

فَعَالِيَّةُ بَرْنَامَجِ إِنْتِقَائِيٍّ؛ لِتَحْسِينِ الْوَعْيِ الذَّاتِيِّ لَدَى طَلَبَةِ التَّمْرِيزِ فِي جَامِعَةِ
الأقصى

أ. نبيلة عبد الله العيلة

محاضر بكلية فلسطين للتمريض

أ.د. عايدة شعبان صالح

أستاذة الصحة النفسية - جامعة الأقصى - غزة

(تاريخ الاستلام 2023/04/04، تاريخ القبول 2023/04/25)

Effectiveness of a selective program in improving self-awareness among nursing students at Al-Aqsa University

Mr. Nabila Abdullah Al-Aila

Lecturer at Palestine College of Nursing

Prof. Aida Shaaban Saleh

Professor of Mental Health – Al-Aqsa University – Gaza

(Received 04/04/2023, Accepted 25/04/2023)



أ. نبيلة العيلة - غزة E-mail address: elailan19@gmail.com البريد الإلكتروني:

أ.د. عايدة صالح - غزة E-mail address: dr.aydaa@hotmail.com البريد الإلكتروني:

المخلص:

هدفت الدراسة إلى معرفة مدى فعالية برنامج انتقائي في تحسين الوعي الذاتي لدى طلبة التمريض في جامعة الأقصى، وتكونت عينة الدراسة من (٢٠) طالبة من طالبات التمريض، تم تقسيمهم إلى مجموعة ضابطة (١٠) طالبات، ومجموعة تجريبية (١٠) طالبات، واتبعت الدراسة المنهج شبه التجريبي، واستخدمت **الباحثان** مقياس الوعي الذاتي، وبرنامج انتقائي في تحسين الوعي الذاتي من إعدادهما، وأظهرت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات طالبات المجموعتين التجريبية، والضابطة في الوعي الذاتي لصالح المجموعة التجريبية، ووجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات طالبات المجموعة التجريبية على مقياس الوعي الذاتي في القياسين القبلي، والبعدي لصالح التطبيق البعدي، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات طالبات المجموعة التجريبية على مقياس الوعي الذاتي في القياسين البعدي، والتتبعي بعد مرور شهرين من تطبيق البرنامج.

وتوصي **الباحثان** على أهمية توعية طلبة التمريض بمهارة الوعي الذاتي، وتنفيذ برامج تدريبية، وتعليمية؛ لتنمية هذه المهارة.

الكلمات المفتاحية: (الوعي الذاتي، البرنامج الانتقائي، طلبة التمريض، جامعة الأقصى).

ABSTRACT:

The study aimed to find out the effectiveness of a selective program in improving self-awareness among nursing students at Al-Aqsa University, the study sample of 20 female students' nurses, which divided into two groups, (10) was chosen as a control group, and (10) was chosen as an experimental group. Quasi-experimental designs were used, the tools consist of self-awareness scale and a selective program in improving self-awareness prepared by researchers. the results showed, there are statistically significant differences between the mean scores of the students of the experimental and control groups in self-awareness in the direction of the experimental group. There are statistically significant differences in the average scores of the experimental group students on the self-awareness In the pre and post measurements of the program in the direction of the post-application, the results also showed that there were no statistically significant differences between the mean scores of the experimental group students on the self-awareness scale in the post and follow-up program after two months of applying the program., which confirms the continuity of the effectiveness of the program even after a period of its application .The researchers recommended the importance of student nurses awareness of self-awareness and implementation of training, learning education programs for the enhancement of this skill.

Keywords: a selective program, self-awareness, nursing students, Al-Aqsa university

المقدمة :

تعد الجامعة منبراً للعلم، والفكر، والمعرفة في قيادة المجتمع، وتوجيهه التوجيه الصحيح، والفعال نحو التطور، والرقى؛ للالتحاق بعجلة التغيير المتسارعة في العالم؛ لكي يواكب هذا المجتمع تلك التطورات، ويتعامل معها في جوانب الحياة المختلفة، ويستثمرها في عملية البناء، والتنمية الاجتماعية الشاملة في مختلف الميادين؛ لذا أصبح دور الجامعة لا يقتصر على تقديم المعارف، والمعلومات العلمية، وإنما يتعدى دورها، ويتوسع؛ ليشمل جوانب كثيرة، منها: أنها تسهم مساهمة كبيرة، ومؤثرة، وبصورة مباشرة في تعليم الأفراد المهارات المختلفة من خلال التنوع في الاختصاصات، والذي يعود بالنفع الكثير على الفرد، والمجتمع، وإكساب الطلبة الكثير من التجارب، والفرص، والمهارات المختلفة، كما تعمل على تحسين مستوى المتغيرات الإيجابية لديهم، كالوعي الذاتي، والذي يعد عنصراً اجتماعياً، وفاعلاً، ومؤثراً في محيطهم، وفي الوسط الذي يعيشون فيه؛ مما يسهم في تطورهم، ويقودهم نحو التفوق، والإبداع.

وظلبة الجامعة ليسوا بمنأى عن الظروف المختلفة، والمواقف الحياتية الصعبة، والصراعات، والتناقضات، والمشكلات التي تزيد من متطلبات الحياة؛ بحيث تبرز حاجات متعددة تحتاج إلى إشباع، ورغبات قد لا تتحقق؛ بحيث تصبح حاجات ملحة تدفع الفرد إلى إشباعها بطرائق ووسائل قد تكون غير مقبولة اجتماعياً (الزبود، ٢٠٠٤: ٣)

ويتعرض طلبة التمريض إلى ضغوطات نفسية مختلفة تتمثل في الضغط الدراسي الأكاديمي، والإجهاد العاطفي من رعاية المرضى، وانخفاض جودة الرعاية التمريضية، والشعور بالمسؤولية نحو المرضى، بالإضافة تعرضهم إلى مواقف مفاجئة كالتعرض لحالات الوفاة، ومتابعة الإجراءات اللازمة لها، ونقص الدعم المعنوي، والعاطفي، وصعوبات، وتحديات يومية نتيجة التعامل مع فئات مختلفة من المجتمع؛ مما يشكل ضغطاً نفسياً عليهم، وخاصة في حال عجزهم عن مساعدة المرضى، أو التعامل مع عائلته عندما يتعرضون مع الحالات الحرجة، بالإضافة إلى النقاشات الحادة مع الفريق الصحي، وغيرها من العوامل الأخرى؛ مما يلزمهم أن يكونوا أكثر وعياً بذواتهم، وإدارة الذات، وتحسين الأداء؛ لمواجهة الضغوط المختلفة، وتحقيق أهدافهم الواقعية؛

الأمر الذي يستدعي أن يتمتعوا بدرجة عالية من الوعي الذاتي؛ لكي يسيطروا على المواقف الصعبة التي تواجههم، مع تحمل المسؤولية، وفهم الذات من حيث بيان نقاط القوة، ونقاط الضعف، وهذا كله يؤثر في إقامة علاقات مع الآخرين ضمن إطار الصحة النفسية.

ويعد الوعي الذاتي من العوامل المهمة في شخصية طالب التمريض، ومن المؤشرات الدالة على جودة أداء الطالب؛ حيث يساعد الوعي الذاتي الفرد على إدارة الذات، وتحسين الأداء، ومواجهة الضغوط، ويساعده -أيضاً- في وضع الأهداف الواقعية، ويمكنه من مواجهة ضغوط الحياة الشخصية، والمهنية (Rasheed, 2015: 213)، كما يساعد الوعي الذاتي في السيطرة على الموقف، وتحمل المسؤولية، وفهم الذات من حيث: بيان نقاط القوة، ونقاط الضعف، وهذا كله يؤثر في إقامة علاقات مع الآخرين ضمن إطار الصحة العقلية. (Jack, & Miller, 2008, 35).

وترى العيلة، وآخرون: (Elaila, et al. 2021): أن الوعي الذاتي يساعد على إدارة الاجهاد، والمحافظة على بيئة أكاديمية متوازنة لطلبة التمريض والقبالة من خلال بناء برامج تعليمية، ومهارات تدريبية كالكشف عن الوعي بالذات، وفنية الحديث الإيجابي للذات، والاسترخاء، والثقة بالنفس، ومهارة حل المشكلات، والتخيل الموجه، والتنفس العميق، والتفكير الإبداعي، وإدارة الوقت، وتقديم خدمات استشارية؛ لتضييق الفجوة بين توقعات الطلبة، والواقع، وغيرها، بما في ذلك خدمة الأنشطة اللاصفية، وورش عمل لمساعدة الطلبة على التعامل مع الضغوط التعليمية اليومية، وإدارته بشكل صحيح. وقد أشار بار أون (Bar-on, 1997): أن من أهم الكفايات التي يتميز بها الأشخاص الأكثر فاعلية، ونجاحاً في الحياة، هي: الوعي الذاتي الانفعالي، والتعاطف، والمرونة، والتفاؤل، والسعادة، والقدرة على حل المشكلات، والكفاية الذاتية، والقدرة على إقامة العلاقات الشخصية، وضبط الاندفاع، وتحمل التوتر. ويعتبر الوعي الذاتي الأهم، والجانب الأساسي؛ لتأهيل طلبة محترفين، ومهنيين بالإضافة إلى تعزيز البصيرة لديهم، التي تؤدي إلى الكفاءة في تقديم رعاية تمريضية عالية الجودة، والشعور بالرضا في رعاية

المرضى، والمرضى. وهو يتكون من الكثير من المكونات المعرفية، والعاطفية، والاجتماعية التي تميز التجارب الذاتية لطالب التمريض.

وأكد جولمان Goleman المشار إليه في إردن (Erden, 2015): أن الوعي الذاتي يساعد الفرد في التحكم في الاندفاعات، والمواجهات المتنوعة، والدافعية الذاتية والتعاطف، وتعد هذه أهم المهارات الانفعالية، والاجتماعية التي تميز الأفراد الأكثر نجاحاً من الحياة الاجتماعية؛ فالأفراد يختلفون في المبادرات، والقدرات، أو المواجهات في مجالاتها المختلفة.

وصرح أرنولد وبوغز (Arnold & Boggs, 2015): أن الوعي الذاتي يساعد طلبة التمريض على فهم المزيد عن مرضاهم؛ فكلما عرف طلبة التمريض المزيد عن أنفسهم كلما زادت المرونة التي يكتسبها المرء؛ للتفسير الواقعي، والتعامل بشكل بناء في المواقف الصحية الصعبة.

وقد أكد (فرويد) -راند نظرية التحليل النفسي-: أن الوعي الذاتي غالباً ما يكون في اللا شعور؛ ولذا يصعب الوصول إليه، مؤكداً على أهمية العالم الداخلي للفرد في محاولاته؛ لفهم ذاته، وكذلك صعوبة وعي الفرد بحقيقة دوافعه؛ حيث أن فهم الذات غالباً ما يكون غير دقيق، وقد مثل فرويد ذلك بشكل جبل الجليد الذي يختفي معظمه تحت الماء؛ وبذلك يؤكد فرويد على أن الفرد ليس لديه الوعي التام بذاته من حيث معرفته بعالمه الداخلي. (فرويد: ١٩٤٥).

بينما يرى أصحاب الاتجاه الإنساني، ومنهم: روجر أن الوعي الذاتي يتكون من خلال الخبرة الذاتية للفرد في المجال الذي يعيش فيه. وهي صورة يكونها الفرد عن نفسه جنباً إلى جنب مع تقويمه، وحكمه على هذه الصورة؛ فيربط في نظريته بين الاعتبار الإيجابي من قبل الآخرين، ونمو الوعي عن الذات (عبد الرحمن: ٢٠٠٥).

وقد أكدت الدراسات كدراسة غولي، وآخرون (٢٠١٣): على أهمية البرامج في تحسين الوعي الذاتي، وتعزيز السلوكيات الإيجابية؛ فنحن بحاجة اليوم إلى دراسة طلبة الجامعة، وتقديم أفضل السبل؛ لرعايتهم، وهذا بدوره كان من الضروري وجود برامج إرشادية تساهم في تقديم الدعم النفسي، والعملية لطلبة التمريض.

المرضى. كذلك يساعد في تعزيز العلاقة مع المرضى؛ مما يساعد في عملية الشفاء. (Eckroth-Bucher, 2010).

حيث أشار السيد، وعبدالقادر (2006): إلى أن الأفراد المتميزين -غالباً- ما يكون لديهم وعي ذاتي بما يفكرون فيه، وتكون القناعة عندهم قوية، وثقتهم بأنفسهم عالية؛ إذ ما تولد لديهم الاعتقاد بأن جميع المشكلات يمكن تجاوزها، والتغلب عليها، والتدرج الواعي في تحليلهم للمواقف، وتحديدها، والعمل على مراقبة الذات بشكل مستمر، والانتباه الآتي لجميع التصرفات، وتسجيل ملاحظات ردود أفعال الآخرين عنها، بينما قد لا يتولد هذا الوعي بالذات، أو الشعور لدى الأشخاص الأقل وعياً، وتمايزاً موازنة مع الأشخاص الأكثر وعياً.

