اثر برنامج إرشادي جمعي في خفض السلوك التمردي وتنمية السلوك الإنتمائي لدى المراهقين في الأردن

إعداد

مصلح مسلم مصطفى المجالي

إشراف

الأستاذ الدكتور سعيد الأعظمي

قدمت هذه الأطروحة استكمالاً لمتطلبات منح درجة دكتوراه فلسفة في التربية

تخصص الإرشاد النفسي والتربوي

كلية الدراسات التربوية العليا

جامعة عمان العربية للدراسات العليا

2007

المنارة للاستشارات

www.manaraa.com

التفويض

أنا :- مصلح مسلم مصطفى المجالي

أفوض جامعة عمان العربية للدراسات العليا بتزويد نسخ من أطروحتي للمكتبات أو المؤسسات أو الهيئات أو الأشخاص عند طلبها .

الاسم : مصلح مسلم مصطفى المجالي

التوقيع :

التاريخ : 2007/10/17

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

قرار لجنة المناقشة

نوقشت هذه الأطروحة وعنوانها: اثر **برنامج إرشادي جمعي في خفض السلوك التمردي وتنمية السلوك الإنتمائي لدى المراهقين في الأردن .**

وأجيزت بتاريخ : **2007/10/17**

أعضاء لجنة المناقشة:		**التوقيع**
أ.د. احمد عواد	رئيساً	
أ. د . حسين الشرعه	عضواً	
أ . د محمود عطا	عضواً	
أ . د سعيد الأعظمي	عضواً ومشرفاً	

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

شكر وتقدير

الحمد لله حمداً يوافي نعمة ويكافئ مزيده ، أحمده سبحانه وتعالى على ما منحني من عون وما وهبني من صبر حتى تم هذا العمل المتواضع وظهر إلى حيز النور في صورته الحالية ، فإذا كان ثمة تقصير فحسبي أن الكمال لله وحده .

وبعد . يسعدني أن أقف وقفة وفاء وتقدير أسجل فيها خالص الشكر والتقدير والعرفان لأستاذي الجليل المشرف على هذا العمل الأستاذ الدكتور سعيد الاعظمي ،لكل ما تعلمته على يديه من علم ومعرفة ساعد بكل صدق في إخراج هذا العمل إلى حيز الوجود سواء أكان ذلك بالتشجيع أم التوجيه ، فقد فتح لي قلبه وأعطاني الثمين من وقته وفيض خبرته وغزير علمه وسعة صدره وعاش معي البحث فكراً وتوجيهاً وإرشاداً ،فجزاه الله عني خير الجزاء .

كما لا يفوتني أن أتقدم بالشكر والعرفان للأساتذة الكرام أعضاء لجنة المناقشة على تفضلهم بقبول مناقشة هذه الأطروحة ، والشكر والعرفان أيضا لكل من أسهم في تقديم العون والمساعدة لإنجاز هذه الأطروحة من أعضاء هيئة تدريس في جامعة مؤتة وجامعة عمان العربية للدراسات العليا ، لما قدموه لي من توجيهات وآراء سديدة أضاءت لي الطريق من خلال مراحل هذا البحث ، سواء أكان ذلك من حيث تقديم المشورة والمعلومة الصادقة أو الإسهام في تحكيم أدوات الدراسة وبرنامجها .

كما وأتوجه بالشكر الخاص إلى الدكتور ماهر مبيضين أستاذ اللغة العربية المساعد في جامعة مؤتة لتفضله بقراءة الأطروحة وتدقيقها لغوياً وإملائياً ، والشكر والتقدير إلى جميع العاملين في مدرسة زيد بن حارثه الثانوية للبنين ومدرسة الكرك الثانوية للبنين، مديرين ومدرسين ومرشدين ، لما قدموه لي من مساعدة أسهمت في تسهيل مهمتي في تطبيق مقاييس الدراسة وتطبيق البرنامج الإرشادي .

وأخيراً....كلمة شكر وباقة حب ولمسة وفاء إلى زوجتي الغالية وأبنائي الأعزاء الذين بذلوا الكثير في صمت ، وكان عطاؤهم وتشجيعهم ودعاؤهم بمثابة الطاقة التي تتولد منها دوافع العمل .

وذلك فضل الله يؤتيه من يشاء والله ذو الفضل العظيم

المنارة للاستشارات

www.manaraa.com

الإهداء

أهدي هذا الأطروحة إلى

- روح والدي الطاهرة .
- والدتي الحنونة .
- زوجتي الغالية .
- فلذات كبدي (مؤنس ، معتز ،إيلاف ، سدين ، محمد).
- سندي وعضدي إخواني الأعزاء
- المحبين لتراب وطني وقيادته الهاشمية الحكيمة .

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

فهرس المحتويات

فهرس المحتويات .....و

الملخص باللغة العربية .....ي

ABSTRACT.....ل

الفصل الأول: مشكلة الدراسة وأهميتها..... 1

المقدمة :-..... 2
مشكلة الدراسة : 12
عناصر مشكلة الدراسة : 13
فرضيات الدراسة: 14
أهمية الدراسة : 15
مصطلحات الدراسة:- 17

الفصل الثاني: الإطار النظري والدراسات السابقة 21

الإطار النظري والدراسات السابقة..... 22
ثانياً: الدراسات السابقة: 71
تعليق على الدراسات السابقة: 90

الفصل الثالث: الطريقة والإجراءات 93

مجتمع الدراسة..... 94
عينة الدراسة:..... 94
أداوت الدراسة:..... 96
ثبات المقياس :-..... 100
أهمية البرنامج:-..... 107
تصميم الدراسة و متغيراتها:..... 118
إجراءات الدراسة :..... 119
المعالجة الإحصائية:..... 121

الفصل الرابع: نتائج الدراسة..... 122

الفصل الخامس: مناقشة النتائج والتوصيات..... 142

مناقشة النتائج 143
توصيات الدراسة..... 156

المراجع: 158

الملاحق 174

المنارة للاستشارات

www.manaraa.com

فهرس الجداول

الرقم	المحتوى	الصفحة
1	توزيع أفراد مجتمع الدراسة حسب الصفوف .	84
2	توزيع عينة الدراسة على الصفوف .	85
3	معامل الثبات لمقياس السلوك التمردي باستخدام إعادة الاختبار	89
4	معامل الثبات لمقياس الميل نحو ممارسة السلوك الإنتمائي باستخدام إعادة الاختبار .	92
5	جلسات البرنامج الإرشادي وموضوعاته ومحتواها .	101
6	نتائج تحليل التباين الأحادي لاختلاف تقدير المدرسين لسلوك التمرد باختلاف مستوى التقدير الدراسي .	111
7	نتائج اختبار (L.S.D) للمقارنات البعدية للاختلاف في تقدير المدرسين للسلوك التمردي باختلاف مستوى التقدير الدراسي	112
8	نتائج تحليل التباين الأحادي لاختلاف تقدير المدرسين لسلوك التمرد باختلاف مستوى الأب التعليمي	114
9	نتائج اختبار (L.S.D) للمقارنات البعدية للاختلاف في مظاهر السلوك التمردي الموجه نحو النظم المدرسية باختلاف مستوى الأب التعليمي	115
10	نتائج تحليل التباين الأحادي لاختلاف تقدير المدرسين لسلوك التمرد باختلاف حجم الأسرة	116
11	نتائج اختبار (L.S.D) للمقارنات البعدية للاختلاف في مظاهر السلوك التمردي الموجه نحو النظم المدرسية والدرجة الكلية باختلاف حجم الأسرة	117
12	نتائج تحليل التباين الثلاثي للاختلاف في درجة ممارسة السلوك التمردي للمراهقين تعزى إلى متغير التفاعل بين متغيرات (التقدير الدراسي، المستوى التعليمي للأب، حجم الأسرة).	119

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

13	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقدير المدرسين للسلوك التمردي للعينتين التجريبية والضابطة على القياسين القبلي والبعدي.	122
14	نتائج اختبار تحليل التباين المشترك للاختلاف بين المجموعتين التجريبية والضابطة	123
15	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد العينتين التجريبية والضابطة على مقياس ممارسة السلوكيات الإنتمائية	125
16	نتائج اختبار تحليل التباين المشترك للاختلاف بين المجموعتين التجريبية والضابطة.	126

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الملاحق

رقم الملحق	عنوان الملحق	الصفحة
1	برنامج إرشاد جمعي معرفي سلوكي	156
2	خطاب الباحث لتحكيم أدوات الدراسة (الصيغة الأولية) .	230
3	مقياس تقدير المدرسين لدرجة ممارسة المراهقين للسلوكيات التمردية (الصيغة النهائية)	236
4	مقياس الميول نحو ممارسة المراهقين للسلوكيات الانتمائية (بالصيغة النهائية)	240
5	قائمة بأسماء السادة المحكمين لمقاييس الدراسة .	243
6	خطاب الجامعة لوزارة التربية والتعليم لتسهيل مهمة الباحث .	244
7	خطاب معالي وزير التربية والتعليم لمدير تربية لواء قصبة الكرك	245
8	تعميم مدير تربية لواء قصبة الكرك على مدارس اللواء	246

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

أثر برنامج إرشادي جمعي في خفض السلوك التمردي وتنمية السلوك الإنتمائي لدى المراهقين في الأردن

إعداد : مصلح مسلم المجالي

المشرف : الأستاذ الدكتور سعيد الاعظمي

الملخص باللغة العربية

هدفت الدراسة الحالية في الجانب المسحي منها إلى التعرف على درجة الاختلاف في ممارسة السلوكات التمردية للمراهقين تبعاً لمتغيرات (المستوى التعليمي للأب ،التحصيل الدراسي ، وحجم الأسرة ، والتفاعل بينهما)وفي الجانب التجريبي إلى أثر برنامج إرشادي جمعي في خفض السلوك التمردي وتنمية السلوك الانتمائي لدى المراهقين في الأردن

تكون مجتمع الدراسة من جميع الطلبة المراهقين في مدارس لواء قصبة الكرك ، ضمن الفئة العمرية من 14- 16 سنه البالغ عددهم (1627) طالبا ، وتكونت عينة الدراسة المسحية من (130) طالباً يمثلون 8% من مجتمع الدراسة ،أما عينة الدراسة التجريبية فتكونت من (30) طالباً قسمت عشوائياً إلى مجموعتين تجريبية وعددها (15) طالباً، وضابطة وعددها(15) طالباً ،ولتحقيق أهداف الدراسة عمل الباحث على تصميم أداتين لهذه الدراسة هما (مقياس تقدير المدرسين لدرجة ممارسة المراهقين للسلوكيات التمردية) اشتمل على (50) فقرة ومقياس(ميول المراهقين نحو ممارسة السلوك الانتمائي)

المنارة للاستشارات

www.manaraa.com

اشتمل على (22) فقرة إضافة إلى البرنامج الإرشادي واشتمل على (20) جلسة إرشادية ، وبعد تطبيق البرنامج الإرشادي، وإجراء الاختبارات القبلية والبعدية على عينة الدراسة حيث أظهرت نتائج الدراسة ما يلي :-

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha = 0.05$) في درجة ممارسة المراهقين للسلوك التمردي تعزى لمتغير (التحصيل الدراسي) لصالح ذوي التقدير المرتفع .
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha = 0.05$) في درجة ممارسة المراهقين للسلوك التمردي تعزى لمتغير (المستوى التعليمي للأب) لصالح المستوى التعليمي العالي .
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha = 0.05$) في درجة ممارسة المراهقين للسلوك التمردي تعزى لمتغير (حجم الأسرة) لصالح الأسر صغيرة الحجم .
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha = 0.05$) في درجة ممارسة المراهقين للسلوك التمردي تعزى للتفاعل بين متغيرات الدراسة (التقدير الدراسي ، المستوى التعليمي للأب ، حجم الأسرة) .
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha = 0.05$) للبرنامج الإرشادي في خفض سلوك التمرد بين المجموعتين التجريبية و الضابطة، لصالح المجموعة التجريبية
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha = 0.05$) للبرنامج الإرشادي في تنمية ميول المراهقين المتمردين في العينتين التجريبية والضابطة نحو ممارسة السلوك الانتمائي، لصالح المجموعة التجريبية .

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

Abstract

The Effect of a Counseling Group Program in Reducing the Disobedience Behavior and Developing the Belonging Behavior among Adolescents in Jordan

Prepared by:
Mosleh M.Al-Majli

Supervised by Prof:
Saeed Al-Azumi

This study aimed at surveying and identifying the different points in the practising of the Adolescents and their disobedience behavior according to the changes of the educational level of the father ,the size number of the family and their interaction . Whereas in its practical side , it aimed at recognizing the effectiveness of the Counseling Group Program in reducing the Disobedience behavior and developing the belonging behavior among adolescents in Jordan. besides the measuring of its effect on developing their inclinations for practicing developmental behavior .

The Population of the study consisted of (1627) adolescents ranging between 14-16 years old in the schools of al- Karak District.

The sample of the survey study comprised (130) students representing 8% of the whole population .where as the study sample consisted of 30 students, divided randomly into two groups:control and experimental, each of 15 students. To achieve the objectives of this study, the researcher designed two instruments for the teachers' evaluation of the practising of the disobedience behavior of the adolescents. They consisted of 50 items. The other measure was the interests of the adolescents for practising the developmental behavior. It consisted of 22 items,

www.manaraa.com

م

in addition to the counseling program which coveed of 20 counseling instructive sessions . After the application of the counseling program and administering the pre-and the post-tests on the sample study, the results of the study revealed the following .

1- There were statistical significant differences at (a=0.05) in the adolescents, disobedience behavior due to the change of the study evaluation, in favor of higher achievement.

2- There were statistical significant differences at (a=0, 05) in the level of the practising of the rebellious behavior of the adolescents due to the change in the educational level of the father, in favor of the higher educational level.

3-There were statistical significant differences at (a=o.05) in the practising of the rebellious behavior of the Adolescents due the change of the family size , in favor of the small size family.

4-There were no- statistical significant differences (a=0.05) in the practising of the rebellious behavior of the adolescents due to the interaction among the changes of the study variablep: achievement. the educational level of the father,and the family size.

5- There were statistical significant differences at (a=o.05) in the counseling program in reducing the rebellious behavior between the experimental and the controll group in favor of the experimental group.

6- There were statistical significant differences at (a=0.05) in the counseling program in developing the interests of the disobedience adolescents in the two samples: the experimental and the controll groups for the practising of the belonging behavior in favor of the experimental group.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الفصل الأول

مشكلة الدراسة وأهميتها

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الفصل الأول
مشكلة الدراسة وأهميتها

المقدمة :-

تعد المراهقة من الوجهة الارتقائية مرحلة حيوية انتقالية بين الطفولة والرشـــد ، يكون فيها المراهق بحاجة لاكتســـاب الاتجاهات والقدرات ، والقيم ، والمهارات الاجتماعية ، التي تنقله بنجاح باتجاه الرشـد ، وهي أيضـا من أخطر المراحل التي يمر بها الإنسـان ضـمن أطواره المختلفة التي تتسم بالتجدد المستمر، والرقي في سلم الصعود نحو الكمال الإنساني الرشيد، ومكمن الخطر في هذه المرحلة التي تنتقل بالإنســان من الطفولة إلى الرشــد، هي التغيرات في مظاهر النمو المختلفة (الجسمية والفسيولوجية والعقلية والاجتماعية والانفعالية والدينية والخلقية)، لما يتعرض الإنسان فيها من صراعات متعددة، داخلية وخارجية . (Eccles ,2002) .

فعلى الرغم من أن الأصل في الطبيعة البشرية الخير والاتزان، فإن الإنسان لا يولد شريرا ولا عابثا ولا مســـتهترا، ولا يولد أنانيا جشـــعا متمردا عدوانيا، وإنما البيئة والظروف التي ينمو فيها الفرد ويترعرع هي التي تشكل سلوكه وتصرفاته ، وتحدد قيمه واتجاهاته تجاه نفسه وتجاه الآخرين(زيعور، 1993)،إلا أن الأفراد في هذه المرحلة يتصـفون بعنف انفعالاتهم وحســاســياتهم وتقلبهم المزاجي وغضـبهم وتمردهم ، نتيجة لتراكم التوترات الانفعالية ، وبالتالي حدة سلوكياتهم ، سواءً في تعاملهم مع بعضـهم بعضـا ، أو في تعاملهم مع الآخرين ، وخاصـة من يمثلون مراكز السـلطة بالنسبة لهم ، ولقد تفاعلـــت متغيرات عديدة اقتصـــادية واجتماعية ظهرت على الساحة العالمية والمحلية في إحداث ظروف ذات تأثير كبير في الشـــباب، وخاصـــة ممن هم في مرحلة المراهقة، فهناك الثورة التكنولوجية العالمية

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

، وخاصـــة في مجال تكنولوجيا المعلومات والاتصـــالات، وما أدت إليه من انفتاح غير محدود على الثقافات الأخرى ،مع محاولات الغزو الثقافي المخطط من جانب بعض الدول في استغلال ضعف انتماء الشباب ، لإبعادهم عن دينهم وعاداتهم وتقاليدهم وقيمهم، وتوفير كل ما من شأنه التأثير في سلوكياتهم،وبالتالي انحرافهم عن السلوك السوي الصحيح الذي يتناسب مع قيمنا الاجتماعية والدينية،مما يجعلهم لا يحترمونها ولا يلتزمون بها،وهناك أيضـا الزيادة السـكانية وأثرها الكبير في تحقيق التوازن بين النمو الاجتماعي والاقتصادي .(العيسوي، 1990) إضافة إلى جهل بعض الآباء و المربين بمشاعر الأبناء وعدم تقدير أحاسيسهم ، مما يؤدي في النهاية إلى إصابتهم بالإمراض النفسـية وظهور أنماط سـلوكية لديهم غير مقبولة داخل المدرسـة وخارجها ،وما لهذه السـلوكيات من تأثير كبير في ممارسـتهم للسـلوكيات الإنتمائية ، سـواءً تلك المتعلقة بالانتماء للمجتمع أو الأسرة أو الزملاء أو المدرسة ونظمها . (Ingersoll ,1998).

ولقد تباينت التفسـيرات التي تقدمها النظريات والاتجاهات التي تنحوها البحوث فيما يتعلق بنمو الشـخصـية خلال فترة المراهقة ، فالنظريات المبكرة للمراهقة تنظر إلى هذه المرحلة على أنها مرحلة أزمات ومشكلات بطبيعتها ، وأول من تقدم بهذه النظرية هو هول (Hall,1904) حيث قدم مجلدين كبيرين عن المراهقة عام (1904) واسـتمر تأثيرهما في علماء النفس حتى فترة زمنية قريبه ، فراحوا يعتبرون المراهقة على أنها فترات الاضطرابات الشديدة (period of Turmoil) , وبعد عشرين عاماً من نشر هول لكتابيه أكد فرويد (Freud) أن المراهقة فترة "عواصف وضغوط" كما وافقته ابنته أنا فرويد (Anna,freud) إلى حد أن تقرر أن الإخلال بحالة التوازن أثناء المراهقة هو في حد ذاته حالة مرضية .

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

أما ايرك ايركســـون (Erikson,1968) فيذهب إلى أن المراهقين يمرون في أزمة من نوع خاص هي أزمة الهوية (Identity Crisis).(الدرمكي، والعتر، ونصار، 2004)

ورغم الاختلاف حول ما يمكن أن يصـاحب هذه المرحلة من مشـكلات فإن العلماء يتفقون على ما يصاحبها من تغيرات ، تجعل هذه المرحلة ليست مرحلة استقرار ، وعلينا أن لا ننظر إليها على أنها مرحلة واحدة ، فلكل مرحلة منها خصائصها ومشكلاتها ، فمرحلة المراهقة المبكرة (10-14 سنه) تختلف عن مرحلة المراهقة المتوسطة (15-18) من جوانب متعددة ، فالمراهقة المبكرة أميل لأن تكون المرحلة التي يعاني منها الفرد من صـــعوبات أكثر ، لأن عليه أن يتعامل مع أكثر التغيرات إثارة ، خـاصـــــة تلك المرتبطـة بـالتغيرات البيولوجيـة المرتبطـة بـالبلوغ ، إلى التغيرات الاجتماعية المرتبطة بالمعايير والقيم التي تربط المراهق بثقافته ،وغيرها من التغيرات التي تؤثر في سـير حياته وما يرتبط بها من مشـكلات سـلوكية، سـواء المرتبطة منها بالأسـرة أو المدرسـة أو التأثيرات السلبية للأقران. (Eccles ,2002)

ويكتســب هذه الموضــوع أهمية من إن مرحلة المراهقة والاهتمام بها من أهم المعايير التي يقاس بها تقدم المجتمع وتطوره، خاصــة وأن الإحصــائيات الســكانية لعام(2004) ، في الأردن تشـير إلى ارتفاع نسـبة المراهقين في الأردن في المدى العمري من(10 -19) سـنه ويمثلون ما نسبة (23%)من جملة عدد السكان في الأردن (إحصائيات وزارة التخطيط، ، 2004) لذا لا بد من توجيه الاهتمام لهذه الشريحة الكبيرة من المجتمع التي ستنخرط في سوق العمل مستقبلاً، ويعول عليها كثيراً في عمليات التنمية بجوانبها المختلفة،وبالذات عمليات الحراك الاجتماعي والاقتصادي والثقافي .وذلك لدراسة وتحليل ما يواجههم من مشكلات وصعوبات

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

، وتقديم الخدمات الإرشـــادية لهم علاجية كانت أم وقائية لمســـاعدة المراهقين على التوافق الطبيعي، ومســـاعدتهم على اجتياز هذه المرحلة الهامة بنجاح ، على غرار ما يتم بالغرب من اهتمام برعاية المراهقين، وإنشاء مراكز ومؤسسات خاصة، وتخصيص ميزانيات ضخمة لدراسة هذه المرحلة . (Steinberg , 2001)

وحيث إن هذه المرحلة وكما ذكر سابقا تتصف بعنف الانفعالات وممارسة سلوكيات خارجة عن نطاق النظام الأسـري والمدرسـي والمجتمعي ، وارتفاع في مسـتوى المشـكلات السـلوكية لديهم خاصـة ما يتصـف منها بالعنف والتمرد والعدوان ،ونظراً لزيادة عدد الدراسـات التي تناولت العنف والعدوان خاصـة في المجتمع المدرسي ،وندرة الدراسات التي تناولت سلوك التمرد (كسمة مستقلة) على مراكز السلطة والنظم والتعليمات المدرسية، خاصـة على المستوى المحلي ، فان الباحث قد ارتأى القيام بدراسة هذه المشكلة السلوكية التي زاد انتشارها في صفوف أبنائنا المراهقين، للتعرف عليها وبعض المتغيرات المؤثرة فيها من الناحية المســـحية ، إضـــافة إلى التركيز على الجانب التجريبي من خلال بناء برنامج إرشـــادي ســـلوكي معرفي قائم على عدد من الاســـتراتيجيات الإرشادية المختلفة للحد والتخفيف منها، ويأتي سلوك التمرد ضمن قائمة السلوكيات غير المقبولة من المراهقين خاصـة الموجه منها نحو الأسرة والمدرسة والمجتمع، كونه نمطاً سلوكياً مبالغاً فيه وخارجاً عن حد المألوف أو حد السـواء، وتبدو أعراضـه على شـكل سـلوك مشـكل يؤدي إلى اضطراب علاقة الفرد بالآخرين

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وبالتالي إلى عدم القدرة على إقامة علاقات إنسانية مقبولة مع الغير، والميل إلى السلوكيات التي تعبر عن عدم الإنتماء إلى الأسرة والمدرسة والمجتمع، وتوجيه سلوكياتهم غير المقبولة هذه نحو الوالدين والإخوة والزملاء والمدرسين، والإدارة المدرسية والنظم المدرسية، والأدوات والأبنية المدرسية والمرافق العامة في المجتمع، وعدم رغبتهم بممارسة السلوكيات التي تعبر عن انتمائهم للأسرة والمدرسة والمجتمع، مما يعد من مظاهر سوء التوافق.(الجنادي، 1988).

ويرى فلتون (Felton, 1978) أن التمرد شعور بالرفض لكل ما يحيط بالفرد، وما يترتب على ذلك الشعور من سلوك يتصف بالعداء والكراهية والازدراء لكل ما اصطلح عليه المجتمع من قيم وعادات ونظم، وما استقر عليه المجتمع وألفه من عادات وتقاليد، ويرى كل من ويجنز وساسكر (Wiggins & Sacker ,2002) أن ظهورسلوك التمرد لدى المراهقين يعود إلى الحرمان الأسري المتمثل بفقدان أحد الوالدين أوكليهما، والتغيرات الانفعالية التي تدفع المراهق إلى العناد ورفض التبعية للوالدين أو الرغبة في الاستقلال. والعوامل البيولوجية التي تتمثل في التغيرات الجسمية والتي تظهر بشكل واضح في زيادة الطول والوزن، وظهور بعض العيوب التي تقلق المراهق كحب الشباب، وعدم تناسق جسمه مما يجعله محط سخرية زملائه ورفاقه، وهذا الأمر يدفعه إلى الثورة لدفع سخريتهم واستهزائهم، ويفسر ريترر (Rutter, 1981) السلوك المنحرف المتمرد الذي يظهر لدى المراهق بأنه اضطراب في وظائف الأنا، أي أن الأنا لا تقوم بوظيفتها الطبيعية، والتي تتمثل في خلق التكيف الصحيح عند الإنسان.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ومما يزيد من حدة سلوك التمرد لدى المراهق، تعرضه للعنف والضرب، أو مشاهدته لممارسة سلوك العنف بين الوالدين أو الإخوة فقد أظهرت دراسة ستراوس وموري (Straus and, Murry,1991)، إن الأطفال الذين تعرضوا للعنف من قبل الوالدين وشاهدوا ممارسة العنف بين الوالدين كانوا أكثر ميلاً للعنف من غيرهم من الأطفال، كما أن ظاهرة التمرد والعنف أكثر ما تكون لدى الشباب خاصة المراهقين، وتوجه في الغالب نحو مراكز السلطة بالنسبة لهم ، سواء في البيت أو المدرسة أو الأندية والجامعات، ويميل المراهق لممارسة هذا السلوك محاولة منه لإثبات ذاته، وخاصة عند تعرضه للنقد والإهانة والتجريح فهو يصاب بما يسمى (بحمى الاندفاع والتسرع)، لذلك فهو لا يراعي الضوابط الاجتماعية الأخلاقية في سلوكه. (العيسوي، 1990).

ويعد تمرد المراهق على أسرته عائداً إلى رغبته في التحرر من قيود السلطة الوالدية أو ما يعرف باسم (الفطام النفسي)، وهو تعبير طبيعي عن شعور المراهق بالقوة والسيطرة والرغبة في التصرف والحركة بحرية حيال المواقف التي تواجهه، دون أوامر أو توجيه من أي مصدر خارجي، ولا يتوقف غضب المراهق وتمرده على الأسرة فقط، بل يمتد إلى كل مصدر سلطة يشعر المراهق أنه يهدد حريته، كسلطة المدرسة وسلطة المجتمع وغيره، مما يؤثر ذلك في مستوى شعوره بالإنتماء ، سواء أكان ذلك الانتماء نحو الأسرة أم المدرسة أم المجتمع على اعتبار أنها مراكز سلطوية تحد من حريته واستقلاليته. (Sung, 1994).

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وأكدت بعض الدراسات والأبحاث بأن الأطفال الذين تظهر لديهم سلوكيات انفعالية تميل إلى الشراسة والتمرد في كثير من الأحيان، عائدة إلى طبيعة الجو الأسري، سواء ما يتعلق فيه بالأب أو الأم، فالأم التي تتسم بالقلق الشديد وعدم الرضى عن نمط الحياة الذي تعيشه، والخلاف المستمر مع الزوج في أسلوب تربية الأبناء، وعدم المبالاة، لوحظ أن أبناءهم يميلون إلى التمرد والغضب السريع بشكل واضح، فأسلوب الوالدين في التعامل مع أبنائهم يؤثر في تكيف الأبناء وسلوكهم في المستقبل، فالأسرة التي تميل إلى ممارسة القوى والعنف في التعامل مع أبنائهم دون أن تراعي المرحلة العمرية التي يمرون بها ومطالبها النفسية والانفعالية، فإنها تدفع أبناءها للجوء إلى محيط آخر يجدون فيه الحب والألفة، وفي الغالب يكون هذا المحيط هو الأقران الذين يمارسون في دور مؤثر في تفكير هؤلاء الأبناء ، وبالتالي في سلوكهم فيميلون إلى العنف والتمرد والتخريب والإساءة لكل من يمثل مصدراً للسلطة أو إعطاء الأوامر، ويتمثل هذا في سلوكهم مع الزملاء والمعلمين والمدرسة (توفيق، 1997).

كما أشار فيرجيسون وديموند (Fregusson&Diamond,2000) إلى أن وجود الأب له أهمية كبيرة في حياة المراهق، لأنه يشكل بالنسبة له مصدر القوة والتوجيه والإرشاد، لذا فإن فقدان الأب المبكر أو انفصاله عن الأسرة يدفع بالأم في كثير من الأحيان إلى الإهتمام بالإبن الذكر وخاصة الأكبر، وذلك لأنها تجد فيه البديل لوجود الأب وبالتالي فإن الأم تمنحه جل اهتمامها ورعايتها على حساب بقية الأبناء، مما يولد في أنفسهم الغيرة والحقد تجاه هذا الأخ، وقد يتحول هذا الحقد إلى ممارسة فعلية من الإيذاء والثورة والتمرد ،

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

حيث اتضح أن الأبناء الذين كانوا يمارسون سلوكيات غير اجتماعية، ويميلون إلى العنف والتمرد في تعاملهم مع الآخرين قد قلت هذه السلوكيات بعد أن عادوا للعيش بين والديهم الذين كانوا منفصلين بالسابق، مما يدل على أهمية الأمن والاستقرار النفسي في حياة المراهق، فالأم في نظره مصدر الحنان واالدفء والحب، أما الأب فهو مصدر للتوجيه والإرشاد والمراقبة.

ويضيف علي،(1993) أن الظروف الاجتماعية والاقتصادية لها دورُ كبيرُ في ظهور سلوك التمرد لدى المراهقين، فكثير من الأسر تدفع أبناءها إلى مراكز رعاية الأحداث لعجزها عن الأنفاق عليهم، أو لانفصال الزوجين الذي يؤدي إلى حرمان الأبناء من الجو الأسري الدافىء والحب والحنان والرعاية، ويولد لديهم النقمة على كل من يحيط بهم ، سواء على المجتمع أو الأم أو الأب إضافة إلى اختلاطهم بأحداث آخرين غير أسويا في سلوكهم ، مما يشجعهم على التمرد والثورة،

ويرى كفافي، (1997) أن الشخصية المتمردة ذات سمات واضحة تتمثل بالثورة ضد الأسرة والمدرسة والسلطة عموما، والانحرافات الجنسية، والعدوان على الإخوة، والعناد بقصد الانتقام وخاصة من الوالدين، وتحطيم أدوات المنزل، والإسراف الشديد في الإنفاق والتعلق الزائد بروايات المغامرات، والشعور بعدم التقدير والتأخر الدراسي، أما العوامل المؤثرة فيه فتتمثل في التربية الضاغطة والمتزمتة، وتسلط وقوة القائمين على تربية المراهق، وتركيز الإدارة على النواحي الدراسية وضعف المستوى الاقتصادي والاجتماعي، والتعليمي للوالدين، والعاهات الجسمية، وتأخر النمو الجنسي وضعفه وعدم إشباع الحاجات والميول.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

إن سـلوك الإنسـان وردود الأفعال التي يقوم بها تجاه المواقف المختلفة التي تواجهه في حياته، تعتمد على طبيعة المواقف ومدى تهديدها لحريته، ووجوده ككيان فردي مسـتقل وسـلوك التمرد الذي يظهر لدى المراهقين هو سـلوك دفاعي في معظم الأحيان، حيث يحاول المراهق من خلاله إبعاد مصدر التهديد الذي يشكل خطراً بالنسبة له على حريته ووجوده ، وإيجاد مكانة له في عالم الكبار، (Hellman&Mcillin, 1997).

كما يشـير فيرجيسـون وديموند (Fregusson&Diamond,2000) إلى أن الحواجز والعوائق التي تقف أمام تحقيق المراهق لطموحاته ورغباته تعمل على خلق ردة فعل وسـلوكيات قد تميل إلى النفور والتمرد تجاه هذه الحواجز، وفي أغلب الأحيان تتمثل هذه الحواجز في سـلطة الوالدين وأساليبهم التي تحد من سلطة المراهق و مستوى الحرمان الذي يعاني منه، مصدر السلطة المدرسـية المتمثلة في سـلطة المعلم، وتجاهله للطالب ولرغباته، وعدم تلبية المناهج المدرسـية لطموحاته، إذ إنها تميل في الغالب إلى السـرد والتلقين دون أن تحاول امتصـاص طاقة المراهق الزائدة في الأنشطة والمهارات التي تعود بالنفع والفائدة عليه وعلى مجتمعه.

لذا فإن علينا كباحثين أن ندرك أن المراهقين يعانون الكثير من المشـكلات السـلوكية ، ويعد السلوك التمردي واحدا من أهم هذه الاضطرابات ، كنتيجة لأفكارهم المتعارضة أو المتضاربة ، أو ما يسـمى بالتنافر المعرفي، الذي هو عبارة عن اعتناق فكرتين متنافرتين عن شـيء واحد، بحيث تكون كل فكرة تؤدي إلى تصـرفات غير متناسـبة وغير متوافقة مع ما تولده الفكرة الأخرى، وأنه بذلك يمكن التقليل من الآثار الناجمة عن هذا التناقض والتنافر عن طريق تدعيم إحدى الفكرتين تدعيما إيجابياً، بحيث يزداد وزنها عن الفكرة الأولى إضـافة إلى ما تشـكله الأسـرة من مصدر ضغط نفسي للمراهق ،

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وذلك من خلال طبيعة الأســـاليب التي يلجأ إليها الوالدان قي تنشـــئة أبنائهم، فكثيرًا من الأســر تلجأ إلى أســلوب العقاب البدني، وبعضــها الآخر يمارس أســلوب النبذ والإهمال وتجاهل الأبناء ومشاكلهم ، مما يسبب في كثير من الأحيان حالات من التوتر والضيق لدى الأبناء والفشل في تعلم القيم والمعايير الاجتماعية المقبولة، مما ينعكس ذلك على درجة انتمائهم لأسرهم ومدارسهم ومجتمعهم، وظهور مجموعة من الســلوكيات غير المقبولة، أهمها الســلوك التمردي على مراكز السلطة بالنسبة لهم(جابر،1998)

لذلك من خلال ما سـبق فإنه يمكن القول أن السـلوك التمردي يعد واحداً من المشـكلات الشـائعة لدى المراهقين وأكثرها تعقيداً، وذلك كونه يتميز بشـمولية التأثير في كل من المراهق نفسـه والآباء والمعلمين والمجتمع، من أجل ذلك فإن على القائمين على العملية التربوية بذل كل الجهود لمعالجة هذه المشـكلات التي تواجه المراهقين، للوصـول إلى أقصـى نمو ممكن في جميع الجوانب الجســمية والعقلية والانفعالية والاجتماعية، ولتحقيق ذلك يتم اســتخدام جميع الوســائل والأســاليب التربوية المتاحة، ويعد البرنامج الإرشــادي بكل ما يتضــمنه من إجراءات ذا أهمية كبيرة في تحقيق أفضـل الفرص لتكيف المراهقين، ويسـهم بدرجة عالية في مسـاعدتهم على التغلب على مشـكلاتهم، ســواء داخل المدرســة أو خارجها، انطلاقا من أهمية البرامج الإرشــادية في معالجة المشــكلات السلوكية للمراهقين.

ومن هنا تأتي أهمية دراســة مثل هذا الســلوك للتعرف على أســبابه ومظاهره ، وآثاره على أبرز السمات الشخصية للمراهقين، وخاصـة فيما يتعلق بالسلوك الإنتمائي المتمثل في الانتماء إلى الأســـرة والانتماء إلى جماعة الرفاق والانتماء للمدرســـة والانتماء للمجتمع، وأهمية وأثر البرامج الإرشادية المتخصصة في خفض هذا السلوك ،

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وأثره في تنمية وتعزيز السلوكات الانتمائية، حيث لوحظ على شخصية المراهق المتمرد مظاهر عدم الشعور بالانتماء للأسرة ، وعدم القدرة على إقامة علاقات ناجحة مع الزملاء والتمرد على السلطة والنظم المدرسية، والميل إلى الانحراف على قواعد ونظم المجتمع السائدة، والميل للزملاء الذين لا يراعون الضوابط الاجتماعية في سلوكهم. ، (Shingo, 1983).

مشكلة الدراسة :

أشارت معظم الدراسات التي اهتمت بمرحلة المراهقة إلى أن الفرد في هذه المرحلة يتصف بعنف انفعالاته واندفاعه وتقلبه المزاجي وسرعة غضبه وتمرده على كل ما يشكل له مصدر تهديد لحريته واستقلاله ، مما يؤثر على سلوكه وتوافقه النفسي ، وبالتالي التأثير على علاقاته الاجتماعية مع الآخرين ، سواء أكان ذلك على علاقة بأسرته أم معلميه وزملائه ، وانعكاس ذلك على درجة ممارسة هذه الفئة لسلوكيات تعبر عن الانتماء للأسرة والمدرسة ، وبالتالي على المجتمع بشكل عام ، .وقد تفاعلت متغيرات كثيرة ، اقتصادية واجتماعية ظهرت على الساحة العالمية والمحلية ، في إحداث ظروف ذات تأثير كبير على الشباب وخاصة ممن هم في مرحلة المراهقة .

فالمتابع لما يجري في مدارسنا وجامعاتنا ، وما يكتب بالصحف ويبث في وسائل الإعلام المختلفة ، من انتشار لسلوكيات العنف والعدوان والتمرد على الأنظمة والتعليمات من قبل طلاب المدارس داخل الصفوف وخارجها ، يدرك أهمية دراسة مثل هذه المشكلات ، نظراً لخطورتها على الفرد نفسه وامتداد تأثيرها على الآخرين في المدرسة ، والبيئة المحلية ،

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

لذا فأن إهمال تناول هذه المشكلات بالدراسة والبحث يجعلها تزداد انتشاراً وتسبب هدراً للطاقات البشرية ، وبالتالي زيادة في الخسائر البشرية ، والمادية ، والمعنوية المترتبة عليها . لذا فأن مشكلة الدراسة قد انبثقت من هذه المعطيات ،لتتناول أثر برنامج إرشادي جمعي في خفض السلوك التمردي وتنمية السلوك الانتمائي لدى المراهقين في الأردن

عناصر مشكلة الدراسة :

أسئلة الدراسة وأهدافها:-

تهدف الدراسة إلى الإجابة عن الأسئلة التالية :

1. هل تختلف درجة ممارسة السلوك التمردي للمراهقين تبعاً لمتغير التقدير الدراسي؟
2. هل تختلف درجة ممارسة السلوك التمردي للمراهقين تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للأب؟
3. هل تختلف درجة ممارسة السلوك التمردي للمراهقين تبعاً لمتغير حجم الأسرة؟
4. هل تختلف درجة ممارسة السلوك التمردي للمراهقين تبعاً للتفاعل بين متغيرات الدراسة (التقدير الدراسي، المستوى التعليمي للأب، حجم الأسرة)؟
5. ما فاعلية تطبيق برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض درجة ممارسة السلوك التمردي للمراهقين؟
6. هل هناك أثر للبرنامج الإرشادي في تنمية ميول المراهقين المتمردين نحو ممارسة السلوكات الأنتمائية؟

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

فرضيات الدراسة:

1. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) في درجة ممارسة السلوك التمردي للمراهقين تعزى لمتغير (التقدير الدراسي) لدى أفراد العينة الكلية.
2. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) في درجة ممارسة السلوك التمردي للمراهقين تعزى لمتغير (المستوى التعليمي للأب) لدى أفراد العينة الكلية.
3. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) في درجة ممارسة السلوك التمردي للمراهقين تعزى لمتغير (حجم الأسرة) لدى أفراد العينة الكلية.
4. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) في درجة ممارسة السلوك التمردي للمراهقين تعزى للتفاعل بين متغيرات الدراسة (التقدير الدراسي، المستوى التعليمي للأب، حجم الأسرة) لدى أفراد العينة الكلية؟
5. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) في درجة ممارسة السلوك التمردي بين المجموعة التجريبية والضابطة في القياسين القبلي والبعدي .
6. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) في درجة ميول المراهقين المتمردين نحو ممارسة السلوكيات الأنتمائية بين العينتين التجريبية والضابطة في التطبيقين القبلي والبعدي (على مقياس السلوك الإنتمائي).

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

أهمية الدراسة :

حظيت مشكلات المراهقين وخاصة تلك التي تميل إلى العدوانية والعنف والضغوط النفسية التي تواجههم اهتماما كبيراً من قبل الباحثين والدارسين، وذلك لما لها من أثر كبير في توافق المراهق وتكيفه ، إلا أن الدراسات عن بداية السلوك العدواني وهو سلوك التمرد وخاصة في المجال المدرسي، قد ندرت على المستوى المحلي والعربي لذا تأتي أهمية هذه الدراسة في كونها ستكون محاولة للتعرف على ظاهرة زاد انتشارها في صفوف المراهقين ألا وهي ظاهرة تمرد المراهقين على النظم المدرسية والمعلمين والسلطة الأبوية والرفاق وغيرهم. فالمتابع فيما يجري في مدارسنا من أحداث، وما يكتب في الصحف حول هذه الظاهرة ربما يشعر بأهمية قيام الباحثين والدارسين بالاهتمام بهذه الظاهرة ، ودراستها ووضع البرامج الإرشادية المنظمة للتصدي لها ، والتخفيف منها، إضافة إلى أن هذه الظاهرة سيكون لها انعكاسات سلبية على ممارسة السلوك الإنتمائي المتعلق بالانتماء إلى الأسرة والمدرسة والمجتمع ، والمحافظة على مكتسبات ومقدرات الوطن.

لذلك انبثقت أهمية الدراسة الحالية من خلال الأمور التالية:

1. أهمية وخطورة وصعوبة المرحلة العمرية التي تناولتها الدراسة، والتي تتمثل في مرحلة المراهقة، حيث أشارت معظم الدراسات إلى أن الأفراد في هذه المرحلة يتصفون بعنف انفعالاتهم واندفاعاتهم وحساسيتهم وتقلبهم المزاجي، وغضبهم وتمردهم نتيجة لتراكم التوترات الانفعالية وانعكاسها على سلوكهم وأساليب حياتهم الخاصة، أو في معاملاتهم مع بعضهم بعضا ، أو مع أفراد أسرتهم أو مدرسيهم أو مراكز السلطة في مجتمعهم.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

2. أهمية السلوك المستهدف في هذه الدراسة وهو السلوك التمردي والذي ندرت فيه الدراسات في الأردن والذي يعد بداية أو مؤشـراً للجنوح، فمن المهم دراسـته للتخفيف والحد منه في صفوف المراهقين، لكي نستطيع أن نحمي المجتمع من انعكاساته السلبية وتفشي الأمراض الاجتماعية والسلوكيات العدوانية.
3. أهمية الدراسـة على المسـتوى المجتمعي من خلال تعزيز وتنمية السـلوكيات الانتمائية المختلفة لفئة الشـباب من المراهقين ،خاصـة تلك المتعلقة بالانتماء إلى الأسـرة والمدرسـة والمجتمع ، وما لهذه السلوكيات من أثر واضح في تماسك وقوة المجتمع. والتصدي إلى ما يواجهه المجتمع من تحديات في ظل التغيرات السريعة في المجالات السياسية والاقتصادية والاجتماعية والبيئية.
4. تأتي أهمية الدراسـة من أن السـلوك الإنسـاني يمكن تعديله والتحكم به بما ينفع الفرد والجماعة والمجتمع من خلال التدريب والتعريف بما هو صـحيح للتعامل مع المواقف المختلفة لمواجهة التغيير بخطوات ايجابية.
5. تحاول الدراسـة الوصـول إلى برنامج إرشـادي يكون جهداً مسـاهماً لخدمة هذه الفئة من الطلبة الذين هم في حاجة ماسـة للمسـاعدة الإرشـادية، وما ينتج عن ذلك في تحسـين الظواهر السلوكية المختلفة، وبالتالي تحسين في مستوى الإنجاز الأكاديمي بصورة أفضل لهذه الفئة الكبيرة من المجتمع، وانعكاس ذلك على التقدم والرقي في جميع المجالات السياسية والاقتصادية والاجتماعية، والقدرة على مواكبة العصر والتكنولوجيا الحديثة

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

6. ستكون هذه الدراسة بمثابة نواة إلى دراسات أخرى للبحث في المشكلات والاضطرابات السلوكية التي تواجه المراهقين ، وضرورة تحول البحوث والدراسات من مجرد وصف الظاهرة والتعرف على أسبابها إلى محاولة التدخل في الظاهرة ومعالجتها.
7. تنبع أهمية الدراسة من أنها ستكون من الدراسات النادرة في الأردن التي تنتهج المنهج الوقائي في الإرشاد ،من حيث إن السلوك التمردي بأشكاله المختلفة يعد بداية للجنوح والانحراف والعدوانية، وأن مواجهة المشكلة والتصدي لها قبل وقوعها يحقق الهدف الوقائي للإرشاد.
8. سيكون للدراسة أهمية بالغة في المجال الأسري من خلال كونها مرجعاً لتعريف الوالدين بالأسباب والأشكال المختلفة للسلوك التمردي من قبل أبنائهم المراهقين ، ومحاولة تعريفهم بالأساليب العلمية الناجعة للتعامل مع أبنائهم المراهقين في هذه المرحلة الدقيقة ، من العمر وبالتالي المساعدة على خلق أجواء من العلاقات الصحيحة والسليمة بينهم، بما يكفل عدم انحرافهم سلوكيا وعدم تأثر قدراتهم التحصيلية.

مصطلحات الدراسة:-

السلوك: يعرفه بدوي (1993): - هو كل ما يصدر عن الكائن الحي من قول أو فعل، أي هو الاستجابة لمنبهات أو مثيرات في البيئة الواقعية أو النفسية.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ويعرفه الأشول (1995):- بأنه فعل يستجيب به الكائن الحي برمته لموقف ما، استجابة واضحة للعيان وتكون عضلية أو عقلية أو كلتيهما.

السلوك التمردي نظريا: هو الشعور بالرفض لكل ما يحيط بالفرد، وما يترتب على ذلك الشعور من سلوك يتصف بالعدوان والكراهية والازدراء لكل ما اصطلح عليه المجتمع من قيم وعادات ونظم أو هو السلوك الرافض لكل ما استقر عليه المجتمع وألفه من عادات وتقاليد ونظم(إسماعيل، 1989).

السلوك التمردي إجرائياً: هو الدرجة الذي يحصل عليها المراهق على مقياس السلوك التمردي للمراهقين (من إعداد الباحث).

المراهقة نظرياً: هي مرحلة انتقالية من الطفولة إلى الشباب يتعرض فيها المراهق إلى تغيرات جسمية وعضوية وذهنية وانفعالية تمتد من 12-21 سنة (حبيب، 1995).

كما يعرفها ستينبرغ (Steinberg, 2001): بأنها المرحلة التي يكسر بها المراهق شرنقة الطفولة ليخرج إلى العالم الخارجي، ويبدأ في التفاعل معه والاندماج فيه، وأنها تتمثل في تغير كل نواحي الحياة الجسمية والاجتماعية والنفسية والانفعالية للطفل ،أي أنها مليئة بالخبرات والمسؤوليات والعلاقات مع الراشدين والأقران.

المراهقة إجرائياً: هي مرحلة من مراحل العمر المختلفة ذات طبيعة بيولوجية واجتماعية تبدأ بالبلوغ الجنسي وتنتهي بالنضوج والاستقلالية في الرشد، وتمتاز بعدد من التغيرات النفسية والجسمية والانفعالية ،

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وظهور عدد من النزعات الاستقلالية وممارسة مجموعة من السلوكيات تميل إلى الثورة والتمرد والعدوانية.

البرنامج الإرشادي نظرياً: هو عبارة عن مخطط منظم مبني على أسس علمية، يتكون من مجموعة من الخدمات الإرشادية المباشرة، وغير المباشرة، لتحقيق التوافق النفسي والاجتماعي والمهني للأفراد (الزراد، 1998).

البرنامج الإرشادي إجرائياً: هو عبارة عن برنامج تدريبي تعليمي ارشادي ، يتكون من (20) جلسة ارشادية تتضمن مجموعة من الإجراءات والأساليب السيكولوجية والمهارات المعرفية مدة كل منها ستون دقيقة ، طبق ضمن ضوابط واستراتيجيات معينة وأدوات خاصة وزمن معين من أجل هدف محدد.

السلوك الانتمائي نظرياً: يعرفه يحيى، (1998): إنه يعني رغبة الفرد في التواجد مع شخص آخر أو جماعة أو عقيدة أو زمان أو مكان، والانتماء رغبة إنسانية إذا لم تتم وتتطور لدى الفرد ينمو بدلاً منها شعور بالاغتراب، وحتى تنمو رغبة الانتماء لا بد من وجود تنمية شاملة في المجتمع ،لإمكانية الوفاء باحتياجات الفرد المادية والأمنية والنفسية.

السلوك الإنتمائي إجرائياً: هو الدرجة الذي يحصل عليها المراهق على مقياس الميول نحو ممارسة السلوك الإنتمائي (من إعداد الباحث).

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

محددات الدراسة:

تتحد هذه الدراسة بشرياً بالعينة التي أجريت عليها الدراسة وتضم المراهقين الذكور من طلبة الصفين التاسع والعاشر، والذين تتراوح أعمارهم بين 14-16 سنة، ومكانياً في لواء قصبة الكرك في محافظة الكرك ،ومنهجياً بالمنهج المتبع في الدراسة وهو المنهج الوصفي التجريبي ، وبالعام الدراسي 2006 /2007 ، وإجرائيا بالخطوات التي سيتبعها الباحث والمقاييس المستخدمة في الدراسة والمتمثلة في:

1. الأداة المستخدمة في التعرف على درجة ممارسة السلوك التمردي للمراهقين والمتغيرات التي اشتملت عليها .
2. الأداة التي سيتم استخدامها في التعرف على درجة الميول نحو ممارسة السلوك ألانتمائي لدى المراهقين المتمردين لقياس أثر البرنامج الإرشادي .
3. محتوى البرنامج الإرشادي وما يتضمنه من مهارات .

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات السابقة

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات السابقة

يتناول هذا الفصل عرضاً لآراء ووجهات النظر العلمية ،حول المصطلحات والمتغيرات التي تناولتها الدراسة الحالية كما تناولها العلماء والباحثون في ميدان العلوم الاجتماعية والنفسية، وعرضاً لأهم الدراسات السابقة المشابهة لمشكلة الدراسة .

أولاً: الإطار النظري

1. . المراهقة:-

المراهقة مصطلح وصفي للفترة من العمر التي يكون فيها الفرد غير ناضج انفعاليا وتكون خبراته في الحياة محدودة وكلمة مراهقة (Adolescence) مشتقة من الفعل اللاتيني (Adolescere)، وتعني الاقتراب من النضج وهي الفترة التي تقع ما بين نهاية مرحلة الطفولة المتأخرة وبداية مرحلة الرشد، لذلك فالمراهق لا يعد طفلاً ولا يكون راشدا ، وإنما يقع في مجال القوى والمؤثرات والتوقعات المتداخلة ما بين مرحلة الطفولة والرشد. بهادر، (1990).

ويعرفها هول (Holl, 1956) الوارد في بهادر، (1990):- بأنها "الفترة من العمر التي تتميز فيها التصرفات السلوكية بالعواصف، والانفعالات الحادة والتوترات العنيفة".

الخصائص والمواصفات العامة لمرحلة المراهقة:

تتصف مرحلة المراهقة بعدد من الخصائص والمواصفات التي تميزها عن غيرها من سنوات الطفولة، وعن المرحلة التي تسبقها وعن المراحل التي تليها،

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وهي بذلك من المراحل التي أجمع علماء النفس على أنها أهم المراحل التي يمر بها الإنسان، والتي لها أثر بالغ في تشكيل شخصيته بعد ذلك، حيث تتميز بميل المراهق إلى التحرر من السلطة ممثلة بالسلطة الوالدية، والأخوة الكبار بالمنزل، والانتماء إلى مجموعة الرفاق والأصدقاء، هادفاً إلى الاستقلال في حياته الاجتماعية والانفعالية والفكرية للتحرر من سلطات الراشدين ،(حنين، 1993). ومن أهم مواصفات هذه المرحلة ما نسميه بالمكانة غير المحددة للمراهق والدور غير الواضح والمحير والغامض بالنسبة له وللمحيطين به ، ومن أهم هذه المواصفات ما يلي:

1. **المراهقة عمر الانتقال:** ويقصد بذلك هو أن المراهق الذي يبدو في مظهره الجسمي أقرب ما يكون للراشد منه للطفل، يحاول دائما التكييف لحالة النضج وذلك بالتدرب على سلوك وتصرفات أكثر نضجا واتزانا مما كان عليه من قبل خلال فترة طفولته، وقد عبر (Ingersoll, 1998) ،عن ذلك بأن المراهقة والقيود التي تفرض على الفرد المراهق في مرحلة النضج والتكامل والرشد تجعل حالة الفرد في هذه المرحلة غامضة وغير واضحة يكون فيها متردداً، غير واثق من نفسه، وغير راض عن الدور الذي يقوم به وتبدو الحياة أمامه كما لو كانت لغزاً محيراً يواجه به في كل لحظة، وترتبط هذه الأوضاع بمرحلة المراهقة، ويطلق عليها مشكلة الهوية (Identit Crisis), أو كما سماه عالم النفس الشهير اريكسون (Eriksson) مشكلة التعرف على الذات حيث عبر عن ذلك بما يدور في ذهن المراهق ومخيلته من أسئلة كثيرة حول البحث الدائم عن الدور المطلوب منه في الحياة، مما يظهره بمظهر الاضطراب والتردد وعدم الثبات في القول والفعل،

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وبذا يغلب على تصـــرفاته التهور والتقلب والتردد والتغير والتمرد والعنف...إلخ، مما يجعله يتعرض لكثير من الصراعات والمشكلات.

2. **المراهقة فترة من التردد وعدم الثبات:** حيث تعد المراهقة فترة من التردد الدائم وعدم الثبات المستمر في حياة الفرد وسلوكه وتصرفاته، فقد يتصرف أحيانا كما لو كان ناضجا راشدا، وأحيانا يتصرف كما لو كان طفلا صغيرا غير ناضج عقليا، وهذا دليل على ظاهرة عدم النضج واختلال الاتزان الذي يمكن أن يتصف بها سلوكه. ويشير استون (Aston, 1993) إلى أن المراهق في هذه الفترة وإن كان يملك جسم الرجل، إلا أنه لا يزال يسلك اجتماعيا سلوكاً غير ناضج ،لأنه لم يملك بعد اتزان الرجولة ونضجها. (الهنداوي، 2005).

3. **المراهقة فترة النمو السريع غير المتساوي:** يعد من أهم الأسباب التي تؤدي إلى تردد المراهق وتمرده وعدم ثبات الفترة السريعة في النمو الجسمي والفسيولوجي التي يمر بها مما يسبب اختلال توازنه النفسي واضطراب شخصيته. (علاونة، 1994).

4. **المراهقة فترة نقص المعلومات والخبرات:** يسهم المجتمع في مزيد من الضغوط على المراهقين ويفشل في تزويدهم بالأساليب والوسائل التي تساعدهم على مواجهة الفراغات والضغوط وخاصة في المجتمعات الديمقراطية التي يترك للمراهقين فيها حرية الاختيار. (علاونة، 1994).

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

5. **المطالب المتضـــاربة والمتناقضـــة من قبل الكبار**: حيث يواجه المراهقون مطالب متنوعة ومتنـاقضـــــة من قبل والديهم ومعلميهم ومجتمعاتهم، ويطلب منهم القيام بعمل معين ثم يطلب منهم الامتناع عن هذا العمل. مما يجعلهم في حيرة من أمرهم، وهذا يجعلهم ينقمون على الكبار، ويسخطون عليهم ويثورون أمامهم مما يفجر ثوراتهم ويـؤدي إلـى تـرددهـم، والثورة على مراكز السلطة لديهم (علاونه ،1994).

6. **المراهقـة فترة من الحيـاة تتصـــف بعدم الشـــعور بالســـعادة:** كونها مرحلة يكون فيها المراهق منشـــغلاً بالهموم والمشـــاكل، وغير واثق من نفســـه، غير مقتنع بدوره في الحياة، ومن الأمور التي تعكر صـــفوة حياة المراهق شـــعوره بالنقص في تحديد مكانته، والمثالية الزائدة ومفاهيمه الخطأ غير الواقعية عن مســـتوى طموحه وتطلعاته، مما يجعله يشـــعر بالنقص وعدم القدرة على القيام بالأعمال المختلفة، ويؤدي فشـــله في الوصـــول إلى أهدافه لمزيد من الإحباطات المستمرة، مما يجعله قلقاً متوتراً ثائراً متمرداً.(العتيبي، 1996).

ويشـــير عقل (2005) إلى أن الانتقال في هذه المرحلة يعني التغير في مجال الانتماء للأسـرة والانتماء للجماعة في مجال القيم والاهتمامات ، وأن التكيف في هذه المرحلة يسـتلزم إعادة النظر في الأسـاليب الطفولية السـابقة ، وإحلال نماذج أرقى من السـلوك تتفق مع حياة الراشـدين، وتقوي على مواجهة المسؤوليات الجديدة ،

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

فمن خصـائص هذه المرحلة أنها مرحلة البحث عن الذات والهوية الذاتية ومرحلة اتخاذ القرارات، قرار الاختيـار التربوي المهني، قرار اختيـار الشـــريك، قرار اختيـار القيم والاتجـاهـات، اختيـار الأصـدقاء، اختيار أسـلوب التفاعل مع الحياة. كما أنها تتمثل في كثرة الصـراعات كالصـراع بين الاستقلال عن سلطة الوالدين والتبعية والصراع بين طموحات المراهقين وإمكاناتهم، صراع بين القيم التي اكتسـبها والقيم الدخيلة، صـراع بين الإشـباع الجنسـي وعادات المجتمع وقيمه، كل هذا يميز حياة المراهقين بخصـــائص انفعالية واجتماعية تتمثل في الرهافة والحدة الانفعالية والتمرد والتســـلط واللامسؤولية.

كما يشـــير موســـى والســـوقي ، (2002) إلى أن هذه المرحلة تعد مرحلة تناقض وجداني معرفي انفعالي، يمر فيها الفرد بمجموعة من التغييرات الجســـمية الفســـيولوجية تظهر من خلال خشـونة الصـوت بالنسـبة للذكور ونعومة بالنسـبة للإناث، إضـافة إلى التغيرات الاجتماعية التي تصـطحبها تغيرات في العلاقة مع الجنس الآخر، من خلال معرفة بالطبيعة التكوينية الفسـيولوجية للجنس الآخر.

ويضيف الجسماني (1994) أن أهم ما يميز المراهقين انفعاليا:

1. **عدم الاستقرار النفسي وسرعة الإحراج،ولقد أرجع الباحثون علة ذلك إلى:**

أ- التغيرات الحاصلة في تركيب الغدد الجسمية.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ب- التغيرات الحاصلة عن اختلاف تفسيره لوجوه الحياة في البيت والمجتمع، فالمراهق في هذه المرحلة، وقد خلف وراءه مراحل الطفولة والاعتماد على سواه، يتعرض إلى مواجهه معارضه أرائه مع أراء سائر أفراد الأسرة الراشدين ويتعرض إلى ضغط من البيئة لكي يخضع سلوكه وتصرفاته لما ينسجم مع القيم الاجتماعية.

ج- المخاوف الاجتماعية ، ويقصد بها خشية المراهق أن يتعرض إلى وجوب إخضاع مثله العليا إلى المعايير الاجتماعية التي تعارف عليها الراشدون، والتي يخالفها ولا تتوافق مع ما يطمح إليه.

2- **التقلب في الأهواء والنزعات ويعود ذلك إلى :**

أ- إن المراهق يمر عادة بخبرات يتعرض فيها إلى الإخفاق أكثر مما يتعرض له الطفل أو الراشد، وسبب ذلك أن المراهق يبني آمالاً لا أسس لها سوى الخيال، وهذه سرعان ما تفصح عن واقعيتها فتسبب النكسة النفسية التي لا يحتمل وقع وطأتها لقلة خبرته في الحياة.

