

ملخص دراسة

فاعلية برنامج إرشادي لتحسين التوافق الشخصي

والاجتماعي لدى عينة من المراهقات الأردنيات

إعداد الباحثة

جهاد محمود علاء الدين

إشراف

الأستاذ الدكتور علاء الدين كفاي

تتصف مرحلة المراهقة المتوسطة (١٦ - ١٧ سنة) موضوع الدراسة الحالية بالتمرد على قيم ومعايير الكبار مما يشكل جزءاً من نضال المراهقين في هذه المرحلة في سبيل إنماء علاقات مشبعة ، وفي سبيل تشكيل هوية أنا محددة ، والعديد من الاحتياجات التي يمكن أن تكون مصدر ضغوط وتوترات ، قد تؤدي إلى حالة من عدم التوافق الشخصي والاجتماعي إذا لم يتم مواجهتها وإشباعها بشكل كفو .

هذا وقد حظيت مرحلة المراهقة باهتمام شديد من قبل علماء النفس والمتخصصين في الإرشاد والصحة النفسية ، حيث يؤكد الباحثون والمتخصصون في مجال علم النفس بمختلف فروعه على ضرورة الاهتمام بالدراسات التي تناول المراهقة الأنثى نظراً لخصوصية المشكلات التي تتعرض لها الفتاة المراهقة وما تلاقيه من صعوبات تكيفية من نوع خاص بسبب جنسها وطبيعة الدور الذي قُبل له ، خاصة في مجتمعاتنا العربية التي ما زالت تحيط الفتاة المراهقة بسياج من القيود الاجتماعية تحرم عليها حتى مجرد التعبير عن مشاكلها وهمومها واضطراباتها النفسية بصورة صريحة واضحة ، مما يؤدي غالباً لظهور مشكلات حادة كمحاولات الانتحار ، والقلق والاكتئاب ، والانسحاب الاجتماعي ، وتدني تقدير الذات ، وضعف وتميع واضطراب هوية الأنا . ومن هنا ظهرت الحاجة لوجود برامج إرشادية جماعية وفردية توفر لهذه الفئة من المراهقات فرصاً للنمو النفسي والوصول إلى مستوى من الكفاءة الاجتماعية والصحة النفسية ، وتقتصر الدراسة الحالية بتصميم برنامجي إرشاد جماعي يستند الأول إلى مفهوم العلاج العقلاني الانفعالي من خلال تعليم المسترشدات دروساً في التفكير العقلاني ، لارتباطه الوثيق بالوظيفة التوافقية ، فيما يستند الثاني إلى مفهوم العلاج المعرفي السلوكي الخاص بالتدريب على المهارات الاجتماعية وذلك في محاولة لرفع مستوى الكفاءة الاجتماعية وتحسين مستوى التوافق الشخصي والاجتماعي لدى عينة الدراسة من المراهقات الأردنيات .

١ - مشكلة الدراسة :

تحدد مشكلة الدراسة الحالية في وجود عدد من المشكلات الشخصية والاجتماعية ، التي تواجه الطالبات الأردنيات المراهقات خلال مرحلة الدراسة الثانوية وتؤدي إلى عدم توافقهن الشخصي والاجتماعي ، ويستدعي تدخلا إرشاديا مخططا وواعيا ومدروسا من قبل المتخصصين والعاملين المؤهلين علميا وأكاديميا في مجال الإرشاد التربوي والنفسى .

٢- أهداف الدراسة :

تسعى الدراسة الحالية إلى تحقيق الأهداف التالية :-

١- التعرف على مشكلات التوافق الشخصي والاجتماعي لدى المراهقات في مرحلة المراهقة المتوسطة (والتي يقابلها في المرحلة الدراسية الصف الأول الثانوي من سن ١٦ إلى ١٧ سنة) ، وذلك بواسطة بناء وتطوير أداة قياس مقننة مستمدة من واقع المراهقة الأردنية .

٢- التعرف على أكثر المشكلات انتشارا وتكرارا ، والتي يتكرر ذكرها في قائمة المشكلات وفي استمارة السؤال المفتوح ، ومن رصيد خبرة المرشدين النفسيات العاملات في المدارس الثانوية واختيار أهم المشكلات لدى العينة النهائية للدراسة ، لتكون موضع الدراسة التشخيصية وهدف البرنامج العلاجي المقترح .

٣- التعرف على مستويات هوية الأنا وقوة الأنا والقلق الاجتماعي والوحدة النفسية وتقدير الذات، لدى العينة النهائية للدراسة من المراهقات الأردنيات ، لارتباطها الوثيق بالمشكلات التوافقية لدى هذه الفئة .