وذكرت سعيد (٢٠٠٨: ١٦٢): إلى أن الإنسان حينما يكون على درجة عالية من اليقظة لما يفكر فيه، يكون في حالة واعية يدرك فيها ذاته، ويكون لديه القدرة على رؤية ذلك بوساطة أفعاله، وتصرفاته، ومدى التزامه بمعايير مجتمعة كقيمته، وثقافته، ويصبح رقيباً لذاته، وبيئته باستمرار وفق محكات ذاتية، وموضوعية، كما يتولد لديه نوع من التقويم الذاتي لنفسه، وبيئته الخارجية.

وأكد مورين (Morin, 2011): أن وظيفة الوعي الذاتي للفرد، هي: الاهتمام الذاتي، والتقييم الذاتي، والخبرة، وتعزيز احترام الذات، وكيفية إدارة الذات، والحالة العقلية للفرد.

ويمكن -أيضاً- تفسير الوعي الذاتي على أنه تفاعل فردي، وكيف يُقَدَّر الأفراد الذات، والتعبيرات الداخلية، والصورة الفردية لأنفسهم.

وقد أشارت منظمة الصحة العالمية (٢٠٢٢: ٨): أن الوعي الذاتي، والمشاركة الوجدانية من الكفاءات التي تمكن العاملين الصحيين من التكيف مع المتطلبات المتطورة للممارسة الصحية، وتساعدهم على دمج المعرفة، والمهارات، والمواقف في ممارساتهم، واكتساب مسؤوليات جديدة، وأنها من عوامل تمكين الجودة في الرعاية الصحية الشاملة، وتعزيز نظم صحية قوية، وعاملين صحيين مثقفين، ومتمكنين؛ لتوفير الخدمات الصحية التي يحتاجها المرضى.

كما يلعب الوعي الذاتي دوراً مهماً في تطوير التنظيم الذاتي الإيجابي، والعلاقات، والخبرات الصحية الناجحة بين طلبة

مشكلة الدراسة:

تتطلب الرعاية التمريضية أن يتم تقديم الخدمات الصحية بمعايير جودة عالية؛ من أجل تحقيق مؤشرات صحية عالية، ورضا المريض، ويتطلب ذلك التحسين المستمر للخدمات الصحية، والإنسانية؛ لتحقيق جودة الرعاية الصحية من خلال التمريض، فهو يعد أحد أهم عناصر نجاح الرعاية الصحية، ومحور النشاط الصحي في المؤسسات الصحية؛ لتأثيره الواضح، والملموس على الخدمات الصحية المقدمة؛ إذ يمثل التمريض أكبر الفئات المهنية العاملة في المنظمات الصحية (التوحيدي، ٢٠٠٨).

ومن خلال ملاحظة الباحثين في عملهما الميداني، والأكاديمي لمهنة التمريض لمدة طويلة فقد وجدنا افتقاراً من قبل طلبة التمريض لمهارات الوعي الذاتي؛ لذا من الضروري تزويد طلبة التمريض: (ممرضين، وممرضات المستقبل) باستراتيجيات مختلفة فعالة؛ للتعامل مع المصادر الحتمية؛ للتوتر الموجود أثناء تعليمهما، وتدريبهما؛ حيث تؤدي هذه الاستراتيجيات إلى تقليل الأعراض النفسية السلبية المرتبطة بإدراك التوتر، وتحسين الرعاية الصحية كاستراتيجيات الوعي الذاتي، حتى يصبحوا قادري على فهم أنفسهم، وفهم الآخرين، والتعامل معهم بشكل لائق يتناسب مع المهنة الإنسانية التي يقدمها الممرض للمرضى. حيث أكدت دراسة الجعفري، والظاهر (٢٠٢٠: ٢٧٩): أن الأشخاص الذين يمتلكون درجة عالية من الوعي الذاتي يدركون تأثير مشاعرهم فيهم، وفي الآخرين، ويتمتعون بوعي ذاتي قوي؛ فهم لا يفرطون في الانتقاد، ولا في التفاؤل، بل واقعيون مع أنفسهم، ومع غيرهم.

أسئلة الدراسة:

وتتبلور مشكلة الدراسة في التساؤل الرئيس: "ما مدى فعالية برنامج انتقائي في تحسين الوعي الذاتي لدى طلبة التمريض في جامعة الأقصى؟"

وينبثق من هذا السؤال عدة أسئلة فرعية، تحاول الدراسة الحالية الإجابة عنها، وهي:

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية، والضابطة في القياس البعدي على مقياس الوعي بالذات لدى طلبة التمريض تعزى لتطبيق البرنامج التدريبي؟

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي، والبعدي على مقياس الوعي بالذات لدى طلبة التمريض تعزى لتطبيق البرنامج التدريبي؟

هل توجد فروق ذات دلالة بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي، والتبعي (بعد مرور شهرين) على مقياس الوعي بالذات لدى طلبة التمريض؟

فرضيات الدراسة:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية، والضابطة في القياس البعدي على مقياس الوعي بالذات لدى طلبة التمريض.

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي، والبعدي على مقياس الوعي بالذات لدى طلبة التمريض.

لا توجد فروق ذات دلالة بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي، والتبعي على مقياس الوعي الذاتي لدى طلبة التمريض (بعد مرور شهرين).

أهداف الدراسة: تهدف الدراسة الحالية إلى:

التحقق من وجود فروق دالة إحصائية بين درجات أفراد المجموعتين التجريبية، والضابطة على القياس البعدي للوعي الذاتي، وبين درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس القبلي، والبعدي، والتبعي للوعي الذاتي.

إعداد، وتصميم برنامج تدريبي انتقائي إرشادي قائم على الأسس النظرية، والفنيات التطبيقية للإرشاد؛ لتحسين الوعي الذاتي لدى طلبة التمريض في جامعة الأقصى.

التعرف على فعالية البرنامج الانتقائي في تحسين الوعي الذاتي لدى طلبة التمريض.

الكشف عن أثر البرنامج الانتقائي المعتمد في الدراسة في تحسين الوعي الذاتي لدى طلبة التمريض في جامعة الأقصى (بعد مرور شهرين من انتهاء تطبيق البرنامج الانتقائي).

أهمية الدراسة:

أولاً: الأهمية النظرية: لا شك أن أهمية الدراسة في كونها تتناول متغيراً ذا أهمية، وهو الوعي الذاتي كما أنه يتناول شريحة مهمة تعتبر أحد أهم عناصر نجاح الرعاية الصحية، ومحور النشاط الصحي الذي تتطلب شخصاً من نوع خاص؛ للقيام بها؛ لذلك

العلاقات بين الأفكار، والمشاعر، والانفعالات، واتخاذ القرارات الشخصية، ورصد أفعالك، والتعرف على عواقبها، وتحديد ما الذي يحكم القرار؟ الفكر أم المشاعر؟ (Goleman, 2000).

وتعرفه الباحثتان إجرائياً: بأنه الدرجة التي يحصل عليها أفراد العينة على مقياس الوعي الذاتي لدى طالبات التمريض في جامعة الأقصى، الذي أعدته الباحثتان لهذا الغرض، ويتكون من الأبعاد الآتية: (التقييم الدقيق الذاتي، والوعي الأخلاقي، والوعي الانفعالي، والوعي الاستباقي).

٢- البرنامج الانتقائي:

هو شكل من أشكال الإرشاد النفسي قائم على نظرية العلاج النفسي الانتقائي، والذي يعد نظاماً يقوم على تحديد المبادئ، والاستراتيجيات الأساسية الفعالة في العلاجات النفسية الأخرى، خاصة تلك الاستراتيجيات التي ثبتت فعاليتها في علاج المشكلات، وتلائم حاجات العميل" (أبو النور، ٢٠٠٠: ٢٥٢).

تعريف البرنامج إجرائياً: هو مجموعة من الأنشطة، والفنيات المختلفة، والمنقاة من النظرية المعرفية السلوكية، وتقنيات العقل، والجسم، والسيكو دراما، والنظرية السلوكية، بما يتناسب والمشكلة، والفئة المستهدفة.

حدود الدراسة:

تتمثل حدود الدراسة الحالية فيما يلي:

١- الحد البشري: عينة من طالبات التمريض، (المستوى الرابع)، من طالبات جامعة الأقصى.

٢- الحد الزمني: تم تطبيق الدراسة في الفصل الدراسي الأول للعام (٢٠٢٢م/٢٠٢٣م).

٣- الحد المكاني: طبق البرنامج الانتقائي في جامعة الأقصى بمحافظة غزة.

٤- الحد الموضوعي: اقتصر موضوع الدراسة على دراسة فاعلية برنامج انتقائي؛ لتحسين مهارات الوعي الذاتي. الدراسات السابقة:

دراسة رشيد، وآخرون: (Rasheed, et al., 2021)

والتي هدفت إلى تطوير مقياس الوعي الذاتي للممرضات، والتعرف على مستوى الوعي الذاتي للممرضات؛ حيث تمت مقابلة (١٣) ممرضة؛ لفهم معاني وعي الذات لديهم، ثم تطوير مقياس الوعي الذاتي الخاص بالتمريض، وإجراء تحليل نوعي حول

لابد من التأهيل النفسي، والبدني، والاجتماعي، والصحي لتلك المهنة المهمة جداً، والإنسانية، وتتمثل الأهمية فيما يلي:

١. تكمن أهمية البحث في كونه من البحوث النادرة حسب علم الباحثين التي تناولت فاعلية برنامج لتحسين مستوى الوعي الذاتي لدى فئة مهمة، مثل: طالبات التمريض بالجامعة؛ مما يزيد من قدرتهن على كيفية التعامل الإيجابي مع الحالات المرضية، وتهيئة مناخ نفسي آمن؛ لنجاح الخطة العلاجية، وتحقيق الاتزان النفسي المطلوب للمريض.

٢. كما تظهر الأهمية من خلال عينة الدراسة، والذين هم من فئة الشباب من طلبة الجامعة، والذين ينتظر منهم أن يسهموا في بناء المجتمع، وعليه فلا بد من الحرص على تلبية احتياجاتهم الأكاديمية من خلال بيئة تعليمية تبعد عنهم الضغوط النفسية.

٣. كذلك يُسهم البحث الحالي في إثراء المكتبة العربية، والنفسية بصفة خاصة في مجال علم النفس الإيجابي.

وتساعد في بناء قاعدة علمية يمكن الانطلاق منها؛ لإجراء مزيد من الدراسات، والبحوث التربوية المعمقة سواء في متغيرات الدراسة، أو المجالات ذات العلاقة.

ثانياً: الأهمية التطبيقية:

- تمثلت أهمية البحث من الناحية التطبيقية في توفير برنامج فعال يقوم على الانتقائية في تحسين الوعي الذاتي، وتكوين شخصية إيجابية تساعد على التفاعل الإيجابي مع الحالات المرضية، وتوفير مناخ نفسي آمن يساعد على تعديل السلوكيات غير المرغوبة، والوصول إلى الاستقرار النفسي، والصحة النفسية.

- كما تتمثل أهمية البحث من الناحية التطبيقية في إعداد أداة؛ لتقدير درجة الوعي الذاتي لدى طالبات التمريض بالجامعة.

- قد يستفيد خبراء المناهج، وبرامج الإرشاد النفسي، والتوجيه التربوي في التخطيط لبرامج تدريبية؛ لتحسين الوعي الذاتي لدى طلبة التمريض.

مصطلحات الدراسة:

١- الوعي الذاتي:

يعرف الوعي بالذات: بأنه الوعي بالذات، وبأنه مراقبة نفسك، والتعرف على مشاعرك، وتكوين قائمة بأسماء المشاعر، ومعرفة

أبعادها المهنية، والشخصية، والسياقية، والجوانب الخلفية (الجدالية) للوعي الذاتي، وتم حذف سبعة عناصر بعد تقييم المقياس تجريبياً مع (٢٥٢) ممرضة، وبعد ذلك تم تطبيق المقياس على (٢١٦) ممرضة، وأظهرت النتائج أنه كان لدى الممرضات وعي ذاتي متوسط، ومرتبطة بشكل كبير بالعمر، والسنوات من الخبرة التعليمية، والعملية، وأن ممرضات العناية المركزة أكثر وعياً من الممرضات في الأقسام الأخرى.

دراسة اسبيريتو، وآخرون (Espiritu, et al., 2021):

هدفت الدراسة إلى استكشاف تصورات الطلاب الذاتية للوعي الذاتي، والتنظيم الذاتي عند مواجهة مواقف غير متوقعة في محاكاة إكلينيكية لدى ١٠٩ طالب من أربعة تخصصات للمهن الصحية؛ حيث تم تعرضهم وجهاً لوجه؛ محاكاة مع ظروف غير متوقعة. وشارك المشاركون بعد المحاكاة في استخلاص المعلومات من خلال إجراء المقابلات شبه المفتوحة (structured-semi)، وأظهرت النتائج أنه استفاد المشاركون من الملاحظة، والاستماع للآخرين أثناء جلسة المحاكاة، واستخلاص المعلومات، وساعدت المحاكاة في إعدادهم؛ للتنقل في ظروف رعاية المرضى الصعبة غير المتوقعة، وإدراك الطلبة المشاركون للمهارات من خلال الوعي الذاتي بمسؤوليتهم، ومشاعرهم، وتنظيم عواطفهم؛ من أجل تحقيق التوازن خارجياً في إدارة التفاعلات المشحونة عاطفياً مع المريض، وأسرته.

