



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة زيان عاشور - الجلفة -
كلية العلوم الإجتماعية
قسم علم النفس
تخصص علم النفس العيادي



فعالية برنامج إرشادي عقلائي

إنفعالي سلوكي

في خفض السلوك العدواني لدى عينة من المراهقين
دراسة ميدانية على عينة من تلاميذ السنة الثالثة متوسط في
مؤسسة نايل علي "الحرية"
بدار الشيوخ ولاية الجلفة

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستار في تخصص علم النفس العيادي

تحت إشراف الأستاذة:
- خويلد أسماء

من إعداد الطالبة :
- بعيطيش عائشة

رئيسا	جامعة الجلفة	ضبع مريم
مشرفا	جامعة الجلفة	خويلد أسماء
مقررا	جامعة الجلفة	عمران ماجدة

السنة الجامعية : 2026/2025

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الإهداء

إلى من لا يفني بفضلها مداد القلم، إلى نبض قلبي وقرّة عيني.. والديّ
الكريمين، اللذين كانا لي دعاءً في ظهر الغيب، وسنداً في الشدة، ونوراً
في دروب التعب.

إلى إخوتي من كبيرهم "عبد الحميد" إلى صغير البيت "أيوب"، رفقاء
الروح والمنزل، وكل من ساندني ولو بكلمة طيبة أضاءت لي عتمة
الطريق.

إلى رفيقات الدرب وصديقاتي العزيزات: "ياسمين"، "إبتسام"، "نجوى"،
"سمية"، و"ريم"؛ شكراً لكنّ على وجودكنّ الصادق بجانبني في كل
اللحظات.

وفي الختام.. أهدي هذا العمل إلى "نفسى"؛ التي ثابرت، وجاهدت،
وتحملت مشاقّ العلم بصبر، وآمنت بالوصول حين اشتدّ الطريق.. إليك يا
نفسى، أهدي ثمرة هذا الجهد.

الشكر والتقدير

الحمد لله الذي بنعمته تتم الصالحات، وبتوفيقه تتحقق الغايات،
والصلاة والسلام على معلم البشرية الخير

أتقدم بجزيل الشكر وعظيم الامتنان، وأسمى معاني التقدير إلى
أستاذتي الفاضلة الدكتورة "أسماء خويلد"، التي تفضلت بالإشراف
على هذا العمل، فكانت نعم السند والمرشد، ولم تبخل عليّ يوماً
بتوجيهاتها القيمة ونصائحها السديدة التي أنارت لي دروب البحث،
فجزاها الله عني خير الجزاء.

كما أتوجه بوافر التقدير إلى أعضاء لجنة المناقشة الموقرين،
لتفضلهم بقبول تقييم هذا العمل وتصويبه، وإثرائه بملاحظاتهم
العلمية القيمة التي نعزز بها

وعرفاناً بالجميل، أزجي آيات الشكر إلى أساتذتي الكرام الذين
:غمروني بدعمهم وتشجيعهم طوال مسيرتي العلمية، وأخص بالذكر

الأستاذة "سعاد بن غليسي"

الأستاذة "زهرة خدومي"

الأستاذ "عبد الحكيم بوخلط"

الأستاذ "مرباح تقي الدين"

الأستاذة "فاطمة حمزة"

شكراً لكم جميعاً على كل ما قدمتموه من علم ومعرفة، نفعنا الله بها
ورفع بها قدركم.



ملخص الدراسة

ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة لتصميم برنامج إرشادي عقلائي إنفعالي سلوكي لخفض مستوى السلوك العدوانى لدى عينة من المراهقين المتمدرسين فى المرحلة المتوسطة، وذلك إستناداً لفنيات العلاج العقلائي الإنفعالي لألبرت إليس، وأستخدمت المنهج التجريبي على عينة بلغ عددها (18) مراهق بمتوسطة (نايل علي) بدار الشيوخ ولاية الجلفة. حيث قسمت إلى مجموعتين (ضابطة وتجريبية) تراوحت أعمارهم بين (13-17) سنة ونسبة ذكائهم بين (96-121).

طبق عليهم مقياس السلوك العدوانى "محمد حسن علاوى" واختبار الذكاء "لرافن" واستمارة المستوى الإقتصادى والإجتماعى "زبير يسية" والبرنامج الإرشادى "من إعداد الطالبة"

وخلصت النتائج الى فعالية البرنامج الإرشادى فى خفض السلوك العدوانى عند المراهقين بالإعتماد على المعالجة الإحصائية ببرنامج SPSS حيث تم توصل للنتائج التالية:

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى درجات السلوك العدوانى بين القياس القبلى والقياس البعدى للعينة الضابطة.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى درجات السلوك العدوانى بين القياس القبلى والقياس البعدى لصالح العينة التجريبية.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى درجات السلوك العدوانى بين العينة الضابطة والعينة التجريبية والفروق لصالح القياس البعدى.

Study Summary:

The current study aimed to design a Rational Emotive Behavioral Counseling Program to reduce the level of aggressive behavior among a sample of middle school adolescents, based on Albert Ellis's Rational Emotive Behavioral Therapy techniques. The experimental method was used on a sample consisting of (18) adolescents from Nael Ali Middle School in Dar Chioukh, Djelfa Province. The participants were divided into two groups (control and experimental), aged between (13–17) years, with IQ scores ranging from (96–121).

The following tools were applied: the Aggressive Behavior Scale by Mohamed Hassan Allawi, Raven's Intelligence Test, the Socio-Economic and Social Status Questionnaire by Zoubir Yessia, and the counseling program prepared by the student researcher.