٤- تصميم برنامجين للإرشاد والعلاج النفسي الجماعي لتحسين التوافق الشخصي والاجتماعي لدى العينة النهائية للدراسة من المراهقات الأردنيات .

٥- التحقق من فاعلية أسلوب برنامجي الإرشاد المستخدمين في الدراسة الحالية (العلاج العقلاني الانفعالي والتدريب على المهارات الاجتماعية) ، في تحسين مستوى التوافق الشخصي والاجتماعي ومتغيرات الدراسة الأخرى : هوية الأنا وقوة الأنا والقلق الاجتماعي والوحدة النفسية وتقدير الذات لدى العينة النهائية للدراسة من المراهقات الأردنيات .

٦- استخدام نتائج الدراسة لتوجيه المرشدين النفسيين والمدرسين للاهتمام بالمؤشرات السلبية للتوافق لدى المراهقين قبل استفحائها ، وبالتالي بناء البرامج الإرشادية المناسبة على المستوى الوقائي والنمائي والعلاجي ، كما أن هذه النتائج يمكن الاستفادة منها في توجيه الآباء والأمهات من خلال برامج الإرشاد الأسري لإبراز الدور الذي يلعبه أولياء الأمور في تحديد مستوى توافق أبنائهم ، عن طريق التربية الصالحة المليئة بالحب والاهتمام والرعاية الموجهة والمشبعة بقيم المجتمع الصالحة ، وهذا ما يعطي المجتمع فرصة للتزود بطاقات إنتاجية كفؤة ، وبمعايير أسرية مستقبلية ذات مستوى توافقي مقبول .

١- توجد فروق دالة بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية الأولى (مجموعة العلاج العقلاني الانفعالي) في متغيرات التوافق الشخصي والاجتماعي مقاسة بمقاييس التوافق الستة (استبيان المشكلات التوافقية ، ومقاييس هوية الأنا ، وقوة الأنا ، والقلق الاجتماعي ، والوحدة النفسية ، وتقدير الذات) في القياس القبلي (قبل تطبيق البرنامج) ، ومتوسط درجاتهم في القياس البعدي (بعد تطبيق البرنامج مباشرة) .

٢- توجد فروق دالة بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية الثانية (مجموعة التدريب على المهارات الاجتماعية) في متغيرات التوافق الشخصي والاجتماعي مقاسة بمقاييس التوافق الستة في القياس القبلي ، ومتوسط درجاتهم في القياس البعدي .

٣- لا توجد فروق بين متوسط درجات أفراد المجموعة الضابطة (التي لم تشترك في أي برنامج إرشادي) في متغيرات التوافق الشخصي والاجتماعي مقاسة بمقاييس التوافق الستة في القياس القبلي ، ومتوسط درجاتهم في القياس البعدي .

٤- توجد فروق دالة بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية الأولى في متغيرات التوافق الشخصي والاجتماعي مقاسة بمقاييس التوافق الستة ومتوسط درجات أفراد المجموعة الضابطة في القياس البعدي .

٥- توجد فروق دالة بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية الثانية في متغيرات التوافق الشخصي والاجتماعي مقاسة بمقاييس التوافق الستة ومتوسط درجات أفراد المجموعة الضابطة في القياس البعدي .

٦- يوجد تأثير متساو في نسبة التحسن الناجمة عن تطبيق برنامج العلاج العقلاني الانفعالي على متغيرات التوافق الشخصي والاجتماعي مقاسة بمقاييس التوافق الستة ، لدى أفراد المجموعة التجريبية الأولى في القياس البعدي .

٧- يوجد تأثير متساو في نسبة التحسن الناجمة عن تطبيق برنامج التدريب على المهارات الاجتماعية على متغيرات التوافق الشخصي والاجتماعي مقاسة بمقاييس التوافق الستة ، لدى أفراد المجموعة التجريبية الثانية في القياس البعدي .

٨- لا توجد فروق بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية الأولى (مجموعة العلاج العقلاني الانفعالي) في متغيرات التوافق الشخصي والاجتماعي مقاسة بمقاييس التوافق الستة ، في القياس البعدي ، ومتوسط درجاتهم في القياس التبعي (بعد شهر من إنتهاء تطبيق البرنامج) .

٩- لا توجد فروق بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية الثانية (مجموعة التدريب على المهارات الاجتماعية) في متغيرات التوافق الشخصي والاجتماعي مقاسة بمقاييس التوافق الستة ، في القياس البعدي ، ومتوسط درجاتهم في القياس التبعي .

