هي محاولة لتعديل السلوك كما في الإرشاد السلوكي التقليدي. فنجد أن المرشد في الإرشاد المعرفي السلوكي يسعى إلى تغيير التعلم للفرد في التفكير، فمعظم عمليات التعلم البشري تتم عن طريقة المعرفة، وأن المعرفة والسلوك متداخلين والاتجاهات والتوقعات ونشاطات معرفية أخرى هي الأساس الذي يقوم عليه السلوك ومن خلالها يتم فهمه والتنبؤ به (Adam Kuper، 1996) تعتبر نظرية العلاج المعرفي السلوكي نتاج تداخل ثلاث مدارس هي العلاج السلوكي، والعلاج المعرفي، وعلم النفس الاجتماعي المعرفي، وترتكز على أن عملية التعليم تتم في إطار نظرية التعلم الاجتماعي لباندور Bandura حيث يرى أن عملية التعلم تتم من خلال إدراك الناس لمواقف حياتهم ومن خلال تصرفاتهم التي تنتج عن الأحوال البيئية التي تؤثر على سلوكهم بطريقة تبادلية، والسلوكيات التي يتم التركيز عليها تُعرف بالسلوكيات المستهدفة، وتبدأ بوقائع السلوك التي تسبق المشكلة والأحداث التي تليها، وتسمى النتائج، ويكون استخدام النتائج الإيجابية، لتغيير السلوكيات المرضية من خلال أهمية نظرية التعلم الاجتماعي والخبرات التي تنتج عن السلوك يمكن أن تعمل على تحديد ما يفكر فيه الفرد وما يمكن أن يفعله والذي بدوره يؤثر على السلوك التالي وفي نظرية التعلم الاجتماعي يمكن من خلال الأفكار والمشاعر توضيح السلوك (Marlene. G. Cooper، 2005)

تعتبر المدرسة المعرفية السلوكية من المدارس الحديثة في مجال علم النفس بصفة عامة، وفي مجال العلاج النفسي بصفة خاصة، حيث بدأ الاهتمام بالاتجاه المعرفي السلوكي مع بداية النصف الأخير من القرن العشرين، ولم يكن

ذلك الاهتمام وليد الصدفة، ولكنه كان بمثابة تصديق لفكرة أنّ الناس لا يضطربون بسبب الأحداث، ولكن بسبب ما يرتبط بهذه الأحداث من أفكارهم (الشناوي وعبد الرحمن، 1998. ص 211).

ونجد أن علماء المسلمين تنبهوا للدور الذي يؤديه التفكير في توجيه سلوك الإنسان وفي سعادته وشقائه، ولقد اتصفت آراؤهم في هذا الموضوع بالفهم المتمكن لطبيعة النفس البشرية والعوامل التي تتأثر بها وتؤثر فيها، وسبقوا بذلك العلماء المحدثين في إبراز أهمية العوامل المعرفية في توجيه استجابات الفرد للظروف المحيطة به. ووضح ابن القيم قدرة الأفكار، إذا لم يتم تغييرها، على التحول إلى دوافع، ثم إلى سلوك حتى تصبح عادة يحتاج التخلص منها إلى جهد كبير ويشير الغزالي إلى أن بلوغ الأخلاق الجميلة يتطلب أولاً تغيير أفكار الفرد عن نفسه، ثم القيام بالممارسة العملية للأخلاق المراد اكتسابها حتى تصبح عادة، ولم يخلُ التراث الإسلامي أيضاً من الإشارات الواضحة لأثر التفكير، ليس فقط في توجيه السلوك، ولكن في الحالة الصحية للناس، ويبدو ذلك جلياً في القول المأثور (لا تمارضوا فتمرضوا فتموتوا). ووضح المحارب (2000) أنه بدأ الاهتمام الفعلي بالجوانب المعرفية ودورها في الاضطرابات وفي العلاج النفسي مع بداية النصف الأخير من القرن العشرين، فقد نشأ أسلوب العلاج المعرفي ضمن حدود العلاج السلوكي، وكان نشوء هذا الأسلوب نتيجة لتدمر وعدم الرضا الذي ساد بين بعض العاملين من خارج أصحاب المدرسة السلوكية، وقد بُني هذا للتدمر والنقد للمدرسة السلوكية وتقنياتها على أنها مدرسة ميكانيكية مادية، لا تأخذ الجوانب النفسية والعقلية للفرد بعين الاعتبار، لا في فرضياتها، ولا في تطبيقاتها العملية العلاجية، فجاء التطور الجديد بتوجه الاهتمام إلى ما يحمله الإنسان في ذهنه من أفكار، وما يتوجه به من مواقف نحو المحيط والأشياء، وما يستجيب به من مسالك وعواطف، وضرورة أخذ هذا كله بعين الاعتبار في العملية العلاجية.

