

فاعلية برنامج توجيه جمعي يستند إلى نظرية أليس في خفض مشاعر الدونية لدى عينه من الفقراء في الأردن

د. دانيه بشير عربيات

د. رهان ظاهر الطراونه

د. فاطمة محمد التلاهي

جامعة العلوم الإسلامية

الملخص

هدفت الدراسة إلى لكشف عن فاعلية برنامج توجيه جمعي يستند إلى نظرية أليس في خفض مشاعر الدونية لدى عينة من الفقراء في الأردن، تم استخدام المنهج شبه التجريبي، أما أفراد عينة الدراسة فتكونوا من (80) فقيراً وفقيرة قسموا لمجموعتين التجريبية والضابطة بواقع (40) فقيراً وفقيرة لكل مجموعة، تم استخدام مقياس شعور بالدونية إذ تم تطبيقه تطبيقاً قبلياً وبعدياً، وتم إخضاع المجموعة التجريبية لبرنامج توجيه جمعي مستند لنظرية أليس، وبعد إجراء عملية المعالجة الإحصائية، أسفرت نتائج الدراسة: أنّ مشاعر الدونية قد انخفضت للمجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج، ويوجد فرق دال إحصائياً عند مستوى دلالة إحصائية ($\alpha < 0.05$) بين متوسطات أداء أفراد مجموعتي الدراسة البعدي على مقياس مشاعر الدونية وأن للبرنامج أثر بانخفاض مشاعر الدونية لدى مجموعة الدراسة التجريبية ولم يظهر الأثر بالنسبة للمجموعة الضابطة وأنه في مرحلة المتابعة استمرت مشاعر الدونية بالانخفاض لدى أفراد المجموعة التجريبية للأداء البعدي.

الكلمات المفتاحية: فاعلية برنامج توجيه جمعي، نظرية أليس، خفض مشاعر الدونية، الفقراء.

Abstract

The study aimed to reveal the effectiveness of a group counseling program based on Alice's theory in reducing the feelings of inferiority among the poor in Jordan. The quasi-experimental approach was used. As for the study sample, it consisted of (80) poor person and they were divided into two groups, the experimental and the control group, at the rate of (40) poor person for each group. The inferiority complex scale was used, as it was applied before and after. The experimental group was subjected to different informative programs based on Alice's theory. After conducting the statistical treatment process, the results of the study showed that the feelings of inferiority have decreased among the experimental group after applying the program. There is a significant difference Statistically at the level of statistical significance ($\alpha < 0.05$) between the performance averages of the two groups of the post study on the feelings of inferiority scale, and that the program had an effect on decreasing the feelings of inferiority among the experimental study group, and the effect did not appear for the control group, and that in the follow-up stage the feelings of inferiority continued to decline among the members of the experimental group for performance dimensional.

Key words: the effectiveness of a group counseling program, Alice's theory, reducing feelings of inferiority, the poor.

المقدمة:

يتسم هذا العصر الذي نعيش فيه بوجود عديد من التعقيدات والتطور السريع في جميع المجالات الاقتصادية والمعلوماتية والثقافية والتربوية والاجتماعية والسياسية، وكل ذلك فرض ضرورة البحث عن الحلول للمشكلات التي تواجهها المجتمعات من فقر وبطالة ومشكلات سلوكية ونفسية بحيث يتم مواجهة هذه التحديات من خلال حلول إبداعية؛ وتعد ظاهرة الفقر إحدى الظواهر التي تحدد طبيعة المجتمع وطبيعة الاقتصاد، إذ توجد هذه الظاهرة في عديد من دول العالم، تعترض الدول مشكلات اجتماعية عدة، ولعل من أبرزها البطالة والفقر، وتعدان من أهم المشكلات التي تعيق التنمية المستدامة، وتحقيق النمو، كما أنّ ذلك يؤدي لحدوث مشكلات سلوكية متعددة عند الأفراد، وهي تعد ظاهرة اقتصادية واجتماعية لجميع الشعوب والحضارات وفي جميع العصور، وهي من الظواهر متعددة الجوانب وعميقة الجذور وتختلف

مفاهيم الفقر من مجتمع لمجتمع آخر وهو يعني شيئاً واحداً وهو الحرمان سواء أكان حرماناً مادياً أم حرماناً من فرض العيش بحرية وكرامة.

وتحتاج فئات عدة لرعاية متواصلة ومن هؤلاء الذين لديهم فقر أو عوز حيث إنّ هذه الفئة لا تستطيع أن توفر حاجاتها الأساسية من المأكل والمشرب والملبس كما أنّ هناك عدداً من المشكلات التي تواجه هذه الفئة من مشكلات سلوكية وحياتية، كما أنّ هذه الفئة ليست لديها القدرة على التكيف مع متطلبات الحياة، ولديهم شعور متواصل بالإحباط والقلق وغير ذلك من المشاعر السلبية (مريان، 2020).

ويعرف الفقر على أنّه " ظاهرة نسبية توجد في المجتمعات كافة وتعكس حالة المجموعة الأقل حظاً من بين باقي فئات المجتمع وبغض النظر عن مستوى الدخل (الصقور، 2020، ص4).

والفقر فرعان فقر غير مطلق ويشير إلى المؤشرات المشتقة من نسبة الفقراء إلى غيرهم، وفقر مطلق حينما نجد مجموعة من الأشخاص لديهم نقص في الوضع الاقتصادي أو الاجتماعي أو الصحي (الشرع، 2004).

أما بالنسبة لنظرية أليس فقد ذهب إلى أن النتائج الانفعالية مثل مشاعر الدونية والإحساس بالنقص تنشأ من أفكار جامدة وغير عقلانية وهي نتائج تشير اضطرابات الأفراد، ويطلق على ذلك نتائج سلبية غير مناسبة، أما النتائج الناشئة عن وجود أفكار مرنة عقلانية فهي لا تؤدي للاضطرابات ويطلق عليها نتائج مناسبة حتى لو كانت سلبية (أبو أسعد وعربيات، 2015).

وقد أشار كل من (أبو عطية وعيسى) (2017) إلى وجود أساليب عدة في نظرية أليس وهي: دحض الأفكار غير العقلانية، والدعابة والمرح التي لها فوائد انفعالية كبيرة في إحداث التغيير الإيجابي لدى المسترشدين، وتعد الدعابة إحدى الطرق لمقاومة الأفكار غير عقلانية المبالغ فيها التي تقود الفرد للمشاكل والعنف.

