جودة الحياة الشخصية كمدخل إرشادي للتمكين النفسي لدى ضحايا التنمر المدرسي من ذوي الإعاقة الظاهرة والخفية[1]

أ.م. د/ أمل محمد حسن غنايم[2]

أستاذ التربية الخاصة المساعد – كلية التربية بالإسماعيلية – جامعة قناة السويس

الملخص:

هدف البحث الحالي إلى تنمية التمكين النفسي لدى ضحايا التنمر المدرسي من ذوي الإعاقة الظاهرة والخفية من خلال برنامج إرشادي لجودة الحياة الشخصية. تألفت عينة البحث من (١٨) تلميذًا وتلميذة بالصف الثاني الإعدادي من ضحايا التنمر المدرسي منهم "ن= ٨ ذوي إعاقة حركية باعتبارها إعاقة ظاهرة، بمتوسط عمر زمني (١٣,٥٤) وانحراف معياري (٠,٦٢)، ن= ١٠ ذوي صعوبات تعلم باعتبارها إعاقة خفية، بمتوسط عمر زمني (١٣,٨٤) وانحراف معياري (٠,٥٧)" ببعض المدارس الإعدادية بإدارة التل الكبير التعليمية بمحافظة الإسماعيلية في مصر، وللتحقق من فعالية البرنامج الإرشادي تم توزيعهم عشوائيًا مناصفة إلى مجموعتين متكافئتين: أحدهما تجريبية قوامها (٩) أفراد خضعوا للبرنامج الإرشادي، وأخرى ضابطة وقوامها (٩) أفراد لم يخضعوا للبرنامج، وتم بناء أداة لقياس التمكين النفسي، واستخدام أخرى للكشف عن ضحايا التنمر يتمتعا بدلالات صدق وثبات مناسبين لأغراض هذا البحث، كما بُني برنامج إرشادي قائم على أبعاد جودة الحياة الشخصية؛ أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية لدى أفراد المجموعة التجريبية على القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي في التمكين النفسي، ووجود فروق دالة إحصائيًا بين متوسطات أداء أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في التمكين النفسي لصالح المجموعة التجريبية على القياس البعدي في التمكين النفسي تعزى للبرنامج الإرشادي؛ وأظهرت النتائج أيضًا استمرار فعالية البرنامج في التمكين النفسي في القياسين البعدي والتتبُعي بعد مدة شهر لدى أفراد المجموعة التجريبية. وخلص البحث إلى مجموعة من التوصيات، من أهمها: تطبيق البرنامج الإرشادي في التمكين النفسي على ضحايا التنمر المدرسي من ذوي الإعاقة الظاهرة والخفية بالمرحلة الإعدادية.

كلمات مفتاحية: برنامج إرشادي، جودة الحياة الشخصية، التمكين النفسي، التنمر المدرسي، ضحايا التنمر، الإعاقة الظاهرة، الإعاقة الخفية.

---

[1] تم استلام البحث في ٢٠٢٤/١٠/٢٦ وتقرر صلاحيته للنشر في ٢١ / ١٢ / ٢٠٢٤

[2] ت: ٠١٠١٨٤٥١٣٧٠ Email: Amal_ghanayem@edu.suez.edu.eg

مقدمة:

سبق الإسلام سائر المنظمات والقوانين في التأكيد على أهمية نبذ العنف في شتي صوره، ومن الآيات الدالة على ذلك؛ فقال الله عز وجل في كتابه الكريم: "وَيْلٌ لِكُلِّ هُمَزَةٍ لُمَزَةٍ" (سورة الهمزة، الآية: ١)، حيث شدد على خطورة التنمر اللفظي المتمثل في الألقاب غير المحببة. وفي موضع آخر قال الله تبارك وتقد "يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا يَسْخَرْ قَوْمٌ مِنْ قَوْمٍ عَسَى أَنْ يَكُونُوا خَيْرًا مِنْهُمْ وَلَا نِسَاءٌ مِنْ نِسَاءٍ عَسَى أَنْ يَكُنَّ خَيْرًا مِنْهُنَّ وَلَا تَلْمِزُوا أَنْفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا بِالْأَلْقَابِ بِئْسَ الِاسْمُ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْإِيمَانِ وَمَنْ لَمْ يَتُبْ فَأُولَئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ" (سورة الحجرات، الآية: ١١).

كما حثت السُنَّة النبوية الشريفة على اللين ونبذ العنف والكراهية؛ فقال رسول الله – صلي الله عليه وسلم– "ليس المؤمن بالطعان ولا اللعان ولا الفاحش ولا البذيء" (أخرجه الترمذي).

وعلى الرغم من أن التنمر Bullying ظاهرة قديمة موجودة فى المجتمعات؛ فإن مجال البحث فيه حديثٌ نسبيًا. حيث كانت البداية الأولى لهذا المفهوم السيكولوجي تحت مصطلح الصعلكة Mobbing ويعني مضايقة فرد أو أكثر لفرد آخر، وظل هذا المصطلح شائعًا فى البلدان الاسكندنافية حتى عام ١٩٧٨م حينما تغير هذا المصطلح على يد النرويجى دان أولويس Dan Olweus، ومنذ ذلك الحين أصبح التنمر متغيراً مهماً يتناوله السيكولوجيين بالبحث والدرس.

ويُعد التنمر شكلاً من أشكال التفاعل العدواني غير المتوازن بين البشر، يحدث بصورة متكررة باعتباره فعلاً روتينيًا يتكرر يوميًا في علاقات الأقران في البيئة المدرسية، ويعتمد على النموذج الاجتماعي المعرفي القائم على السيطرة والحكم والهيمنة، وقد بدأ الاهتمام العالمي بظاهرة العنف نتيجة لتطور الوعي النفسي والاجتماعي لدى المجتمعات وضرورة توفير المناخ المناسب لنمو الإنسان نمواً سليماً جسدياً ونفسياً واجتماعياً (عبد العزيز، ٢٠١٧، ٢).

وقد أتخذ سلوك العنف شكلًا أكثر حدة وقسوة متمثلًا في التنمر لأنه يحدث في الخفاء ويوثر سلبًا على الأفراد ويؤدي للعديد من المشكلات النفسية والاجتماعية التي تهدد المجتمع.

فسلوك التنمر سلوك مكتسب من البيئة التى يوجد فيها الشخص، وأصبحت ظاهرة

التنمر فى تزايد مستمر وأصبح لها أثر سلبي على كل من المتنمر والمتنمَر عليه، فأصبح ضحايا التنمر يعانون من الإنعزال الاجتماعى والرفض والاضطهاد، كذلك يعاني المتنمر من عدم ثقته فى نفسه وتطوير لأنماط سلوكه اللا اجتماعى (حسن، ٢٠١٨، ١٢).

وتُشير الدراسات والبحوث إلى تنامي ظاهرة التنمر على المستويين المحلي والعالمي، وتمثل ذلك في ظهور أنماط متعددة للعنف وخاصة التنمر المدرسي الذي انتشر بنسب تفوق توقعات الآباء والمعلمين؛ حيث ينتشر في أوساط البيئة المدرسية بغض النظر عن الثقافة، أو اللغة، أو نوع الجنس، أو العِرْق، ويعتمد على السيطرة والتحكم والهيمنة من قِبَل المتنمّر على الضحية، حيث يقوم بإذائها جسديًا أو انفعاليًا أو اجتماعيًا (البنتان، ٢٠١٩، ١٠٤).

وفي هذا الصدد أشارت الإحصاءات وفقًا للدراسة التي أعدها المركز القومي لصحة الأطفال والتنمية البشرية إلى أن أكثر من مليون طالب من طلاب المدارس في أمريكا يوجد لديهم التنمّر، كما أن أكثر من مائة وستين ألفًا من الطلاب يتركون المدارس خوفًا من تنمر الآخرين عليهم (العتيري، ٢٠١٨، ١). أما في البيئة العربية فقد حظي التنمّر بدراسات كثيرة تناولت كافة أشكاله وأنواعه، والفئات المشاركة فيه، والعوامل المؤثرة فيه، واهتمت المدارس بالقوانين التي تمنع التنمّر والاضطهاد والإذلال المقصود والمتكرر في المدرسة والمجتمع.

ويُشكل التنمر بما يحمله من عدوان تجاه الآخرين سواء كان بصورة جسدية، أو لفظية، أو نفسية، أو اجتماعية، أو الكترونية مشكلة تترك أثاراً سلبية سواء على القائم بالتنمر أو على ضحية التنمر أو على المجتمع بأكمله؛ إذ يوثر في البناء الأمني والنفسي والاجتماعي للمجتمع (العموش, ٢٠١١، ٥٥؛ ومحمد, ٢٠١٣، ١٤).

والمتأمل في دائرة التنمّر يجد أنها اتسعت لتشمل الأفراد المعاقين سواء كانت إعاقة ظاهرة أو خفية؛ بل ويكون أكثر تأثيراً عليهم من العاديين، فقد أشارت دراسات مركز بيسر الوطني للوقاية من التنمّر (Pacer Center, 2012) إلى أن الأفراد المعاقين أكثر عُرضة للتنمّر، وأن هناك علاقة بين التنمّر وإعاقات النمو تتراوح ما بين الضعف أو الثلاث أضعَاف مقارنة بأقرانهم من العاديين، كما بيَّنت إحدى هذه الدراسات أن هناك علاقة بين التنمّر وإعاقات النمو التي تصل إلى نسبة (٦٠%) من الأفراد المعاقين، مقابل (٢٥%) من أقرانهم العاديين بالمدارس، ويتمثل التنمّر في التحرش، والإساءة اللفظية، والتجاهل، والإهمال، وإطلاق المُسميات المُسيئة. واكدت دراسة أسيرد (Aserd, 2012) على أن الأفراد المعاقين يعانون من التنمّر أكثر أربع مرات من الأفراد العاديين وذلك وفقًا لتقرير منظمة الصحة

العالمية. واتفق كل من طلب وسليمان (٢٠١٩، ٢٦١٤)؛ والخولي (٢٠٢٠، ٣٥١) على أن الأفراد المعاقين أكثر عُرضة لسلوك التنمّر من الأفراد العادين، وذلك بسبب الخصائص الجسمية والنفسية والاجتماعية، مثل: البدانة والإعاقة الجسمية الظاهرة كالإعاقة الحركية، والإعاقة غير الظاهرة او الخفية كصعوبات التعلم، تجعلهم أكثر احتمالية للتعرض للتنمّر من قِبَل الطلبة الآخرين. الأمر الذي يتطلب تقديم المساعدة الإرشادية المتكاملة للأفراد ضحايا التنمّر من أجل مواجهة مشكلاتهم وحلها والتوافق معها وتحقيق النمو المتكامل، وذلك من منظور إيجابي.

ويُعد مفهوم جودة الحياة Quality of Life أحد المفاهيم التي تنتمي إلى ما يُسمى بعلم النفس الإيجابي، الذي يعيد للفرد شعوره بالسعادة والرضا في ظل ظروفه الحياتية، فكل فرد ينظر لجودة حياته بطريقة مختلفة فالمريض يشعر بجودة الحياة بالصحة والأسير يشعر بها في الحرية والفقير ينظر لجودة الحياة في المال، ويلاحظ أن علم النفس الإيجابي يهدف إلى إصلاح الأشياء الفاسدة في الحياة من أجل بناء جودة الحياة.

هذا وتُمثل جودة الحياة متغيراً إيجابياً مهماً في حياة الفرد، كما تُعد جودة الحياة مفهوم نسبي يرتبط بكل فرد من أفراد المجتمع غنياً كان أم فقيراً سعيداً كان أم تعيساً، فهو مفهوم يسعى كل فرد إلى تحقيقه، ويختلف باختلاف الفرد وظروفه الحياتية (شمبولية، ٢٠٢٢، ٣١٢).

ولقد زاد اهتمام الباحثين بمفهوم جودة الحياة منذ بداية النصف الثاني من القرن العشرين كمفهوم مرتبط بعلم النفس الإيجابي، والذي جاء استجابة لأهمية النظرة الإيجابية لحياة الفرد كبديل للتركيز الكبير على الجوانب السلبية من حياة الفرد، وشملت قضايا البحث في هذا الإطار الخبرات الذاتية والعادات والسمات الإيجابية للشخصية وكل ما يؤدي إلى تحسين جودة الحياة (نعيسة، ٢٠١٢، ١٥٠؛ وزهران، ٢٠١٧، ١٥٣؛ وإدريس، ٢٠٢١، ٢٦٣).

ونجد أن هناك عدة مفاهيم ترتبط بمفهوم جودة الحياة ومترادفة معه مثل: الرفاهية، والسعادة، والتنعم الذاتي، ونوعية الحياة، ولكن الترجمة الأكثر تجسيداً وفقًا للتحليل اللغوي هي جودة الحياة، على اعتبار أنه يتضمن تقييماً أو مؤشراً على فاعلية الشخص في الحياة بدلالة النواتج التي تعكس خبرته الذاتية بمستويات رضاه عن حياته الشخصية وعن علاقاته الاجتماعية مع الآخرين (شمبولية، ٢٠٢٢، ٣٢١).

وفي هذا الإطار أشار عثمان (٢٠١٧، ٣٧٨) إلى أن جودة الحياة مفهوم شامل متعدد الجوانب يضم الصحة النفسية، والصحة العامة، وإدارة الوقت، والعواطف والعلاقات الاجتماعية وتقييم الفرد لهذه الجوانب في الماضي ليحدد درجه رضاه عنها، وفي الحاضر ليحدد مدى السعادة والاستمتاع بها، ويتطلع إلى المستقبل ليصنع التفاؤل والأمل.

وتُعد جودة الحياة الشخصية أحد مجالات جودة الحياة حيث زاد الاهتمام بدراستها في الآونة الأخيرة نظراً لاهميتها في توافق الأفراد على المستوى النفسي والاجتماعي، ومن ثم تحسين مستوى الصحة النفسية لديهم (تواتي، ٢٠٢٢، ٤٩٦).

وفي هذا السياق؛ اتفق كل من فيليبس (Phillips, 2006)؛ وشيخي (٢٠١٤)؛ وإبراهيم (٢٠١٦)؛ ودرادكه وأبو الحمص (٢٠٢٤) على أن جودة الحياة الشخصية تظهر من خلال إدراك الفرد لوضعه في الحياة في سياقه الثقافي، وانساق القيم التي يعيش فيها ومدى تطابق او عدم تطابق ذلك مع أهدافه، وتوقعاته، وقيمه، واهتماماته المتعلقة بصحته النفسية والجسدية، ومستوى استقلاليته، ومعتقداته الشخصية، وعلاقته بالبيئة بشكل عام، ومن ثم فإن جودة الحياة الشخصية بهذا المعنى تشير إلى تقييمات الفرد الذاتية لظروف حياته. كما ان جودة الحياة الشخصية تتحقق عندما تشبع حاجات الفرد، وهي ليست حالة مؤقتة، بل هي إحساس طويل الأمد، وتعني القناعة بالحياة، والاستقرار الانفعالي، مما يجعل الفرد يضع أهدافاً واقعية يكون قادراً على تحقيقها؛ الأمر الذي ينتج عنه أن يشعر الفرد بالرضا عن حياته، ومن ثم يشعر بجودة الحياة.

وفي نفس السياق الإيجابي للشخصية الإنسانية؛ فإن التمكين يُعد أحد أشكال التدخل الإيجابي التي تهتم بزيادة شعور الفرد بالبهجة والسعادة والرضا عن مختلف مناحي الحياة، وتعزيز القدرات وتعظيمها ورفع الروح العنوية الموجهة نحو تحسين نوعية الحياة؛ فمفهوم التمكين من المفاهيم الفضفاضة التي تستوعب العديد من المترادفات والمعاني والمفاهيم من قبيل "التقوية، وتعزيز الاقتدار، والتدعيم، والإسناد، وتحسين الحال" (جوهر، ٢٠٢١، ٤٨٠).

ولقد استخدم مصطلح التمكين على نطاق واسع في مختلف التخصصات مثل علم النفس وعلم الاجتماع والتعليم والنظرية السياسية والإدارة والعمل الاجتماعي ودراسات المرأة، فظهرت مجالات متعددة للتمكين؛ كالتمكين السياسي، والتمكين الاقتصادي، والتمكين المؤسسي، والتمكين القانوني، والتمكين الصحي، والتمكين النفسي (الشعلان، ٢٠١٩، ١١٢؛ وأبو منشار، ٢٠٢٤، ١٤).

ويُعد التمكين النفسي Psychological Empowerment مفهومًا بارزًا في نظريات علم النفس والإرشاد النفسي، حيث أخذ مكانه ضمن المصطلحات ذات الأهمية على الصعيدين الفردي المجتمعي، وقد بيَّن العديد من الباحثين عناصر كثيرة تتعلق بالتمكين كهيكل أو كشكل أو كمضمون لجودة الذات، والدافعية الذاتية، والطاقة السيكولوجية، والقوة، أو الكفاءة، إضافة إلى أنه يُعد مصدر قوي لقوة الفرد وطاقته التي تعمل على تحرير الإنسان من قيود الآخرين وعدم خضوعه لتحكمهم، ويستطيع من خلالها تحقيق الأهداف التي يصبو اليها، والقدرة على التعايش مع متطلبات الموقف والقوة والكفاءة التي تمكنه من زيادة المشاعر بالكفاءة، والإحساس بالقيمة (Randolph & Kemery., 2011؛ والعنزي، ٢٠٢١، ٩٩).

