

فاعلية برنامج قائم على السيكودراما في خفض إعاقة الذات وتحسين المرونة النفسية لدى طلبة صعوبات التعلم في مدينة إربد

Effectiveness of a Counseling Program Based on Psycho- drama in Reducing Self-Handicapping and Im- proving Resilience Among Students with Learning Disabilities in Irbid city

Ibrahim Mohammad Ali ALkhateeb

PhD. Student/Jordan University/Jordan
ibrahimalkhateeb199@yahoo.com

إبراهيم (محمد علي) الخطيب

طالب دكتوراه/ الجامعة الأردنية/ الأردن

Received: 16/ 10/ 2019, Accepted: 12/ 2/ 2020.

تاريخ الاستلام: 16 /10 /2019م، تاريخ القبول: 12 /2 /2020م.

DOI: 10.33977/1182-011-032-002

E-ISSN: 2307-4655

https://journals.qou.edu/index.php/nafsia

P-ISSN: 2307-4647

صعوبات التعلم، سعى الباحثون والمهتمون إلى إيجاد منظومة عمل موحد لمساعدة هذه الفئة في التغلب على مشاعر النقص لديهم، كما سعت الدراسات الاجتماعية والنفسية والتربوية، إلى الوقوف جنباً إلى جنب مع هذه الفئة وتعرف المشكلات التي يعانون منها، وإعادة دمجها في المجتمع كفرد سوي.

اهتم الباحثون بدراسة ظاهرة إعاقة الذات كونها تشكل تناقضاً لدى الفرد، إذ أن الأفراد يرغبون في تجنب الفشل ومحاولة حماية أنفسهم والحصول على تقدير الآخرين، ولكنهم في الوقت نفسه يخلقون العقبات التي تجعل هذا الفشل ممكناً أكثر في المستقبل (Litvinora et al, 2015).

بهذا يكون قد شكل ظروفاً تحول دون تحقيق الأداء الجيد، في مواجهة الأحداث الضاغطة، وعند ظهور الأداء السيء فإنه يمكن لهذه الظروف أن تعبر عن سبب فشله (Akin, 2011).

كما تتجلى إعاقة الذات مع طلبه صعوبات التعلم، في كونها أرضية خصبة لإنتاج الأفكار والمشاعر السلبية، وشعوراً بالعجز والدونية، وتمنع الفرد من تحقيق التكيف، وتحد من نموه وتطوره ونمائه، ومن ثم يعود ذلك بالأثر السلبي على مستوى المرونة النفسية لديهم (Corby, 2006).

وتعد المرونة النفسية النقطة الهامة في مسار حياة الفرد في تحقيق مستوى جيد في الصحة النفسية، والشعور بالقوة والسيطرة في مواجهة المتطلبات اليومية والأحداث الضاغطة، وتساعده بالإحساس الإيجابي نحو الذات، والقدرة على التكيف والالتزان والتحكم بالانفعالات (Masten, 2009).

فقد أثبتت كرسيتين وكاثلين (Christine & Kathleen, 2012) في هذا المجال أن الانفعالات والأفكار المحفزة للذات لدى الأطفال ذوي المرونة النفسية العالية تساعدهم في تبني اتجاهات إيجابية نحو ذواتهم، والتكيف مع الأحداث الحياتية اليومية، ومن ثم، فإن هذه الأفكار تكون كالسد المنيع حيث تعمل على تحصين الفرد من آثار المواقف الضاغطة، وتساعدهم على حل مشاكلهم، والإحساس بالكفاية التي بدورها تساعدهم في التكيف النفسي والاجتماعي (الصمادي، 2015).

افتترضت النماذج النظرية التي عنيت بتفسير وتحليل هذه الظاهرة، وجود حالة من التماثل بين إعاقة الذات، وبين فئة صعوبات التعلم من حيث الأرضية المعرفية والإدراكية، من خلال تشويهاً الإدراك والأفكار المتعلقة بالذات كأساليب الفرد وتعليل الأحداث، وتقدير الذات (الصمادي، 2015؛ حسين، 2008).

ومن البرامج التي أثبتت فاعليتها في هذا المجال، برامج السيكو دراما التي تساعد الأطفال في التعبير عن انفعالاتهم ومشاعرهم اتجاه أنفسهم والأحداث التي يواجهونها، وخلق وعي جديد حول ذواتهم، والتي بدورها تساعدهم في التقليل في الصراعات الداخلية، انطلاقاً من دور المدرسة كبيئة مكملة للأسرة، ومحيط آمن لممارسة الأنشطة المختلفة التي من شأنها صقل شخصية الطفل وتطويرها، فكان للأنشطة السيكو دراما دوراً محورياً وأساسياً في مساعدة الأطفال على توجيه معارفهم وقدراتهم، وجاء دور المعلم كوسيط بين المتعلم ومصادر المعرفة (Moreno, 1994).

الملخص:

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن فاعلية برنامج قائم على السيكو دراما في خفض إعاقة الذات وتحسين المرونة النفسية لدى طلبة صعوبات التعلم في مدينة إربد. وتكونت عينة الدراسة من (30) طالباً من طلبة صعوبات التعلم الذكور، ووزعوا بالتساوي إلى مجموعتين: مجموعة تجريبية تكونت من (15) طالباً، ومجموعة ضابطة تكونت من (15) طالباً. وللتأكد من تحقيق الأهداف، استخدمت الأدوات التالية: مقياس فريدريك ردواليت للإعاقة الذات، وبنى الباحث مقياس للمرونة النفسية، وبرنامجاً قائماً على السيكو دراما.

توصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى (0.05 = α) بين المجموعتين، ولصالح المجموعة التجريبية في خفض مستوى إعاقة الذات، كما كشفت النتائج وجود أثر دال إحصائياً للبرنامج في تحسين مستوى المرونة النفسية.

الكلمات المفتاحية: السيكو دراما، إعاقة الذات، المرونة النفسية، طلبة صعوبات التعلم.

Abstract:

This study aimed at finding out the effectiveness of psychodrama based on a counseling program in reducing self-handicapping and the development of resilience among learning difficulties students in Irbid city. The study was applied on a sample of 30 males learning disabilities students, who were assigned to two equal groups, 15 for the experimental and 15 for the control group. To achieve the study objectives, two scales were employed: Rhodewalt for measuring self-handicapping and resilience were constructed as well as a psychodrama based counseling program was developed.

Results showed statistically significant difference at $\alpha = .05$ level, between the two groups, in favor of experimental group, in reducing self-handicapping and improving resilience.

Key words: Psychodrama, Self-Handicapping, Resilience, Learning Disabilities Students.

المقدمة

يُعد مفهوم الذات من أهم مكونات الشخصية - إن لم يكن أهمها - من حيث علاقته ببناء شخصية الفرد المتكاملة القادرة على الاستمتاع بالحياة، وتكوين شخصيته، وتشكيل وعيه، وتوجيه سلوكه، وتعد إعاقة الذات من أخطر الأسباب التي تقف حائلاً في سبيل تقدمه ونمائه، وتحد من قدراته على مواجهة الأحداث اليومية بشكل فعال، ونظراً للتحديات والصعوبات التي يواجهها طلبة

انخفاض تقدير الذات، وعدم وجود تغذية راجعة لأداء الفرد، والاتسام بسمات سلبية، والتعلق المتزايد، والحساسية المترفعة للتهديد المدرك، واستراتيجيات التكيف التجنبية، وخبرة الفشل المتكررة. (Sahranc, 2011)

نستنتج من ذلك، أن إعاقة الذات متغير متناقض في طبيعة، رغم أنه يحمي الذات لدى الفرد، إلا أنه يسبب الكثير من الأضرار في حياة الفرد، لأن الاعتماد على سلوكيات إعاقة الذات بشكل مزمن يؤدي إلى سوء التوافق وظهور الأعراض السيكوماتية (الصداع، قرحة المعدة، تسارع دقات القلب، وتدني الدوافع الداخلية، وعدم الرضا (Sahranc, 2011).

قسم ستوارد والكر (Steward & DeGeorge - Walker, 2014) إعاقة الذات إلى فئتين: إعاقة الذات السلوكية وإعاقة الذات الادعائية، حيث إن إعاقة الذات السلوكية تشير لسلوك فعلي، أما إعاقة الذات الادعائية فتشير إلى الصفات غير السلوكية اللفظية فهنا إعاقة الذات تكون من خلال التعبير عن العجز (Tadik et al., 2017)

ومن الأمثلة على إعاقة الذات السلوكية تعاطي المخدرات والتقليل من الجهد أو الإفراط به، والمماطلة أو تأجيل الامتحان، أما إعاقة الذات الادعائية فتتمثل في القلق العام، والاجتهاد، والقلق من الاختبار، والمزاج السيئ، والخجل، والأعراض النفسية والجسدية (Sahranc, 2011)

ولبرامج السيكو دراما دور فعال في توفير بيئة مناسبة للتعبير عن المشاعر والأفكار، وزيادة مستوى التفاعل الاجتماعي، والمساعدة في حل المشكلات من خلال لعب الأدوار في العلاج الجماعي (Moreno, 1994).

كما تساعد السيكو دراما في تحقيق الوعي والفهم الأفضل للمشكلات، وإشباع الحاجات، والتعبير عن المكونات الداخلية، من خلال استخدام فنيات السيكو دراما، إذ إنها توظف الاستبصار عند الأطفال في التصدي للمشكلات، وتخطي الأزمات الحياتية المختلفة؛ كما تساعدهم في تنمية العديد من المهارات التي تزيد من قدرتهم على التكيف النفسي والاجتماعي (Blatner, 2000).