The results concluded that the counseling program was effective in reducing aggressive behavior among adolescents, based on statistical analysis using the SPSS program. The study reached the following findings:

- There were no statistically significant differences in aggressive behavior scores between the pre-test and post-test measurements for the control group.
- There were statistically significant differences in aggressive behavior scores between the pre-test and post-test measurements for the experimental group.
- There were statistically significant differences in aggressive behavior scores between the control group and the experimental group in the post-test measurement.





الفهرس

فهرس المحتويات

الصفحة	العناوين	الرقم
ب	شكر و تقدير	.1
ج	ملخص الدراسة	.2
ط	فهرس المحتويات	.3
ي	فهرس الجداول	.4
ي	فهرس الاشكال	.5
ك	فهرس الملاحق	.6
م	مقدمة	.7
-	الجانب النظري	.8
1	الفصل الأول: الإطار العام للدراسة	.9
2	1- إشكالية الدراسة	.10
3	2- فرضيات الدراسة	.11
4	3- أهمية الدراسة	.12
4	4- أهداف الدراسة	.13
4	5- التحديد الاجرائي للمفاهيم	.14
4	6- الدراسات السابقة والتعقيب عليها	.15
11	الفصل الثاني: السلوك العدواني	.16
12	تمهيد	.17
12	1- مفهوم السلوك العدواني	.18
13	2- مفاهيم مرتبطة بالسلوك العدواني	.19
15	3- النظريات المفسرة للسلوك العدواني	.20
19	4- أشكال السلوك العدواني	.21
20	5- أسباب السلوك العدواني	.22
21	6- عواقب وآثار السلوك العدواني	.23
22	7- أساليب الوقاية والعلاج من السلوك العدواني	.24
22	خلاصة	.25
24	الفصل الثالث: الارشاد العقلاني والانفعالي والسلوكي	.26
25	تمهيد	.27
25	1- مفهوم الإرشاد النفسي	.28
25	2- تعريف عام بنظرية الإرشاد العقلاني الإنفعالي السلوكي	.29
25	3- نموذج ABC للعلاج العقلاني الإنفعالي	.30
28	4- فروض نظرية ABC	.31
29	5- أبعاد التفكير اللاعقلاني	.32

30	6- محاور التفكير اللاعقلاني	.33
30	7- الأساليب والتقنيات المستخدمة في الإرشاد العقلاني الإنفعالي (فنيات)	.34
32	8- البرنامج الإرشادي	.35
32	خلاصة	.36
-	الجانب التطبيقي	.37
34	الفصل الرابع: إجراءات الدراسة الميدانية	.38
35	تمهيد	.39
35	1- منهج الدراسة	.40
35	2- مجتمع الدراسة	.41
36	3- عينة الدراسة وخصائصها	.42
37	4- حدود الدراسة	.43
37	5- أدوات الدراسة	.44
48	6- الأساليب الإحصائية المستعملة	.45
48	خلاصة	.46
50	الفصل الخامس: عرض نتائج الدراسة ومناقشتها وتفسيرها	.47
51	1- عرض نتيجة الفرضية الأولى ومناقشتها وتفسيرها	.48
52	2- عرض نتيجة الفرضية الثانية ومناقشتها وتفسيرها	.49
53	3- عرض نتيجة الفرضية الثالثة ومناقشتها وتفسيرها	.50
54	4- استنتاج عام	.51
56	الخاتمة	.52
58	قائمة المراجع	.53
65	الملاحق	.54

فهرس الجداول:

الصفحة	العناوين	الرقم
35	التصميم التجريبي المتبع في الدراسة الحالية.	1.
36	توزيع أفراد العينة حسب الجنس.	2.
36	نتائج إختبار (ت) لدلالة الفروق في درجات الذكاء للعينة الضابطة والتجريبية	3.
37	الفروق في درجات السلوك العدواني بين العينة الضابطة والتجريبية في القياس القبلي	4.
38	أبعاد العدوان حسب مقياس "محمد حسن علاوي"	5.
38	معاملات الثبات والصدق الذاتي للمقياس بطريقة إعادة الاختبار	6.
39	معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية	7.
51	نتائج إختبار (ت) للفروق بين القياسين القبلي و البعدي للعينة الضابطة في درجات السلوك العدواني.	8.
52	نتائج إختبار (ت) للفروق بين القياسين القبلي و البعدي للعينة التجريبية في درجات السلوك العدواني.	9.
52	نتائج إختبار (ت) للفروق بين العينة الضابطة و التجريبية في درجات السلوك العدواني في القياس البعدي.	10.

فهرس الأشكال:

الصفحة	العناوين	الرقم
14	مخطط يبرز العلاقة بين العنف والسلوك العدواني "من إعداد الطالبة"	1.
15	مخطط يبرز العلاقة بين السلوك العدواني والغضب "من إعداد الطالبة"	2.
17	مخطط يوضح كيف يحدث العدوان كنتيجة للإحباط.	3.
18	مخطط يوضح نظريات مفسرة للعدوان "من إعداد الطالبة"	4.
20	مخطط يلخص أشكال العدوان وأنواعه "من إعداد الطالبة"	5.
25	مخطط يوضح العلاقة بين الانفعال والسلوك والأفكار "من إعداد الطالبة."	6.
25	مخطط يوضح نموذج ABC.	7.
27	مخطط يوضح العلاقة بين الأحداث والتفكير والنتائج	8.
28	مخطط يوضح الجانب السوي والمرضي لنظرية العلاج العقلاني الانفعالي من خلال نظرية ABC.	9.
30	مخطط يوضح محاور التفكير اللاعقلاني "من إعداد الطالبة."	10.