وقد وجد أليس (Ellis) أن وجود فكرة عند الإنسان عن الأحداث تعد هي المسؤولة عن الاعتلال في مزاجه، أي أن مواجهة الفرد لأي مشكلات نفسية يعود بالدرجة الأولى إلى أنه يقوم بتحريف الواقع والحقائق بناءً على الافتراضات غير الصحيحة، إن الناس يضطربون بسبب التفسير للأحداث وليس بسبب تلك الأحداث (أبو عطية وعيسى، 2017).

كما أنّ نظرية أليس ترتكز على افتراض بأنّ الفرد يولد ولديه مقدرة على التفكير المنطقي العقلاني والتفكير غير المنطقي، أي أنه يمكن للفرد الاستعداد كي يحافظ على سعادته ونفسه، أو تدمير نفسه، وتجنب التفكير ولوم النفس والإيمان بالخرافات (الزيود، 2018).

وأشار سعفان (2017) إلى عدد من الأساليب المستخدمة في نظرية أليس:

1- المراقبة الذاتية: وهي قيام المسترشد بملاحظة وتسجيل ما يفعله في نموذج أو مفكرة وفقاً لطبيعة المشكلة، ويكون المسترشد حريصاً على استخدام المراقبة الذاتية، ومن خلال عملية التقويم كي يتمكن من التعرف على مشكلة المسترشد لإعادة صياغة المشكلة، إضافة للمراقبة الذاتية التي تؤدي غالباً لانخفاض معدل السلوك غير المرغوب فيه.

2- أسلوب النمذجة: وهو أسلوب هام في تعلم عديد من المهارات الاجتماعية، من خلال التعرف على النماذج السوية في البيئة والافتداء بها، ومن استخدامات هذه النمذجة زيادة سلوك الفرد الإيجابية وخفض سلوكه العدوانية غير المرغوب.

3- الواجب البيئي/ بحيث يكلف المسترشد بأن يقوم بممارسة عمل جاد خارج الجلسات لإحداث التغيير الذي يرغب به ومن أجل التواصل والتفاعل.

أما بالنسبة للتوجيه الجمعي وبرامجه فهي هامة للأفراد؛ لأنها تساعد على تنمية شخصيتهم في جميع جوانبها الجسمية والانفعالية والعقلية والاجتماعية وهذه البرامج تقوم على تقديم خدمات متعددة للأفراد بشكل عام.

وقد بينت أبو حميدة (2019) على وجود أهمية لبرامج التوجيه الجمعي تتمثل في:

1- الخدمات الوقائية: من خلال توفير إمكانات وخبرات لتنمية قدرة الفرد الإبداعية، وتنظيم سلوك إيجابي لهم مقبول اجتماعياً وتكوين العلاقات الناجحة اجتماعياً.

2- الخدمات النمائية: التي تسهم في المساعدة للأفراد على معرفة ذواتهم وفهم الآخرين وزيادة الثقة بأنفسهم وتحقيق مطالب النمو السليم للأفراد.

كما أن الاهتمام بشخصية الأفراد يتطلب وجود برامج التوجيه الجمعي إذ إنّ هذه البرامج تُسهم في تحسين شخصيتهم بجميع جوانبها الانفعالية والاجتماعية والجسمية والعقلية (أبو حميدة، 2019).

مشكلة الدراسة:

من المعلوم أنّ المجتمعات تواجه العديد من المشكلات الاجتماعية ولعل من أهمها البطالة والفقر والعديد من المشكلات السلوكية من القلق والاكتئاب والإحباط وغيرها من المشكلات الأخرى، ويحتاج الفقراء بشكل خاص لمساعدتهم في توفير مستلزماتهم الأساسية، وهذا يشعرهم في كثير من المواقف الدونية تجاه الآخرين مما يزيد من معاناتهم في الحياة، ومن هنا وفي ضوء قلة الدراسات التي بحثت في فاعلية برنامج توجيه جمعي مستند لنظرية أليس في خفض مشاعر الدونية لدى الفقراء فإن ذلك يعد مبرراً لإجراء هذه الدراسة.

وتبرز الإشكالية في هذه الدراسة بالإجابة عن التساؤل التالي:

ما فاعلية برنامج التوجيه الجمعي المستند إلى نظرية أليس في خفض مشاعر الدونية لدى عينة من الفقراء في الأردن.

أسئلة الدراسة:

تأتي الدراسة للإجابة عن السؤالين التاليين:

السؤال الأول: هل يوجد فرق دال إحصائياً عند مستوى معنوية ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسط أداء أفراد المجموعتين التجريبية

والضابطة البعدي على مقياس مشاعر الدونية تعزى لبرنامج توجيه جمعي مستند إلى نظرية أليس؟

السؤال الثاني: هل يوجد فرق دال إحصائياً عند مستوى معنوية ($\alpha \leq 0.05$) في أداء المجموعة التجريبية على مقياس

مشاعر الدونية بين القياسين البعدي والمتابعة؟

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة التعرف على فاعلية البرنامج للتوجيه الجمعي المستند على نظرية أليس في خفض مشاعر الدونية

لدى عينة من الفقراء في الأردن.

أما أهدافها الفرعية فهي:

- 1- بيان هل يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسط أداء أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة البعدي على مقياس مشاعر الدونية تعزى لبرنامج توجيه جمعي مستند إلى نظرية أليس.
- 2- بيان هل يوجد فرق دال إحصائياً في أداء المجموعة التجريبية على مقياس مشاعر الدونية بين القياسين البعدي والمتابعة.

أهمية الدراسة:

تبرز أهمية الدراسة من خلال :

أولاً: الأهمية النظرية للدراسة:

سعت هذه الدراسة في المحاولة لتقديم برنامج وإظهار أثره لفاعلية التوجيه الجمعي المستند إلى نظرية أليس في خفض مشاعر الدونية لدى عينة من الفقراء في الأردن ليضيف معرفة جديدة للمكتبة العربية.

ثانياً: الأهمية العلمية للدراسة:

تتبع الأهمية العملية من خلال تقديم مقياس يقيس مشاعر الدونية لدى الفقراء، وكذلك توجيه المرشدين لإعداد برامج تستهدف الفقراء من خلال برامج للحاجات الإرشادية ذات الفاعلية، كما توفر هذه الدراسة الاستفادة للمهتمين بالدراسات البحثية وبرامج التوجيه الجمعي لإكمال نتائج هذه الدراسة أو القيام بدراسات ذات تشابه.