ويعرف بلاتنر (Blatner, 2000) أن السيكو دراما استراتيجية قوية وفعالة، وأن على المشاركين أن يتسموا بالحرية والالتزام عند ممارستها، وفيما يأتي وصف لكل من هذه الأساليب:

1. المرأة (Mirror)

يعتمد هذا الأسلوب على الذات المساعدة (Auxiliary Ego) كمرآة لإيماءات وإشارات وحركات وكلمات الشخصية المحورية ضمن موقف سيكودرامي، دون مشاركته بالتمثيل، وبذلك يستطيع أن يراقب دوره من خلال أداء الآخرين، ويكون للمصالح دور في بعض السلوكات وإعطاء تغذية راجعة إيجابية نحو التغييرات المطلوبة (Moreno, 1994).

2. عكس الدور (Role Reversal)

يساعد هذا الأسلوب الشخصية المحورية بالنظر بعين الآخرين، من خلال تبادل الأدوار ضمن موقف سيكودرامي، ويعمل أيضاً على تحسين مستوى الإدراك وتعديل السلوكات، وتحويل

لقد أثبتت دراسة بيتر (Peter, 2009) في هذا المجال أهمية السيكو دراما في تعزيز قدرة الأطفال الإبداعية وإسهامها في نموهم المعرفي والعاطفي والاجتماعي، وإيجاد فرصة للتعبير عن مشاعرهم وتوجيه أفكارهم، كما يساعد التمثيل النفسي في فهم قدرات الطفل، وتنمية شخصيته، وتعزيز ثقته بنفسه، والأدوار التي يمثلها (أبو مغلي وهيلات، 2008).

فتعد السيكودراما أسلوباً علاجياً يغطي بجاذبية خاصة لدى الأطفال، فهو أسلوب علاجي يتناسب مع جميع الأشخاص في مراحلهم العربية المختلفة (Blatner, 2000)

ظهر مفهوم إعاقة الذات عام 1978 على يد ستيفن برغلاس وإدوارد جونز (Steven Berglas of Edward Jones) حيث يعمل هؤلاء على اصطناع المبررات الواهنة والضعيفة من أجل المحافظة على تقديرهم الذاتي أمام الأحداث التي يتوقعون أنهم سيفشلون بها، وبهذا يقوم الطلبة بمجموعة متنوعة من السلوكيات المعطلة للذات التي يمكن تعريفها بأنها الجهود التي تتضمن أنشطة تعمل على إعاقة الذات عن المشاركة في الأنشطة التي تحتاج إلى الجهد والوقت، ويتوقع أن فرصة النجاح ستكون منخفضة (Decker & Mitchell, 2011).

ومن الأمثلة على هذه الأنشطة والسلوكيات التي يمارسها الطلبة قبل الحصة أو في أثنائها على نطاق المؤسسات الأكاديمية، وعدم توافر الوقت قبل الامتحان، أو ادعائهم بصعوبة الحصة أو كثرة النوم قبل الامتحان، أو وضع أهداف يصعب تحقيقها، أو المماطلة في الامتحان أو تأجيله، وتعد هذه الأسباب جميعها حواجز تعيق الأداء في المستقبل وتؤثر على القدرة الشخصية لدى الطلبة في إنجاز المهمات الخاصة (Wusik, 2013).

توصل بيرغلاس وجونز Berglas and Jones إلى أن الأفراد وفق هذا السلوك يستعملون مجموعة من المبررات وأساليب الغزو، إذ إنهم عندما يفشلون يعزون مصادره إلى عقبات خارجية، أما إذا كان أداءهم جيداً فإنهم يؤكدون أن نجاحهم يرجع إلى قدراتهم الخاصة، لهذا فإن الأفراد وفق هذه المبررات ينجحون في كلتا الحالتين، ويكون لديهم أعداء جاهزة ومعقولة عندما يفشلون، ويشعرون بالفخر وتقدير الذات عندما ينجحون (Balmer, 2013)

وبالرجوع إلى الأدبيات السابقة، نجد العديد من التعريفات التي تناولت مفهوم إعاقة الذات، فقد عرفه وسيك (Wusik, 2013) أنه عملية وضع العقبات التي من شأنها أن تسمح للفرد بتفسير الفشل عندما يكون النجاح في المستقبل غير مؤكد، ووضع الفرد عوائق لأدائه لتعزيز احترام الذات لديه.

كما عرفه ديكر وميتشل (Decker & Mitchell, 2016) إلى أن إعاقة الذات هي خلق الفرد عقبات أمام الأداء الناجح الذي يمكن له تبرير سبب الأداء المنفصل بعيداً عن قدراتهم الذاتية.

تعاملت الأدبيات السابقة مع مفهوم إعاقة الذات، على أنه معيق للفرد في إنجاز متطلباته اليومية، ويحول دون إتمام تلك المتطلبات، كون الفرد يستعمل مجموعة من الاستراتيجيات والأنشطة لحماية ذاته بالادعاء بالمرض، والقلق الاجتماعي، والمزاج السيئ، والخبرات الصادمة.

ويتصف أصحاب إعاقة الذات بالعديد من الصفات، مثل:

دراما في تنمية المهارات الاجتماعية لصالح المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة، كما أشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في احتفاظ المجموعة التجريبية بأثر التطبيق في قياس المتابعة.

وهدفت دراسة شانج وليو (Chang & Liu, 2006) إلى تعرف فاعلية العلاج بالسيكو دراما في تنمية المهارات الاجتماعية للطلبة ذوي اضطراب ضعف الانتباه المصحوب بالنشاط الزائد (ADHD) وأجريت هذه الدراسة على المدارس الابتدائية في الولايات المتحدة الأمريكية، وتكونت عينة الدراسة من (22) طالباً وطالبة قسموا بالتساوي إلى مجموعتين تجريبيتين: تضم (11) وضابطة تضم (11)؛ وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية لأثر البرنامج السيكو درامي في تحسين قدرات الطلبة الاتصالية وزيادة مشاركتهم الاجتماعية في الأنشطة الجماعية لصالح المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة.

وقد هدفت دراسة عبد الواحد (2009) إلى تعرف فاعلية السيكو دراما والنمذجة في تحسين بعض مهارات التواصل لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم، وأجريت هذه الدراسة في مصر، وتكونت عينة الدراسة من (40) طالباً وطالبة، (20) من الإناث و(20) من الذكور، تتراوح أعمارهم بين (9 - 11) سنة، قسموا إلى أربع مجموعات: مجموعة تجريبية أولى طبق عليها برنامج السيكو دراما، ومجموعة تجريبية ثانية طبق عليها برنامج النمذجة، ومجموعة تجريبية ثالثة طبق عليها البرنامجين معاً، ومجموعة رابعة ضابطة، و أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية لأثر البرنامج السيكو درامي، وبرنامج النمذجة كل على حدة، واستخدم البرنامجين معاً في تحسين مهارات التواصل لصالح المجموعات التجريبية الأولى والثانية والثالثة، وأشارت النتائج إلى أن استخدام البرنامجين معاً أفضل في تحسين مهارات التواصل، يليه البرنامج السيكودرامي، ثم برنامج النمذجة، كما أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لأثر متغير الجنس.

وهدفت دراسة عبد الحميد (2012) إلى تعرف فاعلية فنيات السيكودراما في خفض اضطراب نقص الانتباه لدى الأطفال ذوي صعوبات التعلم، وأجريت هذه الدراسة في مدرستي السلطان أبو العلا الابتدائية وشجرة الدر الابتدائية بمدينة أسوان في مصر، وتكونت عينة الدراسة من (20) تلميذاً وتلميذة من تلاميذ الصف الخامس الابتدائي بمتوسط زمني قدره (10.5) عاماً، وقسموا بالتساوي إلى مجموعتين: تجريبية تضم (10)، وضابطة تضم (10)؛ وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية لأثر البرنامج السيكودرامي في خفض اضطراب نقص الانتباه.

أجرى كابكيران (Kapikiran, 2012) دراسة هدفت إلى إيجاد العلاقة المباشرة وغير المباشرة بين التوجهات الهدافية وإعاقة الذات والدافع الذاتي والأفكار التلقائية السلبية للطلبة المراهقين. تكونت عينة الدراسة من (586) طالباً من طلاب المدارس الثانوية في تركيا، منهم (344) إناث و(242) ذكور، استخدم فيها الباحث مقياس تحقيق التوجهات الهدافية، ومقياس إعاقة الذات، ومقياس الدافع الذاتي، وأظهرت النتائج وجود علاقة موجبة بين إعاقة الذات والسلوكيات التلقائية السلبية، كما أشارت النتائج إلى أن

الدفاعات الخاصة بالفرد واستكشاف السلوك غير مرغوب فيه من خلال الموقف السيكودرامي (Morena and Zchariah, 2006).

3. إسقاط المستقبل (Future projection)

في هذا الأسلوب يعرض أبطال المسرحية توقعاتهم ورغباتهم المستقبلية أو المستقبل الذي يخافونه، أو المستقبل الذي يأملونه، ويساعد هذا الأسلوب بالتبصُر بأهدافهم وأولوياتهم والتغيرات المطلوبة في أنفسهم للحصول على ما يريدون باستخدام لغة «هنا والآن» (Blatner, 2000).

4. لعب الدور (Role Play)

لهذا دور كبير في تفرغ الانفعالات والرغبات المكبوتة، إذ يقوم المصالح بإعطاء تعليمات، وتجهير موقف تفاعلي يقوم بدور في خلق موقف تعليمي يساعد الفرد في محاكاة مكوناته الشخصية من خلاله (ملحم، 2015).