ويرى بعض المتخصصين في علم النفس أنه لا يمكن تمكين الأفراد ما لم يمكنوا أنفسهم بانفسهم، في حين يرى البعض الآخر أنه يمكن تعزيز وتنمية الشعور بالتمكين النفسي لدى الأفراد، ولذا يُعد مفهوم التمكين النفسي أحد مصطلحات علم النفس الإيجابي الذي يمكن تنميته لدى الأفراد في مختلف المجالات (Caswell, 2013; Alghamdi, 2024).

مما سبق يتضح أن التمكين النفسي يعزز وعي الفرد، والإيمان بالكفاءة الذاتية، والوعي والمعرفة بالمشكلات والحلول، وكيف يمكن للأفراد معالجة المشكلات التي تضر بجودة حياتهم. ومن هنا يأتي البحث الحالي ليُسهم في تنمية التمكين النفسي لدى ضحايا التنمر المدرسي من ذوي الإعاقة الظاهرة والخفية باستخدام برنامج إرشادي قائم على أبعاد جودة الحياة الشخصية.

مشكلة البحث:

يشكل التنمّر خطورة على جميع الأطراف المشاركة فيه (المتنمّر، والضحية، والمتفرج)، إذ يمارس فيه طرف قوي الإيذاء الجسدي، والنفسي، والجنسي، ضد فرد آخر أضعف منه في القدرات العقلية والجسمية، مما يُهدد أمن واستقرار بيئة التعلم المدرسية؛ إذ لا يمكن أن يتحقق التعلم الفعَّال إلا في بيئة يسودها الأمن والاستقرار (البطاشية وآخرون، ٢٠٢٤، ٧٣).

ولما كان سلوك التنمّر بجميع صوره ظاهرة خطيرة بين الأطفال والمراهقين والشباب والمجتمع ككل، ومع ازدياد نسبة انتشار التنمّر في العالم كله، وكذلك في مصر، حيث وصلت نسبة التنمّر إلى ٧٠% بين طلاب المدارس، فإنه لم يعُد يخفى على أحد ما يؤدي إليه التنمّر من تهديد للصحة النفسية والجسدية للضحايا سواء كانوا من العاديين أو من ذوي الإعاقة الظاهرة أو الخفية والذي قد يُفضي بهم إلى الانتحار في نهاية المطاف (صقر، ٢٠٢١، ٤٠٢).

وبالرغم من تحرك المختصين للتدخل في إيجاد برامج إرشادية تستهدف التلاميذ سواء من المتنمّرين أو ضحايا التنمّر؛ فإنه من الملاحظ أن هناك ندرة في بناء برامج إرشادية قائمة على جودة الحياة الشخصية، وهو ما استدعى الضرورة المُلحَّة لتوفير برامج أكثر تركيزاً على ضحايا التنمّر من ذوي الإعاقة الظاهرة والخفية خاصة فيما يتعلق بتمكينهم النفسي، وخلق جو آمن لهم داخل المدرسة، ومن ثم أصبح من الضرورة تصميم برنامج إرشادي مبني على أبعاد جودة الحياة الشخصية يُحدِث تغييراً إيجابياً لاسيما في ظل توفر مهارة التعاطف لدى الباحثة بحكم تخصصها في مجال التربية الخاصة، وكذا من خلال ما لاحظته ميدانياً لتنمية التمكين النفسي لدى ضحايا التنمر المدرسي من ذوي الإعاقة الظاهرة والخفية. وبناءً على ما سبق ومع عدم وجود دراسات سابقة- في حدود اطلاع الباحثة- تناولت التمكين النفسي لدى ضحايا التنمر المدرسي من ذوي الإعاقة الظاهرة والخفية في المرحلة الإعدادية (المراهقة المبكرة) باستخدام أبعاد جودة الحياة الشخصية كمقدمة لخلق جو آمن لهم داخل البيئة المدرسية، فإنه يمكن تحديد مشكلة البحث الحالي في التساؤل الرئيس التالي:

"هل يُمكن تنمية التمكين النفسي لدى ضحايا التنمر المدرسي من ذوي الإعاقة الظاهرة والخفية من خلال برنامج إرشادي قائم على أبعاد جودة الحياة الشخصية؟".

أهداف البحث:

هدف البحث الحالي إلى التحقق من فعالية برنامج إرشادي قائم على أبعاد جودة الحياة الشخصية في تنمية التمكين النفسي لدى ضحايا التنمر المدرسي من ذوي الإعاقة الظاهرة والخفية، والتعرف على مدى استمراريته خلال فترة المتابعة.

أهمية البحث:

أولاً: الأهمية النظرية:

١. مسايرة الاتجاهات المعاصرة في مجال التربية الخاصة بصفة عامة وإرشاد ذوي الإعاقة بصفة خاصة، وكذلك إثراء المكتبة السيكولوجية العربية بالمستجدات في مجال التنظير لمتغيرات البحث، والأدوات التشخيصية المستخدمة، إضافة إلى البرنامج الإرشادي الذي تم بناؤه في ضوء أبعاد جودة الحياة الشخصية.

٢. مسايرة الاتجاهات المعاصرة في التركيز على جوانب القوى في الشخصية الإنسانية والتي تمثلت في التمكين النفسي، الذي يؤدي إلى شعور الأفراد بجودة الحياة النفسية.

٣. أهمية مرحلة المراهقة المبكرة (المرحلة الإعدادية)، والتي تتصف بالتقلبات المزاجية

والشخصية لدى المتعلمين سواء من العاديين أو من ذوي الإعاقة الظاهرة والخفية، كما يزيد انتشار التنمّر المدرسي سواء متنمّر أو ضحية في هذه المرحلة العمرية الخطيرة.

ثانيًا: الأهمية التطبيقية:

١. تفرد البحث الحالي في مجال النفسي العربي من خلال سعيه للتمكين النفسي باستخدام برنامج إرشادي قائم على أبعاد جودة الحياة الشخصية؛ فبالرغم من ثراء البحوث الأجنبية والعربية التي تدخلت لتحسين وتنمية التمكين النفسي مع فئات مختلفة داخل المجتمع؛ فإن هناك ندرة في استخدامها مع ضحايا التنمّر المدرسي من ذوي الإعاقة الظاهرة والخفية على الصعيدين العربي والأجنبي.

٢. يمكن الاستفادة من مقياس التمكين النفسي، إضافة إلى البرنامج الإرشادي القائم على أبعاد جودة الحياة الشخصية في التطبيق على عينات مماثلة لعينة البحث الحالي.

مصطلحات البحث:

١. البرنامج الإرشادي Counseling program:

يُعرف إجرائيًا في البحث الحالي بأنه "مجموعة متنوعة من الأساليب والإجراءات المعرفية والسلوكية المنظمة والمخططة قامت الباحثة بإعدادها على أسس علمية والمستمدة من الأدبيات النظرية، وبما يتماشى مع طبيعة وخصائص التلاميذ ذوي الإعاقة الظاهرة والخفية ضحايا التنمّر المدرسي، وبهدف تدريبهم على بعض أبعاد جودة الحياة الشخصية من إشباع للحاجات، وكفاءة تعليمية، وتقدير ذات متوازن؛ من أجل إحداث تغيير في البناء النفسي المعرفي لضحايا التنمّر المدرسي من ذوي الإعاقة الظاهرة والخفية، مستخدمةً فنيات إرشادية مختلفة تساعدهم على تنمية التمكين النفسي لديهم".

٢. جودة الحياة الشخصية Personal Quality of Life:

عرَّفها رايف وسنجر (Ryff & Singer., 2006) بأنها "الشعور الإيجابي بحُسن الحال، منا ترصده المؤشرات السلوكية التي تدل على ارتفاع مستويات رضا الفرد عن ذاته، وعن حياته بشكل عام، وسعيه الدؤوب لتحقيق أهداف شخصية مُقدَّرة، ذات قيمة ومعنى بالنسبة له، واستقلاليته في تحديد وجهة ومسار حياته، كما ترتبط جودة الحياة الشخصية بكل من الشعور العام بالسعادة، والسكينة والطمأنينة الانفعالية.

٣. التمكين النفسي Psychological Empowerment:

هو تقوية ذوات الأفراد وإمكانياتهم من مختلف الفئات والشرائح الاجتماعية المهمشة أو

الضعيفة حتى يصبحوا قادرين على اتخاذ قراراتهم بأنفسهم، ويكونوا قادرين على التواكب مع المواقف والتحولات التي يمر بها المجتمع، من خلال زرع الأمل في نفوسهم وتقليل المقاومة والرفض، وتحديد وتدعيم مناطق القوة في الشخص وقدراته الذاتية والاجتماعية، ومواجهة مشاكله بكفاءة وشجاعة (شقير، ٢٠٢٤، ١٠ – ١١).

وتُعرفه الباحثة إجرائيًا في البحث الحالي "بالدرجة التي يحصل عليها الفرد ضحية التنمّر من ذوي الإعاقة الظاهرة او الخفية في الأداء على مقياس التمكين النفسي والمستخدم في البحث الحالي".

٤. التنمر المدرسي School Bullying:

هو اعتداء أحد الطلاب داخل المدرسة على غيره من الطلاب، في صور متعددة منها اللفظية، أو الجسدية، أو حتى النفسية، انطلاقًا من وجود عدم اتزان في القوى بين الطالب المتنمّر والآخر المتنمّر عليه "ضحية التنمر" (إبراهيم وآخرون، ٢٠٢٠، ٤٠٥).

٥. ضحايا التنمر المدرسي Victims of school bullying:

تُعرفهم الباحثة إجرائيًا في البحث الحالي بأنهم "تلاميذ المرحلة الإعدادية المعرضون للاستهداف من قِبل المتنمّرين بصور مختلفة بهدف إحداث الإساءة والضرر بشكل مقصود ومتكرر، وبشكل يصعب معه الدفاع عن أنفسهم بسبب اختلاف ميزان القوى بينهم وبين المتنمّرين وذلك نتيجة إعاقتهم سواء كانت ظاهرة (إعاقة حركية) أو خفية (صعوبات تعلم)، وهو الذين يحصلون على درجة تقع في الإرباعي الأعلى على مقياس ضحايا التنمر المستخدم في البحث الحالي".

٦. الإعاقة الظاهرة Visible Disability:

تُعرّفها الباحثة إجرائيًا في البحث الحالي بأنها إعاقة تجعل الفرد بحاجة إلى برامج علاجية أو تربوية خاصة؛ وتكون ظاهرة للعيان مثل الإعاقات العقلية، والسمعية، والبصرية، والحركية. ولذا وقع اختيار الباحثة الحالية على عينة من المعاقين حركيًا لتمثل الإعاقة الظاهرة.

٧. الإعاقة الخفية Hidden Disability:

تُعرّفها الباحثة إجرائيًا في البحث الحالي بأنها إعاقة تجعل الفرد بحاجة إلى برامج علاجية أو تربوية خاصة؛ وتكون غير ظاهرة للعيان مثل صعوبات التعلم. ولذا وقع اختيار الباحثة الحالية على عينة من ذوي صعوبات التعلم لتمثل الإعاقة الخفية.

فروض البحث:

يحاول هذا البحث اختبار الفروض التالية:

١. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس التمكين النفسي لصالح القياس البعدي.

٢. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس التمكين النفسي في اتجاه أفراد المجموعة التجريبية.

٣. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي (بعد مرور شهر من القياس البعدي) على مقياس التمكين النفسي.

الطريقة والإجراءات:

أولاً: منهج البحث:

يعتبر المنهج شبه التجريبي هو المنهج العلمي الملائم لطبيعة البحث الحالي، وذلك من خلال التصميم التجريبي ذو المجموعتين التجريبية والضابطة.

ثانياً: عينة البحث:

تكونت عينة البحث من مجموعتين، الأولى استطلاعية قوامها (١٣٥) تلميذاً وتلميذة بالصف الثاني الإعدادي ببعض المدارس الإعدادية بإدارة التل الكبير التعليمية في محافظة الإسماعيلية بمصر، وذلك بغرض التحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات البحث؛ والثانية عينة أساسية تألفت عينة البحث من (١٨) تلميذاً وتلميذة بالصف الثاني الإعدادي من ضحايا التنمر المدرسي منهم ن= ٨ ذوي إعاقة حركية باعتبارها إعاقة ظاهرة، بمتوسط عمر زمني (١٣,٥٤) وانحراف معياري (٠,٦٢)، ن= ١٠ ذوي صعوبات تعلم باعتبارها إعاقة خفية، بمتوسط عمر زمني (١٣,٨٤) وانحراف معياري (٠,٥٧)" تم اختيارهم بطريقة قصدية من بعض المدارس الإعدادية بإدارة التل الكبير التعليمية في محافظة الإسماعيلية بمصر، يقعون في الإرباعي الأعلى في الأداء على مقياس ضحايا التنمر المستخدم في البحث الحالي؛ تم تقسيمهم إلى مجموعتين أحدهما تجريبية والأخرى ضابطة قوام كل منهما (٩) تلاميذ وتلميذات.

خطوات فرز عينة البحث النهائية من ذوي صعوبات التعلم (كإعاقة خفية):

١- تم اختيار (١٩٥) تلميذاً وتلميذة (١١٠ ذكور، ١٠٠ إناث) بالصف الثاني الإعدادي ببعض المدارس الإعدادية بإدارة التل الكبير التعليمية في محافظة الإسماعيلية بجمهورية مصر

العربية، ويمثلون العينة الأولية للبحث.

٢- تم تطبيق اختبار كاتل للذكاء "المقياس الثاني الصورة (أ)" ترجمة/ أبو حطب وآخرون (٢٠٠٥) لقياس الذكاء، واختيار الأفراد الذين لديهم ذكاء متوسط أو فوق المتوسط واعتبارهم أفراد يمثلون العينة المبدئية لذوي صعوبات التعلم وبلغ عددهم بعد هذا الإجراء إلى (٩٨) تلميذًا وتلميذة.

٣- قامت الباحثة وبمشاركة الزائرة الصحية الموجودة بالمدرسة بمقابلة التلاميذ كل تلميذ على حده مع إجراء حوار معه للتأكد من أنه لا يعاني من أية إعاقة حسية أو جسدية واضحة، وفي ضوء هذا الإجراء لم يتم استبعاد أي حالات، كما قامت الباحثة بجمع بيانات عن المستوى الاجتماعي والاقتصادي للتلاميذ وذلك من خلال تطبيق مقياس المستوى الاجتماعي الاقتصادي للأسرة إعداد/ الشخص (٢٠١٣)؛ إضافة أسئلة مباشرة للتلاميذ وللمعلمين وللأخصائي الاجتماعي بالمدرسة باعتبارهم أكثر التصاقًا بالتلاميذ، ويعرفونهم جيدًا وتم استبعاد (٣٣) حالة لديهم ظروف أسرية صعبة تتمثل في الفقر الشديد وانفصال بين الأب والأم ووفاة أحد الوالدين ليصل عدد أفراد العينة إلى (٦٥) تلميذًا وتلميذة، كما قامت الباحثة بمقابلة الأخصائي النفسي بالمدرسة لاستبعاد الأفراد الذين يعانون من اضطرابات نفسية أو انفعالية شديدة، وبواسطة هذا الإجراء تم استبعاد (٨) حالات؛ ليصبح عدد أفراد عينة صعوبات التعلم (٥٧) تلميذًا وتلميذة.

٤- استنادًا إلي محك الخصائص السلوكية المميزة لذوي صعوبات التعلم، قامت الباحثة بإعطاء معلمي الفصول التي بها أفراد العينة مقياس تقدير الخصائص السلوكية لذوي صعوبات التعلم إعداد/ الزيات (٢٠٠٠) وشرحت لهم الباحثة كيفية استخدام المقياس، ومن خلال تطبيقه تم استبعاد (٣١) حالة حصلت على درجة أقل من (١٠٠) في المقياس الكلى فأصبح أفراد العينة (٢٦) تلميذًا وتلميذة.

٥- تم التحقق من صدق تشخيص عينة ذوي صعوبات التعلم استنادًا إلي محك المؤشرات العصبية النيورولوجية بتطبيق اختبار المسح النيورولوجي السريع لفرز ذوي صعوبات التعلم إعداد/ كامل (٢٠٠٧) Quick Neurological Screening Test (QNST)، وذلك بطريقة فردية على أفراد العينة السابقة وتم استبعاد (١٦) حالة لحصولهم على درجات كلية على الاختبار تقع في نطاق الدرجة العادية والتي تتراوح من (صفر – ٢٥) مما يشير إلى أن ليس لديهم صعوبات تعلم وأنهم أسوياء نيورولوجيا، وتم الإبقاء على أفراد العينة الذين حصلوا على درجات كلية على الاختبار تقع في نطاق درجة الاشتباه وهى التي تكون (٢٦ – ٥٠) مما

يشير إلى أن هؤلاء الأفراد يعانون فعلاً من صعوبات تعلم. وبذلك أصبح عدد أفراد عينة صعوبات التعلم (كإعاقة خفية) المشاركين في البحث وفق هذا الإجراء (١٠) تلاميذ وتلميذات (٦ ذكور، ٤ إناث).