لو نظرنا للإرشاد النفسي الديني الروحي، نجده نوعاً من أنواع الإرشاد يتطلب من المرشد الالتزام الصادق والنشاط داخل العملية الإرشادية، ولا نتوقع بأي حال من الأحوال من المرشد أن يقوم بحلّ المشكلات وحده بدون أي تفاعل والتزام من المسترشد في عملية الإرشاد النفسي الديني الروحي، وذلك للوصول إلى الأهداف.

ويمكن القول أن للدين أهمية كبرى لما يمثله من جوانب روحية وأخلاقية، للإنسان، ويمثل حجر الزاوية في الإرشاد النفسي، إذ إنّه يحاطب الروح بما يحمله من سمو ورفعة، وما يحثُّ عليه من أخلاق حميدة، وتمسك بالقيّم والمثل العليا. والإرشاد يبرز تلك الجوانب والأبعاد، وتلك العلاقات التي تربط الإنسان بجوانبه المختلفة (Cahwell, Young, 2005) ولقد عرّف زهران (1999) الإرشاد والعلاج النفسي الديني بأنه أسلوب توجيه وإرشاد وتربية وتعليم يقوم على معرفة الفرد لنفسه ولدينه ولربه والقيّم الروحية والأخلاقية، وأنه علاج نفسي تدعيمي. وهناك بعض الدراسات والبحوث، وضحت أن الدين يؤدي دوراً إيجابياً في الوقاية من أعراض الاضطرابات النفسية لدى المراهقين، ويؤكد العلماء أن مرحلة المراهقة تنسم بنوع من اليقظة والنضج الديني، لهذا برزت الحاجة إلى أن يستوعب المراهق الدين وشعائره، نظراً لارتباط ارتفاع مستوى الدين بالكثير من الجوانب الإيجابية لدى الأفراد فيؤدي ذلك إلى صحة نفسية أفضل وقدرة أكبر على مجابهة الأمراض، والتغلب على آثارها السالبة، وسرعة الشفاء من الأعراض النفسية، والقدرة على تحمل الضغوط الناتجة عن أحداث الحياة القاسي (Swith, 2003) ومن تلك الدراسات التي أوضحت أهمية الدين في الوقاية من الاضطرابات النفسية مثل دراسة (Bergin, 1989) ودراسة (W atong) ودراسة (رشاد على موسى، 1997)، والتي توصلت إلى وجود ارتباط وثيق بين التوجهات الدينية وتقدير الذات، ووجدوا أن هناك علاقة ارتباطية سلبية مع كلٍّ من القلق والاكتئاب وضعف تقدير الذات، حيث إنّ الأفراد الأكثر تديناً أقلّ قلقاً واكتئاباً، وأكثر تأكيداً لذواتهم (الحديبي، 2010). نسبة لهذا الارتباط الوثيق بين التوجهات الدينية، وتقدير الذات، نجد أن الإحساس الروحي (الديني) يؤدي إلى الشعور بالرضا والسعادة والاعتناء بقدرة الله الذي يعين الشخص، ويجعله قوياً لمواجهة الضغوط، ويمنحه اليقين والإيمان والوثوق والقوة

لمواجهة الأزمات، والمشاكل والتحديات التي تعترضه، فيكون له الملتهجاً وقت الشدة، الذي يشعره بالأمان الكافي وعدم الخوف والبعد عن التشاؤم يقيناً، واللجوء إلى الله سبحانه وتعالى والاستعانة به والتوكل عليه، والاستغراق في العبادات، والدعاء، كلها جوانب تساعد على اكتساب الأمن وطرده الخوف قال الله تعالى ﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾ (الرعد. 13: 28) لقد أهملت النظريات الإرشادية أهم مؤثر في النفس، والذي يحقق الوحدة، والتكامل للإنسان ألا وهو (الروح) وعلاقة الفرد بربه (الخراشي، 1999).

ونظراً للعلاقة الإيجابية مع كل من الإرشاد المعرفي السلوكي وماله من فنيات واستراتيجيات أثبتت فاعليتها في علاج الكثير من الأمراض النفسية، مثل القلق، والرهاب الاجتماعي، الوسواس القهري، وغيرها من الأمراض النفسية، والإرشاد الروحي الديني، سعت الباحثة في هذه الدراسة التجريبية إلى دراسة العلاقة السببية بين الإرشاد المعرفي السلوكي من منظور إسلامي وأثره في رفع مستوى تقدير الذات لدى الطالبات.

