

فعالية برنامج معرفى سلوكي لزيادة الثقة بالنفس لضحايا التحرش الجنسي من طالبات الجامعة

ساندى سمير إبراهيم الفار

باحثة ماجستير – كلية التربية

جامعة بورسعيد

إشراف

د/ هبة كمال مكي

مدرس الصحة النفسية

كلية التربية جامعة بورسعيد

أ. د/ محمد أحمد سعفان

أستاذ ورئيس قسم الصحة النفسية

كلية التربية جامعة الزقازيق

٢٠١٦ / ٨ / ٣١

تاریخ استلام البحث :

٢٠١٦ / ٩ / ٢٦

تاریخ قبول البحث :

الملخص

هدفت الدراسة إلى اختبار فعالية برنامج معرفى سلوكي لزيادة الثقة بالنفس لضحايا التحرش الجنسي من طالبات الجامعة ، و تكونت العينة من (٨) طالبات واستخدمت مجموعة تجريبية واحدة ، واستخدمت الدراسة المنهج التجريبى و الادوات التالية : مقياس التحرش الجنسي إعداد الباحثة ، مقياس الثقة بالنفس لسيدى شروجر و البرنامج المعرفى السلوكي إعداد الباحثة و الذى استغرق تطبيقه (٢٤) جلسة ، و توصلت الدراسة الى وجود فروق ذات دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات عضوات المجموعة التجريبية فى القياسين القبلى /البعدى على مقاييس (التحرش الجنسي - الثقة بالنفس) بأبعادهم ودرجاتهم الكلية بعد تطبيق البرنامج لصالح القياس البعدى وعدم وجود فروق ذات دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات عضوات المجموعة التجريبية فى القياسين البعدى / التبعى على مقاييس (التحرش الجنسي - الثقة بالنفس) بأبعادهم ودرجاتهم الكلية بعد مرور فترة من المتابعة (شهر) .

Abstract

The Effectiveness of a Cognitive Behavioral Program in Increasing Self-Confidence in Female University Students Victims of Sexual Harassment
The recent research study aimed at testing the efficiency of a Cognitive Behavioral Program in Increasing Self-Confidence in Female University Students Victims of Sexual Harassment .The research sample (8) female students for one experimental group .The program has lasted for (24) sessions . The research study made use of the following tools : a measure of Sexual Harassment (designed by the researcher), , a measure of self-confidence a translation and localization D / Adel Abdullah. The research results can be summed up in the following point.(1) there were statistically significant differences among the means of scores of experimental group in the pre-test and the post -test on the perfectionism scale with its dimensions on the measures of (Sexual Harassment, self-confidence) and on the scale as a whole after the implementation of the program for the favor of the post – test .(2) there were no statistically significant differences among the means of scores of experimental group in the post -test and the alterative -test on the perfectionism scale with its dimensions on the measures of (Sexual Harassment, self-confidence) and on the scale as a whole after the implementation of the program for the favor of the post – test

المقدمة :

تتعرض الطالبات- فى مرحلة المراهقة المتأخرة - لبعض المشكلات التى تحد من أدوارهن الاجتماعية و تؤدى فى بعض الأحيان إلى تقويقهن حول ذاتهن، أو حتى الاتسام ببعض السمات العدوانية و قد يكون تأثيرها واضحًا على التحصيل الدراسي و علاقتها الاجتماعية بأسرتها و أصدقائهن و المجتمع بكافة أفراده ، ومن هذه المشكلات التحرش الجنسي فيرجع انتشار تلك الظاهرة لعدة أسباب منها ما هو مرتبط بالتنشئة الأسرية الخاطئة و العوامل الاقتصادية و ثقافة المجتمع وغياب فكرة المسؤولية والواجب الاجتماعى تجاه أفراد المجتمع بعضهم البعض و الصورة السلبية للمرأة التي تعرضها بعض وسائل الاعلام ، وللتحرش الجنسي تداعياته النفسية الخطيرة على الضحية التي تتمثل في الغضب الشديد و الخوف و الإحراج و الخجل و الاكتئاب و الشعور بالذنب و القلق و انخفاض الروح المعنوية ، و الشعور بعدم احترام الذات و عدم الثقة في الآخرين ؛ فالتحرش الجنسي جريمة لا يمكن التساهل معه أو تجاهله ، فالرادرع القانوني للتحرش الجنسي عامل مهم للقضاء عليه ، و بالرغم من ذلك نجد أن العقوبة المقررة للمتحرش غير رادعة ، فلا شك أن التحرش الجنسي جريمة بلا دليل في الأغلب ، الأمر الذي يجعل ممارس التحرش يشعر بأنه لا يعاقب على مثل هذه الجريمة ، هذا بالإضافة إلى غياب التواجد الأمني في بعض المناطق المعروفة بانتشار مثل هذه الممارسات .

مشكلة الدراسة :

للتحرش الجنسي تداعياته النفسية و الفسيولوجية الخطيرة على شخصية الضحية ، فتتمثل الاعراض النفسية في الشعور بالغضب الشديد و الخوف والألم والإحراج و الخجل انعدام الشعور بالأمن الشخصي و الشعور بالذنب و الاكتئاب و بعض الاعراض الفسيولوجية كحدوث اضطرابات في المعدة أو اضطرابات في النوم والكوابيس و حالات الصداع و فقدان الوزن (رشا حسين، ٢٠٠٨، ١٣٢)؛ (محمد قطب، ٢٠٠٨، ٨٥).

مما سبق تتبادر مشكلة الدراسة الحالية في السؤال التالي :

ما فاعالية برنامج معرفى سلوكي لزيادة الثقة بالنفس لضحايا التحرش الجنسي من طالبات الجامعة ؟
و يتفرع منه الأسئلة التالية :

- هل توجد فروق بين متوسطات درجات رتب عضوات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي و البعدى على مقياس التحرش الجنسي بعد تطبيق البرنامج المعرفى السلوكي ؟
هل توجد فروق بين متوسطات درجات رتب عضوات المجموعة التجريبية (اللائي تعرضن للتحرش الجنسي) في القياسين القبلي و البعدى على مقياس الثقة بالنفس بعد تطبيق البرنامج المعرفى السلوكي؟
- ما إمكانية استمرار فاعالية البرنامج المعرفى السلوكي المستخدم في الدراسة على مقاييس(التحرش الجنسي- الثقة بالنفس) بعد مرور فترة زمنية ؟

- هل توجد علاقة ارتباطية بين درجات طالبات المجموعة التجريبية (اللاتي تعرضن للتحرش الجنسي) في مقياس التحرش الجنسي و مقياس الثقة بالنفس ؟

أهداف الدراسة :

- التعرف على أثر زيادة الثقة بالنفس لدى ضحايا التحرش الجنسي من طالبات الجامعة .
- اختبار فعالية البرنامج المعرفى السلوكي فى تحقيق الهدف المرجو منه لزيادة الثقة بالنفس لضحايا التحرش الجنسي من طالبات الجامعة بعد التطبيق و المتابعة .

أهمية الدراسة :

- ١- توضيح مشكلة التحرش الجنسي .
- ٢- دراسة الظاهرة (التحرش الجنسي لدى المراهقات) فى مرحلة المراهقة المتأخرة .
- ٣- التعرف على فعالية برنامج معرفى سلوكي لزيادة الثقة بالنفس لضحايا التحرش الجنسي من طالبات الجامعة وذلك من خلال :
 - تصميم أداة قياسية عربية لقياس التحرش الجنسي وذلك لندرة المقاييس فى هذا المجال - فى حدود علم الباحثة - .
 - بناء و تطبيق برنامج معرفى سلوكي ثم اختبار فعاليته لزيادة الثقة بالنفس لضحايا التحرش الجنسي من طالبات الجامعة .

مصطلحات الدراسة :

البرنامج المعرفى السلوكي : Cognitive-behavioral program

يقوم البرنامج المعرفى السلوكي على النظرية المعرفية التى تؤكد على أهمية الروابط الموجودة بين سلوكيات الأفراد و افكارهم و خبراتهم السابقة و قدراتهم العقلية (أساليب التفكير و الادراك و التذكر) ، والنظرية السلوكية التى تَعْتَبِرُ أَنَّ سُلُوكَ الْفَرَدِ قَابِلٌ لِلتَّعْدِيلِ أَوِ التَّغْيِيرِ بِإِيَاجَادِ ظَرُوفَ وَأَجْوَاءِ تَعْلِيمِيَّةٍ مُعِيَّنةٍ وَ ذَلِكَ بِاستِخْدَامِ مُجَمُوعَةٍ مِنَ الْفَنِيَّاتِ (المعرفية و السلوكية) ؛ ويهدف البرنامج المعرفى السلوكي إعادة تنظيم الذات بشكل افضل و يستخدم فى ذلك التحسين المنهجى و التدريب على المهارات الاجتماعية و التدعيم الإيجابى و إعادة البناء المعرفى ، ومحاولة التخلص من الالم النفسي عن طريق تصحيح المفاهيم و الاشارات الذاتية الخاطئة ، وبذلك يهدف الى التعامل مع التفكير غير المنطقي .