خطوات فرز عينة البحث النهائية من ذوي الإعاقة الحركية (كإعاقة ظاهرة):

١. تم اختيار التلاميذ والتلميذات الذين يعانون من إعاقات حركية، ببعض المدارس الإعدادية بإدارة التل الكبير التعليمية في محافظة الإسماعيلية بجمهورية مصر العربية.

٢. اختيار التلاميذ والتلميذات بالصف الثاني الإعدادي.

٣. اختيار التلاميذ والتلميذات الذين لا تقل درجة ذكاؤهم عن المتوسط أو فوق المتوسط. وبذلك أصبح عدد أفراد عينة ذوي الإعاقة الحركية (كإعاقة ظاهرة) المشاركين في البحث وفق هذا الإجراء (٨) تلاميذ وتلميذات (٥ ذكور، ٣ إناث).

وبعد أن تم اختيار عينة البحث النهائية (ذوي الإعاقة الحركية "كإعاقة ظاهرة"، وذوي صعوبات التعلم "كإعاقة خفية")، تم تقسيمها عشوائياً مناصفة إلى مجموعتين متكافئتين: المجموعة التجريبية وقوامها (٩) أفراد سوف يخضعون للبرنامج الإرشادي، و(٩) أفراد ضمن المجموعة الضابطة لن يخضعوا للبرنامج الإرشادي. ويوضح الجدول رقم (١) تجانس المجموعتين في القياس القبلي.

جدول رقم (١) نتائج اختبار مان ويتنى لدلالة الفروق بين متوسطى درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس القبلى في كل من العمر، والذكاء، والتمكين النفسي.

متغيرات البحث		المجموعة	ن	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة "U" الصغرى	قيمة "Z"	مستوى الدلالة الإحصائية
العمر		التجريبية	٩	١١	٩٩	٢٧	١,٣٧٤-	غير دالة
		الضابطة	٩	٨	٧٢			
الذكاء		التجريبية	٩	٩,٣٩	٨٤,٥٠	٣٩,٥٠٠	٠,٠٨٩-	غير دالة
		الضابطة	٩	٩,٦١	٨٦,٥٠			
التمكين النفسي	المعدى	التجريبية	٩	٩,٨٣	٨٨,٥٠	٣٧,٥٠٠	٠,٢٦٦-	غير دالة
		الضابطة	٩	٩,١٧	٨٢,٥٠			
	التأثير	التجريبية	٩	٩,٨٣	٨٨,٥٠	٣٧,٥٠٠	٠,٢٦٧-	غير دالة
		الضابطة	٩	٩,١٧	٨٢,٥٠			
	الكفاءة الذاتية	التجريبية	٩	١٠,٢٢	٩٢	٣٤	٠,٥٧٨-	غير دالة
		الضابطة	٩	٨,٧٨	٧٩			
	تقرير المصير	التجريبية	٩	٩,٣٣	٨٤	٣٩	٠,١٣٦-	غير دالة
		الضابطة	٩	٩,٦٧	٨٧			
	الدرجة الكلية	التجريبية	٩	٩,٦٧	٨٧	٣٩	٠,١٣٣-	غير دالة
		الضابطة	٩	٩,٣٣	٨٤			

* قيمة "U" الجدولية عند مستوى (٠,٠١) = ١١، وعند مستوى (٠,٠٥) = ١٧ لدلالة الطرفين.

يتضح من الجدول رقم (١) التجانس والتكافؤ بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات: (العمر، والذكاء، والتمكين النفسي) حيث كانت قيمة "U" الصغرى "المحسوبة" غير دالة إحصائيًا عند مستويي (٠,٠١، ٠,٠٥)، مما يشير إلى تجانس وتكافؤ المجموعتين في القياس القبلي.

ثالثًا: أدوات البحث:

١. اختبار كاتل للذكاء "المقياس الثاني الصورة (أ)" ترجمة/ أبو حطب وآخرون (٢٠٠٥):

أعد هذا المقياس (ر. ب. كاتل، وأ. ك. كاتل، ١٩٥٩)، وترجمه للبيئة المصرية أبوحطب وآخرون (٢٠٠٥). وقد استخدم في البحث الحالي المقياس الثاني الصورة (أ) والتي تصلح لتلاميذ المرحلة الإعدادية (المراهقة المبكرة).

ومن حيث الثبات قام معدو الاختبار بحسابه بطريقتى الصور المتكافئة، والتجزئة النصفية، حيث طُبق فى الطريقة الأولى الاختبار بصورتيه (أ، ب) على عينة قوامها (١٠٠) من طلاب المدارس الإعدادية والثانوية والجامعية، وبلغت قيمة معامل الثبات (٠,٧٩٧). فى حين طُبق الاختبار فى الطريقة الثانية على عينة قوامها (٦٠) من طلاب الجامعة، وقد وصلت قيمة معامل الثبات بعد تصحيحه من أثر التجزئة إلى (٠,٩٤٣). أما عن الصدق فقد تم حسابه أيضاً من قبل مُعدّي الاختبار بطرق متعددة منها الصدق العاملى، والصدق المرتبط بالمحكات، وصدق التكوين الفرضي، وأشارت جميعها إلى أن المقياس يتمتع بدرجة مناسبة من الصدق.

وفي البحث الحالي تم حساب صدق الاختبار بطريقة صدق المحك حيث تم تطبيق اختبار المصفوفات المتتابعة الملونة، إعداد وتعديل وتقنين/ حسن (٢٠١٤) على أفراد عينة الخصائص السيكومترية، والتي سبق أن طبق عليها اختبار كاتل للذكاء المقياس الثاني الصورة (أ)"، وتم حساب معامل ارتباط "بيرسون" بين درجات أفراد عينة الخصائص السيكومترية على المقياسين فكان مساوياً (٠,٨٠٣) وهو معامل ارتباط مرتفع مما يدل على صدق الاختبار.

أما عن الثبات فقد تم حسابه في البحث الحالي بطريقتين: الأولى "التجزئة النصفية" حيث تم تطبيق الاختبار على أفراد عينة الخصائص السيكومترية، وقد بلغت قيمة معامل الارتباط بين نصفي الاختبار "معامل الثبات النصفي" (٠,٧٣٥) وتلي ذلك استخدام معادلة سبرمان – براون لحساب معامل ثبات الاختبار كله الذي بلغ (٠,٨٤٧). أما الطريقة الثانية: فكانت "ألفا كرنباخ" حيث بلغ معامل الثبات (٠,٨٥٢) وهو معامل ثبات مناسب للاختبار.

٢. مقياس المستوى الاجتماعي الاقتصادي للأسرة إعداد/ الشخص (٢٠١٣):

تم استخدام هذا المقياس بغرض التحقق من التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة. ويقصد بالمستوى الاجتماعي الاقتصادي للأسرة "الدرجة التي تحدد وضع الأسرة بالنسبة للمستوى العام للأُسر المصرية (عينة البحث)".

وفي البحث الحالي تم حساب صدق المقياس باستخدام صدق التكوين الفرضي (الصدق البنائي) من خلال إيجاد قيمة تجانس الاختبار Test Homogeneity (خطاب، ٢٠٠٨، ١٣٥ – ١٣٦)، وذلك على أفراد عينة الخصائص السيكومترية، من خلال حساب معامل الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للمقياس، وتم التوصل إلى المعاملات التالية (٠,٧٧٣، ٠,٨٢٥، ٠,٧٩٨، ٠,٦٩٨، ٠,٨٢١) بالترتيب وكلها قيم دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١). كما تم حساب ثباته بطريقة ألفا كرونباخ فكانت قيمة الثبات الكلى (٠,٨٦٦)،

وهو معامل ثبات مناسب.

٣.مقياس تقدير الخصائص السلوكية لذوي صعوبات التعلم إعداد/ الزيات (٢٠٠٠):

يهدف هذا المقياس إلى تقدير الخصائص السلوكية لذوي صعوبات التعلم. ويتكون من (٥٠) مفردة، ويتم التقدير للمقياس كالتالى: دائماً الدرجة ٤، غالباً الدرجة ٣، أحياناً الدرجة ٢، نادراً الدرجة ١، وسقف المقياس (٢٠٠) درجة، وأرضيته (٥٠) درجة.

ولقد قام مُعد المقياس بالتحقق من صدقه من خلال صدق المضمون. كما تم أيضاً عن طريق الصدق التلازمي مع قائمة كونرز لتقدير سلوك الطفل علي عينة قوامها (٩٨) متعلماً من كافة المراحل التعليمية بالعينة وكذلك مع مقياس تقدير سلوك التلميذ، وقائمة ملاحظة سلوك الطفل؛ وذلك على عينة قوامها (٧٧) تلميذاً، ووجد أن معاملات الارتباط بين درجاتهم على قائمة كونرز وبين درجاتهم في المقياس علي العينة التي قوامها (٩٨) تلميذا دالة عند مستوي (٠,٠١)، و(٠,٠٥). كما قام معُد المقياس بالتحقق من ثباته بطريقة إعادة الاختبار بعد (٢١) يوماً على عينة قوامها (٩٥) تلميذاً وتلميذة ووجد أن معاملات الثبات جميعها دالة عند مستوي (٠,٠١).

وفى البحث الحالي تم التحقق من الاتساق الداخلي للمقياس، وذلك علـــى أفـــراد عينـــة الخصائص السيكومترية عن طريق حساب معاملات الارتباط بين درجات كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس وتراوحت قيمة معاملات الارتباطات ما بين (٠,٦٦٩ – ٠,٧٩٨)، وهـــي قـــيم دالة عند مستوي (٠,٠١). كما تم حساب ثبات المقياس باستخدام طـــريقتين: الأولـــى إعـــادة التطبيق بفاصل زمني قدره (٢١) يوم بين التطبيقين فكان معامل الارتباط (٠,٨١٤) والثانيـــة هي ألفا كرونباخ فكان الثبات (٠,٨٧٤) وهو معامل ثبات مرتفع يجعلنا نثق فى نتائج المقياس.

٤. اختبار المسح النيورولوجي السريع لتشخيص صعوبات التعلم: إعداد/ موتي وآخـــرون (Mutti et al., 1978) وترجمة وتقنين/ كامل (٢٠٠٧).

ويتألف الاختبار من ١٥ مهمة للتعرف على ذوي صعوبات التعلم، ويستغرق تطبيقه عشرون دقيقة، ويصنف الفرد على أنه يعاني من صعوبات التعلم إذا وقع فى درجة الشك وهي درجة من (٢٦ – ٥٠)، وتوضح معاناة الفرد من صعوبات التعلم.

وفي البحث الحالي تم التحقق من التجانس الداخلي للاختبار وذلك علـــى أفـــراد عينـــة الخصائص السيكومترية فكانت معاملات الارتباط ما بين (٠,٦٩٨ – ٠,٨٢٩) وجميعها دالـــة عند (٠,٠١). كما تم حساب ثباته باستخدام ألفا كرونباخ فكان معامل الثبات (٠,٨٨٣).

٥. مقياس ضحايا التنمر إعداد/ ألويس (Olweus, 2006) ترجمة: المحمودي والخثعمي (٢٠٢٣):

يهدف هذا المقياس إلى قياس درجة تعرض التلاميذ من الفئة العمرية (١٢ – ١٦) عامًا للتنمّر، ويتكون المقياس من (١٠) مفردات صيغت لتقيس عوامل التعرض للإيذاء اللفظي والجسدي والعلائقي. وقد تحقق مُعد المقياس من صدقه المحكمين، وصدق المفردات من خلال ارتباط درجة المفردة بالدجة الكلية للمقياس حيث تراوحت ما بين (٠,٣٧١ – ٠,٧٦٦)، إضافة إلى التحليل العاملي الاستكشافي والتوكيدي للمقياس وتوصل إلى وجود عامل واحد، وتم حساب الثبات للمقياس بطريقة ألفا كرونباخ وبلغت قيمته (٠,٨١٠) وبذلك يتمتع المقياس بالصدق والثبات.

وفيما يتعلق بالكفاءة السيكومترية للمقياس في البحث الحالي؛ فقد قامت الباحثة بحساب صدقه بطريقة صدق المحك حيث تم تطبيق مقياس ضحايا التنمر الإلكتروني لدى المراهقين بالمرحلة المتوسطة، إعداد / مصطفى (٢٠٢٠) على أفراد عينة الخصائص السيكومترية، والتي سبق أن طبق عليها المقياس الحالي، وتم حساب معامل ارتباط "بيرسون" بين الدرجات على المقياسين فكان مساويًا (٠,٨٢٣) وهو معامل ارتباط مرتفع مما يدل على صدق المقياس، وذلك على افراد عينة الخصائص السيكومترية، كما قامت بحساب ثباته باستخدام معامل ألفا كرونباخ وبلغت قيمته (٠,٨٦٦) وهذا يشير إلى ثبات المقياس.

٦. مقياس التمكين النفسي لدى ضحايا التنمر المدرسي من ذوي الإعاقة الظاهرة والخفية إعداد/ الباحثة:

يهدف هذا المقياس إلى قياس مستوى التمكين النفسي لدى المراهقين ضحايا التنمر المدرسي من ذوي الإعاقة الظاهرة والخفية بالمرحلة الإعدادية. ولقد مر بناء هذا المقياس بالخطوات التالية:

١. الإطلاع على الأُطر النظرية والدراسات والبحوث التي تناولت التمكين النفسي لدى المراهقين عامة والمعاقين خاصة، ومنها: (سالم والنمر، ٢٠٠٨؛ Randolph & Kemery, 2011؛ وأبو هاشم، ٢٠١٨؛ وصغير، ٢٠١٨؛ Singh & Kaur, 2019؛ وسيد، ٢٠٢٠؛ وأبو العلامين وآخرون، ٢٠٢١؛ ومعوض وآخرون، ٢٠٢٢؛ وأبو منشار، ٢٠٢٤؛ Alghamdi, 2024؛ ودرادكه وأبو الحمص، ٢٠٢٤).

٢. في ضوء الخطوة السابقة، تم صياغة مفردات المقياس في صورته الأولية للعرض على

السادة المحكمين، والمكونة من (٤٠) مفردة، موزعة على أربعة (٤) أبعاد هي: (المعنى، والتأثير، والكفاءة الذاتية، وتقرير المصير). ويشتمل كل بُعد على (١٠) مفردات. ويتم تصحيح المقياس من خلال إعطاء الاختيار الأول (تنطبق عليّ كثيراً جداً) (٥ درجات)، ويعطى الاختيار الثاني (تنطبق عليّ كثيراً) (٤ درجات)، ويعطى الاختيار الثالث (تنطبق عليّ إلى حد ما (٣ درجات)، ويعطى الاختيار الرابع (لا تنطبق عليّ كثيراً) (٢ درجتان)، ويعطى الاختيار الخامس (لا تنطبق عليّ إطلاقًا) (١ درجة واحدة)، ولما كانت مفردات المقياس جميعاً مصاغة في الاتجاه الإيجابي؛ فإن مدى الدرجات التي يحصل عليها كل فرد على كل بعد (مكوّن) يتراوح ما بين (١٠ – ٥٠)، والدرجة الكلية على المقياس تتراوح ما بين (٦٠ – ٣٠٠).

٣. تم تحديد مستوى التمكين النفسي (مرتفع – متوسط – منخفض) لدى أفراد عينة البحث في المقياس على أساس أن طول الفئة (١,٣٣) وهو خارج قسمة الفرق بين أعلى تقدير على المقياس (٥)، وأقل تقدير (١) على (٣) والتي تعبر عن المستويات الثلاثة: مرتفع – متوسط – منخفض، ومن ثم فإن: الأفراد منخفضي التمكين النفسي؛ هم من تتراوح درجاتهم ما بين (١ – ٢,٣٣)، والأفراد متوسطي التمكين النفسي؛ هم من تتراوح درجاتهم ما بين (٢,٣٤ – ٣,٦٧)، والأفراد مرتفعي التمكين النفسي؛ هم من تتراوح درجاتهم ما بين (٣,٦٨ – ٥).

الخصائص السيكومترية للمقياس:

▪صدق المقياس:

تم التحقق من صدق المقياس من خلال الطرق التالية:

أ.صدق المحكمين:

لجأت الباحثة لإستخدام صدق المحكمين، وهو ما يُعرف بالصدق المنطقي أو الصدق الظاهري، وذلك بعرض المقياس بصورته الأولية على مجموعة من السادة المحكمين (ملحق ١) المتخصصين في التربية الخاصة وعلم النفس التربوي والصحة النفسية ببعض الجامعات المصرية والعربية، وذلك للتعرف على مدى مناسبة كل مفردة للهدف من المقياس، كذلك الصياغة والسلامة اللغوية، وقد أسفر هذا الإجراء عن نسبة اتفاق تزيد عن (٨٠%)، ومن ثم فقد تم الإبقاء على جميع المفردات، وذلك طبقًا لمعادلة كوبر Cooper لحساب نسبة الاتفاق (الوكيل والمفتي، ٢٠١٢، ٢٢٦)؛ كما تم تصحيح وتعديل صياغة بعض الكلمات والمفردات حسبما أشار السادة المحكمين؛ وأُعتبر ذلك مؤشراً لصدق المقياس.