5. ككرار البروفة السلوكية (Repeated Behavioral Re-

hearsal)

يستخدم هذا الأسلوب في مجال التدريب على التوكيدية وفي تعلم المهارات الاجتماعية، فالأدوار التي جسدت يعاد تمثيلها مرة أخرى، وتعطى التغذية الراجعة، ويعاد تكرارها في سياق الأداء السيكودرامي (مصطفى، 2010).

6. تمرين المبالغة التمويل (Exaggeration Exercise)

يهدف هذا الأسلوب لجعل الشخصية المحورية أكثر وعياً لرسائل جسمه، وإيماءاته والتي تعبر عن معانٍ ذات القيمة والأهمية لديه، من خلال تكرار الحركات بغرض تكثيف المشاعر المتعلقة بالسلوك وتجعل المعاني الغامضة أكثر وضوحاً (Corey, 2004)

وقد حاول عدد من الباحثين فحص أثر البرامج المتنوعة في خفض إعاقة الذات وتحسين المرونة النفسية لدى طلبة صعوبات التعلم.

ومن الدراسات التي اهتمت بالسيكودراما لدى الأطفال ذوي صعوبات التعلم دراسة روال (Rawal, 2006) التي هدفت إلى تعرف دور السيكو دراما في تعزيز المهارات الحياتية لدى الأطفال ذوي صعوبات التعلم، وأجريت هذه الدراسة في مدرسة سوسيان في الولايات المتحدة الأمريكية، وتكونت عينة الدراسة من (20) طالباً وطالبة قسموا بالتساوي إلى مجموعتين: تجريبية تضم (10): (5) ذكور و(5) إناث، وضابطة تضم (10): (5) ذكور و(5) إناث؛ وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية لأثر البرنامج السيكودرامي في تنمية المهارات الحياتية لدى الطلبة، وتحسين قدراتهم في التعامل بفاعلية مع مواقف الحياة ومتطلباتها وتحدياتها لصالح المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة، كما أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لأثر متغير الجنس.

وهدفت دراسة سليمان (2009) إلى التعرف على فاعلية السيكو دراما في تنمية مهارات التواصل الاجتماعي لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم، وأجريت هذه الدراسة في مصر، وتكونت عينة الدراسة من (20) تلميذاً من تلاميذ المرحلة الابتدائية، وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية لفاعلية السيكو

ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي في مستوى التوافق النفسي بين عينة الدراسة الكلية لصالح القياس البعدي ما يؤكد على فاعلية البرنامج العلاجي في تحسين مستوى التوافق النفسي لديهم.

وهدف دراسة الحويان (2011) إلى استقصاء فاعلية برنامج إرشادي قائم على العلاج باللعب في تحسين مستوى مفهوم الذات والمهارات الاجتماعية والمرونة النفسية لدى الأطفال المساء لهم جسدياً، أجريت هذه الدراسة في المملكة الأردنية الهاشمية، وتكونت عينة الدراسة من (6) أطفال مساء إليهم جسدياً تتراوح أعمارهم ما بين (6 - 12) سنة، 4 إناث، 2 من الذكور اختير قسدياً من مؤسسة الحسين الاجتماعية، استخدم في هذه الدراسة منهج دراسة الحالة، واستخدم ثلاثة مقاييس: الأول لمفهوم الذات، والثاني مقياس للمهارات الاجتماعية والثالث مقياس المرونة النفسية، كما تكون البرنامج من (10) جلسات إرشاد جمعي، وأظهرت النتائج فروق ذات دلالة إحصائية في مفهوم الذات والمهارات الاجتماعية والمرونة النفسية بين القياس القبلي والبعدي لصالح المجموعة التجريبية.

وهدف دراسة كريج وجبتن و اتارا (Craig, Justin & Ata- ra, 2012) إلى فحص فاعلية الألعاب المبنية على برامج المعالجة الجماعية السلوكية المعرفية لدى الأطفال المساء إليهم جنسياً، أجريت هذه الدراسة في سوسة الرفاه الاجتماعي في كوريا، وتكونت عينة الدراسة من (36) طفلاً تراوحت أعمارهم بين (4 - 6) سنوات، تكون البرنامج من (17) جلسة، أظهرت النتائج أن الألعاب السببية على برامج المعالجة الجماعية السلوكية المعرفية كانت ذات أثر إيجابي على المرونة النفسية لدى الأطفال.

مشكلة الدراسة وأسئلتها

جاء الإحساس بمشكلة الدراسة من خلال ملاحظة الباحث العديد من المواقف والسلوكيات التي تصدر عن الطلبة ذوي صعوبات التعلم في التعامل مع كثير من المشكلات التربوية والتعليمية والاجتماعية التي تواجههم داخل البيئة المدرسية، وتعد هذه السلوكيات عاملاً معيقاً للعملية التدريسية، وتؤدي إلى الإرباك والتوتر الانفعالي داخل الصف، ما يؤثر في انخفاض مفهوم الذات لديهم، كما يؤثر في تحصيل الطلبة بشكل سلبي من جهة أخرى وتبلورت مشكلة الدراسة في ذهن الباحث من خلال عملة رئيساً للجنة المناصرة؛ إذ تبين أن الطلبة ذوي صعوبات التعلم يعانون من مشكلة في عزو الأحداث، والجوانب الاجتماعية من حيث القدرة على التعامل مع الآخرين، وتبني مفهوم ذات متدن حول ذواتهم (إبراهيم، 2012).

وتعد مشكلة إعاقة الذات لدى الطلبة ذوي صعوبات التعلم من أكثر المشكلات شيوعاً، لما لها من آثار سلبية تؤثر كل من يتعامل مع هؤلاء الطلبة (Lerner, 2000) وتتحدد مشكلة الدراسة الحالية في محاولة الإجابة عن السؤالين الرئيسيين:

1. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = .05$) بين المتوسطات الحسابية لدرجات الطلبة البعدي على

هناك علاقة سالبة بين الدافع الذاتي للتحصيل وإعاقة الذات، كما بينت النتائج أيضاً أن هناك دور معدل للتوجه نحو تحقيق الأهداف وإعاقة الذات في الأفكار التلقائية السلبية، كما أشارت النتائج إلى أن المتغير الجنس وتحقيق الأهداف الأكاديمية وإعاقة الذات له دور على الأفكار السلبية التلقائية والدافع الذاتي للتحصيل.

ههدفت دراسة أجراها كولي وبدرسين (Cooly & Peders- en, 2014) إلى فهم العلاقة بين تقدير الذات والثقة وإعاقة الذات، وأجريت على عينة عشوائية مكونة من (320) مشاركا منهم (160) ذكور و(160) إناث، والذين لوحظ لديهم فشل غير مبرر في اختبار الرياضة في جامعة تسمانيا (University of Tasmania) في أستراليا، واستخدم الباحثان مقياس إعاقة الذات (SHS)، ومقياس الانفعالات للتعبير عن القلق بمستويات الجهد في الإعداد للأداء (LSE)، واستبيان بعنوان مشاعر عن الرياضة، وأظهرت النتائج أن هناك انخفاضاً في تقدير الذات للأفراد الذين واجهوا فشل غير متوقع ومزيد من تعطيل الأداء كعائق ذاتي، كما بينت النتائج أن الثقة واحترام الذات والجنس لم تكن متنبأة بإعاقة الذات.

أما دراسة كازمي ونيكمانيس وكاهوسرافيا (Kazemi, Y., Nikmanesh, Z. & Khosravi, 2015) فقد هدفت إلى معرفة العلاقة بين إعاقة الذات ونوعية الحياة، وتكونت عينة الدراسة من (365) طالبا (154) ذكراً و(211) أنثى من طلبة المدارس الابتدائية في مدينة زاهدان في إيران، واستخدمت الدراسة مقياس نوعية الحياة. لكسكري (Kidscreen)، ومقياس إعاقة الذات لميدجلي واوردان (Midgley & Urdan)، وأظهرت النتائج أن هناك علاقة سلبية بين إعاقة الذات ونوعية الحياة، كما بينت النتائج أن هناك آثاراً سلبية لإعاقة الذات على التحصيل الدراسي ونوعية الحياة.

أما دراسة جافمارد وهوشمالدجا وأحمد زيد (Javanmard, Hoshmandja & Ahmadzade, 2012) فقد هدفت إلى معرفة العلاقة بين الكفاءة الذاتية والاستراتيجيات المعرفية وما وراء المعرفة وإعاقة الذات الأكاديمية والتحصيل، وتكونت عينة الدراسة من (352) طالبا من طلاب المدارس الثانوية في إيران، استخدم فيها الباحثون مقياس الحفاوة الذاتية لسوارز (Schwarzer) ومقياس الاستراتيجيات المعرفية الفاهدي (Vahedi) ومقياس إعاقة الذات الروسفالت (Rodvait)، وأظهرت نتائج الدراسة أن هناك علاقة إيجابية بين الكفاءة الذاتية المرتفعة والتحصيل الأكاديمي، وكذلك بين الاستراتيجيات المعرفية والتحصيل الأكاديمي، كما بينت النتائج وجود علاقة سالبة بين إعاقة الذات والتحصيل الأكاديمي، كما أظهرت النتائج أن إعاقة الذات والكفاءة الذاتية مؤثران هامان يتنبآن بالتحصيل الأكاديمي.