التحرش الجنسي : Sexual Harassment

تعرف الباحثة التحرش الجنسي إجرائياً بأنه " تعرض الطالبة لافعال غير لفظية ذات طابع جنسى- لمس أو الاحتكاك الجسدى - أو مطالب لفظية ذات طابع جنسى- عبارات غزل عاديه، عبارات بها إيحاءات جنسية ، عبارات جنسية صريحة، عبارات بذئنة صريحة تتضمن وصف لأعضاء الجسم

والرغبة في الجماع - مع عدم الترحيب بها ، وقد تحدث في الشارع أو الجامعة أو الأماكن العامة أو مكان العمل أو المنزل مما يتربّ عليه آثار نفسية سلبية منها (الاكتئاب - القلق - الشعور بالذنب - الخوف من إقامة علاقات جنسية مستقبلية - عدم الشعور بالأمان - عدم الثقة بالنفس - الاحباط - الخوف الشديد) وأعراض فسيولوجية منها (اضطرابات الأكل - فقدان الوزن أو زيادته - حالات الصداع - ارتفاع ضغط الدم) ، و قامت الباحثة بإعداد مقياس للتحرش الجنسي يتكون من (٧) أبعاد وهم : (خسال الضحية ، أماكن انتشار التحرش ، أشكال التحرش ، أسباب التحرش، البعد القانوني، الآثار النفسية المترتبة على التحرش ، استراتيجيات التصدى للتحرش) .

الثقة بالنفس: **self confidence**

تعرف الثقة بالنفس إجرائياً بأنها " إدراك الفرد لكتفاعته أو مهارته وقدرته على أن يتعامل بفاعلية مع المواقف المختلفة " (سيدنى شروجر، ١٩٩٠ ، ٦) .

إطار نظري ودراسات سابقة :

وتتصدر مشكلة التحرش الجنسي اهتمام كافة المؤسسات التي تعمل في مجال حقوق المرأة لما له آثاراً نفسية خطيرة على الضحية ومنها الاكتئاب ، القلق ، الشعور بالذنب ، الرغبة في الانتحار و اضطرابات الأكل - فقدان الوزن أو زيادة - و تتمثل أبرز الإساءات التي تلحق بالضحية الشعور بالانتهاك البدني واضطرابات حالتها النفسية ، كما أنها تصاب بعدم الثقة في نفسها وبين حولها وهو ما يؤدي إلى اضطراب حياتها الأسرية وعلاقتها الشخصية وبذلك تتخطى المشكلة آثارها أماكن حدوث التحرش لتشمل الأسرة والسياق الاجتماعي ككل، كما يعد التحرش الجنسي شكل من أشكال الإيذاء الجسدي (الجنسي والنفسي) (Willness, C. , Steel, P., & Lee, K., 2007, 127-162)

أولاً: تعريف التحرش الجنسي :

التعريف النفسي :

هو أي فعلة جنسية أو أي محاولة للشرع في فعلة جنسية أو أي تعليقات جنسية أو أي تدبير موجه بطريقة أو بأخرى ضد عفة أي شخص بالاكراه من جانب أي شخص بصرف النظر عن علاقته بالضحية وبصرف النظر عن مكان هذه الافعال سواء في المنزل أو مكان العمل وذلك على سبيل المثال لا الحصر (WHO,2008,5)

أشكال التحرش الجنسي :

تتعدد أشكال التحرش الجنسي و نسب شيوخه و تتنوع حسب ثقافة المجتمع و ثقافة أفراده ، وحسب صرامة سلطاته في تطبيق القانون وقد يتضمن التحرش الجنسي - شكل واحد أو أكثر - من الأشكال الآتية:

كريم، ١٩٩٣) على أن للتحرش الجنسي صوراً مختلفة من أشهرها :

أ- التحرش اللفظى : -

اللفظ هنا يختلف عن الفاظ الغزل الرقيقة والمتوددة، فهو يميل إلى الفجاجة والصراحة الجارحة، ويميل إلى الدلالات الجنسية، وأحياناً يستخدم المتحرش الفاظاً سوقية يعبر بها عن أطماعه في الضحية، وأحياناً أخرى تأخذ معنى المراودة بما تتضمنه من إغراء وإثارة ويتضمن :

- تعليقات ودعابات ، حركات، أصوات أو اقتراحات.

- همسات بطريقة خادشة للحياء مع إصدار أصوات جنسية.

ب- التحرش غير اللفظى : ويظهر في أشكال مختلفة منها :

- عرض صور جنسية أو أفلام.

- الرسائل البريد الإلكتروني، الملصقات، الهدايا، المواد ذات الطبيعة الجنسية.

- تخفي الحدود والمساحة الجسدية لآخر كالاقتراب منه أكثر من اللازم.

- إجباره على التلفظ بألفاظ فاضحة.

- المداعبة أو الملاطفة. (Nicole.J, isist.H, 2007, p.31-50)

بداية الاهتمام بالتحرش الجنسي :

أ- في ضوء مواقف القرآن الكريم :

تحدث القرآن الكريم عن أشهر قصة تحرش جنسي في التاريخ ، كان المتحرش فيها أمراء والمتحرش بت رجلاً كما أوردتها سورة يوسف ، حيث تحرشت زوجة عزيز مصر بنبي الله يوسف عليه السلام وتنطبق حيثيات القصة مع ما يشترطه التشريع اليوم من وجود سلطه قائمة بين المتحرش والضحية " وَرَأَوْدَتْهُ النِّيْهُ هُوَ فِي بَيْتِهَا عَنْ نَفْسِهِ وَخَلَقَتِ الْأَبْوَابَ وَقَالَتْ هَيْتَ أَكَ قَالَ مَعَادَ اللَّهِ إِنَّهُ رَبِّ أَحْسَنَ مَثَوَّاً إِنَّهُ لَا يُفْلِحُ الظَّالِمُونَ " سورة يوسف آية ٢٣ (مهند الشعيبى، ٢٠٠٩ ، ٢٣) .

ب- في ضوء مساهمات النساء في الوقت المعاصر :

بينما يعتقد البعض أن مصطلح التحرش الجنسي ظهر عام ١٩٧٣ في تقرير د/ ماري روى Mary Rowe الذي رفعته إلى رئيسها في معهد ماساتشوسيتس للتكنولوجيا عن الاشكال المختلفة لقضايا عدم المساواه بين الجنسين ويرجع البعض الآخر ظهوره إلى عام ١٩٧٥ على يد ثمانية من الناشطات أثناء أحد إجتماعاتهن وتحديث عن المضايقات الالاتي يتعرضن لها أثناء العمل وقاما بتأسيس معهد السيدات العاملات وتزامن ذلك مع ظهور التحالف ضد الاكراه الجنسي عام ١٩٧٦ على يد الناشطات فرائد كلين Freada Klien و لين رولى Lynn Wehrli والليزابيث كوهين Elizabeth (هشام فرج ٢٠١١ ، ١٩) .