دراسة يونس (Younas, 2020):

هدفت الدراسة إلى معرفة وجهات نظر الممرضات فيما يتعلق بالوعي الذاتي في التمريض، وأهمية الوعي الذاتي للممرضات، وتأثيره على رعاية المرضى. وتم استخدام التصميم النوعي الوصفي، وأجريت مقابلات شبه منظمة وجهاً لوجه، وتكونت عينة الدراسة من عينة مقصودة من (١٣) ممرضة في مستشفيات في باكستان، وتضمنت الموضوعات معنى الوعي الذاتي، والسمة الشخصية، والمهنية، والإدراكية، وأهمية الوعي الذاتي للممرضات، وأثره على رعاية المرضى، وسلوكياتهم، وأفعالهم التي تدل على الوعي الذاتي، والإجراءات اللازمة؛ لتعزيز الوعي الذاتي. وأوضحت الدراسة أن الوعي الذاتي يزيد من ثقة الممرضات في إدارة المواقف الصعبة، وتقديم رعاية مختصة ثقافياً للمرضى من مختلف التوجهات الثقافية، والدينية.

دراسة عفيفي (٢٠١٩م):

هدفت الدراسة إلى التعرف على التسامح، وعلاقته بالوعي بالذات، والأمن النفسي لدى طلبة الجامعة، ومعرفة العلاقات بين التسامح، وكل من الوعي بالذات، والأمن النفسي لدى طلبة الجامعة، والكشف عن الفروق في التسامح، والوعي بالذات، والأمن النفسي تعزى إلى متغيري العمر، والنوع، وتكونت عينة الدراسة من (٥٢١) طالباً، وطالبة بكلية التربية - جامعة حلوان - ، وأسفرت النتائج عن وجود علاقات ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين التسامح، والوعي بالذات، والتسامح، والأمن النفسي. كما وجدت فروق دالة إحصائياً في كل من التسامح، والوعي بالآخرين، والأمن النفسي لصالح الإناث، وفروق دالة إحصائياً في الوعي بالذات الخاصة لصالح الذكور.

دراسة بوفانسوري، سيلفيا (Buvaneswari, & Sylvia, 2018):

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الوعي الذاتي لدى طلبة التمريض في كلية التمريض بالهند، وتألفت العينة من (٢٤٣) طالب تمريض، وتم استخدام الأدوات في جمع البيانات من Proforma للمتغيرات الاجتماعية الديموغرافية، ومقياس تقييم المهارات الحياتية (تم استخدام بُعد الوعي الذاتي فقط) الذي طوره Subashree, Radhakrishnan Nair (2014).

وأُسفرت النتائج عن مستوى متوسط من الوعي بالذات لدى طلبة التمريض، وكان هناك ارتباط معنوي بين الوعي الذاتي، والجنس، وسنة الدراسة، وتوصلت الدراسة الحالية إلى أن غالبية طلبة التمريض لديهم مستوى متوسط (٦٠.٥٪) من الوعي الذاتي.

دراسة النجار (٢٠١٨م):

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الوعي بالذات، والتوافق المهني لدى معلمي المدارس الخاصة بمحافظات غزة. وتكونت عينة الدراسة من (١٠٥) معلمين، ومعلمات. وأظهرت النتائج أن أكثر مجالات مقياس الوعي بالذات هو مجال تقييم الذات؛ حيث بلغ وزنه النسبي (٨٧.٧٪). كما بينت الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جميع مجالات الوعي الذاتي، والتي تعزى لمتغير المرحلة التعليمية. والجنس، والمؤهل العلمي، والخبرة.

دراسة فهد (٢٠١٧م):

بعنوان "فعالية برنامج إرشادي قائم على العلاج الواقعي؛ لتنمية الوعي الذاتي لدى طلبة المرحلة الثانوية، وهدفت الدراسة إلى

الأولى: التي أنشأتها Arletta، (١٩٩٩م)؛ وويليام وتوري (٢٠٠٠م)، يتكون استبيان المقابلة من الخصائص الاجتماعية، والديموغرافية للطلبة، وبيانات الوعي الذاتي للطلبة، وتوقعات الطلبة، وفوائد التمريض. الأداة الثانية: التي أنشأها Lowason and Marshallw، (١٩٨٩)؛ تضمنت جرد تقدير الذات الاجتماعي المعدل. وأظهرت نتائج الدراسة أن غالبية الطلبة لديهم معرفة كافية بالوعي الذاتي، وتقدير الذات بعد إلقاء المحاضرة. وأن هناك ارتباطاً إيجابياً، وعالياً بين مستوى المعرفة حول الوعي بالذات، ومستويات تقدير الذات.

دراسة غولي، وآخرون (٢٠١٣م):

هدفت الدراسة إلى التعرف على أثر برنامج إرشادي مقترح؛ لتنمية الوعي بالذات لدى الطلبة المتفوقين في المرحلة الثانوية في محافظة الكرخ في مدينة بغداد في العراق، وتكونت العينة من (٢٦) طالباً، تم تقسيمهم إلى مجموعتين (١٣) تجريبية، ١٣ ضابطة) مستخدمين المنهج التجريبي، وقام الباحثان بتصميم البرنامج التجريبي، وتطبيق مقياس (غولي، ٢٠١١م)، وأشارت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائية لصالح المجموعة التجريبية، وهذا ما أكدت نتائج الاختبارات البعدية.

دراسة أونال (Unal, 2012):

هدفت الدراسة إلى معرفة تأثير تقنيات الوعي الذاتي، والاتصال على تأكيد الذات، والثقة بالنفس، وتكونت عينة الدراسة من (٧٩) طالباً من طلبة التمريض. وشمل البرنامج (١٤) أسبوعاً؛ إذ ركزت الدورة على المشاركة الفعالة للطلاب، ولعب الأدوار، وتبادل الخبرات، والواجبات المنزلية، وردود الفعل البناءة، ومشاهدة الأفلام. وأظهرت النتائج وجود فروق بين القياس القبلي، والبعدي في تأكيد الذات، والثقة بالنفس لصالح القياس البعدي، وأن هناك علاقة إيجابية بين تأكيد الذات، والثقة بالنفس.

التعقيب على الدراسات السابقة:

يتضح من العرض السابق لأهم الدراسات التي تناولت موضوع الوعي الذاتي أن هناك اهتماماً واضحاً بهذه النوعية من الدراسات في المجتمعات العربية، والأجنبية؛ حيث اتفقت بعض الدراسات مع الدراسة الحالية في تناولها لموضوع الوعي الذاتي كدراسة رشيد، وآخرون (Rasheed, et al. 2021): والتي تناولت

التعرف على فعالية برنامج إرشادي قائم على العلاج الواقعي؛ لتنمية الوعي الذاتي لدى طلبة المرحلة الثانوية بـ(جدة)، وتكونت العينة من (٢٦) طالباً في المرحلة الثانوية، وأظهرت النتائج بعد تطبيق البرنامج فعاليته في تنمية الوعي الذاتي لدى طلبة المرحلة الثانوية، وكذلك بقاء الأثر في القياس التتبعي.

دراسة (أبو غالي، ٢٠١٦م):

والتي هدفت إلى فحص العلاقات بين التمكين النفسي، والوعي بالذات، والأمان الاجتماعي، والقوة التنبؤية للوعي بالذات، والأمان الاجتماعي بالتمكين النفسي. تكونت عينة الدراسة من (٣١٥) من الممرضين العاملين بالمستشفيات الحكومية في محافظات غزة. أشارت النتائج أن جميع متغيرات الدراسة ارتبطت بعلاقات إيجابية دالة إحصائية. كما كشفت النتائج أنه لا توجد فروق دالة إحصائية في مستوى كل من التمكين النفسي، والوعي بالذات، والأمان الاجتماعي تعزى لمتغيرات النوع الاجتماعي، أو المؤهل العلمي، أو سنوات الخبرة.

دراسة عزيز (٢٠١٥م):

هدفت الدراسة إلى التعرف إلى الوعي بالذات، وعلاقته بالإقناع الاجتماعي لدى طلبة جامعة بغداد في العراق، وبلغت عينة الدراسة (٤٠٠) طالب، وطالبة، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي، وتبنت مقياس غولي (٢٠١١م)، كما تبنت مقياس الإقناع الاجتماعي للعكيلي (٢٠١١م)، وقد أسفرت النتائج إلى أنه: لا توجد فروق بين الذكور، والإناث في الوعي بالذات، كما لا توجد فروق بينهما في الإقناع الاجتماعي، وأكدت الدراسة على وجود علاقة ارتباط موجبة قوية بين متغيري الوعي بالذات، والإقناع الاجتماعي لدى عينة الدراسة، وأكدت الباحثة: أن قدرة الفرد على الإقناع الاجتماعي يعتمد بشكل كبير على وعيه بذاته، ومدى ثقته بنفسه، والوعي بالذات يمكنهم من أداء مهماتهم، ويجنبهم التفكير بالنقصان.

دراسة عبد الرحيم، وآخرون: Abdel Rahim, et al, (2014):

هدفت الدراسة إلى تقييم وعي طلبة التمريض الذاتي بالتعامل مع المريض النفسي، وتكونت عينة الدراسة من (٢١٦) طالباً من طلبة التمريض الذين يتعاملون مع المريض النفسي في جامعة (بنها)، استخدم الباحثون أداتين تستخدمان لجمع البيانات، الأداة

يتكون مجتمع الدراسة الأصلي من جميع طالبات كلية التمريض للمستوى الرابع بجامعة الأقصى للسنة الجامعية (2022م-2023م) والبالغ عددهن (110) طالبة.

ثالثاً: عينة الدراسة: تألفت عينة الدراسة من عینتین: العينة الاستطلاعية:

تكونت عينة الدراسة الاستطلاعية من (30) طالبة من طالبات جامعة الأقصى، وهم لا ينتمون لعينة الدراسة الأساسية. وقد تم تطبيق مقياس الوعي الذاتي؛ بهدف التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس الدراسة؛ وذلك من خلال حساب معاملات الصدق، والثبات للمقياس، وتؤهّلها للاستخدام في الدراسة التجريبية الحالية، وتناسب البيئة، والثقافة الفلسطينية.

العينة الأساسية: تكونت عينة الدراسة الأساسية من (20) طالبة، وقد تم اختيارهن من المجتمع الأصلي البالغ عدده (110) طالبة، وبعد تطبيق أدوات الدراسة عليهن؛ حيث تم تقسيم عينة الدراسة إلى مجموعتين.

وهما ضابطة، وتجريبية، (10) طالبات للمجموعة الضابطة لم يتلقين أي إرشاد، أو علاج، وخضعوا لإجراءات الدراسة في القياسات القبلية، والبعديّة، أما (10) طالبات للمجموعة التجريبية تلقين جلسات وعي ذاتي.

رابعاً: التصميم التجريبي:

تصميم الدّراسة شبه التجريبية:

اعتمدت الدّراسة الحالية استخدام المنهج شبه التجريبي؛ فهو منهج يتسم بالشمولية، وهو منهج مركب ينطوي على المنهج الوصفي؛ وذلك من أجل التعرف إلى الطالبات اللاتي يعانين من انخفاض في مستوى الوعي الذاتي، ثم اختبار فاعلية البرنامج الإرشادي في تحسين مستوى الوعي الذاتي لدى أفراد عينة البحث. ويستخدم هذا النوع من المناهج شبه التجريبية عندما لا يستطيع الباحث ضبط متحولات البحث ضبطاً مطلقاً.

إن المخطط شبه التجريبي يوفر بديلاً للمخططات التجريبية من حيث أنه يمكن تطبيقه على مواقف ميدانية، ولا يقتضي أن يملك المحرّب الضبط المطلق للمتحوّلات التجريبية. (حمصي، 1991، 1992م).

ويُعرف هذا المنهج بأنه تغير مُعتمد، ومضبوط للشروط المحددة للظاهرة، وملاحظة نواتج التغير في الظاهرة موضوع الدّراسة، (قتليجي، 2015، 81م).