ومن الدراسات العربية التي فحصت أثر البرامج الإرشادية المختلفة على المرونة النفسية دراسة القرني (2011) التي هدفت إلى تعرف فاعلية العلاج السلوكي المعرفي في تحسين مستوى التوافق النفسي لدى بعض الأطفال المساء لهم، وأجريت هذه الدراسة في المملكة العربية السعودية لمحافظة جدة، وتكونت العينة من (18) فرداً عشرة من الذكور وثمانية من الإناث ممن تتراوح أعمارهم ما بين (10 - 12) سنة، جرى في هذه الدراسة استخدام مقياس الإساءة للأطفال، ومقياس التوافق النفسي، وبرنامج العلاج السلوكي المعرفي من إعداد الباحث، وقد أظهرت النتائج وجود فروق

تتمثل بالاستماع إلى القصص الهادفة، واختيار الطلبة الأدوار المناسبة وتمثيلها في جو يسوده الأمان والألفة، ويعلم الأفراد طرقاً فعالة للاستبصار بمشكلاتهم والتعبير عن انفعالاتهم وضبطها (مصطفى، 2010)؛ ويهدف إلى خفض إعاقة الذات وتحسين المرونة النفسية لدى الطلبة (عينة الدراسة).

إعاقة الذات (Self-handicapping): هي خيار يمنع الأفراد من تحمل المسؤولية الشخصية عن النتائج المترتبة على سلوكياتهم من خلال العقبات حيث يمكن إلقاء اللوم في الفشل على أسباب خارجية (Cherry, 2017) وتعرف إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس إعاقة الذات الذي استخدم في هذه الدراسة.

المرونة النفسية (Resilience): هي قدرة الفرد على إظهار السلوك الإيجابي التكيفي خلال مواجهته المصاعب والصدمات، وهي تُعد من الخصائص الإيجابية في الشخصية التي تعكس قدرة الفرد في التعامل مع الصدمات والأزمات بشكل إيجابي (2002 (Jurtunen and Atkinson,

طلبة صعوبات التعلم (Learning Disabled Students):

أولئك الطلبة الذين يعانون من اضطراب واحد أو أكثر من العمليات النفسية الأساسية الخاصة بالفهم أو باستخدام اللغة المحكية أو المكتوبة، التي تتجسد في قدرة غير مكتملة على الإصغاء، أو التفكير، أو التحدث، أو القراءة، أو الكتابة، على نحو لا تشتمل فيه صعوبات التعلم على المشكلات التعليمية التي تعود أساساً إلى الإعاقة العقلية أو السمعية أو البصرية أو السلوكية أو الحركية أو الحرمان البيئي أو الاقتصادي أو الثقافي (Lerner, 2000)، ويعرف الطلبة ذوو صعوبات التعلم -إجرائياً في هذه الدراسة- بأنه أولئك الطلبة الملتحقون بغرف المصادر في المدارس الحكومية التابعة لمديرية التربية والتعليم في لواء بني كنانة في محافظة إربد الذين شخصهم معلمو غرف المصادر وصنفوهم على أنهم يعانون من صعوبات تعلم، بناء على أسس التصنيف المتبعة في هذه المدارس مثل: الاختبارات المقننة وغير المقننة، بالإضافة إلى طرائق جمع المعلومات التي تتضمن ملاحظات المعلمين ودراسات الحالة والمقابلات الأسرية، ويتلقون الخدمات في تلك الغرف.

الطريقة وإجراءات الدراسة

أفراد الدراسة: أُخِذَ جميع طلبة صعوبات التعلم في مدرسة حاتم الأساسية للبنين بطريقة قصدية، وبلغ عددهم (30) طالباً نظراً لتواجد الباحث في هذه المدرسة، إذ يعمل رئيساً للجنة المناصرة للطلبة، ووفرت المدرسة التسهيلات اللازمة لتنفيذ البرنامج، وتنظيم عملية تجميع المشاركين في البرنامج في أوقات تتناسب مع وقت البرنامج الذي سيطبق فيه، وتتناسب كذلك مع أوقات الطلبة الذين تنطبق عليهم شروط الالتحاق بالمجموعة التجريبية، حيث بلغ عدد أفراد المجموعة التجريبية 15 طالباً، في ما بعد بلغ عدد أفراد المجموعة الضابطة 15 طالباً، وزعوا عشوائياً بالتساوي على المجموعتين.

مقياس إعاقة الذات يعزى لمتغير المجموعة (التجريبية، الضابطة)؟
2. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = .05$) بين المتوسطات الحسابية لدرجات الطلبة البعيدة على كل مجال من مجالات مقياس المرونة النفسية يعزى للمتغير المجموعة (التجريبية، الضابطة)؟

أهمية الدراسة

تكمن أهمية هذه الدراسة في جانبين أساسيين هما:

- الجانب النظري، إذ تبرز أهمية الدراسة من الأهمية الفنية التي تتناولها، وهي فئة ذوي صعوبات التعلم الذين يعدون فئة خاصة لهم حاجاتهم الخاصة، ويحتاجون إلى رعاية خاصة؛ وتكمن أهمية الدراسة في كون المفهوم إعاقة الذات حديثاً نسبياً، وفي إمكانية إثراء الأدب النظري المتعلق في السيكدوراما، وما ستضيفه نتائج الدراسة الحالية إلى المعرفة الإنسانية، والمكتبة العربية حول موضوع إعاقة الذات والمرونة النفسية لدى ذوي صعوبات التعلم.

- الجانب التطبيقي: تقدم هذه الدراسة برنامجاً قائماً على السيكدوراما يمكن تطبيقه في المراكز والمؤسسات التي تعنى بصعوبات التعلم، مثل المدارس، ومراكز التربية الخاصة وأيضاً تقديم الاستفادة لأصحاب القرار في مؤسسات التربية والتعليم في الأردن، والمرشدين النفسيين والمعلمين والباحثين والمهتمين في هذا المجال، وتزودهم بمقاييس في إعاقة الذات، والمرونة النفسية يمكن استخدامها في تشخيص الطلبة الذين يعانون من إعاقة الذات ونقص المرونة النفسية.

محددات الدراسة

1. يقتصر تعميم نتائج الدراسة على أفراد مجتمع الدراسة من ذوي صعوبات التعلم.
2. يتحدد تعميم النتائج في ضوء الخصائص السيكدومترية لأدوات الدراسة ودقة البيانات التي تجمع من خلالها.
3. يتحدد تعميم نتائج الدراسة بناء على حجم العينة وطريقة اختيارها.

التعريفات الإجرائية

برنامج السيكدوراما (Psychodrama Program): مجموعة من الجلسات الإرشادية المخططة والمنظمة في ضوء الأسس الإرشادية والتربوية العلمية، حيث يقدم خدمات إرشادية مباشرة وغير مباشرة جماعياً (الخطيب، 2013).

ويعرف، إجرائياً في هذه الدراسة، بأنه مجموعة من الجلسات الإرشادية الجمعية المنظمة والمجدولة زمنياً بأثني عشرة (12) جلسة، مدة كل منها (60) دقيقة والمستندة إلى بعض أساليب السيكدوراما التي تهدف إلى خفض إعاقة الذات وتحسين المرونة النفسية لدى طلبة ذوي صعوبات التعلم.

السيكدوراما (Psychodrama): أسلوب يتضمن مجموعة من الأنشطة والإجراءات سينفذها المشاركون أثناء الجلسات الإرشادية

أدوات الدراسة:

لأغراض تحقيق أهداف الدراسة، جرى استخدام الأدوات

التالية:

1. مقياس إعاقة الذات.
2. مقياس المرونة النفسية.
3. البرنامج السيكودرامي.

مقياس إعاقة الذات

بعد الاطلاع على الأدب التربوي والنفسي العربي والأجنبي، والدراسات السابقة المتعلقة بموضوع إعاقة الذات، أستخدم مقياس فريدريك رذواليت (Rhodewalt, 1990) لإعاقة الذات، وقد تكون هذا المقياس من (25) فقرة يستجيب المفحوص عليها وفق سلم من ست درجات هي: (أوافق بشدة، أوافق، أميل للموافقة، أميل للرفض، أرفض، أرفض بشدة)، وتعطى أوزان للدرجات (0، 1، 2، 3، 4، 5) على التوالي لل فقرات الإيجابية والعكس لل فقرات السلبية، وبناء على ذلك، فقد صيغت فقرات المقياس بصورته الأولية، الذي تكون من (25) فقرة مدرجة وفقاً للتدرج ليكرت (Likert) تأخذ الأوزان التالية:

المستوى	أوافق بشدة	أوافق	أميل للموافقة	أميل للرفض	أرفض بشدة
الدرجة	5	4	3	2	1
					0

صدق مقياس إعاقة الذات

أولاً: صدق المحتوى

لاستخراج دلالات صدق المحتوى لمقياس إعاقة الذات، عرض المقياس بصورته الأولية على (10) محكمًا من المتخصصين في الإرشاد النفسي، في الجامعة الأردنية وجامعة اليرموك والجامعة الهاشمية ووزارة التربية والتعليم، وقد طلب منهم إبداء الرأي حول مدى انتماء الفقرة للبعد، ومدى وضوح الفقرة وسلامة الصياغة اللغوية، بالإضافة إلى تقديم أية ملاحظات وتعديلات يرونها مناسبة.

واعتمد الباحث استبقاء الفقرات التي أجمع عليها (80%) فأكثر من المحكمين لقبول الفقرة أو رفضها، ووفقاً لآراء المحكمين واقترحاتهم، فقد حذفت سبع فقرات، وعدلت خمس فقرات من الناحية اللغوية، ليتكون المقياس بصورته النهائية من (18) فقرة.

ثانياً: صدق البناء

للتأكد من مؤشرات الصدق طبق المقياس على عينة مكونة من (30) طالباً من مجتمع الدراسة وخارج عينتها، وحسب معامل الارتباط بين الدرجة على الفقرة والدرجة على المقياس الكلي وتراوحت قيم معاملات الارتباط بين (.63 - .90) يوضحها الجدول (1).