ثانياً: الثقة بالنفس**١- تعريف الثقة بالنفس :****أ- التعريف النفسي للثقة بالنفس :**

الثقة بالنفس ليست عملية ينبغي ممارستها بل ثمرة يجنيها الشخص نتيجة لبذور غرسها وهي انعكاس لواقع داخلي يعمل في أعماق الشخصية إضافة إلى الصحة العامة لدى الفرد وترتبط بما يحصل عليه الفرد من معلومات وخبرات تدعم مكانته الاجتماعية وتساعده على أن يكون إيجابياً (يوسف أسعد ، ١٩٧٧ ، ٢٠) وهي إيمان الفرد بأهدافه وقدراته وقراراته وإمكاناته وتمثل بالحب والاعطف والتفكير الإيجابي والصبر والمثابرة والإصرار واستثمار الوقت (أنوار الطائي ، ٢٠٠٧ ، ٢٩٣ - ٢٩٣) (٣١٢)

ويعرفها " سيدنى شروجر " إنها إدراك الفرد لكتفاته أو مهاراته وقدرته على أن يتعامل بفاعلية مع المواقف المختلفة (سيدنى شروجر ، ١٩٩٠ ، ٦)

٢- أهمية الثقة بالنفس:

الثقة بالنفس تثير الانفعالات الإيجابية وتبعث على الشعور بالحماس والبهجة وتساعد على تركيز الانتباه وتزيد المثابرة والجهد في سبيل تحقيق الاهداف والنجاح مما يسهم في بناء مفهوم ذات إيجابي فتجعل الفرد مرتاحاً خالياً من المخاوف قادراً على تنظيم البيئة وأفكاره بسرعة ودقة وبأقل معونة من الآخرين؛ مما يمكنه من تخطي الصعاب والوصول إلى مستوى عال من الإنجاز ويؤدي ذلك التشوق إلى مناقشة الآخرين واحترام الذات (بدر العمر ، ٢٠٠٠ ، ٨٣-٨٥)

بينما ترى أمل يونس أن أهمية الثقة بالنفس تتمثل فيما يلي :

- ٠ تساعد على الشعور بامكانية تطوير المهارات والمساهمة بشكل فعال في المجتمع .
- ٠ إن الثقة بالنفس توفر دافعاً نحو العمل، والإنجاز، وسرعة الأداء ودقته.
- ٠ إنها تؤدي إلى القدرة والإقدام الوقت التي تمثل المبادرة سلوكاً إبداعياً وتساعد على تكوين القدرة على اتخاذ القرارات وتحمل المسؤولية .
- ٠ تعد شرطاً من شروط القيادة الناجحة في مجالات الحياة جميعها (أمل يونس ، ٢٠١٠ ، ١٥)

وهو ما أكدت دراسة عبد الله شراب (٢٠١٣) بعنوان " فعالية برنامج لتنمية الثقة بالنفس كمدخل لتحسين المسؤولية الاجتماعية لدى طلاب المرحلة الثانوية " ، و تكونت عينة الدراسة من (٢٣) طالباً قسموا إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية و استخدم المنهج التجريبي ، بعد ان تم ضبط متغيرات العمر الزمني و المستوى الاجتماعي الثقافي للأسرة. وهدفت إلى التعرف على درجة كل من الثقة بالنفس و المسؤولية الاجتماعية و التحقق من فاعلية برنامج تدريبي لتنمية الثقة بالنفس كمدخل لتحسين المسؤولية الاجتماعية لدى طلاب المرحلة الثانوية. وقد قام الباحث بتطبيق الادوات

التالية : مقياس الثقة بالنفس ، مقياس المسؤولية الاجتماعية ، استماره المستوى الاجتماعي الثقافي ، برنامج تنمية الثقة بالنفس كمدخل لتحسين المسؤولية الاجتماعية ، وتكون البرنامج التدريبي (٢٠) جلسة تدريبية و استخدم الباحث الاساليب الاحصائية الابارمترية وهي اختبار مان وتنى واختبار ويلكسون ، وقد اظهرت النتائج وجود فروق دالة احصائيا بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الثقة بالنفس و المسؤولية الاجتماعية لصالح المجموعة التجريبية ووجود فروق دالة احصائيا بين القياسين القبلي و البعدى لصالح القياس البعدى كما أنه لا توجد فروق ذات دالة احصائية في درجات افراد المجموعة التجريبية في الثقة بالنفس و المسؤولية الاجتماعية بين القياسين البعدى و التبعي .

ثالثاً: البرنامج الإرشادي المعرفى السلوكي :

١- تعريف الإرشاد المعرفى السلوكي :

يعد الإرشاد المعرفى السلوكي من أشكال الإرشاد النفسي الحديثة نسبياً ويركز على كيفية إدراك الفرد للمثيرات المختلفة وتفسيراته لها ، وإعطاء المعانى لخبراته المتعددة ويرى " بيك " أن هذا النموذج المعرفى السلوكي يقوم على فكرة مؤداها أن ما يفكر فيه الفرد وما يقوله حول نفسه وكذلك اتجاهاته وأرائه ومثله تُعد جميعاً بمثابة أمور هامة وذات صلة وثيقة بسلوكه الصحيح أو المريض (حامد الغامدي، ٢٠١٣ ، ١٣٥) .

نماذج لبعض الدراسات السابقة التي إستخدمت الإرشاد المعرفى السلوكي في تخفيف آثار التحرش الجنسي :

ومن الدراسات التي استخدمت المدخل المعرفى السلوكي لمواجهة مشكلة التحرش الجنسي دراسة (أحمد حسن ٢٠١٥) هدفت الى اختبار فعالية برنامج ارشادى باستخدام المدخل المعرفى السلوكي فى خدمة الفرد لمواجهه مشكلة التحرش الجنسي و تكونت العينه من ١٢ حالة تم اختيارهم بطريقة عمدية تتراوح أعمارهم من (١٣ - ١٥ عام) و استخدمت الدراسة المنهج شبه التجريبي باستخدام مجموعة تجريبية واحدة و توصلت الدراسة الى وجود فروق دالة احصائيا بين القياس القبلي و القياس البعدى لحالات الدراسة على مقياس الوعي بمشكلة التحرش الجنسي لتلاميذ المرحلة الاعدادية نتيجة التدخل المهني معهم بالبرنامج الإرشادى باستخدام المدخل المعرفى السلوكي فى خدمة الفرد و أكدت الدراسة فعالية البرنامج الإرشادى باستخدام المدخل المعرفى السلوكي فى خدمة الفرد لمواجهه مشكلة التحرش الجنسي .

وهدفت دراسة " كوبانى " (Kubany, E.S & Hill, E.E 2003) التعرف على أثر برنامج معرفى سلوكي فى معالجة ضغط ما بعد الصدمة للنساء المعنفات جنسياً ، تكونت العينة من (٢٥ امرأة ، حيث طبقت إستراتيجيات : التوعية و التعليم فيما يخص ضغط ما بعد الصدمة و إستراتيجية

العرض و مراقبة الحديث الذاتى السلبى ، وخلصت الدراسة إلى أن النساء اللواتى أكملن جلسات العلاج المعرفى السلوكي أظهرن انخفاضاً فى الشعور بالذنب و الاكتئاب و زيادة كبيرة فى تقدير الذات و استمر التحسن على مدى (٣ - ٦) أشهر من المتابعة.

كما هدفت دراسة "كوهين و آخرون" (Cohen, et al., 2006) التعرف على فاعلية العلاج المعرفى السلوكي لدى عينة من النساء المعنفات جنسياً المصابات بإضطراب ما بعد الصدمة ، ف تكونت العينة من (١٥٠) إمرأة و تم تقسيم العينة إلى مجموعتين تجريبية تكونت من (٧٥) تلقت العلاج المعرفى السلوكي (٧٥) إمرأة لم يتلقين أية مساعدة ، تم استخدام المقياس العيادى التقييمى لضغط ما بعد الصدمة ، خلصت نتائج الدراسة إلى أن المجموعة التى تلقت العلاج أظهرت انخفاضاً كبيراً فى أعراض اضطراب ما بعد الصدمة مقارنة بالمجموعة الضابطة.

فقد أوضح (جوستين موسيريل و آخرون ، ٢٠١١) (Misrule J, et al. , 2011) فاعلية العلاج المعرفى السلوكي القائم على اللعب للذين تعرضوا للاعتداء الجنسي ويهدف العلاج المعرفى السلوكي إلى : استيعاب الأعراض ، عجز المهارات الاجتماعية مشاكل إحترام الذات و مهارات الحياة ؛ وتشير النتائج إلى أن العلاج المعرفى السلوكي القائم على اللعب كان فعالاً لتحسين الإستيعاب والحد من السلوكيات غير اللائقة و اكتسابهم مهارات حماية الذات.