المصطلحات والتعريفات الإجرائية:

برنامج التوجيه الجمعي: مجموعة من الخدمات المخططة التي تتسم بالاتساع والشمولية وتتضمن داخلها عملية التوجيه ويركز البرنامج على إمداد أفراد الدراسة بالمعلومات المتنوعة وتنمية شعوره بالمسؤولية بما يساعدهم على فهم ذواتهم والتعرف على إمكاناتهم ومقدراتهم ومواجهة المشكلات واتخاذ القرارات (أبو حميدة، 2019، ص6).

ويعرف برنامج التوجيه الجمعي بأنه مجموعة من الجلسات التي تتضمن عدداً من الأنشطة والإجراءات الإرشادية المختلفة التي تستند إلى نظرية أليس وتم تطبيقه على أفراد المجموعة التجريبية.

الفقراء: هم الأفراد الذين لا يملكون الحد الأدنى من ظروف المعيشة (مريان، 2020، ص4).

ويعرفون إجرائياً بأنهم الافراد الفقراء الذين تم تطبيق مقياس الدراسة وبرنامج التوجيه الجمعي عليهم في مدينة السلط -مركز جابر العثرات الخيري.

مشاعر الدونية: الأفكار ذات الشحنة الانفعالية القوية وهي تمثل مشاعر الأشخاص التي تظهر قصوراً وهمياً أو حقيقياً لدفع هذه المشاعر إلى تعويض ما يحقق له أهدافاً شخصية أو أهدافاً اجتماعية (Allport, 2011,p 12).

ويعرف إجرائياً بأنه الدرجات لأفراد العينة على المقياس للمشاعر الدونية الذي استخدم في هذه الدراسة.

حدود الدراسة ومحدداتها:

- الحدود الزمانية: أُجريت هذه الدراسة خلال العام الدراسي (2020-2021).
- الحدود المكانية والبشرية: اقتصرت هذه الدراسة على عينة من الفقراء المسجلين في مركز جابر العثرات الخيري - السلط: الأردن.

بينما تقتصر محددات الدراسة بالأداة المستخدمة ودلالات الصدق المستخرجة منها.

الدراسات السابقة:

فيما يلي عرض لدراسات تتصل بموضوع الدراسة وهي:

هدفت دراسة الكافوين وبيومي وعبدالرحمن وانيور (Alkafaween & Boiomi & Abd Rahman & Annuor, 2021) " لتعريف الفعالية لبرنامج إرشاد ديني حسب نظرية (ألبرت إيلس) وأثره على معالجة الاكتئاب ضمن الطلاب السوريين في مدارس قصبه الكرك- الأردن". ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام المنهج شبه التجريبي حيث تم اختيار أفراد الدراسة بالطريقة العشوائية، وتوزيعهم على مجموعتين: ضابطة لم تحصل على برنامج الإرشاد ومجموعة تجريبية تم تطبيق البرنامج عليها، وتطبيق الاختبار القبلي والبعدي، تكون مجتمع الدراسة وعينتها من (60) طالباً سورياً في مدارس قصبه الكرك خلال العام (2019-2020)، وكل مجموعة تكونت من (30) طالباً. أظهرت النتائج الفعالية لبرنامج الإرشاد الديني حسب نظرية (ألبرت إيليس) في معالجة الاكتئاب ضمن الطلاب السوريين، وأوصت الدراسة بضرورة استخدام الإرشاد الديني نظراً لأهميته في تحقيق المعنى والقيمة لتصرفاتهم.

كما هدفت دراسة تساجيم (Tsagem, 2021) بعنوان: "فعالية العلاج النفسي الانفعالي العقلاني في تخصيص العدائية ضمن طلاب المرحلة الثانوية في مديرية التعليم في (كاتينا زونال)". استخدم الباحث المنهج الشبه التجريبي لفعالية العلاج السلوكي الانفعالي العقلاني في تخفيض العدائية ضمن طلاب المدرسة الثانوية، وتطبيق اختبار قبلي واختبار بعدي، من خلال تصنيف عاملين مع مستوى واحد من المعالجة، وتكون حجم العينة من (120) طالباً تم اختيارهم بالطريقة العنقودية من مجتمع (27557) طالباً من خمس مدارس وكانت الأداة التي استخدمت لجمع البيانات نسخة مكيفة من مقياس العنف الذي طور من قبل (Tarter et al, 2002). أظهرت النتائج الوجود لفرق بدلالة في أثر مداخلة العلاج السلوكي الانفعالي في تخفيض العدائية ضمن كافة الطلاب.

وهدف دراسة ديفيد وديجيسيب (David & Degiusepp, 2021) بعنوان: "فعالية علاج السلوك الانفعالي العقلاني لمرضى خارجيين خلال عقد من الزمن" لاكتشاف الفعالية لعلاج سلوكي معرفي انفعالي في موقع عيادة". استخدمت الدراسة عينة تكونت من (349) مريضاً من معهد (إلبرت إيليس) الذي يقدم العلاج النفسي منذ عام (2007-2016)، وحلت البيانات باستخدام القصد للمعالجة حسب المبدأ، وتم قياس النتائج بعد ثلاث جلسات من العلاج لقياس الاستجابة الأولية، وبعد عشرين جلسة، واستخدمت نتائج الاستبانة المكونة من (45) فقرة لقياس أداء المريض. أظهرت النتائج التحسن الجوهرى في وظائفهم بعد المشاركة في البرنامج العلاجي مع حجم أثر متوسط لاستجابة مبكرة بعد ثلاث جلسات من علاج نفسي وبعد (20) جلسة، أوصلت النتائج أنه بالإمكان نقل هذا البرنامج من موضع بحث إلى ممارسة سريرية.

بينما هدفت دراسة سالمى (2021) "للكشف عن فعالية برنامج إرشادي جمعي قائم على نظرية ألبرت أليس في خفض قلق المستقبل لدى الطلبة الجامعيين دراسة تجريبية على عينة من طلبة جامعة الشهيد حمه لخضر بالوادي" ، تم استخدام المنهج شبه التجريبي، وتكونت العينة من (40) طالباً وطالبة في الجامعة، وقسموا إلى مجموعتين تجريبية وضابطة، وتم تطبيق البرنامج على المجموعة الضابطة واستخدم مقياس قلق المستقبل المهني وبرنامج الإرشاد العقلاني الانفعالي وقد توصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في قلق المستقبل المهني لصالح المجموعة التجريبية وقد أوصلت الدراسة بضرورة إجراء مزيد من الدراسات حول نظرية أليس ومتغيرات أخرى.