فهرس الملاحق:

الصفحة	العناوين	الرقم
65	إستبيان السلوك العدواني	.1
69	إختبار الذكاء "لجون رافن"	.2
73	استمارة البيانات الشخصية والوضع الاقتصادي والاجتماعي	.3
74	مطوية السلوك العدواني	.4
75	البرنامج الإرشادي	.5
80	مخرجات SPSS	.6
84	تسهيل مهمة	.7
86	قائمة بأسماء المحكمين للبرنامج الإرشادي	.8



مقدمة

مقدمة:

تشهد أزمة العنف والعدوانية تطورات خطيرة وكبيرة في مختلف المستويات التعليمية والتربوية، حتى أدنى المستويات التعليمية لم تسلم من هذه الظاهرة كالمدراس الابتدائية، فالسلوك العنيف لم يعد يصدر من الأشخاص المنحرفين فقط بل قد يصدر من الفئة الأكثر إتزاناً هذا ما يثير العديد من المخاوف على مستقبل أطفالنا .

حيث يؤكد " كونارد لونز" أحد علماء النفس الذين شغلو بقضية العدوانية والعنف ان الناس المفطورين على التسامح والذين لا يستطيعون حتى معاينة طفل شرير يمكنهم إطلاق الصواريخ وإلقاء الأكداكس المكدسة من القنابل المدمرة على المدن و الناس والأطفال وقتل مئات وآلاف الأطفال في أفران اللهب . (يونس آيت ،حليم فطار ،2025،ص259)

ولقد عالجت الكثير من الدراسات بمختلف الوسائل والعلاجات منها البرامج الإرشادية والأساليب الوالدية والتربوية وغيرها ولك لا يزال هذا السلوك منتشر في الشارع الجزائري عامة والمدرسة الجزائرية على وجه الخصوص ،ومن بين الدراسات التي عالجت موضوع العدوان دراسة (أحمد بدوي 2011) ودراسة (أحمد الرحامنة 2019)، ورغم أن العديد من الدراسات السابقة تناولت محاور خفض السلوك العدواني باستخدام تدخلات سلوكية أو تربوية تقليدية إلا أن هذه التدخلات غالباً ما ركزت على التعديل السلوكي المباشر دون اللجوء إلى معالجة المعتقدات اللاعقلانية التي تشكل جذور العدوان.

ومن هذا المنطلق برزت نظرية العلاج العقلاني الإنفعالي السلوكي (REBT) لألبرت إليس باعتبارها أحد المداخل المعرفية السلوكية الحديثة في الإرشاد النفسي والذي يولي اهتماماً خاصاً بالدور الذي يلعبه التفكير في نشأة واستمرار الإضطرابات الإنفعالية والمشكلات السلوكية للفرد ،حيث تقوم هذه النظرية على فرضية أن الأفكار التي يعتقدها الفرد هي التي تحدد مسار حياته ،حيث عبر شكسبير على هذا بقوله ليس هناك خير أو شر ولكن التفكير هو الذي يجعل الشيء خيراً أو شراً. كما يرى أصحاب هذا الإتجاه أن الأحداث لا تؤدي إلى المشاعر والسلوكيات المضطربة وإنما تفسير الفرد للأحداث هو الذي يؤدي إلى ذلك ،وأفترضو أن التغييرات في طريقة التفكير يمكن أن ينتج عنه تغييرات في المشاعر والسلوكيات . (حضرية خيرة ،2016،ص3)

ونظراً للحاجة الملحة لمثل هذه البرامج الإرشادية بالنسبة للمراهقين العدوانيين سعت الطالبة لبناء برنامج إرشادي عقلاي إنفعالي للتقرب أكثر من هذا الموضوع بشقيه النظري والتطبيقي ولمعالجة هذا الموضوع تناولت هذه الدراسة جانبين (نظري - ميداني) كما يلي :

1. الجانب النظري: يشمل

- ◀ الفصل الأول : تم فيه تحديد إشكالية البحث وتساؤلاتها وفرضيات الدراسة وأهدافها وتحديد المصطلحات الأساسية وفي الأخير الدراسات السابقة والتعقيب عليها.
- ◀ الفصل الثاني : تم فيه تحديد مفهوم السلوك العدواني والمفاهيم المرتبطة به والنظريات المفسرة له وكذلك أشكاله وأسبابه والعواقب الناجمة عنه وكذلك أساليب الوقاية والعلاج.
- ◀ الفصل الثالث: تطرق إلى مفهوم الإرشاد النفسي والتعريف بنظرية الإرشاد العقلاني عموماً ونموذج *Abc* وفروضه وأبعاده وكذا محاول التفكير اللاعقلاني والفنيات وكذلك مفهوم البرنامج الإرشادي.
2. الجانب الميداني:
- ◀ الفصل الرابع: خصص هذا الفصل للتعريف بالإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية من خلاص الحديث عن المنهج المتبع وعينة الدراسة وأدواتها ثم الأساليب الإحصائية المستخدمة في تحليل النتائج.
- ◀ الفصل الخامس: عرض مفصل للنتائج المتوصل إليها ومناقشتها من خلال إختبار فرضيات البحث كما احتوى البحث على خلاصة ومقترحات وكذا قائمة المراجع والملاحق.