هذا وقد تناولت العديد من الدراسات أهمية الثقة بالنفس و فاعلية البرامج الارشادية في تنميتها و منها دراسة "سمية على" (٢٠٠٩) بعنوان "فاعلية برنامج ارشادى مقترن لتنمية الثقة بالنفس لدى طالبات الجامعة الاسلامية بغزة " إلى الكشف عن فاعلية برنامج إرشادى مقترن لتنمية الثقة بالنفس لدى طالبات الجامعة الاسلامية بغزة ؛ وتكونت عينه الدراسة من (١٧) طالبة تم اختيارهم بطريقة عشوائية و تمثلت أدوات الدراسة في إستبيان للثقة بالنفس و جلسات البرنامج الارشادى المقترن و يستخدم معامل الارتباط بيرسون و الفا كرونباخ و اختبار ويلكيسون، و توصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين القياسين القبلي و البعدى لصالح البعدى مما يعني فاعلية البرنامج المقترن لتنمية الثقة بالنفس في حين لا توجد فروق بين القياسية البعدى و التبعى مما يعني استمرارية فاعلية البرنامج المقترن بعد شهرين.

ومما لا شك فيه أن أى سلوك يعتمد على التفكير الذى يلعب دوراً أساسياً في توجيهه السلوك الإنساني و المصدر الأساسي لكل الانفعالات ولهذا فإن اضطراب الأفكار وتشویش المعلومات يدفع الفرد إلى سلوكيات غير سوية ومن خلال البرنامج المعرفى السلوكي تكتسب الطالبات مهارات التفكير فيجعل منهم مواطنات ذوى نظره متعمقة و حكمة في تناول المشاكل التي يعاني منها مجتمعهم ، فالتحرش الجنسي نوع من أنواع العنف الموجه للمرأة و أكدت دراسات رشا حسين (٢٠٠٨) ؛ محمد قطب (٢٠٠٨) أن للتحرش الجنسي تداعياته النفسية الخطيرة على الضحية والتي تتمثل في

الشعور بالغضب الشديد و الخوف والالم والاحراج والخجل و حالات الصداع والاكتئاب و بعض الاعراض الفيزيقية مثل حدوث اضطرابات في المعدة أو اضطرابات في النوم والكوابيس وفقدان الوزن وكذلك بعض الاعراض النفسية والانفعالية منها الشعور بعدم إحترام الذات والقلق والغضب و وتشير دراسة (نيكول بوكانان وأخرون ، ٢٠١٣ ، Buchanan N,et al.,2013) إلى أن الاكتئاب و اضطرابات الأكل من الآثار النفسية للتحرش الجنسي على المرأة ، كما توصلت دراسة ويلنيس سى وأخرون (٢٠٠٧ , Wellness, C.,. et- al, 2007) إلى أن أهم الآثار النفسية للتحرش الجنسي على الضحية وبيئة العمل هي القلق و الشعور بالذنب و الاكتئاب و الرغبة في الانتحار و اضطرابات الأكل ؛ و أكد Andrea G. " جونزالز أندريا" (٢٠٠٦) أن هناك علاقة ارتباطية بين التحرش الجنسي و فقدان الثقة بالنفس و الاتجاه إلى لوم الذات ولذلك اهتمت الباحثة في الدراسة الحالية بدراسة فعالية برنامج معرفى سلوكي قائم على فنيات معرفية (فنية الحوار الذاتي ، فنية استخدام التخيل لإعادة الخبرة الانفعالية ، طريقة مناقشة أحداث الخبرات الانفعالية ، فنية تحديد الأفكار التلقائية و العمل على تصحيحها ، فنية أعاده البناء المعرفي ، المحاضرة و المناقشة ، الدحض و التنفيذ، الواجبات المنزليه ، التدريب على اسلوب حل المشكلات) و فنيات سلوكية (فنية جدول الانشطة ، النمذجة، فنية التعزيز ، فنية التدريب على الاسترخاء، فنية المرأة ، فنية لعب الدور ، تكنيك أو استجابة توکيد الذات ، التغذية الراجعة) على عينة مكونة من (٨) طالبات من طالبات الجامعة لزيادة الثقة بالنفس لديهن :

من خلال ما سبق عرضه من تراث نظري و دراسات سابقة ، يمكن استخلاص فروض الدراسة و هي: **فروض الدراسة :**

١. توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب درجات عضوات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي و البعدى على أبعاد مقياس التحرش الجنسي في اتجاه التطبيق البعدى.
٢. توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب درجات عضوات المجموعة التجريبية (اللاتعرضن للتحرش الجنسي) في القياسين القبلي و البعدى على مقياس الثقة بالنفس في إتجاه القياس البعدى.
٣. لا يوجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب درجات عضوات المجموعة التجريبية (اللاتعرضن للتحرش الجنسي) في التطبيق البعدى والتبعى على أبعاد مقياس التحرش الجنسي
٤. لا يوجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب درجات عضوات المجموعة التجريبية (اللاتعرضن للتحرش الجنسي) في التطبيق البعدى والتبعى على مقياس الثقة بالنفس .

٥. توجد علاقات ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات طالبات المجموعة التجريبية (اللاتي تعرضن للتحرش الجنسي) في مقياس التحرش الجنسي و مقياس الثقة بالنفس .

إجراءات الدراسة:

أولاً: منهج الدراسة :

استعانت الباحثة بالمنهج التجاربي ، الذى يقوم على التصميم ذي المجموعة الواحدة ، وبعد التصميم التجاربي ذو المجموعة الواحدة من أكثر التصميمات المناسبة لطبيعة الدراسة الحالية و عينتها ، كما أن من أهم مزايا هذا التصميم أن المجموعة التجريبية هى نفس المجموعة الضابطة مما يؤدى إلى تكافؤهما ، فالفرد في المجموعة يناظر نفسه قبل إدخال العامل التجاربي و بعده .

ثانياً: عينة الدراسة :

قامت الباحثة بتقسيم درجات أفراد العينة على مقاييس الدراسة إلى أربعينات و تم اختيار الإربعين الرابع (٢٧ %) من أفراد العينة لمقاييس (التحرش الجنسي و الاكتئاب و الشعور بالذنب) و هن الحصولات على درجات مرتفعة على المقاييس الثلاثة ، والإربعين الأول لمقاييس الثقة بالنفس و هن الحصولات على درجات منخفضة على المقياس وذلك بالتطبيق على طالبات الفرقه الثالثة و الرابعة بمرحلة البكالوريوس بكلية رياض الأطفال و عددهن (٧٤) طالبة و أصبح عدد الطالبات الالاتي حصلن على الدرجات المطلوبة (٢٠) طالبة ومن ثم اختارت الباحثة الطالبات الالاتي تعانى من اضطراب واحد أو أكثر من الاضطرابات الانفعالية و تم اختيار العينة بطريقة قصديه ، ف تكونت العينة الاساسية من طالبات كلية رياض الأطفال جامعة بورسعيد و عددهن (٨) طالبات .

ثالثاً: أدوات الدراسة :

قامت الباحثة بعرض المقاييس التي اعتمدت عليها هذه الدراسة سواء ما قامت الباحثة بإعداده أو بحساب الخصائص السيكومترية ، و ذلك من حيث وصف لكل اختبار ، و الخصائص السيكومترية لكل مقياس من المقاييس و ذلك من خلال حساب معاملات الصدق و الثبات للتأكد من صلاحيتها للاستخدام في الدراسة الحالية و هم كالتالى :

١- مقياس التحرش الجنسي (إعداد / الباحثة)

٢- مقياس الثقة بالنفس (سيدنى شروجر ترجمة / عادل عبد الله ، ١٩٩٠)

١ - **مقياس التحرش الجنسي (إعداد / الباحثة)**

و بعد إطلاع الباحثة على هذه المقاييس قامت بإعداد مقياس للتحرش الجنسي ؛ تكونت أبعاده من :

١. **خصال الضحية** : و يتكون من (٥) بنود و تتضمن معلومات عن السمات الشخصية و الجسدية التي تجعل الفتاه عرضه للتحرش الجنسي.

٢. **أشكال التحرش** : ويكون من (٥) بنود ويتضمن أكثر أنواع التحرش الجنسي انتشاراً في الحياة اليومية كالاستماع إلى بعض الألفاظ الخادشة للحياة والمعاكسات والتحرش باللمس والنظارات.
٣. **أماكن انتشار التحرش** : ويكون من (٣) بنود تتضمن معلومات عن الأماكن التي تشعر فيها الطالبة بعدم الأمان وتكون أكثر عرضة للتحرش الجنسي فيها .
٤. **أسباب التحرش** : ويكون من (٤) بنود وتشير إلى مجموعة متضافة من العوامل التي تؤدي إقدام المتحرش على ممارسة التحرش الجنسي كالعوامل الاقتصادية ، الاجتماعية ، الأخلاقية ، الدينية و النفسية وسائل الاعلام .
٥. **البعد القانوني** : ويكون من (٥) بنود ويتمثل مدى وعي الطالبة بحقوقها وواجباتها في القانون المصري في حال تعرضها للتحرش الجنسي ، ومدى تصدى القانون المصري لتلك الظاهرة .
٦. **الآثار النفسية المرتبطة على التحرش** : ويكون من (٥) بنود وتشير إلى آثار التحرش الجنسي على الضحية وتمثل في معاناتها من اضطرابات نفسية وتصبح غير واثقة بمن حولها وحتى بنفسها وتعاني اضطراباً في حياتها الأسرية و الشعور بالغضب والخوف والشعور بالذنب .
٧. **استراتيجيات التصدي للتحرش** : وتكون من (٤) بنود وتشير إلى تفعيل دور الأسرة ، الدولة ، مؤسسات المجتمع المدني في مواجهة ظاهرة التحرش الجنسي.