ب- إن المراهق يحدد عالمه الخاص وفقا لرغباته الخاصة وهذه الرغبات لا حدود لها، فيجد نفسه إزاء فراغ واسع يفصل بين دنيا الواقع وعالم الرغبات التي كونها.

ج- المراهق شديد الاهتمام بنفسه وكثير الميل لاستيطان ذاته، وهذا يصرفه إلى أن يكون دوما بعيدا عن واقعه.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

3- **الحساسية المفرطة:**- وحساسيته هذه ناشئة عن تركيز تفكيره في ذاته وما يظن به الآخرون، وهذه بالنسبة له كابوس يفسد عليه سبل التفكير السليم وعدم انتظامه.

4- عدم القدرة على مواجهة انفعالاته والتوفيق بين هذه الانفعالات، وما يسود الأسرة والمدرسة والمجتمع من عرف وتقاليد ينبغي الحفاظ عليها.

العوامل المحددة لشكل المراهق:

يشير أسعد (2005) إلى أن هناك عدة عوامل ومحددات تشكل نموذجاً وشكل المراهقة من بين هذه العوامل:

1- عوامل تتعلق بالتغيرات الجسمية والاجتماعية والانفعالية، وما يترتب على هذا التغيير من ظهور حاجات واهتمامات جديدة، فإذا استطاع المراهق إشباع هذه الحاجات وتحقيق أهدافه مرت مراهقته بهدوء.

2- عوامل تتعلق بالبيئة الجديدة للمراهق، فإذا ما استطاع المراهق أن يستكشف البيئة الجديدة و يحقق قدراً من الانسلاخ عن الأساليب الطفولية واستبدالها بنماذج أرقى من السلوك في تعامله مع الراشدين ومع المواقف الجديد ،كلما ساعد ذلك على مراهقة سعيدة هادئة.

3- عوامل أسرية تتعلق بأساليب المعاملة الوالدية: فالمعاملة الوالدية القائمة على فهم حاجات المراهقين للاستقلال وتأكيد الذات والتقدير وغيرها، والقائمة على التوازن بعيدا عن التساهل والإهمال والتسلط كل ذلك يقود إلى مراهقة متكيفة ،

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

أما التجاهل لرغبات وحاجات المراهق وإجباره على التبعية والمعاملة التي تقلل من قيمتة قد تدفعه إلى مراهقة غير متكيفة.

4- عوامل تتصل بالرفاق الراشدين: إن موقف الراشدين من المراهق وتفهمهم لحاجاته آمر حيوي في مساعدته على تخطي مشكلاته، كما أن لأقران المراهق أهمية كبيرة في نموه وتهيئة الجو المناسب للتعاون والتفكير الجماعي، وتتيح له فرصة النمو الاجتماعي والخلقي السليم ولكن قد تنحرف الجماعة بنشاطها فتنمي لديه روح التخريب والعدوانية والانحراف والتمرد.

5- عوامل تتعلق بكثرة الاحباطات التي يواجهها المراهق: إن تكرار مثل هذه الاحباطات تعرض المراهق إلى الشعور باليأس والضغوط وتدفعه إلى الجريمة والانحراف والتمرد.

6- عوامل تتعلق بخبرات المراهق في مراحل نموه: إن تدريب الطفل منذ طفولته على الاعتماد على نفسه وتحمله المسؤولية وتنمية القيم الدينية والروحية عنده ، وعدم تعرضه للخبرات المؤلمة وتوفير فرص التوجيه والإرشاد له كل ذلك يسهم إلى حد كبير في صنع مراهقته.

نماذج المراهقة:

بعد هذا العرض لخصائص المراهقة وسماتها، هل يمكننا الجزم بأن هذه المرحلة تأخذ شكل المتأزم المضطرب دائماً،أم أن لها أشكالاً أخرى ؟وللإجابة عن هذا التساؤل يشير عقل، (2005) إلى عدة أشكال للمراهقة هي:

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

1. **المراهقة المتكيفة:** ويمتاز هذا النوع من المراهقة بالهدوء النفسي والاتزان الانفعالي ، والعلاقة الاجتماعية الإيجابية مع الآخرين داخل الأسرة والمدرسة والمجتمع، ويجتاز المراهق مرحلة المراهقة دون معاناة شديدة، فنجده موفقاً في دراسته، يدرك مسؤوليته جيداً، متقبل لذاته، واعياً للتغيرات التي تحدث له ولما يجري حوله، ويعود ذلك إلى المعاملة المنزلية القائمة على الاتزان وتفهم حاجات المراهق والنجاح المدرسي، والصداقات الموفقة، وتوافر فرص تعلم الاستقلالية وتحمل المسؤولية.
2. **المراهقة الانسحابية:** حيث يميل المراهق إلى الإنطواء والعزلة، فلا يشارك الآخرين اهتماماتهم ونشاطهم، ويعبر عن آرائه وأفكاره عبر المذكرات الشخصية، ويميل إلى النقد والتهجم على الآخرين، وتشتد لديه أحلام اليقظة، ولا يفضل النشاطات المدرسية والرياضية والاجتماعية العامة.
3. **المراهقة العدوانية المتمردة:** ويتمثل هذا النوع في بروز الاتجاهات العدائية ضد الأسرة والمدرسة والمجتمع والذات أحياناً ، فقد يلجأ المراهق إلى التمرد على الوالدين والسلطة المدرسية ويقوم بأعمال تخريبية، وقد يعود ذلك إلى أساليب التربية المتسلطة أو القائمة على النبذ والحرمان وكثرة الإحباطات.
4. **المراهقة المنحرفة:** يتصف هذا النوع بانغماس المراهق في أشكال السلوك المنحرف كالإدمان على المخدرات والسرقة وتكوين عصابات والانحلال الخلقي والانهيار العصبي، وقد يعود ذلك إلى الخبرات الشاذة والصداقات العاطفية العنيفة وانعدام الرقابة الأسرية، والقسوة الشديدة في المعاملة ،وجماعة الرفاق السيئة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

النماذج النظرية المفسرة لحدوث السلوك التمردي للمراهقين:

1- نظرية بيك المعرفية Beck:

قدم بيك (Beck1976) نظرية متكاملة يفسر على أساسها حدوث الاضطرابات الانفعالية والسلوكية، في ضوء المعتقدات أو الآراء السلبية التي يحملها الفرد عن النفس والعالم والمستقبل، ومن آرائه أن الخبرات التي يمر بها الشخص تستمد دلالتها اليائسة أو المكتئبة أو الانهزامية من خلال التحامها بتلك الآراء السلبية، فتبنيٍ مثل هذا الاعتقاد يؤدي إلى تشويه إدراك الواقع بشكل سلبي. ثم تأتي بعد ذلك الاستجابة الانفعالية أو السلوكية اليائسة التي نسميها اكتئابا، وبعبارة أخرى فإن المواقف الغامضة أو المحايدة تستمد دلالتها ومعناها من خلال ما نعتقده بشأنها ومن خلال قدراتنا على مواجهتها. (عبدالستار، 1993)

ويرى بيك أن المعنى(Meaning) الذي يضيفه الفرد على الأحداث وكذلك طريقة تفكيره وإدراكه وتفسيره لمعنى الحدث يؤثر في انفعال الفرد وسلوكه وتفسيره لتلك الأحداث ويحدد مدى تأثره بالإحداث التي يواجهها، وبذلك فإن طبيعة الاستجابة الانفعالية أو الاضطراب الانفعالي لدى شخص ما يتوقف على إدراكه للحدث بالنسبة لمجاله الشخصي الذي يتألف من جملة الأشياء التي يعطيها أهمية خاصة ومن بينها رؤيته لذاته وعالمه ومستقبله. بيك (Beck،1976).

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ويذكر بيك أن ردود الفعل الانفعالية ليست استجابات مباشرة ولا تلقائية بالنسبة للمثير الخارجي، وإنما يجرى تحليل المثيرات وتفسيرها من خلال النظام المعرفي (العقلي) الداخلي، وقد ينتج من عدم الاتفاق بين النظام الداخلي والمثيرات الخارجية وجود الاضطرابات النفسية. (الشناوي ،1998).

وقد ركز Beck على ثلاثة مستويات من المعرفة، المستوى الأول وهو الأفكار الأوتوماتيكية(Automatics Thoughts)، ويطلق عليها أيضا الحوار الداخلي أو الحديث الذاتي الذي لا يلاحظ غالبا، وعادة ما تعكس الأفكار التي تسبب ضغطا أو عدم قدرة على التكيف والنظرة السلبية للمستقبل والشك في الذات والتشويش والانزعاج بشأن الحياة، وقد أشار بيك Beck إلى هذه الاعتبارات نحو الذات والعالم والمستقبل على أنها (ثالوث معرفي (Triad Cognitive).

وتأتي العمليات المعرفية في المستوى الثاني، وتشمل على كيفية وأسلوب تفاعل الفرد مع المثير، أي طرق تقديم المعلومات عن البيئة والذات، وأسلوب التنبؤ وتقييم أحداث المستقبل، فعندما ينجم عن العمليات المعرفية نتائج لا تتفق مع المقاييس الموضوعية للواقع فإنها تكون محرفة، ويشير المستوى الثالث من المعرفة إلى التركيبات المعرفية أو المخططات Schemata وتتضمن المعتقدات أو الافتراضات التي تؤثر في ما يعتني به الفرد في تأويله للأحداث، فهي تكون الهيكل الأساسي الذي يستخدمه الفرد للإدراك والفهم والتفكير والتذكير في العالم،. (Champion ،1992 & Power).

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ويؤكد روبرت (Robret,1988) أنه عندما يقع الفرد تحت ضـغوط أو يكون محبطا يفقد القدرة على التفكير السليم، فيلجأ إلى كثير من التحريفات عند التفاعل مع الأحداث المفروضـة عليه، فإذا كان سبب الإحباط والانزعاج مجموعة من المفاهيم السلبية فإن تصـحيح هذه المعتقدات المتسلطة ربما يرفع أعراض الخلل، فالخطة المعرفية السـلبية تسـيطر على توظيف العلميات المعرفية للأفراد المحبطين وعلى ذلك تجعله يميل إلى تحريف الحقيقة في اتجاه سلبي في تفسيره لأحداث أي موقف ضاغط.

فتبعاً لنظرية (بيك) المعرفية للسلوك المختل وظيفيا يجمل عراقي(1991) الافتراضات التالية:

1- الاضـطرابات النفسـية والسـلوكية إما مسـببة أو تم الإبقاء عليها عن طريق نماذج تفكير محرفة ومختلة وظيفياً.

2- التحريفـات المعرفيـة تعكس وجهـة نظر غير واقعيـة وسـالبـة كثيرا عن الـذات والعـالم والمستقبل.

3- المعارف المختلة وظيفياً قد تبدو للعيان غير منطقية للآخرين ،ولكنها متناسـقة مع وجهات نظرة الفرد الشخصية عن الواقع.

4- من الناحية الإكلينيكية، التحريفات المزعجة تكون قد تمت اسـتثارتها غالبا عن طريق أحداث الحياة غير الملائمة، بالإضـافة إلى أنه تم الإبقاء عليها عن طريق الإدراك الثابت للقواعد أو المخططات Schemata.

5- تعتبر المخططـات هي الأسـاس لانتظـام وتصـنيف وتعميم وحكم الخبرات الجـديـدة وذكريات الأحداث الماضية.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

6- غالبا ما تنمو المخططات مبكرا في الحياة ويتم تشكيلها عن طريق الخبرات الملائمة.

2- نظرية أريكسون (Erikson) ونمو هوية الأنا:

تعبر نظرية اريكسون (Erikson) في النمو النفسي الاجتماعي "Pschosocial Development" بصفة عامة ونمو هوية الأنا (Ego Identity) بصفة خاصة عن رؤية جديدة خرجت بالتحليل النفسي من الدائرة الضيقة للفرضية الفرويدية القائلة بالحتمية البيولوجية المتمثلة في القوى النفس جنسية (Psychosocial Forces) ، كأساس للنمو إلى مجال أوسع استدخل فيه القوى النفس اجتماعية (Psychosocial Forces)، وذلك من خلال افتراضية سير النمو تبعاً لمبدأ التطور "Epigenect Principle" المؤكد لتأثير العوامل الاجتماعية في تشكيل النمو، فعلى هذا الأساس يرى أريكسون النمو كعملية تطورية ناتجة عن التفاعل بين الأساسيين البيولوجي والاجتماعي، وما يثمر عنه من نمو شخصي خلال مراحل العمر المختلفة وعلى هذا الأساس حدد أريكسون ثماني مراحل للنمو مدى الحياة، تبدأ كل منها بظهور أزمة ضرورية لاستمرارية نمو الأنا، تحل إيجاباً أو سلباً تبعاً لسلامة العوامل السابقة، ويكتسب الأنا في كل منها فعالية جديدة في حالة الحل الإيجابي أو درجة أعمق من الاضطراب في حالة الحل السلبي، وبهذا تمكن أريكسون من تقديم صورة أكثر شمولية عن نمو الشخصية، مؤكداً فيها تجاوز الأنا للدور المرسوم له في الفكر الكلاسيكي كوسيط سلبي لحل الصراع إلى (أنا) فاعل ينمو ويكتسب فعاليات تكيفيه جديدة تبعاً للمتطلبات الاجتماعية مع حل أزمة النمو وقد أوجزها هليمان ومكملين (Helman&Mcmillin,1997) بثماني مراحل حسب التالي:

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

1- الســـنة الأولى (الثقة مقابل عدم الثقة): حيث تكون الحاجة الملحة (أزمة ا لنمو) هي الحاجة إلى الثقة والتي تتحقق من خلال الحماية والرعاية المناسـبة من قبل الأم، مما يؤدي إلى نمو الطفل نمواً طبيعياً ونقله إلى المرحلة الثانية، وفي المقابل يؤدي إهمال الأم للطفل إلى انعدام الثقة التي يمكن أن تعم في المسـتقبل لتشـمل الآخرين والمجتمع من حول الطفل، كما تؤدي إلى اضـطراب النمو والسلوك في المراحل اللاحقة.

2- السـنة الثانية (أزمة الاسـتقلال مقابل الشـعور بالخجل): يصـبح الطفل في حاجة للاسـتقلال ويتحقق ذلك من خلال تمتع الطفل بقدر من الحرية، وكما هو الحال فإن تحقيق هذه الحاجة يعني الاستمرارية الطبيعية للنمو، في حين أن عدم إشباعها يؤدي إلى اضطراب النمو المتمثل في حينها في مشـاعر الخجل عند التعرض لخبرات جديدة، كما يؤدي إلى اضـطراب النمو وعدم حل الأزمات المستقبلية حلاً ايجابياً هذه بالإضافة إلى أن عدم حل أزمة الثقة يمثل عائقاً لحل أزمة الاستقلال.

3- الطفولة المبكرة (أزمة المبادرة مقابل الشعور بالذنب): وتمتد من 3-5 سنوات أو سن الروضة، حيث تظهر حاجة الطفل للمبادرة ،ويمكن أن تحل هذه الأزمة بتشـــجيع الوالدين للطفل وســـلوكه المتسـم بالمبادرة، كما يمكن أن لا تحل هذه الأزمة كنتيجة لإعاقة حل الأزمات السـابقة، أو لعدم تشجيع الآباء للطفل ففي هذه الحالة يصبح عرضة لمشاعر الذنب.

4- مرحلة الطفولة المتوسطة و المتأخرة (أزمة الكفاية مقابل الشعور بالنقص) وتقابل سن المدرسة الابتدائية حيث تظهر حاجة الفرد للشـــعور بالقوة، ويمكن ملاحظة ذلك من خلال محاولته حب الاسـتطلاع وميله للإنجاز وحاجتة لتقدير الآخرين، وكما الحال في المراحل السـابقة فإن حل أزمة الكفاية يؤدي إلى استمرارية النمو الطبيعي.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

5- المراهقة (أزمة الهوية مقابل اضـــطراب الدور): حيث تظهر في هذه المرحلة حاجة الفرد إلى تشكيل هويته (Identity Formation) ،حيث يسعى المراهق إلى تحديد معنى لوجوده وأهدافه في الحياة وخططه لتحقيق هذه الأهداف (من إنا، ماذا اريد، وكيف يمكن إن أحقق ما أريد) ، وإذا لم يتحقق ذلك فأنه يمكن القول بأن المراهق يعاني من اضطراب الهوية (Dentity) Confusion أو الدور(Role Confusion) ،أو تبنى هوية سـالبه (Negative Identity) وتحدث هذه النتيجة السـالبة في العادة كنتيجة لاضـطراب النمو في المراحل السـابقة أو العوامل الاجتماعية غير المساعدة.

6- الشـباب المبكر (المودة والألفة مقابل العزلة): فمع الدخول في مرحلة الشـباب ومع تحقيق الهوية، يواجه الفرد أزمة جديدة تتمثل في أزمة الألفة(Intimacy)، وترتبط بحاجته إلى شـريك تربطه به علاقة تزاوجيه حميمة، فعند تحقيق هذه الأزمة وإشـباع الحاجة ومواجهة التوقعات الاجتماعية يكون الفرد قد حل هذه الأزمة حلاً إيجابياً، وهذا يعني اكتسـاب الأنا لفاعلية جديدة تتمثل في الحب بمعناه الواسـع، أما إذا فشـل في حلها فإنه يتعرض للإحسـاس بالعزلة("Sense of Isolation").

7- أوسـط العمر (الإنتاجية مقابل الركود)، وتتمثل الأزمة في هذه المرحلة في الإنتاجية "Productivity" ، وتعني الإنتاجية في المجالات المختلفة العملية الأسـرية بما في ذلك الإنجاب والتربية، لذا فإن تحقيق الأزمة يؤدي إلى كسب الأنا لقوة وفاعلية جديدة تتمثل في الشعور بالاهتمام أما الفشل في تحقيق هذه الأزمة فيؤدي إلى مشاعر الركود(Stagration).

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

8- الرشـــد المتأخر (تكامل الذات مقابل اليأس): وتتمثل الأزمة في المرحلة الأخيرة من العمر في الشعور بالتكامل "Sense of Integrity"، وبالرغم من تأثرها بكل العوامل السابقة ذكرها كعوامل مؤثرة في حل الأزمات، فإن التاريخ السابق يبدو أكثر أهمية في هذه المرحلة، إذ يبدأ الفرد بمراجعة تاريخ حياته وما حققه من أهداف أو العكس، وما اســتغله من فرص أو العكس، فالإحســاســات الايجابية تؤدي بالفرد إلى الشعور بالتكامل والرضا، وهذا يؤدي إلى كسب الأنا لفاعلية جديدة هي (الحكمة) وفي حالة الفشل في تحقيق هذه الأزمة فأنه يؤدي بالفرد إلى الشعور باليأس ورفض واقع حياته ومشكلاته في هذه المرحلة الخطرة .

وحيث إن هذه الدراسة قد تناولت فئة المراهقين فإن الباحث سيتناول بشيءً من التفصيل تشكل أزمة هوية الأنا عند المراهقين وعلاقتها باضطراباتهم السلوكية:

ترتبط أزمة هوية الأنا من وجهة نظر أريكســون "Erikson" بمرحلة المراهقة وبدايات الشباب، حيث تمثل المطلب الأســاســي للنمو خلال هذه المرحلة، ونقطة تحول نحو الاستقلالية الضرورية للنمو السوي في مرحلة الرشد، وبالرغم من اعتمادها على ما يسبقها من حاجات بيولوجية واجتماعية خلال المراحل الســابقة، إلا أنها في مجملها تشــكل وحدة تكاملية جديدة مختلفة عن أصلها تضمن خلق جسر بين الطفولة والرشد.

ويشير ويلر ورايس(Wheeler&reis,1993)إلى أن عملية تشكل هوية للمراهقين تبدأ بظهور الأزمة نفســها المتمثلة في درجة من الاضــطراب المختلط (Combined Moratrium المرتبط بمحاولة المراهق تحديد معنى لوجوده في الحياة (من أنا؟ وما دوري في هذه الحياة، وإلى أين أتجه)،

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وذلك من خلال محاولته اكتشـــاف ما يناســـبه من مبادئ ومعتقدات وأهداف وأدوار، وعلاقات اجتماعية ذات معنى أو قيمة على المستوى الشخصي والاجتماعي، وتنتهي الأزمة بانتهاء هذا الاضطراب وتحقيق المراهق للإحساس القوي بالذات ،ممثلاً في إحساسه بتفرده ووحدته الكلية، واستمرارية ماضيه وحاضره ومستقبله، وقدرته على حل الصراع والتوفيق بين الأحاسيس والحاجات الملحة والمتطلبات الاجتماعية المتناقضـــة، وينعكس ذلك ســـلوكياً على التزامه بما تم اختياره، والتزامه بالمثل الاجتماعية بدلاً من مواجهتها، وعلى إحساسه بواجبة نحو نفسه ومجتمعه بوضوح، فعند هذه المرحلة تكون الأنا قد اكتسبت فعالية جديدة متمثلة في الإحساس بالثبات "Virtue of fidelity'.

فإذا كان هذا هو الوجه الايجابي لأزمة النمو في المراهقة، فإن اضـــطراب هوية الأنا يمثل الوجه المظلم المحتمل في حالة الفشـــل في حل الأزمة إيجابياً، كنتيجة لعدم قدرة الفرد على حل التوحدات الطفولية غير السوية والصراعات المؤلمة .

ويشـــير أريكســـون "Erikson,1968" إلى أن اضـــطراب هوية الأنا لدى المراهقين يأخذ شكلين أساسيين هما:

1. اضطراب الدور (Role Comfusion): حيث يرتبط اضطراب الدور بفشل المراهق في خلق تكامل بين توحدات الطفولة، مما يؤدي إلى خلق اضـــطراب معين لحل أزمة هوية الأنا وتبني الأدوار المناســـبة، حيث يعاني المراهق فيه من الإحســـاس المهلهل بالذات وعدم القدرة على تحديد معنى لوجوده، مما يؤدي إلى فشـــله في تحديد وتبني أدوار وأهداف ذات معنى أو قيمة شـــخصـــية واجتماعية، ،

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وترتبط هذه السمات بدرجة عالية من القلق، ومشاعر عدم الكفاية، والسلوك الجامد المتعصب، والسلوك غير التوافقي، وضعف القدرة على اتخاذ القرارات، وسوء علاقته الاجتماعية، وضعف الالتزام بأهداف وادوار ثابتة.

2. تبني الهوية السالب (The adaptation of negative identity): ويمثل هذا النمط الوجه الآخر لاضطراب هوية الأنا، حيث يرتبط بدرجة أعلى من الإحساس بالتفكك الداخلي (Inner fragmentation)، والذي لا يقتصر تأثيره على عدم القدرة في تحديد أهداف ثابتة أو تحقيق الرضا عن دورة الاجتماعي، بل ويلعب ذلك دوراً أكثر سلبية في حياة الفرد بصفة عامة، والذي يدفع المراهق إلى ممارسة أدوار غير مقبولة اجتماعياً ،من ذلك الجنوح وتعاطي المخدرات.

ويشير خوري (2000)إلى أن جيمس مارشا (Marcia,1966) قدم أبحاثاً لقياس تشكل هوية الأنا وفقاً لتحديد إجرائي للهوية، يعتمد على تحديد أربع رتب لها تبعاً لظهور أو غياب أزمة الهوية، المتمثلة في رحلة من البحث والاختيار للخيارات المتاحة المرتبطة بمعتقدات الفرد وقيمة الأيدلوجية، وعلاقة الاجتماعية من جانب، ومدى التزامه بما يتم اختياره من قيم ومبادئ إيديولوجيه ،وأدوار اجتماعية من جانب آخر، وتعكس كل رتبة قدرة الفرد على التعامل مع المشكلات المرتبطة بأهدافه وأدواره، ومن ثم إمكانية الوصول إلى معنى ثابت لذاته ووجوده ،فمن خلال تلك الدراسات ذكر سيمان (Seeman,1988) أن مارشيا حدد أربع رتب لهوية الأنا يمكن إيجازها على النحو التالي:

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

1- تحقيق هوية الأنا (Ego Identity Achievement):

وتمثل هذه الرتبة المثالية لهوية الأنا، والتي تتمثل في المرور بمرحلة من البحث والاختيار واكتشاف ما يناسبه من القيم والمعتقدات والأهداف والأدوار المتاحة، وصولاً إلى قيمة شخصية واجتماعية، ثم التزامه الحقيقي بما تم اختياره، ويعتبر تحقيق هذه الرتبة مؤشراً للنمو النفسي السليم ، والقدرة على مواجهة المشكلات المختلفة، والمرونة والانفتاح على الأفكار الجديدة ونضج العلاقات الاجتماعية ، والنمو المعرفي والأخلاقي وغيرها من جوانب النمو.

2- تعليق هوية الأنا (Ego Identity Moration):

وتمثل هذه الرتبة تقدماً ايجابياً نحو تحقيق هوية الأنا إذا توافرت العوامل الإيجابية، بل إن فترة من التعليق المرتبط بظهور الأزمة تعد مطلباً أولياً لذلك، ومع ذلك يبقى الفارق بين الرتبتين، قائماً حيث يفشل المراهق من هذا النوع في اكتشاف هويته، إذ تستمر خبرته للأزمة ممثلة في محاولته للكشف عن الخيارات المتاحة دون الوصول إلى قرار نهائي،ودون إبداء التزام حقيقي بخبرات محددة منها، مما يدفعه إلى تغيرها من وقت إلى آخر، لذا فإن هذه الرتبة ترتبط بدرجة أعلى من القلق والشعور بالذنب وخيبة الأمل، وبعض الاضطرابات السلوكية.

3- انغلاق هوية الأنا (Ego Identity foreclosure):

ترتبط هذه الرتبة في تجنب الفرد لأي محاولة ذاتيه للكشف عن معتقدات وأهداف وأدوار ذات معنى أو قيمة في الحياة، مكتفياً بالالتزام والرضا بما تحدده قوى خارجية، له من أهداف وأدوار كالأسرة أو أحد الوالدين، أو المعايير الثقافية والعادات والقيم، ، وانسجاماً مع هذا الميل يؤكد سيمان (Seeman,1998)

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

أن ميل منغلقي الهوية إلى مسايرة الآخرين والاعتماد عليهم أكثر من مشاركتهم في تحديد الخيارات المناسبة والمحققة لذواتهم، مع إظهار التزام غير ناضج لا يعتمد على التفكير الذاتي بما يحدد لهم من أهداف، وكنتيجة لهذه المسايرة يواجه منغلقو الهوية في هذه الرتبة تقديراً من الكبار، مما يعزز هذا التوجه لديهم مؤدياً بهم إلى افتقاد التلقائية في المواقف الاجتماعية، إضافة إلى العديد من الاضطرابات النفسية المرتبطة بدورها بخلل في النمو خلال الطفولة واضطرابات سلوكية خلال مرحلة المراهقة.

4-تشتيت (تفكيك) هوية الأنا (Ego Identity Diffusion):

يرتبط هذا النمط من هوية الأنا في عدم إحساس الأفراد بالحاجة إلى تكوين فلسفة وأهداف أو أدوار محددة في الحياة من جانب، وغياب الالتزام بما شاءت الصدف أن يمارسوا من أدوار من جانب آخر. ويتسم الأفراد في هذه الرتبة بضعف التوجيه الذاتي، والضبط الذاتي والتمركز حول ذواتهم وضعف الاهتمام والمشاركة الاجتماعية ،كما يتصفون بدرجة عالية من القلق وسوء التوافق والشعور بعدم الكفاية، وهذا يدفع بدوره إلى عدم القدرة على اتخاذ القرارات السليمة وإلى كثير من الاضطرابات السلوكية الخطرة كالجنوح وتعاطي المخدرات والاضطرابات النفسية.

3. نظرية التعلم الاجتماعي (Theroy of Social Learning):

يعد باندورا (Bandura) أحد الرموز الأساسية لنظرية التعلم الاجتماعي ومن رواد تعديل السلوك وبصفة خاصة ا لسلوك العدواني، وتعتمد أساسيات نظرية التعلم الاجتماعي على أن المثيرات الخارجية تؤثر في السلوك من خلال تدخل العمليات المعرفية فالأفراد حين يتصرفون ببعض السلوكيات فإنهم يفكرون فيما يعملون،

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

كما أن اعتقاداتهم تؤثر في كيفية تأثر سـلوكهم بالبيئة، إضـافة إلى أن التفاعل الحتمي المتبادل المستمر للسلوك والمعرفة والتأثيرات البيئية يؤثر في السلوك الإنساني (الزيات،1996).

ويشـير انجلز (1991)إلى أن المعرفة لها دور رئيس في التعلم الاجتماعي القائم على الملاحظة، وتأخذ عمليات المعرفة شـكل التمثيل الرمزي للأفكار والصـور الذهنية، وهي تتحكم في سلوك الفرد وتفاعله مع البيئة، كما أن أشكال السلوك الإنساني تنطوي على التأثيرات المعقدة التي تحدث قبل قيام السـلوك ،والمتمثلة في (التغيرات الفسـيولوجية والعاطفية والإحداث المعرفية)، والتأثيرات التي تلي السلوك ، وتتمثل في إشكال التعزيز والتدعيم والعقاب الخارجي والداخلي.

ويضـيف انجلز (1991) أن معظم السـلوك الإنسـاني متعلم من خلال الملاحظة وإتباع نموذج أو مثال حي وواقعي، فملاحظة الآخرين تطور فكرة عن كيفية تكون السـلوك وممارسـته، سـواءً أكان ذلك بالصـدفة أو بالقصـد، فالملاحظون قد يكونون قادرين على حل المشـاكل بالشـكل الصـحيح، حتى لو كان النموذج أم القدوة غير قادر على حل المشـاكل نفسـها. فالملاحظ يتعلم من أخطاء القدوة مثلما يتعلم من نجاحاته وايجابياته ويكونون قادرين على تطوير أنماط جديدة من السلوك، والتصرفات يمكن أن تكون مختلفة عن تلك التي لاحظوها بالفعل.

لذا فإن العمليات المعرفية تأخذ شـكل التمثيل الرمزي للأفكار والصـور الذهنية وعمليات الانتباه القصـدي والاحتفاظ التي تتحكم في سـلوك الفرد وتفاعله مع البيئة، كما تكون محكومه بها أيضـا، ويشـير مفهوم المعرفة إلى النظم اللغوية والتمثيل الذهني الداخلي للمعلومات وترميزها وتخزينها وتجهيزها ومعالجتها، بحيث تشكل أطرًا تفسيرية إدراكية تستقبل من خلالها المعلومات،

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وحيث إن التعلم الاجتماعي القائم على الملاحظة يحدث في إطار أو سـياق اجتماعي فإن استيعاب وتفسير هذا السياق الاجتماعي يتأثر بما لدى الفرد من أطر معرفية وبصورة أكثر دقة في البنـاء المعرفي للفرد، ومـا ينطوي عليـه من محتوى معرفي وخبرات واســـتجـابـات ونواتج هـذه الاستجابات، وبالتالي فإن كل هذا يؤثر في عمليات الانتقاء الذاتي للاستجابات (الزيات ،1996).

وعلى ضـوء ذلك ترى نظرية التعلم الاجتماعي وكما ورد في فطيم (1988) أن هناك ثلاثة مكونات تمثل عمليات تستخدم في التنظيم الذاتي للسلوك على ضـوء علاقة السـلوك بنتائجه وهذه العمليات هي:

1- **الملاحظة الذاتية (Self-observation):** فمن خلال عملية الملاحظة الذاتية يتباين السـلوك الإنســاني من حيث نمطه أو نوعهَ (Quality)، ومعدل الاســتجابات أو تواترها (Rate)، وتعتمد الدلالة الوظيفية لهذه العملية على نوع النشـــاط الذي يحظى بالاهتمام والملاحظة، حيث تختلف الأحكام التي تصــدر عن الإفراد باختلاف أنســاقهم القيمية وبنيتهم المعرفية، فمثلاً أحكام القضــاة متعلقة بمدى قرب أو بعد سلوكيات الأفراد عن الحدود القانونية، وأحكام الرسامين على ضوء العمل وأصالته وبعده عن المألوف القيمية والجمالية وهكذا.

2- **التقدير الحكمي (Judgmental):**- حيث يصــدر الفرد أحكامه عل ضــوء المعايير أو القيم التي يتشربها الفرد في ظل الإطار الثقافي الخاص به وعوامل التنشئة الأسرية وأنماطها.

3- **الاســـتجابة الذاتية (Self-response):** حيث تنطوي هذه العملية على إثارة العديد من التساؤلات المستمرة حول ردود الأفعال التي تستثير الاستجابة، وردود الأفعال التي تستثير العقاب،

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ومن ثم يمكن اختيار أنماط استجابات الإثابة وتجنب أنماط الاستجابات التي يترتب عليها العقاب. لذلك يؤكد باندورا أن الأفراد الذين يتصـرفون بطرق شـاذة هم في الغالب يملكون حسـاً ضـعيفاً من الفاعلية الذاتية، فهم لا يؤمنون بأنهم يسـتطيعون بنجاح أداء السـلوكيات التي تتيح لهم التكيف مع الحياة اليومية، كما أن توقعاتهم المتدنية تقودهم إلى تجنب تلك المواقف التي تسـبب تهديداً لهم، وتشـعرهم بعدم قدرتهم على القيام بأدوار جيدةً في الحياة، لذلك تراهم نتيجة لما سـبق لا ينخرطون في نشاطات يمكن أن تظهر قدراتهم وتعمل على تغير حسهم أو شعورهم بالفاعلية الذاتية.

2. مفهوم التمرد (Rebellions):

تعددت التعريفات لمفهوم التمرد التي توضـح مفهومه من وجهات نظر وجوانب مختلفة، الا أن معظمها يتفق مع بعضـه في النهاية على أنه شـكل من أشـكال الاحتجاج الصـريح والمعلن تجاه قضـايا محددة مثل السلطة المدرسية والمنزل وجماعة الرفاق والمجتمع، فقد جاء في لسان العرب أن المتمرد هو العاتي الشـديد، وذكر في قاموس أكسـفورد أن المتمرد هو العاصـي المتحدي لطاعة السـلطة ، كما ورد في تعريف إسـماعيل (1989) أن تمرد المراهقين في المدارس الثانوية يكون نتيجة بعدهم عن الكبار، وعدم قدرتهم على مشـاركة الكبار فيما يتخذونه من قرارات، إضـافة إلى العزلة التي تقودهم إلى التباعد والشك والانفصـال، وبالتالي ظهور عدد من الاضـطرابات السـلوكية لديهم والتمرد على مراكز السلطة، وإن بداية تمرد المراهق تظهر على شكل رفض الاعتراف بالخطأ والمعارضـة غير الشـعورية نحو كل مصـادر السلطة، وهو بذلك يسـعى لأن يكون له دور يميزه عن الآخرين.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ويعرف عويس (1981) التمرد في معجم العلوم الاجتماعية بأنه الدعوة بالأساليب غير المشروعة لتغير نظام الحكم، ومن هذه الأساليب العمل على تعكير السكينة وتهديد النظام العام والإخلال بالأمن، ولا يقتصر الأمر على مجرد الرفض أو الدعوة أو إثارة حماس الآخرين لتحقيق تلك الغاية، وإنما يكون التمرد في صورة أفعال إجرامية تتضمن معنى العصيان والخروج على القانون.

كما ذكر صالح (1999): أن التمرد شكل من أشكال السلوكيات المضادة للمجتمع، وهو مظهر من مظاهر العدوانية، ولكن في مراحلها الأولى تضع المراهقين في حالة صراع مع المجتمع.

ويشير السيد (1996): إلى أن تمرد المراهقين في المدارس الثانوية يتولد لديهم من خلال عدم مقدرتهم على مشاركة الكبار فيما يتخذونه من قرارات،مما يقودهم إلى العزلة والتباعد والشك والانفصال الذي يقود إلى التمرد.

أما انجلش (Angelsh,1994) فيذكر أن بداية التمرد تظهر من خلال رفض المراهق الاعتراف بخطئه كلما أخطأ، ومعارضته لكل مصادر السلطة، وهو تعبير عن قوله: (قد تضطروني إلى أي تصرف ولكني لا استمتع مطلقا من هذا التصرف).

لذلك نلاحظ مما سبق أن التعريفات خلصت إلى أن المتمرد هو الشخص الخارج عن طاعة السلطة، والتمرد بأنه صورة من صور الاحتجاج الصريح والمعلن تجاه السلطة والآخرين.

المراهقة والتمرد: يشير يونج (1949) الوارد في الجسماني (1994):إلى أن المراهقة ميلاد جديد للكائن البشري يعي من خلالها وجوده في عالم اكتملت أبعاده، فهي تعد مرحلة تيقظ الشعور، واتجاه القدرات العقلية للمراهق نحو الاكتمال،

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

بحيث تزدهر إرادته واســـتعداداته ويتوقف عن تقبل الأفكار والقيم والمبادئ التي يقدمها له الكبار، وأن سـبب المشـكلات التي تعصـف بحياة المراهق ترجع إلى أنه يمر بمرحلة الأنا ونموها، وعبر عنها بأنها مرحلة الولادة النفسـية التي توصـف بمرحلة الولادة الجديدة للمراهق، والتي تشـكل تغيراً في الانتمـاء الاجتمـاعي، من خلال الانتقال من الانتمـاء إلى فئـة الأطفـال إلى البحـث عن انتماءات جديدة يكون لـه حرية الاختيار فيها، لذا يلازمـه القلق، فلا يدري أي اتجاه يتحرك، وهذه الحيرة تكون من أسـباب تردده وعدم ثبات سـلوكه، وبالتالي إظهار بعض المظاهر السـلوكية غير المقبولة، كالعنف والعدوان والتمرد ... الخ.

لذلك يؤكد القذافي (2000) أن فترة المراهقة تعد فترة تحول، ومنعطفاً خطيراً بين مرحلتين هامتين ،هما الطفولة والنضـج، ولا يقتصـر هذا التحول بمعناه الجسـمي على الشـاب أو الفتاه، بل هناك تغيرات انفعالية وعاطفية واجتماعية هامة ، والتي تعد من أهم ســـمات هذه المرحلة، فبعد أن كان المراهق شـخصـاً يقوده ويوجهه الآخرون أصـبح الآن في وضـع يؤهله لاسـتلام زمام الأمور، واتخاذ قراراته بنفســـه لتحقيق الحاجات التي كان يطمح لتلبيتها، ألا أن الضـــغوط والضـــوابط الاجتماعية تمنعه من ذلك، لا سـيما إذا أدركنا أن حاجات الشـاب والفتاه في مرحلة المراهقة تبدو مختلفة عن الآخرين وكثيرة في الوقت نفســـه ، وقد تكون عشـــوائية تحتاج لتنظيم، ولمن يتفهمها ويتعايش معها، لذلك يأتي الصـدام المتوقع للرغبة في تحقيق هذه الحاجات وإشـباع الدوافع النفسـية والاجتماعية والبيولوجية عند المراهقين بين ثقافة الأســـرة والمجتمع، مما يســـبب في ظهور بعض السلوكيات غير التوافقية لهذه المرحلة كالعنف والعدوان والتمرد.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ويرى كل من ويلر وريس (Wheeler & Reis 1993) أن أشكال هذا الصدام والصراعات لدى المراهقين تختلف باختلاف ردود فعل الأسرة نحو المراهقين حول كل ما يطرحه من أفكار وأراء وسلوكيات، وأن درجة شدة المعارضة له قد تزيد من ردة الفعل لديه بحيث تكون عنيفة ومؤذية أحيانا حتى للمراهق نفسه، ومن بين هذه السلوكيات محاولة خياطة الفم أو الهروب من الأسرة، أو إيذاء الذات بكل إشكاله، أو محاولة الامتناع والإضراب عن الطعام، وكلها أنواع من الاحتجاج والتمرد نحو معاملة الآخرين له، تعبيراً من المراهق عن رفضه لكل ما يحدث من خلال العيش في البيئة التي يحكمها الراشدون وينفردون بها ، ولا يأخذون بعين الاعتبار احتياجاته، ولا يوجد فيها مكان لأفكار الشبان وهمومهم فهي حسب تفكير المراهقين "بيئة قاسية، مليئة بالممنوعات، مقيده للحرية والانطلاق والتفكير.

لذا يؤكد سيرجون انجلش (1994) أن انتفاضة البزوغ للكيان الجديد (المراهقة) تكون في الوقت نفسه انتفاضه في وجه جيل الاباء والكبار ففي هذه المرحلة يبدأ المراهقون بالإحساس بسلطة الأسرة والمجتمع، لذلك يقفون من جيل الآباء موقف القوى المضادة ،فيعتنقون نقيض فلسفاتهم وأفكارهم.

وقد ثارت تساؤلات عديدة عن أسباب تمرد المراهقين، هل هي أسباب كامنة في البيئة – السيكولوجية للشخصية المراهقة أم أنها كامنة في بنية المجتمع الذي تولى تشكيل هذه البيئة ومن هنا تعددت التفسيرات التي تناولت تمرد المراهقين، ومن أهم التفسيرات المبكرة لازمة المراهقة تلك الأزمة التي تظهر من خلالها رفض السلطة والتمرد عليها، وهذا ما أشار إليه هول (Hall) في نظريته التي تعرف باسم الشدة والمحن (Stress and Strain)،

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وتعتمد هذه النظرية على أساس بيولوجي مستند إلى وراثة الخصائص البيولوجية للجنس البشري التي تكمن في تركيب الموروثات ،وأن الفرد ينتقل من مرحلة الطفولة التي تمثل (البدائية) إلى المراهقة التي تمثل (التمدن) ، والتحول الصعب من البدائية إلى التمدن يكون مصحوب بالعديد من صعوبات التكيف، حيث إنها تشهد بزوغ أرق السمات الإنسانية، ويؤكد الجنس تحكمه وتسلطه في مجالات عديدة، وفيها تظهر مشاعر الرفض تجاه سلطة المنزل والمدرسة.(الأشول، 1982).

ويشير الشندويلي (1993) إلى أن فشل الشخص في تنمية هوية شخصية بسبب خبرات طفولةٍ غير سعيدةٍ، أو ظروف اجتماعية محيطة به، يؤدي إلى ما يطلق عليه (اريكسون) Erikson ازمة الهوية (Identity Crisis)، تلك الأزمة التي تؤدي إلى اهتزاز كل مفاهيمه السابقة عن تصور ذاته وإحساسه العميق بالتفاهة وعدم التنظيم الشخصي، وعدم وجود هدف لحياتهم، كما يشعرون بعدم الكفاءة وفقدان الأنا والاغتراب، وأحياناً يبحثون عن هوية سلبية مضادة للهوية التي خططها الوالدان ، وبذلك يمكن إرجاع السلوك الجانح المتمرد لهذه الأسباب

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ويشير صالح (1999) إلى أن هناك عدة إشكال يمكن أن تؤول إليها أزمة الهوية:

1- **الارتباك الحاد:** حيث تداهم الفرد رغبات متناقضة بدرجة تجعله يفقد تحكمه فيها، فيرتبك ويعجز عن التعبير عن رغباته وأرائه بشكل متوائم مع الواقع، فيصبح قلقاً بدرجة تفقده القدرة على جمع إرادته من أجل عمل أي شيء، ويصاب تفكير الفرد بالاضطراب والتقلبات المزاجية، واللجوء إلى السلوكيات غير التوافقية الجانحة المتمردة.

2- **التبلد واللامبالاة:** فعلى النقيض الآخر قد تسيطر على سلوك المراهق نتائج الكبت الشامل و تبلد في المشاعر، فما دامت الرغبات تصاحبها المتاعب، فمن الأفضل أن تكبت ويصبح المراهق نتيجة لهذا، كالاله يتحرك ويتكلم بلا اقتناع أو عمق ،فإذا أطاع فإنها طاعة عمياء وإن رفض فهو رفض.

3- **المغالاة في الرفض:** حيث يتوحد المراهق مع رغباته المتعارضة مع الأسرة والمجتمع، فهو يطلق العنان لرغباته وينقاد لها بدون تحكم، إلا أنه سرعان ما يصطدم بالأسرة والنظم المدرسية والقانون، وفي هذه الحالة فإنه قد يجد في التمرد سنداً له وعوناً في مواجهة هذا الصدام (صالح،1999).

ويرى الباحث أن تمرد المراهقين هو تعبير عن رفض المراهق للبيئة المقيدة التي لا تحترم أفكاره ووجهات نظره، ولا تتيح له مساحة من النقاش والتواصل وتفهم حاجاته ورغباته، كما أن تمرد المراهقين في المدارس يكون نتيجة بعدهم عن مشاركة الكبار فيما يتخذونه من قرارات تتعلق بحياتهم، وإن هذه العزلة تقود إلى التباعد والشك و الانفصال،

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وبالتالي التمرد وإحساسهم بعدم الرضى عن كل ما يحيط بهم في مجتمعاتهم من نظم وأساليب للتعامل، وإحساسهم بالإحباط والغضب والرغبة في التعبير والاحتجاج والعدوان، وبذلك يسعى لأن يكون له دور في الأسرة والمدرسة يميزه عن الآخرين، كما أن أساليب التنشئة الأسرية التي يتلقاها الفرد تؤثر في شخصيته وسماتها، وبذلك تظهر العلاقة بين أساليب المعاملة الوالدية وبين سمات الشخصية. فاللأهل دور رئيس في نشوء مثل هذه السلوكيات، فإذا ما استمروا في معاملته كطفل مدلل وتم إبعاده عن كل أمر، حرصاً على صحته وسلامته، فأنه يتولد لديه روح العزلة والابتعاد عن الأصدقاء، وربما الشعور بالتعالي والأنانية والحساسية الزائدة والتأثر بأتفه الأسباب، وشعوره بأنه منفصل عن محيطه ومجتمعه وأنه ضعيف الشخصية، واستمراره على هذا الوضع سيؤدي إلى مظاهر سوء التوافق الشخصي والاجتماعي، وظهور بعض السلوكيات اللاجتماعية والسلوكيات العدوانية المتمردة، لذا فإن علاج مثل هذه التصرفات والوقاية منها يقع على عاتق مؤسساتنا التربوية ولا سيما الأسرة كأهم مكون لهذه المؤسسات، فعلى الوالدين أن يربوا أبناءهم للزمن القادم وليس للزمن الذي هم فيه حالياً، اخذين بعين الاعتبار كل المتغيرات والظروف التي تخص هذا العصر، وحاجات المراهق وطبيعة تفكيره المتغير مع الزمن.

كذلك فإن النظام الأسري المتماسك يحمي أفراده من الخروج عن دائرة الأسرة أو الجنوح عن حاجاتها المشتركة، خاصة إذا أدرك الشاب المراهق أن أهدافه لا تتناقض مع أهداف الأسرة العامة، وبالتالي يسعى لتحقيقها في نطاق الأسرة، أما إذا شعر العكس فإنه سيلجأ بشكل منفرد لتحقيق ما يعتقد بأنه صواب، بعيداً عن الأسرة ونظامها الذي لا يعتبر نفسه جزءاً منها. وبالتالي الإحساس في الظلم الذي يولد لديه الأفكار السوداوية عن الذات والآخرين والبيئة المحيطة، فلا يجد حلاً سوى الاحتجاج القاسي والتمرد من اجل عقاب الآخرين.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

3.السلوك الانتمائي:-

الانتماء يعني رغبة أي شخص في التواجد مع شخص آخر أو جماعة أو عقيدة أو مؤسسة أو زمان أو مكان، والانتماء رغبة إنسانية إذا لم تتطور لدى الفرد فقد ينمو بدلاًُ منها شعور بالاغتراب أو عدم الانتماء ،وحتى تنمو رغبة الانتماء لا بد من وجود تنمية شاملة في المجتمع لسد احتياجات الفرد الاجتماعية والنفسية والأمنية والسياسية والاقتصادية. يحي(1998).والانتماء في اللغة من –النماء– بمعنى الزيادة –أي زاد وكثر–وأنميت الشئ ونميته جعلته نامياً– ونميته إلى أبيه – عزوته ونسبته ،وانتمى هو إليه –انتسب إليه –أي يرتفع إليه (ابن منظور مجلد 4552،6).

أما الانتماء في قواميس الموسوعات العلمية فيشير بدوي (1999) إلى أن انتماء الفرد إلى الجماعة ينجم عن رغبة الفرد في الانتماء إلى جماعة قوية يتقمص شخصيتها ويجد نفسه فيها ،كالأسرة أو المدرسة أو المجتمع أو النادي أو المصنع وغيرها .

أما عن مفهوم الانتماء في تراث علم النفس فكان أول من تحدث عن الانتماء كمفهوم مستقل بذاته هو (ثورندايك)، حيث يرى أن مفهوم الانتماء يبدأ بارتباطات تتشكل بسرعة بين المثير والاستجابة، ويصفه بأنه صفة لجزء ينتسب بشدة إلى جزء آخر ويكمله .ويشير جلال (1995)إلى أن الانتماء يعني انتماء الفرد إلى ممن يرتبط وإياهم بمصالح وأهداف وآمال ومخاوف، ومعتقدات مشتركة في جماعة واحدة لتوفر له الأمن والحماية وتشبع حاجاته الاجتماعية.

ويرى أبو الفتوح، (1998)

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

أنه عاطفة متبلورة بشـــكل إيجابي حول موضـــوع ما من الموضـــوعات، أو جماعة من الجماعات توفر له الأمن والحماية والأمان وتشبع احتياجاته المختلفة على أن يبدأ تلك العاطفة منذ طفولة المرء الباكرة، لتكون متمكنة في نفسه ليظهر الحب والتقدير والإجلال للمنتمي إليه من خلال سلوكه ومشاعره في شكل اتزان انتمائي .

إما بريكز (Breaks,1983) فيرى أن الانتماء حاجة تدفعنا إلى مشـــاركة الآخرين وحبهم وتكوين الصداقات معهم مع الإحساس بالحب لهذه المشاركة ويعرفه بأنه انتساب الفرد إلى جماعة أو حزب معين أو نادٍ أو وزارة أو مؤسسة، بمعنى كونه عضواً فيها أو واحداً منها له ما لا لأفرادها من حقوق ،وعليه ما عليهم من واجبات . أما شـــيمد (Schmid,1982) فيرى أن الانتماء ســـمة للجنس البشري ككل، سواء أكان هذا الانتماء إلى الأسرة أم المدرسة أم الأصدقاء أو الدولة ككل فالاضطرار إلى الانتماء ما هو إلا رد فعل بشري طبيعي.

أما الكحكي (1998) فترى أن الفرد المنتمي هو الذي يرتبط بجماعة ما ويتوحد بها، وهو الذي يعي أهداف الجماعة ويســـعى إليها وتتوافر لديه مجموعة من الدوافع التي يســـتطيع أن يحقق لها إشباعاً من خلال التفاعل النفسي والاجتماعي مع تلك الجماعات.

ويرى ســـانتش (Santach, 1971) أن الانتماء يعبر عن مشـــاركة الفرد في المنظومة الاجتماعية التي يعيش فيها، للحد الذي يشعره بأنه يصبح جزءاً منها، فلا يمكن الاستغناء عنه أو الاستغناء عنها.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الانتماء من خلال نظريات علم النفس:

وفيما يلي نظرة بعض نظريات علم النفس إلى الانتماء:

1. نظرية المقارنة الاجتماعية (ليون فسنجر، 1954):

وضع افتراضاً مفاده أن الفرد بحاجة ماسة إلى الآخرين، مستنداً إلى أن الفرد لديه حاجة إلى التملك والسيطرة وأن القوى البيئية هي التي تعمل على تقيد الفرد أو تحريره، والفرد يحتاج للتوجيه من المجتمع بقدر ما يرغب المجتمع في توجيه الفرد. لذا فإن الأفراد وخاصة في مرحلة المراهقة والرشد يجدون أنفسهم أمام العديد من الكبار الذين يدربونهم ويعلمونهم ويساعدونهم لتحقيق التوازن الملائم في سلوكهم وتعليمهم ورفاهيتهم. (عبدالرحمن، 1990).

2. نظرية أدلر في الانتماء (Adler):

يرى أدلر أن الإنسان دائماً يعيش داخل السياق الاجتماعي منذ اليوم الأول لحياته. ومن ثم يدخل في شبكة العلاقات الاجتماعية المتبادلة التي تشكل شخصيته، وتزوده بالخبرات من أجل التفوق.وبذلك يأخذ الكفاح من أجل التفوق طابعاً اجتماعياً بعيداً عن المنفعة الذاتية والأنانية (Kalven Hall, 1981).

3. نظرية اريك فروم (Erek Fromme):

يرى أن الإنسان يحكمه عدد من الحاجات الإنسانية، من بينها الحاجة إلى السلوك الإنتمائي والحاجة إلى الهوية. وإن هذه الحاجة تنبع من حقيقة أن الإنسان تمزقت به عرى الوحدة الحيوانية الأولية بالطبيعة،

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

فالحيوان زودته الطبيعة بما يواجه من الظروف، أما الإنســـان فعليه أن يصـــنع علاقاته الخاصـــة به، والأكثر تحقيقاً للإشـــباع، وهي تلك القائمة على الحب والفهم والاحترام والرعاية المتبادلة، والعمل بروح المشاركة والخضوع للسلطة والامتثال للجميع.

لذلك يؤكد (فروم) أن الإنسان يحتاج إلى الإحساس بالانتساب لأخيه الإنسان والإحساس بالســـمو وأن حاجة الإنســـان إلى الانتماء تعمل على ظهور الشـــعارات الحزبية والطقوس الدينية والمعاصرة والإحساس بالأصالة. السيد(عبدالرحمن، 1996).

فنيات الإرشاد والعلاج النفسي الجماعي للمراهقين:

من المفيد في هذه الدراسة التعرف على بعض الفنيات الإرشادية والعلاجية التي وضعتها المناهج النظرية المختلفة للإرشاد والعلاج النفسي الجماعي للمراهقين منها:

أولا: العلاج السلوكي – المعرفي:

يرى بيرســـون(Persons,1989) أن العلاج الســـلوكي – المعرفي في الأســـاس نموذج تدريبي أو تعليمي يكتســـب الأفراد من خلاله المعرفة والمهارات، ليتمكنوا من خلاله تغيير معرفتهم وسلوكياتهم ومزاجهم .

وقد ركّز العلاج الســـلوكي على العلاقة بين الســـلوك الظاهر والمتغيرات البيئية الخارجية، وتجنّب الخوض في الحياة العقلية والعمليات النفسية الداخلية، ولكن هذا الوضع بدأ يتغير مع بداية الســـبعينيات من القرن الماضـــي، حيث أصـــبح العاملون في ميدان العلاج الســـلوكي يبدون اهتماما أكبر بتحليل وتعديل العمليات المعرفية من مثل التخيّل، والتفكير، والحديث الذاتي ... بهدف تغيير السلوك الظاهر.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وقد انتهى هذا الدمج بين العلاج السلوكي وأساليب العلاج المعرفية بميلاد المجال المعروف باسم العلاج السلوكي – المعرفي (Granvold,1994).

ويضيف كرانفولد (Granvold,1994)، أن منحى العلاج السلوكي التقليدي لا يعطي اهتماماً كافياً للعلميات المعرفية، ولا يقدم تفسيراً شاملاً للظواهر السلوكية، وأن قوانين التعلّم أكثر تعقيداً من تلك المتصلة بالمظاهر السلوكية الظاهرة التي يتناولها هذا المنحى، فجاءوا بأساليب العلاج السلوكي – المعرفي، والذي يرتكز ويؤكد على أن العمليات المعرفية لها دور حاسماً في تشكّيل السلوك الظاهر وينبغي أخذها بعين الاعتبار حتى ولو لم تكن قابلة للملاحظة المباشرة والدراسة الموضوعية. ويقوم العلاج السلوكي – المعرفي على افتراض أن الإنسان ليس سلبياً، فهو لا يستجيب للمثيرات البيئية فحسب، ولكنه يتفاعل معها ويكّون مفاهيم حولها وهذه المفاهيم تؤثر في سلوكه، وبمعنى آخر يعتقد أتباع العلاج السلوكي – المعرفي أن هناك تفاعلاً متواصلاً بين المؤثرات البيئية والعمليات المعرفية والسلوك.

ويسمي باندورا (Bandura) هذا التفاعل بالحتميّة المتبادلة (Determinism Reciprocal)، وما يعنيه ذلك أن الإنسان يطوّر مفاهيم معينة عن المثيرات البيئية وعلاقتها بعضها ببعض وهذه المفاهيم بدورها تؤثر في ردود الفعل التي تحدث لديه والسلوك الذي يصدر عنه. وهكذا فإن دراسة العلاقة بين المثيرات والاستجابات بحد ذاتها لا تكفي ، ولكن لابد من دراسة العمليات المعرفية التي تتوسط هذه العلاقة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

فالإنسان عندما يتعرض لمثير معين فهو يُعطي تفسيراً له. والاستجابة التي تصدر عنه تعتمد بالضرورة على معنى المثير والتفسير الذي يعطيه الإنسان له. ويعتقد أتباع العلاج السلوكي-المعرفي أن هذه الحقيقة هي التي تفسر استجابة الناس بطرق مختلفة للمثيرات المتشابهة. وفي هذا الصدد، يمكننا أن نذكر المأثور في ميدان العلاج السلوكي – المعرفي هو (أن الإنسان لا ينزعج من الأشياء التي تحدث له بحد ذاتها وإنما من تفسيره لتلك الأشياء). وبناء على ذلك يحاول أتباع العلاج السلوكي – المعرفي تغيير السلوك من خلال التركيز على كيفية إدراك الفرد للمثيرات البيئية وتفسيره لها، وليس من خلال تغيير الظروف البيئية نفسها بطريقة مباشرة كما هو الحال في العلاج السلوكي عموماً. ويتضح الاهتمام المتزايد بأساليب العلاج السلوكي – المعرفي من خلال المؤلفات العديدة والبحوث العملية التي ظهرت في العقدين الماضيين (الخطيب،2001).

ومن الجدير بالذكر أن الذي وضع وجهة النظر هذه (العلاج السلوكي – المعرفي) هو ميكينيوم (Meichenbaum)، حيث لاحظ عندما كان يعمل على تدريب مرضى الفصام باستخدام الإشراط الإجرائي أن بعض المرضى كانوا يرددون العبارات نفسها أثناء مقابلات المتابعة. وبذلك ابتعد هذا الأسلوب عن الإشراط الإجرائي المعروف من حيث إدخاله عنصراً معرفياً في العلاج، ممّا أدى به إلى أن يتجه في تعديل سلوك الأطفال الذين يعانون من اضطرابات سلوكية مثل (الاندفاعية والنشاط الزائد، والعدوانية) إلى استخدام طريقة التعليمات الذاتية (Self-instructions)، حيث لاحظ أن استخدام هذه الطريقة مع طرق الإشراط الإجرائي أدى إلى إعطاء نتائج أفضل. (Patterson,1986).

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ويركز العلاج السلوكي – المعرفي عند التعامل مع الأطفال على أن السلوك المشكل، والمخاوف، والاكتئاب، والانسحاب الاجتماعي سببها نقص المعرفة أو التشوهات المعرفية أو المعتقدات غير العقلانية. كما يؤكد هذا الأسلوب العلاجي على أن أخطاء التفكير الداخلية (العمليات المعرفية) هي التي توجه انفعالات وسلوكات الأطفال، وعندما يتّم بيان (كشف) أخطاء المنطق والتفكير لدى الأطفال، فإنه يصبح بإمكانهم أن يقوموا يتصحيح العمليات المعرفية الخطأ، وكنتيجة لذلك فإن انفعالاتهم وسلوكاتهم ستتغير ، (Granvold,1994).

ويشير براسول وكندال (Braswell & Kendall ,1988) إلى أن الأفراد الذين يعانون من مشكلات انفعالية وسلوكية بسبب نقص القدرة على التعامل مع الآخرين والناتج عن نقص المهارات، يمكن مساعدتهم عن طريق تعليمهم مهارات حل المشكلات، وإدارة الذات، والاستماع لوجهات نظر الآخرين وإنشاء علاقات يسودها الألفة مع الآخرين.