الفصل الأول
الإطار العام للدراسة



الفصل الاول: الاطار العام للدراسة

1. اشكالية الدراسة
2. فرضيات الدراسة
3. اهمية الدراسة
4. اهداف الدراسة
5. التحديد الاجرائي للدراسة
6. الدراسات السابقة والتعقيب عليها

1- الإشكالية :

تعتبر المراهقة قنطرة بين الطفولة والرشد كما أنها تعد مفترق الطرق يتحدد خلالها الطريق الذي سيجتازه المراهق في المستقبل ويتبعه، بالإضافة إلى ذلك تعد هذه المرحلة التي يوجه فيها الفرد تفكيره حول عمل معين أو تبني فكر سياسي أو ديني وهذا ما يجعل هذه المرحلة حرجة يتطلب فيها التوجيه الصحيح من أجل السير نحو المستقبل وتحقيق السعادة والتكيف بشكل أفضل وتحقيق الخير الوفير له وللمجتمع. (سعيد بن زيان، د.ت، ص95)

ونظراً للتغيرات التي تحدث في هذه المرحلة وخاصة الإنفعالية منها وكذلك بروز حاجات ضرورية من بينها الحاجة للإستقلال والتقبل من طرف الآخرين كلها عوامل تؤدي إلى نشأة الصراع والانفعالات التي قد يتمكن المراهق من كبتها أو التنفيس عنها من خلال إستجابات إنفعالية مثل الغضب هذا الأخير يعمل على تعطيل قدرته من التفكير السليم كما قد يصدر عنه بعض الأفعال والأقوال العدوانية التي يوجهها إلى العقبات التي تعيق إشباع دوافعه. (معامير وكوسة، 2020، ص117)

كما يعتبر السلوك العدواني بين الطلاب من أكثر المشكلات التي يواجهها العالم وأصبحت تشكل خطراً يهدد الوسط المدرسي وتظهر الدراسات في المجتمعات الأمريكية والأوروبية تزايداً مستمراً لهذا السلوك، حيث يلجأ المراهقون على سبيل المثال إلى إستخدام الأسلحة كبديل عن الشجار اليدوي (عمارة 2008) ومن أبرز الدراسات عمل (لواين هوي، د.ت) الذي وجد بأن المعلمين يشكون من مشاكل المراهقين بشكل متزايد إذ يستهلك سلوكهم اليومي كميات هائلة من الوقت والجهد مع اللجوء إلى العدوان البدني واللفظي مما يؤثر بالسلب على الوسط المدرسي ويعيق أداء العملية التعليمية. (هجيرة بن عبد الله، 2022، ص17)

وفي كثير من الأحيان من الأحيان نلاحظ أن بعض الطلبة يميلون للإعتداء والمشاغبة حيث يجدون لذة في ذلك كما أنه غالباً ما يصاحب هذه الحالة إنفعالات كالغضب والإحباط وهذه من المشكلات السلوكية التي تعد عائقاً للتلاميذ في تكيفهم النفسي والاجتماعي حيث أنه يأخذ أشكالاً عديدة منها إرتكاب مخالفات والتحرير عليها والخروج عن طاعة المدرس ورفض الإنقياد للأوامر وكذلك التهريج ومقاطعة الدرس والإعتداء على الآخرين بالضرب والإهانة وتحطيم أثاث المدرسة ومن مظاهر السلوك العدواني في المدرسة مايلي: الإضراب والإمتناع عن الدرس وكذلك الإلتلاف والتحطيم وكذا العدوان على الرفاق والمدرسين. (كمال بورزق، سالمى فطيمة، 2019، ص30) ومن بين الدراسات العربية التي تطرقت للسلوك العدواني في الوسط المدرسي نجد دراسة (المحي زوبيدة 2015) التي عرضت فيها مشكلة السلوك العدواني في الوسط المدرسي الجزائري وحثت على أنه مشكلة سلوكية تؤثر سلباً على صورة المدرسة

عموما وعلى تلميذ التعليم الإبتدائي والمتوسط خصوصا، وتشير هذه الدراسة إلى أن نسب السلوك العدوانى فى المتوسط أكثر منه فى الإبتدائى، ويرى التلاميذ أن سلوكهم العدوانى هو رد فعل ونتيجة للأساليب العقابية التى يرونها إستفزازية من قبل الطاقم الإدارى والتربوى للمؤسسة. (الماحى زوبيدة، 2015، ص137)

وهذه النتائج تؤكد الحاجة الماسة للتدخلات الإرشادية الفعالة لتعديل السلوك وتنمية الجوانب النفسية والمعرفية لدى التلاميذ وكذلك زيادة الوعي بالنسبة للأولياء وكذا المعلمين والطاقم الإدارى عموماً، ولوحظ فى السنوات الأخيرة منحنى العلاج العقلانى الإنفعالي لألبرت إليس فرض نفسه فى علاج الإضطرابات السلوكية من بينها السلوك العدوانى وكذا خفض الأفكار اللاعقلانية. وفى إطار الدراسات السابقة التى تناولت هذا الموضوع يمكن الإشارة الى دراسة (عايدة شعبان، أنور حمودة البنا، 2008)

التى تسعى إلى معرفة مدى فعالية برنامج إرشادى فى خفض السلوك العدوانى لدى الأطفال المعاقين حركياً، ونظراً إلى أن هذا الموضوع سبق تناوله من طرف عدد من الباحثين غير أن الدراسات فى العينة الحالية وفى المنهج المعتمد وكذلك نظرية الإرشاد العقلانى الإنفعالي فى خفض السلوك العدوانى لاتزال محدودة مما يستدعى إجراء دراسة جديدة تسعى إلى تزويد الميدان العلمى ببيانات ونتائج محددة، و فى السنوات الأخيرة بدأ المنحنى المعرفى يطغى و يفرض نفسه فى المجالات الإرشادية و من هذه المناحى المعروفة منحنى الإرشاد العقلانى الإنفعالي السلوكى الذى أثبت فعاليته فى عديد المشكلات من بينها مشكلة القلق و الوسواس القهرى

و عليه فإن الدراسة الحالية تأتي فى ضياغ الدراسات التى تحاول أن تصمم برنامج إرشادى يستند إلى هذه النظرية فى محاولة معرفة مدى فاعلية هذا البرنامج ومدى فعالية المنحنى فى التصدي لمشكلات مثل مشكلة السلوك العدوانى.