وهدفت دراسة جابه (2020) لقياس "درجة مشاعر الدونية ووحدة الأطفال النفسية في دور للأيتام ومدى الفاعلية للبرنامج الإرشادي المستند على اللعب في خفض مشاعر الأيتام" تم استخدام منهج شبه تجريبي وتكونت العينة من (24) يتيماً في مدينتي طرابلس ومصراته في ليبيا، تم تطبيق مقياس الشعور بالنقص لفليح واختبار للوحدة النفسية لقشعوش، وطبق البرنامج على أفراد المجموعة التجريبية تكون من (15) جلسة، وزعت العينة على مجموعتين ضابطة بواقع (12) يتيماً وتجريبية (12) يتيماً خضعت للبرنامج، من أبرز النتائج وجود الفروق الدالة إحصائياً للمقياس المتعلق بالوحدة النفسية وللمقياس المتعلق بالشعور بالنقص لصالح أفراد مجموعة الدراسة التجريبية من التوصيات لا بد من إجراء مزيد من الدراسة حول مشاعر بالنقص لدى عينات مختلفة".

وأجرت أبو حميدة (2019) دراسة هدفت كشف" فاعلية البرنامج الذي يستند لنظرية أليس في خفض مستوى عنف الطلبة المدرسي، والتحسين لمستوى تكيفهم النفسي لدى الطالبات في المرحلة الأساسية العليا في المملكة الأردنية الهاشمية"، تم استخدام منهج شبه تجريبي، أما العينة فكانت (45) طالبة، تم استخدام مقياس للعنف النفسي وللتكيف النفسي، أبرز النتائج عدم وجود فرق دال إحصائياً بين متوسطات أداء المجموعتين على مقياس العنف يعزى للبرنامج، من التوصيات ضرورة تجربة البرنامج في مجالات أخرى".

التعقيب على الدراسات السابقة:

من خلال عرض الدراسات السابقة نجد أنّ مشكله مشاعر الدونية والشعور بالنقص من المشكلات النفسية التي تحتاج لبرامج إرشادية مثل ما جاء بدراسة جابه (2020)، بينما نجد في دراسات أخرى تناولت أثر نظرية أليس والعلاج النفسي الانفعالي العقلاني لحل عديد من المشكلات والاضطرابات النفسية حيث أثبت هذا الأسلوب فاعليته في العلاج مثل دراسة الكافوين وآخرين (Alkafaween et. Al,2021) ودراسة تساجيم (Tsagem, 2021) ودراسة ديفيد وديجيسيب (David & Degiusepp, 2021) ودراسة سالمي (2021) ودراسة ابو حميدة (2019).

بينما جاءت هذه الدراسة لتتناول فئة وعينة مهمة من الأفراد ذوي الحاجات النفسية، وهم الفقراء وضمن بيئة مخصصة(البيئة الأردنية) وهي من الشرائح التي لم يتم دراستها سابقاً(على حد علم الباحثات) وهذه الفئة من الفئات التي تحتاج باستمرار للإرشاد والتخلص من المشاعر السلبية حيث قامت هذه الدراسة بتسليط الضوء على مشاعر الدونية لديهم

وتم تصميم برنامج توجيه جمعي يستند إلى نظرية أليس لخفض مشاعر الدونية لدى عينه من الفقراء، ونجد أنّ هذه الدراسة تتفرد بتقديم برنامج توجيه جمعي لهذه الفئة (الفقراء) ضمن البيئة الأردنية.

الطريقة والإجراءات:

فيما يلي تستعرض الباحثات الطريقة والإجراءات للبحث وكما يلي:

منهج الدراسة:

تم توظيف منهج شبه التجريبي بتقسيم أفراد العينة للمجموعتين التجريبية والضابطة وتطبيق البرنامج للتوجيه الجمعي الذي استند لنظرية أليس.

مجتمع وأفراد الدراسة:

تكون المجتمع للدراسة من جميع الفقراء المسجلين بمركز جابر العثرات الخيري السلط والبالغ عددهم (1026) فقيراً يحصلون على مساعدات.

أما أفرادها فكانوا (80) من الفقراء قسموا لمجموعتين التجريبية والضابطة بواقع (40) من الفقراء لكل مجموعة حيث خضعت مجموعة الدراسة التجريبية لبرنامج التوجيه الجمعي الذي يستند لنظرية أليس.

أدوات الدراسة:

أولاً: مقياس مشاعر الدونية:

تم الاعتماد على مقياس فليج (2013) حيث تم من خلال قياس الشعور بالنقص لدى طالبات أيتام مع طبيعة السمة المراد القيام بقياسها وطبيعة المجتمع البحث تم تعريف مشاعر الدونية حسب نظرية أليس و أعد مقياس الدراسة بصورته الأولى من خلال التوجيه لاستبانة استطلاعية لعدد من المختصين في علم النفس وفي ضوء ذلك تم صياغة (43) فقرة، ثم تم عرضه على محكمين مختصين في عدد من التخصصات بواقع (10) خبراء، للحكم على مدى صلاحية المقياس ومدى الملاءمة لل فقرات لما أعدت له وبعد ذلك تم عمل التجربة الاستطلاعية على (30) فقيراً وفقيرة من داخل المجتمع ومن خارج العينة، للتأكد من فهمهم للمقياس وبدائل الإجابة، وكان متوسط الإجابات للعينة (15) دقيقة، تم إجراء التحليل الإحصائي لل فقرات للإبقاء على عدد من الفقرات الجيدة وقد بلغت عينة التحليل الإحصائي (80) فقيراً وفقيرة واختيروا بالطريقة العشوائية، وكانت الفقرات مميزة ما عدا ثلاث فقرات؛ لأنّ قيمتها التائية أقل من القيمة الجدولية وكان

المقياس مكوناً من (40) فقرة في صورته النهائية ثم تم حذف فقرة ليصبح المقياس مكوناً من (39) فقرة في صورته النهائية كي يناسب العينة.