لذلك فإن أساليب العلاج السلوكي المعرفي المستخدمة في البرامج الإرشادية لمساعدة الأفراد في التخلص من مشكلاتهم النفسية والسلوكية تعتمد على التدريب على المهارات الاجتماعية وما يتضمنه من أساليب تدريبية مثل، التدريب على تأكيد الذات، ولعب الدور، والتعزيز، والنمذجة، والتعليمات الذاتية، والواجبات البيتية ... الخ.

إضافة إلى أسلوب **إعادة البناء المعرفي** الذي يفترض أن الاضطرابات الانفعالية إنما هي نتيجة لأنماط من التفكير غير التكيفي .. وتكون مهمة المعالج هي إعادة بناء هذه الجوانب المعرفية المتصلة بعدم التكيف ، (Granvold,1994).

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

والجدير بالذكر أن أول من وصـــف هذه الاســـتراتيجية هو لازاروس (Lazarus) ثم قام بتطويرها ميكينيوم (Michenibaum) تحت اسم تعديل السلوك المعرفي، وتركز هذه الاستراتيجية على تحديد معتقدات المسترشد غير العقلانية وعباراته وأفكاره السلبية، ثم تبديلها بمعتقدات عقلانية وبعبارات وأفكار إيجابية، وقد تم اســـتخدام إعادة البناء المعرفي في علاج قلق الامتحان، والقلق الاجتماعي، وتعديل الســلوك العدواني، والســلوكيات غير المؤكدة، وتحســين مفهوم الذات، وكذلك لمعالجة العديد من المخاوف المدرســـية، كما تم اســـتخدامه في العلاج الزواجي وعلاج الاكتئاب (Cormier and Cormier, 1991).

أما خطوات اســـتخدام إعادة البناء المعرفي كما يشـــير لها كورمر (Cormier and Cormier, 1991) فهي على النحو التالي:

أ- **تقديم مبرر منطقي (Rationale) للمعالجة:** حيث يتم إعطاء مقدمة وشـرح مبسـط لهذه الإسـتراتيجية، كما يتم توعية المسـترشـد بالعوامل المسـببة للمشـكلة والعلاقة بين الأفكار الهدامة للذات (الســـلبية) والمشـــكلة، والفرق بين أنماط التفكير التكيفية وأنماط التفكير الهادمة للذات (الأفكار السلبية).

ب- **تحديد أفكار المســترشــد في مواقف المشــكلة:** وهذا يتضــمن تحليل أفكار المســترشــد المتعلقة بالموقف أو المشـــكلة، كما يتم وصـــف الأفكار قبل المشـــكلة (الموقف) وأثناء الموقف وبعد الموقف الضـــاغط، كما يطلب من المســـترشـــد أن يقوم بنمذجة أفكار من خلال مراقبته الذاتية لنفسه.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ج- **تقديم وممارســـة أفكار التكيف:** ونحاول هنا الانتقال من التركيز على الأفكار الســـلبية الهدامة إلى الأفكار المتعارضـــة معها ، أو ما يســـمى بأفكار التكيف أو الأفكار الإيجابية، حيث يقوم المرشد بشرح هذه الأفكار، وتقديم أمثلة عنها للمسترشد. ثم يطلب المرشد من المسترشد أن يعطي (يقدم) أمثلة مناسبة له ويقوم بلفظها بصوت مرتفع عدة مرات.

د- **الانتقال من الأفكار الهدامة للذات (السلبية) إلى أفكار التكيف (الإيجابية):** حيث يتم هنا استخدام الأفكار الهدامة (السلبية) كمؤشر للانتقال إلى الأفكار الإيجابية (أفكار التكيف)، وبعد أن يقوم المرشـــد بتوضـــيح ذلك يتم تدريب المســـترشـــد على عملية تبديل الأفكار الهدامة السلبية للذات بأفكار ايجابية تكيفيه .

أساليب وفنيات العلاج السلوكي المعرفي: يرى الباحث على أنه ليست هناك وسيلة أو أسلوب واحد يمكنه أن يتحكم تماما في مواجهة المشكلات السلوكية للمراهقين، فبالإضافة لعملية التعليم والفهم فإن الأساليب والفنيات المعرفية مع تغيير المسترشد لنمط الحياة، يشكل ذلك كله عملية جمعية في مواجهة المشكلات النفسية والسلوكية.

ويتميز المعالج الســـلوكي المعرفي بمرونته وتكيفه مع متطلبات كل حالة، ولهذا تتكاثر طرقه–كما وكيفا– تبعا لمتطلبات الحالة وطبيعة المشـــكلة. ولكن تنوع هذه الأســـاليب قد يثير أمام المعالج مشـــكلة تتعلق بأي هذه الأســـاليب يبدأ وعلى أي أســـاس يختار أســـلوبا دون الآخر، ومتى يجمع بين أكثر من أسلوب أو فنية معا عند التعامل مع المسترشد ، ولكن المعيار الملائم هنا الذي يجب أن يراعيه المعالج عند اختيار فنياته العلاجية هو ملاءمتها لطبيعة المشـــكلة أو الاضـــطراب. وأيضا متمشية مع شخصية المسترشد والعمر الزمني وما يتطلبه من علاج.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وخلاصـــة القول، إذا كانت مشـــكلات المراهقين تعبر عن نفســـها بأبعاد وجوانب متعددة (التغيرات الانفعالية – الجوانب الســـلوكية – الجوانب المعرفية) مجتمعة فإن من المنطقي أن يكون العلاج النفســـي الفعال هو الذي يســـتطيع أن يخاطب تلك الجوانب والأبعاد بالتعديل والتغيير، وتســـتخدم العديد من الفنيات المعرفية (Cognitive Techniques) في علاج الكثير من حالات المشكلات السلوكية للمراهقين وما يصاحبها من جوانب التشويه المعرفي ومن هذا المنطلق سيقوم الباحث بطرح بعض الأساليب والفنيات العلاجية للعلاج السلوكي المعرفي بناءً على الآراء النظرية لكل من ميشـــنباوم (Meichenbaum,1976) والبرت اليس(Ellis, 1993-1997) وبيك (Beck.1979-1967)، ومن هذه الأساليب والفنيات:

١- تنمية الوعي بعمليات التفكير:

إن الاضطرابات الشخصية بأشكالها المختلفة عادة ما يصاحبها طرق غامضة متناقضة من التفكير عن الذات وعن البيئة، ولهذا فيجب أن تعتمد سياسة العلاج النفسي إلى تغير مفاهيم العميل حتى تيسر له التغير في سلوكه المضطرب، فالفكرة الرئيسة التي يعتمد عليها تعديل التفكير ترى أنه لا يمكن الفصل بالنسبة للسلوك الإنساني بين جوانب التفكير والانفعال والسلوك، فجميع هذه الجوانب تتفاعل فيما بينها ويكمل بعضها بعضا، فالقيام بعملية التفكير في حل مشكلة معينة أو موقف معين تصاحبه جوانب انفعالية متعلقة بالموقف أو الموضوع الذي أفكر فيه، فضلا عن ظهور جوانب حركية وسلوكية تصاحب عملية التفكير والانفعال. وعندما يسلك إنسان معين مسلكا نتيجة لمنبه خارجي فإن التفكير يتوسط ظهور هذا المنبه والاستجابة له،

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

فالتفكير إذاً يكون بمثابة همزة الوصل بين الاستجابة (انفعالية–سلوكية) والموقف الذي يسببها.(الطيب،1996) .

2- أسلوب لعب الأدوار:

يقوم جزء كبير من نجاح الأشخاص اجتماعياً على قدرته على القيام بالدور المطلوب منه قياماً ناجحاً واثقاً، لهذا يستخدم المعالجون السلوكيون أساليب متعددة لتدريب المرضى على إتقان أدوارهم في الحياة وتعلم مهارات اجتماعية تتطلبها العلاقات بالآخرين، وبالتالي توقعاتهم عنها ويستخدم أسلوب لعب الأدوار في الحالات التي يكون من المطلوب فيها أن يدرب العميل نفسه على تحمل الإحباط والتحكم في الغضب–وتجنب الاندفاعات الحمقاء، ويتم ذلك من إثارة مواقف في جلسات العلاج بطرق التخيل ، ويكون من شأنها إثارة الغيظ أو الغضب أو الإحباط، ومن خلال ذلك يقوم المعالج على تدريب العميل على إظهار استجابة ملاءمة تدل على ضبط النفس والثقة، ومن المعروف أن التغير الناتج عن لعب الأدوار يرجع إلى استباق حدوث الأشياء قبل وقوعها، فالفرد من خلال القيام بلعب أدوار مختلفة تمثل المواقف التي تؤدي إلى التوتر و الاضطراب السلوكي والانفعالي سيمكنه من أن يستبق من خلال التفكير في هذه المواقف التغير أو السلوك الذي سيحدث، ومن ثم فهو سيدخل المواقف الحية بثقة أكبر، فضلا عن أن هذه المشاعر الإيجابية التي تسيطر عليه بعد أن يثق بتمثيل الدور بطريقة انفعالية سلوكية ملائمة للاضطراب يتولد من التفكير في الأمور أكثر مما يتولد عن تلك الأمور ذاتها. (Brown,1998)

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

3- الحوار الذاتي:-من الأفكار الأساسية في النظرية المعرفية أن الإنسان يسلك بحسب ما يفكر، وفي ميدان ممارسة العلاج الذاتي ينصب جزء من دور المعالج على تدريب الأشخاص لتعديل مستوى أفكارهم (أي ما يقولونه لأنفسهم) في مواقف الحياة المختلفة وخاصة المواقف التي تثير الاكتئاب والقلق وعدم الثقة، إن الحوار مع النفس عند أي نشاط معين من شأنه أن ينبه الفرد إلى تأثير أفكاره السلبية في سلوكه،وحديث المرء مع نفسه وما يحويه من انطباعات وتوقعات عن المواقف التي تواجهه هو السبب في تفاعله المضطرب، ولهذا يعتمد المعالج السلوكي المعرفي على محاولة تحديد مضمون مثل هذا الحديث والعمل على تعديله كخطوة أساسية في مساعدة الفرد على التغلب على اضطرابه، خاصة المواقف التي تستثير الاكتئاب والقلق والضغط وعدم الثقة. (إبراهيم ،1994)

4- إعادة البناء المعرفي (Cognitive Restructuring):

وتنطلق هذه الفنية من أن المعتقدات والأحداث الخارجية هي المسئولة عن مشاعر الأفراد، فالكائنات البشرية تفكر وتنفعل وتسلك في وقت واحد بأسلوب غير وظيفي (أو بقدر ما وظيفي)، وأن تفكيرهم لا يؤدي فقط إلى الانفعالات والأنشطة المضطربة، ولكن ينشأ بطريقة مغرضة إلى حد ما عن تلك الانفعالات والأنشطة، ويقول أليس (Ellis,1979): إن الناس إلى حدٍ ما لا يتصورون فقط الضواغط الأصلية التي يعيشونها، ولكن يحدثون أيضا ردود الأفعال الزائدة عن تلك الضواغط، فمن ثم يزيدون من ظلمهم المفروض على الذات بأن يكبحوا أنفسهم بأنفسهم المكبوحة، ولذلك يزيد من خطورة الضغط والحركة المفرغة.(عبدالرحمن ، 1995)

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ويحاول كل من أليس (Ellis,1978) في نظرية العلاج العقلاني الانفعالي Rational Emotive Therapy وميشنباوم (Meichinbaum,1985) في التدريب ألتحصيني ضد الضغط Stress Inoculation Training، ولارزاس (Lazaurs,1976) في العلاج ذات النموذج المتعدد Multi-Model Therapy، استخدام إعادة البناء المعرفي في مواجهة الكثير من المشكلات الانفعالية والسلوكية والنفسية، وتهدف هذه الفنية إلى إحلال مشاعر إيجابية محل المشاعر السلبية، ومهمة المعالج هي أن يعمل مع الأفراد الذين يعانون من الاضطرابات أو الذين تثقل كاهله مشاعر القلق الشديد أن يوضح لهم:

أ- إن الصعوبات التي يعانون منها تنجم إلى حد كبير من إدراكهم المشوه وتفكيرهم غير المنطقي.

ب- إن هناك طريقة لإعادة ترتيب إدراكاتهم وإعادة تنظيم تفكيرهم من أجل القضاء على السبب الأساسي لصعوباتها، وهذه الطريقة وإن كانت بسيطة نسبيا إلا أنها تتطلب بذل الجهد. (الطيب، 1996).

5- المراقبة الذاتية (Self Monitoing):

يشير باول واينرتش (Pawll and Enright,1990) إلى أن مراقبة الذات تعد جزءا من إجراءات التقييم، وأيضا جزءا من المعالجة، فيقوم المعالج بإعطاء العميل عدد من استمارات التسجيل ويطلب منه وضع مدخلا فيها كلما لاحظ زيادة غير مناسبة في القلق أو الضغط النفسي أو السلوك المضطرب ، فيقوم العميل بتسجيل وقت ومصدر المواقف التي تسبب له الانزعاج والأعراض الجسدية والأفكار التي صاحبته

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

، وأيضا تساعد مراقبة الذات المسترشد على رؤية متاعبه بشكل مختلف فتشجعه على المحاولة أن يكون موضوعياً مع نفسه، مما يساعده على تحديد مشكلته بأسلوب سلوكي معرفي متعلم، ومن ثم تستخدم المعلومات من قوائم مراقبة الذات في الجلسة التالية كأساس للنقاش، وتعد هذه الوسيلة وسيلة مقبولة تماما فتتزايد السلوكيات المرغوب فيها وتتناقص السلوكيات غير المقبولة عندما يتم مراقبتها.(إبراهيم ، 1994).

6- الواجبات المنزلية (Homework Assignments):

يشير برون(Brown ,1998) إلى أنه لكي يتمكن العميل من تعميم التغيرات الإيجابية التي يكون قد أنجزها في الجلسات العلاجية، ولكي تساعده على أن ينقل تغيراته الجديدة إلى المواقف الحية، ولكي يقوى ويدعم أفكاره أو معتقداته الصحية الجديدة، يتم توجيهه وتشجيعه على تنفيذ بعض الواجبات المنزلية. وتعد هذه الواجبات بطريقة خاصة، بحيث تكون مرتبطة بالأهداف العلاجية، وبشكل عام قد تكون الواجبات المنزلية معرفية أو سلوكية كأن يطلب العميل أن يدخل في سلسلة من المواقف ثم يوجهه إلى أن تكون معرفية كأن بطلب من العميل ممارسة بعض المهارات المعرفية كالإصغاء الإيجابي، واستخدام عبارات ذات محتويات انفعالية متنوعة عند التعامل مع الآخرين.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

7- استخدام الاستبيانات والقوائم:

تفيد الاستبيانات (المتابعة) والقوائم كل من المعالج والعميل لعدة أسباب، فهي تساعد على وضع الإطار العام لمشكلة العميل، ويكون ذلك في شكل الاضطرابات والأعراض الجسدية والأفكار المرضية وسلوك التجنب وبعض الآثار على بعض مجالات الحياة اليومية. وبمجرد وضع هذا الإطار يمكننا التدخل في هذه المجالات المحددة، ولهذا تشكل معلومات القياس النفسي الكمية أساسا مفيدا يمكننا التعامل على أساسه وقياس التقدم من خلاله. ويمكن ذلك المعالج من معرفة مدى فاعلية تدخله، ولهذا فإن البيانات الكمية هي حجر الأساس في الجلسات العلاجية.(عبدالرحمن،1995)

ثانياً: العلاج العقلاني الأنفعالي السلوكي: Rational Emotive Behavior Thorpy (R.E.B.T)

يقول أليس Ellis إن كثير من المبادئ التي تستند إليها نظرية العلاج العقلاني الانفعالي ليست بالجديدة فبعضها في الواقع تم صياغتها من عدة الآلف من السنين، وبصفة خاصة على يد الفلاسفة اليونانيين والرومانيين، وعلى يد بعض المفكرين البوذيين القدماء، وربما يكون الجديد هنا هو تطبيق بعض وجهات النظر المختلفة بطريقة راديكالية، على العلاج النفسي، وتقوم الدعائم النظرية للعلاج العقلاني على الفرض القائل بأن التفكير والانفعال الإنساني ليس بعمليتين متباينتين أو مختلفتين، وإنما تتدخلان بصورة ذات دلاله، وأنهما -لكل الأغراض العملية- يعتبران من عدة نواح نفس الشيء أساساً

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وكما هو الحال بالنسبة لعمليتي الحياة الأساسيتين الحس والحركة فإن بينهما علاقات متبادلة بصورة متكاملة ولا يمكن النظر اليهما في انفصال عن بعضهما بصورة تامة (عبدالخالق ، 1996).

وبالتالي فإن تفسير الفرد لأحداث الحياة التي يمر بها واعتقاده بأنها مؤلمة أو محزنة هذا التفسير هو المسئول عن الاضطرابات النفسية والسلوكية التي يعاني منها الفرد ومن هنا تظهر أهمية الجانب المعرفي للفرد بطريقة تسمح بتناول الأمور بطريقة عقلانية ومنطقية، حيث إنه حينما تناقش أحد الأفكار أو المعتقدات التي يؤمن بها الفرد ويعتقد فيها بغرض توضيح العلاقة بين هذه المعتقدات و ما يعانيه من اضطرابات نفسية، فإن من المحتمل إجراء تغير لهذه المعتقدات والأفكار بشكل يؤدي إلى إعادة توازنه الانفعالي والنفسي (عبدالرحمن، 1998).

ولكن بدءاً من 1993 كما يذكر عبدالرحمن (1998) كان هناك إصرار من Ellis على تغيير عنوان علاجه إلى العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي (R.E.B.T) وذلك نتيجة لنقده الفاحص لعلاج (R.E.T)وفي الوقت نفسه ليبين الطبيعة الانفعالية لهذا العلاج وليؤكد وجهته السلوكية المعرفية وكان الانتقال لإضافة مصطلح السلوكي إلى علاجه تطوراً طبيعيا نتيجة اتفاقه مع العلاج السلوكي في كثير من فنياته ومصطلحاته، من قبيل أن كلا العلاجيين يهدف إلى تعديل الاتجاهات التي تقوم بدورها إلى تغيير انفعالي بالإضافة إلى استخدام كلا العلاجيين الفنيات التالية: توافر البدائل- التعرض- الواجبات المنزلية- الاسترخاء- تنمية المهارات- فاعلية الذات- التدريب على المهارات الاجتماعية.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ويضـــيف برون (Brown ,1998) أن الفكرة الأســـاســـية في العلاج العقلاني الانفعالي (R.E.T) من أن الاضـــطرابات تنبع من التفكير غير المنطقي، وقد أشـــار أليس Ellis إلى ذلك بتعبير A.B.C.D.E فتشـير (A) إلى المثير الخارجي أو حدث نشـط الذي يسـتجيب له الفرد و (B) الأفكار أو المعتقدات أو التعبير اللفظي الذي يظهره الفرد في استجابته لـــ(A) و (C) تشير إلى النتائج أو العواقب التي يمكن أن تكون انفعالية أو سـلوكيه عن (A) كالغضـب، والشـك، عدم الثقة و(D) تتضـــمن محاولة العميل أو المعالج في مجادلة المعتقدات غير المنطقية بطريقة أكثر عقلانية، وذلك بتحدي أفكار الشـــخص في المرحلة (B)، ويتم اختبار الافتراضـــات والحد من المبالغات ومناقشـــة البدائل و (E) تشـير إلى إثارة المواجهة للمعتقدات غير المنطقية بطريقة أكثر عقلانية وبدرجة بناءة في التغلب على الضـــغوط و المشـــكلات أو بمعنى آخر إعادة التقييم للحصول على تأثير جديد.

ويضـيف عبد الخالق (1996) أن أليس Ellis يذكر أن العلاج العقلاني الانفعالي يركز على أهمية العناصر المعرفية في إحداث التغيير الوجداني والسلوكي، ويوضح الحقائق التالية:

1- التكامل بين المعرفة والانفعال والسلوك في إحداث الاضطراب.

2- أهمية المعارف الأولية في الخلل الوظيفي السلوكي والانفعالي.

3- أســـبقية الإلحاحات المطلقة "Musts" والمتطلبات التي تقع تحت الأفكار أو المعتقدات اللاعقلانية التي تقود إلى القلق والاكتئاب.

4- التميز بين المشاعر الصحيحة والخطأ.

5- تعليم العملاء عدم إصدار أحكام عامة على أنفسهم.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

6- تعليم العملاء استخدام الطرق العلمية في التغلب على المشكلات العصبية.

ويفترض العلاج العقلاني الانفعالي (RET) أن الناس يقودون أنفسهم للاضطراب من خلال التفكير في عجز الذات اللامنطقية والطريقة غير الواقعية خاصة عندما يرفع الفرد الرغبات والتفصيلات الواقعية الخاصة به إلى متطلبات وضرورات ملحة ومتصلبة Dogmatic, وتكون بعض الأفكار والمعتقدات اللاعقلانية واضحة وصريحة بينما يكون بعضها ماكراً وخادعاً Subtle (and Tricky) ومن المفترض أن هذا النوع من الأفكار عندما يعمل مع الجمود والتفكير الاجتراري والإفراط في التشاؤم يجعل الناس أكثر عرضة للاضطراب وأقل مقاومة للتخلص منه. (إبراهيم ،2002).

ويضيف مايكل وآخرون (Michel, etal,) الوارد في عطيه(2000) أن العلاج العقلاني يهدف إلى استبدال التفكير غير المنطقي بالتفكير التجريبي للحد من المعتقدات غير المنطقية وما يتبع عنها من مشاعر.

ويقودنا هذا إلى ضرورة الإلمام بأنواع الأساليب الفكرية والمعتقدات الخطأ التي تؤدي إلى الاضطرابات الانفعالية والسلوكية كما أوردها أليس(Ellis ,1977) .

1- فكرة أن يكون الشخص محبوباً من كل الناس ومؤيدا من الجميع المهمين في حياته.

2- فكرة أن بعض تصرفات الناس خطأ أو شريرة وأن من يفعلها يجب أن يعاقب بشده.

3- فكرة أن يكون الأمر مزعجا للغاية إلا إذا أصبحت الأشياء مثلما يريدها الشخص.

4- فكرة أن الأشخاص والأحداث الخارجية هي التي تفرض على الإنسان التعاسة.

5- فكرة أنه إذا كان هناك شيء خطير أو يستدعي الخوف، فعلينا أن نكون منزعجين بشأنه.

6- فكرة أنه من الأيسر تجنب الصعوبات والمسئوليات بدلا من مواجهتها.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

7- فكرة أن الإنسان يحتاج لشيء ما أقوى أو أعظم من نفسه لكي يعتمد عليه.

8- فكرة أن يكون كفؤاً وذكياً للغاية ويستطيع تحقيق كل شيء.

9- فكرة أن شيئاً ما قد أثر بشكل قوي في حياة الشخص مرة فإنه سوف يؤثر فيه على الدوام.

10- فكرة أن الشخص يجب أن يكون لديه التحكم في الأشياء.

11- فكرة أن السعادة الإنسانية يمكن تحقيقها بدون جهد.

12- فكرة أن الشـــخص ليس لديه تحكم في الانفعال وأنه لا يســـتطيع التوقف عن الانفعالات بأشياء معينة.

وعلى هذا فالعلاج العقلاني الانفعالي السلوكي يسعى إلى تقليل القلق أو قهر الذات وتزويد العميل بالطرق التي تمكنه من التحليل المنطقي لأفكاره معتمدا على عدة فنيات منها:

- أساليب معرفية تسعى إلى تخلي العميل عن طلب الكمال والفصل بين معتقداته اللاعقلانية وذاته ومشكلاته، إعادة تمحيص الأفكار، تقديم الشرح والمعلومات.

- أساليب تدعيميه مساندة تقوم على التحويل، إشباع المطالب، التخلي عن المطالبة.

- أســـاليب انفعالية إظهارية تقوم على التقبل، لعب الدور، النمذجة، الوعظ العاطفي، الفكاهة والمرح، مهاجمة مشاعر الخزي والدونية، المواجهة الانفعالية.

- أساليب سلوكية في صورة واجبات منزلية-الاشتراط الإجرائي، الاسترخاء، الخيال العاطفي العقلاني..

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ثالثاً: التدريب التحصيني ضد الضغط Stress Inoculation Training (SIT)

ويرى ميشـــنباوم (Meichenbaum,1976) أن تعديل الســـلوك معرفيا يتم عن طريق تقديم التعليمات للذات، والتي تتركز على تعليم العملاء كيفية التخطيط والتفكير قبل الاســـتجابة وتعليمهم ضرورة التوقف والنظر والاستماع جيد قبل صدور أي استجابة ومساعدتهم على استخدام الحوار الداخلي وتقديم التعليمات للذات قبل الاندفاع والإســـراع في الأمور، حيث تبين أن التخلص من المشكلة يعني التخلص من التحدث إلى الذات بطريقة انهزامية وسلبية واستبداله بالتحدث إلى الذات بطريقة أكثر إيجابية .

ويشير (Granvold,1994). أن إستراتيجية التدريب التحصيني ضد الضغط تتكون من ثلاث مراحل متداخلة خلال عدة أسابيع من العلاج كما يلي:

أ- مرحلة التصور العقلي أو تكوين المفاهيم (Conceptualization Phase):

وفيها يتعاون المعالج مع المفحوص في إقامة علاقة تعاون ودية، و يتبع ذلك تقديم بعض المعلومات عن مفهوم الضغط النفسي، وهي تقويم شامل يحدد أسباب المشكلة و تكوينها وخطة العلاج النموذجي العقلي، كذلك حث العميل على التعرف على الضـــغط النفســـي بمكوناته السلوكية والفسيولوجية والمعرفية كذلك تأثيره في مستوى الأداء وأيضا يتم مساعدة العميل على تعلم كيفية تحديد واستخراج الأفكار التي تحبط الذات ،والتي تسهم في الإحساس بالضغوط.

ب- مرحلة اكتساب المهارات و التدريب عليها (Skills Acquisition Phase):

وفيها يتدرب المفحوص على المهارات الضرورية لمواجهة الضغوط النفسية من خلال التدريب على خطوات حل المشكلة (Problem solving)

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

والتدريب على إعادة البناء المعرفي (cognitive restructuring)، بالإضـافة إلى النهوض بوعي الذات لدى المفحوص من خلال المراقبة الذاتية (Self-Monitoring)، وبالتالي يصبح المفحوص على وعي وإدراك للأفكار السـلبية الهادمة للذات، كما يتم تدريبهم على طرح أسـئلة عن أفكارهم المحددة عن هدم الذات والبحث عن تفسيرات بديلة لمواجهة الضغط.

ج- مرحلـة التطبيق والمتابعة (Application Phase):في هذه المرحلة يتدرب المفحوص على مهـارات المواجـه (Coping Skills)، وذلـك من خلال التعرض للمواقف الضـــاغطـة والتدريب على مواجهتها وبناء الثقة الذاتية ووضـع سـياسـات لمواجهة الإخفاق وترتيب المتابعة ومناقشة التدعيم-تعزيز الاستخدام المستمر للاستراتيجيات في مواقف مستقبلية.

ثانياً: الدراسات السابقة:

حظيت مرحلة المراهقة باهتمام الدراسـات النفسـية والاجتماعية، بحيث يمكن القول إن هذه المرحلة من المراحل التي نالت قسطاً وافراً من البحث والدراسة.

وتعد الاضـطرابات النفسـية للمراهقين من المواضـيع التي تناولها العديد من الباحثين الذين حاولوا من خلال تلك الدراسـات، التعرف على أسـباب تلك الاضـطرابات وإشـكالها وربطها ببعض المتغيرات، لما لها من آثار بارزةً على الصـــحة النفســـية والجســـمية للفرد، إلا أن مشـــكلة التمرد للمرهقين كسـمه مسـتقلة لم تحظَ باهتمام المختصـين بالصـحة النفسـية بالدراسـة والبحث كمشـكله اجتماعية تحتاج إلى البحث والتقصـــي، للوصـــول بها إلى العلاج الناجع الذي يحد من خطورتها بالنسبة للمدرسة والأسرة والمجتمع،

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ولما لهذا المشكلة من أثار سلبية على ممارسة السلوكيات غير الانتمائية، سواء تلك الموجهة للمدرسة أو الأسرة أو المجتمع، لذا فقد ندرت الدراسات في مشكلة تمرد المراهقين كسمة مستقلة خاصة على المستوى المحلي والعربي.

ومن هنا فإن الباحث سيلقى الضوء على عدد من الدراسات العربية والأجنبية المتاحة ذات العلاقة في مشكلة الدراسة ،والإفادة من الدراسات التي تناولت سلوك العنف والعدوان، للتعرف على أهم النتائج التي توصل إليها الباحثون في مجال الاضطرابات السلوكية والنفسية للمراهقين والبرامج الإرشادية الموجهة لهذه الفئة، وسيتم عرض هذه الدراسات ضمن المحاور التالية:

- **الدراسات التي تناولت تمرد المراهقين وسلوك العنف والعدوان .**
- **الدراسات التي تناولت السلوك الانتمائي.**
- **الدارسات التي تناولت البرامج الإرشادية للمشكلات السلوكية للمراهقين.**

وسيعرض الباحث فيما يلي أهم الدراسات لكل محور من المحاور الثلاثة:

1- دراسات تناولت السلوك التمردي للمراهقين والعوامل المؤثرة فيه:

لاشك في إن مشكلة التمرد من المشكلات النفسية والسلوكية، والتي تلاحظ بشكل واضح في مرحلة المراهقة، ويعود ذلك إلى ما تتصف به مرحلة المراهقة من تغيرات فسيولوجية ونفسية وانفعالية تؤثر في سلوك المراهق، من أجل ذلك لا بد من دراسة هذه الظاهرة من جوانبها المختلفة لمحاولة التقليل من حدتها وانتشارها وقد ظهرت العديد من الدراسات التي تناولت هذه الظاهرة ومنها.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

قام الضامن (1984) بدراسة هدفت إلى تقصي أهم المشاكل التي يعاني منها المراهقون في المدارس الإعدادية والثانوية في مدينة إربد، تكونت عينة الدراسة من (672) مراهقا ومراهقة تراوحت أعمارهم من (13–19) سنة حيث أظهرت نتائج الدراسة أن أكثر السلوكيات عدائية لدى المراهقين هو سلوك التمرد والعنف، وأشارت الدراسة إلى أن أهم الأسباب المؤدية في هذا السلوك تمثلت في طبيعة الأجواء العائلية المتسمة بالرفض والنبذ وسوء الأوضاع الأسرية المتعلقة بالمشاجرات بين الوالدين والإخوة،وتدني المستوى التعليمي للوالدين ، والجو الصفي المتمثل بسوء الإدارة المدرسية وعدم تفهم مطالب المراهقين، وفقدان الثقة بين المدرس والطالب والقلق الناتج من كثرة الواجبات الدراسية وقلق الامتحان.

اجرى الجنادي (1988) دراسة هدفت إلى التعرف على أهم الاضطرابات السلوكية لدى المراهقين، وتقصي العوامل والأسباب المؤثرة والمرتبطة بها. على عينة مكونة من (677) طالباً وطالبة في مدينة أسيوط بمصر تراوحت أعمارهم بين (12–16) سنه، وبينت نتائج الدراسة إلى أن أبرز الاضطرابات السلوكية وضوحاً وانتشاراً بين أفراد العينة هي التمرد والعدوان، وقد لوحظت بشكل واضح عند الذكور أكثر منها عند الإناث، وأشارت النتائج أيضا إلى أن أهم العوامل المؤثرة في الاضطرابات السلوكية لدى المراهقين تمثلت في، حجم الأسرة، حيث أن الأسر كبيرة الحجم يميل أبناؤها للتمرد أكثر من الأسر الصغيرة الحجم، كما يلعب الوضع الاقتصادي والاجتماعي والمستوى التعليمي للأسرة دوراً واضحاً في سلوك الأبناء حيث لوحظ أن الأسر ذات الوضع الاقتصادي والمستوى التعليمي المتدني يميل أبناؤها إلى التمرد بشكل أكبر من الأسر ذات المستوى الاقتصادي الجيد

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

، ويسهم الجو الأسري المتماسك في تخفيض سلوك التمرد والتقليل منه، في حين أن عدم الاستقرار الأسري اسهم بشكل واضح في زيادة سلوك التمرد لدى الأبناء.

كما أجرى أبو الرب (1993) دراسة للتعرف على أهم المشكلات السلوكية لدى المراهقين من وجهة نظر مدرسي التربية الرياضية والمراهقين، تكونت عينة الدراسة من (375) طالباً ومدرساً من مدارس عمان، تراوحت أعمار الطلبة بين (12–16) سنة، حيث أظهرت نتائج الدراسة أن السلوك التمردي من أكثر السلوكات شيوعا عند المراهقين، وخاصة تلك المتمثلة في رفض قرارات الإدارة المدرسية وعدم التقيد بها، وعدم الالتزام بالزي المدرسي والتأخر في الطابور الصباحي، ورفض المشاركة في الأنشطة المدرسية، وقد ظهرت هذه السلوكيات بشكل أكبر لدى الذكور ،كما أنها كانت أكثر وضوحاً لدى الطلبة ذوي التحصيل المتدني.

ويسهم أسلوب الوالدين في التعامل مع أبنائهم،بشكل كبير في توجيه سلوكهم وتحديده، ونظراً لأهمية هذا الموضوع أجرى عليان (1993) دراسة بهدف تقصي الأسباب والعوامل المؤدية إلى ظهور السلوك المتمرد لدى المراهقين، على عينه مكونة (207) طالباً وطالبة في مدينة الزقازيق بمصر ، تراوحت أعمارهم بين (13–17) سنة، وأظهرت نتائج الدراسة أن أهم العوامل التي أسهمت في تشكيل سلوك التمرد لدى المراهقين هي: إحساس المراهق بالرفض والنبذ من قبل الوالدين، وعدم تقبل الوالدين للأبناء في الأسرة، وعدم تفهم الأسرة لمشاكل الأبناء ومحاولة حلها أو إشعار المراهق بالنبذ وعدم التقبل والرعاية، وسوء الأوضاع المادية ، وتدني المستوى التعليمي للوالدين،

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ويؤكد عليان أن الأبناء الذين عاشوا في أجواء أسرية يسود فيها التجاهل والإهمال والنبذ من قبل الوالدين أظهروا سلوكات متمردة أكثر من الأبناء الذين عاشوا في أجواء أسرية متقبله للأبناء ومهتمة بمشاكلهم المختلفة، كما بينت النتائج أن الأبناء يلجأون إلى سلوك التمرد والثورة من أجل لفت أنظار الوالدين، ولإثبات وجودهم كأعضاء فاعلين ذوي أهمية في الأسرة، وأشارت النتائج أيضا إلى أن سلوك التمرد أكثر شيوعاً عند الذكور منه عند الإناث.

وللتعرف على العلاقة بين حجم الأسرة وأسلوب الوالدين في التعامل مع الأبناء وأثر تلك العلاقة في ظهور سلوك التمرد والعنف لدى الأبناء ،أجرى حبيب (1995) دراسته على عينة تكونت من 200 طالب وطالبة، في مدينة طنطا بمصر، حيث قسم أفراد العينة إلى ثلاث مجموعات حسب عدد أفراد الأسرة :(أسرة صغيرة الحجم، أسرة متوسطة الحجم، أسرة كبيرة الحجم) ،وأشارت نتائج الدراسة إلى أن أبناء الأسرة صغيرة الحجم كانوا أقل ميلاً للسلوكيات المتمردة من أبناء الأسرة كبيرة الحجم، وأن الآباء الذين كان يلجأون إلى القوة والعقاب والنبذ والإهمال كان أبناؤهم أكثر ميلاً للتمرد والعنف، ويفسر الباحث ذلك بأن الأسرة الكبيرة الحجم لا تجد الوقت الكافي للاهتمام بالأبناء ومشاكلهم وتلمس حاجاتهم إضافة إلى أن الوضع الاقتصادي والاجتماعي للأسرة يكون متدنيا مما لا يسمح للآباء بتوفير متطلبات الأبناء.

دراسة عطية (2000) هدفت للتعرف على العلاقة بين التوافق النفسي والاجتماعي مع البيئة المدرسية والتحصيل الدراسي، تكونت العينة الكلية للدراسة من (200) طالب وطالبه من المرحلة الثانوية تراوحت أعمارهم من 14-16 سنة ،

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

استخدم الباحث اختبار التوافق النفسي لطلاب المرحلة الثانوية واختبار التوافق الاجتماعي مع البيئة المدرسية.أظهرت النتائج عدم وجود علاقة بين التوافق النفسي للطلاب وتحصيلهم الدراسي في حين ظهرت علاقة ارتباطيه داله بين التوافق الاجتماعي في البيئة المدرسية للطلاب وتحصيلهم الدراسي.

دراسة إبراهيم (2002) هدفت للتعرف علىالمشكلات السلوكية والدراسية التي تواجه طلبة المرحلة الثانوية (ممن هم في مرحلة المراهقة) وعلاقتها بسلوكهم الانتمائي لكل من المدرسة والزملاء والأسرة ، والمجتمع ، بلغت عينة الدراسة (224) طالباً وطالبة من المراهقون تراوحت أعمارهم من 14-17 سنة استخدمت الباحثة استبيان المشكلات الدراسية، المقابلات المهنية والسجلات المدرسية أظهرت النتائج إن أهم المشكلات التي يعاني منها المراهقين هي العدوانية- الاغتراب عن الأسرة- التمرد – فقدان الهدف- وقد اظهر إفراد الدراسة الذين لديهم مثل هذه السلوكيات ميلاً متدنياً نحو ممارسة السلوك الانتمائي ، وكان لهذه السلوكيات تأثير واضح على ضعف الانتماء للأسرة والمدرسة والمجتمع.

ونشطت **الدراسات الأجنبية** التي تناولت سلوك التمرد كمشكلة نفسية واجتماعية، وحاولت تقصي الأسباب والعوامل التي تزيد من حدة هذا السلوك لدى المراهقين، ومن هذه الدراسات.

دراسة كابلان (Kaplan, 1978) هدفت لتوضيح الأسباب التي أدت إلى تمرد المراهقين في المدرسة العليا، تكونت عينة الدراسة من (3100) مراهق من جوانب ولاية الينوى،

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وقد اســتخدم الباحث اســتبياناً عن التمرد، واســتمارة بيانات عامة عن الطلاب، أظهرت نتائج الدراســة أن التمرد ينبع منن المحيط المدرســي وعناصــره المختلفة كما أظهرت الدراســة أن نجاح السلطة في المدرسة في التعامل مع المراهقين،وتعريضهم للبرامج الإرشادية يقلل من فرص ظهور سـلوك التمرد وعدم الطاعة، كما أن الأباء الذين يقدمون الدعم العاطفي والحب وفتح الحوار والمناقشة لأبنائهم يقللون بنسبة كبيرة من وجود التمرد في المدارس العليا.

واجرى كلمنس (Clemens, 1979) دراســـة هدفت من خلالها إلى التعرف على العوامل المؤثرة في ظهور ســـلوك التمرد لدى المراهقين، في ولاية تنســـي الأمريكية، على عينة تألفت من (174) مراهقاً ومراهقة تراوحت أعمارهم بين (15–16) سنه، أظهرت نتائج الدراسة أن أهم العوامل المؤثرة في ســـلوك التمرد هي: صـــراع الأجيال بين الآباء والأبناء، حيث يريد الأبناء المراهقون التخلص والإفلات من أحكام الآباء، وشعورهم بالاستقلالية عن الوالدين، والنضج الفسيولوجي في مرحلة المراهقين، بحيث يشعر المراهقون بأنهم أصبحوا بالغين وقادرين على الاعتماد على أنفسهم بعيداً عن ســلطة الأســرة. كما أشــارت النتائج إلى أنه كلما ارتفع المســتوى التعليمي للوالدين، قل ظهور سلوكيات التمرد لدى الأبناء.

أما دراســـة رافكي (Rafky,1979) فقد حاول من خلالها ملاحظة تمرد المراهقين داخل المدرسة والوقوف على الأسباب التي أدت إلى هذا السلوك ،حيث تكونت عينة الدراسة من (20) طالباً و(20) طالبة من المراهقين المتمردين اســتخدم الباحث مقياس التمرد ونموذج المقابلة المقننة مع المراهقين المتمردين، ودراسة الحالة ،أظهرت نتائج الدراسة أن التأثير الأكبر في التمرد ينبع من المراهقين أنفسهم ولا ينبع من الخبرة المدرسية في ذاتها،

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

كما أظهرت الدراســـة أن هناك عوامل أخرى، مثل عدم التالف في المحيط المدرســـي والإحساس بالاغتراب وتأثير الجنس والمستوى التعليمي للوالدين يؤثران تأثيراً كبيراُ في ظهور سلوك التمرد، إضافة إلى أن ظهور سلوك التمرد لديهم كان ذا تأثير واضح على تحصيلهم الدراسي، حيث كانوا من ذوي التحصيل المتوسط والمتدني.

وفي دراسة ماروهن (Marrohn, 1980) التي هدف من خلالها إلى التعرف على معرفة العلاقة بين تمرد المراهقين والاستقلال، استخدم الباحث منهج دراسة الحالة مع أحد المراهقين الذين حضروا للعلاج بالمستشفى من خلال المقابلة الشخصية للمراهق واستخدام منهج التحليل النفسي للفرويدين، وأظهرت نتائج الدراســـة أن حالة التمرد ســـلوك داخلي موجه إلى الآباء والمجتمع أو السلطة في عمومها أو المعلمين والمعالجين.

وفي أغلب الأحيان تظهر على المراهقين الذين تتســـم ســـلوكياتهم بالتمرد والعنف بعض السمات النفسية والاجتماعية التي تكشف عن سلوكياتهم المتمردة ،وللتعرف على هذه السمات وتحليلها أجرى سينجو (Shingo,1983) دراسة على عينة مؤلفة من (1422) طالباً وطالبة، في المدارس الثانوية في منطقة الوســـط الأمريكي، ممن تراوحت أعمارهم بين (15-18) ســـنة، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى أن أهم السمات التي ظهرت على أفراد العينة الذين امتازوا بدرجة عالية من العنف والتمرد هي : مشاعر عدم الرضا مع عائلاتهم وخاصة الأبناء، بالإضافة إلى عدم القدرة على إقامة علاقات جيده مع المدرسين، والميل إلى مصاحبة الزملاء الذين لا يتمسكون بالضوابط الاجتماعية من عادات وتقاليد، وســـوء العلاقة مع الإدارة بســـبب عدم التقيد بأنظمة المدرســـة وقوانينها.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

كما أجرى اليزور (Elizur,1987) دراسة بهدف التعرف على كيفية تعامل الآباء والأمهات مع مشاكل أبنائهم المدرسية، وأثر المستوى التعليمي للوالدين في ذلك، على عينة مؤلفة من (340) طالباً وطالبة في المرحلة الإعدادية في مدينة تل أبيب في إسرائيل، وقد بينت الدراسة أن الآباء والأمهات الذين كانوا على قدر عالٍ من المستوى التعليمي والثقافي أظهروا اهتماماً كبيراً بمشاكل أبنائهم، وحاولوا التعامل معها ومعالجة حلها بأسلوب ايجابي وأكثر فعالية، في حين أن الإباء والأمهات الذين كان مستواهم التعليمي والثقافي متدنياً لم يظهروا اهتماماً بمشاكل أبنائهم أو محاولة حلها،كما أشارت النتائج أن الأمهات كن أكثر من الإباء إلماماً وعلماً بمشاكل الأبناء والتعامل معها ومحاولة حلها.

وللتعرف على أثر الجنس والعمر وحجم الأسرة، في ظهور السلوكيات الاندفاعية المتمردة لدى المراهقين، أجرى سنج (Sung,1993) دراسة على عينة من الشباب في مدينة سدني الأسترالية بلغ حجمها(1749) طالباً وطالبة تراوحت أعمارهم ما بين (17–24) سنة، وتبين من نتائج الدراسة أن أكثر السلوكيات المتمردة قد ظهرت لدى الشباب الذين تراوحت أعمارهم بين (17–19) سنة، في حين قلت هذه السلوكيات عند أفراد العينة الذين تراوحت أعمارهم ما بين (20–24) سنة، ويفسر سنج ذلك بأن الفرد مع زيادة العمر يميل إلى التعامل مع المواقف التي تثير انفعالاته بعقلانية أكثر، كما أشارت النتائج إلى أن الذكور أكثر ميلاً إلى سلوك التمرد من الإناث ، وتزيد هذه السلوكيات لدى أفراد الأسر كبيرة الحجم مقارنة بالأسر الصغيرة ومتوسطة الحجم .

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وأشـــار داود وولبرون (Dowd and Wallbrown,1993) في دراســـتهما التي هدفا من خلالها إلى التعرف على ردود أفعال المراهقين عندما يتعرضـــون لمصـــدر تهديد خارجي لحرياتهم، على عينة مؤلفة من (251) مراهقاً ومراهقة، تراوحت أعمارهم ما بين (17–18) ســـنة، في إحدى ولايات الوسـط الأمريكي، وأشـارت النتائج إلى أن أهم ردود أفعال المراهقين كانت: التمرد، والعنف، والانفعالات الحادة، وعدم تقبل نصـــــائح الآخرين، والتهور، والهيمنـة، ويؤكد البـاحثـان بـأن فئـة المراهقين هي أكثر فئة عمرية تحســـساً لأي مصـــدر يمكن أن يهدد حرياتهم ويضـــع قيوداً تحد من تصـــرفاتهم، لذلك فهم يحاولون التخلص من مصـــدر التهديد باللجوء إلى الحفاظ على اســـتقلاليتهم وحريتهم.

كما أجرى رومانو وميلر (Romano & miller, 1995) دراسـة هدفا من خلالها التعرف على الضـــغوط النفســـية التي يعاني منها الطلبة المراهقون في المدارس في المرحلة الوســـطى في منطقة الوسـط الغربي في الولايات المتحدة الأمريكية وعلاقتها في ظهور السـلوكيات غير التوافقية، تألفت عينة الدراسـة من (651) طالباً وطالبة، حيث أشـارت النتائج إلى إن أهم مصـادر الضـغوط هي أســـلوب إلقاء الدروس، وكثرة الواجبات ألبيتيه، وطبيعة العلاقة مع الزملاء والمدرســـين، وعدم تفهم بعض المدرســـين لمطالب ورغبات التلاميذ، والعقاب المتكرر من المدرســـين وتحيز المعلمين لبعض الطلبة، كما أظهرت الدراســـة أن هناك ارتباطا له دلالة إيجابية بين الضـــغط النفســـي لدى المراهقين وظهور السلوكيات غير التوافقية لديهم.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

دراسة ستانلي و نيلسون (Stanly & Nalson, 1995) هدفت إلى بحث العلاقة بين التحصيل الدراسي للطلاب وسلوكياتهم التوافقية الاجتماعية والانفعالية، تكونت عينة الدراسة من (140) طالباً وطالبه، من المدارس الثانوية تتراوح أعمارهم ما بين 14–17 سنة استخدم الباحثان اختباراً للتوافق الاجتماعي والانفعالي ودرجات التحصيل لاختبار نهاية العام، أظهرت النتائج وجود علاقة موجه بين درجات التوافق الانفعالي والاجتماعي ودرجات التحصيل الدراسي لدى الطلاب.

وفي دراسة فيرجسون وديموند (Fergusson and Dimond, 1996) هدفت إلى التعرف على الأسباب التي تؤدي إلى ظهور السلوكيات غير الاجتماعية، عند طلبة المدارس الابتدائية في نيوزيلندا، خاصة ما يتسم منها بالعنف والتمرد على عينة من طلبة المدارس الوسطى في شمال نيوزيلندا ، بلغ حجمها (1265) طالباً وطالبة، حيث أشارت النتائج إلى أن من أهم السلوكيات المتمردة قد برزت بشكل واضح لدى الأبناء الذين يعيشون في أسر منفصلة أو مع زوج الأم أو زوجة الأب، أو الأسر التي امتاز فيها الوالدان بالقسوة والعنف وكثرة المشكلات الزوجية بينهم وتدني المستوى الاقتصادي والاجتماعي للأسرة.

أما دراسة هيلمان ومكميلين (Hellman & Mecmillin, 1997) فهدفت إلى تقصي الأسباب التي تدفع المراهق إلى التمرد والثورة ضد مظاهر السلطة، وقد أجريا دراستهما في إحدى كليات الوسط الغربي الأمريكي على عينة مكونة من 80 طالباً وطالبة، وأظهرت النتائج أن أهم الأحداث التي تسبب سلوك التمرد لدى المراهقين هي: إحساس المراهق بوجود خطر يهدد حريته وكيانه في المستقبل، سواء أكان ذلك التهديد من الوالدين أم المدرسة أم الإدارة المدرسية، وتتمثل قيود المدرسة عادة بضرورة الانضباط بأنظمة المدرسة

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

،من حيث المشـــاركة بالأنشـــطة المختلفة والتعامل الايجابي مع الزملاء وعدم الإســـاءة للمعلمين وضرورة التعامل معهم باحترام وتقدير.

دراسة نجنتن (Nijnaten, 2002) هدفت إلى معرفة دوافع المراهقين لطاعة آبائهم ومراكز الســلطة لديهم، ومعرفة الفروق بين طاعة المراهقين في حالة المراقبة الأســرية وفي غياب المراقبة الأسرية، عمل الباحث على استخدام استفتاء يوضح اتجاهات المراهقين نحو السلطة، أظهرت نتائج الدراسة أن المراهقين يرون أن السلطة شرط ضروري في الحصول على التعليم ،في حين لم تظهر فروق بين الذكور والإناث في الاتجاه نحو الســـلطة، كما أن المكافأة هي الدافع الرئيس لطاعة المراهقين للسلطة، والخبرة هي الدافع الثاني التي يدفع المراهقين لطاعة السلطة.كما أكد 41% من العينة أن الشرعية سبب رئيس لطاعة الوالدين، وأكد كل إفراد العينة أن العلاقة العاطفية مع السلطة تؤدي إلى طاعتها، وأشـــار 92% من أفراد العينة إلى أنهم يريدون أن يصـــبحوا آباء ليبراليين وأن يسمحوا لأبنائهم بالحوار والنقاش.

2- دراسات تناولت السلوك الانتمائي:

أجرى الهامي (1987) دراســـة هدفت إلى لتعرف على العلاقة بين الإحســـاس بالانتماء للأسرة لدى الشباب من شرائح اجتماعية مختلفة وأساليب التنشئة الاجتماعية، ومعرفة العلاقة بين أساليب التنشئة الاجتماعية والانتماء لبعض الجماعات الأولية كالجيران والأصدقاء، والتوصل إلى بعض الخصائص النفسية التي تميز الفرد المنتمي للأسرة، والتعرف على مكانة الانتماء للأسرة بين انتماءات الفرد، التعرف على الدور الذي تلعبه الاختلافات بين الوالدين في أســـلوب التنشـــئة الاجتماعية للأبناء على إحساس الفرد بالانتماء للأسرة،تكونت عينة الدراسة من (306) فرد

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

موزعين على سبع شرائح اجتماعية هي (51 موظفاً في الحكومة، 32 في انتظار التعيين، 53 محامياً، 49 عامل في الصناعة، 45 حرفياً، 21 فلاحاً، 55 طالباً مراهقاً)، استخدم الباحث مقياس الانتماء للأسرة، مقياس التواصل العائلي، مقياس جماعات الانتماء، مقياس أساليب التنشئة الاجتماعية كما يدركه الأبناء، مقياس المستوى الاجتماعي الاقتصادي أظهرت النتائج أن الأسرة لدى الأفراد (الأب والأم والإخوة) تحتل المكانة الأولى في انتماءات الأفراد بوجه عام، كما أن هناك علاقة بين أسلوب التنشئة الاجتماعية بوصفها مصدراً لإشباع الحاجات النفسية والاجتماعية لدى الفرد والشعور بالانتماء، وأن الشعور بالفردية والذاتية يرتبط بأساليب التنشئة الاجتماعية البعيدة عن السواء، وان الاختلاف بين الوالدين في أسلوب التنشئة للأبناء له التأثير نفسه في إحساس الفرد بالانتماء للأسرة.

أما دراسة مجده (1991) فهدفت إلى التعرف على المجالات التي يستقي منها الطفل أبعاد انتمائه والتعرف على تطور السلوك الانتمائي، له والتعرف على الاشباعات التي يحققها الانتماء للطفل على المستوى النفسي والاجتماعي،تكونت عينة الدراسة من (90) تلميذاً من المدارس الابتدائية، و(30) فرداً من المهتمين بالمجال التربوي والنفسي، منهم بعض الآباء والأمهات، استخدمت الدراسة المقابلة المقننة والمقابلة غير المقننة مع أفراد عينة الدراسة، توصلت الدراسة إلى أن المجالات التي يستقي منها الفرد أبعاد انتمائه المختلفة هي الأسرة، المدرسة، جماعات اللعب، وسائل الأعلام، وأن أهم الاشباعات التي يحققها الانتماء للطفل هو التواصل الاجتماعي و السواء النفسي.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

كما أجرى عبدا لعال (1992) دراســـة هدفت إلى التعرف على علاقة الانتماء بالتغيرات النفســية (القلق، تقدير الذات وتأكيدها، والانطواء، والتوافق الاجتماعي)، تكونت عينة الدراســة من (540) طالباً وطالبة من طلاب جامعة سوهاج استخدم الباحث مقياس التوجيه الشخصي، ومقياس الانتماء، أظهرت نتائج الدراســة وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصـــائيا بين مكونات الانتماء وكلٍ من الانطواء وتقدير الذات، وتأكيد الذات والتوافق الاجتماعي،كما أظهرت فروقاً بين درجات متوسطات طلاب الأقسام النظرية ومتوسطات درجات الأقسام العلمية على بعض متغيرات الانتماء ولم تظهر فروقاً بين الجنسين.

كما أجرى مرزوق (1992) دراســة هدفت إلى الكشــف عن درجة الفروق في الانتماء إلى الوالدين والمدرسة باختلاف الجنس والصف الدراسي ومستوى التحصيل، تكونت عينة الدراسة من (265) طالباً موزعين على صــفوف المرحلة الإعدادية تتراوح أعمارهم من 11–16 ســنة من ذوي القدرات التحصيلية العالية والمنخفضة واستخدم الباحث قائمة لقياس الانتماء أظهرت نتائج الدراسة أن الطلاب الذكور أكثر انتماء من الإناث للوالدين، في حين كانت الإناث أكثر انتماء نحو المدرسة والدراســة والزميلات، كما أظهرت الدراســة أن هناك علاقة موجبه بين الســمات النفســية والســلوك السوي ودرجة الانتماء لكل من الوالدين المدرسة.

أما دراســة شــيب ونانســي (Chubb&Nancy,1992) فهدفت إلى دراســة الفروق بين المراهقين في الصــف التاســع الذين لديهم شــعور بالانتماء في أســرهم ومدارســهم والآخرين الذين لا يملكون هذا الشعور، تكونت عينة الدراسة من (320) ، مراهقاً

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

واستخدم الباحثان مقياس الشعور بالانتماء للمدرسة ومقياس الشعور بالانتماء للجماعة ومقاييس سلوكية: (الوقت الذي يقضيه مع الأسرة، مستوى المشاركة في المدرسة، مستوى الأنشطة الاجتماعية)، أظهرت نتائج الدراسة أن هناك علاقة بين انتماء الطلاب وتقدير الذات فالطلاب الذين يشعرون بالانتماء في أسرهم لديهم تحكم في تقدير ذاتهم، كما أن الذين لديهم انتماء لمدارسهم ومجتمعاتهم لديهم إحساس في أسرهم، فهم يقضون وقتاً اكبر معهم، ولديهم مستوى أعلى في المشاركة الاجتماعية والمدرسية.

كما أجرى حسين (1994) دراسة هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الانتماء المدرسي والتحصيل الدراسي، تكونت العينة من (300) طالبٍ وطالبة من ذوي التحصيل المرتفع والمنخفض، استخدم الباحث استبيان الانتماء المدرسي واستبيان الضغوط النفسية المدرسية، أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب ذوي التحصيل المرتفع والطلاب ذوي التحصيل المنخفض في درجة الانتماء للمدرسة لصالح ذوي التحصيل المرتفع.

كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلاله إحصائية بين الطلاب ذوي التحصيل المرتفع والطلاب ذوي التحصيل المنخفض في درجة الضغوط النفسية لصالح الطلاب ذوي التحصيل المنخفض.

أما فرانس (Francis,1995) فقد أجري دراسة هدفت إلى إيجاد العلاقة بين خبرات المراهقين، وعادات الأسرة، وسلوكهم السوي ، ومشاعرهم نحو الانتماء للأسرة والمدرسة. أجرى الدراسة على عينة بلغت خمسة طلاب في الصف الثاني عشر، حيث استخدم الباحث معهم المقابلات وتم تسجيل هذه المقابلات والبيانات الناتجة عن التسجيل،

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

أظهرت نتائج الدراسة أن الشعور بالانتماء وممارسة السلوك الانتمائي ظهر متأصلاً في الوقت المنقضي مع الأسرة، قبول وتدعيم العلاقات مع أعضاء الأسرة، مدى الاستقرار والتنبؤ بالحياة المدرسية، العلاقة الطيبة مع المدرسين، ارتفاع مستوى التحصيل، العادات الأسرية السليمة، البيئة المدرسية ومكوناتها ومدى إشباعها لحاجاتهم النفسية والاجتماعية.

أما مها (2000) فقد أجرت دراسة هدفت إلى التعرف على دلالة الفروق بين إحساس الفرد بالانتماء للأسرة والمدرسة والتحصيل ودرجة التوافق النفسي والاجتماعي لدى الأبناء، تكونت عينة الدراسة من (240) طالباً وطالبة ممن يتراوح أعمارهم بين 13–14 سنة استخدمت الباحثة مقياس الانتماء للأسرة واختبار تحصيل المواد من واقع السجلات المدرسية، ومقياس التوافق النفسي والاجتماعي، أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطيه بين الإحساس بالانتماء والتحصيل الدراسي لصالح الطلاب مرتفعي التحصيل.ووجود علاقة ارتباطيه دالة بين الإحساس بالانتماء والتوافق النفسي والاجتماعي لصالح الطلاب الذين لديهم درجة أعلى في التوافق النفسي والاجتماعي

كما أجرى الجرحي (2000) دراسة للتعرف على ديناميكية العلاقة بين الانتماء والتوافق الشخصي والاجتماعي لطلاب المدارس الثانوية تكونت عينة الدراسة من (200) طالب وطالبة من الصف الثاني في المرحلة الثانوية في الريف والحضر استخدم الباحث:

- استبيان الانتماء للمدرسة.
- استبيان الانتماء للأسرة.
- استبيان الانتماء للمجتمع.
- مقياس التوافق النفسي.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

أظهرت نتائج الدراســـة وجود فروق دالة إحصـــائياً بين متوســـطات درجات الطلاب في الحضر والطلاب في الريف عند مستوى الدلالة 0.01 لصالح طلاب الريف والانتماء للأسرة.

كما أظهرت الدراســـة، وجود فروق دالة إحصـــائيا بين متوســـطات درجات الطلاب في الشـــعور بالانتماء لكل من الأسرة والمدرسة والمجتمع، والتوافق الشخصي والاجتماعي لصالح ذوي التوافق العالي على المقياس.

3. الدارسات التي تناولت البرامج الإرشادية للمشكلات السلوكية للمراهقين.