١٠- توجد فروق دالة بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية الأولى في متغيرات التوافق الشخصي والاجتماعي مقاسة بمقاييس التوافق الستة ، ومتوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية الثانية في القياس التبعي .

٤- منهج الدراسة والأدوات :

المنهج المستخدم في هذه الدراسة هو المنهج التجريبي ، حيث قامت الباحثة بإجراء تجربة استطلاعية شملت عينة عشوائية كلية قوامها ٨٤٤ طالبة في الصف الأول الثانوي الأكاديمي الحكومي ، وذلك بهدف اختيار العينة النهائية للدراسة التجريبية التي تألفت من (٢٤) طالبة واللاتي تراوحت أعمارهن ما بين ١٧ - ١٨ سنة ، موزعة على النحو التالي :-

١- المجموعة التجريبية الأولى وعددها ٨ طالبات (حيث خضعت لبرنامج للتعليم العقلاني الانفعالي والمستخدم من العلاج العقلاني الانفعالي) .

٢- المجموعة التجريبية الثانية وعددها ٨ طالبات (حيث خضعت لبرنامج للتدريب على المهارات الاجتماعية المستند على العلاج المعرفي السلوكي) .

٣- المجموعة الضابطة وعددها ٨ طالبات (لم تشترك في أي برنامج إرشادي) .

ولقد قامت الباحثة بإعداد واستخدام بعض الأدوات اللازمة لجمع البيانات المطلوبة لإنجاز البحث وهي :-

١- استبيان المشكلات التوافقية والذي قامت الباحثة بتطويره مستمدة إياه من المقاييس النفسية المماثلة ،

والتراث النفسي ، وما ورد من الطالبات والمرشدات في مجتمع الدراسة .

٢- مقياس هوية الأنا Ego Identity ، والذي وضعته ديجان Dignan عام ١٩٦٣ ، ولقد تم

تكييفه للبيئة الأردنية لأغراض الدراسة الحالية .

٣- مقياس قوة الأنا Ego Strength ، لعلاء الدين كفاي ، (١٩٨٢) .

٤- مقياس القلق الاجتماعي، وأعدده للبيئة الأردنية بسام علاونة ومحمد اللاذقاني (١٩٩٥) .

٥- مقياس الوحدة النفسية (UCLA) University of California Los Angeles

Loneliness Scale ل راسل وبيلاو وكترونا Russel, Peplau & Cutrona (١٩٨٠) ،

وأعدته للبيئة الأردنية هدى الراعي (١٩٩٠) .

٦- مقياس تقدير الذات ، وأعدته للبيئة الأردنية هند قسوس (١٩٨٥) .

٧- دليل الوضع الاجتماعي الاقتصادي للأسرة ، إعداد عبد السلام عبد الغفار وإبراهيم قشقوش (١٩٧٨) .

٨- برنامج العلاج العقلاني الانفعالي للمجموعة التجريبية الأولى .

٩- برنامج التدريب على المهارات الاجتماعية للمجموعة التجريبية الثانية .

٥- مجتمع الدراسة وعينة الدراسة :

يتكون مجتمع الدراسة من (٧٠٥٩) طالبة في المرحلة الثانوية (الصف الأول الثانوي) ، في منطقة تربية عمان الحكومية الأولى ، وذات التعليم الأكاديمي الثانوي ، موزعات على أربعين مدرسة ثانوية ، حيث قامت الباحثة باختيار عينة عشوائية مؤلفة من (٨٤٤) طالبة من مجتمع الدراسة الأصلي أي بنسبة ١٢% ، وذلك من أربع مدارس ثانوية من أصل أربعين مدرسة تمثل مدارس مجتمع الدراسة الأصلي . ولقد راعت الباحثة تمثيل المدارس للمناطق الجغرافية ، ووجود مرشدة متعاونة ، وأن يكون عدد الطالبات في الأول الثانوي مائة طالبة وأكثر ، وذلك لزيادة احتمال وجود الحالات غير المتوافقة . ولقد اختيرت العينة النهائية للدراسة والمؤلفة من (٢٤) طالبة من المدرسة التي سجلت أعلى نسبة في الحالات اللاتوافقية بالنسبة للمدارس الأربع ، ولقد روعي في اختيار هذه العينة ، الدرجة العالية لعدم التوافق والرغبة الشخصية في الاستفادة من الإرشاد الجماعي و موافقة الأهل ومناسبة وقت الفراغ للجلسة الإرشادية .