تطوير مقياس الوعي الذاتي للتمريض، والتعرف على المستوى لديهم، ودراسة يونس، وآخرون (Younas, et al. 2019):

والتي تناولت التعرف على وجهات النظر في الوعي الذاتي، وتأثيره على رعاية المرضى من خلال مقابلات منظمة لدى عينة (13) من الممرضات، ودراسة بوفانسواري و سيلفيا (Buvaneswari & Sylvia 2018) والتي هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الوعي الذاتي لدى (243) طالباً من طلبة التمريض في كلية التمريض بالهند. ودراسة (أبو غالي، 2016م): والتي تناولت فحص العلاقات بين التمكين النفسي، والوعي بالذات، والأمان، عينة الدراسة من (315) من الممرضين العاملين، ودراسة عبد الرحيم، وآخرون (2014م): هدفت الدراسة إلى تقييم وعي طلبة التمريض الذاتي بالتعامل مع المريض النفسي لدى (216) طالباً من طلبة التمريض، ودراسة غولي، وآخرون (2013م): هدفت الدراسة إلى التعرف على أثر برنامج إرشادي مقترح؛ لتنمية الوعي بالذات لدى الطلبة المتفوقين. وقد اتفقت بعض الدراسات السابقة مع الدراسة الحالية في التعرف على مدى فاعلية البرنامج الإرشادي في تنمية الوعي الذاتي كدراسة فهيد (2017م)، والتي أظهرت فاعلية البرامج الإرشادية في تنمية الوعي الذاتي، وفي تنمية الكفاءة الذاتية المدركة لدى طلبة المدارس، والجامعة.

يتضح من الدراسات السابقة قلة الدراسات التي تناولت البرامج التدريبية؛ لتحسين الوعي الذاتي، أمّا بالنسبة للعينات المستخدمة في الدراسات السابقة فلا يوجد دراسة سابقة حسب علم الباحثان أنهما تناولتا الفئة المستخدمة للدراسة الحالية: طلبة التمريض، والاهتمام ببرامج تدريبية نحوها؛ لذا فقد تناولت فاعلية برنامج تحسين الوعي الذاتي لدى طلبة التمريض.

إجراءات الدراسة:

أولاً: منهج الدراسة:

استخدمت الباحثتان المنهج شبه التجريبي، الذي يعتمد على القياس (القبلي، والبعدي، والتتبعي) لكل من المجموعة التجريبية، والضابطة؛ وذلك بهدف التعرف على فاعلية البرنامج الانتقائي لطلبة التمريض.

ثانياً: مجتمع الدراسة:

يهدف المقياس إلى التعرف على مستوى الوعي الذاتي لدى طلبة التمريض، ويتكون في صورته النهائية من (٤٨) فقرة، ويشمل أربعة أبعاد، وهي: (التقييم الدقيق الذاتي، وتشمل العبارات من: (١٣-٢٦)، (١٢-١)، الوعي الأخلاقي، وتشمل العبارات من: (٢٧-٣٦)، والوعي الانفعالي، وتشمل العبارات من: (٣٧-٤٨)، وأمام كل عبارة الاستباقي، وتشمل العبارات من: (٣٧-٤٨)، وأمام كل عبارة خمسة خيارات.

خطوات بناء المقياس:

أولاً: بعد الاطلاع على الأدب التربوي، والدراسات السابقة، والمقاييس المتعلقة بالموضوع، والتي تم استخدامه لقياس الوعي الذاتي، تم إعداد المقياس؛ ليتناسب مع البيئة الفلسطينية، وطبيعة عينة الدراسة الحالية، والاستعانة ببعض الدراسات، والنظريات، والمقاييس العربية، والأجنبية. (Rasheed, et al., 2021; Sutton, 2016؛ أبو غالي، ٢٠١٦م).

ثانياً: بعد تحديد التعريف الإجرائي لمفهوم الوعي الذاتي، تم تحديد محاوره، وأبعاده، ومؤشراته إجرائياً بكل دقة، وتفصيل، وهذا استنباطاً من الدراسات السابقة؛ إذ اتفقت مع بعض المقاييس، واختلفت مع البعض مع وجود إضافات أخرى (مذكورة سالفاً)؛ وانطلاقاً من هدف كل مؤشر تمت كتابة البنود بأسلوب يتوافق مع خصائص العينة المستهدفة، محاولة في ذلك توضيح الفكرة بأبسط أسلوب، والذي على أساسه تحدد عدد (البنود) لكل مؤشر، والذي تراوح بين ١٢-١٤ (بند) لكل مؤشر؛ ليتكون المقياس من ٥٠ فقرة.

ثالثاً: تعديل المقياس التي أوصى بها المحكمون: تم حذف، وتعديل، وصياغة بعض الفقرات، وقد بلغ عدد فقرات المقياس بعد صياغتها النهائية (٤٨) فقرة موزعة على أربعة أبعاد؛ حيث أعطى لكل فقرة وزناً مدرجاً وفق سلم متدرج خماسي، (تنطبق تماماً، تنطبق، محايد، لا تنطبق، لا تنطبق تماماً) أعطيت الأوزان الآتية: (٥، ٤، ٣، ٢، ١)، وعكس ذلك للفقرات الإيجابية، والملحق يبين المقياس في صورتها الأولية والتي تتكون من (٤٨) فقرة موزعة على أربعة أبعاد كالاتي:

جدول (١)

اعتمدت الباحثتان التصميم شبه التجريبي لمجموعتين (تجريبية، وضابطة) بقياس قبل، وبعد، ومتابعة. ومجموعة تجريبية: (يتلقى أفرادها البرنامج الانتقائي)، ومجموعة ضابطة: (لا يتلقى أفرادها أي تدريب)؛ وذلك بهدف فحص، واختبار مدى صحة فرضيات الدراسة، وتعرف أثر المتغير المستقل (البرنامج الانتقائي) على المتغير التابع: (الوعي الذاتي لدى طلبة التمريض) وذلك من خلال الأثر الذي يتركه البرنامج على المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة التي لم يدخل عليها أي تعديل تجريبي؛ حيث قامت الباحثتان بتصميم الدراسة على النحو الآتي:

- القياس القبلي Pre-test: لقياس مستوى الوعي الذاتي لدى أفراد العينة المستهدفة بالتدخل الإرشادي، وتحديد العينة بناء على المقاييس المعتمدة في البحث الحالي، وتقسيمها إلى تجريبية، وضابطة. وتمت بتطبيق مقياس الوعي الذاتي المعد من قبل الباحثتين على جميع طالبات المستوى الرابع لكلية التمريض بجامعة الأقصى بتحديد الأقل وعياً، ونضجاً، وتحديد العينة منهن مقسمة إلى: (تجريبية، وضابطة).

- القياس البعدي Post-Test: لقياس الأثر الذي أحدثه البرنامج في تحسين مستوى الوعي الذاتي لدى أفراد المجموعة التجريبية، والضابطة.

- القياس التتبعي Follow-Up: والغاية من ذلك قياس التحسن الذي أحدثه البرنامج في مستوى الوعي الذاتي لدى أفراد المجموعة التجريبية.

• المعالجة: Counseling Intervention

أي: تطبيق البرنامج الإرشادي على أفراد العينة التجريبية: (طالبات المستوى الرابع لكلية التمريض، اللاتي يعانين من انخفاض في مستوى الوعي الذاتي بجامعة الأقصى).

خامساً: أدوات الدراسة التجريبية: لتحقيق أهداف الدراسة التي تتمثل في قياس فعالية برنامج انتقائي في تحسين الوعي الذاتي لدى طلبة التمريض في جامعة الأقصى قامت الباحثتان بإعداد مقياس، وبرنامج إرشادي كالاتي:

١- مقياس الوعي الذاتي. (إعداد: الباحثتين).

٢- البرنامج الانتقائي. (إعداد: الباحثتين).

مقياس الوعي الذاتي:

البعد	عدد الفقرات
البعد الأول: التقييم الدقيق الذاتي	12
البعد الثاني: الوعي الأخلاقي	14
البعد الثالث: الوعي الانفعالي	10
البعد الرابع: الوعي الاستباقي	12
الدرجة الكلية	48

الخصائص السيكومترية للمقياس:

صدق المقياس:

قامت الباحثتان بتقنين فقرات المقياس؛ وذلك للتأكد من صدقه كالاتي:

أولاً: صدق المحكمين: تم عرض المقياس على مجموعة من أساتذة جامعيين من المتخصصين ممن يعملون في الجامعات الفلسطينية في محافظات غزة؛ حيث قاموا بإبداء آرائهم،

وملاحظاتهم حول مناسبة فقرات المقياس، ومدى انتماء الفقرات إلى كل بعد من أبعاد المقياس، وكذلك وضوح صياغاتها اللغوية. ثانياً الصدق البنائي:

وللتحقق من الصدق البنائي للأبعاد قامت الباحثتان بحساب معاملات الارتباط بين درجة كل بعد من أبعاد المقياس بالدرجة الكلية للمقياس والجدول (٢) يوضح ذلك.

جدول (٢)

الأبعاد	الدرجة للمقياس	الكلية	قيمة sig	الدلالة
البعد الأول: التقييم الدقيق الذاتي	.584**		0.001	
البعد الثاني: الوعي الأخلاقي	.526**		0.003	
البعد الثالث: الوعي الانفعالي	.532**		0.002	
البعد الرابع: الوعي الاستباقي	.576**		0.001	

*ر الجدولية عند درجة حرية (٢٨)، وعند مستوى دلالة $0.01 = 0.01$

*ر الجدولية عند درجة حرية (٢٨)، وعند مستوى دلالة $0.05 = 0.05$

يتضح من جدول رقم (٢) أن جميع الأبعاد ترتبط بالدرجة الكلية للمقياس ارتباطاً ذا دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01) ، وهذا يؤكد أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات، والاتساق الداخلي.

ثبات المقياس Reliability: أجرت الباحثتان خطوات التأكد من ثبات المقياس؛ وذلك بعد تطبيقها على أفراد العينة الاستطلاعية بطريقتين، وهما التجزئة النصفية، ومعامل ألفا كرونباخ.

١-طريقة التجزئة النصفية: Split-Half Coefficient

تم استخدام درجات العينة الاستطلاعية لحساب ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية؛ حيث احتسبت درجات فقرات المقياس الفردية مقابل الفقرات الزوجية؛ وذلك بحساب معامل الارتباط بين النصفين، ثم جرى تعديل الطول باستخدام معادلة سبيرمان براون، والجدول: (٣) يوضح ذلك:

الجدول: (٣)

يوضح معاملات الارتباط بين نصفي المقياس ككل قبل التعديل، ومعامل الثبات بعد التعديل

الأبعاد	عدد الفقرات	الارتباط قبل التعديل	معامل الثبات بعد التعديل
البعد الأول: التقييم الدقيق الذاتي	١٢	0.950	0.974

الأبعاد	عدد الفقرات	الارتباط قبل التعديل	معامل الثبات بعد التعديل
البعد الثاني: الوعي الأخلاقي	١٤	0.683	0.812
البعد الثالث: الوعي الانفعالي	١٠	0.812	0.896
البعد الرابع: الوعي الاستباقي	١٢	0.586	0.739
الدرجة الكلية للوعي الذاتي	٤٨	0.728	0.843

يتضح من الجدول: (٣) أن معامل الثبات الكلي للمقياس (0.843)، هذا يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات تطمئن الباحثان إلى تطبيقها على عينة الدراسة.

٢- طريقة ألفا كرونباخ:

طريقة ألفا كرونباخ؛ وذلك لإيجاد معامل ثبات المقياس، والجدول: (٤) يوضح ذلك:

الجدول: (٤)

يوضح معاملات ألفا كرونباخ لكل بعد من أبعاد المقياس، وللمقياس ككل

استخدمت الباحثان طريقة أخرى من طرق حساب الثبات، وهي

البعد	عدد الفقرات	معامل ألفا كرونباخ
البعد الأول: التقييم الدقيق الذاتي	١٢	0.944
البعد الثاني: الوعي الأخلاقي	١٤	0.849
البعد الثالث: الوعي الانفعالي	١٠	0.888
البعد الرابع: الوعي الاستباقي	١٢	0.666
الدرجة الكلية للوعي الذاتي	٤٨	0.852

يتضح من الجدول أن معامل الثبات الكلي للمقياس (0.852)، هذا يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات تطمئن الباحثان إلى تطبيقها على عينة الدراسة.

ضبط المتغيرات قبل تطبيق البرنامج:

قامت الباحثان بتبني النموذج الكلاسيكي في المنهج التجريبي؛ حيث استخدم طريقة المجموعتين التجريبية، والضابطة مع إجراء اختبار قبلي، وبعدي؛ وذلك حرصاً منها على سلامة النتائج، وتجنباً لآثار المتغيرات الدخيلة. وقد اعتمدت الباحثان؛ لتحقيق التكافؤ بين المجموعتين على ضبط المتغيرات موضع الدراسة على النحو الآتي:

البعد	المقياس	العدد	المتوسط الحسابي	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة (U)	قيمة (Z)	قيمة الدلالة (sig)	مستوى الدلالة
البعد الأول: التقييم الدقيق الذاتي	تجريبية	10	3.367	11.350	113.500	41.500	0.647	0.518	غير دالة
	ضابطة	10	3.283	9.650	96.500				إحصائياً

البعد	القياس	العدد	المتوسط الحسابي	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة (U)	قيمة (Z)	قيمة الدلالة (sig)	مستوى الدلالة
البعد الثاني: الوعي الأخلاقي	تجريبية	10	3.957	9.900	99.000	44.000	0.455	0.649	غير دالة إحصائيًا
	ضابطة	10	3.993	11.100	111.000				
البعد الثالث: الوعي الانفعالي	تجريبية	10	3.340	12.500	125.000	30.000	1.522	0.128	غير دالة إحصائيًا
	ضابطة	10	3.220	8.500	85.000				
البعد الرابع: الوعي الاستباقي	تجريبية	10	3.950	10.850	108.500	46.500	0.266	0.790	غير دالة إحصائيًا
	ضابطة	10	3.892	10.150	101.500				
الدرجة الكلية للمقياس	تجريبية	10	3.679	10.750	107.500	47.500	0.189	0.850	غير دالة إحصائيًا
	ضابطة	10	3.629	10.250	102.500				

تتضح أهمية البرنامج من خلال اعتماده على الاتجاه الانتقائي في الإرشاد النفسي في محاولة للاستفادة من النظريات كافة بمرونته، وانفتاحه عليها؛ حيث لا يعتمد على أسلوب إرشادي بعينه، لكنه يُحدث عملية تكامل بين نظريات الإرشاد المتعددة، كالإرشادي المعرفي، والإرشاد السلوكي، والإرشاد المعرفي السلوكي والسيكو دراما.