٢- مقياس الثقة بالنفس (سيدني شروجر ترجمة / عادل عبد الله ١٩٩٠)

أعد هذا المقياس في الأصل سيدني شروجر (١٩٩٠) بنفسه وتقيمه لها . وعرف الثقة بالنفس على أنها إدراك الفرد لكفاءته أو مهارته وقدرته على أن يتعامل بفاعلية مع المواقف المختلفة . وقد هدف عند تصميمه لهذا المقياس أن يستخدم على نطاق عالمي مثل مقياس روزنبرج لتقدير الذات ويتألف المقياس في شكله الأصلي من ٤٥ عبارة تم استبعاد ست منها عند قيام - المترجم المقنن - بإجراء التحليل العاملی ليصبح بذلك عدد العبارات التي يتتألف منها المقياس في شكلها الحالي ٤٨ عبارة، نصفها إيجابي والنصف الآخر سلبي، يوجد أمام كل منها خمسة إختيارات هي (تنطبق تماماً - تنطبق بدرجة كبيرة - تنطبق إلى حد ما - لا تنطبق كثيراً - لا تنطبق إطلاقاً)

٣- الإطار العام للبرنامج المعرفى السلوكي لزيادة الثقة بالنفس لضحايا التحرش الجنسي من طالبات

الجامعة (إعداد / الباحثة)

هدف البرنامج :

تقوم الدراسة الحالية ب تقديم برنامج معرفى سلوكي يراعى جوانب القوة و الضعف لدى الطالبات ضحايا التحرش الجنسي و ذلك لتحقيق النمو الفعال في جانب شخصيتها المختلفة عن طريق تنمية

أهمية البرنامج :

- يمكن توضيح أهمية البرنامج كما يلى :
- ١- تأتى أهمية البرنامج من أهمية الفئة التى يقدم لها وهن طالبات الجامعة ضحايا التحرش الجنسي لأن الشباب فى تلك المرحلة هم مستقبل الأمة و إذا ما تم تقديم البرامج المناسبة لهن فإنه يمكن الاستفادة من طاقاتهن الإيجابية وقدراتهن على الوجه الأمثل .
 - ٢- يسهم البرنامج فى تعلم طرق جديدة للتغلب على الأضطرابات النفسية المثيرة لانفعال و ذلك من خلال تصحيح الأفكار و المعتقدات الخاطئة لدى الطالبات مما يساعد على مواجهة مشكلاتهن بشكل أفضل .
 - ٣ - يسهم البرنامج فى تعديل سلوكيات الطالبات وذلك بعد تعديل الأفكار و المشاعر مما يؤدى بالتبغية إلى زيادة الثقة بالنفس و إثراء الجانب الاجتماعية و الانفعالية فى الشخصية و تتميتها .

ذنب البرنامج :

يستغرق تطبيق البرنامج فى إطاره العام شهرين أما بالنسبة لعدد الجلسات الأسبوعية فهى ثلاثة جلسات أسبوعياً وقد بدأ العمل فى البرنامج فى تاريخ ٢٠١٥/١١/١ و انتهى العمل بالبرنامج ٢٠١٥/١٢/٢٧ و قد قامت الباحثة بالقياس التبعى للتأكد من استمرار فعالية البرنامج بعد مضى شهر من التطبيق فى تاريخ ٢٠١٦/١٢٧ .

تقييم البرنامج :

ويتم على التقييم على ثلاثة مراحل :

المرحلة الاولى : (التقييم المبدئي) قبل تطبيق البرنامج وذلك من خلال القياس القبلى ، الذى يحدد مستوى الأضطرابات (الاكتئاب - الشعور بالذنب) لدى أفراد المجموعة التجريبية و كذلك تحديد الصعوبات النوعية التى تعانى منها كل طالبة على حدة .

المرحلة الثانية : (التقييم البنائى / التكوينى) : أثناء تطبيق البرنامج مع عينة الدراسة ، والذى يتخلل الجلسات حيث تنتهى كل جلسة بالتقىيم ، كما أنه بعد الانتهاء من كل محور من محاور البرنامج الأساسية يتم تقييمه و ذلك قبل الإنقال إلى المحور الذى يليه ، و يسمى بالتقىيم المصاحب و يشمل ملاحظة الباحثة لأداء الطالبات و تقييمها لأدائهن بعد كل نشاط .

المرحلة الثالثة (التقييم النهائى) : و ذلك من خلال تطبيق المقاييس مرة اخرى (القياس البعدى) و مقارنته (بالقياس القبلى) للتأكد من وجود تحسن طرأ على مستوى أفراد العينة ، كما يتم تقييم مدى

استمرارية فعالية البرنامج فى زيادة الثقة بالنفس و الحد من بعض الاضطرابات الانفعالية (الاكتئاب - الشعور بالذنب) لضحايا التحرش الجنسي من طالبات الجامعة ، وذلك من خلال تطبيق القياس التباعى بعد شهر من انتهاء البرنامج .

جدول يوضح محتوى جلسات البرنامج المعرفى السلوكي لزيادة الثقة بالنفس لضحايا التحرش الجنسي من طالبات الجامعة

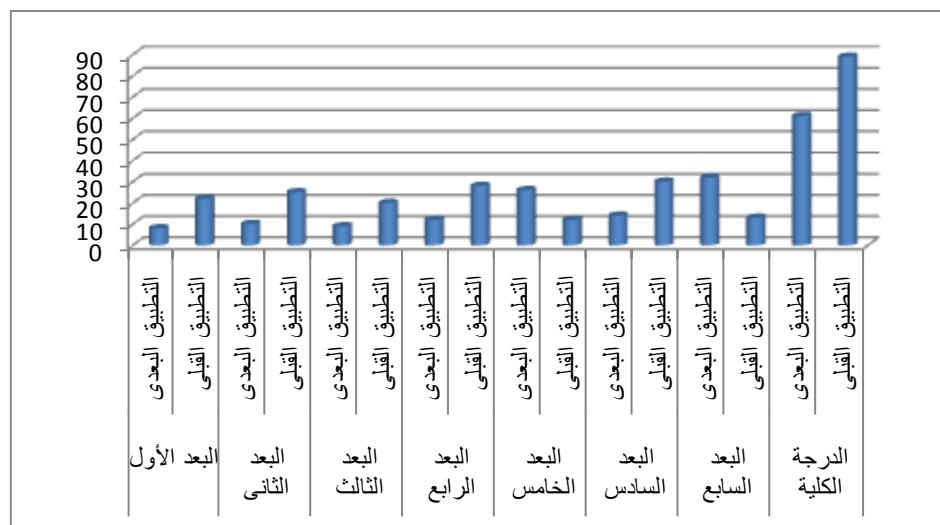
المرحلة التمهيدية (١ - ٢)					
رقم الجلسة	موضوع الجلسة	مدة الجلسة	الفنيات (المعرفية والسلوكية)	الأنشطة	الأدوات المستخدمة
الجلسة الأولى	التعرف و الاتفاق على بروتوكول البرنامج	٥ دقيقة	المناقشة وال الحوار ، الواجبات المنزلية .	لغوية اجتماعية	استماراة البوح الذاتى - استماراة التوقعات
الجلسة الثانية	التعريف بالتحرش الجنسي وأهداف البرنامج	٤٥ دقيقة	المحاضرة - المناقشة وال الحوار - الواجب المنزلي .	قصصي	صور توضيحية للمشكلة
المرحلة الانتقالية (٣ - ٧)					
الجلسة الثالثة	النموذج المعرفى	٥٥ دقيقة	الحوار و المناقشة - النمذجة -الحضور - لعب الدور - الواجب المنزلي .	لغوية	جدول المشاعر
الجلسة الرابعة و الخامسة	الأفكار الآلية السلبية و البادئ الإيجابية لها	٤٥ - ٦٠ دقيقة	التغذية الراجعة ، التعزيز ، المناقشة وال الحوار ، لعب الدور	فنى تمثيلى	عرض جزء من فيلم بعنوان (٦٧٨)
الجلسة السادسة	الحوار الذاتى و تحديث الحوار الذاتى	٤ دقيقة	الحوار و المناقشة - المحاضرة - النمذجة - التنفيذ - الواجب المنزلي	لغوية قصصي	كروت ملونه - لوحة بيضاء - لوحة سوداء
الجلسة السابعة	أخطاء التفكير	٤ دقيقة	التعزيز - المناقشة وال الحوار - الواجبات المنزلية	قصصي	جدول تقييم المعتقدات
مرحلة العمل (٨ - ١٣)					
الجلسات ()	النموذج المعرفى للثقة بالنفس	٤٥ - ٦٠ دقيقة	المحاضرة - النمذجة - التخيل - توكييد الذات - الواجب المنزلي .	فنى تمثيلى - قصصي	ورق - أقلام - ألوان شمعية - عرض CD يوضح بعض الخطوات البسيطة لمواجهة المتحرشين