وفيما يتعلق بالبرامج الإرشـــادية التي تناولت المراهقين، تناولت دراســـة دســـوقي (1992) فاعلية الاتجاه النفســـي الاجتماعي في خدمة الفرد في تخفيف معدلات الســـلوك العدواني لطلبة المرحلة الإعدادية، تكونت عينة الدراسة من 20 طالبا من الطلاب الذين يتسمون بالسلوك العدواني ضـمن محدداته ومظاهره ، وتم توزيعهم إلى مجموعتين أحداهما تجريبية والأخرى ضـابطة من سـن 13-15 سـنة مسـتخدما المقابلة المهنية والوثائق والسـجلات المدرسـية وتحليل المسـتوى ، وإعداد مقياس مظاهر الســـلوك العدواني بأبعاده المختلفة: (الســـلوك العدواني الموجه نحو الذات ونحو الزملاء ونحو المدرسين، ونحو الأدوات والأبنية المدرسية، نحو الإدارة)، حيث أثبتت الدراسة صحة فرضـــها الرئيس في أن ممارســـة الاتجاه النفســـي الاجتماعي في خدمة الفرد يؤدي إلى تخفيف حدة السـلوك العدواني، ووجود علاقة إيجابية بين ممارسـة الاتجاه الاجتماعي وتخفيف معدلات السـلوك العدواني الموجه نحو الذات، والموجه نحو الزملاء والموجه نحو المدرســـين والموجه نحو الأدوات والأبنية المدرسية والموجه نحو الأسرة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

كما هدفت دراسة بلكيلي وكريمر (Bulkeley & Cramer, 1994) إلى تدريب المراهقين الصغار الذين يعانون من ضعف في التفاعل والعلاقات الاجتماعية على المهارات الاجتماعية من خلال برنامج جماعي لعينة مكونة من 126 طالبا وطالبة من سن 12-13، قسما إلى مجموعتين علاجيتين، المجموعة الأولى تم تعريضها للتدريب الفردي الذي يضم برنامج المهارات الاجتماعية ، والمجموعة الثانية معرضة لأساليب الاحتياجات الاجتماعية البيئية دون أي اهتمام بالاحتياجات الفردية،أظهرت النتائج تفوق الأسلوب العلاجي (التدريب الفردي) على الأسلوب الثاني (التدريب المقنن)، وتحسناً في التقرير الذاتي وزيادة التغير في مقياس أخذ الدور لدى مجموعة التدريب الفردي وبشكل دال مقارنة بالمجموعة العلاجية الثانية.

دراسة سلافنسكي(Slavinsky.1994)التي هدفت إلى الكشف عن أثر مشاهدة النماذج المتلفزة قي خفض السلوك المشكل لدى الطلاب ، من خلال مشاهدة أفلام الفيديو في حافلات المدرسة ، تكونت عينة الدراسة من (282) سائقا يعملون في مدارس فرجينيا ، قسم المشاركون عشوائيا إلى مجموعتين ضابطة وعددها (182) وتجريبية وعددها (100)، وأخضع المجموعة التجريبية (طلاب الحافلات المائة) لمشاهدة أفلام ونماذج تقوم بالتعامل مع المشكلات بطرق علمية ، وتزويدهم ببعض مهارات الاتصال ، أثبتت الدراسة فعالية البرنامج القائم على النمذجة من خلال مشاهدة أفلام الفيديو على خفض المشكلات السلوكية لدى العينة التجريبية.

كما قام كننجهام (Gunningham,2001) بدراسة استخدم فيها برنامجاً يدعى التحذير، استند فيه إلى التأثير الاجتماعي من خلال ضغط الإقران ، من خلال مشاهدة أفلام فيديو عن مهارات مواجهة الضغوط ،وذلك لزيادة دافعية المراهقين للابتعاد عن تناول العقاقير وخفض السلوكيات المشكل لديهم ،

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وذلك من خلال مشـــاهدتهم للنماذج الحية التي عرضـــت عليهم من خلال أفلام الفيديو ، وطبق البرنامج على مدرســـتين في إحدى مدن جنوب الولايات المتحدة الأمريكية ،وبلغ عدد طلاب المدرســـة الأولى (959) طالباً والثانية (575) طالباً وقد نجح البرنامج في خفض مشـــكلات العنف عن ضغط الإقران الإيجابي.

أما البيطار(2002) فقد هدفت دراســتها إلى بناء برنامج إرشــادي قائم على النمذجة من خلال أنشـطة تمثيلية، وقياس أثره في خفض السـلوك المشـكل لدى عينة الدراسـة، والتي تكونت من (20) طالبا في إحدى مدارس محافظة القاهرة، قسـمت العينة عشـوائيا إلى مجموعتين (10) طلاب في كل مجموعة، الأولى تجريبية تعرضـــت للمشـــاهدة التمثيلية من الأقران ، والثانية ضـــابطة لم تتعرض لأي برنامج، وقد أظهرت النتائج فعالية البرنامج الإرشادي في خفض سلوكيات العنف لدى أفراد المجموعة التجريبية.

وأجرى زياده (2006) دراســة هدفت إلى التعرف على أثر النمذجة والتدرب على المهارات الاجتماعية في خفض العنف المدرسي، تكون مجتمع الدراسة من (590) طالباً، بينما تألفت عينة الدراســة من (45) طالباً هم الذين حصــلوا على أعلى الدرجات على مقياس العنف، قســمت عينة الدراســـة عشـــوائياً إلى ثلاث مجموعات عينتين تجريبيتين وعينة ضـــابطة مؤلف كل منهما من (15)طالباً، أخضـعت العينة التجريبية الأولى إلى برنامج جمعي قائم على النمذجة والعينة التجريبية الثانيـة إلى برنـامج جمعي قـائم على التـدرب على المهـارات الاجتمـاعيـة في حين لم تتلقَ العينـة الضـــابطة أي تدريب، اســتخدم الباحث مقياس ســلوك العنف كمقياس قبلي وبعدي لتحديد مســتوى التحســـن في انخفاض ســـلوكيات العنف بأبعادها الثلاثة (ســـلوكيات العنف الموجه نحو الذات ، وسلوكيات العنف الموجه نحو الآخرين، وسلوكيات العنف الموجه نحو الممتلكات)

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

أظهرت نتائج الدراســـة وجود فروق ذات دلالة بين المجموعتين التجريبية الأولى والثانية والمجموعة الضـــابطة لصـــالح المجموعتين التجريبيتين، وتدل النتائج على أن برنامجي النمذجة والتدرب على المهارات الاجتماعية كانا فاعليين في خفض سلوك العنف .

تعليق على الدراسات السابقة:

- مما يلاحظ على نتائج الدراســات الســابقة التي تناولت متغير الســلوك التمردي، إنها في معظمها ركزت على العوامل والأســباب التي تؤدي إلى ظهور التمرد، والعلاقة بين ظهور سلوك التمرد لدى المراهقين والوضع الاقتصادي والاجتماعي للأسرة ومستوى تعليم الوالدين وحجم الأســـرة، وأثر المـدرســـة في ظهور هـذا الســـلوك، كـدراســـة فيرجســـون وديموند(Fergusson and Dimond, 1996) ودراسة رافكي (Rafky,1979) ودراسة سنج (Sung,1993) (Elizur,1987) ودارسة الجنادي (1988) وعليان (1993).
- كما يلاحظ من نتائج الدراسـات السـابقة أيضـاً أن المراهقين أكثر تحسـساً للمصـادر التي تشكل تهديداً لحريتهم واستقلاليتهم، لذا فهو يحاول الحفاظ على حريته واستقلاله من خلال التمرد على مصـادر السـلطة سـواء أكانت الأسـرة أم المدرسـة كدراسـة شـينغو (Shingo,1983) داود وولبرون (Dowd and Wallbrown,1993)و دراسـة هيلمان ومكميلين (Hellman & Mecmillin, 1997)) ورافكي (Rafky,1979)

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- أشارت بعض الدراسات إلى أن الأساليب الو الدية غير السليمة في التعامل مع الأبناء المراهقين تعد من الأسباب المؤدية للسلوكيات التمردية لدى المراهقين، مثل دراسة عليان (1993) و دراسة هيلمان ومكميلين (Hellman & Mecmillin, 1997).
- أشارت بعض الدراسات إلى دور حجم الأسرة في زيادة السلوك التمردي للمراهقين ، حيث يزيد لدى المراهقين الذين يعيشون في أسر كبيرة الحجم مقارنة بالأسر المتوسطة والصغيرة الحجم ، كالدراسة حبيب (1995) ودراسة سنج (Sung,1993)
- ركزت بعض الدراسات على ارتفاع معدل التمرد والعنف لدى المراهقين الذين لديهم مشكلات سلوكية، وعدم توافق نفسي واجتماعي مع البيئة المدرسية، وتدني مستوى تحصيلهم الدراسي، وانعكاس ذلك على ضعف ممارستهم لسلوكيات انتمائية لكل من المدرسة والمعلمين والزملاء والمجتمع كدراسة عطيه، (2000) والهامي،(1987) ومجده،(1991).
- أثبتت بعض الدراسات أن ممارسة المراهقين للسلوكيات الانتمائية له علاقة وثيقة بالسمات النفسية والتوافق الاجتماعي والسواء النفسي كدراسة عبدالعال (1992) ومرزوق (1992)ودراسة شيب ونانسي (Chubb&Nancy,1992)ومها (2000) وفرانس (Francis, 1995).
- اتفقت الدراسات على أهمية البرامج الإرشادية في التخفيف والحد من المظاهر السلوكية غير المرغوبة وتنمية المهارات الاجتماعية للمراهقين وأن هذه المشكلات السلوكية و النفسية تخف باستخدام البرامج الإرشادية.كدراسة دسوقي (1992)ودراسة بلكيلي

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وكريمر (Bulkeley & Cramer, 1994)) ودراسة كنجهام (Cnningham,2000)

ودراسة البيطار (2002)وزياده (2006) .

- اتفقت معظم الدراسات التي تناولت المظاهر السلوكية للمراهقين على أن السلوك التمردي من السلوكيات الشائعة لديهم وهذا بحاجة إلى الاهتمام من قبل الباحثين لمحاولة الحد منه والتخفيف من شدته.
- أشارت معظم الدراسات إلى أن العوامل المساعدة للسلوك التمردي نابعة من المحيط العائلي والأجواء المدرسية المتمثلة بسوء الإدارة المدرسية وفقدان الثقة بين المدرس والطالب على اعتبار أن المدرسة في نظر المراهق هي امتداد للسلطة المدرسية كدراسة رومانو وميلر (Romano & miller, 1995).

تميزت الدراسات الحالية عن باقي الدراسات:

1. تعد هذه الدراسة من الدراسات المتميزة من خلال استخدامها لمقياسين من إعداد الباحث (مقياس السلوك التمردي، مقياس ميول المراهقين لممارسة السلوك الانتمائي، إضافة إلى إعداد البرنامج التدريبي الإرشادي).
2. تعد من الدراسات النادرة في الأردن التي تناولت السلوك التمردي، وعمل برنامج إرشادي للحد منه، حيث إن معظم الدراسات السابقة لم تتناول التمرد كسمة سلوكية مستقلة في الدراسة ولم يتم عمل برنامج إرشادي للحد من هذا السلوك غير الطبيعي.
3. تعد من الدراسات النادرة أيضاً التي تناولت موضوع السلوكيات الإنتمائية وتنميتها لدى فئة المراهقين لما لها من أهمية بالغة للحفاظ على الأمن الأسري والمدرسي والمجتمعي.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الفصل الثالث

الطريقة والإجراءات

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الفصل الثالث

الطريقة والإجراءات

Method and procedures

مجتمع الدراسة

يتكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة الصفين التاسع والعاشر(الذكور) في مدارس لواء قصبة محافظة الكرك ضمن الفئة العمرية من (14-16) سنة، للعام الدراسي 2007/2006، والبالغ عددهم (1627) وفق إحصائية مديرية تربية لواء قصبة الكرك للعام الدراسي 2007/2006 موزعين حسب الصف كما في الجدول رقم (1):

جدول رقم (1)

توزيع أفراد مجتمع الدراسة حسب الصف.

الصف		المجموع
التاسع	العاشر	
895	732	1627

عينة الدراسة:

تم اختيار عينة قصدية ممثلة من مدارس لواء القصبة في محافظة الكرك للصفوف التاسع والعاشر (الذكور) وعددهم (130)، طالباً هم طلبة الصفين التاسع والعاشر لمدرسة زيد بن حارثه الثانوية للبنين و يمثلون نسبة 8% من مجتمع الدراسة الأصلي ، لتطبيق مقاييس الدراسة للإجابة عن أسئلة وفرضيات الدراسة ووصولاً إلى العينة التجريبية والضابطة، لتطبيق البرنامج وقياس أثره.والجدول رقم (2) يوضح توزيع عينة الدراسة على صفوف عينة الدراسة:

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

جدول رقم (2)

يوضح توزيع عينة الدراسة على صفوف العينة.

المدرسة	الصفوف		المجموع
	التاسع	العاشر	
زيد بن حارثه الثانوية للبنين	52	78	130

وقصد الباحث من اختيار هذه المدرسة كونها :

- يتوافر فيهما العدد المناسب من عينة الدراسة.
- وجودها في مركز رئيس من اللواء مما يوفر عينة متنوعة من مختلف الأوساط الاجتماعية والأسرية والاقتصادية والتعليمية تتناسب مع متغيرات الدراسة .

ولغايات تطبيق البرنامج الإرشادي وقياس أثره تم حصر الطلبة الذين أظهرت الدراسة المسحية وقوعهم في النصف الأعلى للمقياس من خلال تطبيق مقياس (تقدير المدرسين لدرجة ممارسة السلوكيات التمردية) ووجد (43) طالباً ممن لديهم هذا السلوك ، تم اختيار (30) طالباً منهم بطريقة قصديه وممن حصلوا على أعلى الدرجات على مقياس التمرد ، ثم وزعت بطريقة عشوائية بطريقة القرعة إلى مجموعتين متساويتين إحداهما تجريبية وعددها (15) طالباً والثانية ضابطة وعددها (15) طالباً تراوحت أعمارهم ما بين 14 –16 سنه .

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

أداوت الدراسة:

تم استخدام مقياسين في هذه الدراسة:

الأول:- مقياس لقياس تقدير المدرسين لدرجة ممارسة المراهقين للسلوكيات التمردية.

الثاني:- مقياس ميول المراهقين نحو ممارسة السلوك الإنتمائي.

وذلك لتحقيق ثلاثة أهداف في الدراسة:

- التعرف على درجة ممارسة المراهقين للسلوكيات التمردية لدى أفراد العينة الكلية حسب متغيرات الدراسة. (التقدير الدراسي، المستوى التعليمي للأب، حجم الأسرة والتفاعل بينهما).
- تحديد أفراد عينة الدراسة الأساسية التجريبية والضابطة والذين سيخضعون للدراسة التجريبية من العينة الكلية الواقعين في النصف الأعلى للمقياس.
- تحديد درجة سلوك التمرد لدى مجموعة الدراسة (التجريبية والضابطة) في التطبيقين القبلي والبعدي لقياس أثر البرنامج في تخفيف درجة الممارسات التمردية وتنمية السلوك الانتمائي لديهم وتاليا المقاييس التي عمل الباحث على إعدادها لهذه الغاية .

مقياس تقدير المدرسين لدرجة ممارسة المراهقين للسلوكات التمردية:-

تم إعداد هذا المقياس من قبل الباحث من خلال عدد من الإجراءات تمثلت في مراجعة الأدب النظري المتعلق بمشكلة الدراسة، والاطلاع على أهم الدراسات حول المراهقة ومشكلاتها والضغوط النفسية المؤثرة فيها واهم السلوكيات المضطربة خلال هذه الفترة العمرية وتالياً الإجراءات التي قام الباحث بها لإعداد هذا المقياس :

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

قام الباحث على إجراء لقاءات مع عدد من الخبراء في المجال المدرسي من مدرسين ومرشدين ومديري مدارس، بهدف التعرف على السلوك الذي يمكن أن يشير إلى التمرد من خلال وجهة نظرهم المبنية على ما اكتسبوه من الممارسة العملية للتدريس والإشراف ومعلوماتهم التربوية في هذا المجال، لتحديد مظاهر سلوك التمرد لأنهم أجدر فئة يستطيعون الحكم على سلوك الطلبة داخل المدرسة بحكم طبيعة عملهم واحتكاكهم المباشر بهم ، حيث استفاد الباحث بالحصول على مجموعة من السلوكيات التي يمارسها الطلبة ممن هم في مرحلة المراهقة لتضمينها فقرات المقياس بصورته الأولية وقد تم إجراء اللقاءات مع (10) معلمين و(5) مديرين و(5) مرشدين نفسيين في المدارس التي يتواجد بها طلبة ممن هم من فئة عينة الدراسة.

2-إتماما للفائدة وقبل صياغة فقرات المقياس وأبعاده اطلع الباحث على المقاييس التي تعرضت لقياس التمرد والعدوانية كسمة من سمات الشخصية كلاً حسب موضوع دراسة، وبما أن سلوك التمرد هو أول مظهر من مظاهر العدوانية، فقد اطلع الباحث على المقاييس والدراسات ذات الصلة بمشكلة الدراسة ومنها :-

-مقياس التمرد لطالبات المرحلة الثانوية من إعداد(ناجيه ،2000).

-مقياس التمرد للمراهقين من إعداد (داوود ،1999).

-دراسة (مطارنه ،2000)بعنوان العلاقة بين الضغوط النفسية والتمرد لدى المراهقين.

-مقياس السلوك العدواني ومظاهره إعداد (مريم، 1987) .

- مقياس السلوك الاجتماعي المدرسي (داوود ، 1999)

- مقياس مظاهر السلوك العدواني (العمايره ،1991)

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وفي ضوء المصادر السابقة قام الباحث ببلورة مظاهر التمرد وتحديد أبعاد المقياس وصياغة فقراته بصورته الأولية ليصبح مكون من ثلاثة أبعاد ملحق رقم (2) هي :-

- مظاهر سلوك التمرد الموجه نحو النظم المدرسية وعدد فقراته (21) فقره.
- مظاهر سلوك التمرد الموجه نحو المعلمين وعدد فقراته (16) فقره.
- مظاهر سلوك التمرد الموجه نحو الأصدقاء وعدد فقراته (15) فقره.

صدق المقياس : اعتمد الباحث على نوعين من أنواع الصدق هما :

1- الصدق الظاهري : وقد تحقق ذلك من خلال تحليل الدراسات المرتبطة بمواضيع التمرد، والعنف، والعدوان، والتراث النظري الذي تناوله في الدراسة والتركيز على العبارات المرتبطة بقياس مظاهر التمرد .

2- **صدق المحتوى** : قام الباحث بعرض العبارات المقترحة على (10) محكمين من أعضاء هيئة التدريس في قسم الإرشاد والتربية الخاصة في جامعة مؤتة وجامعة عمان العربية للدراسات العليا، ملحق رقم(5) وبناءً على ملاحظات السادة المحكمين وتوصياتهم تم حذف الفقرة رقم (21) من مظاهر سلوك التمرد الموجه نحو النظم المدرسية لإجماع أكثر من خمسة محكمين عل حذفها، كما تم تعديل الفقرة (17) من البعد نفسه (لا يساعد زملاءه بالمشاركة في نظافة المدرسة) لتصبح (لا يشارك زملاءه في نظافة المدرسة)والفقرة رقم (2) من البعد نفسه (لا يستمر في التواجد في المدرسة حتى آخر حصة) لتصبح (يغادر المدرسة قبل انتهاء الحصص).

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

أما بعد مظاهر سلوك التمرد الموجه نحو المعلمين فقد تم حذف الفقرة رقم (1) لحصولها على نسبة اتفاق أقل من (80 %) وإجراء التعديل على بعض فقراته ومنها الفقرة رقم (14) (لا يهمه شتم المعلم) لتصبح (لا يهتم لشتم المعلم له) والفقرة رقم (15) (لا يهمه الخروج من الحصة دون استئذان المعلم)، لتصبح (يخرج من الحصص دون استئذان) ،في حين لم يرد من السادة المحكمين أي حذف أو تعديل على فقرات المقياس في البعد الثالث (مظاهر سلوك التمرد الموجه نحو الأصدقاء) وبذلك أصبح عدد فقرات المقياس في صورته النهائية (50) فقرة تمثل مظاهر سلوك التمرد للمراهقين للأبعاد الثلاثة للمقياس.

- مظاهر سلوك التمرد الموجه نحو النظم المدرسية وعدد فقراته (20) فقره.
- مظاهر سلوك التمرد الموجه نحو المعلمين وعدد فقراته (15) فقره.
- مظاهر سلوك التمرد الموجه نحو الأصدقاء وعدد فقراته (15) فقره. ملحق رقم (3)

وقد حدد لكل فقر من فقرات المقياس ثلاث استجابات لدرجة ممارسة السلوك على النحو التالي (يحدث دائماً وتحصل على ثلاث علامات ،يحدث احياناً وتحصل على علامتين ، يحدث نادراً وتحصل على علامة واحدة) وبهذا تتراوح العلامات ما بين 50- 150 وقد حددت العلامة 75 كدرجة قطع لتمثل ارتفاع السلوك التمردي لدى العينة .

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ثبات المقياس :-

عمل الباحث على التحقق من ثبات المقياس من خلال إعادة التطبيق بفاصـــل زمني بين التطبيقين مدة أســبوعين ، وذلك على عينة من معلمي مدرســة (الكرك الثانوية للبنين) لتقدير سلوك التمرد ل (40) طالبا من طلبة الصف العاشر وبعد احتساب قيم معامل ارتباط بيرسون بين درجات الطلبة في مرتي التطبيق كانت كما هو مبين في الجدول التالي :

جدول رقم (3)

معامل الثبات لمقياس السلوك التمردي باستخدام طريقة إعادة التطبيق

الرقم	الإبعاد	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
1	تمرد موجه نحو النظم المدرسية	0، 86	0، 01
2	تمرد موجه نحو المعلمين	0، 82	0، 01
3	تمرد موجه نحو الزملاء	0، 79	0، 01
4	العلامة الكلية	0، 91	0، 01

يتضـح من الجدول رقم (3) أن معاملات الارتباط بين التطبيق القبلي والبعدي على مقياس سـلوك التمرد بأبعاده الثلاثة والدرجة الكلية جميعها دالة عند مســـتوى الدلالة 01 ،0 مما يظهر أن المقياس يتمتع بدرجة مقبولة من الثبات والاستقرار .

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ثبات التجانس باستخدام معامل كرونباخ ألفا: تم استخراج الاتساق الداخلي لأبعاد المقياس الثلاثة والعلامة الكلية ، حســـب طريقة معامل كرونباخ ألفا ، فكانت قيم ألفا للإبعاد كالتالي : تمرد موجه نحو النظم المدرسية (93 ،0) تمرد موجه نحو المعلمين (87 ،0) تمرد موجه نحو الزملاء (88 ،0) الدرجة الكلية (92 ،.) وهذا ما يشير إلى درجة عالية من الاتساق الداخلي .

مقياس ميول المراهقين نحو ممارســـة الســـلوك الإنتمائي:-بهدف التعرف على أثر البرنامج في خفض درجة ممارسة السلوك التمردي للمراهقين، وتنمية ميولهم نحو ممارسة السلوك الانتمائي قام الباحث بإعداد(مقياس ميول المراهقين نحو ممارســـة الســـلوك ألانتمائي) وقد اســـتفاد الباحث في إعداده للمقياس من خلال الاطلاع على المقاييس والأدوات ذات العلاقة بقياس الانتماء، ومنها :مقياس الانتماء للأصـــــدقاء من إعداد (أنور ،2000) و مقياس الانتماء للمدرســـــة من إعداد (الجرجي، 2000)و مقياس الانتماء للأســـرة من إعداد (صـــالح ،2000) ،كما اطلع الباحث على الدراسات ذات الصلة بموضوع الانتماء كالدراسة (Coodenow,carol,1992) التي هدفت إلى الإحساس بالانتماء لدى الشباب وعلاقته بدافعية الأمهات والتحصيل ،ودراسة، (حسين، 1994) التي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الانتماء المدرسي والتحصيل الدراسي ودراسة (Chubb and Nancy,1992 التي هدفت إلى دراسة الفروق بين المراهقين في الصف التاسع الذين لديهم شعور بالانتماء في أسرهم ومدارسهم والآخرين الذين لا يملكون هذا الشعور .وفي ضوء المصادر السابقة قام الباحث بصياغة فقرات المقياس بصورته الأولية حيث وصلت فقراته المقترحة إلى (33) فقره موزعة على بعدين :-

الميل نحو ممارسة السلوك الانتمائي للمدرسة (17)فقرة.

الميل نحو ممارسة السلوك الانتمائي للزملاء (16)فقره ملحق رقم (2)

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

صدق المقياس :- اعتمد الباحث على نوعين من أنواع الصدق هما:

1- **الصدق المنطقي** : وقد تحقق ذلك من خلال تحليل الدراسات المرتبطة بمواضيع الانتماء لدى الشباب ، سواءً إلى الأسرة أو المدرسة أو الأصدقاء أو المجتمع والتراث النظري الذي تناوله في الدراسة والتركيز على العبارات المرتبطة بقياس مظاهر الانتماء .

2- **صدق المحكمين** : قام الباحث بعرض العبارات المقترحة على (10) محكمين من أعضاء هيئة التدريس في قسم الإرشاد والتربية الخاصة في جامعة مؤتة وجامعة عمان العربية للدراسات العليا، وبناءً على ملاحظات السادة المحكمين وتوصياتهم تم

- حذف الفقرات (2,6، 7، 16، 17) من بعد الميل نحو ممارسة السلوك الانتمائي للمدرسة

- حذف الفقرات (1,6,7، 8، 10، 16) من بعد الميل نحو ممارسة السلوك الانتمائي للزملاء لحصولها على نسبة اتفاق تقل عن 80% من السادة المحكمين ليصبح المقياس في صورته النهائية مكوناً من (22) فقرة موزعة على بعدي المقياس كما يلي :-

الميل نحو ممارسة السلوك الانتمائي للمدرسة (12) فقره

الميل نحو ممارسة السلوك الانتمائي للزملاء (10) فقرات ملحق رقم (4)

وقد حدد لكل فقر من فقرات المقياس ثلاث استجابات لدرجة ممارسة السلوك على النحو التالي (دائما ًوتحصل على ثلاث علامات ، احياناً وتحصل على علامتين ، نادراً وتحصل على علامة واحدة) وعليه تتراوح علامات المقياس بين 22- 66 علامه.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ثبات المقياس :-عمل الباحث على التحقق من ثبات المقياس من خلال إعادة التطبيق بفاصـــل زمني بين التطبيقين مدته أسـبوعان ، وذلك على عينة مكونة من (40) طالباً لديهم سـلوك تمردي من مدرسـة الكرك الثانوية للبنين وبعد احتسـاب قيم معامل ارتباط بيرسـون بين درجات الطلبة في مرتي التطبيق كانت كما هو مبين في الجدول التالي:

جدول رقم (4)

معامل الثبات لمقياس الميل نحو ممارسة السلوك ألانتمائي باستخدام طريقة إعادة التطبيق

الرقم	الإبعاد	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
1	الميل نحو ممارسة السلوك ألانتمائي للمدرسة	0 ، 84	0، 01
2	الميل نحو ممارسة السلوك ألانتمائي للزملاء	0، 88	0 ، 01
3	الدرجة الكلية	0 ، 90	0، 01

يتضـح من الجدول رقم (4) أن معاملات الارتباط بين التطبيقين القبلي والبعدي على مقياس سـلوك الانتماء بإبعاده (الميل نحو ممارســة الســلوك ألانتمائي للمدرســة، الميل نحو ممارســة الســلوك ألانتمائي للزملاء، الدرجة الكلية) جميعها دالة عند مســـتوى الدلالة (01 ،0) مما يظهر ثباتاً عالياً للمقياس ، وتمتعه بدرجة عالية من الاستقرار .

ثبات التجانس باســـتخدام معامل كرونباخ ألفا: تم اســـتخراج الاتســـاق الداخلي لبعدي المقياس والعلامة الكلية ، حســـب طريقة معامل كرونباخ ألفا ، فكانت قيم ألفا للأبعاد كالتالي : الميل نحو ممارسة السلوك الانتمائي للمدرسة (92 ،0) الميل نحو ممارسة السلوك ألانتمائي للزملاء (89,0) الدرجة الكلية (94 ،.) وهذا ما يشير إلى درجة عالية من الاتساق الداخلي .

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

البرنامج الإرشادي:

عمل الباحث على إعداد وبناء برنامج إرشـــادي لمحاولة التخفيف من درجة ممارســـة السـلوكيات التمردية للمراهقين ،وخاصـة تلك الموجهة نحو النظم المدرسـية والمدرسـين والأصـدقاء وقياس أثر هذا البرنامج في تنمية ممارسة السلوكيات الانتمائية لكل من المدرسة والأصدقاء. ملحق رقم (1) وذلك من خلال اسـتخدام عدد من الاسـتراتيجيات الإرشـادية، انطلاقاً من مبادئ نظريات الإرشاد النفسي والتربوي كالنظرية العقلانية –الانفعالية والنظرية السلوكية والنظرية المعرفية ونظرية التعلم الاجتماعي ، وذلك بهدف إشـراك أعضـاء المجموعة الإرشـادية في دراسـة وتحليل وفهم ما يعانون من مشـــكلات مختلفة ذات علاقة مباشـــرة أو غير مباشـــرة في ارتفاع درجة ممارســـتهم للســـلوكيات التمردية ،ومن ثم محاولة تبصـــيرهم وتعريفهم بالمرحلة العمرية التي يمرون بها وما تحتاجه هذه المرحلة من قدرة على ضـبط النفس والتكيف السـليم مع طبيعة التغيرات الفسـيولوجية والجسمية المصاحبة لهذه المرحلة.

الهدف العام للبرنامج:

تدريب وتشـجيع المراهقين على ممارسـة السـلوكيات الصـحيحة والسـليمة التي تتناسـب مع طبيعة مرحلتهم العمرية والتخفيف من درجة ممارســـتهم للســـلوكيات التمردية وتنمية ممارســـتهم للسلوكيات الانتمائية، وذلك من خلال استخدام عدد من الاستراتيجيات الإرشادية المتنوعة.

الأهداف الفرعية:

1- تشـجيع المراهقين وتدريبهم على التفاعل مع الآخرين سـواء، الأكبر سـناً أو الأصـغر، على أن يتناسب ذلك مع طبيعة الموقف وعمر الشخص الذي يتفاعل معه.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

2- تدريب المراهقين على التعبير عن مشاعرهم السلبية تجاه الآخرين بصورة مناسبة للتعبير، سواء أكانت لفظية أم سلوكية.

3- تدريب المراهقين على ضبط سلوكهم وانفعالاتهم في المواقف المختلفة، وعدم الاندفاع، والتفكير في عواقب كل سلوك حتى لا يرتكب بعض الأخطاء، فيشعر على أثرها بالذنب ويوصف بأنه متمرد وعدواني.

4- تنمية قدراتهم على إقامة علاقات اجتماعية ناجحة تجاه الآخرين.

5- إكسابهم بعض المهارات التي تساعدهم على التوافق مع طبيعة التغيرات الفسيولوجية والسيكولوجية لطبيعة مرحلتهم العمرية.

6- تدريبهم على الالتزام بالمعايير السلوكية المقبولة والمتفق عليها من قبل المجتمع.

7- تعريفهم بأهمية المدرسة ودورها في تربية الأجيال.

8- تشجيعهم وتدريبهم على أهمية ممارسة السلوكيات الصحيحة التي من شأنها رفع مستوى درجة انتمائهم للمدرسة والرفاق.

9- تشجيع المراهقين على المشاركة في الأنشطة الاجتماعية والتطوعية لما لها من تأثير كبير في شخصية الفرد وصقلها ليكون عضواً فاعلاً في بيئته ومجتمعه.

10- تعريفهم بأهم مشكلات مرحلة المراهقة وسبل اجتيازها.

11- التدريب على المرونة في التفكير ودورها في مواجهة وحل المشكلات.

12- تنمية القيم الدينية كدعامة للطاعة والامتثال.

13- تعريف المجموعة بأهمية المحافظة على علاقات طبيعية قائمة على الاحترام المتبادل مع المعلمين وانعكاس ذلك على المستوى التحصيلي لهم.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

لتحقيق الهدف العام والأهداف الفرعية راعي الباحث الأمور التالية:

1- الحرص على إعداد المكان المناســـب لتطبيق جلســـات البرنامج من حيث الهدوء والراحة والتهوية والأدوات.

2- الحرص على توضيح فقرات البرنامج بحيث تكون واضحة وشيقة حتى لا يشعرون بالملل أثناء القيام بأنشطة البرنامج.

3- بناء علاقة ألفة ومحبة مع الطلبة الخاضعين للبرنامج.

4- الحرص على إقامة علاقة طيبة بين أعضاء المجموعة التجريبية.

5- التنسيق مع إدارة المدرسة وتعريفهم بطبيعة البرنامج الإرشادي للحصول على دعم الإدارة والمعلمين لإنجاح عملية التطبيق وصولاً إلى الأهداف المرجوة.

6- الحصول على موافقة أولياء أمور الطلبة للمشاركة في البرنامج.

7- الحرص على ألا يكون هناك أي تأثير لتطبيق البرنامج على العملية التدريسية.

8- توافر الوقت المناسب لكل محاضرة أو نشاط من أنشطة البرنامج للحصول على أكبر فائدة ممكنة.

9- الالتزام الكامل بأخلاقيات مهنة الإرشاد من حيث، الحفاظ على السرية واحترام كرامة وآراء واقتراحات المجموعة الإرشادية.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

أهمية البرنامج:-

1- من المتوقع أن يؤدي البرنامج إلى خفض ممارسة السلوك التمردي لأعضاء المجموعة التجريبية مما ينعكس بالتالي على كل مظاهر حياتهم وانفعالاتهم وسلوكهم بصفة عامة.

2- إن أفراد المجموعة التجريبية هم من فئة المراهقين والذين عادة يعانون من مشكلات متعددة تتعلق بالتوافق الشخصي والنفسي والمهني، وعدم القدرة على حل المشكلات، وتنقصهم بعض المهارات الاجتماعية في التعامل مع الآخرين، مما يؤدي إلى ارتفاع مستوى سلوك التمرد لديهم، لذا فإن هذا البرنامج يعد نموذجاً تدريبياً عملياً واقعياً يمكن أن يساعد هؤلاء الأفراد مستقبلاً في حل مشكلاتهم الخاصة في حياتهم العلمية والعملية.

3- إن ارتفاع مستوى ممارسة السلوكيات التمردية لهذه الفئة يمكن أن ينعكس سلبياً على درجة ممارستهم للسلوكيات الانتمائية المتعلقة بالانتماء إلى الأسرة والمجتمع والمدرسة ونظمها والأصدقاء، وبالتالي زيادة معاناتهم النفسية وانخفاض مستوى تحصيلهم الدراسي وتعرضهم لمشكلات هم بغنى عنها. لذا فإن هذا البرنامج سيؤدي إلى تعريفهم بأهمية ممارسة السلوكيات الانتمائية وأثرها في توافقهم النفسي والشخصي في المجتمع الذي يعيشون فيه.

4- إن ممارسة السلوكيات التمردية يعد بداية وأرضية خصبة للممارسة السلوك العدواني في المستقبل، لذا فإن هذا البرنامج سيحاول مساعدة هذه الفئة للرجوع عن ممارسة هذه السلوكيات من خلال التدريب على الأساليب الصحيحة في التعامل مع المواقف المتنوعة وبالتالي تحقيق الهدف الوقائي للإرشاد.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

5- إن هذا البرنامج سيكون نموذجاً جاهزاً يستخدمه المتخصصون في المجال المدرسي وعلم النفس الإرشادي، للإفادة منه في مواجهة المشكلات التي يعاني منها المراهقون.

6- إن هذا البرنامج سيكون له دور في تدريب وتعريف المراهقين بأهمية الحفاظ على الممتلكات العامة في المدرسة والمجتمع والمنزل وزيادة انتمائهم لوطنهم وأمتهم من خلال الابتعاد عن ممارسة السلوكيات المضادة للمجتمع والالتزام بممارسة السلوكيات الصحيحة.

الطريقة التي يقوم عليها البرنامج:

يقوم البرنامج على الإرشاد الجماعي(Group Counseling)، وذلك لتميزه بإتاحة الفرصة لأعضاء المجموعة الإرشادية بالحوار والمناقشة الهادفة الموجهة نحو مشكلاتهم الإرشادية، كما أنه يساعد على تعليم المسترشد السلوك الاجتماعي المقبول، ومهارات الاتصال، والتواصل الاجتماعي بأسلوب سهل وتقبل واحترام آراء الآخرين، وتحقيق الشعور بالانتماء للمجموعة وممارسة الدور القيادي بأسلوب سهل وميسر إضافة إلى أنه يوفر الوقت والجهد.

استراتيجيات البرنامج:-أشارت معظم الدراسات التي تناولت المراهقة إلى أنه وفي أثناء هذه المرحلة تتم زيادة الفعاليات العقلية المتنوعة للمراهق، فتقوى قابليته للتعلم،والتعامل مع الأفكار المجردة وإدراك العلاقات وحل المشكلات، وباكتمال النمو العقلي لديهم تظهر لديهم قدرات خاصة وقدرات لغوية وتزداد سرعة التحصيل، والإمكانية للقراءة والحفظ وينمو الإدراك والتذكر والتحليل والتركيب وفهم المفاهيم الخلقية والقيم. وتزداد القدرة على إقامة العلاقات الاجتماعية على ضوء ما سبق فإنه ومن خلال تطبيق البرنامج سيتم استخدام عدد من الاستراتيجيات والأساليب الإرشادية ومنها:

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

أ- المنهج المعرفي القائم على أسلوب المحاضرة التي سيلقيها الباحث على الجماعة الإرشادية في الموضوعات التي سيتم اختيارها لموضوع الدراسة والتي تساعد الجماعة الإرشادية في التعرف على طبيعة المشكلات التي تواجههم وسبل حلها، وهذا في جوهره يطلق عليه (المنهج المعرفي) وذلك من خلال تقديم معلومات سيكولوجية بطريقة منظمة لزيادة استبصارهم بأنفسهم بطريقة موضوعية، والتي سيراعي الباحث أن تكون ذات صلة وثيقة بمشكلاتهم بشكل عام ومشكلة الدراسة بشكل خاص وتقديمها بشكل مبسط يسهل فهمها واستيعابها والابتعاد عن المصطلحات المعقدة.

ب- المناقشة الجماعية التي تلي المحاضرة.

يعتمد هذا الأسلوب على المنهج (الدينامي)، بحيث تقوم المناقشة الجماعية في الدراسة الحالية على التفاعل الذي تثيره المادة العلمية المقدمة في المحاضرة وإثارة تفكير الفرد بمشكلاته وتصرفاته لتكوين مفاهيم جديدة لديهم، وبالتالي يكون هذا الأسلوب مكملاً لأسلوب المحاضرة.

ج- إعطاء التعليمات (Instruction) :-حيث يقوم المرشد بإعطاء الطلاب تعليمات دقيقة حول سلوكيات معينه من المتوقع حدوثها لتساعد المسترشد تحقيق الأهداف السلوكية التي تهدف المعالجة الوصول إليها ،من خلال أداء الاستجابات المناسبة وفهمها قبل تطبيقها ومن شأن هذه التعليمات تحقيق تقدم في مستوى الاتصال البصري والحديث والمناقشة لدى الأعضاء .

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

د- التغذية الراجعة (feed back) :-حيث يقوم المرشد بتوجيه تعليقات إلى المسترشد بعد تزويده بالتعليمات للقيام بمجموعة من السلوكيات، ومن شأن هذه التغذية الراجعة السلبية والإيجابية المستمر في الجلسات أن تؤدي إلى تعديل ملحوظ في السلوك.

هـ- لعب الدور (Role playing)

أي قيام كل طالب بتمثيل دور اجتماعي غير دوره المألوف أي تجريب دور جديد لم يألفه من قبل مع طلاب آخرين أو مع المرشد ،وعليه فإن إتقان لعب الأدوار المختلفة من شأنه أن يحسن أداء الطلاب في مواقف الحياة الاجتماعية .

و- النمذجه:- (modeling)من خلال عرض المرشد لبعض المهارات الحياتية أمام المجموعة الإرشادية لتبرهن لهم إمكانية القيام بأي نشاط وقابلية للتعلم ، والتعرف على الايجابيات والسلبيات لبعض الممارسات السلوكية غير المقبولة.

ز- التعزيز الاجتماعي :- (social rein forcement) ويتضمن ذلك الثناء على أعضاء المجموعة الإرشادية عند إتقان الاستجابات المرغوب فيها ،وتعزيزهم على ما يبدون من تعاون لإنجاح جلسات البرنامج الإرشادي .

ح- التعزيز الذاتي :-(self-rein forcemen)ويتضمن ذلك مكافأة المسترشد لنفسه عند إتقانه الاستجابة المرغوبة والذي يسعى للوصول إليها والتي من شأنها المساعدة في تشكيل الاستجابة بالتدرج .

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ط- الوظائف المنزلية:-(Home work) وهي جزء مهم جداً مكمل للبرنامج، ويتمثل في تنفيذ واجبات منزلية ، لها طابع سلوكي -عقلي -انفعالي -معرفي يقوم المسترشد من خلالها بتطبيق ما تعلمه من الجلسات الإرشادية على المواقف الحياتية التي تتطلب علاقات متبادلة في الحياة الواقعية وفي كتابة تقرير عن المواقف يسجل فيه المصاعب التي تواجهه إضافة إلى ما حققه من تقدم.

ي- أسلوب الأنشطة الاجتماعية:

ويعتمد هذا الأسلوب على الممارسة العملية لإتاحة الفرصة للأفراد للتعبير عن رغباتهم وحاجاتهم ومناقشة كيفية تحقيقها بما يتمشى مع إمكانات وقدرات الأعضاء والمدرسة والمجتمع.

كما أن الجو المفتوح والطبيعة تؤثر في المشاعر للفرد مما يجعله في حالة من المرح والغبطة وأكثر تقبلاً للنصائح وتعليمات السلطة والالتزام برأي الجماعة، ولكن بعد المناقشة والتفسير وبيان الأسباب بصورة بعيدة عن التعصب والتزمت في الرأي.

تحكيم البرنامج :-

بعد إعداد البرنامج من خلال الاطلاع على الأدب السابق، والإطار النظري لبناء البرامج الإرشادية ، والاطلاع على البرامج الإرشادية التي تعالج موضوعات العنف والتمرد والعدوان ، تم عرض البرنامج على (6) من أعضاء هيئة التدريس في جامعة مؤتة وجامعة عمان العربية ، حيث تم الإفادة من أرائهم واقتراحاتهم للخروج بالبرنامج بصورة النهائية

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

. **جلسات البرنامج:**يتكون البرنامج من (20) جلسة إرشادية حسب الجدول المرفق،كانت الجلسة الأولى تمهيدية وتعريفية للتعريف بالبرنامج وأهدافه وخطة سير العمل،وبناء علاقة إرشادية دافئة مع المجموعة والجلسة الأخيرة خاتمة للبرنامج لمناقشة الموضوعات التي طرحت والموضوعات المطروحة من أعضاء الجماعة الإرشادية،إضافة إلى معسكر و (17) محاضرة ومناقشة جماعية لتغطية موضوعات البرنامج المتنوعة.

مدة الجلسة الإرشادية: بالنسبة للمحاضرة والمناقشة الجماعية كانت مدة الجلسة حوالي الساعة أما بالنسبة للمعسكر التطوعي كان ساعتين ونصف.

مدة البرنامج:- استغرق البرنامج الإرشادي مدة عشرة أسابيع بواقع جلستين أسبوعياً تم تحديدها بعد التشاور مع أعضاء المجموعة بما يتناسب مع أوقاتهم.

موضوعات البرنامج:

من خلال البحث والاطلاع على الأدب النظري المتعلق بمشكلة الدراسة بشكل خاص والأبحاث والدراسات والكتب والمراجع التي تناولت المراهقة وحقائقها ومشكلاتها وطرق اجتيازها فإن الباحث قد توصل إلى أنه يمكن للموضوعات المدرجة في الجدول التالي أن تكون ذات علاقة وتأثير في فاعلية البرنامج لتحقيق أهدافه الرئيسة والفرعية، حيث اتفق خبراء علم الاجتماع وعلم النفس والتربية على أهمية إشراك المراهق في المناقشات العلمية المنظمة التي تتناول علاج مشكلاته، وتعويده على طرح مشكلاته ومناقشتها مع الكبار في ثقة وصراحة كما أوصوا بأهمية "تشجيع النشاط الترويحي الموجه والقيام بالرحلات والاشتراك في الأندية وتوجيههم نحو العمل في المعسكرات الصيفية والمشاركة في مشروعات الخدمة العامة والإعمال التطوعية" (Stone,2002).

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وتالياً ملخص لأهم الموضوعات التي يتناولها البرنامج حسب الجدول التالي:

جدول رقم (5)

جلسات البرنامج وموضوعاته الأساسية وعدد الجلسات المخصصة لكل موضوع بمفرده ومحتواها

التسلسل	الموضوع الأساسي للجلسة	**عدد الجلسات**	**ترتيب الجلسات**	**محتوى وأهداف الجلسة**
1	تعريف عام بالبرنامج	1	الأولى	التعريف بالبرنامج ورسم خط سير العمل بالبرنامج والتعارف بين المرشد وأعضاء المجموعة الإرشادية وبناء علاقة الألفة وتعريف الطلبة بالإرشاد الجمعي والاتفاق على مكان وزمان الجلسات الإرشادية مع التأكيد على ضرورة الالتزام.
2	مشكلات المراهقة	2	الثانية+ الثالثة	مشكلات المراهقة، المشكلات المدرسية والأسرية، المشكلات الجسمية والانفعالية والعقلية والاجتماعية
3	التعريف بمعنى السلوك، معنى التمرد وأشكاله .	1	الرابعة	تعريف الأعضاء على معنى السلوك –التعريف بمعنى التمرد . أ شكال التمرد مع طرح الأمثلة
4	المسؤولية وأهمية الالتزام بها	1	الخامسة	– تعريف الأعضاء بالمقصود بالمسؤولية – التعريف بالسلوك الإيجابي والسلوك السلبي والنتائج المترتبة على ذلك مع طرح الأمثلة والمشاهد التمثيلية

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

5	أنماط التفاعل الاجتماعي وأهمية الصداقة بين الأقران	1	السادسة	– التعريف بأنماط التفاعل الإيجابي –الاستجابات العدوانية ، الاستجابات المؤكدة للذات ، الاستجابات غير المؤكدة للذات –التعريف بأهمية الصداقة ومهارات اكتسابها .
6	مهارات حل المشكلات	2	السابعة والثامنة	– تدريب الأعضاء على مهارات حل المشكلات – الوعي بالمشكلة ، تحديد المشكلة ، تصنيف المشكلة ، جمع المعلومات ، طرح الحلول والبدائل ، موازنة البدائل ،تنفيذ البديل والمتابعة مع طرح الأمثلة ومناقشتها
7	التدرب على مهارات ضبط الذات في مواقف الغضب	1	التاسعة	– التعريف بمعنى مهارة ضبط الذات – إجراء بعض المشاهد التمثيلية على ضبط الذات في المواقف المختلفة نمذجة بعض المواقف التمثيلية للتدرب على تعزيز الذات في المواقف المدرسية

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

8	– مهارات الاتصال وأثرها في التخفيف من المشكلات وتنمية الشخصية وصقلها. مهارة الإصغاء.	2	العاشرة والحادية عشرة	– التعريف بأنواع الاتصال – عوامل نجاح عملية الاتصال مع الآخرين ومعوقات الاتصال الفعال . – مهارة الإصغاء للآخرين واحترام وجهة نظرهم – معنى مهارة الحفاظ على اتصال العيون – عرض الأمثلة التوضيحية للأنشطة المختلفة
9	التدرب على توكيد الذات	1	الثانية عشرة	– . أهمية تأكيد الذات في النجاح والفشل في العلاقات الاجتماعية. – علاقة تأكيد الذات بالتمرد والعدوانية. – التدرب على تأكيد الذات (من خلال أمثلة ونماذج)
10	القيم الدينية والمعايير الاجتماعية المحددة للسلوك	1	الثالثة عشرة	– . التوعية بمعاني القيم والمعايير الاجتماعية واحترامها – أهمية الالتزام في القيم وكسب ثقة واحترام الآخرين – تنمية احترام القيم الدينية – بيان أهمية طاعة ولي الأمر مع الأمثلة التوضيحية

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

11	التدرب على مهارة التميز بين الأفكار العقلانية واللاعقلانية	1	الرابعة عشرة	التعرف على نظرية اليس (Ellis) فكرة (A.B.C) – دور الأفكار اللاعقلانية في ظهوره السلوكيات غير التوافقية . – طرح الأمثلة ونمذجتها ولعب الأدوار
12	الضغط النفسي ومراحل تطوره	1	الخامسة عشرة	تقديم معلومات حول مراحل تطور الضغط النفسي قبل الموقف، إثناء الموقف، في ذروة الموقف، بعد انتهاء الموقف) – مهارات التكييف الإجرائية بمواجهة المواقف الضاغطة. – – مهارات التكييف المعرفية.
13	معسكر لترتيب ونظافة ساحة المدرسة وصفوفها ومرافقها المختلفة	1	السادسة عشرة	– تنمية ممارسة السلوك التطوعي. – تنمية روح المشاركة الجماعية لديهم. – تنمية احترامهم للمدرسة والمجتمع. – تنمية الميل للتعاون مع الآخرين.
14	التدرب على التعامل مع الأفكار السلبية	1	السابعة عشرة	– تدريب الأعضاء على التميز بين الأفكار السلبية المسببة للمتاعب والأفكار الإيجابية التكيفية مع طرح الأمثلة

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

15	الحرية مفهومها وضوابطها	1	الثامنة عشرة	التوعية بمفهوم الحرية – حدودها – ممارستها بشكل لا يحد من حرية الآخرين
16	إدارة الذات بفاعلية	1	التاسعة عشر	– أهمية إدارة الذات في البناء الشخصي . – تقديم الاقتراحات التي تساعد على إدارة الذات بفاعلية . – تدريب الأعضاء على منهج عقلي يساعد على إدارة الذات.
17	الجلسة الختامية	1	العشرون	– مراجعة عامة لأهم الأحداث التي نفذت خلال الجلسات الإرشادية. – الإجابة عن ما يطرح من استفسارات وأسئلة من أعضاء المجموعة. – توزيع استبانة تقييم البرنامج على الأعضاء.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

تصميم الدراسة و متغيراتها:

استخدم الباحث المنهج المسحي التجريبي في هذه الدراسة وعلى النحو التالي :

المنهج الوصفي :- لاستقصاء علاقة متغيرات الدراسة (مستوى تعليم الأب ، التقدير الدراسي حجم الأسرة ، تفاعل المتغيرات الثلاثة) على ممارسة السلوك التمردي لدى المراهقين .

المنهج التجريبي :-لاستقصاء أثر برنامج إرشادي جمعي سلوكي معرفي في خفض درجة ممارسة السلوك التمردي وقياس أثره في رفع درجة ممارسة السلوك الانتمائي لدى المراهقين .

وبناءً على ذلك تم تحديد متغيرات الدراسة على النحو التالي :-

المتغيرات المستقلة:

- البرنامج الإرشادي.(العينة التجريبية ، العينة الضابطة)

مستوى تعليم الأب، وله ثلاثة مستويات: (ثانوية عامة أو أقل، دبلوم متوسط أو جامعي، ودراسات عليا).

- التقدير الدراسي، وله ثلاثة مستويات:
  - تقدير عالٍ، وهم: فئة (ممتاز وجيد جداً).
  - تقدير متوسط، وهم: فئة (جيد ومتوسط).
  - تقدير متدنٍ، وهم: فئة (مقبول فما دون).

-حجم الأسرة ، وله ثلاثة مستويات: (صغير، وسط، كبير).

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

المتغيرات التابعة:

-السلوك التمردي. -السلوك الانتمائي.

إجراءات الدراسة :

قام الباحث على السير بالإجراءات التالية لغاية إعداد الدراسة :-

1- الإجراءات الإدارية :

- الحصـول على كتاب من جامعة عمان العربية للدراسـات العليا موجه لمعالي وزير التربية والتعليم لتسهيل مهمة الباحث ملحق رقم (6) .
- كتاب معالي وزير التربية والتعليم لمدير التربية والتعليم لمنطقة الكرك ملحق رقم (7).
- تعميم مدير التربية والتعليم لمنطقة الكرك على مدارس مجتمع الدراسـة لتقديم المساعدة للباحث ملحق رقم (8)

2 - **الدراسة المسحية:** وحسب الخطوات المتسلسلة التالية:

- اختيار عينة الدراسـة المسـحية من مجتمع الدراسـة الأصـلي وعددها (130)طالباً.
- تعبئة استبانه المعلومات الديمغرافيه لمتغيرات الدراسة من خلال ملفات الطلبة في المدرسة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- تقدير درجة ممارسة السلوكيات التمردية لعينة الدراسة على مقياس(تقدير المدرسين لدرجة ممارسة المراهقين للسلوكيات التمردية) من قبل المعلمين بتاريخ 12/17 /2006

- تفريغ النتائج وتحليلها إحصائياً للإجابة عن أسئلة وفرضيات الدراسة (الأولى والثانية والثالثة والرابعة) .

- **الدراسة التجريبية**، و حسب الخطوات المتسلسلة التالية:

- تحديد الطلبة الذين أظهرت الدراسة المسحية وجود سلوك التمرد لديهم (الواقعين في النصف الأعلى للمقياس)

- اختيار (30) طالباً من الحاصلين على درجة عالية في ممارسة السلوك التمردي .

- تقسيم العدد إلى عينتين قصديتين لمراعاة التجانس بين إفرادها إحداهما ضابطة والأخرى تجريبية مكون كل منهما من (15) مراهق .

- **تطبيق البرنامج الإرشادي** .حيث بدأ البرنامج الجمعي بتاريخ 5 /2 /2007 وانتهى بتاريخ 2007/4/25 واستغرق تطبيق البرنامج حوالي الشهرين والنصف ، بواقع جلستين أسبوعيا ولمدة (60) دقيقة لكل جلسة أما أفراد العينة الضابطة فلم يطبق عليهم البرنامج .

- قياس تقدير المعلمين لدرجة ممارستهم للسلوكيات التمردية (قياس بعدي) بعد الانتهاء من البرنامج وذلك للتعرف على أثر البرنامج في التخفيف من ممارسة المراهقين للسلوكيات التمردية وللإجابة عن السؤال الخامس والفرضية الخامسة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

4- لقياس اثر البرنامج في رفع درجة ميولٍ المراهقين المتمردين نحو ممارسة السلوك الانتمائي قام الباحث بالإجراءات التالية :-

- تطبيق مقياس الميول نحو ممارسة السلوكيات الإنتمائية على العينة التجريبية والضابطة (قياس قبلي) بتاريخ 5 /2 /2006.
- تطبيق مقياس الميول نحو ممارسة السلوكيات الإنتمائية على العينة التجريبية والضابطة (قياس بعدي) بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج الإرشادي وذلك للتعرف على أثر البرنامج في رفع درجة ميول المراهقين نحو ممارسة السلوكيات الإنتمائية، وذلك للإجابة عن السؤال السادس والفرضية السادسة.

المعالجة الإحصائية:

لإجراء التحليل الإحصائي بعد تطبيق مقاييس الدراسة والبرنامج الإرشادي تم استخدام البرنامج الإحصائي (SPSS)، للإجابة عن أسئلة الدراسة وفرضياتها، حيث أدخلت البيانات التي تم الحصول عليها حاسوبيا ، وقد استخرجت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للعينتين التجريبية والضابطة على القياسين القبلي والبعدي ،وإجراء تحليل التباين الأحادي لمتغيرات الدراسة ، وتحليل التباين الثلاثي للتعرف على التفاعل بين المتغيرات ، وتحليل التباين المشترك للتعرف على الاختلاف بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياسين القبلي والبعدي ، إضافة إلى اختبار (L.S.D) (Least significant Differences) للمقارنات البعدية للتعرف على دلالة الفروق.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الفصل الرابع
نتائج الدراسة

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الفصل الرابع

نتائج الدراسة

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على الاختلاف في درجة ممارسة السلوك التمردي للمراهقين تبعاً لمتغير التقدير الدراسي، المستوى التعليمي للأب، حجم الأسرة، والتفاعل بينهما، إضافة إلى التعرف على فاعلية تطبيق برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض درجة ممارسة السلوك التمردي للمراهقين، وقياس أثره في تنمية ميولهم نحوممارسة السلوكات الأنتمائية.

وقد كانت نتائج أسئلة الدراسة والفرضيات المنبثقة عنها على النحو التالي : -

نتائج الفرضية الأولى: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) في درجة ممارسة السلوك التمردي للمراهقين تعزى لمتغير (التقدير الدراسي) لدى أفراد العينة الكلية للإجابة عن هذه الفرضية تم إجراء تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) والجدول رقم(6) يبين نتائج هذه الفرضية.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

جدول رقم (6)

نتائج تحليل التباين الأحادي لاختلاف تقدير المدرسين لسلوك التمرد باختلاف مستوى التقدير الدراسي

المجال	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	" ف"	مستوى الدلالة
مظاهر السلوك التمردي الموجه نحو النظم المدرسية	بين المجموعات	7.84	2	3.92	20.12	0.00
	داخل المجموعات	22.60	116	0.19		
	المجموع	30.44	118			
مظاهر السلوك التمردي الموجه نحو المعلمين	بين المجموعات	1.21	2	0.61	3.41	0.04
	داخل المجموعات	20.65	116	0.18		
	المجموع	21.86	118			
مظاهر السلوك التمردي الموجه نحو الأصدقاء	بين المجموعات	1.55	2	0.78	3.79	0.03
	داخل المجموعات	23.57	115	0.20		
	المجموع	25.13	117			
الدرجة الكلية	بين المجموعات	2.94	2	1.47	9.01	0.00
	داخل المجموعات	18.93	116	0.16		
	المجموع	21.87	118			

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

يلاحظ من الجدول رقم(6) أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصـــائية على جميع المجالات الفرعية والدرجة الكلية،وللتحقق بين أي من مستويات التقدير الدراسي تقع الفروق الدالة تم استخدام اختبار (Least significant Differences L.S.D) للمقارنات البعدية والجدول رقم(7) يبين نتائج ذلك.

جدول (7)

نتائج اختبار (L.S.D) للمقارنات البعدية للاختلاف في تقدير المدرسين للسلوك التمردي باختلاف مستوى التقدير الدراسي

	التقدير الدراسي	ممتاز أو جيد جدا	جيد أو متوسط	مقبول فما دون
مظاهر سلوك التمرد الموجه نحو النظم المدرسية	ممتاز أو جيد جدا		-0.29*	-0.65*
	جيد أو متوسط			-0.36*
	مقبول فما دون			
مظاهر سلوك التمرد الموجه نحو المعلمين	ممتاز أو جيد جدا		-0.15*	-0.26*
	جيد أو متوسط			-0.11*
	مقبول فما دون			
مظاهر سلوك التمرد الموجه نحو الأصدقاء	ممتاز أو جيد جدا		-0.16*	-0.29*
	جيد أو متوسط			-0.13*
	مقبول فما دون			
الدرجة الكلية	ممتاز أو جيد جدا		-0.19*	-0.40*
	جيد أو متوسط			-0.21*
	مقبول فما دون			

* الفروق دالة عند مستوى 0.05 فاقل.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

من الجدول(7) يتبين بان السلوك التمردي لدى الطلبة مرتفعي التحصيل كان أقل مقارنة بالطلبة الذين مستوى تقديرهم الدراسي منخفض، حيث كان الفرق في المتوسطات بينهم على الدرجة الكلية (0.40−) ، كما تبين أن الاختلاف في مستوى السلوك التمردي بين الطلبة الذين تقديرهم ممتاز أو جيد جدا ، والطلبة الذين تقديرهم جيد أو متوسط بلغ (0.19−)، إلى جانب أن الاختلاف في المتوسط بين الطلبة الذين تقديرهم جيد أو متوسط، والطلبة الذين تقديرهم مقبول بلغ(0.21−)، وهذا يقودنا إلى الاستنتاج انه كلما انخفض مستوى التحصيل الدراسي كلما أسهم ذلك في ارتفاع مستوى السلوك التمردي لدى الطلبة المراهقين.

نتائج الفرضية الثانية: (لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α 0.05 =) في درجة ممارسة السلوك التمردي للمراهقين تعزى لمتغير (المستوى التعليمي للأب) لدى أفراد العينة الكلية.

للإجابة عن هذه الفرضية عن تم إجراء تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) والجدول رقم(8) يبين نتائج هذه الفرضية.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

جدول (8)

نتائج تحليل التباين الأحادي لاختلاف تقدير المدرسين لسلوك التمرد باختلاف مستوى الأب التعليمي

المجال	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	" ف"	الدلالة
مظاهر السلوك التمردي الموجه نحو النظم المدرسية	بين المجموعات	2.60	2	1.30	5.41	0.01
	داخل المجموعات	27.84	116	0.24		
	المجموع	30.44	118			
مظاهر السلوك التمردي الموجه نحو المعلمين	بين المجموعات	0.44	2	0.22	1.20	0.30
	داخل المجموعات	21.42	116	0.18		
	المجموع	21.86	118			
مظاهر السلوك التمردي الموجه نحو الأصدقاء	بين المجموعات	0.70	2	0.35	1.66	0.20
	داخل المجموعات	24.42	115	0.21		
	المجموع	25.13	117			
الدرجة الكلية	بين المجموعات	1.02	2	0.51	2.84	0.06
	داخل المجموعات	20.85	116	0.18		
	المجموع	21.87	118			

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

يلاحظ من الجدول رقم(8) أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية في بعد مظاهر السلوك التمردي الموجه نحو النظم المدرسية والذي بلغت قيمة الإحصائي ف له (5.41) . وللتحقق بين أي من مستويات التقدير الدراسي تقع الفروق الدالة تم استخدام اختبار (Least significant Differences L.S.D) لمقارنات البعدية والجدول رقم (9) يبين نتائج ذلك.