جدول (1)

معاملات الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية

رقم الفقرة	معامل الارتباط مع الأداة	رقم الفقرة	معامل الارتباط مع الأداة
1	** .63	11	** .72
2	** .63	12	** .81
3	** .75	13	** .88
4	** .71	14	** .74
5	** .70	15	** .81
6	** .79	16	** .65
7	** .65	17	** .66
8	** .87	18	** .65
9	** .75		
10	** .90		

* دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05).

** دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.01).

وتجدر الإشارة إلى أن جميع معاملات الارتباط كانت ذات درجات مقبولة ودالة إحصائياً، ولذلك لم يتم حذف أي من هذه الفقرات.

ثبات مقياس إعاقة الذات

للتأكد من دلالات ثبات مقياس إعاقة الذات اعتمد الباحث على طريقة الاختبار وإعادة الاختبار (Test - Re-test)، إذ طبق المقياس على عينة استطلاعية من داخل مجتمع الدراسة وخارج العينة قوامها (30) طالباً، وأعيد التطبيق على العينة نفسها بفارق زمني مدته أسبوعان، وبحساب معامل الارتباط بين نتائج درجات التطبيقين، بلغ معامل الثبات المحسوب باستخدام معامل ارتباط بيرسون (Pearson - Correlation) للأداء ككل (.94)، كما استخرجت قيم معاملات الاتساق الداخلي باستخدام معادلة كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha)، وقد بلغ معامل الاتساق الداخلي للأداة ككل (.87).

مقياس المرونة النفسية

جرى بناء مقياس للمرونة النفسية، من خلال الرجوع إلى الأدب النظري الخاص بالمرونة النفسية، واستناداً للأدبيات البحثية ذات العلاقة التي تمكن الباحث من الاطلاع عليها، مثل دراسة شقورة (2012)، ودراسة كونرودافيدسون (Conner & Davdson, 2003) اللذين قاما بتطوير مقياس للتعافي النفسي، ودراسة الحويان (2011)، ودراسة الخرابشة (2013)، ومقياس المرونة النفسية إعداد مخيمر (2000).

وبناءً على ذلك فقد تمت صياغة فقرات المقياس بصورته الأولية، التي تكونت من (30) فقرة مدرجة وفقاً لتدرج ليكرت (Likert) الخماسي تأخذ الأوزان التالية:

واعتمد الباحث استبقاء الفقرات التي أجمع عليها (80%) فأكثر من المحكمين لقبول الفقرة أو رفضها، والجدول (9) يوضح ذلك:

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

● ثانيًا: صدق البناء

للتأكد من مؤشرات الصدق طبق المقياس على عينة مكونة من (50) طالبًا من مجتمع الدراسة وخارج عينتها، وحسب معامل الارتباط بين الدرجة على الفقرة والدرجة على المجال وتراوحت قيم معاملات الارتباط بين (.57 - .95). كما جرى حساب معامل الارتباط بين الدرجة على الفقرة وبين الدرجة على المقياس الكلي، وتراوحت قيم معاملات الارتباط بين (.35 - .95)، ويوضحها الجدول (2).

جدول (2)

معاملات الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية والمجال التي تنتمي إليه

رقم الفقرة	معامل الارتباط مع المجال	معامل الارتباط مع الأداة	رقم الفقرة	معامل الارتباط مع المجال	معامل الارتباط مع الأداة
1	.62**	.80**	11	.89**	.90**
2	.93**	.90**	12	.57**	.57**
3	.90**	.72**	13	.80**	.79**
4	.84**	.68**	14	.78**	.94**
5	.74**	.61**	15	.95**	.93**
6	.66**	.35*	16	.94**	.94**
7	.80**	.54**	17	.90**	.94**
8	.74**	.58**	18	.91**	.93**
9	.65**	.85**	19	.93**	.88**
10	.78**	.95**	20	.83**	.82**

* دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05).

** دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.01).

ثبات مقياس المرونة النفسية

للتأكد من دلالات ثبات مقياس المرونة النفسية اعتمد الباحث طريقة الاختبار وإعادة الاختبار (Test - Re-test)، إذ طبق المقياس على عينة استطلاعية من داخل مجتمع الدراسة وخارج العينة قوامها (50) طالبًا، وتم إعادة التطبيق على نفس العينة بفارق زمني مدته أسبوعان، وبحساب معامل الارتباط بين نتائج درجات التطبيقين، بلغ معامل الثبات المحسوب باستخدام معامل ارتباط بيرسون (Pearson - Correlation) للأداء ككل (.88). كما جرى استخراج قيم معاملات الاتساق الداخلي باستخدام معادلة "كرونباخ ألفا" (Cronbach's Alpha)، وقد بلغ معامل الاتساق الداخلي للأداة ككل (.92). والجدول (4) يوضح قيم معاملات الثبات، والاتساق الداخلي للمجالات والأداة ككل.

صدق مقياس المرونة النفسية:

● أولاً: صدق المحتوى

لاستخراج دلالات صدق المحتوى لمقياس المرونة النفسية، تم عرض المقياس بصورته الأولية على (12) محكمًا من المتخصصين في الإرشاد النفسي وعلم النفس التربوي في الجامعة الأردنية وجامعة اليرموك ووزارة التربية والتعليم، وقد طلب إليهم إبداء الرأي حول مدى انتماء الفقرة للبعد، ومدى وضوح الفقرة وسلامة الصياغة اللغوية، وأي ملاحظات وتعديلات يرونها مناسبة.

وتجدر الإشارة إلى أن جميع معاملات الارتباط كانت ذات درجات مقبولة ودالة إحصائية، ولذلك لم يحذف أي من هذه الفقرات.

جدول (3)

معاملات الارتباط بين المجالات وبعضها والدرجة الكلية

المرونة	العقلي	الاجتماعي	الانفعالي
كل قبلي	قبلي	قبلي	قبلي
			1
		1	.790**
	1	.936**	.644**
1	.924**	.966**	.852**

* دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05).

** دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.01).

جدول (4)

معامل الاتساق الداخلي كرونباخ ألفا وثبات الإعادة للمجالات والدرجة الكلية لمقياس المرونة النفسية

المجال	ثبات الإعادة	الاتساق الداخلي	عدد الفقرات
الانفعالي	.94	.91	10
الاجتماعي	.92	.93	10
العقلي	.94	.93	8
الدرجة الكلية	.88	.92	28

- الجلسة الخامسة: هدفت هذه الجلسة إلى تعريف المشاركين بمفهوم الذات المتدني من خلال الأدوار التي يمثلونها.

- الجلسة السادسة: هدفت هذه الجلسة إلى تعريف المشاركين بالحديث الإيجابي مع الذات من خلال الأدوار التي يمثلونها في تمرين بعنوان «الكرسي الساخن».

- الجلسة السابعة: هدفت هذه الجلسة إلى تعريف المشاركين بسلبيات إعاقة الذات وتأثيرها على التحصيل الدراسي من خلال الأدوار التي يمثلونها.

- الجلسة الثامنة: هدفت هذه الجلسة إلى تعريف المشاركين بضعف الانتباه وآثاره السلبية من خلال الأدوار التي يمثلونها.

- الجلسة التاسعة: هدفت هذه الجلسة إلى تعريف المشاركين بمفهوم إثارة الدافعية من خلال الأدوار التي يمثلونها.

- الجلسة العاشرة: هدفت هذه الجلسة إلى امتلاك المشاركين مهارة طلب المساعدة وتقديمها من خلال الأدوار التي يمثلونها.

- الجلسة الحادية عشرة: هدفت هذه الجلسة إلى امتلاك المشاركين مهارة التعبير عن المشاعر من خلال الأدوار التي يمثلونها.

- الجلسة الثانية عشرة: هدفت هذه الجلسة إلى قيام المشاركين بتلخيص محتوى جلسات البرنامج الإرشادي من خلال نشاط بعنوان «تقرير الجلسات»، وإنهاء البرنامج وتوديع المشاركين.

إجراءات الدراسة

- أعدت أدوات الدراسة بصورتها النهائية ووجدت معاملات الصدق والثبات المناسبة.

- أخذت الموافقات من أولياء أمور الطلبة على مشاركة أطفالهم في البرنامج الإرشادي.

- اختير أفراد الدراسة بطريقة قصدية وحيث بلغ عددهم (30) طالباً، ووزعوا بالطريقة العشوائية إلى مجموعتين، واحدة تجريبية تضم (15) طالباً، وأخرى ضابطة تضم (15) طالباً.

- تحقق من تكافؤ المجموعات لأداء طلبة صعوبات التعلم على مقياس إعاقة الذات ومقياس المرونة النفسية القبلي تبعاً لمتغير المجموعة (التجريبية، الضابطة)، والجدولان (5) و(6) يوضحان ذلك:

تكافؤ المجموعات: مقياس اعاقه الذات القبلي

للتحقق من تكافؤ المجموعات تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأداء طلبة صعوبات التعلم في المدارس الحكومية في لواء بني كنانة على مقياس اعاقه الذات القبلي تبعاً لمتغير المجموعة (تجريبية، ضابطة)، ولبيان الفروق الإحصائية بين المتوسطات الحسابية تم استخدام اختبار "ت"، والجدول (5) يوضح ذلك.

بمطالعة قيم الثبات لمجالات المقياس، والمقياس ككل، يلاحظ أن هذه القيم مرتفعة، مما يشير إلى أن المقياس يتمتع بمعاملات ثبات تسمح باستخدامه في هذه الدراسة، وقد عدَّ الباحث دلالات الصدق والثبات الخاصة بهذا المقياس كافيةً لأغراض الدراسة الحالية.