ومن هذا المنطلق تأتي هذه الدراسة لمحاولة بناء برنامج إرشادى عقلانى إنفعالي بناءً على نظرية ألبرت إليس ومعرفة مدى فعاليته فى خفض السلوك العدوانى مع عينة من المراهقين، وعليه فإن أهداف الدراسة تكمن فى الإجابة عن التساؤلات التالية:

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى درجات السلوك العدوانى بين القياس القبلى والقياس البعدى للعينة الضابطة؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى درجات السلوك العدوانى بين القياس القبلى والقياس البعدى للعينة التجريبية؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى درجات السلوك العدوانى بين العينة الضابطة والعينة التجريبية فى القياس البعدى؟

2- الفرضيات :

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى درجات السلوك العدوانى بين القياس القبلى والقياس البعدى للعينة الضابطة

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات السلوك العدواني بين القياس القبلي والقياس البعدي للعينة التجريبية
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات السلوك العدواني بين العينة الضابطة والعينة التجريبية في القياس البعدي

3- أهمية الدراسة :

تكمن أهمية الدراسة في أن السلوك العدواني سلوك خطير على الفرد وعلى المجتمع وجب متابعته وتعديله بواسطة برامج إرشادية. وكذلك تكمن أهمية الدراسة في أنها تسلط الضوء على شريحة مهمة من شرائح المجتمع وهي المراهقين ولكونها مرحلة حساسة وتحدث فيها تغيرات جذرية. ومن الناحية التطبيقية فتسعى الدراسة الى التحقق من فعالية برنامج إرشادي مقترح يمكن توظيفه من قبل المرشدين النفسيين والتربويين داخل المؤسسات التعليمية.

4- أهداف الدراسة :

- التعرف على مستوى السلوك العدواني لدى أفراد عينة الدراسة قبل تطبيق البرنامج الإرشادي.
- الكشف عن الفروق بين القياس القبلي والبعدي في العينة الضابطة.
- الكشف عن الفروق بين القياس القبلي والبعدي في العينة التجريبية.
- الكشف عن الفروق بين المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي للسلوك العدواني.
- التعرف على مدى فاعلية البرنامج الإرشادي لخفض السلوك العدواني لدى طلبة المرحلة المتوسطة.

5- التحديد الإجرائي للمفاهيم:

- البرنامج الإرشادي: مجموعة من الجلسات يفدر عددها ب 11 جلسة إستندت الطالبة في تصميمه على نظرية الإرشاد العقلاني الإنفعالي لألبرت إليس وتم الإعتماد على مجموعة من الفنيات من بينها فنية النمذجة المتخيلة والمناقشة وفنية ABC وفنية الكراسي الأربعة وفنية الخمس ثوان
- المراهقين: هم التلاميذ الذين تتراوح أعمارهم (12-17) سنة ويزاولون دراستهم في مؤسسة الحرية بدار الشيوخ مستوى سنة ثالثة متوسط
- السلوك العدواني :
 - هو سلوك لفظي أو جسدي يتكون من أربع أبعاد رئيسية وهي كالتالي :
 - بعد العدوان الجسدي (التهجم).
 - بعد العدوان اللفظي.

-بعد الغضب (الإستثارة).

-بعد العدوان الغير مباشر.

- هو الدرجة التي يقيسها مقياس (محمد حسن علاوي) حيث تقدر الدرجة العليا لهذا المقياس ب "200" ودرجة الدنيا ب 40.

6- الدراسات السابقة والتعقيب عليها:

أ- الدراسات الوصفية :

- دراسة "وفاء دحماني"، "يامنة إسماعيلي" (2024): عنوان هذه الدراسة السلوك العدواني لدى المراهق المتمدرس بالمرحلة الثانوية حيث أنها تهدف لمعرفة مستوى السلوك العدواني لدى المراهقين ومعرفة مدى وجود فروق بين أفراد عينة الدراسة في درجاتهم على مقياس السلوك العدواني باختلاف الجنس (ذكر - أنثى) وكذا التخصص (علمي - أدبي) وإعتمدت هذه الدراسة على المنهج الوصفي وتكونت العينة من (352) مراهق، أُختيرو من بعض الثانويات بمدينة المسيلة بالطريقة الحصصية. وإستخدمت هذه الدراسة مقياس العدوانية لعبد الله سليمان إبراهيم ومحمد نبيل عبد الحميد (1994) حيث توصلت للنتائج التالية :

- مستوى السلوك العدواني منخفض بالمرحلة الثانوية.
- توجد فروق دالة إحصائيا في السلوك العدواني باختلاف متغير الجنس (ذكر - أنثى) والفروق لصالح الذكور.
- توجد فروق دالة إحصائيا في السلوك العدواني باختلاف متغير التخصص (علمي - أدبي) والفروق لصالح الأدبيين هذا وقد أوصت الدراسة الى ضرورة بناء برامج تقوم على أسس تربوية لتفادي وخفض ممارسة السلوك العدواني وضرورة حث التلاميذ على الإستغلال الأمثل لأوقات الفراغ، وكذلك عدم التعامل مع التلاميذ بعنف وتعاون الأولياء مع إدارة المدرسة للتخفيف من حدة السلوك العدواني لدى التلاميذ.