٦- نتائج الدراسة :

لقد توصلت الدراسة الحالية إلى النتائج التالية :-

١- دعمت النتائج البعدية والتعبية فعالية أسلوب العلاج العقلاني الانفعالي في تحسين مستوى التوافق الشخصي والاجتماعي وذلك على متغيرات التوافق الستة (المشكلات التوافقية وهوية الأنا وقوة الأنا والقلق الاجتماعي والوحدة النفسية وتقدير الذات) حيث وجدت فروق دالة (عند مستوى ٠,٠١) بين المتوسطات القبلية والبعدية ، ولم توجد فروق بين المتوسطات البعدية والتعبية مما يشير إلى احتفاظ أفراد المجموعة التجريبية الأولى بمكاسبها العلاجية .

٢- دعمت النتائج البعدية والتعبية فعالية برنامج العلاج المعرفي السلوكي بأسلوب التدريب على المهارات الاجتماعية في تحسين مستوى التوافق الشخصي والاجتماعي وذلك على متغيرات التوافق الستة (باستثناء متغير الوحدة النفسية) ، حيث وجدت فروق دالة بين المتوسطات القبلية والبعدية (عند مستوى ٠,٠١) لمقاييس التوافق الأربعة وعند مستوى (٠,٠٥) لمقياس القلق الاجتماعي ، ولم توجد فروق بين المتوسطات البعدية والتعبية (باستثناء متغير القلق الاجتماعي) ، مما يشير إلى احتفاظ أفراد المجموعة التجريبية الثانية بمكاسبها العلاجية في تحسينها على مقاييس متغيرات المشكلات التوافقية وهوية الأنا وقوة الأنا وتقدير الذات .

٣- عدم وجود فروق دالة بين متوسط درجات أفراد المجموعة الضابطة (لم تشارك في أي برنامج إرشادي) ، في متغيرات التوافق الشخصي والاجتماعي مقاسة بمقاييس التوافق الستة ، في القياس البعدي مقارنة بالقياس القبلي ، مما يشير إلى إمكانية نسبة التغير الذي حدث لدى أفراد المجموعتين التجريبتين الأولى والثانية لفعالية برنامجي الإرشاد الجماعي المستخدمين .

٤- وجود فروق دالة بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية الأولى ومتوسط درجات أفراد المجموعة الضابطة على متغيرات التوافق الشخصي والاجتماعي مقاسة بمقاييس التوافق الستة ، في القياس البعدي وذلك عند مستوى ٠,٠١ ، على متغيرات المشكلات التوافقية وهوية الأنا وقوة الأنا ، وعند مستوى ٠,٠٥ ، على متغيرات القلق الاجتماعي والوحدة النفسية وتقدير الذات ، حيث تغيرت متوسطات درجات التوافق الشخصي والاجتماعي لدى أفراد المجموعة التجريبية الأولى في اتجاه التوافق الشخصي والاجتماعي بصورة دالة مقارنة بمتوسطات درجات أفراد المجموعة الضابطة ، مما يشير الى كفاءة برنامج العلاج العقلاني الانفعالي في تحسين مستوى التوافق الشخصي والاجتماعي لدى فئة المراهقات .

٥- وجود فروق دالة بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية الثانية ومتوسط درجات أفراد المجموعة الضابطة على متغيرات التوافق الشخصي والاجتماعي مقاسة بمقاييس التوافق الستة ، في القياس البعدي ، ولذلك عند مستوى ٠,٠١ ، على متغيرات هوية الأنا وقوة الأنا وتقدير الذات ، وعند مستوى ٠,٠٥ ، على متغيري المشكلات التوافقية والقلق الاجتماعي ، ولم توجد فروق دالة بين أفراد المجموعتين على متغير الوحدة النفسية ، حيث تغيرت متوسطات درجات التوافق الشخصي والاجتماعي لدى أفراد المجموعة التجريبية الثانية في اتجاه التوافق الشخصي والاجتماعي بصورة دالة (باستثناء متغير الوحدة النفسية) ، مقارنة بمتوسطات درجات أفراد المجموعة الضابطة ، مما يشير بشكل عام الى كفاءة برنامج التدريب على المهارات الاجتماعية في تحسين مستوى التوافق الشخصي والاجتماعي لدى فئة المراهقات .