1.3 مشكلة الدراسة

سعى الإنسان منذ القدم لمعرفة نفسه، وذاته وهذا لأنه يريد أن يعرف بالضبط من هو؟ ومن هذا المنطلق فإن مفهوم الذات ليس مجرد انعكاس لما يراه الفرد عن نفسه، وعيوب الآخرين، وآرائهم بل هو مفهوم معقد يؤثر في سلوك الإنسان، ومشاعره وعلاقته بالآخرين، بدءاً بالأسرة، وانتهاء بالجماعات والمؤسسات الاجتماعية (آدم، 2002). فقد اتضح أثر تقدير الذات في مجال الصحة النفسية، فعلى سبيل المثال، فإن عدم تقبل الذات يؤدي إلى الاضطرابات النفسية، ويسبب الصراع والقلق، وفي المقابل، فإن من يشبع حاجاته يشعر بالتوازن في الجوانب المختلفة لشخصيته، وبالتالي بالرضا النفسي، ويدفعه ذلك إلى التفاعل مع الآخرين، لهذا فإن الحاجة إلى التقدير ممّا تسيطر على حياة الإنسان، فإذا أشبعت خلفت لدى الإنسان مشاعر إيجابية وأنه مقبول، وذو مكانة عظيمة. الذي يؤدي بدوره إلى الثقة والكفاءة الذاتية (أبو سعد وعريبات، 2009).

ويعني آخر أنّ من كان لديه مستوى تقدير ذات مرتفع يشعر بالرضى عن النفس، والتوافق بين الذات، والصورة المثالية للذات، فيشعر الإنسان بالارتياح، والتفاعل، والإقدام، ومواجهة الصعاب ولديه تطوعات ودافعية للعمل والإنجاز، ومن كان لديه مستوى تقدير ذات متدني، فإنه يعاني من اضطرابات نفسية وتراجع أمام تحديات تواجهه، وفقدان الدافعية للعمل، وقلة الطموح، وقد لاحظت الباحثة من خلال عملها مرشدةً تربوية، ونفسية في المدرسة العربية الحديثة في كوالالمبور أن الطلبة يعانون، من تدني في مستوى تقدير الذات بصفة عامة، والطالبات بصفة خاصة. وهذا ما أكدته إبراهيم وشرين (2016) من الأسباب التي تؤدي إلى تقدير الذكور لأنفسهم تقديراً أعلى بأنّ الأنتى تدرك أن دورها أقل أهمية ومكانة من دور الذكر في مجتمعنا، وهي تدرك نظرة المجتمع إليها، وتقدير المجتمع لدورها، فتقبل هذا التقدير، ويصبح تقديرها لذاتها متأثراً بنظرة المجتمع وتقديره لها.

إضافة لذلك يمكن أن نلمس مستوى تقدير الذات في مستوى التحصيل الدراسي، وإحراز الدرجات المتدنية، وعدم الإقدام على الأنشطة المدرسية العامة كالإذاعة المدرسية، والمسابقات. كما لاحظت الباحثة أن الطالبات لديهن سوء التوافق، وتقدير منخفض لذواتهن، وتبين أيضاً أنّهن يترددن أثناء القيام بحلّ أسئلة الاختبارات، وتبين ذلك من خلال ملاحظات الباحثة والتي كانت تقوم بها في أثناء فترة عملها كاستشارية تربوية في المدرسة. وهناك بعض الدراسات كدراسة (حامد الغامدي 2005)، التي أكدت أنه ثمة علاقة بين مستوى تقدير الذات، والتحصيل الدراسي، فمستوى تقدير الذات المنخفض يؤثر سلباً على التحصيل الدراسي لهذا برزت الحاجة إلى رفع مستوى تقدير الذات لدى الطلاب، وبالرغم من وجود دراسات قائمة على النظرية المعرفية السلوكية إلا أنّها لا تفي بغرض المسلم الذي يتطلع إلى نظرية أكثر فاعلية وتأثيراً تستمد أسسها وتقنياتها من تعاليم دينه الحنيف. نظراً للتغيرات الاجتماعية المختلفة التي تمرّ بها المجتمعات بصفة عامة، والطلاب بصفة خاصة في العالم الإسلامي نجد أن هناك حاجة ملحة لوجود إرشاد من منظور إسلامي، والذي يساهم في عملية التنشئة وتنمية شخصيات التلاميذ كأحد الجوانب المهمة في استثمار وبناء العنصر البشري، فالمدرسة مؤسسة اجتماعية