					- الثانية عشر - الثالثة عشر
المرحلة النهائية (١٤ - ١٥)					
عرض مجموعة من الصور وكتاب الطالبات ما يفعلونه عندما يتعرضن لتلك المواقف	فنى تمثيلى	الحوار و المناقشة- المحاضرة - التمذجة - التغذية الراجعة - الواجب المنزلى	٤٥ - ٦٠ دقيقة	العضوات مرشدات أنفسهن	الجلسة الرابعة عشر
أوراق - اقلام - مرآه	تمثيلى	الحوار و المناقشة- الدحض - لعب الدور - التغذية الراجعة - الواجب المنزلى .	٤٥ - ٦٠ دقيقة	الانتهاء من البرنامج	الجلسة الخامسة عشر

نتائج الدراسة ومناقشتها:

١- ينص الفرض الأول على أنه " توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب درجات عضوات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي و البعدى على مقياس التحرش الجنسي في اتجاه البعدى .

تفسير نتائج الفرض الأول :



شكل (١)

رسم بياني لمتوسطى التطبيق القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية على أبعاد مقياس التحرش الجنسي والدرجة الكلية

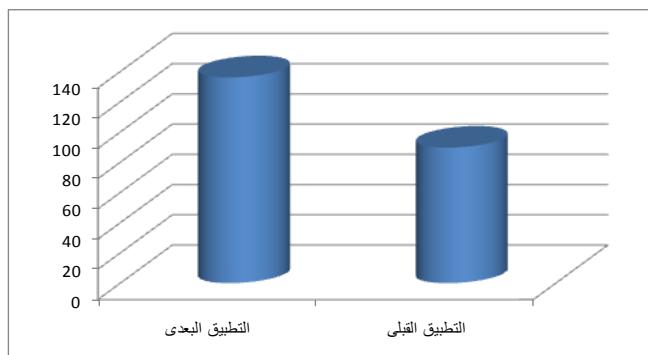
يوضح الرسم البياني السابق شكل (١) وجود فرق بين متوسطات درجات (القياسين القبلي والبعدى) لعضوات المجموعة التجريبية على أبعاد مقياس التحرش الجنسي والدرجة الكلية فى اتجاه التطبيق البعدى، و يتضح من خلال العرض السابق مدى تأثير التدخل المعرفى السلوكي على أبعاد مقياس التحرش الجنسي (خصال الضحية، أشكال التحرش ، أماكن انتشار التحرش ، أسباب التحرش ، بعد القانونى ، الآثار النفسية المترتبة على التحرش ، استراتيجيات التصدى للتحرش) فكانت الأبعاد الأكثر تأثيراً ترتيبها كالتالى:

- ١- بعد الأول: خصال الضحية.
- ٢- بعد الخامس: بعد القانونى .
- ٣- بعد السادس: الآثار النفسية المترتبة على التحرش .
- ٤- بعد السابع: استراتيجيات التصدى للتحرش .
- ٥- بعد الثانى: أشكال التحرش الجنسي .
- ٦- بعد الرابع: أسباب التحرش الجنسي .
- ٧- بعد الثالث: أماكن انتشار التحرش الجنسي .

فتدل نتائج هذا الفرض على فعالية البرنامج المعرفى السلوكي الذى طبق على مجموعة الدراسة بهدف الحد من تأثير التحرش الجنسي على عضوات المجموعة التجريبية ، حيث أظهر عضوات المجموعة التجريبية مستويات مرتفعة على مقياس التحرش الجنسي قبل تطبيق البرنامج المعرفى السلوكي من خلال القياس القبلي ، ولكن بعد تطبيق جلسات البرنامج المعرفى السلوكي سجل عضوات المجموعة التجريبية انخفاض على مقياس التحرش الجنسي ، وترجع الباحثة أسباب هذه التغيرات الفعالة إلى تدريب العضوات على ممارسة الفنون المعرفية السلوكية التى تعمل على الحد من تأثير التحرش الجنسي.

الفرض الثاني :

ينص الفرض الثاني على أنه " توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب درجات عضوات المجموعة التجريبية (اللاتى تعرضن للتحرش الجنسي) فى القياسين القبلي و البعدى على مقياس الثقة بالنفس فى اتجاه القياس البعدى.

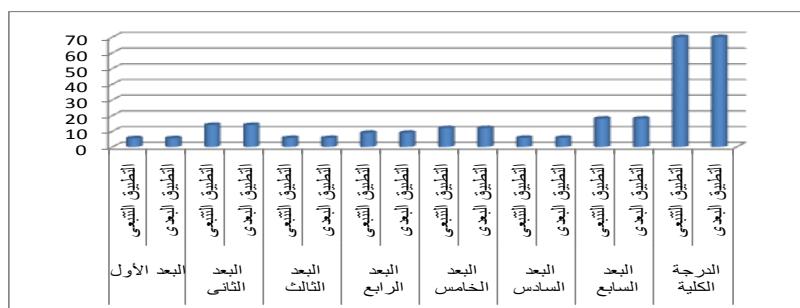
تفسير نتائج الفرض الثاني :**شكل (٢)**

رسم بياني لمتوسطى التطبيق القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية على مقياس الثقة بالنفس يوضح الرسم البياني السابق شكل (٢) وجود فرق بين بين متوسطات رتب درجات عضوات المجموعة التجريبية في القياسيين القبلى والبعدى على مقياس الثقة بالنفس فى اتجاه التطبيق البعدى . و بالرجوع الى متوسطات الدرجات للقياسين يتضح أن اتجاه هذه الفروق فى صالح القياس ذا المتوسط الاكبر وهو القياس البعدى (القياس البعدى للثقة بالنفس > القياس القبلى للثقة بالنفس) هذا الفارق يعزى الى تطبيق البرنامج المعرفى السلوكي على عضوات المجموعة التجريبية مما يدل على فعالية البرنامج المعرفى السلوكي لزيادة الثقة بالنفس لضحايا التحرش الجنسي ، ويتبين من الجدول السابق أن قيمة "Z" دالة إحصائياً عند مستوى ٥٠٠٥ مما يشير إلى وجود فرق بين متوسطى رتب درجات التطبيق القبلى والبعدى لطالبات المجموعة التجريبية(الطالبات التى تعرضن للتحرش الجنسي) على مقياس الثقة بالنفس فى اتجاه التطبيق البعدى .

فتدل نتائج هذا الفرض على فعالية البرنامج المعرفى السلوكي الذى طبق على مجموعة الدراسة بهدف زيادة الثقة بالنفس لعضوات المجموعة التجريبية ، حيث أظهرت عضوات المجموعة التجريبية مستويات منخفضة على مقياس الثقة بالنفس قبل تطبيق البرنامج المعرفى السلوكي من خلال القياس القبلى ، ولكن بعد تطبيق جلسات البرنامج المعرفى السلوكي سجل عضوات المجموعة التجريبية ارتفاع على مقياس الثقة بالنفس ، وجدير بالذكر أن المسئول عن إحداث هذه التغيرات الفعالة هو تدريب العضوات على ممارسة الفنون المعرفية السلوكية و منها (النمذجة - التخييل - توكييد الذات - الدحض) وبعض الأنشطة التى كان تأثير واضح لزيادة ثقة عضوات المجموعة التجريبية بأنفسهن و منها (عرض CD لبعض الخطوات البسيطة لمواجهة المتحرشين و تدريب العضوات على أداء بعض الحركات كان له أثر واضح عيهن - نشاط كرسى الإعتراف - عرض بعض وسائل الدفاع عن النفس واتقنت الطالبات على استخدام بعض هذه الوسائل البسيطة للدفاع عن أنفسهن) .