- دراسة "فاطمة الزهراء كوسة"، "محمد قدوش" (2024): عنوان هذه الدراسة العنف وعلاقته بالسلوك العدواني عند تلاميذ التعليم المتوسط حيث هدفت لمعرفة العلاقة بين العنف والعدوان حيث تم الإعتماد على المنهج الوصفي لدراسة عينة المراهقين المسجلين في مستوى التعليم المتوسط وتم الإعتماد في هذه الدراسة على مقياس السلوك العدواني "بيري" و "بوص"، على عينة قوامها 216 تلميذ وتلميذة يتابعون تعليمهم في مرحلة التعليم المتوسط تتراوح أعمارهم بين 14 و 17 سنة وتم إختيارهم بطريقة عشوائية وتم التوصل للنتائج التالية :

- يعاني أفراد العينة من مستوى سلوك عدواني مرتفع.
- لا توجد علاقة إرتباطية بين العنف وأنواعه ومستوى السلوك العدواني لدى أفراد العينة

ب- الدراسات التجريبية :

- دراسة "عايدة شعبان صالح"، "أنور حمودة البنا: (2008) "تسعى هذه الدراسة الى معرفة مدى فاعلية برنامج إرشادي في خفض السلوك العدواني لدى الأطفال المعاقين حركيا القابلين للتعلم بمحافظة غزة، حيث أجريت على عينة قدرها 40 طفل تتراوح أعمارهم بين 10 و 12 سنة ونسبة ذكائهم من (50 - 70) بمركز شمس للرعاية اليومية وتم تقسيمهم الى مجموعتين ضابطة قدرها 20 وتجريبية قدرها 20 وتم استخدام الذكاء المصور "أحمد ذكي صالح 1978" و مقياس السلوك العدواني من إعداد الباحثان وتم التوصل للنتائج التالية :
 - البعد الأول (السلوك العدواني نحو الذات) إحتل المرتبة الأولى والبعد الثاني (نحو الآخرين) إحتل المرتبة الثانية والبعد الثالث (إتجاه الأشياء والممتلكات) إحتل المرتبة الثالثة.
 - وجود فروق عند مستوى الدلالة (0.01 >a) بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية والضابطة بعد تطبيق البرنامج.
 - وجود فروق عند مستوى الدلالة (0.05) بين متوسطات أفراد المجموعة التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنامج.
 - وجود فروق عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسطات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي.
 - وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند (0,05) بين متوسطات أفراد المجموعة التجريبية تعزى لمتغير الجنس (ذكور /إناث).
 - وجود فروق بين متوسطات المجموعة التجريبية من الذكور والإناث بعد تطبيق البرنامج لصالح الذكور في البعد الثاني (السلوك العدواني إتجاه الآخرين) وكذلك وجود أثر كبير للبرنامج المقترح في خفض حدة السلوك العدواني لدى أطفال المجموعة التجريبية.
- دراسة "زياد أحمد بدوي: (2011)" عنوان هذه الدراسة فاعلية برنامج إرشادي قائم على فن القصة لخفض السلوك العدواني لدى المعاقين عقليا القابلين للتعلم وهدفت الى التعرف على فاعلية البرنامج وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي وأجريت الدراسة على عينة تكونت من 16 طالب وطالبة من المعاقين عقليا القابلين للتعلم تتراوح أعمارهم ما بين (10 - 14) سنة جرى تقسيمهم الى مجموعتين تجريبتين تشتمل على (8ذكور-8إناث) كما استخدم الباحث إستبانة السلوك العدواني والبرنامج الإرشادي من إعداده وإستخدام عدد من الأساليب الإحصائية المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وإختبار مان ويتني للعينات المستقلة ويلكوكسون للعينات المرتبطة وكذا حجم التأثير بإستخدام مربع إيتا وأسفرت النتائج الى :
 - الوزن النسبي لعينة الدراسة بلغ (61.7%) قبل تطبيق البرنامج وهذا يشير الى مستوى أعلى من المتوسط في السلوك العدواني.

- إن الوزن النسبي لعينة الدراسة بلغ (42.1%) بعد تطبيق البرنامج وهذا يشير الى التحسن الذي طرأ على المجموعة التجريبية.
- إن الوزن النسبي لعينة الدراسة بلغ (40%) بعد القياس التتبعي مما يشير الى بقاء أثر البرنامج.
- دراسة "عزيز أحمد الرحامنة (2019)" هدفت الدراسة الى الكشف عن فاعلية برنامج إرشادي في خفض مستوى السلوك العدواني لدى أطفال اضطراب التوحد من الدرجة البسيطة في محافظة العاصمة (عمان) مركز حروف للإستشارات والتدريب، وتم إستخدام المنهج شبه تجريبي. وطبقت الدراسة على 30 طفلا من أطفال اضطراب التوحد (ذكور/إناث) حيث وزعوا عشوائيا على مجموعتين (تجريبية وضابطة) وتم الإعتماد على أدوات وهي البرنامج الذي تم إعداده وكذلك مقياس نصار (2017) وتم تطويره للسلوك العدواني. وتوصلت الدراسة للنتائج التالية :
- توجد فروق دالة إحصائيا بين المجموعتين الضابطة والتجريبية والفروق لصالح التجريبية.
- وجود فروق لدى المجموعة التجريبية بين القياس القبلي والبعدي في السلوك العدواني نحو الذات ونحو الآخرين ونحو الممتلكات وفي الدرجة الكلية للسلوك العدواني لصالح القياس البعدي.
- وجود فروق بين المجموعة التجريبية والضابطة على درجات مقياس السلوك العدواني تعزى متغير الجنس والفروق لصالح الذكور من المجموعة التجريبية.
- دراسة "عايدة ناجي (2021)" هدفت الدراسة لبناء برنامج إرشادي جماعي عقلائي إنفعالي سلوكي في تعديل الأفكار اللاعقلانية وخفض مستوى السلوك العدواني لدى عينة من المراهقين الجانحين وإستخدمت الدراسة المنهج التجريبي على عينة بلغت 28 مراهق جانح متواجدون بمركز لإعادة التربية ب(عين مليلة) تراوحت أعمارهم بين (14 - 17) سنة، وخلصت النتائج الى فاعلية البرنامج الإرشادي في خفض مستوى السلوك العدواني والأفكار اللاعقلانية لدى المراهقين الجانحين إمتد أثر البرنامج بعد تطبيقه لشهرين.
- دراسة "سلطان مشرف شلفوت الزهراني: (2021)" عنوان هذه الدراسة فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي لخفض السلوك العدواني لدى طلبة المرحلة المتوسطة في منطقته (الباحة) حيث سعت الى التعرف الى مدى فاعلية البرنامج الإرشادي لخفض السلوك العدواني لدى طلبة المرحلة المتوسطة حيث إستخدم الباحث منهج شبه تجريبي، وتكونت عينة الدراسة من 40 طالب وقد إستخدم مقياس لخفض السلوك العدواني (من إعداده) حيث توصلت الدراسة الى النتائج التالية :