ب. الصدق العاملي (البنية العاملية):

تم التحقق من الصدق العاملي الاستكشافي للمقياس الحالي من خلال استخدم طريقة

المكونات الأساسية (لهوتلنج) لاستخلاص العوامل الأساسية التي يتألف منها بناء المقياس الحالي للتمكين النفسي، وتم التدوير المتعامد، وقد أسفرت نتائج التحليل عن استخلاص أربعة (٤) عوامل أساسية واضحة تمثل أبعاد التمكين النفسي عند ضحايا التنمر المدرسي من ذوي الإعاقة الظاهرة والخفية، والجدول رقم (٢) يوضح التشبعات الجوهرية للمفردات بالعوامل.

جدول رقم (٢) تشبعات المفردات بالعوامل لمقياس التمكين النفسي بعد التدوير

المفردات	العامل الأول	العامل الثاني	قيم الشيوع	المفردات	العامل الثالث	العامل الرابع	قيم الشيوع
٥	٠,٧٩٨		٠,٦٦٠	٩	٠,٧٤٧		٠,٧٦٣
٢١	٠,٧٥٦		٠,٥٤٠	٢٢	٠,٧٣٣		٠,٨٠٤
١٦	٠,٧٣٢		٠,٨٥٤	٣	٠,٧٢٩		٠,٨٧٢
١٩	٠,٧٢٠		٠,٩٦٥	٢٨	٠,٧٢٢		٠,٨٤٨
٢٥	٠,٧١٣		٠,٩٤٠	٣٦	٠,٧١٥		٠,٧١٤
٣٢	٠,٦٩٩		٠,٧٩٨	١	٠,٧٠٣		٠,٦٥٤
٤٠	٠,٦٥٢		٠,٨٢١	٣٤	٠,٦٧٩		٠,٥٩٨
٤	٠,٦٣٢		٠,٦٩٨	٣٩	٠,٦٥٥		٠,٦٣٢
٣٣	٠,٦١٩		٠,٧٨٤	١٣	٠,٦٣٦		٠,٨٠٣
١٥	٠,٥٩٨		٠,٦٩٨	٣٨	٠,٥٨٥		٠,٧٢٥
٢٧		٠,٨٢١	٠,٩٦٤	٢٤		٠,٧٤١	٠,٧٥٩
٢		٠,٧٨٧	٠,٨٤٧	٣٥		٠,٧٣٦	٠,٦٩٠
٢٠		٠,٧٧٤	٠,٦٩٠	٦		٠,٧١١	٠,٨٣٣
٣٧		٠,٧٥٢	٠,٧١٢	٣١		٠,٧٠٤	٠,٩٣٢
٨		٠,٧٤٠	٠,٦٩٧	١٢		٠,٦٩٧	٠,٦٣٦
٣٠		٠,٧١١	٠,٨٥٨	١٧		٠,٦٩٠	٠,٧٩٩
١٨		٠,٦٨٥	٠,٧٢٣	١٠		٠,٦٨٢	٠,٦٣٠
٢٦		٠,٦٤٧	٠,٦٧٩	٢٩		٠,٦٦٥	٠,٨٤١
٧		٠,٦١٠	٠,٨٧٧	٢٣		٠,٦٣٢	٠,٧٨٧
١١		٠,٥٩١	٠,٨٠٥	١٤		٠,٦٠٢	٠,٦٠٩
الجذر الكامن	٤,١٤٥	٣,٩٦٥	-	-	٢,٤٥٠	٢,٢٠١	-
نسبة التباين	٢٢,٨٥٣	١٩,٩٦٧	-	-	١٦,٦٥٨	١٣,٣٢٥	-
التباين الكلى	٧٢,٨٠٣						

يتضح من النتائج السابقة للتحليل العاملي بالجدول رقم (٢) تشبع مفردات المقياس على (٤) عوامل فسرت مجتمعة معاً (٧٢,٨٠٣%) من التباين الكلي. وفيما يلى تفسير هذه العوامل سيكولوجيا بعد تدوير المحاور تدويراً متعامداً:

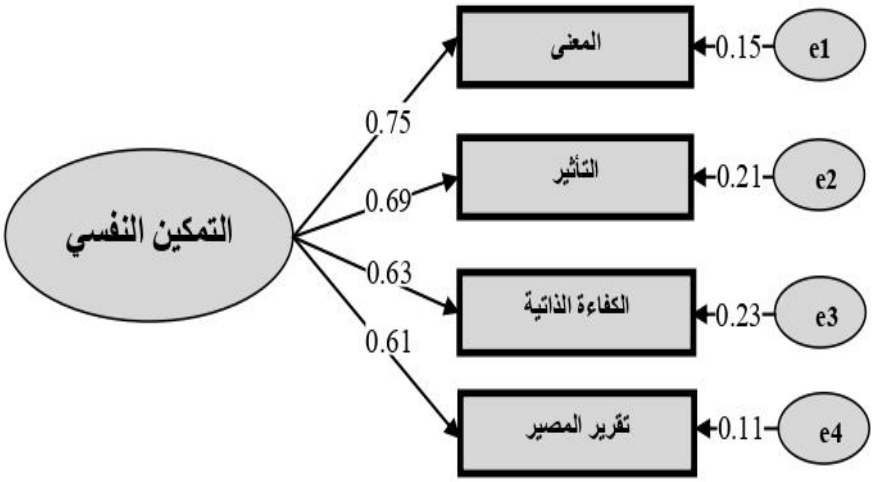
- تراوحت تشبعات مفردات العامل الأول ما بين (٠,٥٩٨؛ ٠,٧٩٨) وبلغ جذرها الكامن (٤,١٤٥)، ويفسر هذا العامل (٢٢,٨٥٣%) من حجم التباين الكلى، ومن خلال ما تتضمنه هذه المفردات يمكن أن نطلق على هذا العامل اسم "المعنى".
- تراوحت تشبعات مفردات العامل الثاني ما بين (٠,٥٩١؛ ٠,٨٢١) وبلغ جذرها الكامن

(٣,٩٦٥)، ويفسر هذا العامل (١٩,٩٦٧%) من حجم التباين الكلى، ومن خلال ما تتضمنه هذه المفردات يمكن أن نطلق على هذا العامل اسم "التأثير".

- تراوحت تشبعات مفردات العامل الثالث ما بين (٠,٥٨٥ ؛ ٠,٧٤٧) وبلغ جذرها الكامن (٢,٤٥٠)، ويفسر هذا العامل (١٦,٦٥٨%) من حجم التباين الكلى، ومن خلال ما تتضمنه هذه المفردات يمكن أن نطلق على هذا العامل اسم "الكفاءة الذاتية".

- تراوحت تشبعات مفردات العامل الرابع ما بين (٠,٦٠٢ ؛ ٠,٧٤١) وبلغ جذرها الكامن (٢,٢٠١)، ويفسر هذا العامل (١٣,٣٢٥%) من حجم التباين الكلى، ومن خلال ما تتضمنه هذه المفردات يمكن أن نطلق على هذا العامل اسم "تقرير المصير".

كما تم التحقق من صدق البناء الكامن (أو التحتي) للمقياس الحالي من خلال التحليل العاملي التوكيدي عن طريق اختبار نموذج العامل الكامن لدى أفراد عينة الخصائص السيكومترية (ن= ١٣٥ تلميذاً وتلميذة)، وفي نموذج العامل الكامن تم افتراض أن جميع العوامل (أو الأبعاد) المشاهدة Observed Factor للتمكين النفسي تنتظم حول عامل كامن واحد One Latent Factor كما بالشكل رقم (١):



شكل رقم (١) نموذج العامل الكامن الواحد لمقياس التمكين النفسي

وقد حَظِيَ نموذج العامل الكامن الواحد للتمكين النفسي على مؤشرات حُسْن مطابقة جيدة، كما يتضح من الجدول رقم (٣):

جدول رقم (٣) مؤشرات حُسْن المطابقة لنموذج العامل الكامن للتمكين النفسي

م	مؤشرات حسن المطابقة	قيمة المؤشر	المدى المثالي للمؤشر
١	الاختبار الاحصائي كا٢ X^2 مستوى دلالة كا٢	٢,٩٦٥ ٠,١٢٣	أن تكون قيمة كا٢ غير دالة احصائياً
٢	نسبة كا٢ X^2 / df	٠,٩٦٥	(صفر) إلى (٥)
٣	مؤشر حسن المطابقة GFI	٠,٩٥١	(صفر) إلى (١)
٤	مؤشر حسن المطابقة المصحح AGFI	٠,٨٨٣	(صفر) إلى (١)
٥	جذر متوسط مربعات البواقي RMSR	٠,٠١٨	(صفر) إلى (٠,١)
٦	جذر متوسط خطأ الاقتراب RMSEA	٠,٠١٢	(صفر) إلى (٠,١)
٧	مؤشر الصدق الزائف المتوقع للنموذج الحالي ECVI مؤشر الصدق الزائف المتوقع للنموذج المشبع	٠,٤١٥ ٠,٣٩٥	أن تكون قيمة المؤشر للنموذج الحالي أقل من نظيرتها للنموذج المشبع
٨	مؤشر المطابقة المعياري NFI	٠,٨٢١	(صفر) إلى (١)
٩	مؤشر المطابقة المقارن CFI	٠,٨٠٨	(صفر) إلى (١)
١٠	مؤشر المطابقة النسبي RFI	٠,٨٨١	(صفر) إلى (١)

يتضح من الجدول رقم (٣) أن نموذج العامل الكامن الواحد للتمكين النفسي قد حَظِيَ على قيم جيدة لجميع مؤشرات حُسْن المطابقة. والجدول رقم (٤) يوضح تشبعات العوامل الفرعية المشاهدة (المكونات الفرعية) بالعامل الكامن العام (التمكين النفسي).

جدول رقم (٤) تشبعات العوامل الفرعية المشاهدة بالعامل الكامن العام للتمكين النفسي، مقرونة بقيم "ت" والخطا المعياري لتقدير التشبع ودلالته الإحصائية

م	العوامل المشاهدة (مكونات التمكين النفسي)	التشبع	الخطأ المعياري لتقدير التشبع	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
١	المعنى	٠,٧٥٤	٠,١٤٥	٨,٦٥٤	٠,٠١
٣	التأثير	٠,٦٩٨	٠,١٤١	٧,٥٨٥	٠,٠١
٣	الكفاءة الذاتية	٠,٦٣٥	٠,١٤٠	٧,٣٢١	٠,٠١
٤	تقرير المصير	٠,٦١٦	٠,١٣٨	٦,٩٦٥	٠,٠١

يتضح من الجدول رقم (٤) أن كل التشبعات أو معاملات الصدق دالة احصائياً عند مستوى (٠,٠١) مما يدل على صدق جميع المكونات الفرعية لمقياس التمكين النفسي. أي أن التحليل العاملي التوكيدي قدم دليلاً قوياً على صدق البناء التحتي أو الكامن لهذا المقياس، وأن التمكين النفسي عبارة عن عامل كامن عام ينتظم حوله المكونات الفرعية الأربعة المكونه له.

مما يشير إلى أن مكونات التمكين النفسي كلها تسهم في عامل عام واحد.

أ.صدق المحك الخارجي:

قامت الباحثة بالتحقق من صدق المقياس الحالي باستخدام طريقة المحك الخارجي، وذلك على أفراد عينة الخصائص السيكومترية؛ من خلال تطبيق المقياس الحالي ومقياس التمكين النفسي للمراهقين ذوي الإعاقة السمعية لأبو هاشم (٢٠١٨) كمحك خارجي وهو مقياس يتمتع بخصائص سيكومترية جيدة ومناسبة، وأسفر هذا الإجراء عن وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيًا موجبة ومرتفعة؛ حيث بلغ معامل الارتباط بين درجات المقياسين (٠,٨٤٩)، مما يشير إلى تمتع المقياس الحالي بدرجة عالية من الصدق.

ب.صدق المقارنة الطرفية:

تأكدت الباحثة من صدق المقياس الحالي من خلال الصدق التمييزي باستخدام طريقة المقارنات الطرفية التي ذكرها (أبو علام، ٢٠٠٣، ٤٢٧)، حيث قامت الباحثة بالاستعانة بمقياس التمكين النفسي للمراهقين ذوي الإعاقة السمعية الذي أعده أبو هاشم (٢٠١٨) كمحك خارجي وذلك بغرض تحديد مجموعتي المرتفعين والمنخفضين على المحك الخارجي وذلك على أفراد عينة الخصائص السيكومترية، وتم حساب اختبار "ت" لدلالة الفروق بين متوسطي المجموعتين الطرفيتين، وهما أعلى (٢٧٪)، وأدنى (٢٧٪)، أي أعلى (٣٦) تلميذًا وتلميذة، وأدنى (٣٦) تلميذًا وتلميذة (٢٧٪ × ١٣٥)، فكانت هناك فروق دالة إحصائيًا بين متوسطي درجات أفراد المجموعتين؛ حيث بلغت قيمة "ت" المحسوبة (٣,٨٥٤) وهي قيمة دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة (٠,٠١) مما يُعد دليلًا على قدرة المقياس الحالي على التمييز بين مرتفعي ومنخفضي الأداء عليه.

▪ثبات المقياس:

قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس باستخدام بطريقة ألفا- كرونباخ، وذلك على أفراد عينة الخصائص السيكومترية، فكانت القيم المتحصل عليها هي: (٧٩٢، ٨١٤، ٨٧٤؛ ٧٥٨؛ ٨١٩) للمعنى، والتأثير، والكفاءة الذاتية، وتقرير المصير، والدرجة الكلية للمقياس على الترتيب، وجميعها قيم معاملات ثبات مرتفعة، مما يجعلنا نثق في ثبات المقياس.

▪الاتساق الداخلي للمقياس:

تم التحقق من الاتساق الداخلي للمقياس من خلال إيجاد تجانسه Test Homogeneity (خطاب، ٢٠٠٨، ١٣٥ – ١٣٦)، وذلك بحساب معامل الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكليـــة

للمقياس ككل، وذلك على أفراد عينة الخصائص السيكومترية والجدول رقم (٥) يوضح ذلك.

جدول رقم (٥) معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية لمقياس التمكين النفسي

رقم المفردة	معاملات الارتباط	رقم المفردة	معاملات الارتباط	رقم المفردة	معاملات الارتباط	رقم المفردة	معاملات الارتباط
١	٠,٥٤٨	١١	٠,٥٤٧	٢١	٠,٧٨٤	٣١	٠,٨٢٤
٢	٠,٦٨٧	١٢	٠,٥٨٩	٢٢	٠,٥٥٢	٣٢	٠,٧١١
٣	٠,٨١٠	١٣	٠,٦٨٧	٢٣	٠,٦٥٩	٣٣	٠,٦٨٥
٤	٠,٦٥٤	١٤	٠,٧٨٧	٢٤	٠,٦٣٣	٣٤	٠,٦٩٨
٥	٠,٥٢١	١٥	٠,٥٨٥	٢٥	٠,٧٠٥	٣٥	٠,٦٦٢
٦	٠,٦٦٦	١٦	٠,٥٥٧	٢٦	٠,٦٣٠	٣٦	٠,٥٢٧
٧	٠,٦٩٨	١٧	٠,٦٣٢	٢٧	٠,٦٣٧	٣٧	٠,٥٦٩
٨	٠,٥٧٨	١٨	٠,٨٢٢	٢٨	٠,٥٢٠	٣٨	٠,٦٩٨
٩	٠,٨١١	١٩	٠,٦٥٤	٢٩	٠,٥٠٣	٣٩	٠,٦٢٥
١٠	٠,٦٨٧	٢٠	٠,٥٤٠	٣٠	٠,٦٠٨	٤٠	٠,٨٠١

يتضح من الجدول رقم (٥) أن معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للمقياس ككل تراوحت قيم معاملات الارتباط ما بين (٠,٥٠٣ – ٠,٨٢٤)، وجميعها دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١) مما يدل على الاتساق الداخلي لمقياس التمكين النفسي، ومن ثم يتمتع بدرجة مناسبة من الكفاءة تجعله صالحاً للاستخدام في البحث الحالي.

٧. **برنامج إرشادي قائم على أبعاد جودة الحياة الشخصية لتنمية التمكين النفسي لدى ضحايا التنمر المدرسي من ذوي الإعاقة الظاهرة والخفية: إعداد/ الباحثة**

تم إعداد البرنامج الإرشادي في ضوء الأُطر النظرية والدراسات والبحوث ذات الصلة بجودة الحياة عامةً، وجودة الحياة الشخصية على وجه الخصوص لاسيما الدراسات التجريبية لدى المراهقين بالمرحلة الإعدادية، مثل: قنديل (٢٠٠٩)، وسليم (٢٠١٥)، ومصيلحي (٢٠١٩)، وعبد (٢٠٢٠)، وحنور وآخرون (٢٠٢١)، والاستفادة من برامجها التدخلية في تصميم البرنامج الإرشادي القائم على أبعاد جودة الحياة الشخصية في البحث الحالي من حيث طريقة صياغة (أهداف البرنامج، والاستراتيجيات والفنيات المستخدمة، والأدوات الملائمة، والزمن المناسب لكل جلسة، وتقييم أداء المشاركين، وطريقة تقييم المشاركين لمحتوى كل جلسة تدريبية)، إلى جانب خصائص الأفراد ضحايا التنمر.