٦- عدم وجود تأثير متساو في نسبة التحسن الناجمة عن تطبيق برنامج العلاج العقلاني الانفعالي على متغيرات التوافق الشخصي والاجتماعي مقاسة بمقاييس التوافق الستة ، لدى أفراد المجموعة التجريبية الأولى ، في القياس البعدي . حيث بلغت النسبة المئوية للتحسن على مقياس قوة الأنا (٤٤ ، ٣٧) وعلى مقياس الوحدة النفسية (٣٢ ، ٣٠) ، وعلى استبيان المشكلات التوافقية (٤٨ ، ٢٣) ، وعلى مقياس تقدير الذات (٥٦ ، ٢٢) ، وعلى مقياس القلق الاجتماعي (٢٦ ، ١٩) وعلى مقياس هوية الأنا (٢٣ ، ١٥) ، وبالرغم من تباين هذه النسبة فهي تبدو نسبيا متقاربة اذا استثنينا نتيجة مقياس هوية الأنا . ويتطلب هذا دراسات مستقبلية للتحقق من أسباب اختلاف أثر برنامج العلاج العقلاني الانفعالي على متغيرات التوافق خاصة التباين الواضح بين قوة الأنا وهوية الأنا . وقد يفسر ذلك على ضوء أن المكاسب العلاجية للعلاج العقلاني الانفعالي توتي ثمارها باستمرار التدريب والممارسة للتفكير العقلاني والوصول بالتالي إلى قناعة وفلسفة حياتية عقلانية ، وأيضا قد يعزى هذا إلى طبيعة المرحلة النمائية التي تمر بها الطالبات حيث أن أزمة تشكيل الهوية لم يتم حلها نهائيا ، بالإضافة للظروف البيئية المعرقة لهذه العملية ، وأيضا لطبيعة المهارة الاجتماعية (إدراك المنظور الاجتماعي) اللازمة لتقوية هوية الأنا ، وهذا ما خلا منه برنامج العلاج العقلاني الانفعالي .

٧- عدم وجود تأثير متساو في نسبة التحسن الناجمة عن تطبيق برنامج التدريب على المهارات الاجتماعية على متغيرات التوافق الشخصي والاجتماعي مقاسة بمقاييس التوافق الستة ، لدى أفراد المجموعة التجريبية الثانية في القياس البعدي ، حيث بلغت النسبة المئوية للتحسن على مقياس قوة الأنا (٩٥ ، ٣١) ، وعلى استبيان المشكلات التوافقية (١١ ، ٣٠) ، وعلى مقياس تقدير الذات (٧٩ ، ٢٨) ، وعلى مقياس هوية الأنا (٠٢ ، ٢٣) ، وعلى مقياس القلق الاجتماعي (٢٤ ، ١٧) ، وعلى مقياس الوحدة النفسية (٣٦ ، ٧) ، وبالرغم من تباين هذه النسب فهي تبدو نسبيا متقاربة اذا استثنينا مقياسي القلق الاجتماعي والوحدة مما يشير إلى فعالية أسلوب التدريب على المهارات الاجتماعية في تحسين

مستوى التوافق الشخصي والاجتماعي لدى المراهقات ، والى قصور هذا الأسلوب في معالجة القلق الاجتماعي بصورة عامة لارتباط هذا المتغير بالأفكار والمعتقدات اللاعقلانية عن الذات والآخرين والعالم ، والى إخفاقه في معالجة الوحدة الانفعالية لارتباطها الشديد أيضا بالتقييمات السلبية المطلقة حول الذات والآخرين والعالم ، وهذا ما يستدعي جهودا بحثية مستقبلية لقياس فاعلية التدريب على المهارات الاجتماعية في معالجة الوحدة الاجتماعية الذي تعكس نتائج هذه الدراسة كفاءة هذا الأسلوب في التصدي لها .

٨- عدم وجود فروق دالة بين متوسطي الدرجات في متغيرات التوافق الشخصي والاجتماعي مقاسة بمقاييس التوافق الستة ، لدى أفراد المجموعة التجريبية الأولى وأفراد المجموعة التجريبية الثانية ، في القياس البعدي (باستثناء مقياس الوحدة النفسية حيث وجدت فروق دالة عند مستوى (٠,٠١) مما يشير إلى فعالية أسلوب الإرشاد الجماعي المستخدم في الدراسة الحالية في تحسين مستوى التوافق الشخصي والاجتماعي لدى فئة المراهقين ، إخفاق برنامج التدريب على المهارات الاجتماعية في معالجة مشكلة الوحدة الانفعالية حيث تحتاج هذه إلى جهود إرشادية أكثر مباشرة كالعلاج العقلاني الانفعالي الذي أثبت كفاءته في معالجة هذه المشكلة التوافقية .