مفتوحة على المجتمع تؤثر فيه وتتأثر به، ومن هنا فإننا نعتبر الإرشاد من منظور إسلامي وسيلة من وسائل زيادة إنتاج التلميذ كفرد، والمجتمع المدرسي، والمجتمع المحلي الذي توجد فيه المدرسة لذلك أصبح الإرشاد تخصصاً لا يمكن الاستغناء عنه في المدرسة الحديثة (صالح بن عبد الله، 2000، ص، 155)

على ضوء هذه المعطيات تأتي هذه الدراسة لترتبط بين تقدير الذات والتحصيل، ومعرفة تأثير الإرشاد المعرفي السلوكي من منظور إسلامي عليهما، ومن خلال ذلك يمكن صياغة مشكلة الدراسة على النحو التالي:

هل الإرشاد المعرفي السلوكي من منظور إسلامي أكثر فاعلية من غيره في رفع مستوى تقدير الذات للطلاب؟

1.4 أهداف الدراسة

تهدف هذه الدراسة إلى الآتي:

1. التحقق من مدى فعالية الإرشاد المعرفي السلوكي من المنظور الإسلامي كأداة لإرشاد لرفع مستوى تقدير الذات
2. الكشف عن مستوى تقدير الذات بين العينة التجريبية والضابطة قبل وبعد تطبيق البرنامج الإرشادي.
3. الكشف عن العلاقة الارتباطية بين تقدير الذات والتحصيل الدراسي
4. التحقق من العلاقة بين تقدير الذات، والمستوى التعليمي للأسرة.
5. الكشف عن مستوى تقدير الذات للعينة التجريبية من خلال المقابلات مع أولياء الأمور.

1.5 أسئلة الدراسة

1. ما فعالية البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي الإسلامي كأداة لإرشاد في رفع مستوى تقدير الذات؟

2. هل توجد فروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في مستوى تقدير الذات قبل وبعد تطبيق البرنامج

الإرشادي؟

3. هل هناك علاقة ارتباطية بين تقدير الذات، والتحصيل الدراسي للعيينة التجريبية؟

4. هل توجد علاقة ارتباطية بين تقدير الذات والمستوى التعليمي للأسرة؟

5. ما فعالية البرنامج الإرشادي في تحسين مستوى تقدير الذات من وجهة نظر العينة التجريبية وأولياء

الأمر؟

1.6 أهمية الدراسة

تكمن أهمية هذه الدراسة في الموضوع الذي تتصدى له وهو دراسة فعالية الإرشاد المعرفي السلوكي من منظور

إسلامي في رفع مستوى تقدير الذات لدي عينة من طالبات المرحلة الثانوية، وبالتالي فإنَّ الموضوع ينطوي على

أهمية كبرى سواء من الناحية النظرية أو التطبيقية

الأهمية النظرية

تشكل الدراسة الحالي إضافة علمية معرفية للإرشاد النفسي من المنظور الإسلامي، الذي لم يلق الاهتمام الذي

يستحقه من البحث والدراسة، بوصفه اتجاهًا جديدًا. كما أنّها تأتي في ظلّ قلة النظريات الغربية، (وافقارها لتناول

الإرشاد المعرفي بتقنيات إسلامية)، وذلك من خلال تصميم برامج إرشادية لحلّ المشكلات النفسية. وذلك

بتصميم برامج إرشادية فاعلة، في الخدمات الإرشادية ومساعدة فئة عمرية لها من الأهمية النفسية والتربوية

والاجتماعية ما يجعلها جديرة بأن تكون موضع الاهتمام البحثي، ويمكن أن يسهم هذا البحث من الناحية النظرية

في تسليط الضوء على تقدير الذات، وتحديد الكثير من الحقائق المتعلقة بتدني مستوى تقدير الذات، والأساليب

المعرفية والسلوكية التي يمكن أن تستخدم في علاجه، إضافة إلى معلومات حول كيفية التعامل مع مشكلة تدني

مستوى تقدير الذات والتي تنتج عن عوامل وأسباب مختلفة، وتؤثر تأثيراً كبيراً على الجانب الاجتماعي، والنفسي، والأكاديمي للطلاب، كما تبرز أهمية هذه الدراسة من خلال جزء من العينة المستهدفة، والتي تشكل من طالبات المرحلة الثانوية واللاتي يمثلن نخبه المجتمع المدرسي، وثروته المستقبلية، الأمر الذي يستدعي رعايتهن، والاعتناء بهن من قبل الباحثين، والأخصائيين ليتكفلوا بدراسة مشكلاتهن، وأساليب علاجها مما يتيح لهذه الفئة حياة فاعلة، وخالية من القلق والتوتر غير المبرر، فيساعدنهم ذلك على تحقيق مستويات نمو أفضل اجتماعياً، انفعالياً، وأكاديمياً.