صدق المقياس:

أشارت فليح (2013) لوجود درجة من الصدق في المقياس. وقامت الباحثات بعرض المقياس على عدد من المختصين والخبراء وعددهم (10)، وتم استخراج الصدق للبناء من خلال استخراج قوة الفقرات التمييزية، والثانية من خلال العلاقة للفقرة بدرجة الكلية وكانت جميع الفقرات مميزة عند مستوى (0,05) ما عدا (3) فقرات، ليتكون المقياس من (39) فقرة وكان درجة المقياس العليا (160) درجة ودرجته الدنيا (40) درجة وبمتوسط فرض (100) درجة كما يتبين في

جدول (1):

الجدول (1) معامل الارتباط لدرجة الفقرة بدرجة المقياس لمشاعر الدونية الكلية

معامل ارتباط فقرة المقياس بدرجة المقياس الكلية	رقم	معامل ارتباط فقرة المقياس بدرجة المقياس الكلية	رقم	معامل ارتباط فقرة المقياس بدرجة المقياس الكلية	رقم	معامل ارتباط فقرة المقياس بدرجة المقياس الكلية	رقم
0.575	31	0.462	21	0.545	11	0.836	1
0.716	32	0.445	22	0.246	12	0.689	2
0.440	33	0.450	23	0.794	13	0.568	3
0.628	34	0.507	24	0.443	14	0.438	4
0.564	35	0.592	25	0.551	15	0.340	5
0.553	36	0.398	26	0.547	16	0.272	6
0.438	37	0.492	27	0.404	17	0.224	7
0.378	38	0.460	28	0.573	18	0.305	8
0.551	39	0.325	29	0.583	19	0.501	9
		0.429	30	0.591	20	0.660	10

تبين من جدول (1) أن فقرات المقياس كانت صادقة ودالة عند مستوى الدلالة (0.05)، وكانت درجة المقياس

القوى هي (156) درجة، ودرجته الدنيا (39) درجة.

ثبات المقياس:

تم حساب الثبات بواسطة:

1. **طريقة إعادة الاختبار:** قامت الباحثات بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية مقدارها (30) فقيراً وفقيرة، كما تمت عملية الإعادة لتطبيق المقياس بعد أسبوعين من أول تطبيق وحسب معامل الارتباط بيرسون للتطبيقين القبلي والبعدي ليلعب معامل ثبات المقياس (0.85)، مما يدل على صلاحية المقياس للتطبيق.
2. **طريقة ألفا كرونباخ:** طبق مقياس الدراسة على عينة من الفقراء بواقع (30) من الفقراء، واستخرج ثبات الدراسة من بطريقة ألفا كرونباخ بمعامل ثبات بلغ (0.83) وهو مناسب للدراسة أما معامل الثبات للمقياس فقد بلغ معامل الثبات (0.923) وهو صالح للتطبيق.

تصحيح المقياس:

تضمن مقياس مشاعر الدونية بشكله النهائي (39) فقرة وتعكس في حال الفقرات السلبية -التي تشير إلى عدم وجود المشاعر الدونية- (1، 2، 3، 4) وهي الفقرات: (1-2-3-4-5-11-12-13-14-15-16-18-19-20-21-22-23-24-25-26-27-28-29-30-31-32-33-34-35-36-37-38-39)، وعليه فإن درجة المقياس الكلية تتراوح بين (39-156). وأي درجة مرتفعة تشير إلى مشاعر بالدونية، وطبق المقياس بفترة تقدر بحوالي 20 دقيقة.

برنامج التوجيه الجمعي المستند لنظرية أليس:

راجعت الباحثات عدداً من الدراسات السابقة ذات العلاقة كدراسة أبو حميدة (2019) ودراسة جابه (2020) وغيرها من الدراسات وذلك بناء برنامج توجيه جمعي مستند على نظرية أليس وقد تكون من (15) جلسة توجيه جمعي بواقع (45) دقيقة لكل جلسة في مدة شهرين.

كان الهدف العام من البرنامج هو معرفة فاعلية برنامج توجيه جمعي مستند إلى نظرية أليس في خفض مشاعر الدونية لدى الفقراء في الأردن.

أما أهدافه الفرعية فهي:

1. تنمية تقبل الفقراء للذات.
2. تنمية وعي الفقراء بمصادر القوة لديهم.
3. تنمية ثقافة الثقة بالنفس الفقراء والتدريب على التواصل مع الآخرين.
4. إيجاد المقدره لدى أفراد العينة كي يعبروا عن الانفعالات.

مكان إجراء الجلسات: مركز جابر العثرات الخيري السلط.

أما جلسات برنامج التوجيه الجمعي فتالياً عرضها مع ملخصاً للفنيات المستخدمة في كل جلسة:

1. الجلسة الافتتاحية للتعارف وبناء الألفة: (كسر حاجز الجليد، التعارف، بناء الألفة، التأكيد على السرية والخصوصية، عرض هدف البرنامج والتوقعات).
2. الجلسة الثانية: تفرغ المشاعر السلبية عند الفقراء: (التعبير عن المشاعر والانفعالات السلبية والتعرف عليها من خلال العبارات والأفكار السلبية).
3. الجلسة الثالثة: تعبير الفقراء عن انفعالهم: (مراقبه الحديث الذاتي، التنفيس الانفعالي، الواجبات المنزلية).
4. الجلسة الرابعة: الوعي بجوانب القوة لدى الفقراء: (المواجهة العقلانية، الإقناع، تحليل نمط الحياة، تحديد جوانب القوة).
5. الجلسة الخامسة: الحاجة للعطف والحب: (القبول غير المشروط، لعب الدور، اللغة المشحونة عاطفياً).
6. الجلسة السادسة: تفاعل أفراد العينة اجتماعياً مع الآخرين: (لعب الدور، تعلم وسائل التسلية المناسبة).
7. الجلسة السابعة: إيجاد علاقة صادقة مع الآخرين: (الدقة اللفظية، تقديم الأفعال البديلة).
8. الجلسة الثامنة: تكون صداقات مع الآخرين: (التعبير عن المشاعر الملائمة، تأكيد الذات).
9. الجلسة التاسعة: بناء ثقة بالنفس: (استخدام القصد المتناقض والمرح، التخيلات الإيجابية).
10. الجلسة العاشرة اكتساب المهارات الاجتماعية: (التمارين المهاجمة للخجل، لعب الدور).
11. الجلسة الحادية عشرة: تقدير الذات: (الاسترخاء، التركيز على الأفكار الإيجابية).
12. الجلسة الثانية عشرة: توكيد الذات: (الاسترخاء، استبدال الأفكار السلبية السابقة بالإيجابية، الواجبات المنزلية).