**CAIRO UNIVERSITY
INSTITUTE OF EDUCATIONAL STUDIES AND RESEARCH
PSYCHOLOGICAL COUNSELING DEPARTMENT**

**EFFICACY OF A COUNSELING
PROGRAM TO IMPROVE PERSONAL
AND SOCIAL ADJUSTMENT AMONG A
SAMPLE OF JORDANIAN FEMALE
ADOLESCENTS**

BY

Jehad M. Alaedin

**Summary of A Dissertation
Submitted in Partial Fulfillment of the
Requirements for the Degree
Doctor of Philosophy
(Counseling Psychology)**

Supervised By

ALA' A -ELDIN A. KAFABI Ph.D.

**Chairman and Professor, Psychological Counseling
Department
Institute of Educational Studies and Research
Cairo University**

1999

DISSERTATION ABSTRACT

EFFICACY OF A COUNSELING PROGRAM TO IMPROVE PERSONAL AND SOCIAL ADJUSTMENT AMONG A SAMPLE OF JORDANIAN FEMALE ADOLESCENTS

**By:
Jehad Alaedin**

**Supervised by:
Ala'a-Eldin A. Kafafi, Ph.D.**

The middle adolescence stage (16 - 17 years), the subject of this study, is characterized by rebelliousness against values and standards of adults. This is an integral part of adolescents struggle during this phase of their life in which they try to develop satisfying relations, in order to mold a specific and clearly defined ego identity, and to fulfill many needs, which might be the source of pressure and tensions, and which might lead to a status of personal and social maladjustment if not confronted and fulfilled in a satisfactory manner.

The adolescence stage has received a great deal of attention from psychologists and other specialists in the counseling and mental health fields, who stress the need to pay special attention to studies dealing with female adolescents, due to the particularity of problems faced by this age group, and to the adjustment difficulties they encounter because of their gender and due to the nature of their pre-planned roles.

This is especially so in our Arab societies, where female adolescents are fenced by social restrictions barring them from even expressing their problems, concerns and psychological disturbances, frankly and openly. This invariably leads to acute problems such as suicide, anxiety, depression, social withdrawal, low self-esteem and weakness and confusion of the ego identity. Hence, there is a need for group and individual counseling programs, to give this segment of adolescents a chance for psychological development and for reaching an acceptable level of social and mental health competence. This study proposes the design of two groups counseling programs: The

first is based on Rational Emotive Therapy (RET) concept concerned with Rational Emotive Education (REE); the second is based on Cognitive Behavior Therapy (CBT) concept, concerned with Social Skills Training (SST), in an attempt to raise the level of social competence and to improve personal and social adjustment for the study's sample of Jordanian female adolescents.

1- Problem of the Study:

The problem of this study is identified in the existence of a number of personal and social problems facing Jordanian female adolescents during their secondary school years, which lead to personal and social maladjustment. This calls for planned, conscious and well-studied intervention by scientifically and academically competent specialists in the field of educational and psychological counseling.

2- Goals of the Study:

This study strives to achieve the following goals:

A- To identify personal and social adjustment problems of female adolescents in the middle adolescence stage (equivalent to the first secondary class, age 16 - 17 years), by structuring and developing a standardized scale adapted to the reality of Jordanian female adolescents.

B- To identify the most prevalent and existing problems, and to select the most common problems among the proposed study sample, which are most repeated in the list of problems and in the open question form, and from the compiled experiences of high school psychological counselors, in order to be the subject of the diagnostic study and the goal of the proposed therapeutic program.

C- To identify the level of ego identity, ego strength, social anxiety, loneliness and self-esteem among members of the study sample of Jordanian female adolescents, due to their close ties to this group's adjustment problems.

D- To design two therapeutic counseling programs for the purpose of improving personal and social adjustment for the study's sample of Jordanian female adolescents.

E- To verify the efficacy of the methodologies of the two counseling programs used in this study (Rational Emotive Therapy and Social Skills Training) in improving the level of personal and social adjustment through six variable: Adjustment problems, ego

identity, ego strength, social anxiety, loneliness and self-esteem among the study's sample of Jordanian female adolescents.

F- To use the results of the proposed study to provide guidance to parents through family counseling in identifying the adjustment levels of their children. This can be achieved through healthy upbringing in an environment of love, concern and care, with emphasis on good community values and traditions. These results can also be useful in guiding teachers and psychological counselors to paying more attention to negative adjustment signs among students before any further deterioration. This should lead to establishing a suitable counseling program at the protective, developmental and therapeutic levels, giving society a chance to have competent and productive people and future family members enjoying an acceptable adjustment level.