ب- الأهداف الإجرائية:

يسعى البرنامج إلى استشعار المفاهيم الأخلاقية التي تدعو للرفق، والتآخي، والمحبة، والسلام؛ تنمية المسؤولية الشخصية، والاجتماعية؛ اهتمامًا، وفهمًا، ومشاركة، وتنمية مفهوم الذات الإيجابي لدى المراهقين أعضاء المجموعة الإرشادية، وتدريب أعضاء المجموعة على الحوار الذاتي، وتنمية مهارات الضبط الذاتي، وتنمية مهارات التسامح، والاستماع الواعي، والتواصل مع الآخرين بأسلوب الحوار، والمناقشة، والإقناع، وتنمية مهارات الاسترخاء، وحلّ المشكلات، واتخاذ القرارات، بالإضافة إلى تنمية مهارات أعضاء المجموعة الإرشادية في التعبير عن ذاتهم، وتفاعلهم؛ لاكتساب الثقة بالنفس، وتحسين العلاقات بين أعضاء المجموعة الإرشادية، وبينهم، وتدريب أعضاء المجموعة الإرشادية على السيطرة الذاتية في المواقف الضاغطة، وإكسابهم مهارات إنسانية، واجتماعية، وأخلاقية؛ لتحل محل الممارسات العنيفة، وتنمية التفاعل بين أعضاء المجموعة، والآخرين، والتأثير فيهم، والتأثر بهم.

يتضح من الجدول: (٥) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية، والضابطة في مقياس الوعي الذاتي قبل بدء التجربة، وهذا يعني أن المجموعتين متكافئتان في مقياس الوعي الذاتي.

ثالثاً: الإطار العام للبرنامج الانتقائي في تحسين الوعي الذاتي لدى طلبة التمريض في جامعة الأقصى

قامت الباحثتان بإعداد برنامج إرشادي انتقائي؛ ليكون الأداة الرئيسة التي صممت خصيصاً لهذه الدراسة؛ لتحقيق أهدافها. وينطلق البرنامج الإرشادي الحالي من الاتجاه الانتقائي الذي أصبح اتجاهاً من الاتجاهات الرئيسة للإرشاد النفسي يضم الكثير من النظريات، والتي جاءت اعتماداً على فكرة أنه لا يوجد اتجاه إرشادي، أو نظرية إرشادية واحدة قادرة بمفردها على التعامل بنفس الدرجة من الكفاءة، والفعالية مع الجوانب المتعددة لمشكلات المسترشدين، وشخصياتهم.

تعريف البرنامج الانتقائي:

هو: "شكل من أشكال الإرشاد النفسي، قائم على نظرية العلاج النفسي الانتقائي، والذي يعد نظاماً يقوم على تحديد المبادئ، والاستراتيجيات الأساسية الفعالة في العلاجات النفسية الأخرى، خاصة تلك الاستراتيجيات التي ثبتت فعاليتها في علاج المشكلات، وتلائم حاجات العميل" (أبو النور، 2000: 252).

أهمية البرنامج:

أسس بناء البرنامج: الأسس العامة:

مرونة السلوك الإنساني، وقابليته للتغيير، والتعديل.

الحرص على إقامة علاقة إرشادية يسودها الألفة، والثقة، والتعاون.

تقديم التعزيز المستمر؛ من أجل تشجيع، وتحفيز المشاركات.

مراعاة آداب عملية الإرشاد النفسي، وأخلاقياته، وأأسسه.

الأسس النفسية:

مراعاة الفروق الفردية بين المشاركين؛ ما تؤكد التوجهات النظرية للاتجاه الانتقائي.

مراعاة الخصائص النفسية، والانفعالية للمشاركين.

ألا يتعارض البرنامج مع أيامهم الدراسية.

الأسس الثقافية، والاجتماعية:

مراعاة الخصائص الثقافية المميزة لأفراد العينة.

استخدام الأسلوب الجمعي في البرنامج؛ لتحقيق المزيد من التفاعل الانفعالي، وهذا يكسبهم الثقة الجماعية، والخبرة المشتركة.

الأسس الأخلاقية:

الالتزام بأخلاقيات العلاقات الإرشادية، والعلاجية، وسرية المعلومات، والمسؤوليات المهنية، والعلاقات المهنية، والعمل المخلص.

الاستفادة من خبرات، وتخصصات زملاء المهنة، والاستشارات المتبادلة، والالتزام بكرامة مهنة الإرشاد، والتمريض على سواء. الالتزام التام بالعمل وفق الميثاق الأخلاقي للعمل الإرشادي في الأسس التربوية.

الحرص على أن تكون أهداف البرنامج بأنواعها متوافقة مع أهداف العملية التربوية، وتم توظيف بعض الفنيات؛ لتكريس هذا المفهوم، مع مراعاة الفروق الفردية.

حدود البرنامج:

الحدود الزمنية: تم تطبيق البرنامج على مدار (١٢) جلسة بمعدل جلستين أسبوعياً، مدة (٦٠ / 90 دقيقة)، وقد استغرق تطبيق البرنامج شهرين ابتداء من ٢٧/١١/٢٠٢٢م، وحتى ١/٥/٢٠٢٣م، وقد تم إجراء القياس البعدي بتاريخه أما القياس التتبعي فقد تم إجراؤه في ٣/٥/٢٠٢٣م.

الجدود المكانية: تم تطبيق البرنامج في جامعة الأقصى.

الحدود البشرية: تم تطبيق البرنامج على طلبة التمريض، المستوى الرابع في جامعة الأقصى.

الفنيات، والأساليب الإرشادية المستخدمة في البرنامج:

- العلاج المعرفي Cognitive-Therapy: يعد العلاج المعرفي من الطرق الحديثة في الإرشاد، وهو يقوم على أسس من علم النفس المعرفي الذي يهتم بالعمليات المعرفية (الإحساس- الإدراك - الذاكرة - اللغة - التفكير)، ويركز العلاج المعرفي على دور التشغيل المعرفي؛ أي: العمليات العقلية بالنسبة للانفعال، والسلوك، ويرى بيك Beck أن هذا العلاج ينظر إلى الشخصية على أنها تعكس التنظيم، والبناء المعرفي للفرد الذي يتأثر بالجوانب البيولوجية، والجوانب الاجتماعية، فالخبرات التعليمية تساعد على تحديد كيف ينمو هذا الفرد، وكيف يستجيب.

- العلاج السلوكي: يعتمد الإرشاد، والعلاج السلوكي على استخدام قوانين التعلم الشرطي، ونظرياته؛ حيث تتم محاولة حل المشكلات، واضطرابات السلوك عن طريق تعديل السلوك. والمرضى النفسي من وجهة نظر المدرسة السلوكية ما هو إلا تجميعات لعادات، وسلوكيات خاطئة مكتسبة من البيئة المريضة التي يعيش فيها المريض، وحيث إن هذا السلوك المرضي قد اكتسبه المريض، وليس أصلاً فيه، فإنه من الميسور محو هذا السلوك الخاطئ، وتعلم السلوك السوي من جديد. (سرى، ٢٠٠٠م: ١١٩).

-التحصين التدريجي: تقوم هذه الطريقة على تشجيع المريض على مواجهة مواقف القلق تدريجياً، ويتمثل الهدف الرئيس من ذلك في تحديد المشاعر العصابية بإلغاء الحساسية المبالغ فيها نحو تلك المواقف، ويكون ذلك من خلال التعريض التدريجي للمواقف المثيرة للقلق، مع إحداث استجابات معارضة لهذا القلق في أثناء عرض كل درجة منه إلى أن يفقد هذا الموقف تماماً خاصيته المهددة، ويتحول إلى موقف محايد؛ حتى تلغى العلاقة الاشتراكية بين المثير، والاستجابة. (عادل عبد الله، ٢٠٠٠م: ٧١).

-الاسترخاء: حيث تؤدي ممارسة تمارين الاسترخاء إلى الحد من الأعراض الفسيولوجية المصاحبة للتوتر، والقلق؛ فلا يمكن أن تجتمع مشاعر الاسترخاء، والتوتر، والقلق في الوقت ذاته؛ حيث

أكدت نتائج الدراسات السابقة فعالية الاسترخاء في التخفيف من مستوى القلق.

-النمذجة: Modeling تقوم طريقة استخدام النماذج السلوكية، أو النمذجة على أساس إتاحة نموذج سلوكي مباشر (حي)، أو ضمني (تخيلي)؛ حيث يكون الهدف هو توصيل معلومات حول النموذج السلوكي المعروض لذوي صعوبات التعلم؛ بقصد إحداث تغيير ما في سلوكه، وقد ظهرت في السنوات الأخيرة دراسات كثيرة تظهر إمكانية استخدام هذه الطريقة الإرشادية، والعلاجية مع كثير من المشكلات، والاضطرابات، مثل: حالات ذوي صعوبات التعلم.

-التعزيز: Reinforcement يقصد به إثابة الفرد على السلوك السوي؛ مما يعززه، ويدعمه، ويدفعه إلى تكرار السلوك نفسه إذا تكرر الموقف. ومن أشكاله: التعزيز المادي، أو المعنوي، وهو يؤدي إلى رضا الفرد عندما يقوم بالسلوك المرغوب. وكلما كان التعزيز قويًا، ومرغوبًا أدى ذلك إلى سرعة تعديل السلوك، وثباته؛ من أجل الحصول عليه.

-الواجبات المنزلية: Home –work assignment: تعد الواجبات المنزلية خطوة أساسية يعتمد عليها نجاح أي برنامج؛ لأن يتم من خلالها تعلم سلوك جديد يقتضي -أيضًا- مدة طويلة، كما تساعدهم على نقل هذه التغيرات إلى المواقف الحية؛ ولكي تقوي وتدعم هذه الأفكار الجديدة فقد حرصت على وجود واجبات منزلية، من أجل استمرارية العملية الإرشادية، ثم مناقشة هذا الواجب في الجلسة التالية، وتقييمه.

ومن الفنيات التي استخدمت -أيضًا- فنية التدعيم الإيجابي، وإيقاف التفكير، وتقنية الاسترخاء، والنمذجة، ولعب الدور، واستراتيجية إعادة البناء المعرفي، والاكتشاف الموجه، وحل المشكلات، والواجب المنزلي. والجدول الآتي: ملخص لجلسات البرنامج التدريبي؛ لتحسين الوعي الذاتي، وموضحًا هذه الفنيات، والأساليب الإرشادية:

الجدول: (٦)

فعالية برنامج انتقائي في تحسين الوعي الذاتي لدى طلبة التمريض في جامعة الأقصى

الجلسات	الموضوع	الهدف	الفنيات المستخدمة	الزمن
الجلسة الأولى	التعارف، وكسر الجليد، ومعرفة التوقعات.	- التعارف بين الباحثين، والمشاركات، وبناء علاقة إرشادية إيجابية. - التعريف بالبرنامج، ومدى أهميته في تحسين الوعي الذاتي. - تحديد القواعد الضابطة للبرنامج. - معرفة توقعات المشاركات للبرنامج. - تطبيق المقاييس القبلية لقياس مهارات الوعي الذاتي.	- الحوار، والمناقشة. - المحاضرة. - شجرة التوقعات. - الإصغاء. - العصف الذهني. - التعزيز، تمرين إحماء، تقنية كسر الجليد.	٦٠ - ٩٠ د
الجلسة الثانية	كن واعيًا بذاتك.	- أن تتعرف المشاركات على مفهوم، وأهمية، وأنواع الوعي الذاتي. - إدراك المشاركات على صفاته، وأبعاده، والإجراءات التنفيذية له. - توجيه الانتباه للذات، ومواطن القوة، ومواطن الضعف لدى المشاركات. - أن تتعرف المشاركات على مهارة الكشف عن الوعي الذاتي من خلال نافذة جوهاري. - أن تتدرب المشاركات على كيفية استخدام نافذة جو هاري؛ للتعرف على ذاتهن.	-المحاضرة. - الحوار، والمناقشة. - فعالية من (أنا)؟ - تمثيل أدوار المرأة. - التأمل، والملاحظة للسلوكيات، والمشاعر. - تسجيل (فيديو)، ورق، وأقلام، وصور، والتعزيز اللفظي.	٦٠ - ٩٠ د