برنامج السيكو دراما

جرى بناء برنامج قائم على السيكو دراما بالاستناد إلى عدد من المصادر منها: ودراسة روال (Rawal, 2006)، ودراسة محفوظ (2011)، ودراسة عبد الحميد (2012)، ودراسة بيومي ويوسف (2013)، إذ بني البرنامج من (12) جلسة إرشادية، مدة الجلسة الواحدة (60) دقيقة، وبمعدل جلستين أسبوعياً، يهدف البرنامج إلى خفض إعاقة الذات وتنمية المرونة النفسية لدى طلبة صعوبات التعلم، وإكسابهم لغة معرفية حول سلبيات إعاقة الذات، وتعليمهم جملة من المهارات التي تساعدهم في التصرف بشكل مناسب في المواقف الحياتية، كما تتضمن كل جلسة مجموعة من الأهداف ونشاطات الإحماء والقصص ولعب الأدوار والواجبات البيتية. وقد عرض البرنامج على (12) محكماً من ذوي الاختصاص في الإرشاد النفسي والتربوي، والتربية الخاصة، والدراما والتمثيل، وأخذت ملاحظاتهم بالحسبان، وفي ما يأتي ملخص لأهداف جلسات البرنامج:

- الجلسة الأولى: هدفت هذه الجلسة إلى التعارف بين المرشد والمشاركين وبين المشاركين أنفسهم، وتعريف المشاركين بمحتوى البرنامج الإرشادي من حيث: مكان انعقاد الجلسات الإرشادية، وزمن انعقاد كل جلسة، ومدة استمرار البرنامج (عدد جلسات البرنامج) وأهدافه، والتعرف على توقعات المشاركين من البرنامج ومناقشتها.

- الجلسة الثانية: هدفت هذه الجلسة إلى تعريف المشاركين بسيناريوهات الجلسات، وبخطوات سير كل جلسة إرشادية في البرنامج من خلال ممارسة المشاركين نشاط بعنوان «اعرف نفسك».

- الجلسة الثالثة: هدفت هذه الجلسة إلى تعريف المشاركين بمفهوم إعاقة الذات من خلال قصة ومن خلال لعب أدوار تمثيلية.

- الجلسة الرابعة: هدفت هذه الجلسة إلى تعريف المشاركين بمفهوم إعاقة الذات وسلبياته من خلال الأدوار التي يمثلونها في تمرين بعنوان «المرأة».

النتيجة تشير إلى تكافؤ المجموعات.

جدول (5)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار «ت» تبعاً لمتغير المجموعة على مقياس إعاقة الذات القبلي

للتحقق من تكافؤ المجموعات جرى استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأداء طلبة صعوبات التعلم في المدارس الحكومية في لواء بني كنانة على المرونة النفسية القبلي تبعاً لمتغير المجموعة (تجريبية، ضابطة)، ولبيان الفروق الإحصائية بين المتوسطات الحسابية جرى استخدام اختبار «ت»، والجدول (6) يوضح ذلك.

جدول (6)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار «ت» تبعاً لمتغير المجموعة على مقياس المرونة النفسية القبلي

المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة «ت»	درجات الحرية	الدلالة الإحصائية
الانفعالي قبلي	تجريبية	15	2.00	.902	28	.916
	ضابطة	15	2.03	.814		
الاجتماعي قبلي	تجريبية	15	1.83	.937	28	.869
	ضابطة	15	1.89	.813		
العقلي قبلي	تجريبية	15	1.89	1.055	28	.908
	ضابطة	15	1.93	.906		
المرونة ككل قبلي	تجريبية	15	1.91	.896	28	.890
	ضابطة	15	1.95	.774		

مستوى الدلالة ($\alpha = .05$) بين متوسطات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في التطبيق البعدي على مقياس إعاقة الذات؟ للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والمتوسطات المعدلة لأداء طلبة صعوبات التعلم في المدارس الحكومية في لواء بني كنانة على مقياس إعاقة الذات تبعاً لمتغير المجموعة (تجريبية، ضابطة)، والجدول (7) يوضح ذلك.

جدول (7)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والمتوسطات المعدلة لأداء طلبة صعوبات التعلم في المدارس الحكومية في لواء بني كنانة على مقياس إعاقة الذات تبعاً لمتغير المجموعة

المجموعة	القبلي		البعدي		الخطأ المعياري	العدد
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
تجريبية	4.22	.849	1.82	.580	.172	15
ضابطة	4.27	.763	4.08	.819	.172	15
Total الكلي	4.25	.793	2.95	1.344	.122	30

الذات بسبب اختلاف فئات متغير المجموعة (تجريبية، ضابطة)، ولبيان دلالة الفروق الإحصائية بين المتوسطات الحسابية تم استخدام تحليل التباين الأحادي المصاحب والجدول (8) يوضح ذلك.

المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة «ت»	درجات الحرية	الدلالة الإحصائية
تجريبية	15	4.22	.849	-.176	28	.862
ضابطة	15	4.27	.763			

يتبين من الجدول (5) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha = .05$) تعزى إلى المجموعة في مقياس إعاقة الذات القبلي، وهذه

يتبين من الجدول (6) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha = .05$) تعزى إلى المجموعة في جميع المجالات وفي الدرجة الكلية لمقياس المرونة النفسية القبلي، وهذه النتيجة تشير إلى تكافؤ المجموعات.

النتائج

السؤال الأول: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند

يبين الجدول (7) تبايناً ظاهرياً في المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والمتوسطات المعدلة لأداء طلبة صعوبات التعلم في المدارس الحكومية في لواء بني كنانة على مقياس إعاقة

($\alpha = .05$) تعزى لأثر المجموعة التي بلغت قيمة ف 84.975 وبدلالة إحصائية 0.000، وجاءت الفروق لصالح المجموعة التجريبية.

السؤال الثاني: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = .05$) بين متوسطات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في التطبيق البعدي على مقياس المرونة النفسية؟

للإجابة عن هذا السؤال جرى استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والمتوسطات المعدلة لأداء طلبة صعوبات التعلم في المدارس الحكومية في لواء بني كنانة على مقياس المرونة النفسية تبعاً لمتغير المجموعة (تجريبية، ضابطة)، والجدول (9) يوضح ذلك.

جدول (9)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والمتوسطات الحسابية المعدلة لأداء طلبة صعوبات التعلم على المهارات الفرعية والدرجة الكلية لمقياس المرونة النفسية تبعاً لمتغير المجموعة

العدد	الخطأ المعياري	المتوسط المعدل	البعدي		القبلي		المجموعة	
			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
15	.219	3.83	.850	3.83	.902	2.00	تجريبية	الانفعالي قبلي
15	.219	2.19	.771	2.19	.814	2.03	ضابطة	
30	.155	3.01	1.156	3.01	.844	2.02	المجموع	
15	.233	4.04	.930	4.05	.937	1.83	تجريبية	الاجتماعي قبلي
15	.233	2.06	.803	2.05	.813	1.89	ضابطة	
30	.165	3.05	1.325	3.05	.862	1.86	المجموع	
15	.264	4.01	1.072	4.02	1.055	1.89	تجريبية	العقلي قبلي
15	.264	2.16	.899	2.15	.906	1.93	ضابطة	
30	.187	3.08	1.359	3.08	.967	1.91	المجموع	
15	.211	3.96	.885	3.96	.896	1.91	تجريبية	المرونة ككل قبلي
15	.211	2.13	.747	2.13	.774	1.95	ضابطة	
30	2.739	.149	1.231	3.05	.823	1.93	المجموع	

يبين الجدول (9) تبايناً ظاهرياً في المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والمتوسطات المعدلة لأداء الطلبة المساء إليهم في المدارس الحكومية في لواء بني كنانة على مقياس المرونة النفسية بسبب اختلاف فئات متغير المجموعة (تجريبية، ضابطة)، ولبيان دلالة الفروق الإحصائية بين المتوسطات الحسابية استخدام تحليل التباين الأحادي المصاحب المتعدد للمهارات الفرعية، وتحليل التباين الأحادي المصاحب للدرجة الكلية والجدولان (10 - 11) يوضحان ذلك.

جدول (10)

تحليل التباين الأحادي المصاحب المتعدد لأثر المجموعة على مجالات مقياس المرونة النفسية

الدلالة الإحصائية	قيمة ف	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	المستوى	مصدر التباين
.780	.080	.057	1	.057	الانفعالي بعدي	الانفعالي القبلي (المصاحب)
.980	.001	.001	1	.001	الاجتماعي بعدي	الاجتماعي القبلي (المصاحب)
.985	.000	.000	1	.000	العقلي بعدي	العقلي القبلي (المصاحب)

مصدر التباين	المستوى	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدالة الإحصائية
المجموعة	الانفعالي بعدي	20.240	1	20.240	28.190	.000
هوتلنج=1.600	الاجتماعي بعدي	29.532	1	29.532	36.193	.000
ح=000	العقلي بعدي	25.733	1	25.733	24.611	.000
الخطأ	الانفعالي بعدي	17.950	25	.718		
	الاجتماعي بعدي	20.399	25	.816		
	العقلي بعدي	26.139	25	1.046		
الكل	الانفعالي بعدي	38.767	29			
	الاجتماعي بعدي	50.935	29			
	العقلي بعدي	53.542	29			

يتبين من الجدول (10) وجود فروق ذات دلالة إحصائية (α)

(.05 =) تعزى لأثر المجموعة في جميع المجالات، وجاءت الفروق لصالح المجموعة التجريبية.

مناقشة النتائج

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن فاعلية برنامج قائم على السيكو دراما لخفض إعاقة الذات، وتحسين المرونة النفسية لدى الطلبة ذوي صعوبات التعلم في لواء بني كنانة.