3- Hypotheses of the Study:

A- There are significant differences between the score average of personal and social variables, using the six adjustment scales: maladjustment questionnaire, ego identity, ego strength, social anxiety, loneliness and self-esteem, among members of the first experimental group (Rational Emotive Therapy) in the pretest (before the program application) and the posttest (immediately after the program application.)

B- There are significant differences between the score average of the personal and social adjustment variables, using the six adjustment scales for the second experimental group (Social Skills Training) in the pretest and posttest.

C- There are no differences between the score average of the personal and social adjustment variables, using the six adjustment scales for members of the control group (which was not subjected to a counseling program) in the pretest and posttest.

D- There are significant differences between the score average of the personal and social adjustment variables, using the six adjustment scales for members of the first experimental group and members of the control group in the posttest.

E- There are significant differences between the score average of the personal and social adjustment variables, using the six adjustment scales for members of the second experimental group and members of the control group in the posttest.

F- There are equivalent effect in the improvement rate resulting from the program application of Rational Emotive Therapy on the

personal and social adjustment variables, using the six adjustment scales among members of the first experimental group in the posttest.

G- There is equivalent effect in the improvement rate resulting from the program application of the Social Skills Training on the personal and social adjustment variables, using the six adjustment scales among members of the second experimental group in the posttest.

H- There are no differences between the score average of the personal and social adjustment variables, using the six adjustment scales among members of the first experimental group (Rational Emotive Therapy) in the posttest and the follow-up test (one month after the program application.)

I- There are no differences between the score average of the personal and social adjustment variables, using the six adjustment scales among members of the second experimental group (Social Skills Training) in the posttest and follow-up test.

J- There are significant differences between the score average of the personal and social adjustment variables, using the six adjustment scales among members of the first adjustment group and members of the second experimental group in the posttest.

4- Study Methodology and Tools:

This study follows an experimental methodology, whereby the Researcher carried out an exploratory experiment among 844 female students enrolled in the first secondary class in public schools, with the aim of selecting a sample. The experimental sample includes:

A- The first experimental group consisting of 8 female students (they were subjected to a Rational Emotive Education program derived from Rational Emotive Therapy.)

B- The second experimental group consisting of 8 female students (they were subjected to a Social Skills Training program derived from Cognitive Behavior Therapy.)

C- The control group consisting of 8 female students (not subjected to a counseling program.)

The Researcher developed and employed the following necessary tools for the application of her research:

A- Adjustment Problem Questionnaire, which the Researcher developed on the basis of similar psychological scales, psychology literature, and comments from participating students and counselors in the study.

B- Ego Identity Scale, developed by Dignan in 1963 and adapted to the Jordanian Environment for the purpose of this study.

C- Ego Strength Scale, developed by Ala'a-Eldin A. Kafafi, 1982.

D- Social Anxiety Scale, Adapted for the Jordanian Environment by Bassam Alawneh and Mohamed al-Lathiqani, 1995.

E- The University of California Los Angeles Loneliness Scale, developed by Russel, Peplau and Cutrona, 1980, and adapted for the Jordanian environment by Huda al-Rai'I, 1990.

F- Self-Esteem Scale, adapted for the Jordanian environment by Hind Qusoos, 1985.

G- The Family Social and Economic Status Directory, developed by Abdel-Salam Abdel-Ghaffar and Ibrahim Qashqoosh, 1978.

H- Rational Emotive Therapy Program for the first experimental group, developed by the Researcher.

I- Social Skills Training Program for the second experimental group, developed by the Researcher.

5- The Study Community and the Study Sample:

The study community consists of 7059 female secondary students (first secondary class) in the first Amman Education District. This public school academic system consists of 40 secondary schools. The Researcher selected a random sample of 844 female students from the original study community, or 12% of the total, from four secondary schools of the 40 representing the original study community. The Researcher took several factors into consideration, including geographic representation of schools, the presence of a cooperative counselor, numbers of female students exceeding 100, for the probability of a higher number of maladjustment cases.

The study sample, consisting of 24 female students, was selected from the school which scored the highest rate of maladjustment cases among the four schools. In selecting this sample, consideration was given to the high rate of maladjustment, personal desire to benefit from group counseling, family approval and suitability of free time for the counseling session.

6- Study Results:

This study arrived at the following results:

A- The post- and follow-up results supported the efficacy of Rational Emotive Therapy in the personal and social adjustment improvement rate in the six adjustment variables (adjustment problems, ego identity, ego strength, social anxiety, loneliness and

self-esteem.) Significant differences existed at the 0.01 level between the pre- and post-averages. No differences existed between the post- and follow-up averages, indicating that members of the first experimental group have retained their therapeutic gains.