الجلسة الثالثة	كن هادئًا (التدرب على الاسترخاء).	- أن تعرف المشاركات مفهوم الاسترخاء، وأهميته. - أن تتعرف المشاركات على أهمية الاسترخاء في مواجهة مثيرات الغضب، والتوتر. - أن تتعرف المشاركات على تأثير الاسترخاء على المشاعر، والأفكار، والسلوك. - أن تتدرب المشاركات على فنية الاسترخاء.	- المحاضرة. - المناقشة الجماعية. - الاسترخاء - التنفيس الانفعالي. - الواجبات المنزلية.	٩٠-٦٠ د
الجلسة الرابعة	كن إيجابيًا.	- أن تعرف المشاركات مفهوم التفكير الإيجابي، وأهمية التفكير الإيجابي في حياتنا. - أن تعرف المشاركات، ويفهمن كيف يمكنهن تحديد التفكير الإيجابي، والتفكير السلبي. - أن تتعرف المشاركات استراتيجيات التفكير الإيجابي: (التحدث الذاتي، وحل المشكلات، واتخاذ القرار، والتخيل، والتوقع الإيجابي). - مناقشة إحلال أفكار إيجابية سليمة بناءة مكان تلك الأفكار الخاطئة.	الواجب البيتي، المحاضرة، والمناقشة والحوار، والعصف الذهني.	٩٠-٦٠ د
الجلسة الخامسة	الحديث الإيجابي مع الذات	- أن تعرف المشاركات مفهوم الحديث الذاتي الإيجابي، وأهميته. - أن تتدرب المشاركات على كيفية تعديل الحديث الذاتي السلبي إلى حديث ذاتي إيجابي. - أن تعرف المشاركات تأثير الأفكار على المشاعر، ثم تأثير هذه المشاعر على السلوكيات، والقرارات لتدريب المشاركات على كيفية إجراء حديث إيجابي مع ذواتهن. - تعزيز مفهوم الذات الإيجابية لديهن. - تعديل أنماط، وأساليب التفكير الخاطئة التي تؤدي إلى سوء توافق.	المحاضرة، والحوار والمناقشة، وتمارين التنفس، والحث، والتشجيع، والتفنيذ، وإعادة البناء المعرفي، والتخيل، ولعب الدور، والتلخيص، والنشاط البيتي.	٩٠ د
الجلسة السادسة	تعزيز الثقة بالنفس، والآخرين.	- أن تتعرف المشاركات على معنى الثقة بالنفس، وفوائدها. - أن تذكر المشاركات عوائق الثقة بالنفس. - أن تتعرف المشاركات على مصادر الثقة بالنفس.	إحماء المحاضرة، والمناقشة، والحوار، وفيديو، والأنشطة البيتية، وعكس الدور.	٩٠-٦٠ د
الجلسة السابعة	ارسم هدفك	- أن تتعرف المشاركات معنى اختيار الهدف. - تدريب المشاركات على وضع خطة الأهداف. - التعرف على أهمية الأهداف - التعرف على صفات الأهداف الجيدة	المناقشة، والحوار، وإحماء التعزيز الإيجابي، والتغذية الراجعة، وتمثيل أدوار.	٩٠-٦٠ د

		- تعرف المشاركات على اهدافهن في الحياة - تحديد أحلام واقعية - اكتساب مهارة تحديد الأهداف		
الجلسة الثامنة	كن متواصلًا فعليًا.	- أن تتعرف المشاركات على أهمية الاستماع الفعال، والفرق بين الاستماع الفعال، وغير الفعال، والتعاطف المناسب، والانغماس مع الحالة. - ممارسة المشاركات لمهارات التواصل اللفظي، وغير اللفظي. - تنمية التواصل مع الآخرين لمهارات التحدث، والتعبير عن الأفكار، والمشاعر بإيجابية. - أن تتعرف المشاركات على أنواع التواصل: التواصل السلبي، والتواصل العنيف، ومُعِيقَاتِ التواصل. - أن تتدرب المشاركات على التواصل التوكيدي.	الحوار، والمناقشة، وتمثيل أدوار.	٩٠-٦٠ د
الجلسة التاسعة	حل المشكلات	- أن تتمكن المشاركات من الإحساس بوجود مشكلة، وتحديد ها. - توضيح أهمية اكتساب مهارة حل المشكلات. - تعليم المشاركات الخطوات التي تساعدهم على تحديد المشكلة، وأبعادها المختلفة. - التدريب على خطوات حل المشكلات بشكل عملي، وتوضيح أهمية اكتساب مهارة حل المشكلات.	إحماء المحاضرة، والمناقشة، والحوار، وفيديو، والأنشطة البيتية عكس الدور.	٩٠-٦٠ د
الجلسة العاشرة	كن حازمًا، واصنع قرارك.	- التعرف على مفهوم اتخاذ القرار، وأنواع القرارات. - التعرف على مهارات، وخطوات اتخاذ القرار. - التعرف إلى الفرق بين السلوك التوكيدي، والسلوك الانسحابي، والسلوك العدواني. - التدرب على السلوك التوكيدي. - تعزيز السلوك التوكيدي. - التدرب على السلوك التوكيدي.	المحاضرة (الإلقاء)، إحماء التعزيز الإيجابي. المحاضرة. المناقشة الجماعية. النمذجة بالمشاركة. فنيات الكرسي المساعد. الواجبات المنزلية.	٩٠-٦٠ د
الجلسة الحادية عشرة	كن استباقيًا.	- معرفة المشاركات بالأساليب المناسبة؛ لتطوير الاستباقية. - تنمية سلوك الاستباقية. - مساعدة المشاركات على اكتساب الأساليب، والطرق لتنمية الاستباقية.	المحاضرة (الإلقاء)، إحماء التعزيز الإيجابي، لعب الدور.	٩٠-٦٠ د
الجلسة الثانية عشرة، والخاتمية	الجلسة الختامية، وإنهاء البرنامج التدريبي.	- الوقوف على مدى تحقيق أهداف البرنامج. - التعرف إلى درجات توقع التحسن لدى أفراد المجموعة التجريبية جراء التدخل الإرشادي.	المناقشة، والحوار، التغذية الراجعة، لعب الدور.	٩٠-٦٠ د

		- تشجيع المشاركات بالمحافظة على الإنجازات التي وصلن إليها خلال مدة البرنامج. - القياس البعدي. -إنهاء العلاقة الإرشادية	
--	--	---	--

تقويم جلسات البرنامج:

تم توزيع استمارة تقويم الجلسة، بعد كل جلسة تملأ من طرف أفراد مجموعة البحث بهدف الحصول على التغذية الراجعة، وإجراء أية تعديلات قد تخدم البرنامج، وتم توزيع استمارة تقييم البرنامج التدريبي عقب إنهاء البرنامج.

مراحل التقويم للبرنامج التدريبي:

- التقويم المرحلي: تم التقويم المرحلي أثناء تنفيذ البرنامج العلاجي، والهدف منه التأكد من فاعلية التدخلات العلاجية وتصحيح مسار إجراءات تنفيذ البرنامج.

- التقويم النهائي: تم التقويم النهائي بعد الانتهاء من تنفيذ البرنامج العلاجي، ويكشف لنا هذا النوع من التقويم مدى تحقيق الأهداف العامة للبرنامج.

- القياس البعدي: تم في الجلسة الأخيرة من البرنامج التدريبي. -القياس التتبعي: (المتابعة): تم القياس التتبعي بعد شهرين من إجراء القياس البعدي للمجموعة التجريبية.

نتائج الدراسة: تهدف الدراسة الحالية إلى التحقق من فعالية برنامج انتقائي في تحسين الوعي الذاتي لدى طلبة التمريض في جامعة الأقصى باستخدام بعض الأساليب الإحصائية المناسبة لمعالجة البيانات، والإجابة عن أسئلة الدراسة، والتحقق من صحة فروضها، ومن ثم الحصول على النتائج، ومناقشتها في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة.

الإجابة المتعلقة بالسؤال الأول، وتفسيره:

ينص السؤال الأول من أسئلة الدراسة على: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية، والضابطة في القياس البعدي على مقياس الوعي، بالذات لدى طلبة التمريض تعزى؛ لتطبيق البرنامج التدريبي؟

وللإجابة عن السؤال قامت الباحثتان بصياغة الفرض الآتي: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة $(\alpha \leq 0.05)$ بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية، والضابطة في القياس البعدي على مقياس الوعي، بالذات لدى طلبة التمريض.

وللتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثتان بحساب المتوسطات الحسابية للمجموعتين التجريبية، والضابطة على المقياس، وقامت الباحثتان باستخدام اختبار مان ويتني Mann-Whitney U للبارمترى، والجدول الآتي: يوضح دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية للمجموعتين التجريبية، والضابطة على المقياس المستخدم في الدراسة، وفيما يلي جدول يوضح ما توصلت إليهما الباحثتان من نتائج.

الجدول: (٧)

دلالة الفروق بين رتب متوسطات درجات المجموعتين التجريبية، والضابطة، وقيمة (Z) في القياس البعدي (ن=20)

البعد	القياس	العدد	المتوسط الحسابي	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة (U)	قيمة (Z)	قيمة الدلالة (sig)	مستوى الدلالة
البعد الأول: التقييم الدقيق الذاتي	تجريبية	10	4.017	15.150	151.500	3.500	3.547	0.000	دالة عند ٠.٠٠١
	ضابطة	10	3.392	5.850	58.500				
البعد الثاني: الوعي الأخلاقي	تجريبية	10	4.786	14.250	142.500	12.500	2.860	0.004	دالة عند ٠.٠٠١
	ضابطة	10	4.043	6.750	67.500				
	تجريبية	10	4.590	15.500	155.000	0.000	3.787	0.000	

البعد	القياس	العدد	المتوسط الحسابي	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة (U)	قيمة (Z)	قيمة الدلالة (sig)	مستوى الدلالة
البعد الثالث: الوعي الانفعالي	ضابطة	10	3.660	5.500	55.000				دالة عند ٠.٠٠١
البعد الرابع: الوعي الاستباقي	تجريبية	10	4.742	14.900	149.000	6.000	3.337	0.001	دالة عند ٠.٠٠١
	ضابطة	10	3.975	6.100	61.000				
الدرجة الكلية للمقياس	تجريبية	10	4.542	15.200	152.000	3.000	3.556	0.000	دالة عند ٠.٠٠١
	ضابطة	10	3.783	5.800	58.000				

يتضح من جدول (٧) وجود فروق بين المتوسطات الحسابية للدرجات التي حصلت عليها المجموعة التجريبية على أقرانهم في المجموعة الضابطة على المقياس، وكانت قيمة (Z) بين المجموعة التجريبية، والضابطة كانت على التوالي (٣.٥٤٧)، (٢.٨٦٠)، (٣.٧٨٧)، (٣.٣٣٧)، (٣.٥٥٦)، وهي قيم دالة إحصائياً لصالح المجموعة التجريبية.

ولإيجاد حجم التأثير قامت الباحثتان بحساب مربع إيتا (2 η) باستخدام المعادلة الآتية:

$$\eta^2 = \frac{Z^2}{Z^2 + 4}$$

والجدول: (٨) يوضح حجم قيمة 2 η: الجدول: (٨)

الجدول المرجعي المقترح؛ لتحديد مستويات حجم التأثير بالنسبة لكل مقياس من مقاييس حجم التأثير

حجم التأثير	الأداة المستخدمة		
	صغير	متوسط	كبير
2 η	٠.٠٠١	٠.٠٠٦	٠.٠١٤

ولقد قامت الباحثتان بحساب حجم تأثير العامل المستقل (البرنامج الانتقائي) على العامل التابع (المقياس)، والجدول: (٩) يوضح حجم التأثير بواسطة كلٍّ من (2 η).

الجدول: (٩)

قيمة (Z)، و(2 η) للدرجة الكلية للمقياس: إيجاد حجم التأثير:

البعد	Z	Z ²	Z ² + 4	2 η	حجم التأثير
البعد الأول: التقييم الدقيق الذاتي	3.547	12.583	16.583	0.759	كبير
البعد الثاني: الوعي الأخلاقي	2.860	8.177	12.177	0.672	كبير
البعد الثالث: الوعي الانفعالي	3.787	14.340	18.340	0.782	كبير
البعد الرابع: الوعي الاستباقي	3.337	11.138	15.138	0.736	كبير
الدرجة الكلية للمقياس	3.556	12.642	16.642	0.760	كبير

يتضح من الجدول: (٩) أن حجم التأثير في جميع الأبعاد، وتعزو الباحثتان تلك النتيجة إلى فاعلية جلسات البرنامج التدريبية، والتي تحتوي على الكثير من الأنشطة، والفنيات: (كفنية الكشف عن الوعي الذاتي، وفنية الحديث الإيجابي للذات،

بعمليات التفكير السلبي، واستبدالها بالتفكير الإيجابي، وفهم الطرق المناسبة؛ لاتخاذ القرار، وطريقة حل المشكلات، وإيجاد الحلول النموذجية، وتطوير مهارات ذاتية كالثقة بالنفس، والتفكير الإيجابي، وتحديد الأهداف.