الفرض الثالث :

ينص الفرض الخامس على " لا يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطى رتب درجات التطبيق البعدى والتبعى لطالبات المجموعة التجريبية على أبعاد مقياس التحرش الجنسي " .

تفسير نتائج الفرض الثالث :

شكل (٣)

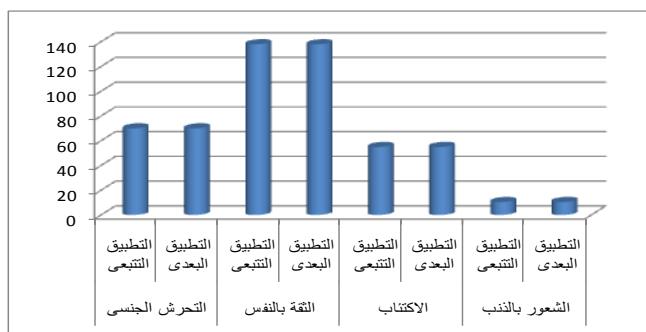
رسم بياني لمتوسطى التطبيق البعدى والتبعى للمجموعة التجريبية على أبعاد مقياس التحرش الجنسي والدرجة الكلية

يوضح الرسم البياني السابق شكل (٣) لا يوجد فرق بين متوسطى درجات التطبيق البعدى والتبعى لطالبات المجموعة التجريبية على أبعاد مقياس التحرش الجنسي (خusal الضحية، أشكال التحرش ، أماكن انتشار التحرش ، أسباب التحرش ، بعد القانوني ، الآثار النفسية المترتبة على التحرش ، استراتيجيات التصدى للتحرش) والدرجة الكلية.

ويؤكد نتائج هذا الفرض ما توصلت إليه نتائج دراسة (أحمد حسن ٢٠١٥) فعالية التدخل المعرفى السلوكي لمواجهه مشكلة التحرش الجنسي ، فهذه الدراسات أثبتت فعالية الإرشاد المعرفى السلوكي فى الحد من آثار التحرش الجنسي و استمرار فعاليات البرنامج مما يدل على الأثر الممتد لهذا النوع من الإرشاد مثل دراسة " كوبانى و هيل " (Kubany, E.S & Hill, E.E 2003) فخلصت الدراسة إلى أن النساء اللواتى أكملن جلسات العلاج المعرفى السلوكي أظهرن انخفاضاً فى الشعور بالذنب و الاكتئاب و زيادة كبيرة فى تقدير الذات و استمر التحسن على مدى (٦ - ٣) أشهر من المتابعة ، وهو ما يؤكد صحة الفرض .

الفرض الرابع :

ينص الفرض السادس على " لا يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطى رتب درجات التطبيق البعدى والتبعى لطالبات المجموعة التجريبية على مقياس الثقة بالنفس " .

تفسير نتائج الفرض الرابع :

شكل (٤)

رسم بياني لمتوسطى التطبيق البعدى والتتبعى لطالبات المجموعة التجريبية على مقياس التحرش الجنسي و مقياس الثقة بالنفس و مقياس الاكتئاب و مقياس الشعور بالذنب .

يوضح الرسم البياني السابق شكل (٤) لا يوجد فرق بين متوسطى درجات طالبات المجموعة التجريبية فى التطبيق البعدى والتتبعى على مقياس التحرش الجنسي و مقياس الثقة بالنفس ، مما يشير إلى استمرار فعالية البرنامج المستخدم فى الدراسة، من خلال البرنامج المعرفى السلوكي تكتسب الطالبات طريقة أفضل للتعامل مع مشكلة التحرش الجنسي و تصبحن أكثر قدرة على مواجهته في المستقبل بطريقة أكثر عقلانية ، فيجعل منهن مواطنات ذوى نظرة متعلقة و حكمة في تناول المشاكل التي يعاني منها مجتمعهم ، فالتحرش الجنسي نوع من أنواع العنف الموجهة للمرأة و أكدت دراسات رشا حسين (٢٠٠٨) ؛ محمد قطب (٢٠٠٨) أن للتحرش الجنسي تداعياته النفسية الخطيرة على الضحية والتي تمثل في الشعور بالغضب الشديد و الخوف والالم والاحراج والخجل و حالات الصداع والاكتئاب و بعض الاعراض الفيزيقية مثل حدوث اضطرابات في المعدة أو اضطرابات في النوم والكوابيس و فقدان الوزن وكذلك بعض الاعراض النفسية والانفعالية منها الشعور بعدم احترام الذات والقلق والغضب .

الفرض الخامس:

ينص الفرض السابع على " توجد علاقات ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات طالبات المجموعة التجريبية (اللائي تعرضن للتحرش الجنسي) في مقياس التحرش الجنسي و مقياس الثقة بالنفس .

تفسير نتائج الفرض الخامس:

لاختبار صحة الفرض الخامس استخدمت الباحث معامل الارتباط التابعى لبيرسون Correlation Coefficient لحساب العلاقات الارتباطية بين التحرش الجنسي والثقة بالنفس، ويوضح جدول (١) نتائج هذا الفرض:

جدول (١)

قيم معاملات الارتباط بين درجات أفراد العينة في مقاييس التحرش الجنسي ومقاييس الثقة بالنفس ومقاييس الاكتئاب ومقاييس الشعور بالذنب

الشعور بالذنب	الاكتئاب	الثقة بالنفس	التحرش الجنسي	المتغيرات المتغيرات
** .٦١	** .٧٤	** .٥٧ -	-	التحرش الجنسي
** .٥٦ -	** .٤٥ -	-	** .٥٧ -	الثقة بالنفس

(*) دال إحصائياً عند مستوى ٠٠١

(*) دال إحصائياً عند مستوى ٠٠٥

يتضح من جدول (١) العلاقة العكسية (سالبة) بين التحرش الجنسي و الثقة بالنفس وذلك فال تعرض للتحرش الجنسي سبباً من أسباب انخفاض الثقة بالنفس فإن التعرض للمضايقة عادة ما يؤثر سلباً على العلاقات المهنية والشخصية و يؤدي إلى فقدان الثقة بالنفس، والأرق، والإجهاد، والغثيان، ومشاكل في الأكل ونوبات الذهور (Gillen, S., 2008, 16-17).

ويؤكد "بولا فيشر" (Fisher P., 1998) أن من العقبات التي تواجهه المرأة في المهن غير التقليدية عقبات خارجية كالتحرش الجنسي وعقبات داخلية كعدم الثقة بالنفس وهنا يجب الاهتمام بتفعيل دور إدارات دعم المرأة لمواجهة هذه العقبات (Fisher P., 1999, 8).

وجاءت أهم آثار التحرش الجنسي على عينة من طالبات الجامعة كما أوضحها (محمود محمد ، ٢٠١٠) هي الاكتئاب و نوبات من الرعب والأرق و الكوابيس ، الشعور بالعار والذل ، صعوبة التركيز ، الشعور بالذنب ، وفقدان الثقة بالنفس .

نتائج الدراسة :

توصيات الدراسة الحالية إلى :

١. وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب درجات عضوات المجموعة التجريبية في القياسيين القبلي والبعدي على أبعاد مقاييس التحرش الجنسي في اتجاه التطبيق البعدى.
٢. وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب درجات عضوات المجموعة التجريبية (اللاتعرض للتحرش الجنسي) في القياسيين القبلي والبعدي على مقاييس الثقة بالنفس في اتجاه القياس البعدى.

٣. لا توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب درجات عضوات المجموعة التجريبية

(اللاتي تعرضن للتحرش الجنسي) فى التطبيق البعدى والتتبعى على أبعاد مقياس التحرش الجنسي.

٤. لا توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب درجات عضوات المجموعة التجريبية (اللاتي تعرضن للتحرش الجنسي) فى التطبيق البعدى والتتبعى على مقياس الثقة بالنفس .