هدف البرنامج:

يهدف البرنامج الإرشادي القائم على أبعاد جودة الحياة الشخصية (الرضا عن الذات، والرضا عن الحياة، وتقدير الذات والتسامي بها، والاستقلالية، والتسامح، وحل المشكلات، والطمأنينة الانفعالية) إلى تنمية التمكين النفسي لدى ضحايا التنمر المدرسي من ذوي الإعاقة الظاهرة والخفية.

أسس البرنامج:

حددت الباحثة بعض الأسس التي استند إليها البرنامج الإرشادي وهي كما يلى:

١.تم بناء البرنامج على أُسس علمية من خلال الإطار النظري والدراسات السابقة والإطلاع على البرامج السيكولوجية التي اهتمت بتنمية وتحسين جودة الحياة عامةً، وجودة الحياة الشخصية على وجه الخصوص لدى المراهقين بالمرحلة الإعدادية.

٢.تم وضع تصور مبدئي للإطار العام للبرنامج المستخدم بحيث يتضمن الاهداف، والفئة المستهدفة، بالإضافة إلى محتوى الأنشطة التدريبية، والمهام المقترحة للأهداف الفرعية.

٣.تم استخدام عدة فنيات وأساليب لترجمة أهداف البرنامج إلى سلوكيات وممارسات وهي: (المحاضرة، والمناقشة والحوار، والضبط الذاتي، والاسترخاء، والتسامي بالذات، والعصف الذهني، والتأمل، وإعادة البناء المعرفي، والقصة، والنمذجة، والتعزيز الإيجابي، والفكاهة المرح، والتغذية الراجعة، والواجبات المنزلية).

الإجراءات العملية لتنفيذ البرنامج:

يتكون البرنامج الإرشادي في البحث الحالي من (١٨) جلسة إرشادية، تشتمل على العديد من الأنشطة المستندة إلى الإرشاد النفسي الإيجابي، حيث استغرقت عملية التدريب على البرنامج (٦) أسابيع بواقع (٣) جلسات أسبوعياً، وتراوحت مدة الجلسة الواحدة بين (٥٠ – ٦٠ دقيقة) تبعاً لطبيعة محتوى كل جلسة، وذلك بهدف تدريب المشاركين من أفراد المجموعة التجريبية على جودة الحياة الشخصية من خلال أبعادها، وذلك من خلال تقديم محتوى تدريبي يتناسب مع طبيعة هذه الأبعاد باستخدام مجموعة من الفنيات التدريبية الملائمة؛ بهدف إكساب المشاركين المعارف والمهارات والاتجاهات التي تُحسِّن لديهم جودة الحياة الشخصية، وتم عرض كل نشاط تدريبي منها في ضوء: الهدف من الجلسة، والأدوات المستخدمة في كل جلسة، والمدة الزمنية لتطبيق الجلسة، بالإضافة إلى خطوات تنفيذ الجلسة وتقويمها، وتم توضيح ذلك تفصيلاً من خلال (ملحق ٣)، والذي يشتمل على جلسات البرنامج الإرشادي

المستخدم، متضمناً أهداف كل جلسة ومحتواها وكيفية إجرائها.

التحقق من صلاحية البرنامج:

للتحقق من صلاحية محتوى البرنامج التدريبي قامت الباحثة بعرضه على مجموعة من السَّادة المحكَّمين المتخصصين في التربية الخاصة وعلم النفس التربوي والصحة النفسية ببعض الجامعات المصرية والعربية (ملحق ١)، وذلك لأخذ آرائهم حول البرنامج وأهدافه، والحكم على مدى صلاحيته للتطبيق، وبعد تجميع آراء ومقترحات السَّادة المحكَّمين عملت الباحثة على تفريغها، وتم التعديل، والاستبعاد لما قل الاتفاق عليه فيما بينهم بنسبة (٨٠%)، وعليه كانت صلاحية البرنامج الحالي للتطبيق؛ حيث أشارت نتائج اتفاق السادة المحكمون على عناصر التحكيم للبرنامج الإرشادي إلى نسب مرتفعة مما يدل على صلاحية البرنامج للتطبيق، وقد تم تعديل البرنامج وإضافة آراء ومقترحات السَّادة المحكَّمين لا سيَّماذات الصلة بأهداف البرنامج الإجرائية والفنيات التدريبية.

تقييم البرنامج:

تم تقييم البرنامج الإرشادي الحالى من خلال تطبيق مقياس التمكين النفسي على المشاركين ومقارنة درجات أفراد المجموعة التجريبية بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج مع درجاتهم قبل تطبيقه، وكذا مقارنة درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج، وذلك بالطرق الإحصائية المناسبة للوقوف على تقييم أداء البرنامج. كما تم إعادة تطبيق مقياس التمكين النفسي على أفراد المجموعة التجريبية فقط بعد مرور شهر من القياس البعدي ومقارنة نتائج القياس التتبعي بالقياس البعدي للوقوف على ثبات تأثير البرنامج واستمرار فعاليتة على أفراد المجموعة التجريبية.

نتائج البحث وتفسيرها:

١. نتائج الفرض الأول:

ينص هذا الفرض على: "**توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس التمكين النفسي لصالح القياس البعدي**".

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار ويلكوكسون Wilcoxon Test اللابارامتري لحساب دلالة الفروق بين مجموعتين مرتبطتين، كما هو موضح بالجدول رقم (٦):

جدول رقم (٦) دلالة الفروق بين متوسط رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس القبلي ومتوسط رتب درجاتهم في القياس البعدي في التمكين النفسي.

متغير البحث		الفروق	ن	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة "T" الصغرى	قيمة "Z"	مستوى الدلالة الإحصائية	حجم التأثير
التمكين النفسي	المعنى	الرتب السالبة	صفر	صفر	صفر	صفر	-٢,٦٦٨	دالة	٠,٨٨٩
		الرتب الموجبة	٩	٥	٤٥				
		المحايد	صفر						
		المجموع	٩						
	التأثير	الرتب السالبة	صفر	صفر	صفر	صفر	-٢,٦٦٨	دالة	٠,٨٨٩
		الرتب الموجبة	٩	٥	٤٥				
		المحايد	صفر						
		المجموع	٩						
	الكفاءة الذاتية	الرتب السالبة	صفر	صفر	صفر	صفر	-٢,٦٧٧	دالة	٠,٨٩٢
		الرتب الموجبة	٩	٥	٤٥				
		المحايد	صفر						
		المجموع	٩						
	تقرير المصير	الرتب السالبة	صفر	صفر	صفر	صفر	-٢,٦٦٨	دالة	٠,٨٨٩
		الرتب الموجبة	٩	٥	٤٥				
		المحايد	صفر						
		المجموع	٩						
	الدرجة الكلية	الرتب السالبة	صفر	صفر	صفر	صفر	-٢,٦٦٨	دالة	٠,٨٨٩
		الرتب الموجبة	٩	٥	٤٥				
		المحايد	صفر						
		المجموع	٩						

* قيمة "T" الجدولية (ن= ٩) عند مستوى (٠,٠١) = ٣، وعند مستوى (٠,٠٥) = ٨ لدلالة الطرف الواحد.

يتضح مما سبق في الجدول رقم (٦) أن قيمة "T" الصغرى "المحسوبة" للفروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي دالة إحصائياً عند مستويي (٠,٠١، ٠,٠٥) على مقياس التمكين النفسي بأبعاده ودرجته الكلية لصالح القياس البعدي، حيث ارتفعت درجة التمكين النفسي في القياس البعدي مقارنة بالقياس القبلي. وهذه النتيجة في مجملها تُحقق صحة الفرض الأول.

وبالرغم من ذلك فقد أشار الدردير (٢٠٠٦، ٧٦) إلى أن الإكتفاء بالدلالة الإحصائية للفرق بين قياسين أو مجموعتين ليس دليلاً كافياً على أهمية هذا الفرق، ولكن هناك أمور أخرى تؤخذ في الاعتبار كحجم التأثير Effect Size الخاص بالمتغير المستقل على المتغير التابع. لذا فقد قامت الباحثة بحساب حجم التأثير فى حالة اختبار ويلكوكسون Wilcoxon Test كما أشار إليها خطاب (٢٠٠٩، ٦٨٦)؛ حيث جاءت قيمة حجم تأثير البرنامج الإرشادي في تنمية التمكين النفسي (٠,٨٨٩؛ ٠,٨٨٩؛ ٠,٨٩٢؛ ٠,٨٨٩، ٠,٨٨٩) ودرجته الكلية على الترتيب كما هو موضح بالجدول رقم (٣) السابق، وهي قيم تدل على حجم تأثير كبير، الأمر الذي يؤكد على فعالية البرنامج المستخدم بما تضمنه من أنشطة وتدريبات في تنمية التمكين النفسي لدى أفراد المجموعة التجريبية.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج بعض الدراسات والبحوث التي تناولت برامج لتنمية التمكين النفسي وأظهرت نتائجها فعالية تلك البرامج، ومنها دراسات: شاهين (٢٠١٧)، وسيد (٢٠٢٠)، ومعوض وآخرون (٢٠٢٢)، والطراونة (٢٠٢٣).

وبالرغم من أنه لا تتوافر لدى الباحثة أي دراسة تدعم أو تدحض هذه النتيجة – نتيجة لندرة الدراسات والبحوث التي تم إجراؤها في إطار تقديم برامج تدخلية لتنمية التمكين النفسي لذوي الإعاقة الظاهرة والخفية–؛ فإن هذه النتيجة تبدو منطقية، فقد جاءت متفقة مع ما جاء في أدبيات علم النفس الإيجابي حول دور أبعاد جودة الحياة الشخصية وفعاليتها في تنمية التمكين النفسي وأبعاده، حيث أتفق على هذا العديد من الدراسات والبحوث أمثال: (العكيلي، ٢٠١٧؛ والقحطاني، ٢٠١٧؛ Flaherty et al., 2017؛ وعبد الفتاح، ٢٠١٨؛ وعبد الله، ٢٠١٩؛ وشرفاوي وآخرون، ٢٠٢١)؛ حيث إن كل من الرضا عن الذات، والرضا عن الحياة، وتقدير الذات والتسامي بها، والاستقلالية، والتسامح، وحل المشكلات، والطمأنينة الانفعالية من المكونات الإيجابية التي تلعب دوراً مهماً في تمكين الفرد نفسياً؛ ومن ثم فإن المتغير المستقل الذى تم إدخالة على أفراد المجموعة التجريبية وهو البرنامج الإرشادي القائم على أبعاد جودة الحياة الشخصية، هو ما يمكن أن تعزى إليه الفروق الناتجة بين القياسين القبلي والبعدي، وذلك في مقياس التمكين النفسي.

كما يمكن عزو هذه النتيجة أيضاً لأهمية جودة الحياة الشخصية لدى المتعلم، فعندما يصل المتعلم إلى جودة حياة شخصية متكاملة من جميع جوانبها؛ فإن ذلك يمنحه الرضا والانسجام والاستقرار بما ينعكس على حالته النفسية بشكل عام وعلى تمكُّنه النفسي من الثقة بالنفس والوصول إلى الشعور بالمعنى في حياته، والتأثير في الآخرين، والكفاءة الذاتية، والاستقلالية في تصرفاته وتقرير مصيره (درادكه وأبو الحمص، ٢٠٢٤، ٨١٤).

إضافة إلى هذا، فإن ثمة الإشارة إلى أن تدريب المشاركين من أفراد المجموعة التجريبية على ما تضمنه البرنامج الإرشادي من رضا عن الذات، ورضا عن الحياة، وتقدير للذات، واستقلالية، ومرونة نفسية، وإبداع وحل مشكلات، وطمأنينة انفعالية، وذلك باستخدام الاستراتيجيات والفنيات التدريبية مثل: المحاضرة، والمناقشة والحوار، والضبط الذاتي، والاسترخاء، والتسامي بالذات، والعصف الذهني، والتأمل، وإعادة البناء المعرفي، والقصة، والنمذجة، والتعزيز الإيجابي، والفكاهة المرح، والتغذية الراجعة، والواجبات المنزلية لعبت دوراً مهماً وواضحاً في تحسين مستوى جودة حياتهم الشخصية ومن ثم تنمية التمكين النفسي

لديهم؛ حيث إن ممارسة المشاركين للحوار والمناقشة أثناء التدريب والتعلم بشكل تعاوني ساعد في تحسين قدرتهم على الثقة بالذات عند التعبير عما يواجههم من تنمّر، كما أن استخدام لعب الأدوار والتمثيل لمواقف انفعالية أثناء التدريب ساعدهم على التدريب على ضبط النفس والتحكم الذاتي والصمود النفسي والتدقيق عند التفكير في كل الأقوال والأفعال والحركات قبل القيام بها وهذا ما يمكن أن يُسهم في تنمية الكفاءة الذاتية وهي أحد مكونات التمكين النفسي، كما أن استخدام التعزيز الإيجابي كأحد فنيات التدريب ساعد في زيادة رغبة المشاركين في حل المشكلات والمواقف الصعبة التي تضمنها محتوى البرنامج الإرشادي، واستخدام فنية النمذجة ساعدهم في التدريب على استخدام المرونة والتكيف عند التعامل مع المواقف المختلفة لتحقيق أهدفهم المنشودة، ومن ثم فإن الفنيات التدريبية التي استخدمت أثناء تدريب المشاركين من أفراد المجموعة التجريبية ساعدت في تحسين مستوى التمكين النفسي لديهم؛ حيث أصبحوا أكثر شعوراً بمعنى حياتهم، وأكثر تأثيراً في الآخرين، وأكثر كفاءة ذاتية، وأكثر اسستقلالية في تصرفاتهم وتقرير مصيرهم.

ومما سبق عرضه من نتائج تتعلق بهذا الفرض ومناقشتها وتفسيرها تضح فعالية البرنامج الإرشادي القائم على أبعاد جودة الحياة الشخصية في تنمية التمكين النفسي لدى ضحايا التنمر المدرسي من ذوي الإعاقة الظاهرة والخفية.

٢. **نتائج الفرض الثاني**:

ينص الفرض الثاني على أنه "**توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس التمكين النفسي في اتجاه أفراد المجموعة التجريبية**".

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار مان – ويتنى Mann-Whitney Test اللابارامتري لحساب دلالة الفروق بين مجموعتين مستقلتين، كما هو موضح بالجدول رقم (٧):

جدول رقم (٧) نتائج اختبار مان ويتنى لدلالة الفروق بين متوسطى درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي في التمكين النفسي.

متغير البحث		المجموعة	ن	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة "U" الصغرى	قيمة "Z"	مستوى الدلالة الإحصائية	حجم التأثير
التمكين النفسي	المعنى	التجريبية	٩	١٤	١٢٦	صفر	-٣,٥٨٧	دالة	٠,٨٤٥
		الضابطة	٩	٥	٤٥				
	التأثير	التجريبية	٩	١٤	١٢٦	صفر	-٣,٥٨٢	دالة	٠,٨٤٤
		الضابطة	٩	٥	٤٥				
	الكفاءة الذاتية	التجريبية	٩	١٤	١٢٦	صفر	-٣,٥٨٧	دالة	٠,٨٤٥
		الضابطة	٩	٥	٤٥				
	تقرير المصير	التجريبية	٩	١٤	١٢٦	صفر	-٣,٥٨٥	دالة	٠,٨٤٥
		الضابطة	٩	٥	٤٥				
	الدرجة الكلية	التجريبية	٩	١٤	١٢٦	صفر	-٣,٥٨٠	دالة	٠,٨٤٣
		الضابطة	٩	٥	٤٥				

* قيمة "U" الجدولية عند مستوى (٠,٠١) = ١٤، وعند مستوى (٠,٠٥) = ٢١ لدلالة الطرف الواحد.

يتضح من الجدول رقم (٧) أن قيمة "U" الصغرى "المحسوبة" للفروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياسين البعدي دالة إحصائيًا عند مستويي (٠,٠١، ٠,٠٥) على مقياس التمكين النفسي بأبعاده ودرجته الكلية لصالح أفراد المجموعة التجريبية، حيث ارتفعت درجة التمكين النفسي لدى أفراد المجموعة التجريبية مقارنة بأفراد المجموعة الضابطة. وهذه النتيجة تُحقق صحة الفرض الثاني.

كما تم حساب حجم التأثير Effect Size فى حالة اختبار مان – ويتنى - Mann Whitney Test كما أشار إليها خطاب (٢٠٠٩، ٦٨٠ – ٦٨٢)؛ حيث جاءت قيمة حجم تأثير البرنامج الإرشادي في تنمية أبعاد التمكين النفسي (٠,٨٤٥؛ ٠,٨٤٤؛ ٠,٨٤٥؛ ٠,٨٤٥، ٠,٨٤٣) ودرجته الكلية على الترتيب كما هو موضح بالجدول رقم (٤) السابق، وهي قيم تدل على حجم تأثير كبير، مما يشير إلى تحسن أداء أفراد المجموعة التجريبية الأمر الذي يؤكد على فعالية البرنامج المستخدم بما تضمنه من أنشطة وتدريبات لدى المشاركين من أفراد المجموعة التجريبية.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسات كل من: الكريع وعربيات (٢٠٢٢)، والعشوش (٢٠٢١)، والطراونة (٢٠٢٣)، والليثي (٢٠٢٣)، والتي أشارت إلى وجود تحسن في التمكين النفسي لدى أفراد المجموعة التجريبية.