13. الجلسة الثالثة عشرة: تنمية المهارات الاجتماعية: (المناقشة، التخيلات العقلية والانفعالية).
14. الجلسة الرابعة عشرة: الجلسة الختامية لتقييم البرنامج: (التهيئة للإنتهاء، جوانب الاستفادة، تطبيق المقياس على المجموعتين الضابطة والتجريبية).
15. الجلسة الخامسة عشرة: جلسة المتابعة بعد البرنامج: (قياس استمراريه فاعلية البرنامج بخفض المشاعر الدونية على أفراد المجموعة التجريبية، إدراك المجموعة لأهمية البرنامج).

صدق البرنامج:

تم عرض البرنامج على عدد محكمين مختصين في مجال الإرشاد النفسي في عدة جامعات أردنية وقد تم الأخذ بملاحظات السادة المحكمين حيث تم إجراء بعض التغييرات في البرنامج.

تصميم الدراسة:

Exp. G 01 X 02 03

Con. G 01 02

حيث إنّ Exp. G المجموعة التجريبية

Con. G المجموعة الضابطة

O1: القياس القبلي

O2: القياس البعدي

O3: قياس المتابعة

X: البرنامج الإرشادي

متغيرات الدراسة:

المتغيرات المستقلة: البرنامج للتوجيه الجمعي المستند إلى نظرية أليس

المتغيرات التابعة: مشاعر الدونية

أساليب التحليل الإحصائي:

1. متوسطات مقياس مشاعر الدونية الحسابية والانحرافات المعيارية.

2. تحليل (ANCOVA).

3. اختبار (ت) لقياس الأداء.

نتائج الدراسة:

فيما يلي إجابة لأسئلة الدراسة:

السؤال الأول: "هل يوجد فرق دال إحصائياً عند مستوى معنوية ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات أداء أفراد المجموعتين

التجريبية والضابطة البعدي على مقياس مشاعر الدونية تعزى لبرنامج توجيه جمعي مستند إلى نظرية أليس؟

تمت الإجابة حسب نتائج الجدول (2) وكما يلي:

الجدول (2)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للمقياس

انحراف معياري		المتوسط الحسابي		المجموعة
البعدي	القبلي	البعدي	القبلي	
0.726	0.687	1.98	2.76	المجموعة التجريبية
0.748	0.627	2.12	2.14	المجموعة الضابطة
0.717	0.603	2.05	2.45	المجموع

يبين جدول (2) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لأداء المجموعتين على مقياس مشاعر الدونية وتبين أنّ

الشعور بالدونية العام للفقراء انخفض بعد تطبيق البرنامج من (2.45) إلى (2.05)، وأنّ مشاعر الدونية انخفضت بسبب

البرنامج لصالح أفراد مجموعة الدراسة التجريبية.

ولاختبار فروق الأداء بين أداء المجموعتين التجريبية والضابطة لفعالية البرنامج للتوجيه الجمعي على مقياس

المشاعر الدونية ويوضح الجدول (3) ذلك.

الجدول (3)

اختبار فروق الأداء بين أداء المجموعتين التجريبية والضابطة لفعالية البرنامج للتوجيه الجمعي على مقياس المشاعر الدونية

Sig	F	متوسط المربعات	DF	مجموع مربعات	مصدر تباين
0.009	8.166	0.820	1	0.820	قبلي
0.025	5.866	0.589	1	0.589	المجموعة
		0.100	37	2.11	الخطأ
			40	93.972	الكلي

يبين جدول (3) وجود الفروق الدالة إحصائياً عند مستوى دلالة إحصائية ($\alpha \leq 0.05$) بين المتوسطات للمجموعتين على المقياس عند تطبيق البرنامج للتوجيه الجمعي حيث بلغت قيمة الإحصائي (ف) كانت (5.866) عند مستوى دلالة (0.25) وهذا يعني وجود الفاعلية للبرنامج التوجيه الجمعي الذي يستند إلى نظرية أليس. كما تم استخراج متوسط المجموعة الحسابي وانحرافها المعياري للأداء البعدي على المقياس بعد إلغاء الأثر لأداء المجموعة القبلي حسب الجدول (4).

الجدول (4)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للأداء البعدي على مقياس مشاعر الدونية بعد إزالة أثر الأداء القبلي

مجال الثقة		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المجموعة
الحد الأدنى	الحد الأعلى			
1.955	1.496	0.426	1.77	المجموعة التجريبية
	1.842	0.464	2.25	المجموعة الضابطة

يبين جدول (4) أن للبرنامج أثراً بانخفاض مشاعر الدونية لدى أفراد المجموعة التجريبية قياساً بالمجموعة الضابطة إذ بلغ المتوسط للمجموعة التجريبية (1.77).

تبين من أن قيمة الإحصائي (ف) بلغت (5.866)، مما يدل على أنه يوجد فرق دال إحصائياً عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$) بين المتوسطات للأداء البعدي لأفراد المجموعتين على المقياس يعزى لفاعلية البرنامج الذي ساهم بانخفاض نسبة مشاعر الدونية لدى أفراد المجموعة التجريبية قياساً بالمجموعة الضابطة، ويمكن تفسير ذلك بأن الفقراء يواجهون صعوبات متعددة في الحياة وكذلك يعانون من كثير من الاضطرابات السلوكية والوجدانية وانخفاض مستوى الذات لديهم ووجود نقص في مهاراتهم الاجتماعية كما دلت على ذلك دراسة كل من دراسة جابة (2020) وغيرها من الدراسات الأخرى، كما تبين دراسات أخرى أثر برنامج التوجيه الجمعي في خفض الاضطرابات السلوكية والنفسية كدراسة فليح (2013)، حيث إن هذه البرامج وما تحتويه من جلسات متعددة تساعد الأفراد على بناء مهاراتهم الاجتماعية وتوكيد ذاتهم وبناء علاقات مع الآخرين، ومشاعر بالثقة والقوة، والتكيف مع متطلبات الحياة بشكل عام.