٥. وجود علاقات ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات طالبات المجموعة التجريبية(اللاتي تعرضن للتحرش الجنسي) فى مقياس التحرش الجنسي ومقياس الثقة بالنفس

توصيات الدراسة :

١. إعداد ورش عمل لطالبات الجامعة عن التوعية بحقوقهن وواجباتهن فى قضايا التحرش الجنسي

٢. إقامة ندوات حول الأضطرابات الانفعالية وتأثيرها على الصحة النفسية نتيجة التعرض للتحرش الجنسي وكيفية علاجها .

٣. نشر الوعي الفكري والثقافي عن ماهية الجنس كغريزة لها ضوابط سماوية ووضعية والإرشاد الديني والأخلاقي والاجتماعي من خلال وسائل الإعلام والمدارس والنادي الرياضية وأماكن العمل.

٤. تعلم كيفية الدفاع عن النفس سواء بالمواجهة اللغوية أو بتعلم بعض الرياضة القتالية (كارتيه - كونغ فو) مع إعلان الرفض للمعتدي بكلمات قليلة محدودة تهين كرامته ورجولته ومحاولة الابتعاد عن المكان الذي يتواجد فيه .

٥. الاستماع للأبناء والبنات باهتمام وخاصة المراهقين و الأطفال وملاحظة أي تغير يطرأ عليهم واستيعاب الحالة ومحاولة الإبلاغ عنها وعلاج الضحية علاجاً نفسياً لستعيد ثقتها بنفسها وبالآخرين .

دراسات مقترحة :

١- فعالية برنامج كمبيوترى باستخدام الوسائل المتعددة في توعية طلاب المرحلة الابتدائية بالتحرش الجنسي .

٢- العوامل المؤدية إلى ظاهرة التحرش الجنسي و دور معلمين المرحلة الابتدائية في التعامل معها .

٣- العلاقة بين الصلابة النفسية والآثار النفسية للتحرش الجنسي لدى طالبات الجامعة.

المراجع

- أحمد محمود حسن (٢٠١٥) . فعالية برنامج إرشادي باستخدام المدخل المعرفى السلوكي فى خدمة الفرد لمواجهه مشكلة التحرش الجنسي بين تلاميذ المرحلة الاعدادية. رسالة دكتوراه ، كلية الخدمة الاجتماعية ، جامعة الفيوم.
- أمل عبد الكرييم قاسم يونس (٢٠١٠) . فاعلية برنامج لتنمية الثقة بالنفس لدى طفل الروضة. رسالة دكتوراه ، معهد دراسات الطفولة جامعة عين شمس.
- أنوار غانم يحيى الطائي (٢٠٠٧) . الثقة بالنفس وعلاقتها ببعض المتغيرات لدى طلبة كلية التربية في جامعة الموصل مجلة التربية والعلم ، كلية التربية بجامعة الموصل، ١٤ (١)، ٣١٢ - ٢٩٣.
- بدر عمر العمر (٢٠٠٠) . علاقة الدافعية نحو العمل ببعض المتغيرات الشخصية والوظيفية لدى الموظفين في دولة الكويت . مجلة مركز البحوث التربوية بالكويت ، ١٧ ، ٨٣ - ١٠٠ .
- حامد بن احمد ضيف الله الغامدي (٢٠١٣) . فاعلية العلاج المعرفى السلوكي فى معالجة بعض اضطرابات القلق . الاسكندرية : دار الوفاء للطباعة .
- رشا محمد حسين (٢٠٠٨) . غيوم فى سماء مصر التحرش الجنسي : من المعاكسات الى الاغتصاب دراسة سوسيولوجية . رسالة ماجستير، المركز المصرى لحقوق المرأة .
- سيدنى شروجر (١٩٩٠) . مقياس الثقة بالنفس (ترجمة عادل عبد الله) . القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية.
- سميـه مصطفـى رجب عـلي (٢٠٠٩) . فعالية بـرـنامج إـرشـادي مـقـرـح لـتنـمية الثـقة بـالـنـفـس لـدـى طـالـبـات الجـامـعـة الإـسـلـامـيـة بـغـزـة . رسالة ماجستير، كلية التربية الجامعية الإسلامية بغزة.
- عبد الله راغب شراب (٢٠١٣) . فعالية بـرـنامج لـتنـمية الثـقة بـالـنـفـس كـمـدـخـل لـتـحـسـين المسـؤـولـيـة الـاجـتمـاعـيـة لـدـى طـالـبـات المـرـحلـة الثـانـويـة . رسالة دكتوراه، كلية البنات الآداب والعلوم والتربية، جامعة عين شمس.
- عزة كـرـيم (١٩٩٣) . سـلـوكـ الـوـالـدـيـنـ الإـيـذـائـيـ وـالـحـمـاـيـةـ الـقـانـوـنـيـةـ لـلـطـفـلـ . بـحـثـ مـقـدـمـ الىـ مؤـتـمـرـ الطـفـلـ وـآـفـاقـ الـقـرـنـ الـحـادـىـ وـالـعـشـرـينـ . القاهرة : المـرـكـزـ الـقـومـىـ لـلـبـحـوثـ الـاجـتمـاعـيـةـ وـالـجـانـيـةـ .
- محمد على قطب (٢٠٠٨) . التـحرـشـ الجنـسـيـ أـبعـادـ الـظـاهـرـةـ آـلـيـاتـ المـواـجـهـةـ . درـاسـةـ مـقـارـنـهـ بـيـنـ الـقـوـانـينـ الـوضـعـيـةـ وـالـشـرـيـعـةـ الـاسـلـامـيـةـ . القاهرة : إـيـرـاكـ لـلـطـبـاعـةـ وـالـنـشـرـ .
- محمود فتحى محمد (٢٠١٠) . العـوـاـمـلـ الـمـؤـدـيـةـ إـلـىـ ظـاهـرـةـ التـحرـشـ الجنـسـيـ وـدـورـ الخـدـمـةـ الـاجـتمـاعـيـةـ فـيـ التـعـامـلـ مـعـهـاـ . رسالة ماجستير ، كلية الخدمة الاجتماعية جامعة الفيوم
- مهند بن حـمـدـ بنـ منـصـورـ الشـعـبـيـ (٢٠٠٩) . تـجـرـيمـ التـحرـشـ الجنـسـيـ وـعـقـوبـتـهـ . رسالة ماجستير ، كلية الدراسات العليا جامعة نايف العربية للعلوم الامنية .
- هـشـامـ عـبـدـ الـحـمـيدـ فـرجـ (٢٠١١) . التـحرـشـ الجنـسـيـ وـجـرـائـمـ الـعـرـضـ . المنـوفـيـةـ : دـارـ الـوـثـائقـ .

- Buchanan Nicole Tblustein , Brooke M , Nappa Alexc , Krystle C .,& Depatie , Melissa M.(2013) . Exploring Gender Differences in Body image Eating Pathology and Sexual Harassment, University of London , 10 (3), 302-360.
- Cohen L.R. ,& Denise .A.H(2006) *Treatment outcomes for women with substance abuse and PTSD who have experienced complex trauma*, , USA: American psychiatric association, pp. 230-255
- Gonzalez, Andrea G (2006). Sexual harassment and women's career development .Ph.D., Louise University, United States,p73.
- Juliette Nicole,& Isist.HK (2007) .The moderating roles of race and gender-role attitudes in the relationship between sexual harassment and psychological well-being: psychology of women quarterly, *Journal of Youth and Adolescence*, 42,pp. 31-50.
- John F.Till(2009). *Sexual Harassment A report on the sexual Harassment of students*, Washington Advisory Council on women Educational programs. London : karnac books
- Justin Misurell , Springer, Craig, & Tryon, Warren W.(2011) .Game-Based Cognitive-Behavioral Therapy (GB-CBT) Group Program for Children Who Have Experienced Sexual Abuse: A Preliminary Investigation. *Journal of Child Sexual Abuse*, American Humane Association, 20 (1), p14-36.
- Kubany, E.S , & Hill, E.E (2003). Cognitive Trauma Therapy for Battered woman with PTSD, *Journal of Traumatic Stress*, pp. 81-91.
- Paula Fisher(1999). Women in Nontraditional Programs. . www.ERIC.com.
- Sally Gillen(2008). *Unwelcome attention sexual harassment of women*. Community Care : Karnataka
- Willness, C. , Steel, P., & Lee, K. (2007). A meta-analysis of the antecedents and consequences of workplace sexual harassment. . *Journal of Personnel Psychology* , 60, 127–162.
- Word Health Organization (WHO) (2008). *Multi-country study on women's health and domestic violence against women: Initial results on prevalence*, Switzerland: health outcomes and women's responses.