● أولاً: مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الأول: لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = .05$) بين متوسطات درجات مجموعتين الدراسة على مقياس إعاقة الذات في القياس البعدي، تعزى للمعالجة (برنامج السيكو دراما).

أظهرت النتائج أن هناك أثراً لتطبيق البرنامج القائم على السيكو دراما على إعاقة الذات.

وتشير هذه النتائج إلى فاعلية البرنامج السيكو درامي في خفض إعاقة الذات لدى أفراد المجموعة التجريبية، وتتفق هذه النتائج مع السؤال البحث عن الإطار النظري والدراسات السابقة مثل: دراسة روال (Rawal, 2006) التي هدفت إلى تعرف دور السيكو دراما في تعزيز المهارات الحياتية حول مفهوم الذات لذوي طلبة صعوبات التعلم، ودراسة كولي وبدرسين (Cooly & Pedersen, 2014) التي هدفت إلى فهم العلاقة بين تقدير الذات والثقة وإعاقة الذات، ودراسة سليمان (2006) والتي بدورها هدفت إلى تعرف فاعلية السيكو دراما في تنمية التواصل الاجتماعي لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم.

فإن هذه الدراسة تدعم ما توصلت إليه البحوث في هذا الإطار على أن السيكو دراما تمثل أسلوباً فعالاً في التأثير الإيجابي على طلبة صعوبات التعلم إذا ما خطط وأعد لها بشكل جيد، ويمكن أن تعود هذه النتائج إلى تقبل الطلبة ذوي صعوبات التعلم لنشاطات الإحماء في بداية كل جلسة وكسر الحواجز مع أنفسهم ومع أعضاء المجموعة، مما انعكس على ظهور سلوكيات إيجابية داخل المجموعة، كالتواصل مع الآخرين، والتعبير عن أنفسهم بشكل أعمق، ومحاولة الأفكار حول التحديات التي يواجهونها، مما انعكس

إيجاباً على التفاعل بين أعضاء المجموعة. وتعود هذه النتائج إلى برنامج السيكو درامي، مما تضمنه من ممارسة للتمارين والأنشطة القائمة على السيكو دراما التي ركزت على التفاعل الاجتماعي، وعلى توفير جو آمن للتعبير عن ذاتهم وآرائهم وحفز الوعي الذاتي وتعرف سلوكياتهم الإيجابية والسلبية، واستبصار حلول جديدة لمشكلاتهم.

وفرة الأساليب والفنيات المستخدمة في البرنامج السيكودرامي مثل: عكس الدور، لعب الدور، الكرسي الساخن، وسطاً جماعياً متشابهة في الخصائص للتعبير عن المكونات الداخلية، مما ساعد على تبني اتجاهات إيجابية نحو ذاتهم وقدرتهم على إنجاز المهام والمتطلبات الحياتية بشكل فعال، وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه نتائج دراسة كولي وبدرسين (Cooly & Pedersen, 2014) التي توصلت إلى أن العلاقة بين مفهوم الذات وإعاقة الذات علاقة طردية يؤثر كل منها بالآخر، وأن مفهوم الذات الإيجابي يساعد في مستوى الدافعية والإنجاز الذي بدوره ينسحب على قدرته مواجهة التحديات والصعوبات التي يواجهونها.

كما لتلك الفنيات دور بارز في تقمص أدوار مختلفة، من خلال فنية لعب الدور، مما ساعد في التغلب على إعاقة الذات والمشاعر السلبية حول ذاتهم، ومساعدتهم على التلقائية في الأداء والتعبير الحر عن مشكلته والوعي بها واستبصار رؤية جديدة، ومن ثم انسحب على تكوين أنماط إيجابية نحو الذات والآخرين، وبالتالي ساعدتهم على نقل أثر خبرة التعلم إلى حياتهم اليومية.

ثانياً: مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني

«هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = .05$) بين متوسطات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في التطبيق البعدي على مقياس المرونة النفسية؟»

أظهرت النتائج أن هناك أثراً لتطبيق البرنامج السيكودرامي على المرونة النفسية، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح المجموعة التجريبية، وذلك على مقياس المرونة النفسية وعلى جميع أبعاده الفرعية: البعد الانفعالي، والبعد الاجتماعي، والبعد العقلي.

طلبتها.

4. ضرورة عقد الورش التدريبية للمرشدين النفسيين والأخصائيين الاجتماعيين العاملين في المؤسسات الاجتماعية والتربوية على استخدام السيكو دراما وتوظيفها في التعامل مع المشكلات الاجتماعية والانفعالية المختلفة مع فئات عدة.

5. إجراء دراسات أخرى حول مقارنة فاعلية برنامج إرشادي معد عن طريق السيكو دراما مع برامج إرشادية تستخدم أساليب إرشادية مستندة إلى اتجاهات نظرية أخرى.

المصادر والمراجع العربية

- أبو مغلي، لينا وهيلات، مصطفى. (2008). الدراما والمسرح في التعليم النظرية والتطبيق. عمان: دار الراجحة للنشر والتوزيع.
- بيومي، لمياء ويوسف، سليمان. (2013). فعالية برنامج تدريبي قائم على السيكو دراما في خفض اضطراب قصور الانتباه وعلاقته بمحتوى القلق الاجتماعي لدى الأطفال ذوي صعوبات التعلم. دراسات تربوية ونفسية مجلة كلية التربية بالزقازيق، 78 (4)، 133-167.
- حسين، طه. (2008). إساءة معاملة الأطفال - النظرية والعلاج، ط1، عمان: دار الفكر للنشر والتوزيع
- الحويان، علا. (2011). فاعلية برنامج إرشادي قائم على العلاج باللعب في تحسين مستوى المهارات الاجتماعية ومفهوم الذات والمرونة النفسية لدى الأطفال المساء إليهم جسدياً. رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة الأردنية، عمان، الأردن
- سليمان، أحمد. (2006). فاعلية السيكو دراما في تنمية مهارات التواصل الاجتماعي لدى التلامذة ذوي صعوبات التعلم. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بنها، بنها، مصر.
- شقورة، يحيى. (2012). المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظة غزة. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الأزهر، غزة، فلسطين.
- الصمادي، رهام. (2015). أثر الإرشاد الجمعي في خفض السلوك العدواني وتحسين المرونة النفسية لدى الأطفال المساء إليهم من قبل والديهم والمودعين في مؤسسات الرعاية، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الهاشمية، الأردن، الزرقاء.
- عبد الحميد، زينب. (2012). فاعلية فنيات السيكو دراما في خفض اضطراب نقص الانتباه المصحوب بالنشاط الزائد لدى الأطفال ذوي صعوبات التعلم. مجلة الإرشاد النفسي، مصر، 32، 275 - 339.
- عبد الواحد، جيهان. (2009). فاعلية السيكو دراما والنمذجة في تحسين بعض مهارات التواصل لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة عين شمس، القاهرة، مصر.
- القرني، محمد. (2011). فاعلية العلاج المعرفي السلوكي في تحسين مستوى التوافق النفسي لدى بعض الاطفال المساء إليهم، مجلة كلية التربية، مصر معهد جامعة الأزهر، (145)، 5، 312 - 335.
- مخيمر، عماد. (2000). كراسة تعليمات ودليل مقياس المرونة النفسية، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة، مصر.
- مصطفى، دينا. (2010). سيكو دراما. القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.

وتشير هذه النتائج إلى فاعلية البرنامج السيكو درامي في تنمية المرونة النفسية لدى أفراد المجموعة التجريبية، وتتفق نتائج هذا السؤال البحثي مع الإطار النظري والدراسات السابقة في مضمار السيكو دراما والمرونة النفسية مثل: دراسة الحويان (2011)، ودراسة شانج وليو (Chang & liu, 2006)، ودراسة سليمان (2006)، إن نتائج هذه الدراسات تؤكد أن أسلوب السيكو دراما يمثل أداءً فعالاً بدرجة كبيرة لتنمية المرونة النفسية لدى طلبة صعوبات التعلم.

وربما تعود هذه النتائج إلى تركيز البرنامج السيكو درامي على فنيات مخصصة حول الأبعاد الخاصة بالمرونة النفسية: الانفعالي، والاجتماعي، والعقلي، التي ساعدت بدورها الطلبة على قبول الذات والآخرين والتفاعل السليم معهم، ومن خلال احتواء البرنامج على فنيات انفعالية ساعدتهم في الكشف عن مشاعرهم وتحديدها والتعرف عليها، للوصول إلى فهم أفضل لأنفسهم ولتفهم المشاعر الخاصة بهم وتقبلها.

فعندما تعرف الطلبة ذوي صعوبات التعلم على مشاعرهم وتحديدها واستطاعوا استخدام طرق مناسبة للتعبير عنها في جو أمن نفسياً، بعيداً عن التجريح والنقد والسخرية كانوا بذلك حصلوا على فرصة للتفاعل الايجابي يساعدهم في تبني نظرة إيجابية حول أنفسهم.

وكان للبرنامج السيكو درامي فنيات مشوقة، وأساليب تعليمية ساعدت طلبة صعوبات التعلم على المشاركة والاندماج مع المجموعة داخل البرنامج، مما أتاح الفرصة لهم لتغيير وجهات نظرهم حول بناء العلاقات مع الآخرين، وتكوين تحالفات مشتركة تدور حول همومهم وتحدياتهم والصعوبات التي يواجهونها.