B- The post- and follow-up results supported the efficacy of Cognitive Behavior Therapy through Social Skills Training in the personal and social adjustment level for all six adjustment scales, with the exception of loneliness. Significant differences existed at the 0.01 level for four adjustment scales, and at the 0.05 level for the social anxiety scale between the pre- and post-averages. No differences existed between the post- and follow-up averages (with the exception of social anxiety) , indicating that members of the second experimental group have retained their therapeutic gains.

C- There are no significant differences between the score average of members of the control group (which was not subjected to a counseling program) in the personal and social adjustment variables, using the six adjustment scales in the posttest, compared to the pretest, indicating that the change among members of the two experimental groups might be attributed to the efficacy of the two group counseling programs used.

D- There are significant differences between the score average of members of the first experimental group and the score average of members of the control group in the personal and social adjustment variables, using the six adjustment scales in the posttest at the 0.01 level for the adjustment problem, ego identity and ego strength variables, and at the 0.05 level for the social anxiety, loneliness and self-esteem variables, where the personal and social adjustment score average was changed among members of the first experimental group in favor of personal and social adjustment in a significant manner, compared to the score average for members of the control group, indicating the efficacy of the Rational Emotive Therapy in the personal and social adjustment improvement level among female adolescents.

E- There are significant differences between the score average for members of the second experimental group and the score average for members of the control group for the personal and social adjustment variables, using the six adjustment scales in the posttest at the 0.01 level for the ego identity, ego strength and self-esteem variables, and at the 0.05 level for the social adjustment and social anxiety variables. No significant differences existed between members of the two groups for the loneliness variable, where the personal and social

adjustment score average among members of the second experimental group changed in favor of personal and social adjustment at a significant level (with the exception of the loneliness variable), compared to members of the control group score average, indicating in general the efficacy of Social Skills Training in the personal and social adjustment improvement rate among female adolescents.

F- No equivalent effect exists in the improvement rate resulting from the Rational Emotive Therapy program application on the personal and social adjustment variables, using the six adjustment scales, among members of the first experimental group in the posttest, where the improvement percentage is 37.44 for the ego strength scale, 30.32 for the loneliness scale, 23.48 for the adjustment problem questionnaire, 22.56 for the self-esteem scale, 19.26 for the social anxiety scale and 15.23 for the ego identity scale. Despite the variation in these rates, they appear relatively close, with the exception of the ego identity scale. Future studies are required to verify the reasons for the differences in the efficacy of Rational Emotive Therapy on adjustment variables, particularly the obvious variation between ego strength and ego identity. This is explained by the fact that therapeutic gains of Rational Emotive Therapy are accomplished by continuous training and practice of rational thinking through which one reaches a rational way of thinking and philosophy. This might also be attributed to the nature of the development phase through which the girls live, where the identity forming crisis is not totally resolved, as well as to the environmental conditions which hamper this process.

G- No equivalent effect exists in the improvement rate resulting from the Social Skills Training program application in the personal and social adjustment application on the variables, using the six adjustment scales among members of the second experimental group in the posttest, where the improvement percentage is 31.95 for the ego strength scale, 30.11 for the adjustment problem questionnaire, 28.79 for the self-esteem scale, 23.02 for the ego identity scale, 17.24 for the social anxiety scale and 7.36 for the loneliness scale. Despite the variation in these rates, they appear relatively close, with the exception of the social anxiety and loneliness scales. This indicates the efficacy of Social Skills Training in improving the personal and social adjustment level for female adolescents and the shortcoming of this method in treating social anxiety in general. This is due to the relationship between this change and irrational ideas and beliefs

about self, others and the world, in addition to its failure to treat emotional loneliness due to its strong relationship with negative and absolute assessments of self, others and the world. Future research endeavors are required to measure the efficacy of Social Skills Training in the treatment of social loneliness. The results of this study reflect the efficacy of this method in solving this problem.

H- No significant differences exist between the two score averages in the personal and social adjustment variables, using the six adjustment scales among members of the first experimental group in the posttest (with the exception of the loneliness scale, where significant differences existed at the 0.01 level), indicating the efficacy of the two group counseling methods used in the present study in improving the level of personal and social adjustment among female adolescents, and the failure of the Social Skills Training Program in treating the emotional loneliness problem. This requires more direct counseling endeavors, such as Rational Emotive Therapy, whose efficacy was proven in the treatment of adjustment problems.