ويمكن عزو هذه النتيجة إلى العلاقة بين جودة الحياة والتمكين النفسي؛ حيث اتفق كل من ميجويل (Miguel, 2015, 901)، وشاهين (٢٠١٧، ٢)، وأبو هاشم (٢٠١٨، ٣٧٤)، ومصري ومخامرة (٢٠٢١، ١٥٢) على أن التمكين النفسي يُعتبر أحد أهم أدوات التنمية البشرية التي تُسهم في رفع كفاءة الإنسان، حيث تطلق إمكاناته وتستثمرها من أجل تطوير قدرته على الإنجاز وتحسين جودة حياته، وعلى المساهمة الفاعلة في خطط التنمية بالمجتمعات التي تنتمي إليها، وينظر إلى التمكين النفسي على أنه توفير الأُسس التي تُتيح للأفراد أو للجماعات اكتساب القدرة على التحكم في محددات جودة حياتهم، وتسييرها بشكل مبتكر وإبداعي.

كما يمكن تفسير هذه النتيجة في إطار ما أشار إليه حكمي (٢٠٢٠، ١٩٨ – ١٩٩) أن التمكين النفسي مصدر قوة وطاقة تعمل على تحرير الإنسان من قيود الآخرين، وعدم خضوعه لتحكمهم، ويستطيع من خلالها تحقيق الأهداف التي يصبوا إليها، والقدرة على التعايش مع متطلبات المواقف، وزيادة الشعور بالكفاءة الذاتية، والإحساس بالقيمة؛ الأمر الذي يجعل الفرد يشعر بجودة حياته الشخصية، ومن ثم فإن التمكين النفسي لدى الطلاب وبخاصة المراهقين منهم يُعد هدف أسمى يسعى له كل شخص في ظل الظروف المتلاحقة والسريعة التغير، في محاولة لتحقيق جودة الحياة والشعور بتحسين الحال من خلال التمكين النفسي، مما يُسفر عن صحة نفسية إيجابية.

ويمكن أيضاً إرجاع هذه النتيجة من نجاح في البرنامج لدى أفراد المجموعة التجريبية مقارنة مع المجموعة الضابطة إلى مهارة العلاقة الإرشادية؛ حيث تُعد حجر الزاوية في نجاح البرنامج الإرشادي الحالي، لما لها من أهمية قصوى في النتائج، وهذا يتفق مع ما أشار إليه كل من شاهين (١٩٩٢، ٣٦)؛ ونيستل (٢٠١٥، ٨٣)؛ وأبو عيطة (٢٠٢٥، ٦٤) أن العلاقة بين المرشد والمسترشد أهم من الفنيات، لأنه إلتقاء شخصي وروحي بين كينونتين إنسانيتين تواجه كل منهما الأخرى، وأنها الطريق لقلوب هؤلاء الأشخاص الذين نود تقديم الخدمات إليهم.

وترى الباحثة أيضاً أن ثمة مجموعة من الأسباب ساهمت في تحقيق هذه النتيجة، منها: مراعاة اختيار المكان المناسب والتوقيت المناسب لأطراف العملية الإرشادية (الباحثة – أفراد المجموعة التجريبية) لتنفيذ جلسات البرنامج الإرشادي، وكذا مراعاة خصائص الأفراد ضحايا التنمّر من ذوي الإعاقة الظاهرة والخفية سواء كانت تلك الخصائص معرفية، أو انفعالية، أو سلوكية؛ إضافة إلى مراعاة السلاسة في الأسلوب والمعاملة بما يتناسب مع مرحلة المراهقة

المبكرة (المرحلة الإعدادية)؛ مما أدى إلى فعالية البرنامج المستخدم في تنمية التمكين النفسي للمجموعة التجريبية دون الضابطة.

٣. نتائج الفرض الثالث:

ينص الفرض الثالث على أنه "**لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي (بعد مرور شهر من القياس البعدي) على مقياس التمكين النفسي**". وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار ويلكوكسون Wilcoxon Test اللابارامتري لدلالة الفروق بين مجموعتين مرتبطتين، كما بالجدول رقم (٨):

جدول رقم (٨) دلالة الفروق بين متوسط رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي ومتوسط رتب درجاتهم في القياس التتبعي في التمكين النفسي.

متغير البحث		الفروق	ن	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة "T" الصغرى	قيمة "Z"	مستوى الدلالة الإحصائية
التمكين النفسي	المعنى	الرتب السالبة	صفر	صفر	صفر	صفر	-١,٤١٤	غير دالة
		الرتب الموجبة	٢	١,٥٠	٣			
		المحايد	٧					
		المجموع	٩					
	التأثير	الرتب السالبة	١	١	١	١	-٠,٤٤٧	غير دالة
		الرتب الموجبة	١	٢	٢			
		المحايد	٧					
		المجموع	٩					
	الكفاءة الذاتية	الرتب السالبة	صفر	صفر	صفر	صفر	-١,٣٤٢	غير دالة
		الرتب الموجبة	٢	١,٥٠	٣			
		المحايد	٧					
		المجموع	٩					
	تقرير المصير	الرتب السالبة	١	٢,٥٠	٢,٥٠	٢,٥٠	-٠,٢٧٢	غير دالة
		الرتب الموجبة	٢	١,٧٥	٣,٥٠			
		المحايد	٦					
		المجموع	٩					
	الدرجة الكلية	الرتب السالبة	١	٢,٥٠	٢,٥٠	٢,٥٠	-١,٣٥٥	غير دالة
		الرتب الموجبة	٤	٣,١٢	١٢,٥٠			
		المحايد	٤					
		المجموع	٩					

* قيمة "T" الجدولية (ن= ٢، ٣، ٥) عند مستويي (٠,٠١، ٠,٠٥) = صفر لدلالة الطرفين؛ بعد استبعاد المحايد.

يتضح من الجدول رقم (٨) أن قيمة "T" الصغرى "المحسوبة" للفروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي غير دالة إحصائيًا عند مستويي (٠,٠١، ٠,٠٥) على مقياس التمكين النفسي بأبعاده ودرجته الكلية، مما يؤكد استمرار فعالية البرنامج الإرشادي المستخدم لدى أفراد المجموعة التجريبية وبقاء أثره خلال فترة المتابعة. وهذه النتيجة تُحقق صحة الفرض الثالث.

وتتفق هذه النتيجة أيضًا مع نتائج دراسات كل من: الشريفين (٢٠٢٠)، وعقل (٢٠٢١)، والطراونة (٢٠٢٣)، والتي أشارت نتائجها إلى استمرار فعالية برامج التدخل في تنمية التمكين النفسي لدى أفراد المجموعة التجريبية وبقاء أثره خلال فترة المتابعة.

ويمكن للباحثة عزو استمرارية الأثر الإيجابي للبرنامج الإرشادي في تنمية التمكين النفسي لدى المشاركين من أفراد المجموعة التجريبية وعدم حدوث انتكاسة لهم خلال فترة المتابعة والتي استمرت شهر إلى تحفيز دوافع المشاركين؛ حيث اهتمت الباحثة بتحفيز دوافع المشاركين للانسجام والاندماج في أنشطة البرنامج الإرشادي، من خلال بث روح الود والأُلفة والتقدير والتقبُل الإيجابي بين المشاركين، وتوعيتهم بالفوائد الإرشادية والنتائج الإيجابية المتوقعة من البرنامج، مما انعكس على المواظبة والمشاركة الفعَّالة في انشطة البرنامج وجلساته الإرشادية، وهو الأمر الذي من شأنه أسهم بشكل أساسي في استمرار الأثر خلال فترة المتابعة.

كما يمكن عزو هذه النتيجة أيضًا إلى استخدام الواجبات المنزلية حيث ساهم بدور كبير في استمرار فعاَّلية البرنامج الإرشادي؛ حيث كانت الباحثة تتابع الأنشطة المطلوبة من الفرد (كواجب منزلي) وتحثه على تطبيق ما يُكلف به من مهام؛ الأمر الذي ساهم بشكل كبير في انتقال أثر التدريب لدى المشاركين من أفراد المجموعة التجريبية، من الجلسات الإرشادية إلى حياتهم، وعدم حدوث إنتكاسة بعد انتهاء الجلسات الإرشادية، واستمرار ما يمكن أن يكون قد حدث من تحسن والإبقاء عليه.

وكذلك يمكن إرجاع استمرارية فعَّالية البرنامج الإرشادي المستخدم في تنمية التمكين النفسي لدى المشاركين من أفراد المجموعة التجريبية إلى استمرار المشاركين في تطبيق الفتيات والأساليب التي تدربوا عليها من خلال الجلسات الإرشادية للبرنامج بشكل دوري إلى ما بعد فترة المتابعة (شهر)، كأسلوب حياة لا غنى عنه، مما جعلهم يتفاعلون بشكل جيد في أي موقف اجتماعي.

إضافة إلى ما سبق ترى الباحثة أن حرص أمهات أفراد المجموعة التجريبية من ضحايا التنمّر على التواصل معها بشكل دائم إلى ما بعد فترة المتابعة ساهم بشكل كبير في استمرار فعَّالية البرنامج الإرشادي لدى أبنائهن.

ونظراً لكل ما سبق كانت النتيجة هي الأثر الإيجابي الكبير للبرنامج الإرشادي القائم على أبعاد جودة الحياة الشخصية في تنمية التمكين النفسي لدى المشاركين، وهذا ما أوضحته نتائج القياس التتبعي مقارنة بالقياس البعدي والتي أشارت إلى استمرار فعَّالية البرنامج الإرشادي.

تضمينات ختامية وتوصيات وبحوث مستقبلية:

كشف البحث الراهن عن نتائج مؤدَّاها فعالية البرنامج الإرشادي القائم على أبعاد جودة الحياة الشخصية في تنمية التمكين النفسي لدى عينة من المراهقين بالمرحلة الإعدادية من ضحايا التنمّر المدرسي من ذوي الإعاقة الظاهرة والخفية؛ وفي ضوء ما أسفرت عنه نتائج البحث الحالي تقدم الباحثة بعض التوصيات التالية:

١. الاستفادة التربوية من نتائج البحث الحالي في تنمية التمكين النفسي من خلال البرنامج الإرشادي القائم على أبعاد جودة الحياة الشخصية لدى ضحايا التنمّر المدرسي من ذوي الإعاقة الظاهرة والخفية داخال وخارج الوسط المدرسي.
٢. الاهتمام بسيكولوجية التنمر المدرسي لدى المراهقين ذوي الإعاقة الظاهرة والخفية.
٣. تدريب الأخصائيين النفسيين بالمدارس الإعدادية على إعداد البرامج التدريبية، والإرشادية، والعلاجية التي تتصدى لظاهرة التنمر المدرسي، والتغلب على الآثار النفسية التي تخلفها هذه الظاهرة السلبية في البيئة المدرسية لدى ضحايا التنمّر.
٤. تدريب المعلمين على كيفية التعامل الإيجابي مع التلاميذ المتنمّرين، ودعم ضحايا التنمّر.

ولقد آثار ما جاء في البحث الحالي من عرض للإطار النظري وتوظيف للدراسات السابقة ذات الصلة، فضلاً عن نتائج البحث الراهن؛ العديد من التساؤلات التي تحتاج إلى إجراء بعض البحوث للإجابة عنها، والتي ترى الباحثة إمكانية إجرائها في المستقبل كامتداد لهذا البحث، ومنها:

١. دراسة تتبعية طويلة الأمد لضحايا التنمر المدرسي من المراهقين ذوي الإعاقة الظاهرة والخفية بالمرحلة الإعدادية لبعض متغيرات الشخصية الإيجابية.
٢. أثر تنشيط مكونات جهاز المناعة النفسية في خفض بعض المشكلات الانفعالية الناجمة عن تعرض ذوي الإعاقة الظاهرة والخفية بالمرحلة الإعدادية للتنمر المدرسي.

٣. البروفيل النفسي المميز للمراهقين ضحايا التنمر المدرسي من ذوي الإعاقة الظاهرة والخفية بالمرحلة الإعدادية: دراسة مقارنة.

المراجـــع:

القرآن الكريم.

أولاً المراجع العربية:

إبراهيم، سحر حسن. (٢٠١٦). العوامل المنبئة بالهناء النفسي لـدى السـيدات المتزوجـات. *دراسات نفسية، ٢٦ (٢)*، ١٨٣ – ٢٤٩.

إبراهيم، فاطمة محمد؛ وربيع، ولاء علي؛ وعبد اللطيف، منار فتحي. (٢٠٢٠). فعالية برنـامج قائم على العلاج بالمعنى في خفض التنمر المدرسي لـدى عينـة مـن تلاميـذ المرحلـة الإعدادية. *مجلة كلية التربية، جامعة بني سويف، ١٧ (٩٩)*، ٣، ٤٠٠ – ٤٢٨.

أبو حطب، فؤاد عبد اللطيف؛ وصادق، آمال مختار؛ وعبد العزيز، مصطفى محمـد. (٢٠٠٥). *اختبارات كاتـل للعامل العام: مقياس الذكاء المتحرر من أثـر الثقافـة*. مكتبـة الأنجلـو المصرية.

أبو علام، رجاء محمود. (٢٠٠٣). *التحليل الاحصائي للبيانات باستخدام برنـامج SPSS*. دار النشر للجامعات.

أبو العلامين، محمود أحمد؛ وعلي، محمد سعد؛ وسعودي، محمـد محمـود. (٢٠٢١). الـدور الوسيط للتمكين النفسي في العلاقة بين التفاؤل كسمة والتفكير الابتكاري لـدى المتفـوقين عقلياً. *مجلة التربية، كلية التربية بالقاهرة، جامعة الأزهـر الشـريف، ١٩١، ٤*، ٣٠٧ – ٣٣٧.

أبو عيطة، سهام. (٢٠٢٥). *مقدمة في الإرشاد الأُسري*. دار الفكر ناشرون وموزعون.

أبو منشار، آمال. (٢٠٢٤). التمكين النفسي وعلاقته بالطموح المستقبلي لدى طلبة كليات الطب في الجامعات الفلسطينية. *رسالة ماجستر*، كلية الدراسات العليا، جامعة الخليل، فلسطين.

أبو هاشم، هاني محمد. (٢٠١٨). التمكين النفسي وجودة الحياة الأُسرية لـدى المـراهقين ذوي الإعاقة السمعية. *دراسات عربية في التربية وعلم النفس، ٩٣، ٢*، ٣٧١ – ٤٠٤.

إدريس، مي (٢٠٢١). جودة الحياة وعلاقتها بالقلق الاجتمـاعي لـدى الطالبـات الجامعيـات المصريات والسعوديات: دراسة ثقافية. *مجلة كلية الآداب، جامعة القاهرة، ٨١ (١)*، ٢٦١ – ٣٣٩.

البطاشية، أمل؛ والسعيدية، فهيمة؛ والظفري، سعيد. (٢٠٢٤). نمذجة العلاقـات بـين الـذكاء

الاجتماعي والتنمر المدرسي والتوافق النفسي. *مجلة جامعة النجاح للأبحاث- ب (العلوم الإنسانية، ٣٨ (١)*، ٦٧ – ١٠٨.

البنتان، مشعل الأسمر. (٢٠١٩). العوامل الاجتماعية المؤدية لسلوك التنمر لطلاب المرحلة المتوسطة بمنطقة حائل: دراسة من منظور الممارسة العامة في الخدمة الاجتماعية. *مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية، جامعة بابل، ٤٢*، ١٠٣ – ١٣١.

تواتي، خضرون (٢٠٢٢). جودة الحياة الأسرية وعلاقتها بالامن الأسري لدى عينة من الأبناء المراهقين بمدينة الأغواط – الجزائر. *مجلة العلوم الإنسانية والحضارة، جامعة عمار ثليجي – الأغواط، الجزائر، ٧ (١)*، ٤٩٣ – ٥١٠.

جوهر، إيناس سيد. (٢٠٢١). رأس المال النفسي وعلاقته بالتمكين النفسي والاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال. *مجلة الطفولة والتربية، كلية رياض الأطفال، جامعة الإسكندرية، ١٣، ٤٨، ٢*، ٤٧٥ – ٥٣٤.

حسن، دينا جمال. (٢٠١٨). سلوك التنمر وعلاقته بكل من الذكاء الاجتماعي والتحكم الذاتي وبعض المتغيرات الديموجرافية لدى طلاب المرحلة الإعدادية. *رسالة ماجستير*، كلية التربية، جامعة عين شمس، مصر.

حسن، عماد أحمد. (٢٠١٤). *اختبار المصفوفات المتتابعة الملونة لـــ "Raven" للأطفال والكبار (٥,٥ – ٦٨,٤ سنة)*. مكتبة الأنجلو المصرية.