كما أنه يمكن أن نستنتج أن تطبيق البرنامج ساهم إلى حد كبير في خفض مشاعر الدونية لدى الفقراء من خلال تلبية الحاجات الإرشادية للعمل وفق فنيات وأساليب خاصة تمكنهم من اكتساب الثقة بأنفسهم وتغيير أفكارهم السلبية حول

الذات وأسلوب حياتهم وتزويدهم بالمعلومات التي تتيح لهم التأقلم والتكيف مع ظروف الحياة المتغيرة وبهذا يكون البرنامج قد ساعد هذه الفئة على تجاوز الصعوبة في الأفكار الخاطئة حول ذواتهم وذلك يحقق لهم الصحة النفسية والتوافق النفسي. وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع نتيجة دراسة جابة (2020) التي أظهرت وجود فاعلية لبرنامج الإرشاد باللعب في خفض مشاعر بالنقص والإحساس بالوحدة النفسية لدى أطفال دور الأيتام في ليبيا، ودراسة سالمى (2021) توصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في قلق المستقبل المهني لصالح المجموعة التجريبية دراسة (Tsagem, 2021) وأظهرت النتائج الوجود لفرق بدلالة في أثر مداخله العلاج السلوكي الانفعالي في تخفيض العدائية ضمن كافة الطلاب. ودراسة ديفيد وديجيسيب (David & Degiusepp, 2021) أظهرت النتائج التحسن الجوهرى في وظائفهم بعد المشاركة في البرنامج العلاجي مع حجم أثر متوسط لاستجابة مبكرة بعد ثلاث جلسات من علاج نفسي وبعد (20) جلسة وتختلف مع نتيجة دراسة أبو حميدة (2019) التي توصلت الى عدم وجود فرق دال إحصائياً بين متوسطات أداء المجموعتين على مقياس العنف يعزى للبرنامج، من التوصيات ضرورة تجربة البرنامج في مجالات أخرى.

السؤال الثاني: "هل يوجد فرق دال إحصائياً عند مستوى معنوية ($\alpha \leq 0.05$) في أداء المجموعة التجريبية على

مقياس مشاعر الدونية بين القياسين البعدي والمتابعة؟

تم استخراج النتائج حسب الجدول (5) وكما يلي:

الجدول (5)

الفرق لأداء أفراد مجموعة الدراسة التجريبية بين قياسي المقياس البعدي والمتابعة لفعالية البرنامج المستند على نظرية أليس على مقياس المشاعر الدونية

Sig	DF	T	خطأ معياري	انحراف المجموعة المعياري	متوسط المجموعة الحسابي	الاختبار الزوجي بعدي متابعة
0.020	11	2.822	0.1144	0.576	0.289	

يتبين من الجدول (5) أنه يوجد فرق دال إحصائياً عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$) بين المتوسط لأداء المجموعة

التجريبية على المقياس بين قياسي الدراسة القبلي والمتابعة حيث بلغت قيمة ت (2.822) عند مستوى دلالة (0.020).

كما يبين الجدول (6) متوسطات أفراد المجموعة الحسابية والانحرافات المعيارية للقياس البعدي والمتابعة على

المقياس.

الجدول (6)

متوسطات أفراد المجموعة الحسابية والانحرافات المعيارية للقياس البعدي والمتابعة على المقياس

اختبار	متوسط حسابي	عدد	انحراف معياري	خطأ معياري
بعدي	1.85	40	0.638	0.1120
متابعة	1.70	40	0.467	0.0497

يتبين من الجدول (6) أنه في مرحلة المتابعة تم استمرار مشاعر الدونية بالانخفاض لدى أفراد المجموعة التجريبية للأداء البعدي مساوياً (1.85) وكان للمتابعة مساوياً (1.70).

تبين من خلال نتيجة هذا السؤال وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات أداء المجموعة التجريبية على مقياس مشاعر الدونية بين القياس البعدي والمتابعة حيث بلغت قيمة ت (2.822) عند مستوى دلالة (0.020) كما أنّ مشاعر الدونية بالانخفاض لدى أفراد المجموعة التجريبية حيث بلغ الأداء البعدي مساوياً (1.85) وللمتابعة (1.70)، ويمكن تفسير ذلك من خلال أن أفراد المجموعة التجريبية قد اكتسبوا العديد من المهارات من خلال برنامج التوجيه الجمعي المستند إلى نظرية أليس، حيث أظهرت العديد من الدراسات فاعلية مثل هذه البرامج مثل دراسة جابة (2020) ودراسة فليح (2013) وغيرها من الدراسات، كما أن برنامج التوجيه الجمعي ساهم بشكل كبير في خفض مشاعر الدونية سواء على الأداء البعدي أو المتابعة مما يدل على فاعلية برنامج توجيه جمعي في خفض مشاعر الدونية لدى الفقراء في الأردن وذلك بسبب ما اشتمل عليه برنامج التوجيه الجمعي من إجراءات وتمارين ووجود الألفة والمحبة والأنشطة التي ساعدت الفقراء على تفريغ الشحنات السلبية والضغط والإحباط، والاندماج مع المجتمع وعدم مشاعر الدونية وأن لديهم نقص في احتياجاتهم الشخصية والنفسية والاجتماعية.

كما يمكن تفسير ذلك من خلال البرنامج المبني على نظرية أليس ومن خلال الفنيات المتوفرة فيه قد ساعد المختصين في الاستفادة من الأساليب التي يمكن من خلالها التعامل مع هذه الفئة واكسابهم المهارات التي تساعدهم على خفض مشاعر الدونية، حيث إنّ هذه المشاعر محبطة وتحتاج إلى جهد كبير للتخلص منها وقد يكون البرنامج المستند إلى نظرية أليس ومن خلال التوجيه الجمعي هو أحد الأساليب الفعالة التي يمكن أن تحقق الشعور بالطموح والشعور بالذات والبعد عن الشعور بالدونية.

وتتفق نتيجة الدراسة مع نتيجة دراسة الكافوين وآخرين (Alkafaween et. Al,2021) ودراسة تساجيم (Tsagem, 2021) ودراسة ديفيد وديجيسيب (David & Degiusepp, 2021) والتي توصلت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح المجموعة التجريبية وكذلك دراسة سالمى (2021) حيث أظهرت النتائج التحسن الجوهرى بعد المشاركة في البرنامج العلاجي المستند إلى نظرية أليس في العلاج العقلاني الانفعالي.

بينما تختلف هذه الدراسة بالنتائج التي جاءت في دراسة أبو حميدة (2019). والتي تشير لعدم وجود فروق بين أفراد المجموعة تعزى للبرنامج المستند إلى نظرية أليس.