الأهمية التطبيقية

بناء برنامج معرفي سلوكي يتضمن أساليب علاجية تستند إلى خلاصة الدراسات السابقة من تجارب، وخبرات إكلينيكية للكثير من الباحثين، منها إعادة الصياغة المعرفية للأفكار وإعادة تنظيم حديث الذات، والعلاج بالتخييل كأساليب معرفية، والعلاج بالتعريض كأسلوب سلوكي. استخدام تقنيات معرفية إسلامية بوجه خاص يعد إضافة علمية، كونه يستخدم لأول مرة في علاج رفع تقدير الذات في الوطن العربي والإسلامي، فهو يدخل ضمن التطورات الحديثة في العلاج المعرفي. كما لهذه الدراسة أن تساهم في دفع، وتشجيع الأخصائيين النفسيين في ماليزيا لاستخدام العلاج المعرفي السلوكي من منظور إسلامي، وفتياته العلاجية كاستراتيجيات فعالة وعملية في العيادات النفسية، والمدارس ومراكز الإرشاد التربوي.

1.7 حدود الدراسة

الحدود البشرية : لأجل تطبيق هذه الدراسة تم اختيار مجال بشري تمثل في مجموعة من طالبات (الصف السابع

والثامن والتاسع والبالغ عددهن 30 طالبة) بالمدرسة العربية الحديثة في قوتراجاي ماليزيا

الحدود الزمنية: اجري هذا البحث خلال الفصل الدراسي 2017 – 2018 الفصل الاول من السنة الدراسية

الحدود المكانية: المدرسة العربية الحديثة في فوتراجاي بماليزيا .

1.7 مصطلحات الدراسة

1. الإرشاد المعرفي من المنظور الإسلامي

هو الإرشاد الذي يقوم على أن الله سبحانه وتعالى خلق الإنسان، وهو يعلم من خلق قال تعالى ﴿أَلَا يَعْلَمُ مَنْ خَلَقَ وَهُوَ اللَّطِيفُ الْخَبِيرُ﴾ سورة الملك آية (14) وهي عملية يشترك فيها المرشد والعميل. والمرشد يتناول مع العميل موضوع الاعتراف والتوبة والاستبصار، ويشتركان معاً في عملية تعلم واكتساب اتجاهات وقيم (حامد زهران، 2005، ص 358). تُعرف الباحثة إجرائياً : بأنه برنامج مخطط في ضوء أسس علمية لتقديم الخدمات الإرشادية جماعياً بهدف مساعدة أفراد العينة التجريبية على اكتساب عدد من المعارف يعتمد على معرفة الفرد لنفسه، ولربه، وعلاقته مع الآخرين .

2. تقدير الذات

عرفه كوبر سميث (1967) على أنه: تقييم يضعه الفرد لنفسه ويعمل على المحافظة عليه ويتضمن اتجاهات الفرد الإيجابية أو السلبية نحو ذاته، يوضح كذلك مدى اعتقاد الفرد بأنه مهم وقادر، وناجح، وكفؤ، أي تقدير الذات هو، حكم الفرد على درجة كفاءته الشخصية كما أنه يعبر عن حكم الفرد على نفسه، ومعتقداته، وهي خبرات ذاتية ينقلها الفرد إلى الآخرين عن طريق التقارير اللفظية والسلوكية الظاهرة (Coopersmith, 1967). ويعرفه

روزنبرغ (Resenberg، 1960، ص، 104) بأنه اتجاهات الفرد الشاملة السالبة، والموجبة نحو نفسه. عرفه زيلر

(Ziller et all، 1967) بأنه تقييم ينشأ، ويتطور من خلال الإطار الاجتماعي للفرد.

ويعرف تقدير الذات إجرائياً في هذا البحث هو فكرة الفرد عن نفسه، واتجاهه نحوها، ويتمثل في

انتماء الفرد الذي لديه إمكانيات، وقدرات معينة تجعله يتأقلم مع متطلبات الحياة، وهو درجة التقييم التي تعطيها

الطالبة لذاتها هل هي عالية أو منخفضة كالتالي يتم قياسها بمقياس تقدير الذات .

من خلال ما سبق ذكره يمكن القول بأن تقدير الذات هو درجة كفاءة الشخص، وذلك خلال حكم الفرد

على نفسه، أو معتقداته، وهو أيضاً الاتجاهات التي يكونها من خلال خبرته الذاتية، وينقله إلى الآخرين بأساليب

تعبيرية مختلفة .