حكمي، احمد بن ناصر. (٢٠٢٠). فعالية برنامج إرشادي قائم على التمكين النفسي لتحسين جودة الحياة المدرسية لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدارس إدرة تعليم جازان. *دراسات تربوية ونفسية (مجلة كلية التربية بالزقازيق)، جامعة الزقازيق، ١٠٩، ٢*، ١٩٧ – ٢٣٢.

حنور، قطب عبده؛ محمد، وفاطمة الزهراء الدمرداش؛ ويوسف، هبة السيد. (٢٠٢١). فعالية برنامج إرشادي بالتقبل والالتزام لتحسين جودة الحياة لدى عينة من ضعاف السمع. *مجلة كلية التربية، جامعة كفر الشيخ، ١٠٢*، ٣٢٣ – ٣٤٩.

خطاب، علي ماهر (٢٠٠٨). *القياس والتقويم في العلوم النفسية والتربوية والاجتماعية* (ط ٧). المكتبة الأكاديمية.

خطاب، علي ماهر. (٢٠٠٩). *الإحصاء الاستدلالى في العلوم النفسية والتربوية والاجتماعية*. مكتبة الأنجلو المصرية.

الخولي، محمود سعيد. (٢٠٢٠). فعالية الإرشاد الانتقائي التكاملي في خفض مستوى سلوك التنمّر الإلكتروني لدى الطلاب ذوي الاحتياجات الخاصة. *المجلة العربية لعلوم الإعاقة والموهبة، ٤ (١٤)*، ٣٤٥ – ٣٩٢.

درادكه، يوسف خلف؛ وأبو الحمص، تغريد محمد. (٢٠٢٤). الإسهام النسبي لأبعاد جودة الحياة الشخصية في التمكين النفسي لدى طلبة المرحلة الثانوية. *مجلة قراءات علمية في الأبحاث والدراسات القانونية والإدارية*، ٣١، ٧٩٤ – ٨١٨.

الدردير، عبد المنعم أحمد. (٢٠٠٦). *الإحصاء البارامتري واللابارامتري في اختبار فروض البحوث النفسية والتربوية والاجتماعية*. عالم الكتب.

زهران، سناء حامد (٢٠١٧). جودة الحياة وأساليب المعاملة الوالدية المدركة وعلاقتهما بالبطر النفسي لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات "دراسة تنبؤية". *المجلة المصرية للدراسات النفسية، ٢٧ (٩٥)*، ١٤٩ – ٢٠٩.

الزيات، فتحي مصطفى. (٢٠٠٠). *مقاييس تقدير الخصائص السلوكية للتلاميذ ذوي صعوبات التعلم*. دار النشر للجامعات.

سالم، سهير محمد؛ والنمر، أمال زكريا. (٢٠٠٨). مستوى التمكين النفسي لأمهات الأطفال المعاقين عقلياً وعلاقته بالتكيف النفسي لابنائهن. *العلوم التربوية، معهد الدراسات التربوية، جامعة القاهرة، بحوث المؤتمر الدولي السادس "تأهيل ذوي الاحتياجات الخاصة: رصد الواقع واستشراف المستقبل"، المنعقد خلال الفترة من ١٦ – ١٧ يوليو*، ١، ٤١٩ – ٤٤٣.

سليم، سحر أحمد. (٢٠١٥). فعالية برنامج إرشادي سلوكي في تنمية الكفاءة الاجتماعية وتحسين جودة الحياة لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم. *مجلة التربية الخاصة والتأهيل، مؤسسة التربية الخاصة والتأهيل التربوي، ٢ (٨)*، ٢، ٤٩ – ٨٦.

سيد، لمياء رجب. (٢٠٢٠). فعالية برنامج تدريبي قائم على مناصرة الذات في تنمية التمكين والملكية النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية. *رسالة ماجستير*، كلية التربية، جامعة الإسكندرية، مصر.

شاهين، إيمان فوزي. (١٩٩٢). *الصحة النفسية*. مكتبة زهراء الشرق.

شاهين، إيمان فوزي. (٢٠١٧). فاعلية برنامج إرشادي مختصر قصير المدى قائم على اكتشاف المنفعة وتحديد الأهداف في تنمية التمكين النفسي لدى عينة من طلاب الدراسات العليا. *مجلة الإرشاد النفسي، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، ٥٢، ١*، ١ – ٥٩.

الشخص، عبد العزيز السيد. (٢٠١٣). *مقياس المستوى الاجتماعي الاقتصادي للأسرة* (ط ٣). مكتبة الأنجلو المصرية.

شرفاوي، عائشة؛ وعيسات، فطيمة الزهرة؛ ومرباح، طه ياسين. (٢٠٢١). أثر جودة الحياة الوظيفية على التمكين النفسي للعاملين في المؤسسة الجزائرية: دراسة ميدانية. *مجلة أبعاد اقتصادية، كلية العلوم الاقتصادية والتجارية، جامعة بومرداس، ١١، ٢*، ١٠٣٢ – ١٠٥٦.

الشريفين، أحمد. (٢٠٢٠). فعالية طرق الإرشاد النفسي الإبداعية في تعديل معتقدات الضبط وتحسين التمكين النفسي لدى المراهقين. *المجلة الأردنية في العلوم التربوية، ١٦ (١)*، ٤٥ – ٦٣.

الشعلان، لطيفة. (٢٠١٩). التمكين النفسي لدى الموظفات الإداريات في الجامعات السعودية وأثره على صحتهن النفسية. *مجلة جامعة الملك خالد للعلوم الإنسانية، ٦ (١)*، ١٤٣ – ١٧٤.

شقير، زينب محمود. (٢٠٢٤). إسهام الخدمات المساندة في تمكين الأشخاص ذوي الإعاقة المدمجين بالمدارس العادية. *مجلة ابداعات تربوية، ٢٨* ، ٩ – ٤٦.

شمبولية، هالة محمد. (٢٠٢٢). فعالية التدريب القائم على التفكير الإيجابي في تحسين جودة الحياة وتنمية مهارات اتخاذ القرار لدى عينة من الشباب الجامعي. *مجلة كلية التربية، جامعة بنها، ٣٣ (١٢٩)*، ٢ ، ٣٠٧ – ٣٥٦.

شيخي، مريم. (٢٠١٤). طبيعة العمل وعلاقتها بجودة الحياة: دراسة ميدانية في ظل بعض المتغيرات. *رسالة ماجستير*، كلية العلوم الإنسانية والعلوم الاجتماعية، جامعة أبي بكر بلقايد– تلمسان، الجزائر.

صغير، عبلة محمد. (٢٠١٨). البنية العاملية المميزة لطبيعة العلاقة بين مكونات الإبداع الوجداني ومكونات التمكين النفسي لدى المراهقين. *المجلة المصرية للدراسات النفسية، ٢٨ (٩٩)*، ٣٢٥ – ٣٦٩.

صقر، هالة أحمد. (٢٠٢١). الثالوث المظلم في الشخصية وعلاقته بالتنمّر التقليدي والإلكتروني لدى طلاب المدارس الثانوية. *المجلة المصرية للدراسات النفسية، ٣١ (١١٠)*، ٢ ، ٤٠١ – ٤٤٠.

الطراونة، أميرة. (٢٠٢٣). فاعلية برنامج إرشادي واقعي لتحسين نوعية الحياة والتمكين النفسي لخفض قلق المستقبل لدى الطلبة الأيام. *رسالة دكتوراه*، كلية الدراسات العليا، جامعة مؤتة، الأردن.

طلب، أحمد علي؛ وسليمان، عمرو محمد. (٢٠١٩). ضحايا التنمر المدرسي من الطلاب ذوي الاحتياجات التربوية الخاصة والعاديين في ضوء بعض المتغيرات. *المجلة التربوية، كلية التربية، جامعة سوهاج، ٦٨* ، ٢٦١٠ – ٢٦٦٧.

عبد، خنساء عبد الرزاق. (٢٠٢٠). أثر برنامج تدريبي في تنمية جودة الحياة لدى طالبات المرحلة الإعدادية النازحات. *المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية، مركز رفاد للدراسات والأبحاث، ٧ (٢)*، ٢٣٢ – ٢٤٨.

عبد العزيز، منى عبد العزيز. (٢٠١٧). برنامج تعديل السلوك لخفض حدة التنمر لدى عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية. *رسالة ماجستير*، كلية التربية، جامعة عين شمس، مصر.

عبد الفتاح، أسماء فتحي. (٢٠١٨). التأثيرات المباشرة وغير المباشرة لكل من التمكين النفسي والشفقة بالذات والمثابرة الاكاديمية لدى طلاب الصفين الأول والثاني بمرحلة الثانوية العامة. *مجلة كلية التربية، جامعة أسيوط، ٣٤ (١٢)*، ٢، ٦٩٣ – ٧٣٢.

عبد الله، حنان موسى. (٢٠١٩). التمكين النفسي والالتزام التنظيمي الوجداني كمنبئين بالتدفق النفسي لدى أعضاء هيئة التدريس الجامعي. *دراسات عربية في التربية وعلم النفس، ١١٦*، ٢، ٩٣ – ١٥٤.

العتيري، منصور عمر. (٢٠١٨). التنمّر المدرسي لدى بعض تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي. *مجلة كلية الآداب، جامعة الزاوية*، ٢٦، ١ – ٢٢.

عثمان، محمود أبو المجد. (٢٠١٧). جودة الحياة والشعور بالوحدة النفسية لدى طالبات شعبة الطفولة مرتفعي ومنخفضي إدمان الهواتف الذكية. *المجلة المصرية للدراسات النفسية، ٢٧ (٩٥)*، ٣٦٩ – ٤٠٧.

العشوش، هدى منصور. (٢٠٢١). فاعلية برنامج إرشادي انتقائي في تنمية التمكين النفسي وخفض السلوك اللاحضاري لدى عينة من طالبات المرحلة الثانوية في لواء الشونة الجنوبية. *رسالة دكتوراه*، كلية الدراسات العليا، جامعة العلوم الإسلامية العالمية، الأردن.

عقل، بدير عبد النبي. (٢٠٢١). إدارة الذات والمهارات الحياتية كمدخل إرشادي لتمكين كبار السن ذوي الإعاقة الحركية في المجتمع. *المجلة العربية للإعاقة والموهبة، ٥ (١٨)*، ١٠٩ – ١٤٤.

العكيلي، جبار وادي. (٢٠١٧). المناعة النفسية لدى طلبة الجامعة وعلاقتها بالوعي بالذات والعفو. *دراسات عربية في التربية وعلم النفس، ٨١*، ٤٢٣ – ٤٥٤.

العموش، أحمد فلاح. (٢٠١١). العنف المدرسي في مجتمع الإمارات. *رسالة ماجستير*, عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي, جامعة الشارقة، الإمارات.

العنزي، فرحان بن سالم. (٢٠٢١). التمكين النفسي وعلاقته بجودة الحياة الأكاديمية لدى عينة من طلاب جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية. *مجلة العلوم التربوية، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية*، ٢٨، ٩١ – ١٩٢.

القحطاني، ظافر بن محمد. (٢٠١٧). جودة الحياة وعلاقتها بالسمات الشخصية لدى الطلاب الجامعيين. *مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية*، ٤٥، ٢٨٩ – ٣٤٦.

قنديل، إيمان رجب. (٢٠٠٩). فاعلية برنامج إرشادي في تنمية مهارات الاستقلال الذاتي لتحسين جودة الحياة لدى عينة من المراهقين المعاقين عقلياً القابلين للتعلم. *رسالة دكتوراه*، كلية التربية، جامعة بنها، مصر.

كامل، عبد الوهاب محمد. (٢٠٠٧). *اختبار المسح النيورولوجى السريع لتشخيص صعوبات التعلم عند الأطفال، كراسة تعليمات*. مكتبة النهضة المصرية.

الكريع، أسماء عبد الرحمن؛ وعربيات، أحمد عبد الحليم. (٢٠٢٢). فاعلية برنامج إرشادي واقعي لتنمية التمكين النفسي لدى الطالبات المتوقع تخرجهن في جامعة تبوك. *مجلة العلوم الاجتماعية، مجلس النشر العلمي، جامعة الكويت، ٥٠ (٤)*، ١٢٣ – ١٥٠.

الليثي، أحمد حسن. (٢٠٢٣). فاعلية العلاج بالقبول والإلتزام (ACT) في تنمية التمكين النفسي والصمود الأكاديمي لطلاب الجامعة مدمني المواد ذات التأثير النفسي. *المجلة المصرية للدراسات النفسية، ٣٣ (١١٩)*، ١ – ٦٢.

محمد، مهره حمير. (٢٠١٣). التنمر لدي طلبة المدارس في دولة الإمارات العربية المتحدة. *رسالة ماجستير*، كلية الآداب والعلوم الإنسانية والاجتماعية, جامعة الشارقة، الإمارات.

المحمودي، معيوف بطي؛ والخثعمي، صالح سفير. (٢٠٢٣). فعالية برنامج إرشادي قائم على العلاج المتمركز على التعاطف في خفض أعراض القلق لدى ضحايا التنمر من طلاب المرحلة المتوسطة. *مجلة الآداب للدراسات النفسية والتربوية، كلية الآداب، جامعة نمار، ٥ (٤)*، ١١٤ – ١٥٩.

مصري، إبراهيم سليمان؛ ومخامرة، كمال. (٢٠٢١). التمكين النفسي وعلاقته بجودة الحياة الوظيفية لدى أفراد الشرطة الفاسطينية في محافظة الخليل. *مجلة العلوم التربوية والنفسية، المركز القومي للبحوث- غزة، ٥ (٤٧)*، ١٥٠ – ١٧٣.

مصطفى، محمد مصطفى. (٢٠٢٠). فعالية برنامج إرشادي قائم على العلاج المرتكز على التعاطف في خفض اضطراب ما بعد الصدمة لدى ضحايا التنمر الإلكتروني. *المجلة التربوية، كلية التربية، جامعة سوهاج، ٧٣*، ٨٧٣ – ٩٦٨.

مصيلحي، نورا مصيلحي. (٢٠١٩). فاعلية وحدة دراسية مقترحة في الاقتصاد المنزلي قائمة على أهداف التربية القيادية لتنمية مهارات قيادة التغيير وجودة الحياة لطالبات المرحلة الإعدادية. *بحوث عربية في مجالات التربية النوعية، رابطة التربويين العرب، ١٦*، ١٤٧ – ٢٠١.

معوض، مروة نشأت؛ والسيد، انسام مصطفى؛ وخضر، محمد أبو الفتوح. (٢٠٢٢). فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي لتحسين التمكين النفسي لدى المراهقات الكفيفات. *مجلة*

كلية التربية، جامعة كفر الشيخ، ١٠٧، ٤٦٣ – ٤٨٦.

نعيسة، رغداء علي. (٢٠١٢). جودة الحياة لدى طلبة جامعتي دمشق وتشرين. *مجلة جامعة دمشق، ٢٨ (١)*، ١٤٥ – ١٨١.

نيستل، ميشيل. س. (٢٠١٥). *المدخل إلى الإرشاد النفسي من منظور فني وعملي*. ترجمة: الشريفين، أحمد عبد الله؛ وسعد، مراد علي. دار الفكر ناشرون وموزعون.

الوكيل، حلمي أحمد؛ والمفتي، محمد أمين. (٢٠١٢). *أسس بناء المناهج وتنظيماتها* (ط ٥). دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.

ثانياً: ترجمة المراجع العربية:

Alquran Alkarim.

Ibrahim, Sahar Hassan. (2016). Predictors of psychological well-being among married women. Psychological Studies, 26 (2), 183 – 249.

Ibrahim, Fatima Muhammad; Rabie, Walaa Ali; and Abdel Latif, Manar Fathy. (2020). The effectiveness of a program based on meaning therapy in reducing school bullying among a sample of middle school students. Journal of the Faculty of Education, Beni Suef University, 17 (99), 3, 400 – 428.

Abu Hatab, Fouad Abdel Latif; Sadek, Amal Mukhtar; and Abdel Aziz, Mustafa Muhammad. (2005). Cattell General Factor Tests: A measure of intelligence free from the influence of culture. Anglo Egyptian Library.

Abu Allam, Raja Mahmoud. (2003). Statistical analysis of data using SPSS. Dar Al-Nashr Lil-Gama'at.

Abu Al-Alamin, Mahmoud Ahmed; Ali, Muhammad Saad; and Saudi, Muhammad Mahmoud. (2021). The mediating role of psychological empowerment in the relationship between optimism as a trait and innovative thinking among intellectually gifted individuals. Journal of Education, Faculty of Education, Cairo University, Al-Azhar University, 191, 4, 307 – 337.

Abu Aita, Siham. (2025). Introduction to family counseling. Dar Al-Fikr Publishers and Distributors.

Abu Manshar, Amal. (2024). Psychological empowerment and its relationship to future ambition among medical students in Palestinian universities. Master's thesis, Faculty of Graduate Studies, Hebron

University, Palestine.

Abu Hashem, Hani Muhammad. (2018). Psychological empowerment and quality of family life among adolescents with hearing disabilities. Arab Studies in Education and Psychology, 93, 2, 371 – 404.

Idris, Mai (2021). Quality of life and its relationship to social anxiety among Egyptian and Saudi female university students: a cultural study. Journal of the Faculty of Arts, Cairo University, 81 (1), 261 – 339.