ويعتقد الباحث أن البرنامج السيكو درامي وفر فرصة لفحص الأفكار الهازمة للذات داخل المجموعة ولعب أدواراً مختلفة ساعدتهم على تقليل الأحكام والتقييمات الهازمة للذات وبدورها انسحبت على رفع درجة المرونة النفسية لديهم.

وتبين ذلك من خلال ردود الأفعال من المعلمين والإداريين داخل البيئة المدرسية، إذ تغيرت سلوكياتهم، ودافعيتهم حول التعلم، وإتمام المهمات المطلوبة منهم.

الاستنتاجات والتوصيات:

لقد أظهر البرنامج الإرشادي السيكو درامي فاعلية في تحقيق أهداف الدراسة المتمثلة في خفض إعاقة الذات وتحسين مستوى المرونة النفسية لدى المجموعة التجريبية، وفي ضوء ما توصلت إليه نتائج هذه الدراسة، يوصي الباحث بما يأتي:

1. إجراء دراسات أخرى حول فاعلية برامج معدة عن طريق السيكو دراما من حيث أثرها في متغيرات أخرى لفئة صعوبات التعلم، مثل: مفهوم الذات والتقبل الاجتماعي والسلوك التوكيدي.
2. إجراء دراسات أخرى حول فاعلية برامج معدة عن طريق السيكو دراما، تأخذ بعين الاعتبار مراحل عمرية مختلفة، وعلى عينات أخرى من فئات الاحتياجات الخاصة.
3. إجراء دراسات أخرى حول فاعلية برامج معدة عن طريق السيكو دراما في المدارس التي تعاني من مشكلات سلوكية لدى

psychodrama Therapy on ADHD student's social Abilities at the Resource class of the Elementary school. *the International Journal of Arts Education*, 2, 36- 64.

- Christine A. & Kathleen A (2012), *Special Issue Article: Strengths – Based Cognitive – Behavioural Therapy: A Four – Step Model to Build Resilience Clinical Psychology and Psychotherapy Clin. Psychother.* 19, 283- 290.
- Christine A. and Kathleen, A. (2012), *The Effectiveness of Behavioral Cognitive Therapy on Resilience Among Abused Children, Psychotherapy*, 19(3), 283 – 291.
- Cooley, P. O., & Pedersen, S. J. (2014) . *Using self-handicaps to protect self-esteem: Young people's responses to evaluative threat in sport. Universal Journal of Psychology*, 2 (2). 95-102.
- Corby, B. (2006). *Child Abuse: Towards A Knowledge Base, 3rd Ed, Maiden Head Publisher, Open University Press.*
- Craig, S. J:ustin, R. & Atara. H. (2012). *Examining the Effectiveness of Games Based on the Group Cognitive Behavioral Therapy Programs Among Sexually abused children, Journal of Child Sexual Abuse*, 21. 646- 666.
- Decker, F. & Mitchell, J. (2016) . *Why self-handicapping leadership is a hurtful strategy. Retrived on 9-12-2017 from https:// Manag emagazine. Com.*
- Decker, P. & Mitchell, J. (2015) .*Introduction to self-handicapping leadership: The nine behaviors holding back employyees, Managers, And companies, and how to overcome them. Retrived on 11-10- 2017 from Https:// www.Informit. com*
- *Effectiveness of a Counseling Program based on Psychodrama on Reducing Self – handicapping and Improving Resilience among Learning Disabled Students in Bani Knanah District.*
- Javanmard, A., Hoshmandja, M. & Ahmadzade, L. (2012) .*Investigating the relationship between self-efficacy, cognitive and mata cognitive strategies, and academic self-handicapping with academic a chievement in male high school students in the tribes of fars province. Journal of life science and biomedicine*, 3(1), 27-34.
- Kapikiran, S. (2012) . *Achievement gool orientations and self-handicapping as mediator and moderator of the relationship between intrinsic achivement motivation and negative outomatic thoughts in adolescence students. Educational sciences:Theory & practice*, 12(2), 705-711.
- Kazemi, Y., Nikmanesh, Z. & Khosravi, M. (2015). *Role of self-handicapping on prediction of the quality of life in primary students. Clinical psychology*, 3(1), 16-68.
- Learner, J. (2000). *Learning disabilities:Theories, Diagnosis, and TeachingStrategies. (8thEd) Boston: Houghton Mifflin Company.*
- Litvinova, A., Balarabe, M. & Mohammed, A. (2015) . *Influence of personality traits and age on academic self-handicapping among under graduate students of ahmadu bello university, Zaria, Nigeria. Psychology,(6). 1995-2003*
- Litvinova, A., Balarabe, M. & Mohammed, A. (2015) . *Influence of personality traits and age on academic self-handicapping among under graduate students of ahmadu bello university, Zaria, Nigeria. Psychology,(6). 1995-2003 .*
- Masten, A. S. (2009). *Ordinary Magic: Lessons from Research on Resilience in Human Development. Education Canada*, 49 (3), 28- 32.
- Moreno, J. (1994). *Psychodrama & Group Psychotherapy. (4thEd) America Society for Group psychotherapy & psychodrama, Mclean, VA.*
- Moreno, R. & Zachariah, M. (2006). *Finding My place: The use of Psychodrama For Building Community in the School*

المصادر والمراجع العربية مترجمة

- Abu Mighli, L & Heilat, M. (2008). *Drama and Theatre in Eduction, Theory and Practice. Amman, Al-Raya House for Publishing and Distribution.*
- Beyoumi, L. & Yousef. S. (2013). *The effectiveness of a psychodrama-based training program in reducing attention deficit disorder and its relationship to social anxiety content in children with learning disabilities, educational and psychological studies, Journal of FACul;ty of Education in Zagazig*, 78(4), p 133-167.
- Hussain, T. (2008). *Child Abuse - Theory and Treatment, 1st ed., Amman, Alfikr House for Publishing and Distribution.*
- Al-Hweiyen, O. (2011). *The effectiveness of a counseling program based on play therapy in improving the level of social skills, self-concept, and psychological resilience of physically abused children, unpublished PhD Dissertation, University of Jordan, Amman.*
- Suleiman, A. (2006). *The effectiveness of psychodrama in developing social communication skills among students with learning difficulties. Unpublished MA thesis, Benha University, Benha, Egypt.*
- Shaqura, A. (2012). *Psychological flexibility and its relationship with life satisfaction among Palestinian university students in Gaza governorates. Unpublished MA Thesis, al-Azhar University, Gaza, Palestine.*
- AL-Semadi, R. (2015). *The effect of group counseling in reducing aggressive behavior and improving psychological resilience among children who are abused by their parents and placed in care institutions. Unpublished MA Thesis, The Hashemite University, Jordan, Zarqa.*
- Abdel Hamid, Z. (2012). *The effectiveness of psycho-drama techniques in reducing attention deficit disorder accompanied by hyperactivity in children with learning difficulties. Journal of Psychological Counselling, Egypt*, p 32, 275-339.
- Abdel Wahid, J. (2009). *The effectiveness of psycho-drama and modeling in improving some communication skills of students with learning difficulties. Unpublished MA thesis, Ain Shams University, Cairo, Egypt.*
- Al-Qurani, M. (2011). *The effectiveness of cognitive-behavioral therapy in improving the level of psychological compatibility of some abused children, Journal of the Faculty of Education, Egypt, al-Azhar University Institute, p. 145, 5, 312-335.*
- Mikhaimar, E. (2000). *Instruction booklet and manual for Psychometric Resilience, The Anglo-Egyptian Library, Cairo, Egypt.*
- Mustafa, D. (2010). *Psychodrama. Cairo, The Anglo-Egyptian Library*

المصادر والمراجع الأجنبية

- Akin, A. (2011). *Academic locus of control and self-handicapping. Procedia-Social and behavioral sciences*, 30, 812-816.
- Connor, K., & Davidson, J. (2003). *Development of A New Resilience Scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). Depression and Anxiety*, 18,76–82.
- Juntunen, C. & Atkinson, D. (2002). *Counseling Across the Lifespan: Prevention and Treatment. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.*
- Blatner, A. (2000). *Foundation of Psychodrama, Fourth Edition. New Yourk: Springer publishing Company.*
- Chang, w.&Liu, w. (2006). *A study of the Application of the*

- Classroom. Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry*, 23 (4), 157- 167.
- Palmer, B. (2013) *Self-handicapping-applied social psychology(ASP)*. Retrieved on the applied social psychology asp, on28/9/2017 from: <http://www.personal.psu.edu>.
 - Peter, M. (2009). *Psychodrama: Narrative pedagogy and socially challenged children*. *British Journal of Special Education*, 36 (4), 9- 17.
 - Rawal, S. (2006). *The role of psychodrama in enhancing life skills in children with Specific learning difficulties in a Mumbai school*. *International Journal of Special Education*, 22 (1), 107- 117.
 - Rhodewalt, F. & Tragakis, M. (2001) . *Self-handicapping and the social self: The cost and rewards of inter personal self-construction*. In *For fourth annual Sydney symposium of social psychology, march 19-22, University of Utah*.
 - Sahranc, U. (2011). *An investigation of the relationships between self-handicapping and depression, anxiety, and stress*. *International online journal of educational sciences*, 3(2), 526-540.
 - Stewart, M. & De George-walker, L. (2014) . *Self-handicapping, perfectionism, locus of control and self-efficacy: A path model*. *Personality and individual differences*, 66, 160-164.
 - Tadik, H., Akca, E., & Ucak-Azboy, Z. (2017) . *Perfectionism and self-handicapping behaviors of gifted students*. *Journal for the education of gifted young scientists*, 5(2), 85-93.
 - Wusik, M. (2013). *Socially positive behaviors as self-handicapping*. *Master thesis, The faculty of the virginia polytechnic institute and state university in partial fulfillment* .