جدول (9)

نتائج اختبار (L.S.D) للمقارنات البعدية للاختلاف في مظاهر السلوك التمردي الموجه نحو النظم المدرسية باختلاف مستوى الأب التعليمي

مستوى الأب التعليمي	ثانوية أو اقل	دبلوم متوسط أو بكالوريوس	دراسات عليا
ثانوية أو اقل		0.31*	0.46*
دبلوم متوسط أو بكالوريوس			0.15
دراسات عليا			

*الفروق دالة عند مستوى 0.05 فاقل

من الجدول (9) يتضح بأن الفروق في مظاهر السلوك التمردي الموجه نحو النظم المدرسية باختلاف مستوى الأب التعليمي

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

كانت بين الطلبة الذين مستوى تعليم أبائهم ثانوية فاقل، والطلبة الذين مستوى تعليم آبائهم دبلوم متوسط أو بكالوريوس، حيث بلغ الفرق في مستوى السلوك التمردي بينهم (0.31)، كما يتبن من الجدول بأن هناك اختلافاً في مستوى السلوك التمردي بين الطلبة الذين تعليم آبائهم ثانوية فأقل، والطلبة الذين مستوى تعليم آبائهم دراسات عليا وأن الفرق بلغ (0.46) وهذا يشير إلى انه كلما زاد مستوى الأب التعليمي انخفض مستوى السلوك التمردي لدى أبنائهم.

نتائج الفرضية الثالثة : لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) في درجة ممارسة السلوك التمردي للمراهقين تعزى لمتغير (حجم الأسرة) لدى أفراد العينة الكلية.للإجابة عن هذه الفرضية تم إجراء تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) والجدول رقم(10) يبين نتائج هذه الفرضية.

جدول رقم (10)

نتائج تحليل التباين الأحادي لاختلاف تقدير المدرسين لسلوك التمرد باختلاف حجم الأسرة

المجال	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	" ف"	الدلالة
مظاهر السلوك التمردي لموجه نحو النظم المدرسية	بين المجموعات	2.87	2	1.44	6.05	0.00
	داخل المجموعات	27.57	116	0.24		
	المجموع	30.44	118			
مظاهر السلوك التمردي لموجه نحو المعلمين	بين المجموعات	0.74	2	0.37	2.04	0.13
	داخل المجموعات	21.12	116	0.18		
	المجموع	21.86	118			

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

مظاهر السلوك التمرد الموجه نحو الأصدقاء	بين المجموعات	0.75	2	0.38	1.78	0.17
	داخل المجموعات	24.37	115	0.21		
	المجموع	25.13	117			
الدرجة الكلية	بين المجموعات	1.16	2	0.58	3.23	0.04
	داخل المجموعات	20.72	116	0.18		
	المجموع	21.87	118			

يلاحظ من الجدول رقم(10) أن هناك فروقاً ذات دلالة في مظاهر السلوك التمردي الموجه نحو النظم المدرسية والدرجة الكلية والتي بلغت قيمة الإحصائي ف لهما (6.05، 3.23)على التوالي ، وللتحقق بين أي من مستويات التقدير الدراسي تقع الفروق الدالة تم استخدام اختبار (Least significant Differences L.S.D) للمقارنات البعدية والجدول رقم (11) يبين نتائج ذلك.

جدول (11)

نتائج اختبار (L.S.D) للمقارنات البعدية للاختلاف في مظاهر السلوك التمردي الموجه نحو النظم المدرسية والدرجة الكلية باختلاف حجم الأسرة

	حجم الأسرة	3-5 أفراد	5-8 أفراد	أكثر من 8 أفراد
مظاهر السلوك التمرد الموجه نحو النظم المدرسية	3-5 أفراد		-0.32*	-0.54*
	5-8 أفراد			-0.22*
	أكثر من 8 أفراد			

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الدرجة الكلية	3–5 أفراد		-0.26*	-0.36*
	5–8 أفراد			-0.10*
	أكثر من 8 أفراد			

من الجدول(11) يتضح أن هناك اختلافاً دالاً إحصائيا في مظاهر السلوك التمردي الموجه نحو النظم المدرسية بين الطلبة تبعا لإحجام أسرهم، حيث إنه كلما زاد حجم الأسرة ارتفع مستوى مظاهر السلوك التمردي الموجه نحو النظم المدرسية، حيث يتضح أن الفرق بين متوسط السلوك التمردي لدى الطلبة الذين عدد أفراد أسرهم 3–5 أفراد، والطلبة الذين عدد أفراد أسرهم 5–8 أفراد بلغ (0.32) وان هذا الفرق ارتفع ليصح (0.54) مع الأفراد الذين عدد أفراد أسرهم أكثر من 8 أفراد، كما أن الفروق في السلوك التمردي بين الطلبة الذين عدد أفراد أسرهم 5–8 أفراد ،وبين الأفراد الذين عدد أفراد أسرهم أكثر من 8 أفراد كان (0.22)، وهذا يشير إلى أنه كلما زاد عدد أفراد الأسرة ارتفع مستوى السلوك التمردي لدى الأبناء المراهقين.

نتائج الفرضية الرابعة:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) في درجة ممارسة السلوك التمردي للمراهقين تعزى للتفاعل بين متغيرات الدراسة (التقدير الدراسي، المستوى التعليمي للأب، حجم الأسرة).

للإجابة عن هذه الفرضية تم استخدام تحليل التباين الثلاثي (Three Way ANOVA والجدول رقم(12) يبين نتائج هذه الفرضية .

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

جدول رقم(12)

نتائج تحليل التباين الثلاثي للاختلاف في درجة ممارسة السلوك التمردي للمراهقين تعزى إلى متغير التفاعل بين متغيرات (التقدير الدراسي، المستوى التعليمي للأب، حجم الأسرة).

المجال	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	" ف"	الدلالة
مظاهر السلوك التمردي الموجه نحو النظم المدرسية	تعليم الأب	0.70	2	0.35	1.79	0.17
	تقدير الطالب	0.57	2	0.28	1.44	0.24
	حجم الأسرة	0.83	2	0.42	2.12	0.13
	تعليم الأب Xتقدير الطالب	0.61	4	0.15	0.77	0.55
	تعليم الأب Xحجم الأسرة	0.28	2	0.14	0.71	0.49
	حجم الأسرة Xتقدير الطالب	0.19	4	0.05	0.24	0.92
	حجم الأسرة Xتقدير الطالبX تعليم الأب	0.02	1	0.02	0.08	0.78
	الخطأ	19.88	101	0.20		
	المجموع	23.08	118			

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

مظاهر السلوك التمردي الموجه نحو المعلمين	تعليم الأب	0.07	2	0.04	0.20	0.82
	تقدير الطالب	0.16	2	0.08	0.43	0.65
	حجم الأسرة	0.62	2	0.31	1.68	0.19
	تعليم الأب Xتقدير الطالب	0.37	4	0.09	0.51	0.73
	تعليم الأب Xحجم الأسرة	0.62	2	0.31	1.68	0.19
	حجم الأسرة Xتقدير الطالب	0.09	4	0.02	0.13	0.97
	حجم الأسرة Xتقدير الطالبX تعليم الأب	0.02	1	0.02	0.11	0.74
	الخطأ	18.53	101	0.18		
	المجموع	20.49	118			
مظاهر السلوك التمردي الموجه نحو الأصدقاء	تعليم الأب	0.23	2	0.11	0.56	0.57
	تقدير الطالب	0.09	2	0.05	0.22	0.80
	حجم الأسرة	0.55	2	0.27	1.35	0.26
	تعليم الأب Xتقدير الطالب	0.70	4	0.18	0.87	0.48
	تعليم الأب Xحجم الأسرة	0.44	2	0.22	1.09	0.34

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

	حجم الأسرة Xتقدير الطالب	0.38	4	0.10	0.47	0.75
	حجم الأسرة Xتقدير الطالبX تعليم الأب	0.37	1	0.37	1.84	0.18
	الخطأ	20.20	100	0.20		
	المجموع	22.97	117			
الدرجة الكلية	تعليم الأب	0.26	2	0.13	0.78	0.46
	تقدير الطالب	0.21	2	0.11	0.65	0.52
	حجم الأسرة	0.59	2	0.29	1.79	0.17
	تعليم الأب Xتقدير الطالب	0.42	4	0.11	0.64	0.63
	تعليم الأب Xحجم الأسرة	0.50	2	0.25	1.53	0.22
	حجم الأسرة Xتقدير الطالب	0.12	4	0.03	0.19	0.94
	حجم الأسرة Xتقدير الطالبX تعليم الأب	0.06	1	0.06	0.37	0.54
	الخطأ	16.57	101	0.16		
	المجموع	18.74	118			

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

من الجدول رقم(12) يتضح انه لا يوجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى السلوك التمردي على الإبعاد الفرعية أو الدرجة الكلية يعزى إلى التفاعل ما بين تقدير الطالب وحجم الأسرة، مستوى الأب التعليمي، حيث إن قيم الإحصائي "ف" لجميع الأبعاد والدرجة الكلية على مختلف إشكال التفاعل لم تبلغ مستوى الدلالة الإحصائية عند مستوى 0.05 فأقل، لذا لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) في درجة ممارسة السلوك التمردي للمراهقين تعزى للتفاعل بين متغيرات الدراسة (التقدير الدراسي، المستوى التعليمي للأب، حجم الأسرة). وهذا يقودنا إلى القبول بالفرضية الصفرية ورفض الفرضية البديلة

نتائج الفرضية الخامسة:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) في درجة ممارسة السلوك التمردي للمراهقين بين المجموعة التجريبية والضابطة.

للإجابة عن هذه الفرضية تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وإجراء تحليل التباين المشترك (ANCOVA) والجدولان (13) (14) يبينان نتائج الفرضية.

جدول رقم(13)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقدير المدرسين للسلوك التمردي للعينتين التجريبية والضابطة على القياسين القبلي والبعدي.

	المجموعة	القياس القبلي		القياس البعدي	
		المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري
مظاهر السلوك التمردي الموجه نحو النظم المدرسية	التجريبية	2.51	0.18	1.89	0.30

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

	الضابطة	2.47	0.17	2.43	0.17
مظاهر السلوك التمردي الموجه نحو المعلمين	التجريبية	2.42	0.16	1.80	0.20
	الضابطة	2.39	0.12	2.40	0.26
مظاهر السلوك التمردي الموجه نحو الأصدقاء	التجريبية	2.45	0.22	1.92	0.35
	الضابطة	2.37	0.18	2.35	0.17
الدرجة الكلية	التجريبية	2.46	0.16	1.87	0.29
	الضابطة	2.41	0.13	2.39	0.27

من الجدول رقم(13) يتضح أن متوسط أفراد المجموعة التجريبية على القياس القبلي لدرجة الكلية بلغ (2.46)، وأن متوسط أفراد المجموعة التجريبية على القياس البعدي على الدرجة الكلية بلغ (1.87). كما يتضح من الجدول أن متوسط أفراد المجموعة الضابطة على الدرجة الكلية (2.41) وأن متوسط أفراد المجموعة الضابطة على القياس البعدي على الدرجة الكلية بلغ (2.39)،وهذا يشير إلى أن هناك انخفاضاً على متوسطات القياس البعدي مقارنة بالقياس القبلي لسلوك التمرد وللتحقق من أن الاختلاف بين المتوسطات ذا دلالة إحصائية تم إجراء تحليل التباين المشترك والجدول رقم(14) يبين نتائج اختبار تحليل التباين المشترك

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

جدول رقم (14)

نتائج اختبار تحليل التباين المشترك للاختلاف بين المجموعتين التجريبية والضابطة لسلوك التمرد

	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	"ف"	الدلالة
مظاهر السلوك التمردي الموجه نحو النظم المدرسية	القياس القبلي	0.20	1	0.20	4.08	0.05
	المجموعات	2.05	1	2.05	41.11	*0.00
	الخطأ	1.35	27	0.05		
	المجموع	3.60	29			
مظاهر السلوك التمردي الموجه نحو المعلمين	القياس القبلي	0.00	1	0.00	0.03	0.85
	المجموعات	2.91	1	2.91	89.81	*0.00
	الخطأ	0.87	27	0.03		
	المجموع	3.78	29			
مظاهر السلوك التمردي الموجه نحو الأصدقاء	القياس القبلي	0.00	1	0.00	0.00	0.97
	المجموعات	0.72	1	0.72	15.98	*0.00
	الخطأ	1.22	27	0.05		
	المجموع	1.94	29			
الدرجة الكلية	القياس القبلي	0.86	1	0.86	65.26	0.00

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

	المجموعات	0.50	1	0.50	38.11	*0.00
	الخطأ	0.36	27	0.01		
	المجموع	1.72	29			

من الجدول رقم(14) يتضح أن الفروق بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة بلغ مستوى الدلالة الإحصائية لجميع الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية ، حيث إن قيمة الإحصائي (ف) بلغ (38.11) للدرجة الكلية وهذه القيمة دالة عند مستوى 0.05 فأقل. وبمراجعة المتوسطات الحسابية للمجموعتين التجريبية والضابطة تبين وجود فرق في المتوسطات الحسابية وكان الفرق لصالح المجموعة التجريبية ،حيث إن أفراد المجموعة التجريبية على القياس البعدي كان متوسطهم الحسابي (1.87) والذي انخفض عن المتوسط الحسابي لأفراد المجموعة الضابطة ، على القياس البعدي ، والذي بلغ متوسطهم الحسابي (2.39) ، مما يعطي مؤشرا على أن التدريب أسهم في خفض مستوى السلوك التمردي لدى الطلبة بعد تعرضهم للبرنامج التدريبي.

نتائج الفرضية السادسة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α 0.05 =) في درجة ميول المراهقين المتمردين نحو ممارسة السلوكيات الأنتمائية بين العينتين التجريبية والضابطة.

للإجابة عن هذه الفرضية تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وإجراء تحليل التباين المشترك والجدولان (15)و (16) يبينان نتائج هذه الفرضية .

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

جدول رقم(15)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد العينتين التجريبية والضابطة على مقياس ممارسة السلوكيات الأنتمائية

	المجموعة	القياس القبلي		القياس البعدي	
		المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري
السلوك ألانتمائي نحو المدرسة	التجريبية	20.80	1.15	28.40	1.55
	الضابطة	21.80	1.57	21.27	1.10
السلوك ألانتمائي نحو المدرسة	التجريبية	18.07	1.44	25.00	1.25
	الضابطة	17.87	1.30	18.12	1.16
الدرجة الكلية	التجريبية	38.87	1.13	53.40	1.99
	الضابطة	39.67	2.29	39.52	1.85

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

من الجدول رقم(15) يتضح أن متوسط أفراد المجموعة التجريبية على القياس القبلي لدرجة الكلية بلغ (38.87)، وأن متوسط أفراد المجموعة التجريبية على القياس البعدي على الدرجة الكلية بلغ (53.40). كما يتضح من الجدول أن متوسط أفراد المجموعة الضابطة على الدرجة بلغ (39.67) وأن متوسط أفراد المجموعة الضابطة على القياس البعدي على الدرجة الكلية بلغ (39.52)،وهذه المتوسطات تشير إلى أن البرنامج الإرشادي أسهم في توعيتهم بأهمية المشاركة في الأنشطة وممارسة السلوكيات التي تعبر عن الانتماء للمدرسة ونظمها والصداقة وضوابطها، وللتحقق من أن الاختلاف بين المتوسطات دال إحصائيا تم أجراء تحليل التباين المشترك والجدول رقم(16) يبين نتائج اختبار تحليل التباين المشترك

جدول رقم (16)

نتائج اختبار تحليل التباين المشترك للاختلاف بين المجموعتين التجريبية والضابطة.

	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	"ف"	الدلالة
السلوك ألانتمائي نحو المدرسة	القياس القبلي	3.71	1	3.71	2.14	0.15
	المجموعات	359.47	1	359.47	207.29	0.00
	الخطأ	46.82	27	1.73		
	المجموع	410.00	29			
السلوك ألانتمائي نحو الزملاء	القياس القبلي	2.95	1	2.95	2.10	0.16
	المجموعات	106.59	1	106.59	75.77	0.00

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

	الخطأ	37.98	27	1.41		
	المجموع	147.53	29			
الدرجة الكلية	القياس القبلي	0.62	1	0.62	0.16	0.69
	المجموعات	831.07	1	831.07	218.47	0.00
	الخطأ	102.71	27	3.80		
	المجموع	934.41	29			

من الجدول رقم(16) يتضح أن الفروق بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة بلغ مستوى الدلالة الإحصائية لجميع الإبعاد والدرجة الكلية ، حيث إن قيمة الإحصائي (ف) للدرجة الكلية بلغ (218.47) وهذه القيمة دالة عند مستوى 0.05 فأقل. وبمراجعة المتوسطات الحسابية تبين إن متوسط أفراد المجموعة التجريبية على القياس القبلي بلغ(38,87)ارتفع في القياس البعدي ليصبح (53.40)في حين أن المجموعة الضابطة التي لم تتعرض لأي مؤثر تجريبي قد حافظت على المستوى نفسه من القياس وفي القياسين القبلي والبعدي، والتي كانت على التوالي (39,67) (39,52) وحيث إن متوسط أفراد المجموعة التجريبية كان أعلى من متوسط أفراد المجموعة الضابطة ، مما يعطي مؤشرا على أن التدريب أسهم في تعزيز السلوكيات الانتمائية لدى الطلبة. ورفعها لدى أفراد المجموعة التجريبية مقارنة في المجموعة الضابطة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الفصل الخامس

مناقشة النتائج والتوصيات

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الفصل الخامس

مناقشة النتائج والتوصيات

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على الاختلاف في درجة ممارسة السلوك التمردي للمراهقين تبعاً لمتغير التقدير الدراسي، المستوى التعليمي للأب، حجم الأسرة، والتفاعل بينهما، إلى جانب ذلك فإن الدراسة هدفت إلى التعرف إلى فاعلية تطبيق برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض درجة ممارسة السلوك التمردي للمراهقين،وقياس أثره في تنمية ميول المراهقين المتمردين نحو ممارسة السلوكيات الأنتمائية. ويتضمن هذا الفصل مناقشة النتائج التي أسفرت عنها الدراسة .

أولا :- مناقشة النتائج المرتبطة في الفرضية الأولى والتي تنص على " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) في درجة ممارسة السلوك التمردي للمراهقين تعزى لمتغير (التقدير الدراسي للطالب).

حيث أشارت النتائج المرتبطة في هذا السؤال إلى وجود فروق في ممارسة السلوك التمردي تبعا لمتغير التقدير الدراسي،حيث بينت النتائج انه كلما زاد التقدير الدراسي للطلبة انخفض لديهم مستوى سلوك التمرد، سواء أكان ذلك على المجالات الفرعية أم على الدرجة الكلية.

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصل إليه رافكي (Rafky,1979) وأبو الرب (1993) واللذان أشارا إلى أن السلوك التمردي يقل لدى الطلبة مرتفعي التحصيل، ويرتفع لدى الطلبة متوسطي ومنخفضي التحصيل. كما وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة ستانلي و نيلسون (Stanly & Nalson, 1995)

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

اللذين أشارا إلى أن مستوى السلوكيات غير التوافقية انفعالياً وسلوكياً واجتماعياً، ترتبط بعلاقة موجبة مع التحصيل الدراسي، على اعتبار أن التوافق الانفعالي والسلوكي والاجتماعي يرتبط بشكل عكسي مع سلوك التمرد والعدوان لدى الطلبة. في حين اختلفت هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة عطيه (2000) والتي أظهرت عدم وجود علاقة ارتباطية دالة بين التوافق النفسي والاجتماعي والتحصيل الدراسي، ويعلل الباحث هذه النتيجة بأن الطلبة مرتفعي التحصيل لديهم مصادر مختلفة للإحساس بذواتهم واستقلاليتهم، ومنها شعورهم في الأنجاز، والتقدير من قبل المحيطين بهم من أولياء أمور ومدرسين،ويسعون إلى الحفاظ على علاقات اجتماعية ناجحة مع المدرسين وإدارة المدرسة والزملاء حفاظاً على مستواهم التحصيلي ، وبذلك يكونون أكثر ميلاً إلى الالتزام بأنظمة المدرسة وتعليماتها واحترام إدارة المدرسة ومعلميها ،إما الطلبة متوسطي ومنخفضي التحصيل فمصدر الإحساس في الاستقلال لديهم محدد، وربما يجدون في مثل هذه السلوكيات طريقاً لإثبات ذواتهم وشعورهم بالاستقلالية التي ينشدون ، إضافة إلى أنهم غير مهتمين لما يصدر لهم من تعليمات من إدارة المدرسة ، وعدم وجود متابعة مباشرة من أسرهم لما يصدر منهم من سلوكيات داخل المدرسة ، لذا فإن السلوك التمردي بالنسبة لهم يعد من السلوكيات التي تسهم في إحساس هؤلاء الطلبة في الاستقلال واثبات الذات والهوية.

ثانياً :- مناقشة النتائج المرتبطة بالفرضية الثانية والتي تنص على " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) في درجة ممارسة السلوك التمردي للمراهقين تعزى لمتغير (المستوى التعليمي للأب) لدى أفراد العينة الكلية"

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

حيث أشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) في مستوى السلوك التمردي الموجه نحو المدرسة ونظمها ،لصالح الطلبة الذين مستوى آبائهم التعليمي مرتفع، فقد تبين أن مستوى التمرد يزداد كلما قل المستوى التعليمي للأب، حيث إن مستوى التمرد لدى الطلبة الذين مستوى إبآئهم التعليمي ثانوية أو أقل أعلى مقارنة مع الطلبة الذين مستوى آبائهم التعليمي دبلوم متوسط أو بكالوريوس، كما اتضح من الجدول كذلك أن مستوى التمرد لدى الطلبة الذين مستوى آبائهم التعليمي ثانوية أو أقل كان أعلى مقارنة في الطلبة الذين مستوى إبآئهم التعليمي دراسات عليا.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة إبراهيم (2002) والضامن (1984) والجنادي (1988) وكلمنس(Clemens ,1979)واليزور(Elizur,1987)والذين أشاروا إلى تأثير المستوى التعليمي للوالدين في سلوك التمرد لدى الأبناء المراهقين .

وتتفق جزئياً مع دراسة فيرجسون وديموند (Fergusson& Dimond ,1996) التي أشارا فيها إلى أن السلوكيات غير الاجتماعية خاصة ما يتسم منها بالعنف والتمرد ،يزيد لدى الأسر التي يمتاز فيها الوالدان بالقسوة والعنف وكثرة المشكلات الزوجية بينهم وتدني المستوى الاقتصادي والاجتماعي والتعليمي.

ويعلل الباحث هذه النتيجة بأن تعليم الوالدين يسهم في زيادة الوعي في حاجات ورغبات الأبناء المراهقين الخاصة،ويكون لديهم اهتمام كبير بمشاكل أبنائهم ، ويحاولون التعامل معها ومعالجتها بأسلوب ايجابي وأكثر فاعلية، إضافة إلى تفهمهم لطبيعة المرحلة العمرية التي يمر بها أبناؤهم وما يصاحبها من تغيرات فسيولوجية واجتماعية ونفسية ،

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

إلى جانب امتلاكهم لبعض الأساليب والطرق الخاصة التي من شأنها أن تساعدهم على تفهم حاجات الأبناء للاستقلال ، وإتاحة الفرصة لإشباعها بدلاً من أن يحقق هؤلاء المراهقون حاجاتهم للاستقلال من خلال اللجوء إلى أساليب التمرد والعصيان، والتي تدفع في محصلتها النهائية إلى ممارسة السلوك الاستقلالي بشكل غير صحي، وغير منسجم مع الإطار الأسري والمجتمعي العام. لذا فإن تعليم الأب يعد من العوامل التي يمكن أن تؤثر في مستوى السلوك التمردي للأبناء، خاصة إذا انعكس التعليم على شكل ممارسات والدية ارتبط في تفهم حاجات الأبناء المراهقين وسعيهم للاستقلال.

ثالثاً :- مناقشة النتائج المرتبطة في الفرضية الثالثة والتي تنص على " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) في درجة ممارسة السلوك التمردي للمراهقين تعزى لمتغير (حجم الأسرة)" حيث أشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) في مستوى السلوك التمردي الموجه نحو المدرسة ونظمها ،لصالح الطلبة الذين ينتمون إلى الأسر الأصغر حجماً ، حيث إنه كلما زاد حجم الأسرة ارتفع مستوى مظاهر السلوك التمردي الموجه نحو النظم المدرسية.

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة الجنادي (1988) والذي أشار إلى أن حجم الأسرة يسهم في سلوك التمرد، حيث إن الأسر كبيرة الحجم يميل أبناؤها للتمرد أكثر من الأسر الصغيرة الحجم، كذلك تتفق نتائج الدراسة الحالية مع دراسة حبيب (1995) والذي توصل إلى أن أبناء الأسرة صغيرة الحجم كانوا أقل ميلاً للسلوكيات المتمردة من أبناء الأسرة كبيرة الحجم. وقد أكد أيضا سنج (Sung,1993)،

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

هذه النتيجة من خلال ما توصل إليه من أن سلوكيات التمرد تزداد لدى أفراد الأسر كبيرة الحجم مقارنة بالأسر الصغيرة ومتوسطة الحجم.

ويعلل الباحث هذه النتيجة أنه في الأســـر الكبيرة يقل الاهتمام في الأبناء المراهقين لعدم توافر الوقت الكافي لمتابعة مشـــاكلهم وتلمس حاجاتهم مما يترتب على ذلك إهمال لهذه الحاجات وضــعف القدرة على تفهمها، فالمراهق لديه الكثير من الحاجات النفسـية والتي يسـعى لإشـباعها، ولعل من أبزرها الحاجة إلى الاســـتقلال، فإذا أهملت هذه بســـبب زيادة عدد أفراد الأســـرة، فان المراهقين سوف يعبرون عنها على شكل سلوك تمردي، هذا بالإضافة إلى وجود تنافس بين الإخوة الأشـقاء ، والذي قد يأخذ شـكل السـلوك التمردي باعتباره إحدى أدوات الشـخصـية في التعبير عن الاســتقلال .كما أن زيادة عدد أفراد الأســرة وانعكاس ذلك على الوضــع الاجتماعي والاقتصــادي للأسرة يزيد من الضـغوط النفسـية التي تواجه الأبناء المراهقين، سـواء أكان ذلك في الأسـرة أو في المدرســة مما يجعلهم غير قادرين على التعامل مع هذه الضــغوطات بأسـلوب علمي مما يجعلهم يلجائون إلى سلوكيات غير توافقية مع أنظمة وضوابط الأسرة والمدرسة ،ويحاولون التخلص من أي مصدر يهدد حرياتهم ويضـع قيوداً على تصـرفاتهم سعياً في الحصول على الحرية والاستقلال ، وقد أكد ذلك كل من رومانو وميلر (Romano & miller , 1995) وداود وولبرون (Dowd & Wallbrown ,1993) ,لذلك فقد اتفقت هذه الدراسـة مع معظم الدراسـات التي تناولت علاقة هذا المتغير بظهور السلوكيات المتمردة وغير التوافقية .

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

رابعاً :- مناقشـة النتائج المرتبطة في الفرضـية الرابعة والتي تنص على " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) في درجة ممارسة السلوك التمردي للمراهقين تعزى للتفاعل بين متغيرات الدراسـة (التقدير الدراسـي، المسـتوى التعليمي للأب، حجم الأسـرة)، حيث أشارت النتائج إلى أنه لا يوجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى السلوك التمردي على الأبعاد الفرعية أو الدرجة الكلية يعزى إلى التفاعل مابين تقدير الطالب وحجم الأسرة، مستوى الأب التعليمي.

وهذا يشـير إلى أن السـلوك التمردي لم يتأثر في التفاعل بين متغيرات التقدير الدراسـي، والمسـتوى التعليمي للأب، وحجم الأسـرة)، وهذا ما يؤكد أن طبيعة تأثير كل متغير من المتغيرات الثلاثة مسـتقل عن الأخر،ولم يظهر تأثير لاي من هذه المتغيرات بوجود المتغير الأخر، وهذا يشـير إلى أن سـلوك التمرد له ارتباطاته الخاصـة بمتغيرات الدراسـة كل على حدا، ولم يكن هناك تأثير مشـترك لمتغيرات الدراسـة على السـلوك التمردي، وتختلف هذه النتيجة جزئياً مع ما توصـلت إليه بعض الدراسـات التي تقصـت العوامل والأسـباب المؤثرة في ظهور السـلوك التمردي للمراهقين والتي أكدت أن حجم الأسـرة وتدني المسـتوى التعليمي للوالدين وسـوء الأوضـاع الاقتصـادية والاجتماعية للأسـرة ، وسـوء العلاقات الأسـرية وعدم تفهم مطالب المراهقين وعدم نجاح السـلطة الأبوية والمدرسية في التعامل مع المراهقين جميعها من الأسباب المتفاعلة والمؤثرة في زيادة ظهور السـلوكيات المتمردة ، وهذا ما أشـارت إليه دراسـة الجنادي، (1988) وعليان (1993) و إبراهيم (2002) وعطيه (200) دراسـة فيرجسـون وديموند (Fergusson& Dimond ,1996) ودراسـة هيلمان ومكميلين (Hellman & Mecmillin)

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ويعلل الباحث هذه النتيجة في عدة أسـباب لعل من أبرزها صـغر حجم العينة في الجانب المسحي منها والتي لم تلبِ جميع الشروط الخاصة في إجراء التفاعل نظراً لمحدوديتها في المدرسة التي تم فيها المسح والتجريب ،ويعتقد الباحث أن مثل هذا التفاعل بين المتغيرات سيظهر واضحاً في العينات المسحية الكبيرة التي تهدف إلى تقصي العوامل والأسباب المؤثرة في السلوك التمردي فقط دون تطبيق برنامج إرشادي، مما يساعد على أن يكون الاختبار الإحصائي للتفاعل ذا قوه تمكننا من الحديث عن نتائج بمستوى مرتفع من الثقة، وهذا ما سيدفع الباحث إلى الخروج بإحدى توصيات هذه الدراسة لإجراء دراسة مسحية شاملة للتعرف على الأسباب المؤدية لزيادة مثل هذه السلوكيات في مدارسنا ومجتمعاتنا للحد منها ومعالجتها، ومن اجل التعرف على طبيعة التفاعل بين هذه المتغيرات وغيرها .

خامساً :- مناقشة الفرضية الخامسة والتي تنص على " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) في درجة ممارسة السلوك التمردي للمراهقين بين المجموعة التجريبية والضابطة"، حيث أشارت النتائج إلى أن الفروق بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة بلغ مستوى الدلالة الإحصائية، حيث تبين أن متوسط أفراد المجموعة التجريبية كان أعلى من متوسط أفراد المجموعة الضابطة على الاختبار البعدي ، وبذلك كانت الفروق لصالح المجموعة التجريبية ، مما يعطي مؤشراً على أن الانخفاض الحاصل في درجات المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي كان نتيجة لأثر استخدام البرنامج الإرشادي، حيث أسهم في خفض سلوك التمرد لديهم وفي هذا دليل على مدى كفاءة البرنامج الإرشادي وتأثيره الايجابي الذي أدى إلى تخفيف حدة ممارسة سلوك التمرد لدى إفراد المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي .

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

في حين لم يظهر فروق ذات دلالة إحصـائية بين درجات أفراد المجموعة الضـابطة على الدرجة الكلية للمقياس والأبعاد الفرعية في كل من التطبيق القبلي والبعدي ، بمعنى أن سلوك التمرد لدى أفراد تلك المجموعة قد ظل مرتفعاً في التطبيق البعدي، وكما كان عليه في التطبيق القبلي نظراً لعدم تعرضـهم لأي مؤثر تجريبي، وهذا ما يؤكد عدم تدخل أي مؤثر لأي متغير آخر أثناء تطبيق البرنامج الإرشـادي على أفراد المجموعة الضـابطة ، وبذلك حافظ أفراد المجموعة الضـابطة على الدرجة العالية نفسها من التمرد .

وتتفق هذه النتيجة مع معظم الدراسـات التي تناولت أثر البرامج الإرشـادية في التخفيف من السـلوكيات المشـكل لدى المراهقين (التمرد ، العنف ، العدوان ، السـلوك غير التوافقي 000الخ)على اختلاف الاسـتراتيجيات الإرشـادية المسـتخدمة في هذه البرامج ، ومنها ما توصـل إليه البيطار(2002) والذي أشـار إلى فاعلية برنامج إرشـادي قائم على النمذجة من خلال أنشـطة تمثيلية في خفض السلوك المشكل لدى المراهقين ، و ما توصل إليه زياده (2006) والذي أشار إلى وجود أثر للنمذجة والتدرب على المهارات الاجتماعية في خفض العنف المدرسـي لدى أفراد عينة الدراسـة من المراهقين ، ودراسـة بلكيلي وكريمر (Bulkeley & Cramer, 1994) اللذين توصـلا إلى أن تدريب المراهقين الصـغار الذين يعانون من ضـعف في التفاعل على مهارات التواصـل الاجتماعي أسـهم في التخفيف من سـلوك العدوان لديهم، ودراسـة كننجهام (Gunningham , 2001) الذي أشار إلى أثر برنامج إرشادي استند فيه إلى التأثير الاجتماعي من خلال ضـغط الأقران والنمذجة ومهارات مواجهة الضـغوط ، لزيادة دافعية المراهقين للإبتعاد عن العقاقير وخفض السلوكيات المشكلة لديهم ،

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ودراسة سلافنسكي (Slavinsky) التي أظهرت فاعلية عالية لأثر برنامج إرشادي قائم على عدد من الاستراتيجيات الإرشادية في خفض السلوك المشكل لدى عينة الدراسة التجريبية .

ويعلل الباحث هذه النتيجة من خلال جملة من الأسباب لعل من أبرزها ما اشتمل عليه البرنامج التدريبي من أنشطة وتدريبات أسهمت في التعريف بالسلوك التمردي وأسبابه، والنتائج المترتبة على هذا السلوك إضافة إلى التنوع في المهارات التي تضمنها البرنامج كالضبط الذاتي ومهارات حل المشكلات ومهارات التعامل مع الضغوط النفسية والتدرب على توكيد الذات وأهمية القيم الدينية والالتزام بالضوابط الأخلاقية في التعامل مع الآخرين والحرية وضوابطها، وغيرها من المواضيع التي تضمنها البرنامج، إضافة إلى استخدام بعض الأنشطة التي تساعد على تنمية إحساسهم بالمسؤولية تجاه معلميهم وزملائهم ومدرستهم مما يزيد من درجة ممارستهم لسلوكيات انتمائية بدلاً من السلوكيات المتمردة المندفعة وغير العقلانية في كثير من الأحيان ، وتدريبهم على كيفية إيجاد بدائل سلوكية تسهم في التعبير عن حاجاتهم إلى البحث عن الحرية والاستقلال والتعبير عن الرأي و إشباع الحاجات بصورة صحية وسليمة بعيدة عن التهور والاندفاع الزائد ، إلى جانب تدريبهم على كيفية فتح قنوات التواصل بينهم وبين والديهم، واقرأنهم ومدرسيهم للتعبير عن حاجتهم للاستقلال بشكل صحي ومناسب، بدل من اللجوء إلى التمرد كوسيلة أخرى.

سادساً:- مناقشة الفرضية السادسة والتي تنص على: " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) في درجة ميول المراهقين المتمردين نحو ممارسة السلوكيات الأنتمائية بين العينتين التجريبية والضابطة"، حيث أشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة للدرجة الكلية والأبعاد الفرعية لمقياس

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

(ميول المراهقين نحو ممارسة السلوك الانتمائي) لصالح المجموعة التجريبية ، حيث تبين أن متوسط أفراد المجموعة التجريبية على القياس القبلي بلغ (38,87) ارتفع على القياس البعدي ليصبح (53,40) في حين لم يطرأ أي تغير يذكر على متوسط أفراد المجموعة الضابطة في القياسين القبلي والبعدي،مما يعطي مؤشرا على أن التدريب أسهم في تعزيز ميول المراهقين المتمردين نحو ممارسة السلوكيات الانتمائية.

ويعلل الباحث هذه النتيجة من خلال جملة العوامل التي أسهمت في تطوير سلوك الانتماء لدى أفراد العينة التجريبية ، بعد إخضاعهم إلى البرنامج التدريبي الإرشادي ، الذي تضمن جملة من النشاطات والاستراتيجيات الإرشادية التي أسهمت بتوعيتهم بأهمية الحفاظ على المدرسة وممتلكاتها وتنمية شعورهم بالانتماء إليها ، والحفاظ على علاقات اجتماعية ناجحة مع مدرسيهم وزملائهم ،وأهمية المشاركة في الأعمال التطوعية ، مما زاد من فاعلية النتائج المرجوة من البرنامج الإرشادي في ما يتعلق بتنمية ميولهم نحو ممارسة السلوك الانتمائي ولعل من أبرزها زيادة إحساسهم بذواتهم وتدريبهم على الحصول على الاستقلالية والتخلص من التبعية بما ينسجم مع الأطر المدرسية والأسرية والمجتمعية ، إضافة إلى إن التعامل مع المراهق بالطرق العلمية الصحيحة القائمة على الاحترام والتقدير ، والحوار والمناقشة ، وتفهم الحاجات والمطالب السيكولوجية لهذه المرحلة العمرية الدقيقة من العمر ، يمنحهم القدرة على مواجهة المشكلات المختلفة التي تواجههم ، ويغرس فيهم بوادر تكوين الشخصية القادرة على تحقيق أهدافها ، ويزيد من توافقهم النفسي والاجتماعي ، وقدرتهم على فهم المسؤولية وتحملها، ويعرفهم بأهمية الحفاظ على المدرسة وممتلكاتها ، وأهمية الحفاظ على بناء علاقات اجتماعية ناجحة مع الزملاء والمدرسين وإدارة المدرسة ،

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وهذا ينعكس بشكل ايجابي على تعزيز ممارستهم لسلوكيات تعبر عن الانتماء و بناء شخصيته مستقلة منتمية، لذلك يرى العيسوي (1985) أن شعور الشاب بالحب والانتماء نحو وطنه وأسرته ومدرسة يزداد وينمو كلما شعر بان هذه الجهات تقدم له الرعاية والاهتمام بمختلف أشكالها الصحية والنفسية والاجتماعية والتعليمية والاقتصادية ، مما يوفر له الحياة الكريمة والتعبير عن الذات ، والشعور بالاستقلالية . والشعور بالأمن والطمأنينة ، ومراقبة السلوك، وتغير التشوهات في التفكير، وفي الوقت ذاته فإنها تعطيه الأساليب الصحيحة لمراقبة ذاته وضبطها في الموقف المختلفة ، وهذا من شأنه أن ينعكس بشكل أو بآخر على إحساس المراهق في الانتماء ، وبالتالي الميل إلى ممارسة سلوكيات من شأنها أن تعزز وتزيد هذا الإحساس ، للانخراط في بيئة عائلية ومدرسية قائمة على تفهم حاجاته للاستقلال والانتماء وتكوين الهوية، وتجنب أي سلوك متمرد أو عدواني ينال من قبولهم الاجتماعي من قبل الوالدين أو المدرسين أو الزملاء . كما أشارت دراسة كابلان (W. Kaplan ,1987) إلى أن نجاح السلطة الأبوية والمدرسية في التعامل مع المراهقين ، وتعريضهم للبرامج الإرشادية ، وفتح باب الحوار والمناقشة معهم ، يقلل من فرص ظهور السلوك المتمرد وعدم الطاعة ، ويزيد من رغبتهم وميولهم في الحفاظ على سلوك منتمي يحافظ على علاقة إيجابية مع مراكز السلطة بالنسبة لهم .

وتتفق هذه النتيجة وما توصلت إليه الدراسة الحالية مع دراسة إبراهيم (2002) التي هدفت إلى دراسة العلاقة بين المشكلات السلوكية والمدرسية لمن هم في مرحلة المراهقة وسلوكهم الانتمائي، حيث أظهرت أن الأفراد الذين لديهم مثل هذه السلوكيات اظهروا ميلاً متدنياً نحو ممارسة سلوك منتمي، وضعفاً واضحاً في الانتماء إلى الأسرة والمدرسة والمجتمع .

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

كما اتفقت الدراسة مع دراسة الهامي (1987) التي أظهرت أن أساليب التنشئة الأسرية السليمة وحسن التعامل مع المراهقين يؤثر في إحساسهم بالانتماء ، ومجده (1991) التي أظهرت دور السواء النفسي والسلوكي في الانتماء ، ودراسة عبد العال (1992) ودراسة مرزوق (1992) ودراسة (Chubb & Nancy) التي أظهرت وجود علاقة ارتباطيه موجبة دالة إحصائيا بين تقدير الذات وتأكيدها، والتوافق النفسي والاجتماعي ، والسمات النفسية والسلوك السوي، ودرجة الانتماء لكل من المدرسة والوالدين . كما اتفقت أيضا مع دراسة فرانس (Francis, 1995) ومها (200) التي أثبتت وجود علاقة بين خبرات المراهقين وسلوكهم السوي،ومشاعرهم نحو الانتماء للأسرة والمدرسة ، حيث أن ممارسة السلوك الانتمائي ظهر متأصلاً في قبول وتدعيم العلاقات مع أعضاء الأسرة والمدرسة ، ومدى الاستقرار النفسي والاجتماعي ، والعلاقة الطيبة مع المدرسين ، والعادات الأسرية السليمة ، والبيئة المدرسية ومكوناتها ومدى إشباعها لحاجاتهم النفسية والاجتماعية .

من خلال ما سبق من تحليل للنتائج وتفسيرها، وربطها بنتائج الدراسات السابقة فان الباحث يمكن أن يورد بعض الاعتبارات المتعلقة بنتائج الدراسة واستخدام البرنامج الإرشادي في المجتمع المدرسي وعلى النحو التالي :-

1- إن استخدام البرنامج الإرشادي يكون أكثر مناسبة في المجتمع المدرسي، ويعتمد اعتماداً كبيراً على درجة التقبل وإقامة علاقة إرشادية ناجحة مع إفراد المجموعة الإرشادية .

2- أثبتت الدراسة أن هناك تأثيراً ايجابياً للبرنامج الإرشادي المستخدم في الحد من ممارسة السلوك التمردي للمراهقين، سواء أكان ذلك الموجه نحو المدرسة ونظمها أم المعلمين .

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

3- أثبتت الدراسة أن المعلومات السيكولوجية الإرشادية التي حصل عليها أعضاء المجموعة الإرشادية من خلال المحاضرات، بالإضافة إلى التفاعل الجماعي الدينامي والبرامج الاجتماعية ، قد قوى وزاد من إمكانياتهم الذاتية ومنحهم فرصاً تعلموا من خلالها الموضوعية في المشاعر والتفكير، والتصرفات في المواقف المختلفة ،وأساليب التعامل الصحيحة مع الآخرين ، ومما لا شك فيه أن نمو مثل هذه المهارات يزيد من قدرة الفرد على التوافق النفسي والتفاعل الاجتماعي المدرسي ويقلل من ممارسة السلوكيات المضادة لأنظمة المدرسة وتعليماتها .

4- أهمية استثمار الأنشطة الاجتماعية والثقافية في المدرسة ، واستخدامها من خلال البرامج الإرشادية المنظمة لما لها من دور بارز في الشعور بالحرية الذاتية ، وتنمية القدرة على التفكير والمجادلة والمناقشة والاستفسار، مما يمنح الفرد الثقة بأن له كياناً وشخصية مستقلة يستطيع من خلالها الاعتماد على نفسه .

5- إن استخدام البرامج الإرشادية النفسية داخل المدرسة تعطي فرصاً للأفراد للحديث عن مشاكلهم وخبراتهم وأفكارهم بحرية ووضوح ودون خوف أو تردد ،وبالتالي التخلص من الإحاسيس المتوترة والقيود الداخلية والقلق الزائد ، وقد تمكن البرنامج من تمكين الأفراد من التنفيس عن انفعالاتهم من خلال التفاعل الاجتماعي الذي حدث إثناء جلسات البرنامج وأنشطة المتنوعة .

6- إن استخدام البرنامج الإرشادي داخل المدرسة عمل على تنمية العلاقات الاجتماعية السليمة بين أعضاء المجموعة الإرشادية، من خلال تبادل الآراء والأفكار ووجهات النظر المختلفة حول المواضيع المطروحة ،

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

7- وقد أسهم ذلك في إشباع حاجات الأعضاء النفسية والاجتماعية وتهيئة الفرص المناسبة لتعلم آداب الحوار والتعامل مع بعضهم بعضا من ناحية ومع المحيطين بهم من طلبة ومعلمين وممن هم أكبر سناً من ناحية أخرى ، ومما لا شك فيه أن هذه المهارات المتعددة أسهمت بقدر كبير في الحد من سلوكياتهم المتمردة.

8- نظراً للارتباط الوثيق بين ممارسة المراهق للسلوك السوي السليم والتزامه بأنظمة وتعليمات السلطة ،سواء أكانت مدرسية أم أسرية أم مجتمعية ، والميل نحو ممارسة لسلوكيات معبرة عن الانتماء لهذه الجهات ، فقد أثبتت الدراسة أن التخفيف والحد من ممارسة السلوك المتمرد كان ذا فاعلية في ارتفاع مستوي ميول العينة التجريبية نحو ممارسة السلوك الانتمائي .

توصيات الدراسة

في ضوء النتائج التي تم التوصل إليها يمكن للباحث أن يقترح التوصيات التالية :

1- بناء وتطوير برامج إرشـــادية وقائية للتعامل مع ســـلوكات التمرد في جميع المراحل والمســـتويات التعليمية ،كإجراء وقائي وعلاجي ، خوفاً من تطور هذا السلوك فيصبح سلوكاً عدوانياً .

2- تطبيق البرنامج الإرشـــادي الذي أعده الباحث من قبل المرشـــدين التربويين في المدارس، لمواجهة المشـكلات السـلوكية في صـفوف المراهقين والحد، منها خاصـة ما يتصـف منها بالتمرد والعنف والعدوان .

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

3- ضـرورة الخروج من دائرة وصـف الظاهرة السـلوكية للمراهقين إلى التدخل فيها ومعالجتها والحد من انتشارها .

4- الاهتمام بالأنشـطة اللامنهجية: (الاجتماعية والترويحية والثقافية والرياضـية) في المدارس، لما تؤدي إليه من نمو معرفي وعقلي وجسـمي سـليم، والمسـاعدة في تفريغ طاقاتهم للمفيد بدلاً من تفريغ هذه الطاقة في صورة تمرد وعصيان

5- عقد دورات إرشادية موجهة للمعلمين وأولياء الأمور لتزويدهم بالأساليب العلمية السليمة في التعامل مع هذه المرحلة العمرية الدقيقة من العمر في حياة المراهقين .

6- إقامة المعسكرات الشبابية والأعمال التطوعية داخل المدرسة وخارجها لزيادة التفاعل الاجتماعي بين الطلبة ، وتنمية إحساسهم بالانتماء للوطن ومؤسساته المختلفة.

7- ضـرورة تفعيل دور المرشـدين في المدارس للقيام بالمهام التي وجدوا من أجلها، وعدم تكليفهم بمهام أخرى تعيق واجبهم الإرشادي وتهيئة البيئة الإرشادية المناسبة داخل المدارس .

8- القيام بدراسـة مسـحية شـاملة لجميع المدارس في المملكة، للوقوف على أهم العوامل والأسـباب والمتغيرات المؤثرة في السلوك التمردي للمراهقين والتعرف على طبيعة التفاعل بينها .

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

المراجع:

- المراجع باللغة العربية:

- القرءان الكريم
- الحديث الشريف
- إبراهيم ، جميله عياش (2002) . مقارنة المشكلات المدرسية والسلوكية لطلبة وطالبات المرحلة الثانوية حاضري وغائبي الأب (بسبب السفر للخارج) **رسالة ماجستير غير منشوره** ، معهد الدراسات العليا ، جامعة عين شمس .
- أبن منظور (1979) . **لسان العرب** القاهرة ، دار المعارف ، المجلد 25 ، 2682 .
- أبو الرب، كمال. (1993).المشكلات السلوكية في مرحلة الطفولة، من وجهة نظر مدرسي التربية الرياضية، **رسالة ماجستير غير منشورة**،الجامعة الأردنية،عمان،الأردن.
- إسماعيل،عماد الدين.(1989).**الطفل من الحمل إلى الرشد**، ط2،الكويت،دار القلم.
- البصير ، نشوة عبدالمنعم (2001) . إدراك عينة من طلاب المدارس الثانوية للسلطة الوالدية والمدرسية ، **رسالة ماجستير غير منشورة** ، كلية تربية البنات ، جامعة عين شمس
- البيطار، منى (2002) . برنامج إرشادي لبغض المشكلات السلوكية الموجودة لدى التلاميذ المحولين من التعليم الأساسي إلى التعليم المهني ، **رسالة ماجستير غير منشورة** ، جامعة عين شمس ،القاهرة .
- الجرحي ، حسام محمد عبدالعزيز (2000).ديناميكية العلاقة بين الانتماء والتوافق النفسي والاجتماعي، **رسالة دكتوراه غير منشورة**،كلية الآداب، جامعة عين شمس .

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- الجسماني،عبدا لعلي.(1994).**سيكولوجية الطفولة والمراهقة وحقائقها**، بيروت، لبنان،الدار العربية للعلوم.
- الخطيب، جمال (2001).**تعديل السلوك الإنساني** : دليل العاملين في المجالات التربوية والنفسية والاجتماعية ،ط4 مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع ،عمان .
- الدر مكي،فاطمة والعتر،فكري ونصار خلف (2004) مشكلات المراهقين في إمارة أبوظبي بدولة الإمارات العربية المتحدة ،**مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية**، جامعة الإمارات العربية المتحدة م(20) ع(1) ص ص109-145
- الدسوقي ،انشراح (1991) . التحصيل الدراسي وعلاقة بكل من مفهوم الذات والتوافق النفسي والاجتماعي للمراهقين ، **الجمعية المصرية للدراسات النفسية** ، الكتاب السنوي السادس ، الهيئة المصرية العامة للكتاب .
- الزراد، فيصل محمد خير. (1998). **علاج الأمراض النفسية والاضطرابات** السلوكية، ط2، بيروت، دار العلم للملايين.
- الزيات، فتحي مصطفى (1996). **سيكولوجية التعلم**، ط1، دار النشر للجامعات.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- السيد عبدالرحمن،محمد.(1990).**نظرية الشخصية**. القاهرة، دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع.
- الشناوي ، محمد (1998). **العلاج السلوكي الحديث أسسه وتطبيقاته** ، القاهرة دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع .
- الشناوي، محمد محروس(1998) . **موسوعة الإرشاد والعلاج النفسي** ، نظرية الإرشاد والعلاج النفسي –دار غريب للطباعة والنشر
- الشندويلي، نجاح حسن، (1993) العدوانية وعلاقتها ببعض جوانب التوافق لدى شرائح من المراهقين، **رسالة ماجستير غير منشوره**، كلية تربية البنات، جامعة عين شمس
- الضامن، منذر. (1984). المشكلات السلوكية لدى المراهقين في الأردن. **رسالة ماجستير غير منشورة**، الجامعة الأردنية، الأردن.
- العتيبي ،احمد(1996) . أراء عينة من الشباب السعودي في مدى انتشار بعض المشكلات في صفوف المراهقين ، **مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية** ، م (12) ع(2) ص ص149-172.
- العمايره ، احمد عبد الكريم (1991) . فاعلية برنامج للتدرب على المهارات الاجتماعية في خفض السلوك العدواني لدى طلبة الصفوف الابتدائية ، **رسالة ماجستير غير منشوره** ، الجامعة الأردنية ، عمان .

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- الكحكي ،سحر محمد (1988) . دوافع الانتماء لدى الشرائح الاجتماعية ، **رسالة ماجستير غير منشورة** ، كلية الآداب ، جامعة عين شمس .
- الهامي ، عبدالعزيز (1987). الانتماء إلى الأسرة وعلاقته بأساليب التنشئة الاجتماعية **رسالة دكتوراه غير منشوره** ، كلية الآداب جامعة عين شمس .
- انجلز، باربرا (1991)، **مدخل إلى نظريات الشخصية**، ترجمة فهد بن عبدا لله الدايم دار
- أنور، إبراهيم احمد (2002) . أساليب المعاملة الو الدية وعلاقتها بالسلوك ألانتمائي لدى الأطفال النوبيين،**رسالة ماجستير غير منشورة**،كلية التربية،جامعة عين شمس.
- بدوي،احمد زكي(1999).**معجم مصطلحات العلوم الاجتماعية**،مكتبة لبنان ،بيروت.
- بهادر،سعدية.(1980). **في سيكولوجية المراهقة**، الكويت، دار البحوث العلمية.
- توفيق، سميحه (1997) توجه المراهقين نحو والديهم واقرأنهم وعلاقته ببعض سمات شخصيتهم، **مجلة علم النفس** العدد (40)، جامعة قطر.
- جابر، نصرالدين (1998). انعكاسات أسلوب التقبل/ الرفض الوالدي على تكيف الإنباء في فترة المراهقة، **مجلة جامعة قسنطية للعلوم الاجتماعية**، العدد التاسع، الجزائر ص ص 113-127.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- جنادي، مديحة(1998). دراسة تحليلية لبعض الاضطرابات السلوكية وعلاقتها بتقبل الذات وبعض المتغيرات الشخصية لدى المراهقين، **رسالة دكتوراه غير منشورة**، جامعة أسيوط، مصر.
- جيهان ، عاطف فتح الله (1996) . اتجاهات الطالبات الريفيات نحو السلطة الو الدية والمدرسية . دراسة مقارنة ، **رسالة ماجستير غير منشورة** ، معهد الدراسات العليا للطفولة ، جامعة عين شمس . الحارثي للطباعة والنشر، السعودية.
- حبيب، مجدي. (1995). أسلوب المعاملة الو الدية وحجم الأسرة كمحددات مبكرة لتطرف الأبناء في استجاباتهم. **مجلة علم النفس**، ع33، ص ص98-123.
- حسين، محمد حسين (1994) . الانتماء للمدرسة وعلاقته ببعض الضغوط النفسية لدى أطفال المرحلة الابتدائية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، معهد الدراسات العلياء للطفولة ، جامعة عين شمس .
- حنين، رشدي عبده.(1993).**دراسات وبحوث في المراهقة**. ط، القاهرة،دار المطبوعات الجديدة.
- خوري، توما جورج (2000) . سيكولوجية النمو عند الطفل والمراهق ، المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر والتوزيع ، بيروت .

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- داوود ، نسيمه (1999) . علاقة الكفاءة الاجتماعية والسلوك أللاجتماعي المدرسي بأساليب التنشئة الو الدية والتحصيل الدراسي لدى عينة من طلبة الصفوف السادس والسابع والثامن ، **مجلة دراسات ، الجامعة الأردنية** ، م(26) ع(1).
- دسوقي، ممدوح محمود. (1992). فاعلية الاتجاه النفسي الاجتماعي في خدمة الفرد في تحقيق معدلات السلوك العدواني. **رسالة ماجستير غير منشورة**، جامعة حلوان، القاهرة.
- زهران، حامد (1995)**علم نفس نحو الطفولة المراهقة**،الطبعة الثانية،القاهرة،عالم الكتب للنشر.
- زيادة ، احمد (2006). اثر النمذجة والتدرب على المهارات الاجتماعية في خفض سلوك العنف المدرسي ، **رسالة دكتوراه غير منشوره** ، جامعة عمان العربية للدراسات العليا ، الأردن.
- زيعور، محمد. (1993). **الصحة النفسية للطفل والمراهقة**. ط1، مصر، مؤسسة عز الدين للطباعة والنشر.
- سيرجون، انجلش وسيترن، فنش(1994). **المشاكل الانفعالية للنمو** ترجمة محمد خيري وعبدالعزيز القوصي، ط5، القاهرة، مكتب النهضة المصرية.
- صالح،قاسم حسين(1999).**نظريات معاصرة في علم النفس**، صنعاء دار البشير للجامعات.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- عبد الستار، إبراهيم والدخيل ،عبدا لعزيز وإبراهيم ، رضوي (1993). موجتان من التطور بحركة العلاج السلوكي ، **مجلة علم النفس ، القاهرة** ، الهيئة العامة للكتاب – ع26 ، السنة السابعة ص ص16–25 .
- عبدالخالق ، احمد (1996). **الإبعاد الأساسية للشخصية** ، دار المعرفة الجامعية ، الإسكندرية
- عبدالرحمن ،محمد (1998).**نظريات الشخصية** ،دار قبا للطباعة والنشر والتوزيع ،القاهرة .
- عبدالعال، محمد عبدالله (1992)دراسة لبعض جوانب الانتماء وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية لدى عينه من طلاب جامعة كلية التربية بسوهاج ، جامعة اسيوط .
- عراقي، صلاح الدين (1991) . العلاج السلوكي المعرفي ومدى فاعلية في علاج مرض الاكتئاب العصابي ،**رسالة دكتوراه غير منشوره** ،كلية التربية جامعة الزقازيق.
- عطية، محمود محمد إبراهيم (2000) .التوافق النفسي والاجتماعي للطلاب مع البيئة المدرسية وعلاقته بالتحصيل ، **رسالة ماجستير غير منشورة** ، معهد الدراسات والبحوث التربوية ، قسم الإرشاد النفسي ، جامعة القاهرة .

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- عقل،محمود.(2005).مرحلة المراهقة بين مسؤولية الأسرة ودور المجتمع، **مجلة التربية**،اللجنة الوطنية القطرية للتربية والثقافة والعلوم، ع(152)، م(34)، ص ص56-75.
- علاونة، شفيق. (1994). **سيكولوجية النمو الإنساني**، عمان، دار الفرقان للنشر.
- علي، علي (1993).إيداع الأبناء غير الجانحين(بالإحكام القضائي أو البحوث الاجتماعية) مؤسسات الإحداث وعلاقته بتكوين الاتجاهات الجانحة لديهم ،**مجلة علم النفس** ع(25)، جامعة بنها ،مصر .
- عليان ، إبراهيم (1993) . دراسة العلاقة بين القبول /الرفض الوالدي وتوكيد الذات والعدوانية لدى المراهقين ،**مجلة علم النفس** ، ع 25 ،القاهرة .
- عيسوي، عبدالرحمن. (1990). **علم نفس النمو (الطفولة والمراهقة)**، القاهرة، عالم الكتب.
- فتح الله،(1996).اتجاهات الطالبات الريفيات نحو السلطة الوالدية والمدرسية.دراسة مقارنة، **رسالة ماجستير غير منشورة**، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس.
- فطيم، لطفي وآخرون (1998)، **نظريات التعلم المعاصرة وتطبيقاتها التربوية**، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة.
- كاليفن،هول. (1981). **التحليل النفسي الديني**. ترجمة فرج أحمد فرج، القاهرة، دار العلوم.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- كفافي، علاء الدين. (1997). **علم النفس الإرتقائي**، سيكولوجية الطفولة والمراهقة، القاهرة، هجر للطباعة والنشر.الهنداوي، علي فالح. (2005). **علم نفس النمو (الطفولة والمراهقة)**، ط2، العين، الإمارات العربية المتحدة، دار الكتاب الجامعي.
- مجده ،احمد محمود (1991) تطور الانتماء لدى أطفال المرحلة الابتدائية ، القاهرة **المجلة النفسية** ، يناير ، العدد112 ص63.
- مرزوق ، عبدالحميد (1992). تغبر درجة الانتماء إلى الوالدين والإقران في ضوء اختلاف الجنس والصف الدراسي والقدرة على التحصيل ،**رسالة دكتوراه غير منشورة** ، كلية الآداب ، جامعة عين شمس .
- مصطفى، ناجية (2001). مدى فاعلية برنامج إرشادي في تخفيف حدة سلوك التمرد لدى طالبات المرحلة الثانوية، **رسالة دكتوراه غير منشوره** جامعة عين شمس، القاهرة.
- مطارنه ،خوله(2000). العلاقة بين الضغوط النفسية والتمرد لدى المراهقين وأثره على كل من صفهم وجنسهم والمستوى التعليمي لوالديهم في ذلك **رسالة ماجستير غير منشورة**، جامعة مؤتة .