Al-Batashiyah, Amal; Al-Saeedia, Fahima; and Al-Dhafri, Saeed. (2024). Modeling the relationships between social intelligence, school bullying, and psychological adjustment. An-Najah University Journal for Research-B (Humanities, 38 (1), 67 – 108.

Al-Bantan, Mishaal Al-Asmar. (2019). Social factors leading to bullying behavior among intermediate school students in the Hail region: A study from the perspective of general practice in social service. Journal of the College of Basic Education for Educational and Human Sciences, University of Babylon, 42, 103 – 131.

Tawati, Khadroun (2022). Family life quality and its relationship to family security among a sample of adolescent children in the city of Laghouat - Algeria. Journal of Humanities and Civilization, Amar Telidji University - Laghouat, Algeria, 7 (1), 493 - 510.

Jawhar, Enas Sayed. (2021). Psychological capital and its relationship to psychological empowerment and burnout among kindergarten teachers. Childhood and Education Journal, Faculty of Kindergarten, Alexandria University, 13, 48, 2, 475 - 534.

Hassan, Dina Gamal. (2018). Bullying behavior and its relationship to both social intelligence and self-control and some demographic variables among middle school students. Master's thesis, Faculty of Education, Ain Shams University, Egypt.

Hassan, Imad Ahmed. (2014). Raven's Colored Progressive Matrices Test for Children and Adults (5.5 - 68.4 years). Anglo-Egyptian Library.

Hakmi, Ahmed bin Nasser. (2020). The effectiveness of a counseling program based on psychological empowerment to improve the quality of school life among secondary school students in Jazan Education Administration schools. Educational and Psychological Studies (Journal of the Faculty of Education, Zagazig), Zagazig University, 109, 2, 197 - 232.

Hanour, Qutb Abdo; Muhammad, and Fatima Al-Zahraa Al-Damardash; and Youssef, Hiba Al-Sayed. (2021). The effectiveness of a counseling program based on acceptance and commitment to improve the quality of life among a sample of the hearing impaired. Journal of the Faculty of Education, Kafr El-Sheikh University, 102, 323 - 349.

Khattab, Ali Maher (2008). Measurement and Evaluation in Psychological, Educational and Social Sciences (7th ed.). Academic Library.

Khattab, Ali Maher. (2009). Inferential Statistics in Psychological, Educational and Social Sciences. Anglo-Egyptian Library.

Al-Khawli, Mahmoud Saeed. (2020). The effectiveness of selective integrated counseling in reducing the level of cyberbullying behavior among students with special needs. Arab Journal of Disability and Talent Sciences, 4 (14), 345 – 392.

Dradkeh, Yousef Khalaf; and Abu Al-Hummus, Taghreed Mohammed. (2024). The relative contribution of the dimensions of personal quality of life to psychological empowerment among secondary school students. Journal of Scientific Readings in Legal and Administrative Research and Studies, 31, 794 – 818.

Al-Dardir, Abdel Moneim Ahmed. (2006). Parametric and non-parametric statistics in testing hypotheses of psychological, educational and social research. World of Books.

Zahran, Sanaa Hamed (2017). Quality of life and perceived parental treatment methods and their relationship to psychological arrogance among university students in light of some variables "A predictive study". The Egyptian Journal of Psychological Studies, 27 (95), 149 - 209.

Al-Zayat, Fathi Mustafa. (2000). Scales for assessing behavioral characteristics of students with learning difficulties. Dar Al-Nashr Lil-Gama'at.

Salem, Sohair Mohamed; and Al-Nimr, Amal Zakaria. (2008). The level of psychological empowerment of mothers of mentally disabled children and its relationship to the psychological adjustment of their children. Educational Sciences, Institute of Educational Studies, Cairo University, Special Issue on the Proceedings of the Sixth International Conference "Rehabilitation of People with Special Needs: Monitoring the Reality and Foreseeing the Future", held during the period from July 16 - 17, 1, 419 - 443.

Saleem, Sahar Ahmed. (2015). The effectiveness of a behavioral guidance program in developing social competence and improving the quality of life among students with learning difficulties. Journal of Special Education and Rehabilitation, Special Education and Educational Rehabilitation Foundation, 2 (8), 2, 49 – 86.

Sayed, Lamia Ragab. (2020). The effectiveness of a training program based on self-advocacy in developing empowerment and psychological ownership among a sample of secondary school students. Master's thesis, Faculty of Education, Alexandria University, Egypt.

Shaheen, Iman Fawzy. (1992). Mental health. Zahraa Al-Sharq Library.

Shaheen, Iman Fawzy. (2017). The effectiveness of a brief short-term counseling program based on discovering benefit and setting goals in developing psychological empowerment among a sample of graduate students. Journal of Psychological Counseling, Psychological Counseling Center, Ain Shams University, 52, 1, 1 – 59.

Al-Shakhs, Abdel Aziz Al-Sayed. (2013). The scale of the socio-economic level of the family (3rd ed.). Anglo-Egyptian Library.

Sharfawi, Aisha; and Aissat, Fatima Al-Zahra; and Marbah, Taha Yassin. (2021). The Impact of Quality of Work Life on the Psychological Empowerment of Employees in the Algerian Institution: A Field Study. Journal of Economic Dimensions, Faculty of Economics, Business and Management Sciences, University of Mohamed Bouguerra-Boumerdes, Algeria, 11, 2, 1032-1056.

Al-Sharifain, Ahmed. (2020). The Effectiveness of Creative Psychological Counseling Methods in Modifying Control Beliefs and Improving Psychological Empowerment among Adolescents. Jordanian Journal of Educational Sciences, 16 (1), 45-63.

Al-Shaalan, Latifa. (2019). Psychological Empowerment among Female Administrative Employees in Saudi Universities and Its Impact on Their Mental Health. King Khalid University Journal for Humanities, 6 (1), 143-174.

Shaqir, Zainab Mahmoud. (2024). The Contribution of Support Services in Empowering Persons with Disabilities Integrating into Regular Schools. Journal of Educational Creativity, published by: Arab Educators Association, 28, 9-46.

Shamboulia, Hala Muhammad. (2022). The effectiveness of training based on positive thinking in improving the quality of life and developing

decision-making skills among a sample of university youth. Journal of the Faculty of Education, Benha University, 33 (129), 2, 307 – 356.

Sheikhi, Maryam. (2014). The nature of work and its relationship to the quality of life: A field study in light of some variables. Master's thesis, Faculty of Humanities and Social Sciences, Abu Bakr Belkaid University - Tlemcen, Algeria.

Saghir, Abla Muhammad. (2018). The distinctive factor structure of the nature of the relationship between the components of emotional creativity and the components of psychological empowerment among adolescents. The Egyptian Journal of Psychological Studies, 28 (99), 325 – 369.

Saqr, Hala Ahmed. (2021). The dark triad in personality and its relationship to traditional and electronic bullying among high school students. The Egyptian Journal of Psychological Studies, 31 (110), 2, 401 – 440.

Al-Tarawneh, Amira. (2023). Effectiveness of a realistic counseling program to improve the quality of life and psychological empowerment to reduce future anxiety among students. Ph.D. Thesis, Faculty of Graduate Studies, Mutah University, Jordan.

Talab, Ahmed Ali; and Suleiman, Amr Mohamed. (2019). Victims of school bullying among students with special educational needs and normal students in light of some variables. Educational Journal, Faculty of Education, Sohag University, 68, 2610 – 2667.

Abdul, Khansa Abdul Razzaq. (2020). The effect of a training program on developing the quality of life among displaced preparatory school students. International Journal of Educational and Psychological Studies, Rafad Center for Studies and Research, 7 (2), 232 – 248.

Abdul Aziz, Mona Abdul Aziz. (2017). Behavior modification program to reduce the severity of bullying among a sample of primary school students. Master's thesis, Faculty of Education, Ain Shams University, Egypt.

Abdul Fattah, Asmaa Fathy. (2018). Direct and indirect effects of psychological empowerment, self-compassion, and academic perseverance among first- and second-year high school students. Journal of the Faculty of Education, Assiut University, 34 (12), 2, 693 – 732.

Abdullah, Hanan Mousa. (2019). Psychological empowerment and affective organizational commitment as predictors of psychological

flow among university faculty members. Arab Studies in Education and Psychology, 116, 2, 93 – 154.

Al-Atiri, Mansour Omar. (2018). School bullying among some primary school students. Journal of the Faculty of Arts, Zawia University, 26, 1 – 22.

Othman, Mahmoud Abu Al-Majd. (2017). Quality of life and sense of psychological loneliness among female students of the childhood department with high and low smartphone addiction. The Egyptian Journal of Psychological Studies, 27 (95), 369 – 407.

Al-Ashoush, Hoda Mansour. (2021). The effectiveness of a selective counseling program in developing psychological empowerment and reducing uncivilized behavior among a sample of secondary school students in the Southern Shuna District. PhD thesis, College of Graduate Studies, World Islamic Sciences University, Jordan.

Aql, Badir Abdul Nabi. (2021). Self-management and life skills as a counseling approach to empowering the elderly with motor disabilities in society. The Arab Journal of Disability and Talent, 5 (18), 109 – 144.

Al-Akeili, Jabbar Wadi. (2017). Psychological Immunity among University Students and Its Relationship to Self-Awareness and Forgiveness. Arab Studies in Education and Psychology, 81, 423-454.

Al-Amoush, Ahmed Falah. (2011). School Violence in the UAE Society. Master's Thesis, Deanship of Graduate Studies and Scientific Research, University of Sharjah, UAE.

Al-Anzi, Farhan bin Salem. (2021). Psychological Empowerment and Its Relationship to the Quality of Academic Life among a Sample of Students at Imam Muhammad bin Saud Islamic University. Journal of Educational Sciences, Imam Muhammad bin Saud Islamic University, 28, 91-192.

Al-Qahtani, Dhafer bin Muhammad. (2017). Quality of Life and Its Relationship to Personality Traits among University Students. Journal of Humanities and Social Sciences, Imam Muhammad bin Saud Islamic University, 45, 289-346.

Qandeel, Iman Rajab. (2009). The Effectiveness of a Guidance Program in Developing Self-Reliance Skills to Improve the Quality of Life among a Sample of Mentally Disabled Adolescents Who Are Able to Learn. PhD Thesis, Faculty of Education, Benha University, Egypt.

Kamel, Abdel Wahab Mohamed. (2007). Rapid Neurological Screening Test for Diagnosing Learning Difficulties in Children, Instruction Booklet. Egyptian Renaissance Library.

Al-Kuraie, Asmaa Abdel Rahman; and Aribat, Ahmed Abdel Halim. (2022). The effectiveness of a realistic counseling program to develop psychological empowerment among female students expected to graduate from Tabuk University. Journal of Social Sciences, Scientific Publication Council, Kuwait University, 50 (4), 123-150.

Al-Laithi, Ahmed Hassan. (2023). The effectiveness of acceptance and commitment therapy (ACT) in developing psychological empowerment and academic resilience for university students addicted to psychoactive substances. The Egyptian Journal of Psychological Studies, 33 (119), 1-62.

Mohamed, Mahra Hamir. (2013). Bullying among school students in the United Arab Emirates. Master's thesis, College of Arts, Humanities and Social Sciences, University of Sharjah, UAE.

Al-Mahmoudi, Mayouf Batti; and Al-Khathami, Saleh Safir. (2023). The effectiveness of a counseling program based on compassion-focused therapy in reducing anxiety symptoms among middle school students who are victims of bullying. Journal of Arts for Psychological and Educational Studies, Faculty of Arts, Dhamar University, 5 (4), 114 – 159.

Masry, Ibrahim Suleiman; and Makhamreh, Kamal. (2021). Psychological empowerment and its relationship to the quality of work life among Palestinian police officers in the Hebron Governorate. Journal of Educational and Psychological Sciences, National Center for Research - Gaza, 5 (47), 150 – 173.

Mustafa, Muhammad Mustafa. (2020). The effectiveness of a counseling program based on compassion-focused therapy in reducing post-traumatic stress disorder among victims of cyberbullying. Educational Journal, Faculty of Education, Sohag University, 73, 873 – 968.

Mousilhi, Nora Musilhi. (2019). The effectiveness of a proposed study unit in home economics based on leadership education objectives to develop change leadership skills and quality of life for middle school female students. Arab Research in the Fields of Special Education, Arab Educators Association, 16, 147-201.

Moawad, Marwa Nashat; Al-Sayed, Ensam Mustafa; and Khader,

Mohamed Abu Al-Fotouh. (2022). The effectiveness of a cognitive-behavioral counseling program to improve psychological empowerment among blind adolescent girls. Journal of the Faculty of Education, Kafr El-Sheikh University, 107, 463-486.

Naeesa, Raghdaa Ali. (2012). Quality of life among students of Damascus and Tishreen Universities. Journal of Damascus University, 28 (1), 145-181.

Nestel, Michel. S. (2015). Introduction to psychological counseling from a technical and practical perspective. Translated by: Al-Sharifain, Ahmed Abdullah; and Saad, Murad Ali. Dar Al-Fikr Publishers and Distributors.

Al-Wakil, Helmy Ahmed; and Al-Mufti, Mohamed Amin. (2012). Foundations of Curriculum Construction and Organization (5th ed.). Dar Al-Masirah for Publishing, Distribution and Printing.

ثالثًا: المراجع الأجنبية:

Alghamdi, A. M. (2024). The Impact of Psychological Empowerment on the Possession of Entrepreneurial Characteristics among Academic Leaders at Princess Nourah bint Abdulrahman University. *King Khalid University Journal of Educational Sciences, 11 (1)*, 70-95.

Aserd, J. (2012). Children with disabilities more likely to face violence. (says UN_Backed study), children at a disability center in Hargesia, Capital of somaliland. Photo IRiN / Jane some.

Caswell, S. (2013). Can student nurse critical thinking be predicted from perceptions of structural empowerment within the undergraduate, prelicensure learning environment? (3578571, TUI University). *ProQuest Dissertations and Theses*, 189. Retrieved from http://search.proquest.com/docview/1496776263?accountid=44936.

Flaherty, A.; O'Dwyer, A.; Mannix-M, P., & Leahy, J. (2017). The influence of psychological empowerment on the enhancement of chemistry laboratory demonstrators' perceived teaching self-image and behaviors as graduate teaching assistants. *Chemistry Education Research and Practice, 18 (4)*,710-736.

Miguel, M. C., Ornelas, J. H., & Maroco, J. P. (2015). Defining psychological empowerment construct: Analysis of three empowerment scales. *Journal of Community Psychology, 43 (7)*, 900-919.

Pacer's National Bulling Prevention Center. (2012). Bullying and Harassment of students with disabilities. Top 10 facts parents, educators and students need to know, Pacer center, Inc.

Phillips, D. (2006). Quality of Life: Concept, Policy and Practice. New York: Routledge.

Randolph, W. A. & Kemery, E. R. (2011). Managerial Use of Power Bases in a Model of Managerial Empowerment Practices and Employee Psychological Empowerment. *Journal of Leadership & Organizational Studies, 18 (1),* 95-106.

Ryff, C & Singer, B (2006). Best news yet on sex-factor model of wellbeing. *Social Science Research, 35 (4),* 1103-1119.

Singh, K., & Kaur, S. (2019). Psychological empowerment of teachers: development and validation of multi-dimensional scale. *International Journal of Recent Technology and Engineering, 7 (65),* 340-343.

Personal Quality of Life as a Guiding Approach to Psychological Empowerment for Victims of School Bullying with Visible and Hidden Disabilities

Prepared by
Dr. Amal Mohammad Hassan Ghanayem
Assistant Professor of Special Education - Faculty of Education, Ismailia
Suez Canal University

Abstract:

The current research aims to develop psychological empowerment among victims of school bullying with visible and hidden disabilities through a guidance program for personal quality of life. The research sample consisted of (18) male and female students in the second year of middle school who were victims of school bullying, including "n=8 with a motor disability as an apparent disability, with an average age of (13.54) and a standard deviation of (0.62), n=10 with learning disabilities as a hidden disability, with an average age of (13.84) and a standard deviation of (0.57)" in some middle schools in the Tal Al-Kabir Educational Administration in Ismailia Governorate in Egypt. To verify the effectiveness of the guidance program, they were randomly distributed equally into two equal groups: one experimental group consisting of (9) individuals who underwent the guidance program, and the other control group consisting of (9) individuals who did not undergo the program. A tool was built to measure psychological empowerment, and another was used to detect bullying victims that had appropriate validity and reliability indicators for the purposes of this research. A guidance program was also built based on the dimensions of personal quality of life; The results showed statistically significant differences among the experimental group members on the pre- and post-measurements in favor of the post-measurement in psychological empowerment, and statistically significant differences between the average performance of the members of the experimental and control groups in psychological empowerment in favor of the experimental group on the post-measurement in psychological empowerment attributed to the guidance program; The results also showed the continued effectiveness of the program in psychological empowerment in the post- and follow-up measurements after a month for the members of the experimental group. The research concluded with a set of recommendations, the most important of which are: applying the guidance program in psychological empowerment to victims of school bullying with apparent and hidden disabilities in the preparatory stage.

Key Words: Counseling Program, Personal Quality of Life, Psychological Empowerment, School Bullying, Victims of Bullying, Visible Disability, Hidden Disability.