التوصيات:

يمكن عرض بعض التوصيات كما يلي:

1. ضرورة بناء مزيد من برامج التوجيه الجمعي بالاستناد إلى النظريات الإرشادية والنفسية حيث ظهر أثرها في خفض مشاعر بالمشكلات السلوكية والنفسية.
2. ضرورة تصميم عديد من الورشات التدريبية لجميع أخصائي علم النفس والاجتماع بحيث يتمكنون من بناء برامج متنوعة تركز على خفض مشاعر الدونية ومتغيرات أخرى.
3. ضرورة البحث عن الوسائل التي يمكن من خلالها تقليل المشكلات السلوكية والاجتماعية التي يعاني منها الفقراء مما يساعدهم على التكيف مع متطلبات الحياة.
4. ضرورة تفعيل أدوار المرشدين والاختصاصيين النفسيين والاجتماعيين في المجتمع لمساعدة الفئات المختلفة على تجاوز ما يشعرون به من إحباط ويأس وغير ذلك من المشاعر.
5. إجراء مزيد من الدراسات التي تبحث أثر تطبيق برامج توجيه جمعي في خفض مشاعر بالإحباط أو اليأس أو متغيرات أخرى.

المصادر والمراجع

المراجع باللغة العربية:

- أبو أسعد، أحمد وعربيات، أحمد (2015). نظريات الإرشاد النفسي والتربوي، عمان: دار المسيرة.
- أبو حميدة، نداء (2019). فاعلية برنامج توجيه جمعي يستند إلى نظرية أليس في خفض مستوى التكيف النفسي لدى طالبات المرحلة الأساسية في الأردن (أطروحة دكتوراه غير منشورة)، عمان: جامعة العلوم الإسلامية العالمية.
- أبو عطية، سهام وعيسى، مراد (2017). النظرية والتطبيق في الإرشاد الجمعي، عمان: دار الفكر للنشر والتوزيع.
- جابه، فيروز (2020). فاعلية الإرشاد باللعب في خفض مشاعر بالنقص والإحساس بالوحدة النفسية لدى أطفال دور الأيتام في ليبيا، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، 28(2)، صص 978-1009.
- الزيود، نادر (2018). نظريات الإرشاد والعلاج النفسي، عمان: دار الفكر للنشر.
- سالمى، مسعودة (2021). فاعلية برنامج إرشادي جمعي قائم على نظرية إلبرت أليس في خفض قلق المستقبل لدى الطلبة الجامعيين دراسة تجريبية على عينة من طلبة جامعة الشهيد حمه لخضر بالوادي (أطروحة دكتوراه غير منشورة)، الجزائر: جامعة الشهيد حمه لخضر بالوادي.
- سعفان، محمد (2017). الإرشاد النفسي الجماعي، الأردن: دار المسيرة للطباعة والنشر.
- الشرع، منذر (2004). واقع الفقر والبطالة في محافظة المفرق، ورقة عمل مقدمة للمؤتمر الوطني لمكافحة الفقر والبطالة، عمان: دائرة الإحصاءات العامة الأردنية.
- الصقور، محمد (2020) مشكلة الفقر في محافظة المفرق، الواقع والمعالجة، عمان: دار القلم.
- فليح، ميثاق (2013). التداخل الإرشادي بغنية دحض الأفكار لخفض الشعور بالنقص لدى الطالبات الأيتام في المرحلة الإعدادية (رسالة ماجستير غير منشورة). كلية التربية للعلوم الانسانية، جامعة ديالى، العراق.
- مريان، نادر (2020). واقع الفقر في الأردن، الفقر والبطالة واقع وتحديات، عمان: مؤسسة عبد الحميد شومان.

المراجع الأجنبية

- Abo-Asa'd, A & Arabiyat A (2015). Psychological and educational counseling theories, Amman: Dar Al Masirah. (in Arabic).
- Abu Hamida, N (2019). The Effectiveness of a Group Guidance Program based on Alice Theory in Reducing the Level of Psychological Adaptation for Basic Stage Female Students in Jordan, unpublished PhD thesis, International Islamic University of Sciences, Amman, Jordan.(in Arabic).
- Abu Attia, S & Issa, M (2017). Theory and Application in Collective Guidance, Amman: Dar Al-Fikr for Publishing and Distribution.(in Arabic).
- Alkafoween, D., Boiomi, N., Abd Rahman, Roslan & Annuor, T. (2021). The Effectiveness of a Religious Counseling Program According to Albert Ellis' Theory in Treating Depression among Syrian Students in Karak Qasabeh's Schools, Jordan. International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences, 11(6): 538-552.
- Al-Shara, M (2004) The Reality of Poverty and Unemployment in the Mafraq Governorate, a working paper presented to the National Conference to Combat Poverty and Unemployment, Department of Statistics, Amman, Jordan. (in Arabic).
- Al-Suqur, M (2020) The problem of the paragraph in the Mafraq Governorate, reality and treatment, Amman: Dar Al-Qalam. (in Arabic).
- Allport, G. W. (2011), Pattern and Growth in personality New process of the counseling with school counselors who utilize play York, Holr, Rine– hart, Winston, ine. Quest information of learning company.
- Al-Zayoud, N (2018) Theories of Counseling and Psychotherapy, Amman: Dar Al-Fikr for Publishing. (in Arabic).
- David, Pop, C., David, D & Diguisepe, R. (2021). Effectiveness of Outpatient Rational Emotive Behavior Therapy over one Decade. American Journal of Psychotherapy, 1(1): 1-9.
- Jabeh, F (2020) The Effectiveness of Playing Counseling in Reducing Feelings of Inferiority and Feeling of Psychological Loneliness among Children of Orphanages in Libya,

Journal of the Islamic University of Educational and Psychological Studies, 28(2): 978-1009.(in Arabic).

- Falih, Mithaq (2013). Counseling intervention with the technique of refuting ideas to reduce the feeling of inferiority among orphaned female students in the preparatory stage (unpublished master's thesis). College of Education for Human Sciences, University of Diyala, Iraq.(in Arabic).
- Marian, N (2020) The Reality of Poverty in Jordan, Poverty and Unemployment Reality and Challenges, Amman: Abdul Hameed Shoman Foundation. (in Arabic).
- Saafan, Mohammed (2017). Group psychological counseling, Jordan: Dar Al-Masira for printing and publishing.(in Arabic).
- Salmi, M (2021) The effectiveness of a group counseling program based on Albert Ellis theory in reducing future anxiety among university students An experimental study on a sample of students from the University of Martyr Hama Lakhdar in the Valley, an unpublished doctoral thesis, University of the Martyr Hama Lakhdar in the Valley, Algeria. (in Arabic).
- Tsagem, Sh. (2021). Effectiveness of Rational Emotive Behavior Therapy in Reducing Aggression Among Secondary School Students in Kotsina Zonal Directorate of Education. Sokoto International Journal of Counseling Psychology, Maiden Edition, 44-45.