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- مها ، زكريا صالح (2000) . الانتماء الأسري ومستوى تحصيل الدراسة لتلاميذ المرحلة الإعدادية للأمهات عاملات وغير عاملات ، **رسالة ماجستير غير منشورة** ، معهد الدراسات العليا للطفولة ، جامعة عين شمس .
- موسى ، رشاد والسوقي ،مديجة (2000). **المشكلات الاجتماعية لدى المراهقين الصغار** ، دراسة حضارية مقارنة ،المشكلات والصحة النفسية ، ، دار الفاروق الحديثة للطباعة، القاهرة.
- يحيى، عبدالحميد. (1998). **التنمية بين عقيدة الانتماء والتطرف**، القاهرة، مكتبة المحروسة للبحوث والنشر.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ب. المراجع الأجنبية:

Astone, N. M. (1993). Are Adolescent mothers just single mothers?. **Journal of Research on Adolescence**. 3.

Bandura,A.(1997).**Self-Efficiency, The Exercise of Control**, New York; Stanford University W.H.Freeman and Company .

Beck A.T. (1976) . **Cognitive Therapy and The Emotional Disorders** New york International University press .

Braswell,L.and Kendall ,p . (1988) . **Cognitive –Behavioral** methods with children ,Ink .s. Dobson (Ed) **.Hand Book of Cognitive –Behavior Therapies** ,new York : Guilford press.

Brehm,S. and Weiranb,M (1997)Physical barriers and psychological reactance **Journal of personality and Social Psychology** Vol (35) No (11) p.p 80-83.

Brown , Andrea . (1998).Social Competence in peer-Accepted Children with and without Learning disabilities .**Dissertation Abstracts International** , 16\12, p.4729,Jun McGill University (Canada) . Degree :p H.D .

Bulkele, R., Carmer, D. (1994). Social skills training with young adolescents: group and individual approaches in a school stating. **Journal of Adolescence**. Vol.17, pp521-531.

Champion L .A.and power , M.(1992**). L.Adull Psychological Problems . An Introdction** . The flamer press , London Washington ,D.C.

المنارة للاستشارات

www.manaraa.com

Chubb and nancy .(1992). **Adolescents perceptions of Belonging in Their Families in Society of School Education** . vol (73) pp 387- 394 .

Cormier, William.and Cormier, Sherilyn .(1991). **Interviewing Strategies for helpers**, (3rd ed). California: BrookskoI pubIishing Company .

Cunningham ,B.(2001) Implementation of an Empirically Based drug and violence prevention and intervention program in public school setting **.Journal of Clinical ChiId psychogy** , 30 (2) , 12-22 . with Gender-Identity problems After parental Death Amarican Jornal psyewatry Vol (138) No (1) p.p 41-45.

Dowd ,T. and Wallbrown , F. (1993). **Motivational Components to Clients Reactance Journal of Counseling and Development** , vol ,(71) No.(4-6) pp 533-537 .

Dowd,T.(1999) .The therapeutic scale : ameasure of psychological reaotance . **Juornal of Counseling and Development** vol (69) .p.p541-544

Eccles,j.A). (2000). Community programs to promote Youth Development: (Eds **Adolescents Development** .

Elizur ,J.(1987). The stress of school Entry : parental Coping Behaviors and Chilren,s Adjustment to school . **Journal of Child Psychology, and Psychiatry** vol . (27) . No . (4-6). P.p 625-938.

Felton, E. (1978). The social reconstruction of adolescence toward explanation for increasing rates of violence in youth perspectives Biology and Medicine. Vol. 22, No. 2.

www.manaraa.com

Fergusson, D. M., Diamond, M. E. (1996). Childhood Family placement history and behavior problems in 6-year old children. **Journal of Childe Psychology and Psychiatry**. Vol.27, No.2, pp213-226.

Francis , etal.(1995) . **Family Ritual and Adolescents Feelings of Belonging: Explore and The RelationShip** . Acedia University Canda pp 191—197 .

Granvold , Donald . (1994) . **Cognitive - Behavioral TREATMENT : Methods and Appliction** .CaLifrnia : Brooks \Cole publishing Company.

Harrock, J. E., Weinberg. S. A. (1970). **Psychological Needs and Their Development During Adolescence**. P. Psycho.

Hellman , C. and Mcmillin ,W ,(1997) . The Relationship Between psychological Reactance and Self-Esteem **. Journal of Social Psychology** .vol . (37) . No.(1) pp135-140.

Hellman, C., Mcmillin, W. (1997). The relationship between psychological reactance and self-esteem. **Journal of Social Psychology**. Vol.37, Np.1, pp135-140.

Ingersoll ,G.M. (1998) **Developmental Tasks of Normal Adolescence** . Bloomigton , Indiana University : Center for Adolescence Studies .

Marrohn, R. (1980). Adolescent reparation and the task of separation. **Journal of Adolescence and Psychiatry**. Vol.8, pp173-183.

www.manaraa.com

Patterson ,C.(**19Theoriesof Counsg and Psychotherapy**,(4th ed.) New york : Harper and Row publisher .

Persons , J.(1989). **Cognitive Therapy in Practice : A Case formulation Approach ,** New york : W.W.Norton .

Rafky.D. (1979). School rebellion notes,J.of adolescence Cognitive , relaxtion therapy and study skills in reducing self . Reporanxiety anxiety and improving the academic perfor mance of test –anxious students ,**Journal of Counseling Psychology** vol (14) . N(55).p.p 451-464.

Robert, L.Q. (1988) . Comparison and Contrast between belief system theory and Cogntive theory , The **Journal of Psychology** vol . 123 (4) pp 315- 328 .

Romano ,J and Miller .J. (1995). Stress and well- Being in the Elementary school . **Journal of School Couselor** vol . (43) . N(1-5) p.p 268-277 .

Rutter, M. C. (1981). Stress coping and development some issues and questions. **Journal of Child Psychology and Psychiatry**. Vol. 22, No, 4, pp 323-356.

Santach. (1971). **Amanita Belongings and Mental Health** cross cultural sex and marital differences men. Vol. 18, part. 23.

www.manaraa.com

Seeman ,L .(1998). **The RelaionShip Between Young Adolescents Perceptions of Their Mothers and Fathers parenting Behavior and Self-Reports of Loneliness diss abst Inter** vol (49) , (5) pp1281-1244 .

Shingo, S. (1983). A Study of violence among pupils in junior high schools: social psychological traits of violent pupils reports of **National Research Institute of Police science**. Vol.24, No.1.

Slavinsky,D.(1994). Video Monitoring Devices on School Buses ;Are they Effective in Reducing Behavioral **problems .(Doctoral Dissertation ,Virginia Polytechnic Institute And State University ,(1994) Dissertation** Abstract International ,55 (4)826

Smith , J.C . (1993) . Understanding stress and Coping , Macmillan publishing Company,New york .

Sorason, S. B. *et. al.* (1960). **Anxiety in Elementary and SecondarySchool Children**. N. Y. willey.

Stanley,SuE and Nalsen ,J .(1995) .**Acadmic achievement and Socialmtional Adjustment Among Chines psychotherapy Groups,Professional Resouree** Sarasota Floreda .

Steinberg ,L.(2001) . Adolescents Development **. Annual Review of psychology ,vol 52,pp** 83-110 .

Stone ,(2002) The Accuracy of Academic self-Evaluation in adolescents with Learning disabilities. **Journal of Learning Disabilities**, 35 (4), pp 370-383

www.manaraa.com

Sung, M. H. (1994). Psychological reactance effects of age and gender. **Journal of Personality and Social Psychology**. Vol.134, No. 2, pp323-228.

Vnijnatten ,C.(2002) . attitudes toward authority of adoleseeents under family Super vision **,Journal of Child and Youth Care** Forum, 26 (4) .

Kaplan. W. (1978). **Rebllion Against Authority High School**, in theority perspective on school crime, vol.110.

Wheeler,L and Reis ,H (1993) .Loneliness , social Interaction ,and sex roles **Journal of Personality and Social Psychology** vol **.** (4),pp 943-953 **.**

www.manaraa.com

الملاحق

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ملحق رقم (1)

برنامج إرشاد جمعي معرفي سلوكي في خفض درجة ممارسة السلوك التمردي للمراهقين ورفع درجة ممارسة السلوكيات الأنتمائية

الجلسة الأولى

هي جلسة افتتاحية تعقب عمليات القياس القبلي لدرجة سلوك التمرد و درجة الميل نحو ممارسة السلوكيات الأنتمائية لأفراد العينة التجريبية، حيث تم فيها التعرف على مبررات الإرشاد الجمعي، والتعريف بالبرنامج الإرشادي وأهدافه و تحديد زمن الجلسات ومكانها ومواعيدها، بالإضافة إلى واجبات كل عضو في المجموعة.

وهدفت الجلسة الأولى إلى:

- الاستقبال والترحيب والتعارف بين الباحث وإفراد المجموعة الإرشادية.
- إتاحة الفرصة للتعارف بين أعضاء المجموعة.
- تحقيق درجة عالية من الثقة والألفة بين أعضاء المجموعة والباحث.
- تعلم قواعد السلوك لدى أعضاء المجوعة والعمل بها.
- توضيح فكرة مفهوم الإرشاد النفسي الجماعي.
- توضيح طبيعة البرنامج الإرشادي وعوامل نجاحه.
- إنهاء الجلسة وإعطاء واجب بيتي وتحديد موعد اللقاء القادم.

محتوى الجلسة:

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

بعد الترحيب بالطلبة وشـــكرهم على حضـــورهم ثم إتاحة المجال للتعارف بين أعضـــاء المجموعة الإرشـــادية (الطلاب) والباحث، حيث قام الباحث بالتعريف بنفســـه وطبيعة عمله وعمره ومهنة ومكان عمله، ثم أتاح الباحث الفرصـــة لأعضـــاء الجماعة الإرشـــادية للتعرف على بعضـــهم البعض من خلال تقديم أنفســـهم، والطلب من أحدهم التطوع بتقديم معلومات عن هوية الشـــخصـــية (الاســـم، الصـــف، الهواية، النشـــاطات المحببة)، ثم تســـتمر هذه العملية حتى الانتهاء من جميع أعضـــاء المجموعة الإرشـــادية، ثم إعطاء مقدمة عن الإرشـــاد الجمعي بأنه أحد تطبيقات الإرشـــاد النفســـي ويتضـــمن تقديم المســـاعدة لمجموعة من الأفراد، تتشـــابه مشـــكلاتهم من خلال حديث كل فرد عن مشـــكلة ومتابعتها مع الآخرين، وبذلك يســـتطيع أفراد المجموعة وبمســـاعدة الباحث تعلم طرق وأســـاليب تســـاعد كل فرد في المجموعة على مواجهة مشـــكلاته وتعلم كيفية التعامل معها، حتى يســـتطيع مواجهتها بوعي واســـتبصـــار ، كما أنه عملية تربوية كونه يقوم أســـاســـاً على موقف تربوي، ويعتمد على أسلوب المحاضرات والمناقشات الجماعية التي يغلب عليها المناخ شبه العلمي، ويلعب فيها عنصـــر التعليم وإعادة التعليم دوراً أســـاســـياً ويعتمد على إلقاء المحاضـــرات المبســـطة يليها مناقشات تهدف إلى تعريف الإفراد بأساليب الحياة.

كما قام الباحث بتعريف البرنامج بأنه مجموعة من الجلســـات الهدف منها مســـاعدة الطلبة على تطوير ســـلوكيات تزيد من فرص المشـــاركة الاجتماعية، والتقليل من الســـلوكيات غير التوافقية، والتوجه نحو ممارسة تلك السلوكيات التي تعزز الانتماء لكل من الأسرة والمدرسة والمجتمع، وتعلم أســـاليب جديدة في التعامل مع المشـــكلات، وتدريبهم على نماذج التفاعل الســـلوكي وتعلم مهارات جديدة من شـــأنها أن تجعل الفرد أكثر ثقة بنفســـه وبقدراته ومعتقداته ومســـاعدته على إدراك وتعديل نماذج التفكير المحبطة للذات،

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ويوضـــح الباحث بعض الأســـاليب المســـتخدمة في التدريب مثل (النمذجة ، إعطاء التعليمات، التعزيز الاجتماعي، لعب الدور، التغذية الراجعة، الواجبات المنزلية).

بعد ذلك يوضـح الباحث عوامل نجاح البرنامج الإرشـادي، وعلى وجه الخصـوص السـرية والالتزام بالحضور وتنظيم الوقت والتقبل والألفة وحسن الإصغاء والمسؤولية المشتركة.

كما يبين الباحث عدد جلسـات البرنامج الإرشـادي، ويتفق مع المجموعة الإرشـادية على مواعيدها ومدتها ومكان انعقادها، ويبين أن مدة الجلســة ســاعة، ويمكن أن تزيد قليلاً حســب المناقشــات، يتخللها فترة استراحة لإزالة عامل الملل، وستكون الجلسات في الأيام والأوقات المناسبة لهم، ويجب إن لا تؤثر في سير العملية التدريسية وأوقات الحصص المنهجية المدرسية.

ثم قام الباحث بتقديم موجزاً واضـــحاً للهدف من البرنامج، مشـــيراً إلى أننا كبشـــر نتعلم ونكتسب سلوكياتنا بأساليب مختلفة عبر مراحل العمر المختلفة، ويمكن لهذه الأساليب أن تؤثر في اكتسـابنا لبعض السـلوكيات غير التوافقية في الحياة والتي لا تتناسـب مع القيم والمعايير المجتمعية السـائدة ، ويضـيف الباحث الحديث للمجموعة الإرشـادية وبشـكل سـريع عن طبيعة مرحلة عمرهم التي يمرون بها، وهي مرحلة المراهقة وما يحدث فيها من تغيرات نفســـية وفســـيولوجية وما لهذه التغييرات من تأثير كبير في سلوكياتنا في الحاضر والمستقبل، لذلك قام الباحث بتعريف المجموعة الإرشــادية بأن الهدف من البرنامج الإرشــادي هو محاولة لتخفيف حدة ســلوك التمرد لديهم وتنمية وزيادة درجة ميولهم نحو ممارســة الســلوك الانتمائي للأســرة والمدرســة والمجتمع، لما لذلك من أثر كبير في نجاح الفرد وزيادة قدرته على اجتياز هذه المرحلة العمرية بنجاح وانعكاس ذلك على زيادة قدرته في التحصـيل وبناء علاقات اجتماعية ناجحة مع الآخرين ليكون، شـخصـاً اجتماعياً محبوباً في المجتمع،

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

إضـافة لتعزيز الانتماء لدية ليكون شـخصـاً منتمياً لأسـرته ومجتمعه ومدرسـته، وذلك عن طريق إشـراكهم في دراسـة وتحليل وفهم ما يعانون من مشـكلات مختلفة تكون مسـئولة بصـفة مباشـرة أو غير مباشـرة عن ارتفاع مستوى سلوك التمرد لديهم، ومن ثم مساعدتهم على تبصـيرهم بما يعانون وتوضـيح الإبعاد الحقيقية للمشـاكل التي يعانون منها وطرح انسـب الحلول الممكنة لمشـكلاتهم بمسـاعدة الباحث، ثم يبين الباحث بأنه من أهم عوامل نجاح البرنامج الإرشـادي مدى التزامكم بالحضور في المواعيد المتفق عليها لكل جلسة إرشادية، خاصة وان كل جلسة إرشادية تعد متطلباً أساسيا وسابقاً للجلسة التالية، وعلى ضوء ذلك يقوم الباحث بتوزيع نموذج يبين فيه قواعد السلوك للبرنامج الإرشادي، حيث يعد ذلك بمثابة تعاقد سلوكي من نسختين يقوم عضو المجموعه بالتوقيع عليها ويحتفظ بنسخة ويسلم الأخرى للباحث، ويكون النموذج على النحو التالي:

أنا ..... العضو المشارك في البرنامج الإرشادي التزم بما يلي:

- حضور الجلسات الإرشادية في المواعيد المحددة والمتفق عليها مسبقاً.
- المشاركة الفعالة مع أعضاء المجموعة الإرشادية.
- احترام آراء الآخرين وان اختلفت مع آرائي الشخصية.
- المناقشة بكل حرية والتعبير بصراحة عن أرائي.
- الإصغاء للآخرين عندما يتحدثون.
- الالتزام بالنظام والاحترام المتبادل والمشاركة في النشاطات.
- أعمل كل ما بوسعي بتحسين نفسي، للتخلص من مشكلتي.
- إنجاز الواجب البيتي المطلوب.
- بذل كافة الجهود لإنجاح البرنامج الإرشادي.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

-المحافظة على السرية في كل ما يصدر من أي عضو من أعضاء المجموعة الإرشادية.

- التعامل بكل ثقة وصدق وصراحة مع أعضاء المجموعة الإرشادية والباحث.

ويقوم الباحث بمحاولة التعرف على توقعات الطلبة من البرنامج الإرشـــادي من خلال الطلب من أعضــاء المجموعة الإرشــادية ذكر توقعاتهم من البرنامج الإرشــادي، ومدى قدرته على التغيير في سلوكياتهم نحو الأفضل، إضافة إلى تشجيع الطلبة على تحمل المسؤولية الذاتية كون البرنامج يتضـــمن توزيع المســـؤوليات والأدوار على الطلبة بطريقة عادله، ووجود معايير ملزمة لأعضــاء المجموعة الإرشــادية، ثم يعمل الباحث على تهيئة الطلبة للانتهاء من الجلســة وإعطاء الواجب البيتي ويقول الباحث لأفراد المجموعة (إننا في نهاية كل جلسة سنقوم بإعطاء واجب بيتي، يرجى الاهتمام به لنجاح البرنامج ألإرشادي في تحقيق أهدافه)، الواجب البيتي- توزيع مادة مكتوبة ومطبوعة حول مرحلة المراهقة وخصــائصــها والســلوكيات غير التوافقية التي تصــاحبها وخاصــة السلوك التمردي ويطلب منهم قراءتها وكتابة ملاحظات حولها لمناقشتها في الجلسة القادمة.

إنهاء الجلســة وشــكر الطلبة على المشــاركة وتذكيرهم بموعد الجلســة القادمة والطلب من الجميع الحضور والالتزام.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الجلسة رقم (2)

موضوع الجلسة: مشكلات مرحلة المراهقة (1)

أهداف الجلسة:

1. تهيئة الطلبة للجلسة الإرشادية ومناقشة الواجب ألبيتي.

2. التعرف على أهم المشكلات التي تواجهه المراهق وأسبابها:

– المشكلات الأسرية.– المشكلات المدرسية.– المشكلات الجسمية.

هدف (1) تهيئة الطلبة للجلسة ومناقشة الواجب البيتي يبدأ الباحث الجلسة بتهيئة الطلبة ومناقشة الواجب البيتي من خلال الترحيب بالمشاركين وشكرهم على الالتزام بالحضور، ويفتح المجال للمناقشة والأسئلة والاستفسارات حول الواجب ألبيتي والاستماع إلى أراء واقتراحات المجموعة حول سير العمل في البرنامج.

هدف (2) أن يتعرف الطلبة على أهم المشكلات التي تواجه المراهقين. يتابع الباحث حديثه عن مرحلة المراهقة من خلال الحديث لأفراد المجموعة بأنها مرحلة من مراحل العمر المختلفة لها خصائصها المتميزة ولها مشكلاتها النفسية والسلوكية، وأن الفرد إذا ما تهيأت له الظروف المناسبة فإنه يستطيع اجتيازها بكل يسر وسهولة.

ويضيف الباحث : أن هذه المرحلة هي فترة عواصف و توتر تكتنفها الأزمات النفسية وتسودها المعاناة والإحباط والصراع والضغوط الاجتماعية والقلق وصعوبات التوافق.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ومن هنا فإن المراهق في هذه المرحلة يحتاج إلى قدر كبير من الفهم والرعاية والتوجيه والإرشـــاد لمطالب النمو المختلفة المتعلقة بمرحلة المراهقة والتي يمكن تحديدها في أربعة مظاهر رئيسة هي: (النواحي الجسمية، والعقلية، والانفعالية، والاجتماعية).كما يضيف الباحث أن من أهم أسباب مشكلات المراهقين هي الأسباب البيولوجية، وتشمل البلوغ الجنسي دون التهيؤ له نفسياً ،وعدم إشباع الدافع الجنسي أو إشباعه بطريقة غير مشروعة، إضافة إلى الأمراض والتشوهات المختلفة، كما قد يعاني المراهقين في هذه المرحلة من الحرمان وعدم إشـــباع الحاجات النفســـية والاجتماعية وعدم النضج الانفعالي ونقص التوازن وتذبذب الروح المعنوية بين الارتفاع والانخفاض والميول الاستعراضية وعدم الاستقرار النفسي.

إما الأسباب البيئية فتشمل الضغوط الأسرية والاجتماعية وما يقابلها من ثورة وغضب من جانب المراهق، فعدم التوافق الأسري والمدرسي، وسوء التوافق الاجتماعي ورفض الجماعة ،يزيد الصراع النفسي للمراهق، ويؤدي لسوء التوافق الشخصي والاجتماعي والانطواء ونقص الميول والاهتمامات الاجتماعية والرياضـــية، ونقص الخبرات الجديدة اللازمة لتطبيق القدرات والمهارات الجديدة وعدم وجود فلسفة واضحة في الحياة ، وعدم الرضى عن الروتين اليومي والمواقف الرئيسة في الحياة اليومية، مما قد يدفع المراهق إلى الاندفاع والمخاطرة ومخالفة القانون والنظم الأســـرية والمدرسية.يفتح الباحث باب النقاش للطلبة حول ما دار من حديث عن أسباب مشكلات المراهقة والاستماع إلى وجهات نظرهم حول هذه الأسباب واقتراحاتهم حولها. يتابع الباحث حديثه للمجموعة الإرشادية عن أهم المشكلات التي تواجههم في هذه المرحلة ومنها:

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

1. المشـــكلات المدرســـية: حيث يبين الباحث أن البيئة المدرســـية أكثر تبايناً واتســـاعاً من البيئة المنزلية واشـــد خضـــوعاً لتطورات المجتمع وأســـرع تأثيراً به، فهي تترك أثارا قوية على اتجاهات التلاميذ وعاداتهم وآرائهم وسـلوكياتهم باعتبارها حلقة وصـل بين المنزل والمجتمع، كما أن المدرسـة تكفل للمراهق ألوانا مختلفة من النشـاط الاجتماعي الذي يسـاعد على سـرعة نموه واكتمال نضـجه، ومنها يميل المراهق إلى بعض أقرانه وينفر من الآخر، كما يمكنه مقارنة تحصـــيله وتفكيره، بهم ويســـتطيع إدراك مكانة العلمية والاجتماعية في إطار معاييرهم، وبإمكانه التدرب على التعاون والنشاط والمناقشة والمنافسة الشريفة في إطار تحكمه معايير علمية وخلقية ضابطه، وهذا من شأنه أن يمهد الســـبل لتوافق المراهق في المدرســـة، فمن خلال ممارســـة المراهق للأنشـــطة والبرامج الاجتماعية بالمدرســـة تعطي له فرصـــة للتأقلم في البيئة الاجتماعية، ويمكن للمدرســـة توفير هذه الفرص عن طريق تنظيم الرحلات والمشـــاركة في الندوات الثقافية والأنشـــطة الاجتماعية وإقامة المعسكرات والاشتراك في معظم الأنشطة التي تقيمها المدرسة التي تتبنى إكساب الطلبة الصداقات والمعارف وتنمية ميولهم وحاجاتهم المدرســـية، بهدف كســـر حاجز الخوف الاجتماعي أو العزلة الاجتماعية أو ممارسة بعض السلوكيات غير التوافقية.

2. المشكلات الأسرية:

يوضـــح الباحث للمجموعة الإرشـــادية بأن الفرد في هذه المرحلة يحاول التخلص من التعلق الطفولي، عندما يدرك أن له شـخصـية مسـتقلة ومتميزة، حيث يسـعى إلى الاسـتقلال الذاتي والتمرد على ســـلطة الأبوين، مما يدفعه إلى التمرد والتحدي والعدوان والانحراف الســـلوكي المناهض للمجتمع،

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ومن ناحية أخرى يؤدي ذلك إلى استجابات الخوف والرهبة والتنازل عن رغبته في الاستقلال وبين هاذين الانفعالين يقع المراهق ضحية الشعور بالذنب والقلق والاضطراب النفسي، لذلك عمل الباحث على توضيح بعض النقاط للمجموعة الإرشادية التي تساعد المراهق على إيجاد نوع من التوازن بين رغبته في التحرر والاستقلال من القيود الأسرية وبين احترامه للنظم الأسرية السائدة في الأسرة من خلال طرح مثال طرح مشكلة مراهق لديه صعوبة في إيجاد هذا التوازن وطرح الموضوع للمناقشة للمساعدة في التخلص من ذلك، حيث تم طرح عدد من الأسئلة كواجب بيتي لهم لمحاولة الإجابة عليها، ومن هذه الأسئلة:

- كيف يمكن للأبناء أن يزيدوا ثقة آبائهم فيهم؟
- كيف يمكن للأبناء أن يساهموا في التغلب على بعض المشكلات الأسرية؟
- كيف يمكن التوفيق بين متطلبات جماعة الرفاق والضبط الأسري؟
- ما هي الجوانب التي من خلالها نستطيع تحسين التوافق الدراسي؟
- ما هي الأساليب الملائمة لحسن التوافق الأسري؟

المشكلات الجسمية:يوضع الباحث أعضاء المجموعة الإرشادية أن أهم تغيير يحدث في مرحلة المراهقة من الناحية الجسمية هو النمو الجسمي السريع، حيث ينمو الجسم ويزداد بدرجة سريعة، وهذا يبدأ من 10-18 سنة في هذا الصدد بطرح الباحث السؤال التالي:

هل لاحظت ما هي أهم التغيرات التي تطرأ على الجسم في هذه الفترة؟

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وبعد ذلك يوضـح الباحث أن النمو الجسـمي في هذه الفترة يتميز بعدم الانتظام فنجد زيادة ملحوظة في الطول – الوزن – ظهور الشعر على الوجه – نمو الذراعين.. الخ وكل ذلك يؤدي إلى عدم تناسق الوجه وتغير شكله ويستمر هذا إلى أن تصل إلى مرحلة الرشد.

فهذا الانفجار النمائي في جميع أجزاء الجسـم يحدث تغيرات على شـخصـية الفرد، ونتيجة هذه التغيرات السـريعة والمفاجئة تلاحظ على نفسـك القلق والتوتر والخوف وشـدة الانفعال، خاصـة عندما يقابل هذا النمو السـريع بالسـخرية والاسـتهزاء من الآخرين، فهذا التغير يعرض إلى بعض النقد، كما يرتبط هذا التغير بكثير من المشـكلات الانفعالية حيث يؤدي إلى فقدان الانسـجام الوجداني الذي يسود حياتك.

ويبين الباحث للمجموعة الإرشادية انه في لحظة تحس بالسعادة، وأن الدنيا كلها ملك يديك ،وبعد لحظة تحس بأن الشقاء هو المخيم على حياتك وتشعر بالانقباض والبؤس والشقاء.

هل تعرف السبب الحقيقي لكل ما سبق؟

السبب بسيط جداً ألا وهو النمو المتدفق غير المتجانس، وذلك التدفق الهرموني الذي تدفع له الغدد الصماء في الدم مما ينتج عنه أحاسيس متضاربة غير منسجمة في الوجدان.

يوضح الباحث للمجموعة الإرشادية أن هذه التغيرات طبيعية، ولا يمكن لأي منا أن يغيرها، ولا بد من حدوثها للوصـول إلى المرحلة التالية ، وأن هذه المشـكلات هي مؤقتة وسـرعان ما تزول وأن كثيرين مروا بها ومن بينهم والديك وإخوتك الكبار.

لذلك كل ما عليك في هذه المرحلة هو التكيف مع ما يحدث من تغيرات، فإذا رفضـت هذه التغيرات سيؤدي بك إلى سوء التقبل والفهم والتوافق وبعض الاضطرابات السلوكية

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

هدف (3) تهيئة الطلبة لأنها الجلسة الإرشادية وإعطاء الواجب البيتي حيث يوضح الواجب البيتي المطلوب إنجازه ويكتبه على السبورة من خلال الإجابة عن احد الأسئلة المطروحة أو أكثر.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الجلسة رقم (3)

موضوع الجلسة: مشكلات المراهقة (2)

أهداف الجلسة:

1. تهيئة الطلبة للجلسة الإرشادية ومناقشة الواجب البيتي.

2. استكمال أهم المشكلات التي تواجه المراهق.

– المشكلات الانفعالية.– المشكلات العقلية.– المشكلات الاجتماعية.

3. إنهاء الجلسة الإرشادية وإعطاء الواجب ألبيتي.

هدف (1) تهيئة الطلبة للجلسة الإرشادية من خلال الترحيب بالمشاركين والسؤال عن أحوالهم، وما واجههم من طرائف وفتح المجال لمدة خمس دقائق للأحاديث الجانبية بين أعضـــاء المجموعة الإرشـادية مع بعضـهم والمجموعة الإرشـادية والباحث ،وذلك لخلق جو من الألفة والمحبة وإزالة أي نوع من التوتر والقلق والملل.

ثم طلب الباحث من كل واحد من أعضــاء المجموعة الإرشــادية تقديم ملخص ســريع عن الجلســة السابقة ومناقشتهم في الواجب البيتي .. كان هناك ثلاثة من أعضاء المجموعة الإرشادية لم يتمكنوا من حل الواجب البيتي، حيث قدموا أعذارا تم قبولها من قبل الباحث مع تشجيعهم وتعزيزهم بضرورة الالتزام بما يقوم به أعضاء المجموعة الإرشادية كاملة.

هدف (2):– أن يتعرف الطلبة على بقية المشـــكلات التي تواجه المراهق ومنها المشـــكلات الانفعالية، المشكلات العقلية، المشكلات الاجتماعية.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

يوضـــح الباحث للمجموعة الإرشـــادية أن المشـــكلات الجســـمية وما يرتبط بها من تدفق للنمو إلى جانب الأسباب النفسية يؤثر تأثيراً كبيراً في الناحية الانفعالية، لذلك نجد الفرد في هذه المرحلة قلقاً– متوتراً–زاهداً –ثائراً على الأوضـــاع– متمرداً على الكبار والقوانين والنظم ،ويشـــير الباحث إلى أن مشـــكلات المراهقة الانفعالية جميعها لها حل من مبدأ أن لكل مشـــكلة حل ،ومن هذه المشـــاكل:– شعورك بعدم التوافق مع البيئة الأسرية والمدرسة حيث لا يعاملونك على أساس ما وصلت إليه من نضج.

– عدم توافر الإمكانات المالية لك والعجز عن مطالب نفسك وطموحك.

– تعرضك للنقد من قبل الكبار لعدم قدرتك على إرضائهم في سلوكك وتصرفاتك.

ويطرح الباحث السؤال التالي للمناقشة: هل تستطيع أن تعرف ما الذي يؤدي إلى التوتر الانفعالي لديك؟

ويبين الباحث ،أن الســـلوك الانفعالي يظهر نتيجة عدم القدرة على ضـــبط الانفعال لديك لذلك تثور وتغضب لأقل سبب وقد تصب غضبك على غيرك بالعناد والتمرد على الكبار.

ويطرح الباحث السؤال التالي كيف يمكن لك أن تتحكم في انفعالاتك؟

يجيب الباحث أنه يمكن للفرد أن يتحكم في انفعالاته والسيطرة عليها، ولا نقصد بالتحكم في الانفعالات كبتها، بل نقصـــد بذلك أن نوجه الطاقة التي تتولد عن هذه الانفعالات لأغراض مفيدة، كما يوضـــح الباحث أنه ليس المقصـــود فقط التحكم في الانفعالات غير الســـارة ،فقط كالحزن والغضـــب والقلق ،ولكن أيضـــا التحكم في الانفعالات الســـارة كالفرح، حتى لا تبدوا تافهاً في أعين الناس.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ويضيف الباحث عدداً من النصائح يمكن للفرد استعمال أياً منها متى يشاء للسيطرة على أعصابهم في مواجهة مواقف الحياة الصعبة وهي:

- اللجوء إلى روح الفكاهة أمام المواقف التي تثير الغضب أو الحزن.
- حكم عقلك قبل عواطفك ،فكر بتمهل قبل مواجهة أي موقف حتى لو كانت إهانة الحقت بك.
- فكر في الدافع وراء سلوك الناس تجاهك.
- أن تهيئ نفسك دائماً ،فهذا يجعلك أكثر هدوءاً وثباتا في مواجهة المواقف التي تثير انفعالاتك.
- نمي ثقتك بنفسك، فهذا يعطيك قدرة اكبر على التحكم في انفعالاتك.
- أن تناقش المواقف التي تثير غضبك أو قلقك بصورة منطقية.

هذه نصائح خاصة بالتحكم في الانفعالات ولكن السؤال:

ما هي الطرق المناسبة للتخلص والتخفيف من المشكلات الانفعالية؟

أي ماذا أنت فاعل تجاه هذه المشكلات، يذكر الباحث للمجموعة أنه يمكنك التغلب على أي مشكلة انفعالية، لأنه كما ذكرنا سابقاً (كل مشكلة لها حل) ومن هذه الحلول:

1. الاتزان الانفعالي: أي فهم الموقف الموجود أمامك فهماً صحيحاً، وتقديره جيداً فهذا يساعدك على تنمية ثقتك بنفسك بذلك تحكم عقلك، فلا تتسرع وتندفع وراء انفعالاتك، وكذلك لا تتعصب لأي رأي من الآراء دون تفكيرعميق، فهذا يساعدك على تخفيف التوتر.
2. الاستماع الفني: حيث يخفض من هذه التوترات الانفعالية، فالاستماع بالجمال في كل صورة وإشكاله، ويتم ذلك عن طريق التمتع بالطبيعة المناظر الجميلة (الشعر، الرسم، التصوير، الموسيقى)، فكلها أساليب للرقي في النمو والوصول بالى النضج السوي.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

3. الانتصار على مخاوف الطفولة والتخلص من هذه المخاوف التي تزيد التوتر والقلق.وفي النهاية يمكنك أن تكون أفضل مما أنت عليه بشرط قبول الدافع المحيط بك والتكيف معه، وإذا كنت على قدر من المسئولية والتفكير المنطقي لفرضك احترامك على الجميع سوف يعاملونك بالطريقة التي ترغب بها.

المشكلات العقلية: يبداء الباحث حديثه بالقول إن فترة المراهقة ينمو فيها العقل بدرجة تجعلك أكثر قدرة على الفهم والتركيز والاستيعاب والحفظ وفيها تزداد نسبة ذكائك، وهذا ما أريد إن تعرفونه حتى تستثمر هذه القدرات في النجاح والتفوق.

فمرحلة المراهقة هي فترة النمو العقلي الذي يصبح الفرد فيها قادراً على التفسير والتوافق مع البيئة ومع ذاته ،ويسير النمو العقلي في هذه المرحلة إلى الاكتمال والنضج، حيث يظهر لدى المراهقين قدرات الميول العقلية والذكاء، وتزيد القدرة اللغوية والعددية والموسيقية .. الخ.كما أن الخيال في هذه المرحلة يزداد لوجود علاقة واضحة من النمو العقلي والخيال ويأخذ اتجاهات واضحة في الأعمال الفنية، كالرسم والشعر والموسيقى، كذلك في هذه المرحلة تزداد قدرتك على التذكر، عما كنت عليه في الطفولة، وهذا قد تلاحظه من خلال أنك قد تبذل مجهوداً أقل عند حفظ أو مذاكرة مادة معينة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ويوضـــح الباحث أن تفكير المراهق يختلف عن تفكير ممن هم في مرحلة الطفولة فتفكير المراهق يتســم بزيادة قدرته على الفهم ، والتفكير، وفرض الفروض وحل المشــكلات، والقدرة على التعامل مع الإحداث بعقلانية، والقدرة على التحليل كما أنك في هذه المرحلة تتأثر بالخبرات التي تمر بها لذلك يمكن أن نقول إن هذه المرحلة هي مرحلة الثراء العقلي وعليك الاســتفادة منها إثناء المذاكرة وإثناء حفظك للدرس، وإثناء التعامل مع المشــكلات التي تواجهك، وإثناء إقدامك على ممارسـة أي سـلوك ،سـواء كان ذلك في المدرسـة أو البيت أو الشـارع فعليك أن تفكر أولا ثم تنفذ السلوك.

– المشكلات الاجتماعية (النمو الاجتماعي)

يستكمل الباحث حديثه على النمو الاجتماعي في هذه المرحلة ويوضح للمجموعة الإرشادية بأنه يعتمد في هذه المرحلة على مدى تكيف الفرد مع نفســه وتكيفه مع الكبار وتكيفه مع الجنس الأخر مع المدرسة، مع الأسرة، مع الأصدقاء مما يشكل لدى الفرد إمكانية مواجهة الصعوبات التي تواجهه في هذه الحياة.

ويضيف الباحث أن هذه المرحلة تميز بشمول واتساع العلاقات الاجتماعية منها في مرحلة الطفولة، كما أنها تتميز بثورة المراهق على السـلطة بجميع إشـكالها ففي هذه المرحلة يبدأ النضــج الجنسي ولا يستطيع الفرد كبت دوافعه الجنسية ،إلى جانب ذلك يكون قد اكتسب الفرد ونما لدية ما يسمى (بالضمير) الذي لا يسمح له بالتفكير في أي علاقة جنسية محرمة.

لذلك قد لا يسـتطيع الفرد التخلص من دوافعه الجنسـية ولا من ضـميره فلا يجد أمامه سـوى الثورة على الوالدين أو المدرسين أو المدرسة أو يرفض سلطتها.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

والآن سوف تطرح السؤال التالي للمناقشة: لماذا يثور الشاب على اقرب الناس له مثل (الأب، الأم، المعلم، الصديق)؟

بعد استماع الباحث لعدد من الإجابات من المجموعة الإرشادية وكان من بين هذه الإجابات:

- أن الآباء يفرضون علينا بعض السلوكيات نحن غير مقتنعين بها.
- إن الوالدين يتدخلان في شؤوننا وفي اختيارنا لأصدقائنا.
- إن بعض المعلمين يقومون بمعاملتنا باستهتار.
- إن هناك كثير من (ألآءات) من قبل الوالدين مما يدفعنا للثورة والغضب والتمرد.
- إن بعض الأباء يفرضون علينا نظاماً أسرياً صارماً.
- إن كثيراً من أنظمة المدرسة تكون مقيدة لحرياتنا.
- قلة الأنشطة الترويحية في المدرسة يضيق علينا ويجعل جو المدرسة مليء بالتوتر.

يضيف الباحث للإجابة عن السؤال ويوضح للمجموعة الإرشادية أن هؤلاء (الآباء، والأمهات، والمعلمين) عادة ما يحيطونك بالحب والرعاية والعطف، وغالباً ما تنظرون لهذه العطف والاهتمام الزائد بأنه قيد من قيود الأسرة أو المدرسة، لذلك تحاولون كسر هذه القيود من خلال ممارستكم للثورة على الأسرة والمدرسة، والتمرد على أنظمة الأسرة والمدرسة.لذلك فإنكم في هذه المرحلة تقعون في تناقض بين كونكم قد تركتم مرحلة الطفولة وترغبون بتحقيق الاستقلال وتحمل المسؤولية و إرضاء مصادر السلطة لديكم،

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

لذلك هذا التناقض يؤدي إلى الصراع مع السلطة يوضع الباحث بعض الآراء والاقتراحات للمجوعة الإرشادية التي تساعدهم على إيجاد نوع التوافق بين إشباع حاجاتهم ورغباتهم بما ينسجم مع أنظمة الأسرة والمدرسة من خلال طرح مثال للنقاش بين سلوكيين مضادين.

(نبيل) دائم الخلاف مع أهله يسلك سلوكيات لا تتناسب مع تعليمات الأسرة لا يلزم بما يصدر من تعليمات من إدارة المدرسة، لا يرجع إلى البيت في الموعد المحدد من قبل الأسرة، لديه شعور بأن الأسرة والمدرسة تقيد حريته.(سعيد) ملتزم بما يصدر له من تعليمات، يفكر قبل أن يعارض، يجري حوار ونقاش مع والدية إذا ما شعر بأن الأسرة تقيد حريته، يحاول أن يطيع والديه بسلوكه، أو أصدقائه، وبالتالي يحصل على ما يريد عن طريق الحوار والنقاش والإقناع.

وقد قصد الباحث من خلال طرح هذا النموذج، لبيان أن الإنسان يستطيع إن يحقق رغباته وطموحه والحصول على استقلالية من خلال أسلوب المناقشة والحوار والتفكير المنطقي والإقناع دون اللجوء إلى الثورة والغضب والتمرد.

هدف (3) إنهاء الجلسة الإرشادية:

عمل الباحث على فتح باب الأسئلة والنقاش حول ما دار في الجلسة الإرشادية والإجابة عن أسئلة واستفسارات الطلبة والتأكيد على حضورهم في الجلسة القادمة.

كما تم إعطاء الواجب البيتي المتضمن الطلب من المجموعة الإرشادية أن يذكر كل واحد منهم موقفاً معيناً حصل معه مع احد والديه ورد عليه بثورة وغضب، وكيف يمكن أن يتعامل مع هذا الموقف لو تكرر معه هذا الموقف من خلال الاستفادة من موقف (نبيل) و (سعيد) الذي طرح في الجلسة الإرشادية.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الجلسة رقم (4)

موضوع الجلسة :- تعريف الأعضاء على، معنى السلوك ، معنى التمرد ، إشكال التمرد

أهداف الجلسة :-

- تهيئة الأعضاء للجلسة ومناقشة الواجب . - أن يتعرف الأعضاء على معنى السلوك .

- - أن يتعرف الأعضاء على معنى التمرد . - - أن يتعرف الأعضاء على إشكال التمرد مع طرح الأمثلة - أنها الجلسة وتلخيصها وإعطاء الواجب البيتي .

الهدف (1) : تهيئة الأعضاء للجلسة ومناقشة توقعاتهم من البرنامج الإرشادي. يرحب الباحث بالأعضاء ويشكرهم على حضورهم والتزامهم بالموعد مبتدءاً الحديث بموضوع عام عن إخبار الطقس والتعرف على أسماء بعض الأعضاء الذي لم يتمكن من حفظ أسمائهم في الجلسة الأولى وبعد ذلك يبدأ بمناقشة الواجب المطلوب منهم، واستعرض بعض النقاط المهمة التي كتبها الأعضاء

الهدف (2) :- أن يتعرف الأعضاء على معنى السلوك . يطلب الباحث من جميع الأعضاء الانتقاء جيداً والتركيز على ما سيقوم به ، حيث ذهب وقام بفتح الباب ثم إغلاقه وسال الأعضاء (ماذا فعلت ؟) حيث أجابوا ذهبت إلى الباب وفتحته ثم أغلقته وألان وبعد هذا المثال البسيط أود أن أوجه لكم سؤالا:

ما هو السلوك ؟ استمع الباحث إلى عدد من إجابات الأعضاء وتدوينها على السبورة ومناقشتهم فيها ،

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

بعد ذلك عمل على تعريف السلوك تعريفاً علمياً مفاده (أن السلوك يشمل نشاط الإنسان في تعامله مع البيئة التي يعيش بها وما تحتويه من عناصر ليتمكن من تحقيق أكبر قدر من التوافق والانسجام معها)، فهو بذلك يشمل أي عمل أو نشاط نقوم به في هذه الحياة التي نعيش،

ويشمل ذلك ما هو ظاهر كتناول الطعام ، المشي ، الدراسة ، قراءة جريده ، لعب كرة القدم / الاعتداء على أحد الزملاء مساعدة صديق .....الخ كما يشمل ما هو غير ظاهر (كالتفكير والتخيل والتذكر والعواطف والخوف .....الخ)

يعمل الباحث على طرح مجموعة من السلوكيات من واقع البيئة المدرسية مع التركيز على تلك السلوكيات التي قصد الباحث الحد من ممارستها ضمن هذا البرنامج ، ويطلب من الأعضاء تمثيل بعض السلوكيات ،منها ما هو إيجابي ومنها ما هو سلبي، ويناقش الأعضاء بالنتائج المتوقعة منها ، ومن السلوكيات التي تم طرحها :(طالب يعتدي على المقعد ، طالب يقدم اعتذاراً لصديقه نتيجة ارتكابه خطأً ما معه ، طالب يمارس سلوكاً خاطئاً مع معلم ، طالب يعرقل زميله أثناء المسير ..... الخ)

وتم مناقشة النتائج المتوقعة من كل سلوك .

الهدف (3) : – أن يتعرف الأعضاء على معنى التمرد وإشكاله .

يعمل الباحث على تقديم نماذج من عدد من الأعضاء يمارسون فيه سلوكيات معبرة عن التمرد ، تمرد موجه نحو زميل ، تمرد موجه نحو ممتلكات المدرسة ، تمرد موجه نحو أحد المعلمين ، وبعد ذلك يوجه الباحث سؤالاً: ما المقصود بالتمرد ؟

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

يتلقى الباحث الإجابات من أعضاء المجموعة ويدونها على السبورة ويناقشهم فيها ، ويقدم لهم تعريفاً علمياً للتمرد مطبوعاً على ورقة ويوزعه عليهم على أنه: (شكل من إشكال الاحتجاج الصريح والمعلن تجاه مراكز السلطة في المنزل والمدرسة والمجتمع وجماعة الرفاق وهو مظهر من مظاهر العدوانية تضع المراهق في حالة من الصراع مع المحيطين به في البيئة التي يعيش بها)

ثم يطرح الباحث عدداً من الأمثلة الدالة على السلوكيات المتمردة ، ويطلب من أعضاء المجموعة أمثلة من واقع البيئة المدرسية

هدف (4) : – أن يتعرف أعضاء المجموعة على أشكال التمرد .

يطرح الباحث سؤالاً على أعضاء المجموعة بهدف استعراض سلوكيات التمرد في المدرسة لاستنتاج أشكال التمرد :

ما هي السلوكيات التمردية التي تحدث في المدرسة ؟

بعد استعراض عدد من السلوكيات التي يذكرها الطلاب من واقع البيئة المدرسية ومن واقع الأحداث اليومية في الشارع والمنزل وغيرها ، تم تعريف الأعضاء بإشكال التمرد على النحو التالي : تمرد موجه نحو البيئة المدرسية وأنظمتها (مثل التأخير عن طابور الصباح ، الغياب ، الخروج من الحصة دون استئذان ، فوضى داخل المدرسة ... الخ) –تمرد موجه نحو المعلمين (مثل الاستهتار بالمعلم ، معارضة آراء المعلم دون سبب منطقي ، شتم المعلم ، عدم الاحترام والطاعة .... الخ)تمرد موجه نحو الأصدقاء (مثل العبث بأدوات الزملاء وتخريبها ، عدم احترام أراء الزملاء ، الشتم والاستهتار ، إثارة الفتنة بين الزملاء .....الخ)

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

تمرد موجه نحو الأسرة (عدم طاعة الوالدين ، عدم الالتزام بأنظمة الأسرة .... الخ)

تمرد موجه نحو المجتمع (مثل العبث بالممتلكات العامة عدم المحافظة على البيئة .... الخ) ويوضـــح الباحث أن هذه الســـلوكيات وغيرها لا تعبر عن انتماء حقيقي لهذه الجهات والتي وجدت أصلا لخدمة الفرد وتأهيله ليكون عضواً صالحاً في هذا المجتمع

الهدف (5) : – إنهاء الجلسة الإرشادية وإعطاء الواجب البيتي . بعد تهيئة الأعضاء للانتهاء من الجلسة ويشكرهم على تفاعلهم ومشاركتهم فيها ، يلخص الباحث ما جرى خلال الجلسة ويقدم الواجب البيتي الواجب البيتي :–اذكر ثلاثة أمثلة على كل شكل من إشكال التمرد.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الجلسة رقم (5)

موضـوع الجلسـة :- تعريف الأعضـاء معنى الالتزام والمسـؤولية والتميز بين السـلوك الايجابي المرغوب فيه والسلوك السلبي ونتائجه على الفرد بشكل خاص والزملاء والأسرة والمدرسة والمجتمع بشكل عام .

أهداف الجلسة :-تهيئة الأعضاء للجلسة ومناقشة الواجب ألبيتي

أن يتعرف الأعضاء على المقصود بالمسؤولية .

أن يميز الأعضاء بين السلوك الايجابي والسلوك السلبي .

إن يتعرف الأعضاء على نتائج السلوك السلبي على الفرد والزملاء والمجتمع المدرسي

تلخيص الجلسة من قبل الباحث ، وإعطاء الواجب البيتي .

الهدف (1) :- تهيئة الأعضاء للجلسة ومناقشة الواجب البيتي

يرحب الباحث بالأعضاء ويشكرهم على حضورهم والالتزام بموعد الجلسة، ويسأل عن أحد الأعضـاء متغيب عن الحضـور حيث أبلغه زميل له بأنه مريض ،عمل الباحث على اسـتغلال هذا الحدث لتنمية روح الصداقة والاحترام بين الأعضاء ،حيث تمنى الشفاء العاجل(ليزيد)وطرح على أعضـاء المجموعة فكرة تنظيم زيارة وجمع مبلغ رمزي من النقود لشـراء هدية رمزية(ليزيد)، حيث أبدى الجميع رغبتهم بالمشـاركة، بعد ذلك بدأ الباحث بمناقشـة الواجب البيتي مع الأعضـاء واستعراض الأمثلة المطروحة من قبلهم على إشكال التمرد وصولاً للتصنيفات المختلفة للتمرد وإثارة نقاش حولها .

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

هدف (2) :- أن يتعرف الأعضاء على المقصود بالمسؤولية

بدأ الباحث بالحديث حول المقصود بالمسؤولية وطرح سؤالاً على الأعضاء، ما المقصود بالمسؤولية ؟ وبعد الاستماع إلى إجاباتهم وتسجيل بعض منها على السبورة قدم الباحث تعريفاً بسيطاً لمفهوم المسؤولية على أنها إشباع الفرد لحاجاته والقيام بواجباته والالتزام بها بشكل لا يؤثر في الآخرين في إشباع حاجاتهم ورغباتهم والقيام بواجباتهم ،كما تشمل محاسبة الفرد لنفسه وتحمل قراراته ونتائج سلوكه .وفتح مجال للنقاش مع أعضاء المجموعة حول التعريف .

ثم عمل الباحث على طرح مثال كنموذج حي على هذا المفهوم :

محمود طالب ملتزم في أنظمة وتعليمات المدرسة ..يحضر الطابور الصباحي باستمرار دون تأخير ..ملتزم بحضور جميع الحصص ..لا يتغيب عن المدرسة دون عذر رسمي ..ملتزم في انجاز جميع واجباته ..وفي النهاية حصل على معدل عالٍ وكسب تقدير مدرسيه وتقدير إدارة المدرسة (أين المسؤولية في ذلك ..ماذا حقق من إشباع للحاجات ؟)

سعيد يحترم النظام ...يشارك في جميع الإعمال التطوعية في المدرسة ..يحترم زملاءه ..يحل النزاعات بين الطلبة ...في النهاية حصل على تقدير وثقة زملائه وفاز في انتخابات المجلس الطلابي ...وحصل على تقدير ممتاز في حسن السيرة والسلوك (أين المسؤولية في ذلك ؟..ماذا حقق من إشباع للحاجات ؟)تم مناقشة الأمثلة وأمثله أخرى لتوضيح مسؤولية الفرد عن تصرفاته وقراراته وإشباع حاجاته دون الاعتداء على حاجات الآخرين

الهدف (3):- أن يميز الأعضاء بين السلوك الايجابي والسلوك السلبي

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

يوضـــح الباحث للأعضـــاء بأننا كبشـــر نقوم في كل يوم بعشـــرات بل المئات من الســـلوكيات،منها ما هو ايجابي ومرغوب فيه،ومنها ما هو ســـلبي وغير مرغوب فيه ، فالســـلوك الإيجابي يعود علينا ومن حولنا بالفائدة والخير والسلوك السلبي عكس ذلك ،وتم استعراض عدد من الســلوكيات الإيجابية التي يمارســها الطلاب في هذه المرحلة من العمر ومجموعة من الســلوكيات السلبية وعل النحو التالي :-

سلوكيات إيجابية على الفرد -احترام الفرد لذاته وتقديرها التعزيز الذاتي للفرد الحديث عن النقاط الايجابية في الذات وتحسينها	سلوكيات سلبية على الفرد -عدم احترام الذات وشتمها -عدم الاهتمام بالمظهر العام -ضرب الذات بالة حاد
سلوكيات ايجابية نحو الآخرين -احترام المعلم -احترام كبار السن تقديم مساعده لصديق	سلوكيات سلبية على الآخرين -شتم المعلم -الاعتداء على الزملاء -عدم طاعة الأوامر والتقيد بقيم الأسرة
سلوكيات ايجابيه نحو الممتلكات -المشاركة في الإعمال التطوعية في المدرسة -المحافظة على نظافة المدرسة . - زراعة الأشجار -عدم العبث في ممتلكات المدرسة وتخريبها.	سلوكيات سلبية موجهة نحو الممتلكات . -الكتابة على جدران المدرسة . -تخريب المقاعد -عدم المحافظة على الكتب المدرسية . -إتلاف أشجار المدرسة . -عدم المحافظة على نظافة الحمامات .

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الهدف (4) :- إن يتعرف الأعضاء على نتائج السلوك السلبي على الفرد والزملاء والمجتمع المدرسي .

عمل الباحث على فتح باب النقاش مع الأعضاء حول ما تم طرحه من سلوكيات سلبية وايجابية للتعرف على نتائج كل سلوك ،مشير إلى أن الفرد بإمكانه إن يسلك هذا السلوك أو تلك وعليه إن يفكر في نتائج هذه السلوكيات، فالشخص الواعي الذي يفكر بعقله عادة ما يميل إلى السلوكيات التي تأتي بالفائدة والخير عليه وعلى أفراد أسرة وعلى مجتمعه.

الهدف (5) :- تلخيص الجلسة وإعطاء واجب بيتي .

- طلب الباحث من كل عضو إن يذكر حادثه لسلوك سلبي مر به وماذا كانت نتائج هذا السلوك وماذا يتوقع من نتائج لو كان هذا السلوك إيجابياً .

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الجلسة رقم (6)

موضوع الجلسة :- التعرف على أنماط التفاعل الاجتماعي وأهمية الصداقة بين الأقران

أهداف الجلسة :-تهيئة الأعضاء للجلسة ومناقشة الواجب البيتي.

تعريف الأعضاء بأنماط التفاعل الإيجابي (استجابات عدوانيه ،استجابات مؤكدة للذات ،استجابات غير مؤكده للذات)

التعريف بالصداقة .

التعريف بأهمية ومهارات كسب الصداقة .

تلخيص الجلسة وإعطاء الواجب البيتي.

الهدف (1) :- تهيئة الأعضاء للجلسة ومناقشة الواجب البيتي.

يرحب الباحث بالأعضاء ويشكرهم على التزامهم بالحضور في الموعد المحدد وبعد ذلك يبدأ بمناقشة الواجب البيتي

الهدف (2) :- تعريف الأعضاء بأنماط التفاعل الإيجابي. يبدأ الباحث حديثه بالقول بأننا كبشر، وحتى نستطيع أن نسير إعمالنا اليومية لا بد أن يكون لدينا معرفة وإلمام بأنماط التفاعل المختلفة مع الآخرين ، وأن هنالك أنماطاً إيجابية وأنماطاً سلبية توقع صاحبها بالأخطاء، وعدم القدرة على بناء علاقات إيجابية مع الآخرين .

يطرح الباحث سؤالا على الأعضاء للاستماع إلى آرائهم حول الفرق بين السلوك العدواني والسلوك التوكيدي والسلوك غير التوكيدي .

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ويلخص النقاش بأن السلوك العدواني هو الاعتداء والتهجم على الآخرين بالضرب أو الشتم وتعبير الشخص عن مشاعره تجاه الآخرين بغضب وإشباع حاجاته ورغباته على حساب الآخرين .

أما السلوك ألتوكيدي فهو دفاع الشخص عن حقوقه وعن مشاعره وآرائه ومعتقداته دون الاعتداء على مشاعر الآخرين وحاجاتهم .

والسلوك غير التوكيدي هو السلوك السلبي المنسحب والامبالي .

يعرض الباحث بعض النماذج على سلوكيات دالة على هذه الأنماط وتمثيلها من قبل بعض الأعضاء

النموذج العدواني ---------يقوم بالاعتداء على زميله بالضرب ،يعرقل زميله أثناء المسير ،يتلف ممتلكات المدرسة

النموذج التوكيدي -------يدافع عن حقه بالحوار والنقاش لا يسمح للآخرين باستخدام أدواته المدرسية دون استئذان .

النموذج -- ----غير التوكيدي يستسلم للأمر الواقع دون مناقشة ،لا يدافع عن حقوقه

بعد عرض هذه النماذج من خلال التمثيل، يدير الباحث نقاشاً للتعريف الأعضاء على الآثار المدمرة والسلبية لهذه السلوكيات .

الهدف (3):- التعريف بالصداقة

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

يبدأ الباحث حديثه للأعضاء بتعريفهم بأهمية الصداقة بين الأقران من خلال احترام آراء الآخرين، وبناء علاقات إيجابية وناجحة معهم، قائمة على الاحترام المتبادل وانعكاس هذه العلاقة الايجابية على مختلف الأمور التي تواجهنا في حياتنا اليومية، ويدير الباحث نقاشاً مع الإغضاء حول معنى الصداقة وأهمية المحافظة عليها بين الإقران ويدون هذه الاقتراحات على السبورة ،وصولاً إلى معنى عام لها، بأنها علاقة سامية ومقدسة بين طرفين أو أكثر تكون قائمة على المحبة والاحترام المتبادل والإخلاص والتقدير،وليست قائمة على تبادل المصالح الخاصة ومبدءا الربح والخسارة .

الهدف (4) :- التعريف بأهمية ومهارات كسب الصداقة.

من خلال ما دار من نقاش حول معنى الصداقة في الهدف الثالث تم استخلاص عدد من النقاط التي تركز على أهمية الصداقة بين الأقران :

الصداقة مهمة في بناء العلاقات الإيجابية مع الآخرين .

الصداقة تساعد على كسب محبة الآخرين .

الصداقة تساعد على الحصول على دعم الآخرين في حالة تعرض الفرد المشكلات .

الصداقة تساعد على التعاون والمحبة بين الأفراد ----الخ

بعد ذلك تم التعرف على بعض المهارات التي من خلالها يستطيع الفرد أن يكسب الأصدقاء ويحافظ عليهم، مع طرح الأمثلة وتمثيلها من قبل الأعضاء وعلى النحو التالي :-

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

السلوك	مناقشة السلوك وتمثيله
الاهتمام بالمظهر والهندام	يبين الباحث أإن الاهتمام بالمظهر ونظافة الملابس يساعد على كسب الأصدقاء ويدير مشهد تمثيلي لنموذجين احدهما يهتم بمظهره وهندامه والأخر عكس ذلك ومناقشة النتائج المتوقعة
إلقاء التحية والسلام	عرض نموذج لإلقاء التحية والسلام بطريقة نموذجية تتضمن الاستقبال والوداع وتبادل القبلات---الخ
الاهتمام بالأصدقاء ومساعدتهم	توضيح أهمية الوقوف مع الأصدقاء في أفراحهم وإحزانهم
تعزيز الايجابيات	العمل على المدح والثناء للسلوكيات الايجابية من قبل الأصدقاء وتعزيزها فان ذلك يساهم في المحافظة على الصداقة واستمرارها .
أنشطه حوارية	إدارة مجموعة من الأنشطة الحوارية الهادئة حول عدد من المفاهيم التي من شانها المحافظة على الصداقة أو خسرانها مثل (الكذب ،الصدق ، الأمانة ، الالتزام بالمواعيد ، الاحترام المتبادل ،)

الهدف (5):- تلخيص الجلسة وإعطاء الواجب البيتي

قام الباحث بتلخيص الجلسة الإرشادية وتذكيرهم بموعد الجلسة القادمة، وإعطاء الواجب البيتي الواجب البيتي :- الطلب من أعضاء المجموعة الإرشادية كتابة عدد من السلوكيات العدوانية ، السلوكيات المؤكدة للذات ، السلوكيات غير المؤكدة للذات .