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند (0.05) بين متوسطي القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية والنتائج لصالح القياس البعدي.
- عدم وجود فروق بين متوسطي القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة
- وجود فروق بين متوسطي القياسيين البعديين لمجموعتين البحث التجريبية والضابطة لخفض السلوك العدوانى لصالح القياس البعدي لطلبة المجموعة التجريبية.

• دراسة "نبيلة يوبي" و "محمد مكي: (2022)" عنوان هذه الدراسة فعالية العلاج المعرفي السلوكي في خفض السلوك العدوانى وأثره على التحصيل الدراسي لدى الطفل المتمدرس بين (6-12) سنة وهدفت الى إستكشاف فعالية البرنامج وأثره وإعتمد الباحثان على المنهج العيادي الذي يقوم على دراسة حالة وتم إجراء الدراسة الميدانية بإستخدام تقنيتي الملاحظة والمقابلة العياديتين مع تصميم مقياسين للسلوك العدوانى متجهين للمعلمين وأمهات الأطفال العدوانيين وملاحظة نتائج التحصيل الدراسي ثم تطبيق البرنامج العلاجي على 8 حالات وتم التوصل الى أن البرنامج العلاجي المقترح له فعالية في خفض السلوك العدوانى وكذا أثر على مستوى التحصيل الدراسي لدى الطفل متمدرس الذي يتراوح عمره ما بين (6 - 12) سنة.

• دراسة : "Aderibigbe, Ajoh, Okon" (2024) عنوان هذه الدراسة تأثير العلاج العقلاني الإنفعالي السلوكي (REBT) على السلوكيات العدوانية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية في (كالابار- نيجيريا)، وهدفت هذه الدراسة للتعرف على فعالية العلاج العقلاني الإنفعالي السلوكي (REBT) في خفض السلوك العدوانى لدى تلاميذ المرحلة الثانوية في كالابار حيث تكون مجتمع الدراسة من 7298 تلميذ وتم إختيار العينة بطريقة قصدية بلغ عددهم 167 تلميذ وتم إستخدام مقياس بعنوان إستبيان السلوك العدوانى لطلبة المدارس الثانوية (BAQSS) وبلغ معامل الثبات 0.95 (مرتفع) وتم تحليل البيانات بإستخدام الإحصاء الوصفي وتحليل التباين المصاحب متعدد المتغيرات (MANCOVA) عند مستوى دلالة 0.05 وتوصلت هذه الدراسة الى النتائج التالية :

- أظهر العلاج (REBT) تأثيرا واضحا في خفض أبعاد مختلفة من السلوك العدوانى لدى التلاميذ.
- لم تظهر فروق دالة مرتبطة بالجنس (ذكور/ إناث) وإستخلصت هذه الدراسة أن العلاج العقلاني الإنفعالي السلوكي فعال في خفض السلوك العدوانى ويوصى بإستخدامه ضمن أساليب التحكم في عدوانية التلاميذ.

ج- التعقيب على الدراسات السابقة:

بعد إستعراضنا للدراسات السابقة تبين أنها ساهمت في فهم متغير الدراسة الحالي وهو السلوك العدواني من خلال إعتمادها على مناهج متعددة(الوصفي، العيادي، شبه تجريبي والتجريبي)

كما أنها تنوعت من حيث الأهداف فبعض الدراسات هدفت لمعرفة مستوى السلوك العدواني وكشف العلاقة بينه وبين العنف وبعض الدراسات إتفقت مع الدراسة الحالية في هدفها وهو الكشف عن مدى فعالية البرنامج، أما بالنسبة للعينة فالدراسات السابقة شملت فئات مختلفة (الأطفال، المراهقين، المعاقين عقليا قابلين للتعلم، أطفال إضطراب التوحد، المعاقين حركيا قابلين للتعلم، المراهقين الجانحين).

كما تم إستخدام أدوات مختلفة من طرف الباحثين مقياس السلوك العدواني (لعبد الله سليمان إبراهيم) مقياس (بيري وبوص) كما تم إستخدام المقابلة والملاحظة . أظهرت الدراسات السابقة إهتماما بالموضوع من منظور وصفي كما تناولت برامج متعددة لتعديل السلوك إلا أنها لم تتطرق إليه ضمن إطار الإرشاد العقلاني الإنفعالي خاصة لدى فئة المراهقين مما يترك مجالاً لدراسة هذا الجانب بصورة أعمق.