وتتفق النتائج مع ما توصلت له فعالية البرنامج التدريبي في دراسة اسبيريتو، وآخرون (Espiritu , et al. 2021)، ودراسة أونال (Unal,2012)، والتي أكدت الدراسة الحالية على فاعلية البرنامج التدريبي الانتقائي في تحسين مهارات الوعي الذاتي لدى أفراد المجموعة التجريبية.

الإجابة المتعلقة بالسؤال الثاني، وتفسيرها:

ينص السؤال الثاني من أسئلة الدراسة على: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي، والبعدي على مقياس الوعي بالذات لدى طلبة التمريض، تعزى لتطبيق البرنامج التدريبي.

وللإجابة عن السؤال قامت الباحثتان بصياغة الفرض الآتي: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة α ($0.05 \leq$) بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي، والبعدي على مقياس الوعي بالذات لدى طلبة التمريض، وللتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثتان بحساب المتوسطات الحسابية، والجدول: (١٠) يوضح ذلك:

جدول: (١٠)

المتوسطات الحسابية للمجموعة التجريبية في القياسين القبلي، والبعدي (ن = ١٠)

البعد	المتوسط الحسابي	
	القياس القبلي	القياس البعدي
البعد الأول: التقييم الدقيق الذاتي	3.367	4.017
البعد الثاني: الوعي الأخلاقي	3.957	4.786
البعد الثالث: الوعي الانفعالي	3.340	4.590
البعد الرابع: الوعي الاستباقي	3.950	4.742
الدرجة الكلية للمقياس	3.679	4.542

والاسترخاء، والثقة بالنفس، ومهارة حل المشكلات، واتخاذ القرار، وتحديد الأهداف؛ مما أحدث تحسناً ملحوظاً في تحسين مهارات الوعي الذاتي لدى المجموعة التجريبية في القياس البعدي؛ لمقياس مهارات الوعي الذاتي. ولا شك أن تنمية هذه المهارات لدى عينة طالبات التمريض قد أسهم في نمو شخصيتهم، وتحسين الأداء، وساعد على تحديد الأهداف الواقعية، والمناسبة، وإدارة ضغوط الحياة الشخصية، وفي إدراك الجوانب الإيجابية، والسلبية في ذاتهم، وأن يعرفوا دوافعهم، وانفعالاتهم، وردود أفعالهم التي يمكن أن تؤثر على الآخرين، ومن دون معرفة أنفسهم لا يمكن ضمان الرعاية للآخرين، والمرضى -أيضاً- وهذا ما أشارت إليه دراسة رشيد، وآخرون (Rasheed, et al. 2021).

كما أن البرنامج أسهم في تعزيز وعي، وقدرة الطالبات نحو الاستباقية، ويُمكنهم من التعامل مع المواقف المختلفة، وإحداث التغيير، ويدعم المبادرة الذاتية (Parker & Collins, 2010)، إلى جانب المثابرة؛ لتحقيق التغيير.

كما أن الطريقة التي قدمت البرنامج التدريبي، والتي اعتمدت على الحوار الهادف، والمناقشة، والتفاعل بين أفراد المجموعة، كما أضافت معلومات جديدة لدى الطالبات حول مفاهيم الوعي الذاتي، والتدريبات التي أتاحت لهم أثناء جلسات البرنامج، واستخدام أنشطة، وفتيات مختلفة كلعب الدور، وعكس الدور، وأدوار تمثيلية، بالإضافة إلى كيفية الحديث إلى ذاتهم، وتقديمها بطريقة مناسبة للآخرين، وإدراك أهمية التفكير الإيجابي، والتحكم

الحسابية، وفيما يلي جدول يوضح نتائج الفروق بين المتوسطات الحسابية، وقيمة (Z) في القياسين القبلي، والبعدي للمجموعة التجريبية للمقياس.

جدول: (١١)

دلالة الفروق بين رتب متوسطات درجات المجموعة التجريبية، وقيمة (Z) في القياسين القبلي، والبعدي (ن=١٠)

يتضح من الجدول: (١٠) وجود فروق بين المجموعة التجريبية في القياس البعدي مقارنة بالقياس القبلي لصالح القياس البعدي.

وللتحقق من النتائج السابقة، وتحديد وجهة دلالة الفروق بين القياسين القبلي، والبعدي لمتوسطات درجات المجموعة التجريبية استخدمت الباحثان اختبار ويلكوكسون اللابارميري Wilcoxon؛ للتعرف على دلالة هذه الفروق بين المتوسطات

البعد	القياس	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة (Z)	قيمة الدلالة (sig)	مستوى الدلالة
البعد الأول: التقييم الدقيق الذاتي	قبلي، وبعدي	0	0.000	0.000	2.807	0.005	دالة عند ٠.٠٠١
		10	5.500	55.000			
		0					
البعد الثاني: الوعي الأخلاقي	قبلي، وبعدي	1	1.000	1.000	2.558	0.011	دالة عند ٠.٠٠٥
		8	5.500	44.000			
		1					
البعد الثالث: الوعي الانفعالي	قبلي، وبعدي	0	0.000	0.000	2.805	0.005	دالة عند ٠.٠٠١
		10	5.500	55.000			
		0					
البعد الرابع: الوعي الاستباقي	قبلي، وبعدي	0	0.000	0.000	2.807	0.005	دالة عند ٠.٠٠١
		10	5.500	55.000			
		0					
الدرجة الكلية للمقياس	قبلي، وبعدي	0	0.000	0.000	2.807	0.005	دالة عند ٠.٠٠١
		10	5.500	55.000			
		0					

يتضح من جدول: (١١) وجود فروق بين المتوسطات الحسابية للدرجات التي حصلت عليها المجموعة التجريبية في القياسين القبلي، والبعدي، وكانت قيمة (Z) بين القياسين كانت على التوالي: (٢.٨٠٧)، و(٢.٥٥٨)، و(٢.٨٠٥)، و(٢.٨٠٧)، و(٢.٨٠٧)، وهي قيم دالة إحصائياً لصالح التطبيق البعدي.

ولإيجاد حجم التأثير قامت الباحثة بحساب مربع إيتا (2 η)، والجدول: (١٢) يوضح ذلك:

الجدول: (١٢)

قيمة (Z)، و(2 η) للدرجة الكلية للمقياس: إيجاد حجم التأثير

البعد	Z	Z ²	4 + Z ²	2 η	حجم التأثير
البعد الأول: التقييم الدقيق الذاتي	2.807	7.879	11.879	0.663	كبير
البعد الثاني: الوعي الأخلاقي	2.558	6.543	10.543	0.621	كبير

البعد الثالث: الوعي الانفعالي	2.805	7.868	11.868	0.663	كبير
البعد الرابع: الوعي الاستباقي	2.807	7.879	11.879	0.663	كبير
الدرجة الكلية للمقياس	2.807	7.879	11.879	0.663	كبير

رشيد، وآخرون (Rasheed, et al., 2021) دراسة اسبيريتو، وآخرون (Espiritu, et al., 2021)، ودراسة أونال (Unal, 2012)، والتي توصلت إلى فاعلية البرامج التدريبية في تحسين مهارات الوعي الذاتي لدى طالبات التمريض.

الإجابة المتعلقة بالسؤال الثالث، وتفسيرها:

ينص السؤال الثالث من أسئلة الدراسة على: هل توجد فروق ذات دلالة بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي، والتبعي (بعد مرور شهرين) على مقياس الوعي، وبالذات لدى طلبة التمريض؟ وللإجابة عن السؤال قامت الباحثة: بصياغة الفرض الصفري الآتي:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة $(\alpha \leq 0.05)$ بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي، والتبعي على مقياس الوعي الذاتي لدى طلبة التمريض (بعد مرور شهرين). وللتحقق من صحة هذا الفرض؛ قامت الباحثة بحساب المتوسطات الحسابية، والجدول: (١٣) يوضح ذلك:

جدول: (١٣)

المتوسطات الحسابية للمجموعة التجريبية في القياسين القبلي، والبعدي (ن = ١٠)

يتضح من الجدول: (١٢) أن حجم التأثير في جميع الأبعاد، والدرجة الكلية للمقياس كان كبيراً. وتعزو الباحثتان وجود فروق بين متوسطات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي، والبعدي على مقياس مهارات الوعي الذاتي لصالح المجموعة التجريبية إلى فعالية البرنامج التدريبي في تنمية مهارات الوعي الذاتي لدى أفراد المجموعة التجريبية، والتي تحققت تحسناً ملحوظاً في تنمية مهارات (الوعي الذاتي) لديهم إلى تأثير البرنامج التدريبي؛ حيث اكتسبن الطالبات من خلال جلسات، وأنشطة البرنامج مجموعة من المهارات التي تنمي مهارات الوعي الذاتي لديهن، ومن بين هذه المهارات مهارة الوعي الانفعالي التي ساعدتهم في التعرف على انفعالاتهم، وتأثيراتها، والمشاعر التي يحسون بها. كما ساعدت جلسات البرنامج، والأنشطة المختلفة المتضمنة المجموعة التجريبية على اكتسابهن مهارة التقييم للذات، تلك المهارة التي مكنتهم من معرفة نقاط القوة، والضعف في شخصياتهم؛ حيث أصبحن أكثر إدراكاً لها، وأكثر استفادة من تجاربهن في الحياة كما أن مهارة اكتساب مهارة الثقة بالنفس التي مكنتهن من الشعور بأنفسهن، والاعتزاز بها، وتقدير ذواتهن، والاعتراف بقدراتهن، فأصبحن قادرات على تقديم أنفسهن بثقة، واعتزاز أمام الآخرين، والتعبير عن آرائهن، وإيصالها للآخرين، والدفاع عنها، فضلاً عن قدرتهن على اتخاذ القرارات في المواقف الصعبة. وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع دراسة

البعد	المتوسط الحسابي	
	القياس البعدي	القياس التبعي
البعد الأول: التقييم الدقيق الذاتي.	4.017	4.067
البعد الثاني: الوعي الأخلاقي.	4.786	4.793
البعد الثالث: الوعي الانفعالي.	4.590	4.610
البعد الرابع: الوعي الاستباقي.	4.742	4.750
الدرجة الكلية للمقياس.	4.542	4.563

Wilcoxon, T؛ للتعرف على دلالة هذه الفروق بين المتوسطات الحسابية للمجموعة التجريبية. والجدول: (١٤) يوضح ذلك

جدول (١٤)

دلالة الفروق بين رتب متوسطات درجات المجموعة التجريبية، وقيمة (Z) في القياسين البعدي، والتتبعي (ن=١٠)

البعد	القياس	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة (Z)	قيمة الدلالة (sig)	مستوى الدلالة
البعد الأول: التقييم الدقيق الذاتي	بعدي، وتتبعي	3	3.333	10.000	0.681	0.496	غير دالة إحصائياً
		4	4.500	18.000			
		3					
البعد الثاني: الوعي الأخلاقي	بعدي، وتتبعي	2	2.250	4.500	0.184	0.854	غير دالة إحصائياً
		2	2.750	5.500			
		6					
البعد الثالث: الوعي الانفعالي	بعدي، وتتبعي	2	3.500	7.000	0.137	0.891	غير دالة إحصائياً
		3	2.667	8.000			
		5					
البعد الرابع: الوعي الاستباقي	بعدي، وتتبعي	1	2.500	2.500	0.272	0.785	غير دالة إحصائياً
		2	1.750	3.500			
		7					
الدرجة الكلية للمقياس	بعدي، وتتبعي	3	4.500	13.500	0.632	0.528	غير دالة إحصائياً
		5	4.500	22.500			
		2					

يتضح من الجدول: (١٣) عدم وجود فروق بين المجموعة التجريبية في القياس البعدي مقارنة بالقياس التتبعي. وللتحقق من عدم دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية للمجموعة التجريبية في القياسين البعدي، والتتبعي قامت الباحثتان باستخدام اختبار ويلكوكسون اللابارمترى

تطبيق البرنامج، واكتسبن جملة من الممارسات السلوكية الصّحيّة التي عَمِلَتْ على استبدال الأفكار السلبية بأفكار إيجابية؛ مما يدل على تفهم المشاركات في البرنامج الإرشادي لدور الوعي، والتفكير، وتأثيره على السلوك، والانفعال؛ فالوعي بالمفاهيم والخبرات، واستمرارها حتى بعد نهاية البرنامج الإرشادي؛ يُبَيِّنُ أن أفراد المجموعة التجريبية قد أصبحوا على درجة من الوعي، والإدراك بالأساليب الصحيحة للتفكير. وانطلاقاً من تعرضهم لبعض الخبرات الجديدة خلال الجلسات الإرشادية؛ الأمر الذي مكنهم من تنمية بعض الجوانب الإيجابية لديهم، هذه الخبرات يمكن أن تكون قد مُوَسِّت في الحياة اليومية الواقعية؛ حيث تم في الجلسة الأخيرة التأكيد على الاستمرار في تطبيق المهارات التي تم التدرب عليها (التفكير الإيجابي، التحدث الذاتي،

يتضح من الجدول: (١٤) عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي، والتتبعي، وكانت قيمة (Z) في القياس التتبعي كانت على التوالي (٠.٦٨١)، و(٠.١٨٤)، و(٠.١٣٧)، و(٢.٢٧٢)، و(٠.٦٣٢)، وهي قيمة غير دالة إحصائياً.