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الجلسة رقم (7)

موضوع الجلسة :- التدرب على مهارة حل المشكلات (1)

أهداف الجلسة :--تهيئة الأعضاء للجلسة ومناقشة الواجب البيتي .

- أن يتعرف الأعضاء على بعض خطوات مراحل حل المشكلات

- إنها الجلسة وإعطاء واجب بيتي .

الهدف الأول :-تهيئة الأعضاء للجلسة الإرشادية ومناقشة الواجب البيتي .

يرحب الباحث بالأعضاء ويشكرهم على حضورهم والتزامهم، بعد ذلك يبدأ بمناقشة الواجب البيتي مع أعضاء المجموعة، ويعزز من عمل على إنجاز الواجب بشكل جيد مع تقديم التغذية الراجعة على ما ورد في تقاريرهم عن الواجب .

الهدف الثاني :- أن يتعرف الأعضاء على بعض خطوات مراحل حل المشكلات .

يعمل الباحث على تقديم مراحل وخطوات التعامل مع المشكلات على ورقة مطبوعة ويوزعها على أعضاء المجموعة الإرشادية ، ويبن لهم بأننا جميعاً نتعرض إلى مشكلات تعترض سير حياتنا اليومية، وأحيانا يكون غضبنا وإحباطنا وتوترنا ناتجاً عن عجزنا عن تحقيق هدف نسعى له، ومن الصعب أن نجد شخصاً بلا مشاكل مهما كان .. غنياً - فقيراً .. ذكراً - أنثى .. عجوزا - شاباً - صغيراً .. متعلماً - جاهلاً .. عاملاً - عاطلاً ... الخ،

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وتتنوع المشاكل ما بين مشاكل اجتماعية، اقتصادية، دينية، سياسية، ثقافية، نفسية، شخصية، صحية، لكن يبقى القول السائد: بأن" لكل مشكلة حـــل " ويبقى السؤال هو ما هو الحل المناسب لأي مشكلة تواجهنا؟ وتعرف المشكلة بأنها مجموعة من العقبات التي تمنع الشخص من الوصول لهدف مراد أو الحصول على شيء يرغب فيه، وأن حل المشكلات هي مهارة وفن يحتاج لكثير من التدريب والوقت، ولكن هناك خطوات متتابعة ومترابطة ،إذا ما تم إتباعها بطريقة علمية وســـليمة فإننا سنتوصل إلى حلول أفضل مما لو كانت بطريقة عشوائية وغير مخططة ومنظمة وبيدأ الباحث حديثه بالخطوة الأولى وهي :

الوعي بوجود المشكلة :

وهو إحســاس الفرد بوجود مشـكلة ما في حياته ،وهو ما يدفعه لإيجاد حل ناجح لها ومثال ذلك (أن أحد زملائك يتعمد تفتيش حقيبة كتبك كل يوم إثناء الاســـتراحة ويأخذ أدواتك المدرســـية) فهذه لن تكون مشـكلتك إلا إذا أحســـســـت بها ، فالوعي بالمشـكلة والشـعور بوجودها هو الشـرط الأساسي لبدء عملية حل المشكلات والذي يجب أن يكون بالتفكير الواعي .

ب. تحديد المشكلة: يبين الباحث للأعضاء أن تحديد المشكلة يكون بكلمات واضحة ومختصرة عن طريق:-

- قراءة المشـــكلة والتعرف على طبيعتها:- قبل البدء بإعطاء الحلول .. لابد من التفكير في فهم المشـكلة والتعرف على طبيعتها وماهيتها وأسـبابها، ليتم تحديدها على أسـاس من التجربة والخبرة والدقة، لأن تحديد طبيعة المشـــكلة يســـاعد على أن يكون الحل المقترح مناســـبا ويحقق النتائج المطلوبة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

مثال:- (شعر طالب بالصداع فجأة فقام بتناول عدد من أقراص البندول)، هنا نجد أن الطالب قد قام بعلاج النتيجة دون التعرف على السبب، أي أنه لم يتعرف ويحدد سبب الصداع، فقد يكون السبب السهر أو كثرة القراءة أو الجوع ...الخ، لذا فالتشخيص الطبي مهم جدا لمعرفة سبب الصداع بالتالي التفكير في حلول أخرى لعلاجه غير البنادول.

ج- تصنيف المشكلة:- يمكن تصنيف المشكلات بالقياس إلى ما تنطوي عليه من درجة المخاطرة، بعد تحديد موقع كل مشكلة من الأهمية يمكننا بالتالي التركيز على المشاكل التي تعيق نجاح مشروعاتنا، أما المشكلات قليلة الخطورة فيمكن غض النظر عنها مؤقتا إلى أن يتم حل المشكلات الرئيسية أو إلى أن تتوافر الإمكانات الكافية لحلها مستقبلا، ويجب تصنيف المشكلة على حسب أهميتها وأسبابها وذلك للتركيز على المشكلات الأكثر الأهمية وللتفكير فيها بشكل أفضل للوصول إلى نتائج وحلول أوضح..

ويكون التصنيف، كالتالي:-

- المشكلة الرئيسة. - المشكلة الفرعية ذات أهمية كبيرة.
- المشكلة الفرعية ذات أهمية متوسطة - المشكلة الفرعية ذات أهمية أقل.

فمثلاً لتحديد المشكلة السابقة عليك إن تطرح عدد من الأسئلة وتحاول الإجابة عليها من اجل الوصول إلى حل لها .مثل -لماذا يفعل ذلك ؟ هل لديه مشاكل عائلية ؟- هل ظروفه المادية صعبه لا تساعده على شراء أدوات مدرسيه ؟- هل هو مريض بمرض السرقة ؟ - هل إنا عملت على إيذائه دون أن ادري ويرغب بالانتقام هذه الأسئلة وغيرها يقودنا إلى المرحلة التالية من المشكلة وهي :

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

د- جمع المعلومات الضرورية عن المشكلة وتحليلها:في هذه المرحلة يتم جمع البيانات والمعلومات التي قد تساهم في تفهم المشكلة وتحليلها وهي تلعب دوراً رئيسياً في حلها، وهي خطوة تتم في جميع المراحل تقريبا، وفي حال الإحساس بنقص بعض المعلومات الهامة يجب اللجوء لعدة طرق للتوصل إلى معلومات متكاملة عن الموضوع، وذلك عن طريق طرح أسئلة معينة والبحث عن إجاباتها وتحليل هذه الإجابات

هـ- طرح الحلول ووضع البدائل الممكنة:

تعد هذه المرحلة من أهم المراحل، حيث أنها تختص بإفراز أكبر عدد ممكن من الأفكار والحلول، مما يؤدي إلى احتمالات الوصول إلى الحل الأمثل للمشكلة، وبعد التعرف على طبيعة المشكلة وتصنيفها تبدأ عملية البحث عن الحلول البديلة، وعلينا اتباع تعليمات معينه لتسهيل إيجاد الحلول المناسبة منها :

- علينا أن نضبط أنفسنا ولا نصدر أحكاما فورية (صح ، خطا ، حلال ، حرام)على البديل، ومهما يكن غير ممكن التطبيق ، وذلك أننا قد نستبعد بأحكامنا هذه بدائل جيدة وذلك فقط لمجرد اعتقادنا بأنها غير ممكنة أو لأنها غير مألوفة

- عليك أن تفكر في أكبر عدد ممكن من البدائل ، لأنه كلما زاد عدد البدائل زاد احتمال الوصول إلى الحل الأمثل للمشكلة ففي المثال السابق يمكن طرح البدائل التالية :

- أقوم بالاعتداء عليه وضربه . - أشكوه إلى مدير المدرسة . - أواجهه بالأمر الواقع

-أذهب لوالده وأشكوه . -أخبر المرشد النفسي في المدرسة .

الهدف (3) :- أنها الجلسة وإعطاء واجب بيتي

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

يعمل الباحث على تهيئة الأعضاء للجلسة الإرشادية، ويشير إلى أنه سيتم استكمال بقية خطوات مهارة حل المشكلات في الجلسة القادمة ويعطيهم الواجب البيتي على النحو التالي:

الواجب البيتي :- اذكر مشكلة ما حصلت معك في المدرسة أو المنزل، وكيف لك أن تتصرف مع هذه المشكلة على ضوء ما استفدت من المعلومات السابقة والمثال المطروح

مراحل عملية حل المشكلات

-الوعي بوجود مشكلة ----. تحديد المشكلة وتعريفها وجمع المعلومات عنها

-توليد البدائل -موازنة البدائل واختيار المناسب منهل للحل

اتخاذ القرار حول كيفية التنفيذ ---القيام بالتنفيذ ----التقييم (هل الحل كان مناسبا) --

----نهاية عملية حل المشكلات -متابعة عملية حل المشكلات ------

المنارة للاستشارات

www.manaraa.com

الجلسة رقم (8)

موضوع الجلسة :- التعرف على بقية خطوات حل المشكلات

أهداف الجلسة : -

تهيئة الأعضاء للجلسة ومناقشة الواجب البيتي

أن يتعرف الأعضاء على موازنة ومقارنة البدائل واحتيار المناسب منها .

التعرف على كيفية تنفيذ البديل أو الاختيار التي تم التوصل إليه .

إنهاء الجلسة والواجب البيتي

الهدف الأول :-تهيئة الأعضاء للجلسة الإرشادية ومناقشة الواجب البيتي .

يرحب الباحث بالأعضاء ويشكرهم على حضورهم والتزامهم بعد ذلك يبدأ بمناقشة الواجب البيتي مع أعضـــاء المجموعة ويعزز من عمل على إنجاز الواجب بشـكل جيد مع تقديم التغذية الراجعة على ما ورد في تقاريرهم عن الواجب .

الهدف (2) :- أن يتعرف الأعضاء على موازنة ومقارنة البدائل واختيار المناسب منها

بيدأ الباحث حديثه بأننا بعد إن تعرفنا في الجلسة السابقة على عدد من مراحل حل المشكلات وهي للتذكير (الوعي بوجود مشـــكلة ----. تحديد المشـــكلة وتعريفها وجمع المعلومات عنها - توليد البدائل) فإننا في هذه الجلسة سوف نتعرف على بقية هذه الخطوات وسنبدأ بالخطوة الرابعة وهي :

د- موازنة ومقارنة البدائل التي تم التوصل إليها واختيار المناسب منها :

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

يوضح الباحث أنه بعد أن توصلنا في الجلسة السابقة إلى عدد من البدائل والخيارات حول المشكلة المطروحة فإنه لا بد من البدء بدراسة هذه الخيارات للوصول إلى المناسب منها ، ويعمل الباحث على توزيع نموذج مقارنة البدائل للاستعانة به في الاختيار، ويشرح لهم هذا النموذج وخطواته على النحو التالي:

نأخذ كل بديل وندرسه جيداً ونفكر فيه .

نحاول التعرف على النتائج الإيجابية والسلبية لهذا البديل القريبة والبعيدة

- وضع تقدير الميل الشخصي نحو البديل أو الخيار وإعطاء درجه لكل خيار من (1-10)

وضع تقدير لفرص نجاح البديل أو الخيار (إلى أي درجة يمكن لهذا البديل أو تلك أن يوصل للحل السليم للمشكلة ونضع له تقدير فرص النجاح من (1- 10)

فهذه المرحلة تحتاج إلى المزيد من التركيز والتدقيق للبدائل المتوفرة بحسب قدرتها على الحل في إطار الإمكانيات الموجودة، ويتم مراجعة الهدف من حل المشكلة وربطه بالحل المطروح من خلال توقع النتائج، ويتم استبعاد الحلول غير المناسبة أو غير القابلة للتنفيذ، مع عدم إهمال باقي الحلول الأخرى، واختيار البديل الأفضل

بعد ذلك يبدأ الباحث بالتطبيق العملي لهذا النموذج مع أعضاء المجموعة على الخيارات المطروحة لحل المشكلة التي تم طرحها في الجلسة السابقة ، حيث يأخذ الخيار الأول ويطبقه على النموذج ، ثم الخيار الثاني------ وهكذا ،وصولاً إلى آخر خيار ليساعدنا ذلك للوصول إلى إي هذه الخيارات أكثر فرصة للنجاح

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ويقول الباحث إننا بعد هذا التطبيق سوف ننتقل إلى الخطوة التالية من مراحل عملية حل المشكلات وهي :

هـ- اتخاذ القرار حول كيفية تنفيذ البديل أو البدائل التي تم التوصل إليها بعد اختيار البديل المناسب ، يجب علينا أن لا نتوقف عن تنفيذه، فالتفكير في المشكلة والحل دون البدء بالتنفيذ تبقى العملية ناقصة وغير كاملة ، يوضح الباحث أن كثيراً من الأشخاص يتعرضون لمشكلات في حياتهم المدرسية، ويتوصلون إلى حلول ولكن تنقصهم الإرادة في التنفيذ ، لذلك الشخص المؤكد لذاته لا ينتظر الفرج من الآخرين ويقف مكتوف الأيدي، وإنما يبادر لتنفيذ الحل التي توصل إليه. فمثلاً في المشكلة السابقة لنفترض أنك توصلت إلى أن أفضل الخيارات والبدائل هو (أن تخبر المرشد النفسي عن المشكلة)، فعليك أن تنفذ هذا القرار دون تردد أو خوف.

ثم يوضح الباحث بأنه على صاحب المشكلة وبعد تنفيذ القرار عليه أن ينتقل إلى الخطوة الأخيرة وهي :-التقييم والمتابعة للنتائج:- تعد عملية التقييم مرحلة مهمة في كل عمل نقوم به، وذلك لأنه يوضح نقاط القوة والضعف لأي أداء أو خطوة نقدم عليها.. كذلك يبين لنا إيجابيات وسلبيات الحل المختار، وذلك من خلال مقارنة النتائج مع الأهداف والطموحات، هل أنتج البديل المخرجات المطلوبة بالنتائج المتوقعة وبالكيفية المرجوة؟، إذا كان التقييم سلبي فلا تيأس وكرر العملية باختيار بديل آخر وتطبيقه.ويوضح الباحث أنه في حالة فشل هذا الخيار في حل المشكلة فإنه لن يكون الحل الأول والأخير، ولكن لا بد من البحث والانتقال إلى الخيارات الأخرى التي كانت فرص نجاحها كبيرة حسب التقدير على النموذج المعتمد .

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

هدف (3) :- إنهاء الجلســـة والواجب ألبيتي ينهي الباحث الجلســـة الإرشـــادية ويوزع على الأعضاء الواجب البيتي وهي ورقة مطبوعة تحتوي المشكلة التالية

(أمين طالب في الصف العاشر، أي في مرحلة المراهقة متفوق في دروسه ------ سلوكه حسن و منتظم في المدرسة

ولكن أحد المدرســين متســلط عليه دون أن يعرف ســبب ذلك يحاول الاســتهزاء به أمام زملائه ويحرجه في كثير من المواقف).

لو كنت بدلاً من أمين كيف لك أن تتعامل مع هذه المشكلة من خلال اتباع ما تعلمته من الجلستين السابقتين لمراحل حل المشكلات.

نموذج موازنة ومقارنة البدائل واتخاذ القرار

		النتائج الايجابية المتوقعة		النتائج السلبية المتوقعة		الميل الشخصي من 1-10	تقدير فرص النجاح من 1 -10
الرقم	البديل	القريبة	البعيدة	القريبة	البعيدة		

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الجلسة رقم (9)

موضوع الجلسة :- أن يتعرف الأعضاء على مهارة ضبط الذات

أهداف الجلسة :-

تهيئة الأعضاء للجلسة ومناقشة الواجب البيتي .

تعريف الأعضاء بمعنى مهارة ضبط الذات في المواقف المختلفة .

التدرب على مهارة ضبط الذات من خلال مشهد تمثيلي .

عرض بعض النماذج التمثيلية لتعزيز الذات في بعض المواقف المدرسية .

أنها الجلسة والواجب البيتي .

الهدف الأول :-تهيئة الأعضاء للجلسة الإرشادية ومناقشة الواجب البيتي .

يرحب الباحث بالأعضاء ويشكرهم على حضورهم والتزامهم، بعد ذلك يبدأ بمناقشة الواجب البيتي مع أعضاء المجموعة، ويعزز من عمل على إنجاز الواجب بشكل جيد مع تقديم التغذية الراجعة على ما ورد في تقاريرهم عن الواجب .

الهدف الثاني :- تعريف الأعضاء بمعنى مهارة ضبط الذات في المواقف المختلفة

بيدأ الباحث حديثه بالقول بأننا كبشر نعيش على هذا الكوكب نتعرض إلى كثير من المواقف الحياتية المدرسية والأسرية والمجتمعية التي تثير غضبنا وانفعالنا ، وتدفعنا إلى ممارسة بعض السلوكيات غير التوافقية ،ولكن التحكم في الانفعال والغضب والسيطرة على النفس من الأمور بالغة الأهمية لكي ينجح الإنسان في حياته،ويستطيع أن يتوافق مع نماذج البشر على اختلاف طباعها وأخلاقها..

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وأيضـاً لكي يتجنب ما يسـببه الغضـب من اضـطرابات نفسـية وعضـوية متعددة، ويتفادى كثرة التصادم والاحتكاك والذي يحصد . بسببه خصومات وعداوات كثيرة .

ويوضح لأعضاء المجموعة الإرشادية المعنى العام لمهارة ضبط الذات التي تعني تلك العملية التي من خلالها يسـتطيع الفرد أن يتحكم في سـلوكه وانفعالاته عند الغضـب فالقدرة على ضـبط حدة الغضـب الناتج عن تصـرفات الآخرين أو حماقات البعض هي لعبة القوة في هذا العصـر.. فالقوي حقاً هو الذي يدرك أنه يجب عدم إهدار طاقاته ووقته في مشـاجرات وصـراعات غير مفيد ومجدية .. ويحتاج اكتساب هذه الصفة إلى التدريب والممارسة المستمرة على ضبط الانفعال والتحكم فيه .

ويعرض الباحث نموذج (كانفر) على الأعضاء الذي يقسم العملية إلى ثلاث مراحل :-

المرحلة الأولى :- المراقبة الذاتية أو الملاحظة الذاتية والتي تعني الانتباه الواعي والدقيق للسـلوك الذاتي وجمع المعلومات حول الأسباب التي توجه سلوكه خاصة السلوك الذي يرغب في تعديله .

المرحلة الثانية :- التقييم الذاتي ، وفي هذه المرحلة يقارن الفرد بين السلوك الذي قام به و المعايير التي وضعها الفرد لنفسه .

المرحلة الثالثة :- تعزيز الذات ،وهنا يعمل الفرد على تعزيز ذاته إذا حقق سـلوكاً من شـأنه أن يحقق الأهداف التي وضعها لنفسه .

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ويوضح الباحث للأعضاء أن من تعاليم ديننا الإسلامي التسامح والصبر والحلم عند الغضب. ويعرض عددا من الآيات القرآنية الكريمة التي تحثنا على ذلك، حيث قال الله تعالى : "فاعف عنهم واصفح إن الله يحب المحسنين" (المائدة 13) "ولمن صبر وغفر إن ذلك من عزم الأمور" (الشورى 43 "والكاظمين الغيظ والعافين عن الناس، والله يحب المحسنين)

آل عمران(134)وللرسول (ص) منهج فعال في ضبط النفس.فالحديث الشريف يقول : "الشديد الذي يملك نفسه عند الغضب" ويعرض الباحث نموذج لنمط سلوكي للرسول الكريم (ص) وهو أنه كان يوما يمشى ومعه أنس فأدركه أعرابي فجذبه جذباً شديداً وكان عليه برد غليظ الحاشية ، قال "انس" رضي الله عنه : "حتى نظرت إلى عنق رسول الله صلى الله عليه وسلم وقد أثرت فيه حاشية البرد من شدة جذبه " فقال : "يا محمد هب لي من مال الله الذي عندك " فالتفت إليه رسول الله صلى الله عليه وسلم وضحك ثم أمر بإعطائه ومنع الصحابة من التعرض له ، ولما أكثرت قريش إيذائه قال : "اللهم اغفر لقومي فإنهم لا يعلمون" وعفا عنهم جميعاً ، تلك هي أعظم درجات القوة النفسية ودلالة اكتمال العقل وانكسار قوة الغضب وخضوعها التام للعقل

الهدف الثالث :- التدرب على مهارة ضبط الذات من خلال مشهد تمثيلي.عمل الباحث على عرض مشهد تمثيلي لنموذجين من الأعضاء لديهم رغبه عالية في المشاركة في الأنشطة الطلابية وممارسة الأنشطة الرياضية باستمرار

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

فالطالب لؤي كان يمارس هذه الأنشـــطة دون تنظيم لأموره ووقته ، والاهتمام بالأمور الحياتية الأخرى ، مثل الدراسة وخاصة أيام الامتحانات المدرسية، أو الاهتمام في العلاقات الاجتماعية مع الآخرين ، أو الاهتمام في العلاقات الأسرية ، وما إلى ذلك فهو بذلك لا يستطيع ضبط نفسه إمام هذه الهواية في الرغبة في المشاركة بهذه الأنشطة وكأنها شغله الشاغل، فقط ويطرح الباحث سؤالا على الأعضاء (ماذا جنى لؤي من هذا الاهتمام بهذا الجانب فقط من الأمور الحياتية ؟)

يوضح الباحث أن النتائج التي يحصل عليها لؤى هي عدم قدرته على ضبط نفسه – تدني تحصيله الدراسـي وربما رسـوبه – يفقد مجموعه كبيرة من أصـدقائه لعدم الاهتمام في العلاقات الاجتماعية معهم– تسوء علاقة في أسرته مما يسبب له كثير من المتاعب-- يفقد سمة مهمة في الشخصية الإنسانية وهي القدرة على ضبط الذات . في مقابل ذلك فإن تامر ينضم وقته ويضبط نفسه بين مختلف الأنشـطة الحياتية، ويعطي لكل نشـاط وقته الخاص، فهو بذلك متفوق في دروسـه -- له علاقات اجتماعيه ناجحة مع الآخرين–علاقاته الأسرية ناجحة .

ينمي في نفسـه سـمة هامة من سـمات الشـخصـية ، وهي سـمة ضـبط الذات والتحكم بها حسـب الموقف وتم تمثيل هذه المواقف بمشهد تمثيلي من عضويين من أعضاء المجموعة.

الهدف الرابع :– عرض بعض النماذج التمثيلية لتعزيز الذات في بعض المواقف المدرســية بما أن تعزيز الذات أحد المراحل الهامة في التدرب على ضـــبط الذات، فقد عمل الباحث على تدريب الأعضـاء على عملية تعزيز الذات أثناء ممارسـة السـلوكيات الإيجابية التي تبعد الثورة والغضـب والانفعال في المواقف المختلفة

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

. ويعمل على تنفيذ النشاط التالي من خلال مشهد تمثيلي سامي عليه تمثيل دور شاب عصبي المزاج يثور لأتفه الأسباب لا يمتلك نفسه في المواقف المحبطة أو التي تثير غضبه متسرع في الحكم على الآخرين، حتى لو كانوا يقدمون له نصائح مفيدة لا يحترم المعلمين ،غير ملتزم في أنظمة المدرسة وتعليماتها ...الخ عندما سأله المرشد النفسي عن سبب ذلك قال بأن زملاءه في المدرسة يحتقرونه، كما أن المعلمين يصفونه بأنه متمرد وغير ملتزم وأن هذه السمة أصبحت وصمة عار بالنسبة له .

يطلب منه الباحث أن يعمل على استبدال هذه السلوكيات السلبية بسلوكيات إيجابيه وأن يقدم لنفسه تعزيزاً كل ما سلك سلوكاً إيجابيًا.

فإذا تمالك نفسه عند موقف غضب اشترى لنفسه علبة من العصير

إذا أبدى في موقف ما احتراماً للمعلم عزز نفسه بالذهاب لحضور مباراة في كرة القدم وتشجيع فريق يحبه.

إذا التزم بحضور الطابور الصباحي لمدة أسبوع متتالي يذهب في رحلة نهاية الأسبوع ، وهكذا أن يعزز نفسه بعد كل سلوك ايجابي يقوم به .

الهدف الخامس :- أنها الجلسة والواجب البيتي .

يعمل الباحث على تهيئة الأعضاء للانتهاء من الجلسة ويشكرهم على تفاعلهم فيها، ويلخص ما جرى بها ويعطي الواجب البيتي

الواجب البيتي :- حاول تطبيق مهارة ضبط الذات على سلوك ما ستتعرض له خلال اليومين القادمين مع تقديم تعزيز ذاتي لنفسك ،وتدوين إجراءات التطبيق في تقرير خطي، مستفيدا من الإجراءات التي تعلمتها من هذه الجلسة .

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الجلسة رقم (10)

مهارات الاتصال (1)

0موضوع الجلسة :- أن يتعرف أعضاء المجموعة على بعض مهارات الاتصال

أهداف الجلسة :-مناقشة أعضاء المجموعة بالجلسة السابقة والواجب البيتي .

تعريف الأعضاء بمعنى الاتصال الفعال .

تدريب الأعضاء على بعض مهارات المحادثة .

إنهاء الجلسة والواجب البيتي .

الهدف (1) : يرحب الباحث بالأعضاء ويشكرهم على حضورهم والتزامهم ويناقش معهم الواجب البيتي ويذكرهم بما دار في الجلسة السابقة .

الهدف (2):- تعريف الأعضاء بمعنى الاتصال الفعال .

يبدأ الباحث حديثه بالسؤال التالي لأعضاء المجموعة

هل مررت بموقف وتحدثت بحديث أردت به خيرا فانقلب الموقف عليك ؟!! هل سألت نفسك لماذا؟؟!

بعد الاستماع إلى بعض الإجابات يتحدث الباحث للأعضاء أننا كثيرا ما نعاني من أزمة التفاهم أثناء اتصالاتنا مع الآخرين ،وحيث إن عملية الاتصال هي ضرورية ولازمة لنا في حياتنا اليومية، وعليها نبني الكثير من قراراتنا فانه من الضروري جدا التطرق إلى هذا الموضوع لكي نتعرف على مواضع، الخطأ في اتصالاتنا ونتجنب الوقوع في مشاكل نحن في غنى عنها.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ويضـــيف الباحث أن القرآن الكريم أكد ضـــرورة الاهتمام بالكلام الذي نتفوه به لخطورة آثاره، حيث يقول المولى عز وجل: {مَا يَلْفِظُ مِن قَوْلٍ إِلَّا لَدَيْهِ رَقِيبٌ عَتِيدٌ} (18) ســورة ق ، وكذلك يؤكد أهمية الاســتماع الجيد للقول حيث قال {الَّذِينَ يَسْــتَمِعُونَ الْقَوْلَ فَيَتَّبِعُونَ أَحْسَــنَهُ أُوْلَئِكَ الَّذِينَ هَدَاهُمُ اللَّهُ وَأُوْلَئِكَ هُمْ أُوْلُوا الْأَلْبَابِ} (18) سورة الزمر .

لذلك يوضح الباحث للأعضاء أن مهارة الاتصال من المهارات الاجتماعية الهامة لتكوين اتصال فعال في العلاقات الاجتماعية مع الآخرين على مختلف أنواعها في حياتنا اليومية ، وإذا لم نتمكن من إتقانها سنعاني من سوء التفاهم مع الآخرين ، إضافة إلى فشلنا في تكوين علاقات ناجحة مع الآخرين .

بعد ذلك يقدم الباحث تعريفاً علمياً لمفهوم الاتصال على أنه العملية التي بموجبها يقوم شخص بنقل أفكار أو معانٍ أو معلومات على شكل رسائل كتابية أو شفوية مصاحبة بتعبيرات الوجه و لغة الجسم، وعبر وسيلة اتصال ،تنقل هذه الأفكار إلى شخص آخر وبدوره يقوم بالرد على هذه الرسالة حسب فهمه لها .

لذلك فعملية الاتصال تتكون من مجموعة من العناصر هي :

المرسل : وهو الشخص الذي يمتلك فكرة أو معلومات يريد نقلها إلى شخص آخر من خلال وسيلة اتصال .

الرســالة : تتضــمن تعبيرا عن الفكرة التي يريد المرســل نقلها على هيئة عبارات و رموز و أرقام تعبيرات الوجه و الجسم و اليدين.

قناة الرسالة : وهي الوسيلة التي من خلالها تتم عملية الاتصال.

المستقبل : الشخص الموجه له الرسالة ويقوم بدوره بالرد على الرسالة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

التغذية الرجعة : وهو رد المستقبل للرسالة وتتأثر بمدى فهم المستقبل للرسالة.

لذا فان أي رسالة ترسل إلى الآخرين يجب إن تتصف بالوضوح ، الاختصار ، ألسهوله ، اللياقة ، الذوق ، الصدق ، .....الخ)

الهدف (3) :- تدريب الأعضاء على بعض مهارات المحادثة . يوضح الباحث للأعضاء أن هذه المهارة إحدى أوجه الاتصـــال اللفظي ،وهي عبارة عن رموز لغوية منطوقة تقوم بنقل أفكارنا ومشاعرنا إلى الآخرين، وذلك عن طريق الاتصال المباشر كالمناقشات وغيرها وعبر وسائل اتصال مختلفة :(تلفزيون ، إذاعة ، هاتف ، تحدث مباشـر) ،و يذكر لهم العناصـر الأسـاسـية للحديث وهي:-

المعرفة : وتعنى ضرورة معرفة الموضوع قبل التحدث فيه

الإخلاص : حيث ينبغي أن يكون المتحدث مؤمناُ بموضـوعه مما يولد لدى المسـتمع الاسـتجابة الايجابية

الحماس : حيث يجب أن يكون المتحدث تواقاً للحديث عن الموضـوع ويعطى هذا الحماس انطباعاً لدى المستمع بأهمية الرسالة.

الممارسـة : فالحديث المؤثر لا يختلف عن أية مهارة أخرى يجب أن تصـقل من خلال الممارسـة التي تزيل حاجز الرهبة والخوف وتكســـب المتحدث مزيداً من الثقة تنعكس في درجة تأثيره في الآخرين .

كما يوضـح لهم بأنه حتى نكون متحدثين جيدين فإن هناك مجموعة من السمات ينبغي أن تتوافر فينا منها :-

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الموضوعية : و تعنى قدرة المتحدث على السلوك والتصرف وإصدار أحكام غير متحيزة لعنصر أو رأى أو سياسة .

الصـــدق : ويعنى إن يعكس الحديث حقيقة مشـــاعر المتحدث أفكاره وآرائه كما يعنى أن تتطابق أحوال المتحدث مع أفعاله وتصرفاته .

الوضوح : ويعنى القدرة على التعبير عن الأفكار بوضوح من خلال اللغة البسيطة والمادة المنظمة والمتسلسلة منطقياً .

الدقة : وتعنى التأكد من أن الكلمات التي يستخدمها المتحدث تؤدي المعنى الذي يقصده بعناية

الاتزان الانفعالي : ويقصـــد به أن يظهر المتحدث انفعاله بالقدر الذي يتناســـب مع الموقف، وأن يكون متحكماً في انفعالاته .

المظهر :. ويضـم المظهر العام النظافة والأناقة الشـخصـية ، والملبس والمظهر المناسـب للحالة وكذلك الصحة النفسية والبدنية.

كما يوضـح الباحث للأعضـاء بأن المتحدث الجيد يجب إن يكون مسـتمعاً جيداً فالاسـتماع يعد نصف عملية الاتصـال ، فكثير من الأشـخاص الذين يجدون صـعوبة في التواصـل مع الآخرين ، يكون ذلك نتيجة عدم قدرتهم على الاســـتماع الجيد للآخرين مما يعرضـــهم لانتقادات الآخرين، وبالتالي اضطرارهم لممارسة سلوكيات غير مرغوبة ، قد تتطور في كثير من الأحيان إلى ممارسة السلوكيات العنيفة مع الآخرين .

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ولتوضـيح ذلك للأعضـاء يعمل الباحث على نمذجة بعض السـلوكيات الخاطئة في مهارة المحادثة ونمذجة السـلوكيات الصـحيحة ، ويطلب من المجموعة الإرشـادية المقارنة بين النموذجين وإعطاء الاقتراحات وبيان الفرق بين النموذجين، ويطلب من طالبين أن يقوم أحدهم بدور المتحدث الرئيس والآخر بدور المسـتمع، ويقدم الباحث التغذية الراجعة على ذلك . ا لهدف (4) :- إنهاء الجلسـة والواجب ألبيتي :عمل الباحث على تهيئة الأعضـاء إلى الانتهاء من الجلسـة مع الإشـارة إلى إننا سـنسـتكمل ما تبقى من حديث عن مهارات الاتصـال في الجلسـة القادمة ويشـكرهم على حسـن اسـتماعهم وتفاعلهم في هذه الجلسـة .الواجب البيتي :- اذكر موقف ماء تسـبب لك في متاعب ومشـاكل مع الآخرين تعتقد أنه كان بسـبب عدم التزامك بقواعد مهارة الحديث الجيد أو الاسـتماع الجيد .

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الجلسة رقم (11)

موضوع الجلسة :- مهارات الاتصال (2) استكمال بعض مهارات الاتصال الفعال مع الآخرين

أهداف الجلسة :-

- تهيئة الأعضاء للجلسة ومناقشة الواجب البيتي

- تدريب الأعضاء على مهارة المحافظة على اتصال العيون أثناء التفاعلات الاجتماعية .

إن يمارس الأعضاء مهارة اتصال العيون .

تعريف الأعضاء على مصفوفة الاتصال .

تعريف الأعضاء على معوقات الاتصال مع الآخرين.

الهدف (1) :- تهيئة الأعضاء للجلسة ومناقشة الواجب البيتي

يرحب الباحث بالأعضاء ويشكرهم على حضورهم والتزامهم ويناقش معهم الواجب البيتي ويذكرهم بما دار في الجلسة السابقة .

الهدف |(2) :- تدريب الأعضاء على مهارة المحافظة على اتصال العيون أثناء التفاعلات الاجتماعية.

يبدأ الباحث حديثه بأن الفرد يحتاج ليكون مؤكداً لذاته، وذلك من خلال النظر في عيون الآخرين أثناء الحديث معهم ، و النظر في عيون الآخرون أثناء الحديث معهم أو الاستماع لهم يعد من أهم وسائل الاتصال الفعال ، لكي يشعر الآخرين بالاحترام والتقدير . على أن يكون ذلك متناسبا مع الموقف وأن لا يكون على شكل تهديد للآخرين.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ويطرح الباحث مقولة رالف والدو ايموسون المشهورة (العين يمكن أن تهدد كما تهدد بندقية معبأة و مصـــوبة أو يمكن أن تهين كالركل و الرفس . أما إذا كانت نظرتها حانية و لطيفة فإنه يمكنها بشعاع رقتها و عطفها أن تجعل القلب يرف بكل بهجة).

لذلك فاتصـال العين هو المهارة الأكثر تأثيرا بين تأثيراتك الشـخصـية المتعددة ، ,عيونك هي الجزء الوحيد بشكل مباشر من جهازك العصبي المركزي الذي يرتبط بالشخص الآخر ، يشعره بالاحترام والتقدير ويزيد من احترامه إليك ،ويســـاعد على إدامة العلاقة والتفاعل الإيجابي بينك وبين الأشخاص الذين تتعامل معهم .

يعمل الباحث على نمذجة اتصـال العيون بين شـخصـين أثناء تبادل للحديث ويقدم تغذية راجعة على ذلك. ويطلب منهم ممارسة ذلك من خلال إتاحة الفرصة لهم لتبادل الأحاديث الجانبية.

الهدف (3) :- تعريف الأعضاء على مصفوفة الاتصال .

يعرض الباحث على الأعضـاء مصـفوفة الاتصـال بين الأشـخاص والتي توضـح موقف كل من المرسل و المستقبل من عملية الاتصال. ويوضح لهم النتائج الإيجابية والسلبية المترتبة على كل حالة من الحالات حيث كل منهما قد يعتبر نفســـه محقا أو قد يعترف بخطئه وبذلك تتكون لنا مصفوفة فيها أربعة حالات

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

أنا على حق و أنت على حق تمثل حالة النضوج و الثقة المتبادلة بين المرسل و المستقبل	أنا على حق و أنت لست على حق المرسل لا يثق في الآخرين	أنا على حق	أنا
أنا لست على حق و أنت على حق المرسل غير واثق من قدراته ويعتقد إن الآخرون أفضل منه	أنا لست على حق و أنت لست على حق المرسل و المستقبل لا يثق كل منهم بالأخر وهو موقف يخيم عليه اليأس	أنت على حق	

الهدف (4) :- تعريف الأعضاء على معوقات الاتصال مع الآخرين .

يعرض الباحث على الأعضاء عدداً من المعوقات التي تعيق عملية الاتصال الفعال مع الآخرين منها:

1-عدم التسرع في إصدار الإحكام قبل الإلمام بقدر كبير من المعلومات .

2- عدم مقاطعة الآخرين :-مقاطعة الآخرين تشل تفكيرهم وتسبب لهم الارتباك وبالتالي تكون النتيجة قليلا من المعلومات و كثير من الضوضاء ،والأخطر من ذلك هو الأثر النفسي الذي ينتاب الآخرين ، فهي تعني لهم عدم الاكتراث بهم وعدم الاهتمام بأفكارهم.

3 عدم الغضب عند مقاطعة الآخرين لنا.

وهو أن تصدر منا أفعال و أقوال عند تعرضنا للمقاطعة ،والاستفسار وهذه ينتج عنها تقليل فاعلية الاتصالات ، وبما أنه من الطبيعي أن نغضب إذا ما قوطعنا لذا فعلينا أن نضبط أنفسنا عن الغضب باستخدام التعليقات غير المباشرة مثل :(لا تقلق بشأن تلك المسالة اعتقد أنها ستكون أكثر وضوحا عندما انتهي من الحديث)

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

4- الاستئثار بالحديث:

من المهم جدا أن نترك للآخرين فرصـــة الحديث ،فلو أننا أمطرناهم بوابل من الحديث والجمل المتتالية فإننا إضافة إلى سلبهم حق الكلام نشعرهم بعدم الاهتمام بما سيقولون ،ويجب أن لا ننسى إننا بحاجة إلى أفكار الغير ومعلوماتهم و خبراتهم كي نتوصل إلى قرارات صائبة.

الابتعاد عن أســئلة الاســتدراج وهي الأســئلة التي لا تترك مجال للاختيار، وبذلك تخلق مواقف اضطرارية تشعر مستقبليها بالتآمر و الغضب ، إن مثل هذه الأسئلة تؤدي إلى فقدان ثقة الآخرين وعدم اتفاقهم معنا فيما نبديه من آراء و حلول ومن أمثلة تلك الأســئلة (اعتقد انك لا تظن بي ذلك ؟، لقد كانت غلطتك أليس كذلك ؟

5- الابتعاد عن التحكم والســخرية :كثيرا ما يســتخدم البعض منا تعليقات تحمل في مضــمونها الاســتهزاء بأفكار أو ذكاء الآخرين ،وقد نعتقد أن هذه التعليقات عابرة و لا غبار عليها ما دامت تمر في موجة من الضــحك ،لكن ينبغي أن نعرف أن هذه التعليقات الســاخرة تقطع الطريق على وصول الرسالة إلى المستقبل بالشكل المطلوب و قد تصل مشوهة أصلا لذا فلا بد :

-أن نتجنب السخرية تماما.

-نعبر عما نريد بعبارات بسيطة وبكلمات مباشرة.

-نضع أنفسنا مكان الطرف الأخر ونفكر فيما يمكن أن يكون عليه شعورنا.

الهدف (5) :- إنهاء الجلسة الإرشادية والواجب البيتي .

الواجب البيتي :- اكتب حادثة معينة حصلت معك وسببت لك الانتقاد نتيجة عدم التزامك بقواعد الاتصال مع الآخرين .

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الجلسة رقم (12)

موضوع الجلسة: التدرب على توكيد الذات

أهداف الجلسة:

-تهيئة الأعضاء للجلسة ومناقشة الواجب البيتي .

- التعريف بتأكيد الذات وأهمية في النجاح والفشل في العلاقات الاجتماعية مع الآخرين.

- علاقة تأكيد الذات بالتمرد والعدوانية وأهمية ذلك في الحياة اليومية .

- إنهاء الجلسة والواجب البيتي .

هدف (1) :- يبدأ الباحث الجلسة الإرشادية بالترحيب والشكر لأعضاء المجموعة الإرشادية على الالتزام بالحضور، ومناقشة الواجب البيتي مع إعطاء عدد من الدقائق لتبادل الأحاديث بين الباحث والمجموعة لإزالة آثار الملل والقلق لدى بعض أعضاء المجموعة الإرشادية.

هدف (2) :- يبدأ الباحث هذه الجلسة بمحاضرة لتعريف أعضاء المجموعة الإرشادية بمصطلح توكيد الذات ليقول بأنه تعبير الفرد عن ذاته، بحيث يدافع عن حقوقه الإنسانية والأساسية دون التعدي على حقوق الآخرين، إضافة إلى التعبير عن الانفعالات والمشاعر بحرية ودون إخلال بحقوق الآخرين، والتعبير عن الشعور الحقيقي بشجاعة ورفض الطلبات غير المعقولة، واحترام حقوق الآخرين في التعبير عن ذواتهم، والمهارة في معالجة الصراعات الاجتماعية ... الخ.

ويضيف الباحث لأعضاء المجموعة الإرشادية بأن نجاح الفرد في بناء علاقة سليمة مع الآخرين يعتمد على مدى قدرته على تأكيد ذاته أثناء تفاعله مع الآخرين المحيطين به،

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

أما الهروب من التعامل مع الآخرين أو الخوف من الارتباط بهم، أو الفشل في إدارة العلاقة معهم فذو تأثير سلبي مباشر على الحياة الاجتماعية للفرد.

ويعرض الباحث عدداً من النماذج لمشكلات تفاعلية لدى الأفراد الذين يعانون من ضعف في القدرة على تأكيد الذات ويقوم بنمذجتها حول الموضوعات التالية:

طلب خدمة من الآخرين: حيث يعمل على نمذجة شخص غير مؤكد لذاته يجد صعوبة في طلب المساعدة من الآخرين، نظراً لشعوره بأنه ليس له الحق بطلب بذلك، وأنه إذا ما طلب ذلك فأنه سيواجهه بالرفض، وشخص آخر يطلب المساعدة بكل جراءة لشعوره بأن الآخرين يمكن أن يقدموا المساعدة إذا كان ذلك بإمكانهم.

ويبين الباحث بأن الأشخاص غير المؤكدين لذواتهم يميلون إلى القيام بإعمال كثيرة لا يرغبون حقيقة القيام بها، ويعود ذلك إلى قناعتهم بضرورة إرضاء المحيطين بهم في كل الأوقات حتى لو كان ذلك على حساب أنفسهم.

وتم طرح أمثلة أخرى حول موضوعات:

- الاختلاف في وجهات النظر مع الآخرين. - تقديم المجاملات.
- تلقي المجاملات. - تقديم وتلقي شكاوي.
- يطلب الباحث من بعض أعضاء المجموعة الإرشادية نمذجة بعض المواقف التي تدل على التأكيد لذواتهم من واقع الحياة المدرسية.

حيث قام (محمود) بتمثيل دور المؤكد لذاته عند مراجعته لمدير المدرسة، وغير المؤكد لذاته كيف يكون متردداً .

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الهدف (3):-تعريف الأعضـــاء بالعلاقة بين تأكيد الذات والتمرد والعدوانية:- يوضـــح الباحث العلاقة بين تأكيد الذات والسلوك العدواني والتمردي، حيث إن البعض يفسر سلوكيات توكيد الذات على أنها مرادفة للعدوان والتمرد والغضـب و التسـلط ومواجهة الآخرين، ليوضـح أن تأكيد الذات الصـحي لا يتضـمن هذا المعنى السـلبي، بل على العكس من ذلك فان المؤكد لذاته يتجنب الثورة والغضب ويضع حداً لغضبه، نظراً لأنه يكون في حالة واضحة من الوعي بالذات عندما يكون في قمة انفعالاته.

ويشير الباحث إلى أن كل إنسان يتعرض لمواقف تثير غضبه وتجعله يخرج عن طوره، سواء كان ذلك من الأسرة أو المدرسة أو غيرها، وقد تكون لفظية أو أدائية مما تجعله يتمرد عليها، لذلك عمل الباحث على عرض نموذج لأعضاء المجموعة الإرشادية يتضمن التدرب على كيفية إدارة المواقف التي تثير غضبه مع المحافظة على تأكيد الذات وهو برنامج DESKوالذي يقوم على:

1. صف السلوك الذي أغضبك (Describe-----D)
2. عبر عن المشاعر التي سببها لك السلوك (وسائل لفظية) (Express---- E)
3. بين ما تريد من الآخر أن يغيره (State------ S).
4. اعلم إن الآخر لن يغير كاً أو اياً من السلوكيات التي تثير غضبك وانزعاجك (Know).

ويوضح الباحث لأعضاء المجوعة الإرشادية أن الفرق الأساسي بين تأكيد الذات والعدوان هو إن استجابة العدوان تقوم على مبدأ (إنا ربحت وأنت خسرت)

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

أما استجابة تأكيد الذات فتعتمد على حاجات وقدرات الفرد عل التعبير عن مشاعره وآرائه ومواجهة المواقف المختلفة، وبالتالي الوصـــول إلى حل للمشـــكلات المتعلقة به، وبالمحيطين به بشـــكل لا يشعر معه الفرد بالظلم أو انتقاص من قدرته وقيمته.

ويعرض الباحث على السبورة استجابات الشخص المؤكد لذاته عن استجابات الشخص المتمرد العدواني في عدد من المحاور:

المحور	المؤكد لذاته	المتمرد العدواني
انفعالات مصاحبه	– يعبر عن مشاعره الحقيقة ولا يكتمها. – مرتاح وأعصابه هادئة. – صوته مريح وتوتر مقبول. – متناغم مع نفسه لا يوجد تناقض بين قوله أو فعله وفكره. – لا ينكر حقوق غيره.	– يتهجم على الآخرين ويهدد باستمرار. – توتره يتيحه للخارج. – غاضب جداً. – صوته عالي ومرتفع.
السلوك غير اللفظي	– تواصله البصري واثق ونظراته ثابتة. – نغمة صوته ثابتة. – تعابير وجهه وإيماءات جسمه غير متوترة. – يقف بشكل مرتاح ويديه بجانب جسمه.	– ينظر إلى الآخرين بحملقة. – نغمة صوته مرتفعه وحادة ومتعجرفة. – إيماءات جسده مشدودة. – الرسائل التي يوجهها مشدودة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

النتائج المترتبة على الاستجابة	– يحل المشاكل. – يشعر بشكل جيد تجاه الآخرين. – يشعر بالاكتفاء. – لدية شعور بالثقة والسيطرة على النفس	– يشعر بالضغط وفقدان السيطرة. – لدية صراعات في علاقاته الشخصية. – يكره الآخرين ويشعر بالغضب. – استجاباته إما سريعة جداً أو متأخرة جداً.

هدف (4) :–إنهاء الجلسة الإرشادية وإعطاء الواجب البيتي الواجب البيتي :– حاول إن تطبق مهارة توكيد الذات في إحدى المواقف التي تواجهك إثناء تعاملك مع احد إفراد أسرتك واكتب تقريراً عنها.شكر الباحث أعضاء المجموعة الإرشادية وودعهم للجلسة القادم

الجلسة رقم (13)

موضوع الجلسة: تعريف الأعضاء بالقيم الدينية والمعايير الاجتماعية المحددة للسلوك .

أهداف الجلسة:

– تهيئة الأعضاء للجلسة ومناقشة الواجب البيتي

– التوعية بمعاني القيم الدينية والمعايير الاجتماعية وأهمية الالتزام بها.

– بيان أهمية طاعة أولى الأمر.

هدف :– (1) يبدأ الباحث الجلسة بتهيئة أعضاء المجوعة الإرشادية والحديث عن بعض المواضيع التي لها علاقة بالأمور الحياتية اليومية، ومن ثم مناقشة الواجب البيتي ،حيث شكر الباحث جميع أعضاء المجموعة للالتزام بأداء ا لواجب

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

هدف (2):- تابع الباحث الجلسة بإلقاء محاضرة هدف من خلالها تنمية احترام القيم الدينية والالتزام بالمعايير الاجتماعية لما لها من أهمية كبيرة في سلوك الأفراد، فإذا كان الفرد ملتزماً بالقيم الدينية والاجتماعية السائدة في مجتمعية فإن سلوكه سيكون سليماً ومتوافقاً مع هذه القيم، فالدين ضرورة ملحة والدين فطرة الله للإنسان.

ويبين الباحث للأعضاء أن تعاليم ديننا لم تترك صغيرة ولا كبيرة إلا وتعرض لها، ووضع لها الأسس والتعاليم ، وأنه إذا ما تم الالتزام بها فإن الفرد سيسير بالطريق الصحيح

ويطرح الباحث أمثلة على ذالك في علاقة الفرد في :

(والديه ، أولى الأمر ، إيثار الزملاء ، البيئة التي يعيش بها ، ويستشهد ببعض الآيات القرآنية والأحاديث النبوية الشريفة .

ويطرح الباحث قضية الصراع النفسي الذي يعاني منه الأفراد عند اتخاذ القرار حول موضوع ما ويفتح باب المناقشة حول الموضوع حيث ،إن كثير من الإفراد يقفون موقف الحائر المتردد فلا هم يتوجهون اتجاهاً تاماً إلى الإيمان، ولا هم يتوجهون اتجاهاً تاماً إلى الكفر، ولكن موقفهم موقف الحائر المتردد العاجز من قضية الإيمان والكفر عن اتخاذ القرار النهائي، فيقول الله تعالى: "قل أتدعو من دون الله مالا ينفعنا ولا يضرنا ونرد على أعقابنا بعد أن هدانا الله كالذي استهوته الشياطين في الأرض حيران له أصحاب يدعونه إلى الهدى" .(الإنعام 71) ويبين الباحث أن في هذه الآية وصف دقيق لحالة الصراع النفسي وما يتعرض له الفرد من حيرة وتردد فالشياطين من جهة تستهويه وتجذبه للكفر والضلال وأصحابه المؤمنين يدعونه إلى الهدى والإيمان، وهو واقف بينها في حيرة وتردد، فهذا يبين الصراع بين الجانبين المادي والروحي في الإنسان، فمن استطاع إن يوفق بين الجانبين المادي والروحي في شخصيته،

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وأن يحقق بينهما اكبر قدر من التناسق والتوازن فقد نجح في هذا الاختبار واستحق أن يثاب على ذلك بالسعادة في الدنيا والآخرة.

وقصد الباحث من خلال هذا الطرح أن يوضح للمجموعة الإرشادية بأن الفرد لدية القدرة على الاختيار بين الطريق الصحيح السوي والطريق غير السوي من خلال التفكير الصحيح بالموقف، وطرح البدائل للاختيار وعدم اختيار أول بديل يواجهه.

ويضيف الباحث للمجموعة الإرشادية توضيحاً للقيم الاجتماعية السائدة في مجتمعنا التي تعلمناها من خلال تنشئتنا الأسرية ،وأن ضرورة المحافظة عليها هي التي تقوم سلوكنا لتجعله صحيحاً وسليماً.

هدف (3) :- بيان أهمية طاعة أولي الأمر.

يبين الباحث للأعضاء أهمية الالتزام بطاعة أولي الأمر ويشير إلى أن القران الكريم والسنة النبوية الشريفة قد حثت على طاعة أولي الأمر سواءً كانوا أباءً أو أمهات أو معلمين أو إخوة كباراً ...الخ ويطرح مجموعة من الآيات القرآنية والأحاديث النبوية الشريفة التي تحثنا على ذلك حيث قال تعالى: "واخفض جناحك لمن اتبعك من المؤمنين " (الشعراء 215).

وقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "من كره من أميره شيئاً فليصبر فأنه من خرج من السلطان شبراً مات ميتة جاهلية" ويقول رسول الله صلى الله عليه وسلم "من أهان السلطان أهانه الله" ويعمل الباحث على طرح الآيات والأحاديث للمناقشة بين أعضاء المجموعة الإرشادية ويفسر لهم المعاني والعبر من هذه الآيات والأحاديث الشريفة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ويطرح الباحث النقاط التالية للمناقشة:

- كيف يمكن تشجيع الشباب للإقبال على الدين؟
- كيف يمكن تحقيق علاقة عاطفية دون الوقوع في الحرام.
- ما الفرق بين التعصب الديني والتمسك الديني؟
- لماذا يتجه المراهقون بشكل ملحوظ إما إلى التدين الشديد وإما إلى التحرر الشديد؟
- هل ممارسة سلوك التمرد معصية لله؟

ويطلب الباحث من أعضاء المجموعة أن يختار كل منهم موضوع آو أكثر لإبداء رأيه فيه كواجب بيتي في الجلسة القادمة.وفي نهاية الجلسة قدم الشكر للمجموعة الإرشادية على حسن استماعهم والتزامهم وطلب منهم الالتزام في الحضور في الجلسة القادمة والاهتمام بالواجب البيتي.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الجلسة رقم (14)

موضوع الجلسة :- تدريب الأعضاء على مهارة التعرف على الأفكار العقلانية واللاعقلانية

أهداف الجلسة :-

1. تهيئة الطلبة للجلسة ومناقشة الواجب البيتي.
2. أن يتعرف الطلبة على نظرية اليس (Elus) فكرة (A.B.C).
3. أن يميز الطلبة بين الأفكار العقلانية واللاعقلانية.
4. إنهاء الجلسة والواجب البيتي.

الهدف (1) تهيئة الطلبة ومناقشة الواجب البيتي .

يعمل الباحث على تهيئة المجموعة الإرشادية للجلسة من خلال الترحيب بهم وشكرهم على التزامهم بموعد ومكان اللقاء الإرشادي ويبداء الجلسة بالحديث عن موضوع عام، كأخبار الطقس مثلاً لخلق جو مريح بعيداً عن التوتر والقلق، ثم يتابع الباحث سؤال المجموعة عن الواجب البيتي ويثني على من التزام ويشجع من لم يلتزم بأدائه ، ثم يفتح الباحث مجالاً للنقاش حول الواجب ، وتقديم وتلقي التغذية الراجعة بمشاركة من الباحث والطلاب.

الهدف(2):- أن يتعرف الطلبة على نظرية اليس (Ellis) فكرة (A.B.C).

عمل الباحث على تقديم شرحاً حول نظرية (Ellis) فكرة (A.B.C) وتقديم رسم يشكل النموذج (A.B.C)على السبورة.والتي تشير إلى أن الأحداث التي تطرأ على البشر تتضمن عوامل خارجية تمثل أسباباً، لكن البشر ليسوا مسيرين بشكل كلي، ولديهم المقدرة على تجاوز جوانب القصور البيولوجية والاجتماعية والتفكير الصعب، وعلى ضبط وتغير المستقبل،

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وهذا الاعتراف بقدره الفرد على التحديد في الجانب الحسن لسلوكه الذاتي وخبراته الانفعالية، يعبر عنها في نظرية A.B.C حيث إن الحرف (A) يرمز إلى الحادث أو الخبرة المثيرة أو المنشطة والحرف (B) يعبر عن نظام التفكير لدى الفرد بينما الحرف (C) يرمز إلى النتيجة أو الاضطراب الانفعالي بكل ما يتضمن من مشاعر الرفض ولقلق وعدم الأهمية والاكتئاب وغيرها.

ويرى (أليس) في نظريته أنه على الرغم من (A) هو الحادث الذي يقع قبل ظهور الاضطراب الانفعالي، إلا أنه ليس الرئيس والمباشر للنتيجة التي تشاهدها (الاضطراب الأنفعالي(C) وإنما ينتج هذا الاضطراب عن نظام أو نسق التفكير، الموجود لدى الفرد والذي يرمز له بالحرف (B) (نسق التفكير)، فإذا كان منطقياً (عقلانياً) فإن الاضطراب الانفعالي سيكون خفيفاً ومنطقياً، أما إذا كان نسق التفكير غير منطقي وغير عقلاني فإن الاضطراب الانفعالي سيكون عنيفا ، لذلك فإن سلوكيات واتجاهات الأفراد تشمل على إحداث منشطه (A)يستجيب لها الفرد بعقلانية أو بغير عقلانية، وهذه غير العقلانية قد تكون بصورة تعاسة أو اضطراب انفعالي أو سلوكي، وهذا يتوقف على كيفية إدراك الفرد وتفسيره للحادث المنشط (A) لذا فإن الاعتراف بهذه العلاقة يقود إلى إمكانية تغير وضبط اتجاهات الفرد وسلوكياته التي تقع كردود فعل للظروف البيئية.

بعد شرح النظرية يقدم الباحث قصة توضح النموذج A.B.C ويطلب من الطلبة إعطاء أمثلة أخرى من واقع الحياة ومن تجارب سلوكية ربما مرت معهم ومناقشتها .

الهدف (4) أن يميز الطلبة بين الأفكار العقلانية واللاعقلانية لديهم.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

يقدم الباحث تفسيراً لمفهوم مهارة التحكم بالأفكار اللاعقلانية وكيفية استبدالها بأفكار عقلانية بناءة، حيث تعد الأفكار اللاعقلانية التي يكونها الفرد من أخطر العوامل التي تساهم في خلق مشكلة لديه، ومن تلك الأفكار (الناس سيرفضونني، إني فاشل، أنا غير محبوب، إني مهمل من الآخرين،.. وغيرها

ويقدم الباحث أمثلة توضيحية أخرى مستعيناً بخبرات الطلبة في هذا المجال إذ يطلب منهم المشاركة في بعض الأفكار التي تثير حزنهم، أو غضبهم، أو رفضهم للسلطة، أو خروجهم على النظم المدرسية .. وغيرها)، ويقوم الباحث بتسجيل الأفكار اللاعقلانية على السبورة، ثم يعرض صورة توضح ذلك ويطلب التعليق عليها ويضيف الباحث قائلاً .. أنه وبتغير الطريقة اللامنطقية في التفكير فإننا نتمكن من ضبط أمزجتنا وسلوكنا واتجاهاتنا وتحسينها وذلك عن طريق محاولة تحدي تلك الأفكار اللاعقلانية واستبدالها بأخرى ايجابية ،وتم طرح الأمثلة التالية، التفكير غير المنطقي يقول ((لا استطيع القيام بأي أمر على الوجه الصحيح)).

أما التفكير المنطقي الذي يتحداه يقول: (لقد أخطأت في ذلك فالفرصة مازالت قائمة لدي لعمل الأفضل) وغيرها من الأمثلة وكلها يتم تسجيلها على السبورة ويقوم الباحث بتمثيلها إمام الطلاب ومشاركتهم بذلك مع مراعاة إعطائهم التعليمات بكيفية الأداء.

ويضيف الباحث : أن كل هذا يحتاج إلى الرغبة والإرادة للعمل تجاه تحسين سلوكنا الاجتماعي، وبالتالي بناء علاقات اجتماعية جيدة مع الآخرين ، ويطلب الباحث بعد ذلك من أحد الأعضاء ذكر بعض المواقف و الأفكار التي تدور في رأسه خلال معايشته لها ثم يطلب منه نمذجة تلك الأفكار

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

عن طريق تمثيلها أمام المجموعة، وذلك بممارســـة لعب الدور مع الباحث، ويفتح باب النقاش حول هذه الأفكار وطرح أفكار جديدة ايجابيه مع تزويدهم بالتعليمات المناســـبة و التغذية الراجعة ،

ثم يقوم الباحث بنمذجة أمثلة على الأفكار المنطقية إمام المجموعة حول الموقف المطروح،

الهدف (5) إنهاء الجلسة وإعطاء واجب بيتي.

يقوم الباحث بتلخيص ما دار في الجلســـة ويقدم الواجب البيتي المطلوب إنجازه وتوضـــيحه ويكتبه على السبورة مع التذكير بالالتزام بالحضور في الجلسة القادمة.

الواجب البيتي: راقب نفســـك في مواقف مختلفة وحدد الأفكار اللاعقلانية لديك خلالها ثم حاول استبدالها بأفكار عقلانية.