وتعزو الباحثتان نتائج السؤال الثالث بعدم وجود فروق بين التطبيق البعدي، والتتبعي لدى الطالبات أفراد المجموعة التجريبية في مستوى الوعي الذاتي؛ مما يشير إلى استمرارية فاعلية البرنامج حتى بعد مرور مدة زمنية من تطبيقه علي طالبات التمريض -عينة البحث-، وعلى استمرار المجموعة التجريبية في ممارسة بعض الفنيات، والأنشطة التي تم التدريب عليها، وأن المشاركات قد استفدن من الخَبَرَات، والمهارات خلال مدة

المراجع العربية:

أبو غالي، عطايف (٢٠١٦م). الوعي بالذات، والأمان الاجتماعي كمتنبئات بالتمكين النفسي لدى الممرضين، والممرضات في محافظات غزة، مجلة رسالة التربية، وعلم النفس، (٥٤)، الرياض، ٥٧ - ٧٩.

أبو النور، محمد عبد التواب (2000م). أثر الإرشاد الانتقائي في تعديل الاتجاه نحو الزواج العرفي لدى عينة من الباب الجامعي. مجلة البحث في التربية، وعلم النفس، جامعة المنيا، 13، 293 - 247.

التويجري، بهية إبراهيم (٢٠٠٨م). المشكلات التي تواجه ممارسي مهنة التمريض في بيئة العمل، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية إدارة الأعمال، جامعة الملك سعود، المملكة العربية السعودية.

الجعفري، محمد، والطاهر، هديل (٢٠٢٠م). دور الوعي بالذات في فعالية سلوك القائد الإداري: دراسة حالة جامعة الخرطوم. مجلة العربية للعلوم التربوية، والنفسية، (١٣)، ٢٩٧-٢٧٧. حمصي، أنطون. (١٩٩١م). أصول البحث في علم النفس. مطبعة الاتحاد: دمشق.

الزويد، نادر فهمي (٢٠٠٩). استراتيجيات التعامل مع الضغوط لدى طلبة جامعة قطر، وعلاقتها ببعض المتغيرات، كلية التربية، جامعة قطر، مجلة رسالة الخليج العربي، (٩).

سري، إجلال. (١٩٩٥م) مشكلات المعلم الجامعي في جامعات جمهورية مصر العربية، مجلة التربية، جامعة عين شمس، ١٥(٦)، ١٠٠-١٢٠.

سعيد، سعاد. (٢٠٠٨). الذكاء الانفعالي، وسيكولوجية الطاقة اللامحدودة. الطبعة الأولى، عالم الكتب الحديث للنشر، والتوزيع، عمان: الأردن.

السيد، محمد أبو هاشم، وعبد القادر، فتحي عبد الحميد (٢٠٠٦م). البناء العالمي للذكاء في ضوء تصنيفات جاردنر، وعلاقته بفاعلية الذات، وحل المشكلات، والتحصيل لدى طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية، جامعة الزقازيق، مصر.

عبد الرحمن، محمد السيد (٢٠٠٥م). نظريات الإرشاد، والعلاج النفسي، دار قباء للطباعة، والنشر، والتوزيع، القاهرة: مصر.

الاسترخاء...؛ وهو ما أدى إلى استمرار الوعي الذاتي لدى أفراد المجموعة التجريبية، وامتداد أثر البرنامج حتى بعد نهاية مدة المتابعة. وتتفق النتيجة المتوصل إليها في الدراسة الحالية، مع عدة دراسات أخرى؛ حيث أثبتت فاعلية البرامج الإرشادية. وكذلك تتفق الدراسة الحالية مع دراسة فهد (٢٠١٧)، ودراسة يونس، وآخرون (Younas et al, 2020).

توصيات الدراسة: في ضوء النتائج التي أسفرت عنها الدراسة تقترح الباحثتان التوصيات الآتية:

الاهتمام بتطوير المناهج الدراسية في المرحلة الجامعية بحيث تتضمن عناصر خاصة لدى طلبة الجامعة؛ لتعزيز الوعي الذاتي، وقبول الذات؛ لتعزيز الكفاءة الشخصية في طلبة التمريض.

تنمية المهارات لدى طلبة التمريض خاصة في ظل التقنيات الحديثة المستخدمة في مهنة التمريض، والتأكيد على تضمين المهارات في مناهج التمريض، وخصوصاً في حياتهم الجامعية. الاستمرار في تنفيذ الورش، والبرامج الإرشادية؛ لتنمية مهارات الوعي الذاتي، والمشاركة الوجدانية لدى طلبة التمريض.

٤. اهتمام وسائل الإعلام المختلفة بتقديم برامج يقدمها متخصصون بعلم النفس، والتوجيه، والإرشاد في توعية الشباب، وزيادة مفاهيم الوعي الذاتي، وأهميته في تحسين التوافق النفسي لديهم.

٥- إرشاد الطلبة إلى أهمية الوعي بالذات، ومساعدتهم على الوعي بذواتهم؛ لما له من أهمية كبيرة في التعرف على الذات، وإدراك نقاط القوة لديها من خلال لافتات و(برشورات) تقدمها العلاقات العامة بالجامعة لطلبة الجامعة.

٦- إعداد برامج؛ لتدريب طلبة التمريض على مهارات اتخاذ القرار في حل المشكلات، وانتقاء الأساليب الفعالة، وكيفية ابتكار أساليب جديدة في حالة المواقف الطارئة. البحوث المقترحة:

- برنامج معرفي سلوكي؛ لتنمية الوعي الذاتي لدى طلبة كلية التربية في المحافظات الجنوبية في جامعة الأقصى.

- ضغوط الحياة، وعلاقتها بالوعي الذاتي، والكفاءة المهنية لدى الممرضين بالمستشفيات الحكومية في المحافظات الجنوبية في فلسطين.

المراجع، والمصادر:

students' self-awareness dealing with psychiatric patient. *International Journal of Advanced Research*, 2 (2), 705-713.

– Arnold, E. C., & Boggs, K. U. (2015). *Interpersonal Relationships-E-Book: Professional Communication Skills for Nurses*. Elsevier Health Sciences.

– Bar-On, R. (1997). *The emotional quotient inventory (EQ-i): A test of emotional intelligence*. Toronto: Multi-Health Systems.

– Buvaneswari, R. and Sylvia, J. (2018) *Self-Awareness among Nursing Students of Selected Nursing College*. *Int.J.Curr.Res.Aca.Rev.* 6(5), 1-6. doi: <https://doi.org/10.20546/ijcrar.2018.605.001>

– Elaila, A. N., Salah, A. A. Mustafa, A. A. (2021, September 7-5) *Factors Associated with Stress among Nursing and Midwifery Students at Palestine College of Nursing, {conference session}*. The 8th International Conference “Mental Health in the Gaza Strip: An Area Populated by Refugees, Gaza, ”Palestine. https://mail.google.com/mail/u/0?ui=2&ik=6e8e120401&attid=0.3&permmsgid=msg-f:1709717884844663961&th=17ba235b984c6499&view=att&disp=inline&realattid=f_kt1prjoe5.

– Erden, S. (2015). *Awareness: The effect of group counseling on awareness and acceptance of self and others*. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 174, 1465-1473.

– Espiritu, E., Busby, P., Hunt, J., Brown, R., Hallmark, B., Cochran, K., & Krueger-Brophy,

عبد الهادي، سامر عدنان، والبسطامي، غانم جاسر (٢٠١٥م). الوعي بالذات لدى أعضاء هيئة التدريس من جامعة (أبو ظبي) في ضوء متغيرات النوع: (ذكر-أنثى)، والمؤهل العلمي، والتخصص، والخبرة، مجلة العلوم النفسية، والتربوية البحرين، ١٦ (٢)، ٦٠٧-٦٣٨.

العبيدي، هيثم ضياء. (٢٠٠٨م). الشعور بالذات الخاصة مقابل الشعور بالذات العامة النظرية، مجلة كلية الآداب المستنصرية، (٢)، ٢٢٨-٣٠٩.

عزيز، تقى (٢٠١٥م). الوعي بالذات، وعلاقته بالإقناع الاجتماعي لدى طلبة جامعة بغداد في العراق، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بغداد: العراق.

عفيفي، أسماء (٢٠١٩م). التسامح، وعلاقته بالوعي بالذات، والأمن النفسي لدى طلبة الجامعة. مجلة كلية التربية بالزقازيق، (١٠٥) ١٦٣-٢١٣.

غولي، أحمد، والعكيلي، وادي (٢٠١٢م). سيكولوجية الوعي الذاتي، والإقناع الاجتماعي، ط (١)، دار الكتب، والوثائق: بغداد.

غولي، حسن أحمد، والعبيدي، مظهر عبد الكريم (٢٠١٣م). أثر برنامج إرشادي (مقترح) لتنمية الوعي الذاتي لدى الطلبة المتفوقين في المرحلة الثانوية. مجلة الدراسات التربوية، (٢٢) ٩-٤٢.

فرويد، سيجموند (١٩٤٥م). الأنا، والهو، ترجمة: محمد عثمان نجاتي (٢٠٠٩م)، ط ٦، دار الشروق، القاهرة: مصر.

فهيد، سعد عايش (٢٠١٧م). فعالية برنامج إرشادي قائم على العلاج الواقعي لتنمية الوعي الذاتي لدى طلبة المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير، جامعة الملك عبد العزيز، جدة.

قتليجي، عامر ابراهيم. (٢٠١٥م). منهجية البحث العلمي. عمان، الأردن: دار اليازوري العلمية.

منظمة الصحة العالمية (2022 م). الإطار العالمي للكفاءة في مجال التغطية الصحية الشاملة جنييف.

النجار، يحيى (٢٠١٨م). الوعي الذاتي، وعلاقته بالتوافق المهني لدى معلمي المدارس الخاصة بمحافظات قطاع غزة. مجلة جامعة الأقصى للعلوم التربوية والنفسية، ١(١)، ٣٢-٣٢.

المراجع الأجنبية

– Abdel Rahim, S., Shalaby, M., El Abd, M. – (2014). (2014). *Assessment of nursing*

- Parker, S. K., & Collins, C. G., (2010a). "Taking stock: Integrating and differentiating multiple forms of proactive behavior". *Journal of Management*, Vol. 36 Issue: (3), pp. 663–662.
- Sutton, A. (2016). Measuring the effects of self-awareness: Construction of the self-awareness outcomes questionnaire. *Europe's Journal of Psychology*, 12(4), 645–658.
- Ünal, S. (2012). Evaluating the effect of self-awareness and communication techniques on nurses' assertiveness and self-esteem. *Contemporary Nurse: A Journal for the Australian Nursing Profession*, 43, (1), 90–98
- Younas, A., Rasheed, S. P., Sundus, A., & Inayat, S. (2019). Nurses perspectives of self-awareness in nursing practice: A descriptive qualitative study. *Nursing & Health Sciences*.
<https://doi.org/10.1111/nhs.12671>
- C. (2021). Students' self-perceptions of self-awareness/self-regulation when experiencing unexpected situations in an interprofessional clinical simulation. *Internet Journal of Allied .Health Sciences and Practice*, 19(1), 11
- Eun-Jung K. (2018) Effects of Examiner's Verbal Feedback on Nursing Students' Accuracy of Self-assessment, Emotional Response, Self-efficacy, and Perceived Quality of Feedback in Skill Performance Assessment. *Journal of Korean Academy of Fundamental Nursing*; 146–154
- Malhi, R. S (2000) Enhancing Self-Esteem. India Research Press.
- Rasheed, S., Sundus, A., Younas, A., Fakhar, J., & Inayat, S. (2021). Development and testing of a measure of self-awareness among nurses. *Western journal of nursing research*, 43(1), 36–44.
- Rasheed, SP., 2015. Self-awareness as a therapeutic tool for nurse/client relationship. *Int J Caring Sci*. 8(1):211–6
- Vandermark, L. M. (2006). Awareness of self and expanding consciousness: using nursing theories to prepare nurse-therapists. *Issues In Mental Health Nursing*, 27(6), 605–615
- Jack, K., & Miller, E. (2008). Exploring self-awareness in mental health practice. *Mental Health Practice*, 12(3), 31–35.
- Morin, A. (2011). Self-Awareness part 1: Definition Measures, Effects, Functions and Antecedents, Social and Personality Psychology Compass,5(10),807–823