يتكون الواجب البيتي على النحو التالي:

الاسم..... التاريخ: / / 200

الصف:..... الواجب: تحديد الأفكار اللاعقلانية واستبدالها بأفكار عقلانية.

الموقف	الأفكار اللاعقلانية	الأفكار العقلانية

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الجلسة رقم (15)

موضوع الجلسة: الضغط النفسي ومراحل تطوره

أهداف الجلسة:

- تهيئة الطلبة للجلسة ومناقشة الواجب البيتي.
- التعرف على مراحل تطور الضغط النفسي(قبل الموقف، إثناء الموقف، في ذروة الموقف، بعد انتهاء الموقف).
- تعريف الأعضاء على مهارات التكيف لمواجهة المواقف الضاغطة.
- إجراء تمرين على استخدام مهارات مواجهة الضغوط .
- إنهاء الجلسة الإرشادية والواجب البيتي

الهدف (1) تهيئة الطلبة للجلسة ومناقشة الواجب البيتي من خلال الترحيب بالمشاركين، وشكرهم على الالتزام بالحضور ومناقشة الواجب البيتي، والاستماع إلى بعض المواقف الضاغطة الذي يتعرض لها الطلبة وكيفية التعامل مع هذه الأحداث والاستماع إلى آراء بعض الطلبة حول كيفية التعامل مع الإحداث المخيفة والخطرة والطارئة التي يتعرضون لها بعد ذلك الانتقال إلى موضوع الجلسة الحالية.

الهدف (2) التعرف على تطور الضغط النفسي ومراحله (قبل الموقف، إثناء الموقف، في ذروة الموقف، بعد انتهاء الموقف).

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

يوضـح الباحث تطور الضـغط النفسـي ويشـير إلى أن الموقف الضـاغط يتم في أربع مراحل هي: (الاســـتعداد للموقف قبل حدوثه، التعامل مع الموقف عندما يحدث، التعامل مع اللحظات الحرجة التي تمثل ذروة الموقف، التفكير في الموقف بعد انتهائه) ويطرح الباحث مثالاً على ذلك ، فمثلاً في حالة القلق يمكن أن تفكر قبل الموقف بعبارات مثل: ما الذي يجب أن أعمله للإعداد للموقف، لا أريد أفكاراً سلبية، بل أريد أفكاراً بشكل منطقي،

وفي مواجهة الموقف يمكن أن تفكر قائلاً اهدأ ولا تجعل القلق يسـيطر عليك وتابع العمل خطوة، خطوة ، ويمكن استخدام عبارات ذاتية مثل استرخ، خذ نفساً عميقاً، ركز تفكيرك، وهكذا

وبعد انتهاء الموقف يمكن أن تفكر .. لقد تصـــرفت على نحو أفضـــل وهذا جيد لقد تغلبت على مشاعر القلق بشكل رائع إنني راضي عن نفسي.

هدف (3) تعريف الأعضاء على مهارات التكيف لمواجهة المواقف الضاغطة.

يقوم الباحث بكتابة بعض هذه المهارات على السبورة وهي:

* جمع معلومات عن الموقف الضاغط.

* تحديد أساليب لتجنب الموقف.

* تثبيت الانتباه بالتركيز على شيء أخر.

* تخيل موقف يبعث على الهدوء.

* إرخاء العضلات.

*النفس العميق.

* التفكير بطلب المساعدة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ويضـــيف الباحث في توضـــيح النقاط أعلاه أن جمع المعلومات عن الموقف الضـــاغط، يساعد على تقييم الموقف بشكل موضوعي وتحديد كل ما يتعلق به، ودائماً عملية جمع المعلومات تسبق أي تخطيط يقوم به الفرد ليكون فيما بعد ما يقوم به مبنى على أسس ومعلومات دقيقة لتكون النتائج ايجابية ،وعملية تحديد بعض الأســاليب لتجنب الموقف تســتخدم خوفاً من الانفجار وتعطيل سير العمل، كالعد إلى العشرة قبل ظهور ثورة الغضب أو السير نحو ممارسة سلوك غير مرغوب فيه، إما بالنسبة إلى تثبيت الانتباه بعيداً عن الموقف الضاغط ،فيكون إما التركيز على شيء آخر أو التركيز على الجانب الإيجابي من المشـــكلة، وأحيانا التفكير بالحصـــول على دعم اجتماعي ، وهذه يطلق عليها (أساليب مسكنه للموقف)أو استخدام مهارة التخيل لموقف يبعث على الهدوء فإن عملية التخيل تجلب له السعادة والطمأنينة وتبعد كل ما هو يثير القلق والتوتر، وهذا ما يطلق عليه الاسترخاء العقلي، وهي صرف الانتباه عن المشكلة وتركيز الانتباه على شيء آخر أو استخدام أحلام اليقظة والتخيلات الممتعة.

أما مهارة إرخاء العضلات فيطلق عليها مهارة الاسترخاء الجسمي كالاسترخاء العضلي العميق وتدريبات التنفس.

إضافة إلى التفكير بعملية طلب المساعدة من الآخرين كنوع من الشعور بالطمأنينة والراحة، كون الفرد سيتلقى عونا ودعماً، وبالتالي عملية التفكير بطلب المساعدة تريح الأعصاب وتخفف شدة القلق والتوتر.

هدف (4) إجراء تمرين على استخدام مهارات مواجهة الضغوط .

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

يعمل الباحث على توضـيح أن التدرب على اسـتخدام مهارات التكيف لمواجهة الضـغوط يسـاعد الفرد على التخلص من القلق والتوتر في المواقف المختلفة التي يتعرض لها، مثل الخوف أو القلق من الامتحان وغيرها من الضغوط المختلفة

ويعمل الباحث على توضيح كيفية استخدام المهارات التكيفية من خلال المثال التالي:مثال: (صـفوان) في موقف امتحان يعاني من قلق الامتحان لديه مجموعة من العبارات الذاتية السـلبية مثل (ماذا سأفعل) ، لن أنجح بالرغم من استعدادي للامتحان، من الأفضل عدم تقديمي للامتحان، لقد اقترب موعد الامتحان، وأشعر أنني نسيت كل المعلومات آه أشعر بألم في راسي ومعدتي، آه الأسئلة صعبة جداً والوقت غير كافٍ .. الخ.

يطرح الباحث سؤالاً على الأعضاء ماذا يمكن لصفوان أن يفعل لاستبدال هذه الأفكار السلبية عن الموقف والذي يسبب له قلقاً شديداً .

بعد الاسـتماع إلى عدد من الاقتراحات من أعضـاء المجموعة يبين الباحث العبارات المناسـبة والتكيفية التي يمكن استبدالها في هذا الموقف فهي:

أ. قبل الموقف: ما الذي يجب أن افعله للإعداد للامتحان؟ لا أريد أفكاراً سـلبية يجب أن أطردها، لن يكون الأمر بهذا السوء الذي أفكر فيه.

ب. في مواجهة الموقف: اهدأ لا تدع القلق يسـيطر عليك تابع العمل خطوة خطوة، اترك السـؤال الصعب وابدأ في السهل.

ج. في ذروة الموقف: اسـترخ، خذ نفسـاً عميقاً، ركز تفكيرك على الحل، أنسـى أمر الوقت، هناك متسع من الوقت.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

د. بعد انتهاء الموقف: لقد تصـــرفت على نحو أفضـــل وهذا جيد، لقد تغلبت على مشـــاعر القلق بشكل رائع، إنني راض عن نفسي.

ويمكن تقديم المزيد من الأمثلة ونمذجتها أمام الطلبة، ويطلب من الطلبة نمذجة بعض الآراء من خلال أداء الأدوار.

الهدف (5) إنهاء الجلســة الإرشــادية والواجب البيتي.تهيئة الطلبة لإنهاء الجلســة والطلب من أحد الطلبة تلخيص ما دار في الجلســة الإرشــادية، وتســجيل أهم النقاط على الســبورة.تكليف المجموعة بالواجب البيتي والذي يتضــمن :"تخيل نفســك انك تعرضــت لموقف يشــبه الموقف الذي تعرض له صفوان فماذا كنت ستفعل؟ كيف تتصرف مع هذا الموقف الضاغط ؟

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الجلسة رقم (16)

موضوع الجلسة :- معسكر لترتيب ونظافة المدرسة (عمل تطوعي)

الإعداد للمعسكر : - عمل الباحث على التنسيق مع إدارة المدرسة والمرشد النفسي لتحديد موعد إقامة العمل التطوعي وتحديد المواقع التي سينفذ فيها العمل ، لتجهيز جميع الأدوات التي تساعد على القيام بالإعمال المطلوبة .

يعمل الباحث على تهيئة الطلبة للجلسة ومناقشة الواجب البيتي من خلال الترحيب بالمشاركين وشكرهم على الالتزام بالحضور ومناقشة الواجب البيتي، بعد ذلك يطلب من جميع الأعضاء الاستعداد للخروج إلى ساحة المدرسة للقيام ببعض الإعمال التطوعية .

وتالياً أهم الإعمال التي قام الباحث بتوجيه الطلبة للقيام بها :-

تنظيف ساحات المدرسة حيث عمل الباحث على تزويد كل عضو من الأعضاء بكيس قمامة

زراعة بعض الأشجار في ساحات المدرسة .

تنظيف المكتبة .

تنظيف المصلى .

تنظيف وتنظيم مقصف المدرسة

وقد قصد الباحث من هذا النشاط :-

تعديل السلوك غير المرغوب به لدى الأعضاء نظراً لأن مثل هذه الإعمال تتيح الفرصة للتفاعل واحترام النظام والقوانين ، إضافة إلى تنمية الحس بالمسؤولية والانتماء لمدرستهم ووطنهم .

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

–تنمية شخصية الأعضاء ، حيث إن مثل هذه المعسكرات تتيح الفرصة للأعضاء للشعور بالأهمية والتقبل في الجماعة والحساس بالأهمية الذاتية ، والانتماء إلى جماعة معينة متجانسة ، فهناك بعض القدرات للفرد لا تظهر في جو المدرسة أو المنزل وتكون مثل هذه الأنشطة مكاناً خصباً لظهورها .

– تنمية الشعور بالقيادة والتبعية لأعضاء المجموعة من خلال تعريفهم بأن كل أمر له سبب منطقي ، ولا بد أن نذعن له ونحترمه بعد مناقشة أسبابه وملابساته بطريقة منطقية . إضافة إلى تعريفهم إلى أن لكل مجموعة قائداً وإتباعاً يلتزمون بما يصدر إليهم من تعليمات من القادة .

بعد الانتهاء من الإعمال المطلوبة عمل الباحث على تقديم الشكر لجميع الأعضاء لمشاركتهم في هذا العمل ودعاهم إلى تناول الساندويتشات والمرطبات في مقصف المدرسة، وطلب منهم الواجب البيتي وهو عبارة عن الطلب من كل عضو كتابة تقرير مفصل عن العمل التطوعي بإيجابياته وسلبياته وماذا استفاد من هذا العمل ؟

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الجلسة رقم (17)

موضــوع الجلســة :- تدريب الأعضــاء على التعامل مع بعض الأفكار الســلبية تجنبا للوقوع في المشاكل ومقارنتها بالأفكار التي تساعد على التصرف بشكل هادئ

أهداف الجلسة :-

- تهيئة الأعضاء ومناقشة الواجب البيتي

تدريب الأعضــاء على التميز بين الأفكار المســببة للمتاعب والأفكار الإيجابية التكيفية من خلال طرح الأمثلة ومناقشتها مع أعضاء المجموعة .

إنهاء الجلسة والواجب البيتي .

الهدف (1) :- تهيئة الأعضاء ومناقشة الواجب البيتي

يعمل الباحث على تهيئة الطلبة للجلســة ومناقشــة الواجب البيتي من خلال الترحيب بالمشــاركين وشكرهم على الالتزام بالحضور ومناقشة الواجب البيتي،

الهدف (2) :- تدريب الأعضــاء على التميز بين الأفكار المســببة للمتاعب والأفكار الايجابية التكيفية من خلال طرح الأمثلة ومناقشتها مع أعضاء المجموعة .

بعد أن تم تعريف أعضــاء المجموعة في الجلســة الســابقة بنظرية أليس وفكرة (A.B .C) وأن كثيراً من المشــاكل والسـلوكيات الخاطئة التي يمارسـها الأفراد تكون نتيجة لنسـق تفكير الفرد وليس للحدث نفسه، لذلك قصد الباحث إن يخصص هذه الجلسة لمناقشة بعض من الأمثلة لزيادة معرفة المجموعة بطبيعة بعض الأفكار الاتكيفية والتي تســبب المتاعب والمشــاكل، ســواءً كان ذلك للفرد نفسه أو للآخرين ، ومساعدتهم على التدرب على استبدال هذه الأفكار بأفكار أخرى تكيفية

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

تم التعرف على بعض الأفكار اللاعقلانية التي وردت من الأعضاء في الواجب البيتي وما يقابلها من أفكار ايجابية عقلانية ، وتم الإشارة إلى أن هذه الأفكار هي التي تسبب المتاعب للأفراد في حين أن الأفكار الإيجابية تساعد على التصرف بشكل هادئ ومقبول في المواقف الاجتماعية المختلفة

بعد ذلك يعمل الباحث على طرح فكرة لاعقلانية لمناقشتها وتوضيح النتائج السلبية التي قد تترتب عليها وتم طرح فكرة أن "التعاسة تنتج عن ظروف خارجية لا يستطيع الفرد التحكم بها". حيث يوضـــح الباحث للمجموعة الفكرة اللاعقلانية ،ويعرض عدداً من الأمثلة، ويقول إن معظم الناس يشـعرون بأن الآخرين والأحداث هي التي تجعلهم غير سـعداء، وبالتالي لا مفر لهم سـوى الشـــعور بالاضـــطراب والانزعاج والتعاســـة عندما يحصـــل لهم ظروف مزعجة ويعتقدون بأنهم لا يملكون قدرة على مواجهتها أو التحكم بأنفسـهم وانفعالاتهم في مثل هذه الظروف، فهذه الفكرة تعتبر لاعقلانية.

أما الشخص العقلاني فعندما يجد نفسه يشعر بالغضب والتعاسة، فإنه يعلم بأنها تأتي بدرجة كبيرة من داخله وليس من الخارج، وان العواطف والمشـاعر السـلبية تتشـكل عن طريق اسـتجابته غير العقلانية، ويعلم أن المحرك الأول لها هي طرق التفكير.

وهذا مثال للمناقشة والحوار :

ماهر شاب ذكي ونشيط ومخلص في مجال عمله، يعمل في شركة للمقاولات والابنية، ولكن شعر بعدم الراحة في العمل وحجة في ذلك أن مديره لا يحبه وغير لطيف معه ويحاول مضـــايقته باستمرار

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

، لذلك قام بالاســتقالة من عمله ومحاولة البحث عن عمل آخر بالرغم من أنه كان يتقاضـــى راتباً مرتفعاً، مع العلم أن مديره يعامل جميع الموظفين كما يعامل ماهراً لأنه يحب الجدية في العمل وسرعة الانجاز.

ماهر يريد عملاً يشعر فيه بالراحة ومحبة جميع الموظفين والمسؤولين، وهذا صعب المنال، لذلك سيبقى ماهر لفترة طويلة يبحث عن عمل، ومن الواضح أنه لن يستمر في عمله طويلاً، والسبب أنه يستمع لأحاديثه وأفكاره الداخلية ، وهي بعيدة كل البعد عن الواقع الذي يعيش فيه، لا يستطيع السيطرة عليها أو تغييرها، وربما في يوم من الأيام سيجد نفسه بدون عمل يجلس في منزله وحيداً مع تلك الأفكار اللاعقلانية التي تؤثر في عواطفه وسلوكياته.

يعمل الباحث على مناقشـــة المجموعة بعد عرض هذا المثال وان ســـبب عدم راحة ماهر وتعاسته في عمله هو استجابة لأفكاره وأحاديثه الداخلية وليست الظروف الخارجية هي السبب.

بعد مناقشة هذا المثال مع الأعضاء يعمل الباحث على توضيح أهم الأسباب والأفكار التي تسبب المتاعب والمشاكل للأفراد وبالتالي عدم القدرة على التعامل مع الآخرين بشكل لائق .ومنها :

ملاحظة ومشاهدة سلوكيات غير لائقة من الآخرين وبالتالي العمل على تقليدها اعتقاداً منهم بأنها صـــحيحة ،ومثال ذلك أنكم قد تلاحظون طالبا معيناً يعمل على ممارســـة بعض الســـلوكيات غير اللائقة مع زملائه أو شـــتم بعض المعلمين، أو الاعتداء على ممتلكات المدرســـة، ويقوم أحدكم بتقليده ظناً منه أن هذا السلوك يعبر عن الرجولة والقدرة على السيطرة على الآخرين . مما يسبب له متاعب ومشـــاكل مع هذه الإطراف، وينعكس ذلك كله على ســـوء العلاقة مع الزملاء والمعلمين وإدارة المدرسة .

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

يفتح الباحث النقاش حول هذا الطرح ويطلب من الأعضـــاء ذكر بعض المواقف التي ســـببت لهم متاعب مع الآخرين نتيجة لهذا السبب

الأفكار والمعتقدات الخاطئة التي يعتقدها الفرد عن نفســـه وعن الآخرين وفهم الأمور بعيداً عن الواقع ، فالشخص الذي يرى نفسه فاشلاً فإنه لا يبذل جهداً كي يكون ناجحاً.

ويطرح الباحث المثال التالي :

إذا اعتقد احد الطلاب بأنه لا يستطيع أن يصبح طالباً منتظما في التعليمات المدرسية واقنع نفسه بهذا الاعتقاد ، فهل تتوقعون بأنه سيبذل جهداً من أجل تغير سلوكه ؟ هل سينجح في تغير علاقة في الآخرين ؟الجواب بالتأكيد لا .

إما إذا حاول إقناع نفســـه بأن باســـتطاعته التغير، ولديه تصـــميم على ذالك، وحاول بذل الجهود للتغير في سلوكه فإنه بالتأكيد سيصل إلى النتيجة الإيجابية التي يسعى إليها

إذاً ماذا نستنتج من ذلك ؟ نستنتج أن الخطأ هو في معتقد الطالب عن نفسه وليس في عدم توافر الإمكانيات والقدرات لديه في التغير .

يطلب الباحث من الأعضـــاء ذكر بعض الأمثلة على فهم الأمور بشـــكل خاطئ من واقع خبراتهم المدرسية وما سببت لهم من متاعب ومشاكل .

الهدف(3) :- إنهاء الجلسة وإعطاء الواجب البيتي .

بعد تلخيص أهم الإحداث التي دارت خلال الجلسة يعمل الباحث على تهيئة الأعضاء للانتهاء من الجلسة ويشكرهم على حسن استماعهم ويقدم لهم الواجب البيتي

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الواجب البيتي :- أذكر موقفاً من المواقف تسبب لك بالمتاعب والمشاكل نتيجة تقليدك لشخص آخر وموقفا تسبب لك بالشكر والثناء من الآخرين نتيجة تقليدك لشخص آخر

الجلسة رقم (18)

موضوع الجلسة (الحرية ومفهومها وضوابطها)

هدف(1) تهيئة المجموعة الإرشادية للجلسة ومناقشة الواجب البيتي.

يبدأ الباحث الجلسة بالترحيب بالمجموعة الإرشادية وشكرهم على الحضور والالتزام والبدء بالحديث بموضوع عام فيه نوع من الإثارة لإزالة القلق والتخلص من الملل الذي يشعرون به من اليوم الدراسي المليء بالواجبات المدرسية.

هدف (2) أن يتعرف أعضاء المجموعة الإرشادية على مفهوم الحرية وحدودها.

كما نعرف جميعاً بأن أعضاء المجموعة الإرشادية هم في مرحلة المراهقة، وفي هذه المرحلة يبدأ المراهقون بسلك كثير من السلوكيات دون استشارة والدية أو مدرسيه ويكرر دائماً كلمة (أنا حر) في تصرفاتي رغبة منه في إثبات ذاته، وأنه لم يعد طفلاً وأن باستطاعته أن يتصرف أي تصرف يعجبه(هو) وبغض النظر عما إذا كان هذا التصرف ينسجم مع قيم الأسرة أو أنظمة وتعليمات المدرسة، لذلك قصد الباحث من وراء هذه الجلسة أن يتعرف أعضاء المجموعة الإرشادية على المفهوم الصحيح للحرية وليس المفهوم الخاطئ.

ويوضح الباحث أن الحرية ليس معناها أن تفعل أي شي في أي وقت ، فمفهوم الحرية له معنى آخر غير هذا ،أي أن الفرد يكون لدية أكثر من خيار يستطيع أن يفعله في الوقت نفسه.

ويطرح الباحث مثالاً على المجموعة كالتالي:

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

إذا كان لديك وقت فراغ وتريد أن تقضي وقت فراغك في شيء ما، فإذا كان مفهومك للحرية مفهوماً خاطئاً فإنك سوف تختار شيئاً ما لا يتناسب مع قيم وعادات الأسرة أو أنظمة المدرسة، وربما تقول: (سأقضي وقت فراغي في العبث في ممتلكات المدرسة) وأنا حر، ولكن إذا كان مفهومك صحيحاً للحرية فإنك سوف تضع عدداً من البدائل والاختيارات، وتكون في النهاية حراً في اختيار أحدها بحيث يكون مفيداً لك وعلى سبيل المثال قد تضع الخيارات التالية:

- سأذهب إلى المكتبة لقراءة قصة.
- سأذهب لزيارة صديق.
- سأذهب لممارسة الرياضة.

سأذهب في زيارة مع الأسرة .. الخ.

فهذه مجموعة من الخيارات والبدائل وبإمكانك ممارسة حرية الاختيار لأحدها، ويضيف الباحث بأنك إذا فعلت أي شي في أي وقت فإن هذا يسمى (فوضى) ،لأن الحرية بهذا المعنى ستكون عبارة عن تسيب أو انفلات من كل قيد.

صحيح أن القيود كريهة للإنسان في كل مكان، ولا يوجد أي فرد إلا ويريد ولو للحظة وبطريقة لا شعورية إن يتخلص من هذه القيود الاجتماعية، ولكن علينا أن نفكر ولو للحظة لو أننا تخلصنا من هذه القيود الاجتماعية وغيرك فعل هذا، وهكذا، فهل تعتقد إن المجتمع سيصبح متماسكاً؟ في الحقيقة لن يكون ذلك لأنه لا يوجد مجتمع دون قيود ليصبح متماسكاً متوازناً.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ويضـيف الباحث حول الموضـوع مثالاً بأنه في كل لعبة جماعية ولنفرض (كرة القدم) فهل تعتقدون أنها بدون قيود وضوابط ومبادئ يلعب على أساسها لاعبيوها تكون صحيحة وسليمة، فلو ترك كل لاعب يتصرف وهواه وحسب حريته لفسدت اللعبة ولن يكون لها طعم.

وكذلك المجتمع أو الأسـرة أو المدرسـة أو جماعة الرفاق مثل اللعبة تماماً لابد من قيود تحكمها لتصبح متماسكة وقوية ومتوازنة ويوضح الباحث للمجموعة بعض أنواع الحرية منها:

-**الحرية الأخلاقية** ويقصد بهذا النوع من الحرية أن يفعل الشيء أو يسلك السلوك بعد تدبر وروية للموقف، ودراسة جيدة وأن لا نفعل الشيء بأول دافع أو فكرة تخطر على بالنا، بل يجب علينا أن نعرف ماذا تريد ولماذا نريده، ثم نعمل ذلك بما ينسجم مع المبادئ الخلقية التي يقرها مجتمعنا ودينا وقيمنا وأنظمتنا.

- **الحرية التربوية** ويقصد بها أن نحرر الاستعدادات والقدرات والمواهب الشخصية من حيز الكمون إلى حيز الواقع الطبيعي والاجتماعي، وأن نستفيد من هذه القدرات والمواهب لما فيه مصلحتنا ورفع سوية قدراتنا العلمية والعملية.

لذلك مما سبق نرى أن الحرية التي نريدها هي التي تجعل الفرد منا أكثر سعادة وفي أعلي مرتبة من النضج الاجتماعي والفضيلة الاجتماعية وذلك لأنها وظيفة وليست غاية، وظيفة لأننا نستخدمها في إيجاد أكثر من حل لموضوع ما، تم اختيار أفضل هذه الحلول بعد تفهم وروية وتعقل وتدبر، وليست غاية لأنها لو أصبحت الحرية هي الهدف لأصبحت مشتتاً وخارجاً عن الحدود الاجتماعية وبالتالي منبوذاً من قبل أسرتك ومدرستك ومجتمعك.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ويضـيف الباحث بأنكم بهذا المعنى للحرية إذا فهمتموه فهماً صـحيحاً سـوف تفهمون القيود التي يضعها لك أبواك فهماً صحيحاً أو القيود التي تضعها لك المدرسة، لأنها صادرة من أشخاص عاقلين ، أكثر خبرة وحكمة منك ، وبالتأكيد ليس مقصـــدها تعقيدك أو تخلفك عن التطور الحديث في الحياة من حولك لأن ليس كل جديد من حولك جميل ومرغوب، فيه بل منه الجيد الذي يمكنك إتباعه وفيه الســـيئ الذي يجب أن تبتعد عنه، وهذا الاختيار يتوقف على مدى فهمك للأمور والأشياء من حولك وتحليلها التحليل الصحيح واختيار المناسب منها بحرية كاملة.

من هنا نجد أن الشـخص الحر هو الشـخص الملتزم بعادات وتقاليد وقوانين مجتمعية أو أسـرته أو مدرســـته، ومقتنع بها ، أي لديه التزام داخلي، كذلك فأن الفرد الحر لديه إحســـاس بالمســـؤولية، ويسـتطيع تحمل المسـؤولية والاعتماد عليه في أمور كثيرة من أمور الحياة ودون تردد، وفي النهاية أرجو أن تكوموا قد استفدتم من هذه الجلسة حول مفهوم القيود وان الحرية تعني التصرف والاختيار الجيد في ظل هذه القيود.

بعد الانتهاء من المحاضـرة يطرح الباحث مجموعة من النقاط للمناقشـة والحوار حول مفهوم الحرية حيث تم طرح الموضوعات التالية:

- في مجتمعنا الولد أكثر حرية من البنت لماذا؟
- هل الحرية وسيلة أم غاية. - ما العلاقة بين الحرية والثقة بالنفس.
- ما الفرق بين الحرية المطلقة والحرية المقيدة مع ضرب أمثلة؟
- ما هي حدود الحرية الذاتية.- ما الفرق بين الحرية والفوضى.
- هل القيود الأسرية والمدرسية وعادات وتقاليد المجتمع الشرقي تسلب حريتي.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ثم مناقشة هذه الموضوعات وطلب من كل واحد من أعضاء المجموعة أن يكتب رأيه في أحد هذه الموضوعات كواجب بيتي.

هدف (3) إنهاء الجلسة الإرشادية.حيث شكر الباحث أعضاء المجموعة الإرشادية على حسن استماعهم وتفاعلهم في هذه الجلسة وتذكيرهم بموعد الجلسة القادمة

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الجلسة رقم (19) إدارة الذات

هدف(1) تهيئة المجموعة الإرشادية للجلسة ومناقشة الواجب البيتي.

يبدأ الباحث الجلسة بالترحيب بالمجموعة الإرشادية وشكرهم على الحضور والالتزام والبدء بالحديث بموضـــوع عام فيه نوع من الإثارة لإزالة القلق والتخلص من الملل الذي يشـــعرون به من اليوم الدراسي المليء بالواجبات المدرسية.

هدف (2):-أن يتعرف الأعضاء على أهمية إدارة الذات في البناء الشخصي للفرد .

يوضح الباحث للأعضاء أن الذات الفاعلة تشكل حجر الأساس في البناء الشخصي للفرد ، وأنها تتكون من الانطباعات الشخصية لدى الفرد عن ذاته ،فحتى يستطيع الفرد إدارة ذاته بفاعلية عليه إن يكون علاقات صحيحة مع الذات ويوضح الباحث للأعضاء أن هذه العلاقة تتضمن فهم الذات ومعرفة جميع جوانبها ثم تقبل الصـــورة التي تكون عليها هذه الذات بكل ما فيها من نقاط مشـرقة ، مضـيئة أو غير مضـيئة ،سـلبياتها وايجابياتها، ثم المضـي قدماً لتطويرها أو تحسـين صورتها ، وتعتبر العلاقة الصحيحة مع الذات بعناصرها الثلاثة سابقة الذكر متطلباً سابقاً لتحقيق الذات والرضـى عنها والوصـول إلى حالة الاتزان العام التي هي مطلب أسـاسـي لكل فرد. هدف (3):- توضيح عدد من الاقتراحات لأعضاء المجموعة الإرشادية التي تساعد على إدارة الذات .

عمل الباحث على طرح عدد من الاقتراحات مع الأمثلة التوضـيحية التي تسـاعد الفرد على إيجاد منهج عقلي يساعد على إدارة الذات بفاعلية ويحقق لنا الرضى والسعادة والاستقرار النفسي الأمن ومنها :

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- أدِّ حقوق الله – سبحانه وتعالى – عليك ،واستعن به فيما ينوبك من أمور الحياة (إياك نعبد وإياك نستعين) ؛ لأن الإنسان إذا أصلح ما بينه وبين ربه أصلح الله له أمور حياته، وإذا تعرف الإنسان إلى ربه وقت الرخاء وجده وقت الشدة .

-املأ ذهنك بالتفاؤل وتوقع النجاح بإذن الله ، وليكن الاستبشار دائماً مسيطراً على فكرك وشعورك (بشروا ولا تنفروا) .

- عوّد نفسك على أن تكون أهدافك في كل عمل تقوم به سامية واضحة .

- ألزم نفسك بالتخطيط لأمور حياتك المختلفة وابتعد عن الفوضى والارتجالية في أعمالك قدر الإمكان ، نظم جهدك واتجه لهدف واضح محدد واحذر الفوضى في مسيرتك لهدفك.- احذر من ضياع شيء من وقتك دون عمل فهو ضياع الحياة، واحرص على أن تتقدم نحو أهدافك كل يوم ولو خطوة واحدة، فمن سار على الدرب وصل.

- نظم أمورك بكتابة مواعيدك والتزاماتك والتعود على حفظها.

- -قاوم محاولات النفس للهروب من الأعمال الجادة المهمة إلى المتعة واللهو باستمرار.

-اجعل البحث عن الحق هدفك، واحذر النفاق بجميع صوره وإشكاله، وأصدع بكلمة الحق بأدب وعفة وصدق ونَمِّ في نفسك القدرة على الحسم عند مفترق الطرق بين الحق والباطل .

- واجه نتائج أعمالك بشجاعة وصبر وثبات ومسئولية محتسباً كل ما يصيبك عند ربك، ولتعلم أن ما أصابك لم يكن ليخطئك وما أخطأك لم يكن ليصيبك رفعت الأقلام وجفت الصحف، واحذر من كثرة الشكوى والضجر فهما من صفات الضعفاء .

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- لا تجعل شخصيتك كالزجاج الشفاف الذي يسهل كشف ما ورائه ومعرفة حقيقته، لكل عابر سبيل، ففي الحياة الكثير من الفضوليين والمتطفلين بل والأشرار، واجعل لذلك باباً موثقاً وحارساً أميناً يأتمر بأمرك ، فيفتح ذلك في الوقت المناسب وبالقدر المناسب ولمن هو أهل لذلك ويغلق عند الحاجة لذلك .وهذا يستدعي منك أن تتمرَّن على ضبط مشاعرك وأحاسيسك وعدم الاسترسال في إبرازها ما لم يكن في ذلك مصلحة، وأن تحتفظ بهدوئك ورباطة جأشك في المواقف المثيرة والجادة، وأن تختار كلماتك بعناية فيها

- اجعل مثلك الأعلى وقدوتك الدائم محمداً صلى الله عليه وسلم، إذ إنه هو الذي بلغ أعلى درجات الكمال الإنساني، ولن تبحث عن حل لمشكلة في أي جانب من جوانب حياتك إلاَّ وجدت ذلك الحل في سيرته العطرة صلى الله عليه وسلم، وهذا يستدعي منك أن تكون دائم المطالعة لسيرته والبحث في طريقته .

- تسلّح بروح الفكاهة والمرح دائماً من غير إسفاف ولا مبالغة ، وإذا ادلهمت الخطوب فابتسم لها ؛ لأن الحزن والتقطيب منهكان للنفس منهكان للجسد مشوشان للفكر

- اذكر ما لديك من نعم، وليس ما لديك من مشـــكلات ، فالنعم تجعلك تفكر ايجابياً وبمنطق وعقلانية ، والمشكلات تجعلك تفكر سلباً وبلا عقلانية .

- أخيراً اعلم أن في كل إنسان صفات ضعف وصفات قوة وهو أعلم الناس بحقيقة نفسه ما لم يكابر أو يجهل ، فالعاقل الموفق هو من وجّه حياته وعمله وتخصصه نحو ما فيه من صفات القوة ونأى بنفسه وحياته عن نقاط الضعف في شخصيته

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

هدف (4) :- إنهاء الجلســـة الإرشـــادية والواجب البيتي .عمل الباحث على تهيئة الأعضـــاء للانتهاء من الجلسة الإرشادية وإعطاء الواجب البيتي

الواجب البيتي :- اذكر عدداً من الاقتراحات من واقع الحياة التي تعيش تســـاعد على إدارة الذات بفاعلية

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الجلسة رقم (20)

موضوع الجلسة :- جلسة ختامية للبرنامج وتقيم للجلسات السابقة .

أهداف الجلسة :- تهيئة الأعضاء للجلسة ومناقشة الواجب البيتي .

إن يقوم الطلاب بتقييم البرنامج .

التعرف على الايجابيات والسلبيات لتطبيق البرنامج وتقدير مدى الفائدة منه من قبل الأعضاء

الإجراءات :- عمل الباحث على تهيئة الأعضاء للجلسة الإرشادية من خلال إيجاد جو من المرح وتبادل الأحاديث الجانبية بين الأعضاء بعضهم مع بعض وبين الأعضاء والباحث في موضوعات عامة وبعد ذلك تم مناقشة الواجب البيتي المعطى لهم في الجلسة السابقة

وبعد ذلك بين الباحث للأعضاء بان هذه الجلسة ستكون ختامية سيتم بها تقيم البرنامج للتعرف على مدى الاستفادة من منه ويطلب الباحث من الأعضاء

أن يكتب كل عضو رأيه في البرنامج (الجوانب الايجابية والجوانب السلبية) .

أن يذكر كل عضو المهارات الحياتية التي تعلمها من البرنامج والتي لم تكن لديه في السابق

أن يقدر كل عضو مقدار الإفادة من البرنامج على سلم تقدير من 1—10

أن يذكر كل عضو جوانب التحسن على سلوكه مع كل من الأصدقاء، المعلمين إفراد الأسرة .....الخ

بعد الاطلاع على تقارير الأعضاء حول الموضوعات أعلاه عمل الباحث على تلخيص أهم النقاط الايجابية والسلبية التي وردت في تقاريرهم على السبورة ومناقشتها مع الأعضاء ويجيب على أسئلة واستفسارات الأعضاء حولها .

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

بعد ذلك عمل الباحث على إجراء تلخيص شـــامل لأهم المهارات التي تم تدريب الأعضـــاء عليها خلال البرنامج ،وطلب منهم أن يســـتخدموا جميع هذه المهارات التي تعلموها في حياتهم اليومية وفي تعاملهم مع أصدقائهم ومعلميهم وإفراد المجتمع من حولهم لما لها من أهمية بالغة في العلاقات الإنسـانية بين الأفراد ويضـيف لهم القول بأنهم بعد أن اكتسـبوا هذه المهارات الجديدة فإن بإمكانهم أن يتصـــرفوا بشـــكل هادئ، وأن يظهروا الاحترام والتقدير للآخرين وأن يكونوا على قدرٍ عالي من المسئولية .

في نهاية الجلسـة يقدم الباحث الشـكر والتقدير لجميع الأعضـاء على الالتزام في البرنامج وإنجاحه ويتمنى لهم التوفيق والنجاح ويودعهم بالمصافحة .

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ملحق رقم (2)

استبانه تحكيم أداة الدراسة (الصورة الأولية)

الأستاذ الدكتور ..... المحترم

الدكتور ..... المحترم

تحية طيبة وبعد

يقوم الباحث مصلح مسلم المجالي بإجراء دراسة مسحية تجريبية للحصول على درجة الدكتوراه في الإرشاد النفسي والتربوي بعنوان "السلوكيات التمردية وعلاقتها ببعض المتغيرات وبناء برنامج إرشادي في خفض درجة ممارستها وقياس أثره في تنمية السلوك الإنتمائي للمراهقين في الأردن".

ولما كانت هذه الدراسة تحتاج إلى بناء مقياسين إحداهما لقياس تقدير المدرسين لدرجة ممارسة المراهقين للسلوكيات التمردية والآخر لدرجة ميول المراهقين نحو ممارسة السلوك الانتمائي فأن الباحث وبعد الرجوع إلى عدد من الدراسات والأبحاث المشابهة قد حدد أبعاد المقياسين وفقرات قياسها على النحو المرفق في المقياسين.

ولكونكم من أصحاب الخبرة والاختصاص والاهتمام في هذا المجال فإن الباحث يرجو عونكم ببيان مدى مناسبة كل فقرة من الفقرات من حيث درجة الوضوح وسلامة اللغة ومدى تمثيلها للبعد المنوي قياسه، وذلك يوضع إشارة (✔) أمام كل فقرة في العمود المناسب، كما يرجو اقتراح أو إضافة فقرات جديدة ضمن أبعاد المقياسين بصورته الأولية. علماً بأن احتمالات درجة التقدير على النحو التالي.

- مقياس تقدير المدرسين لدرجة ممارسة المراهقين للسلوكيات التمردية

(دائماً أحياناً نادراً)

- مقياس السلوك الانتمائي (دائماً أحياناً نادراً)

شاكراً لكم حسن تعاونكم

الباحث

مصلح مسلم المجالي

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

مقياس

تقدير المعلمين لدرجة ممارسة المراهقين للسلوكيات التمردية

بصورته الأولية

البعد الأول: مظاهر سلوك التمرد الموجه نحو النظم المدرسية:

التسلسل	الفقرة	درجة الوضوح وسلامة الصياغة اللغوية		تمثيل الفقرة للبعد		ملاحظات
		واضحة	غير واضحة	ممثلة	غير ممثلة	
1	يعارض آراء إدارة المدرسة دون سبب منطقي.					
2	لا يستمر في التواجد في المدرسة حتى آخر حصة.					
3	يتعمد التأخير عن طابور الصباح.					
4	غير ملتزم بالزي المدرسي.					
5	يكرر الطلب الخروج خارج الصف بين الحصص.					
6	يتعمد الغياب عن المدرسة دون مبرر.					
7	يتظاهر بالمرض لتجنب الوقوف بطابور الصباح.					
8	غير ملتزم في أداء الواجبات المدرسية.					
9	لا يلتزم بإحضار الكراسات والأدوات المدرسية في الحصص.					
10	يرفض الاشتراك في الأعمال التطوعية لخدمة المدرسة.					
11	يشجع زملاءه على إثارة الفوضى داخل المدرسة.					
12	يتأخر عن المواعيد التي تحدد من قبل إدارة المدرسة.					
13	لا يهمه استدعاء ولي أمره للمدرسة.					
14	لا يهتم بما يوجه له من نصائح من إدارة المدرسة.					
15	لا يلتزم باللباس الخاص بالنشاط المدرسي.					
16	يكرر الهروب من المدرسة.					
17	لا يساعد زملاءه بالمشاركة في نظافة المدرسة.					
18	لا يلتزم بالمقعد المخصص له من قبل المدرس.					
19	دائم العبث في ممتلكات المدرسة.					
20	يتظاهر بعدم سماع الأوامر عندما يطلب منه شئ.					
21	يشجع زملاءه للخروج على النظام المدرسي بشكل عام.					

البعد الثاني: مظاهر سلوك التمرد الموجه نحو المعلمين.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

التسلسل	الفقرة	درجة الوضوح وسلامة الصياغة اللغوية		تمثيل الفقرة للبعد		ملاحظات
		واضحة	غير واضحة	ممثلة	غير ممثلة	
1	يتعمد استفزاز المعلم الذي يغضب منه.					
2	يتعمد عمل حركات وأصوات أثناء شرح المعلم.					
3	يتعمد عدم الإجابة عن أسئلة المعلم أمام الموجه لإحراجه.					
4	يدخل في نقاش حاد مع المعلمين لإثارة غضبهم.					
5	يهرب من حصة المعلم الذي لا يحبه.					
6	لا يهتم من الدخول إلى غرفة الصف بعد دخول المعلم.					
7	يرفض الاستماع إلى نصائح وإرشادات المعلم.					
8	يعمل على تقليد حركات المعلم الذي لا يعجبه.					
9	يتعمد توجيه أسئلة كثيرة للمعلم بهدف إحراجه.					
10	يعارض آراء المعلمين دون سبب منطقي.					
11	يتعمد عدم أداء الواجبات المدرسية لإثارة غضب المعلم.					
12	يسخر من المعلمين.					
13	يعمل مقالب في المعلمين.					
14	لا يهمه شتم المعلم.					
15	لا يهمه الخروج من الحصة دون استئذان المعلم.					
16	يتظاهر بالصمم عند مناداة أحد المعلمين عليه في الساحة.					

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

البعد الثالث: مظاهر سلوك التمرد الموجه نحو الأصدقاء.

التسلسل	الفقرة	درجة الوضوح وسلامة الصياغة اللغوية		تمثيل الفقرة للبعد		ملاحظات
		واضحة	غير واضحة	ممثلة	غير ممثلة	
1	دائم العبث بأدوات زملاءه لتخريبها.					
2	ينقل أخبار كاذبة عن زملاءه لإدارة المدرسة.					
3	يقلد حركات زميله لإثارة غضبه.					
4	لا يحترم رأي زملاءه أثناء النقاش.					
5	يعمل على استفزاز زملاءه لإثارة غضبهم.					
6	يتعمد الجلوس في مقعد زميله لإثارة غضبه.					
7	يعارض زملاءه باستمرار.					
8	يعتدي على زملاءه بالضرب.					
9	يشتم زملاءه بألفاظ بذيئة.					
10	يتهم زملاءه بمواقف لتبرئة نفسه منها.					
11	يحاول الحصول على أدوات زملاءه عنوة.					
12	يتعمد إتلاف كتب زملاءه.					
13	يجبر زملائه بمشاركة في إتلاف ممتلكات المدرسة.					
14	يعمل على تكوين (شلل) ضد زملاءه					
15	يعمل على إثارة الفتنة بين زملاءه.					

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

مقياس الميول نحو ممارسة المراهقين للسلوكيات الانتمائية

البعد الأول: الميل نحو ممارسة السلوك الانتمائي للمدرسة.

التسلسل	الفقرة	درجة الوضوح وسلامة الصياغة اللغوية		تمثيل الفقرة للبعد		ملاحظات
		واضحة	غير واضحة	ممثلة	غير ممثلة	
1	أشعر بأنني جزء من مدرستي.					
2	أكون حزيناً عندما أتغيب عن مدرستي.					
3	أحرص على إقامة علاقات طيبة مع إدارة المدرسة.					
4	أعتبر مدرستي مكاناً مقدساً جديراً بالاحترام.					
5	احرس على احترام أنظمة وتعليمات مدرستي.					
6	أشعر بالسعادة عندما احضر طابور الصباح.					
7	اعتبر معلمي مدرستي مثلي الأعلى.					
8	أحرص على المحافظة على مدرستي نظيفة.					
9	أحب المشـــاركة في الأعمال التطوعية في خدمة مدرستي.					
10	أتضايق ممن يعبث في ممتلكات مدرستي.					
11	احب المشاركة في الأنشطة المدرسية التي تقيمها مدرستي.					
12	أحافظ على كتبي المدرسية نظيفة.					
13	اشعر بأن أفضل أوقاتي وأنا بالمدرسة.					
14	احرص على المشاركة في المسابقات الثقافية بين المدارس لتفوز مدرستي.					
15	أشـــعر بالســـعادة عندما أتحدث مع الآخرين عن مدرستي.					
16	تهتم مدرستي بتوفير وسائل التعلم المختلفة.					
17	تهتم مدرســـتي بإقامة المســـابقات العلمية بين الطلاب.					

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

البعد الثاني: <u>الميل نحو ممارسة السلوك الانتمائي للزملاء</u>.

التسلسل	الفقرة	درجة الوضوح وسلامة الصياغة اللغوية		تمثيل الفقرة للبعد		ملاحظات
		واضحة	غير واضحة	ممثلة	غير ممثلة	
1	لا أقوم بأعمال تخريبية مع أصدقائي.					
2	أحرص على تجنب الخلافات مع أصدقائي.					
3	أستعين بأصدقائي عند وقوعي في أزمة.					
4	أحرص على المحافظة على أدوات زملائي كما لو كانت لي.					
5	أشعر بالحزن الشديد إذا حصل خلاف بيني وبين أحد أصدقائي.					
6	أحاول الاندماج مع زملائي والتعرف عليهم.					
7	أساعد زملائي في أوقات الأزمات.					
8	أحترم أفكار زملائي في المناقشات.					
9	أحرص على مشاركة أصدقائي أفراحهم وأحزانهم.					
10	علاقتي بأصدقائي مليئة بالثقة والتفاهم.					
11	أشعر بالحزن عندما يبتعد عني أصدقائي.					
12	لا أستخدم التعصب في مضايقة أصدقائي.					
13	أحرص على إقامة علاقات مع أصـــدقائي قائمة على الاحترام المتبادل.					
14	أحرص على المشاركة في الأنشطة الجماعية مع أصدقائي.					
15	أحرص على حل خلافاتي مع زملائي بالنقاش والحوار.					
16	أشعر بالسعادة إذا عملت على حل الخلافات بين أصدقائي.					

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ملحق رقم (3)

مقياس

تقدير المدرسين لدرجة ممارسة المراهقين للسلوكيات التمردية

بالصيغة النهائية

عزيزي المعلم المحترم

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

أمامك (50) فقرة تمثل قائمة في بعض السلوكيات التي يمارسها الطلبة المراهقين التي تمثل سلوكاً متمرداً على ألأنظمة المدرسية والمدرسين والزملاء ، وأن الباحث ليرجو تعاونك بقراءة كل فقرة بدقة ، وبيان درجة تقديرك لمدى ملائمة مضمون الفقرة لسلوك الطالب بوضع إشارة (√) في المكان المناسب أمام كل فقرة وتحت كل بديل، حيث تمثل الإجابة أحد ثلاثة بدائل هي (دائماً ، أحيانا ، نادراً)

وأن الباحث إذ يشكر تعاونك يود أن يؤكد أن إجابتك لن تستعمل إلا لإغراض البحث العلمي وبسرية تامة

والله ولي التوفيق،،،

الباحث مصلح المجالي

البيانات الديمغرافيه

اسم الطالب أو الرقم الرمزي _____ الصف _____ الشعبه _____

مستوى تعليم الأب : ☐ **ثانوية عامه أو اقل** ☐ **دبلوم متوسط او بكالوريوس** ☐ **دراسات عليا**

تحصيل الطالب : ☐ **ممتاز أو جيد جداً** ☐ **جيد أو متوسط** ☐ **مقبول فما دون**

عدد إفراد الأسرة: ☐ **3–5 إفراد** ☐ **5–8 أفراد** ☐ **أكثر من (8)أفراد**

المنارة للاستشارات

www.manaraa.com

مقياس

تقدير المعلمين لدرجة ممارسة المراهقين للسلوكيات التمردية

بصورته النهائية

البعد الأول: مظاهر سلوك التمرد الموجه نحو النظم المدرسية:

التسلسل	الفقرة	درجة التقدير		
		دائماً	أحيانا	نادراً
1	يعارض آراء إدارة المدرسة دون سبب منطقي.			
2	يغادر المدرسة قبل انتهاء الحصص			
3	يتعمد التأخير عن طابور الصباح.			
4	غير ملتزم بالزي المدرسي.			
5	يكرر الطلب بالخروج خارج الصف بين الحصص.			
6	يتعمد الغياب عن المدرسة دون مبرر.			
7	يتظاهر بالمرض لتجنب الوقوف بطابور الصباح.			
8	غير ملتزم في أداء الواجبات المدرسية.			
9	لا يلتزم بإحضار الكراسات والأدوات المدرسية في الحصص.			
10	يرفض الاشتراك في الأعمال التطوعية لخدمة المدرسة.			
11	يشجع زملاءه على إثارة الفوضى داخل المدرسة.			
12	يتأخر عن المواعيد التي تحدد من قبل إدارة المدرسة.			
13	لا يهمه استدعاء ولي أمره للمدرسة.			
14	لا يهتم بما يوجه له من نصائح من إدارة المدرسة.			
15	لا يلتزم باللباس الخاص بالنشاط المدرسي.			
16	يكرر الهروب من المدرسة.			
17	لا يشارك زملاءه في نظافة المدرسة.			
18	لا يلتزم بالمقعد المخصص له من قبل المدرس.			
19	دائم العبث في ممتلكات المدرسة.			
20	يتظاهر بعدم سماع الأوامر عندما يطلب منه شئ.			

البعد الثاني: مظاهر سلوك التمرد الموجه نحو المعلمين.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

التسلسل	الفقرة	درجة التقدير		
		دائماً	احياناً	نادراً
1	يتعمد عمل حركات وأصوات أثناء شرح المعلم.			
2	يتعمد عدم الإجابة عن أســـئلة المعلم أمام الموجه لإحراجه.			
3	يدخل في نقاش حاد مع المعلمين لإثارة غضبهم.			
4	يهرب من حصة المعلم الذي لا يحبه.			
5	لا يهتم من الدخول إلى غرفة الصـــف بعد دخول المعلم.			
6	يرفض الاستماع إلى نصائح وإرشادات المعلم.			
7	يعمل على تقليد حركات المعلم الذي لا يعجبه.			
8	يتعمد توجيه أسئلة كثيرة للمعلم بهدف إحراجه.			
9	يعارض آراء المعلمين دون سبب منطقي.			
10	يتعمد عدم أداء الواجبات المدرسـية لإثارة غضـب المعلم.			
11	يسخر من المعلمين.			
12	يعمل مقالب في المعلمين.			
13	لا يهتم لشتم المعلم له			
14	يخرج من الحصص دون استئذان			
15	يتظاهر بالصـمم عند مناداة أحد المعلمين عليه في الساحة.			

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

البعد الثالث: مظاهر سلوك التمرد الموجه نحو الأصدقاء.

التسلسل	الفقرة	درجة التقدير		
		دائماً	احياناً	نادراً
1	دائم العبث بأدوات زملاءه لتخريبها.			
2	ينقل أخبار كاذبة عن زملاءه لإدارة المدرسة.			
3	يقلد حركات زميله لإثارة غضبه.			
4	لا يحترم رأي زملاءه أثناء النقاش.			
5	يعمل على استفزاز زملاءه لإثارة غضبهم.			
6	يتعمد الجلوس في مقعد زميله لإثارة غضبه.			
7	يعارض زملاءه باستمرار.			
8	يعتدي على زملاءه بالضرب.			
9	يشتم زملائه بألفاظ بذيئة.			
10	يتهم زملاءه بمواقف لتبرئة نفسه منها.			
11	يحاول الحصول على أدوات زملاءه عنوة.			
12	يتعمد إتلاف كتب زملاءه.			
13	يجبر زملاءه بمشـــاركـة في إتلاف ممتلكـات المدرسة.			
14	يعمل على تكوين (شلل) ضد زملاءه			
15	يعمل على إثارة الفتنة بين زملاءه.			

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ملحق رقم (4)

مقياس الميول نحو ممارسة المراهقين للسلوكيات الانتمائية.

بالصيغة النهائية

عزيزي الطالب المحترم

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

أمامك (22) فقرة تمثل قائمة في بعض السلوكيات التي تدور حول تصرفاتك في حياتك اليومية تجاه المدرسة والزملاء

وأن الباحث ليرجو تعاونك بقراءة كل فقرة بدقة ، وبيان درجة تقديرك لمدى ملاءمة مضمون الفقرة لسلوكك بوضع إشارة (√) في المكان المناسب أمام كل فقرة وتحت كل بديل، حيث تمثل الإجابة أحد ثلاثة بدائل هي (دائماً ، احياناً ، نادراً)

وأن الباحث إذ يشكر تعاونك يود أن يؤكد أن إجابتك لن تستعمل إلا لأغراض البحث العلمي وبسرية تامة

والله ولي التوفيق،،،

الباحث مصلح المجالي

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

البيانات الديمغرافيه

اسم الطالب أو الرقم الرمزي _____ الصف _____ الشعبة _____

مستوى تعليم الأب : ☐ ثانوية عامه أو اقل ☐ دبلوم متوسط أو بكالوريوس ☐ دراسات عليا

تحصيل الطالب : ☐ ممتاز أو جيد جداً ☐ جيد أو متوسط ☐ مقبول فما دون

عدد إفراد الأسرة: ☐ 3-5 إفراد ☐ 5-8 أفراد ☐ أكثر من (8)أفراد

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

مقياس الميول نحو ممارسة المراهقين للسلوكيات الانتمائية

البعد الأول: الميل نحو ممارسة السلوك ألانتمائي للمدرسة.

التسلسل	الفقرة	درجة التقدير		
		دائماً	أحيانا	نادراً
1	أشعر بأنني جزء من مدرستي.			
2	أحرص على إقامة علاقات طيبة مع إدارة المدرسة.			
3	أعتبر مدرستي مكان مقدس جدير بالاحترام.			
4	أحترم أنظمة وتعليمات مدرستي			
5	أحرص على المحافظة على مدرستي نظيفة.			
6	أحب المشـــاركة في الأعمال التطوعية في خدمة مدرستي.			
7	أتضايق ممن يعبث في ممتلكات مدرستي			
8	أحب المشاركة في الأنشطة المدرسية التي تقيمها مدرستي.			
9	أحافظ على كتبي المدرسية نظيفة.			
10	أشعر بأن أفضل أوقاتي وأنا بالمدرسة.			
11	أحرص على المشاركة في المسابقات الثقافية بين المدارس لتفوز مدرستي.			
12	أشـــعر بالســـعادة عندما أتحدث مع الآخرين عن مدرستي.			

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

البعد الثاني: <u>الميل نحو ممارسة السلوك ألانتمائي للزملاء</u>.

التسلسل	الفقرة	درجة التقدير		
		دائماً	أحيانا	نادراً
1	احرص على حل خلافاتي مع زملائي بالنقاش والحوار.			
2	أحرص على تجنب الخلافات مع أصدقائي.			
3	أستعين بأصدقائي عند وقوعي في أزمة.			
4	أحرص على المحافظة على أدوات زملائي كما لو كانت لي.			
5	أشعر بالحزن الشديد إذا حصل خلاف بيني وبين أحد أصدقائي.			
6	أحرص على مشاركة أصدقائي أفراحهم وأحزانهم.			
7	. أشعر بالحزن عندما يبتعد عني أصدقائي.			
8	لا أستخدم التعصب في مضايقة أصدقائي.			
9	أحرص على إقامة علاقات مع أصـــدقائي قائمة على الاحترام المتبادل.			
10	أحرص على المشاركة في الأنشطة الجماعية مع أصدقائي.			

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ملحق رقم (5)

قائمة بأسماء السادة المحكمين لمقاييس الدراسة

الأستاذ الدكتور نزيه حمدي	جامعة عمان العربية
الأستاذ الدكتور محمد خالد الطحان	جامعة عمان العربية
الدكتور محمد السفاسفه	جامعة مؤتة
الدكتور احمد عربيات	جامعة مؤتة
الدكتور شاكر المحاميد	جامعة مؤتة
الدكتور عطا الخالدي	جامعة عمان العربية
الدكتور صالح الداهري	جامعة عمان العربية
الدكتور احمد الغرير	جامعة مؤتة
الدكتور عوني شاهين	جامعة مؤتة
الدكتور محمد عبدالرحمن	جامعة مؤتة

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ملحق رقم (6)

جامعة عمان العربية للدراسات العليا
Amman Arab University For Graduate Studies
كلية الدراسات التربوية العليا

معالي الأستاذ الدكتور خالد طوقان المحترم،
وزير التربية والتعليم
عمان : المملكة الاردنية الهاشمية

2006/12/5م

معالي الأستاذ الدكتور طوقان

تحية طيبة وبعد،

يقوم الطالب مصلح مسلم المجالي ، المسجل في برنامج الدكتوراه في تخصص (الإرشاد النفسي والتربوي) بدراسة حـول" السلوكيات التمردية وعلاقتها ببعض المتغيرات وبناء برنامج إرشادي لخفض درجة ممارستها وقياس أثره في تنمية السلوك الإنتمائي للمراهقين في الأردن" وتتضمن إجراءات الدراسة قيام الطالب بتطبيق برنامج وتوزيع استبانة على الطلبة في المدارس التابعة لمحافظة الكرك. وذلك استكمالا لمتطلبات درجة الدكتوراه، ارجو التكرم بتوجيه من ترون لتسهيل مهمة الطالب المذكور.

وبهذه المناسبة انوه بجهود وتعاون وزارة التربية والتعليم الموقرة مع جامعة عمان العربية للدراسات العليا.

وتفضلوا معاليكم بقبول فائق الإحترام،،

الرئيس
سعيد التل

عمان - المملكة الأردنية الهاشمية - هاتف : ٥٥١٦١٢٤ (٦ ٩٦٢) - فاكس : ٥٥١٦١٠٣ (٦ ٩٦٢) - ص.ب : (٢٢٣٤) رمز بريدي : (١١٩٥٣)
AMMAN - H.K. of JORDAN - TEL: (962 6) 5516124 - FAX: (962 6) 5516103 - P.O.BOX (2234) CODE (11953)

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ملحق رقم (7)

بسم الله الرحمن الرحيم

المملكة الأردنية الهاشمية

وزارة التربية والتعليم

ISO 9001:2000 SGS

٦٧٣٢٩

الرقم: ٣١ / ١٠ التاريخ ٢١ / ١١ / ١٤٢٧ الموافق ١٣/ ١٢/ ٢٠٠٦

السيد مدير التربية والتعليم لمنطقة الكرك

الموضوع : البحث التربوي

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته،

يقوم الطالب مصلح مسلم المجالي بإجراء دراسة بعنوان " السلوكات التمردية وعلاقتها ببعض المتغيرات وبناء برنامج إرشادي لخفض درجة ممارستها وقياس أثره في تنمية السلوك الانتمائي للمراهقين في الأردن"، وذلك استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الدكتوراة في تخصص الإرشاد النفسي والتربوي من جامعة عمان العربية للدراسات العليا، ويحتاج ذلك إلى تطبيق برنامج إرشادي على عينة من طلاب الصفين التاسع والعاشر الأساسيين في المدارس التابعة لمديريتكم.

يرجى تسهيل مهمة الطالب المذكور وتقديم المساعدة الممكنة له.

مع وافر الاحترام

وزير التربية والتعليم

الدكتورة
ضحى فائق الحديدي
مدير إدارة البحث والتطوير التربوي

نسخة /الآنسة رئيس قسم البحث التربوي
نسخة / للملف ١٠/٣

هاتف: ٥٦٠٧١٨١ / ١١ فاكس: ٥٦٦٦٠١٩ ص.ب: (١٦٤٦)

قرار رقم: ٢٠٠٤/٣٤٦

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ملحق رقم (8)

بسم الله الرحمن الرحيم

المملكة الأردنية الهاشمية

وزارة التربية والتعليم
مديرية التربية والتعليم
لمنطقة الكرك

الرقم : ١٧٤/١٢/٧/ك

التاريخ : ١٤/٢٢/٢٠٠٧

الموافق ١١/١/٢٠٠٧

مدير/ مديرة مدرسة
الموضوع: البحث العلمي

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

ارفق صورة عن كتاب معالي وزير التربية والتعليم رقم ٣/١٠/٦٧٣٢٩ تاريخ ٢٠٠٦/١٢/١٣
أرجو تسهيل مهمة الطالب مصلح مسلم المجالي وتقديم المساعدة الممكنة له لغايات البحث العلمي .

واقبلوا الاحترام

مدير التربية والتعليم

مدير التربية والتعليم
سعدي مسلم الوراشدة

نسخة / السيد مدير الشؤون التعليمية والفنية
نسخة / ر ٠ ق العلاقات العامة

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com