الفصل الثاني
السلوك العدواني

الفصل الثاني: السلوك العدواني

تمهيد

1. مفهوم السلوك العدواني
2. مفاهيم مرتبطة بالسلوك العدواني
3. النظريات المفسرة للسلوك العدواني
4. أشكال السلوك العدواني
5. أسباب السلوك العدواني
6. عواقب وأثار السلوك العدواني
7. أساليب الوقاية والعلاج من السلوك العدواني

خلاصة

تمهيد:

يعتبر السلوك العدواني أحد الظواهر السلوكية التي تؤثر في حياة الفرد وعلاقاته وقد حظي باهتمام كبير من طرف علماء النفس والاجتماع، ونظرا لأهميته وأثره البالغ في الفرد والمجتمع قد تطرقت الطالبة في هذا الفصل الى العديد من النقاط المهمة حول السلوك العدواني من حيث مفهومه والمفاهيم المرتبطة به والنظريات التي فسرتة وكذلك أشكال وأسباب وعواقب السلوك العدواني وفي الأخير طرق الوقاية والعلاج.

1. مفهوم السلوك العدواني:

السلوك العدواني لغة: العدو الظلم وتجاوز القدر وعدا عليه يعدو عدوا عدوانا: ظلمه وتجاوز عليه

إذن يعتبر السلوك العدواني في اللغة حسب ابن المنصور هو الظلم وتجاوز الحد. (ابن المنصور، 1994، ص65)

السلوك العدواني في علم النفس: تباينت التعريفات التي تناولت مفهوم السلوك العدواني لكونه ظاهرة سلوكية معقدة تتداخل فيها العوامل الاجتماعية والنفسية. فيما يلي سنتطرق لبعض التعريفات

يعرفه (Beneton 1984) بأنه الإعتداء المادي نحو الآخرين والذي يتضمن الهجوم أو الضرب وما يعادله من إعتداء معنوي كالإهانة والإزدراء كما أنه محاولة لتخريب ممتلكات الآخرين و هو أيضا سلوك يحمل عواقب مخربة تتضمن تدمير الذات كالإنتحار او إيذاء الذات. (أسامة فاروق مصطفى، 2011، ص121)

وحسب إعتقاد الطالبة إنطلاقا من التعريف السابق أن السلوك العدواني يتكون من شقين المادي يتمثل في الضرب والسلوك المباشر والمعنوي يتمثل في الإهانة والشتم وما يقابله من سلوكات غير مباشرة وهدفه إلحاق الأذى والضرر بالآخرين.

كما يعرفه فرويد على انه واحد من الغرائز "الاولية" فالعدوانية الطبيعية عند الفرد ضد ذاته يمكن أن تتجه ضد العالم الخارجي فالثانائوس (تدمير، عدوان) هي بشكل اولى غريزة الموت وكل ما ينطوي على قدر معين من تدمير الذات داخل أنفسنا ويبدو ان الناس عليهم أن يقوموا بتحطيم الأشياء والآخرين حتى لا يحطموا أنفسهم كما يحمي الفرد نفسه من النزعة الى تدمير الذات فيتحتم عليه أن يعثر على قنوات خارجية للعدوان. (أمال عبد السميع باظة، 1998، ص24)

مما يعني أن فرويد يعتبر العدوانية سلوك غريزي ويعتبر واحد من الغرائز الاولية كما يشير "دولارد و ميلر" في كتابهم المشهور الإحباط والعدوان بأنه "فعل هدفه إيقاع الأذى والضرر بكيان ما"

وحديثاً يمكن الإشارة الى تعريف "سيلج" في كتابه إلهام تشخيص العدوانية والذي يأخذ فيه الإتجاه نفسه وذلك حين يعلن بأن "العدوانية هي الفعل الذي يطلق النزعات المدمرة ضد كيان ما أو شيء ما"

وفي هذا السياق يعرف "دانيال لاكاش" في مقاله عن العدوانية عام 1960 العدوان بأنه فعل أو توجه نحو الفعل هدفه التدمير الكلي أو الجزئي الأدبي أو الصوري لموضوع ما" (علي أسعد وطفة، 2008، ص36)

ويعرفه "ج. م. دارلي وآخرون" 1983 بأنه "السلوك الذي يؤدي الى الأذى والتدمير ويأخذ صورة الهجوم والإعتداء على الغير والممتلكات العامة. " (بشير معمريّة، نهى حامد، 2009، ص10)

فالسلك العدوانية هو سلوك غير لائق موجه نحو تحقيق هدف ما ويهدف الى إيذاء أو إلحاق الضرر بشخص آخر لفظياً أو جسدياً أو ماليًا. (yousaf, khalil&zahoor-u-haq, 2021)

إنطلاقاً مما سبق من تعريفات تعرف الطالبة السلوك العدوانية على أنه كل فعل أو سلوك مباشر أو غير مباشر هدفه إلحاق الأذى بالآخرين أو بالذات أو الممتلكات ويظهر بعدة أشكال نفسياً أو جسدياً أو لفظياً، إذا يعتبر العدوان نمط سلوكي غير سوي يؤدي الى الإحباط وضعف القدرة على التكيف.

2. مفاهيم مرتبطة بالسلوك العدوانية:

أ- **العداء:** يعرف العداء على أنه حالة إنفعالية داخلية تتجسد تتضمن مشاعره في الغضب والنفور والكرهية سواء نحو الذات أو الآخرين كما تستخدم المشاعر العدائية كدلالة على الإتجاه الذي يحكم السلوك. فالعداوة ما هي إلا إستجابة للتقويمات السلبية للأشخاص والأحداث. (عصام عبد اللطيف العقاد، 2001، ص100)

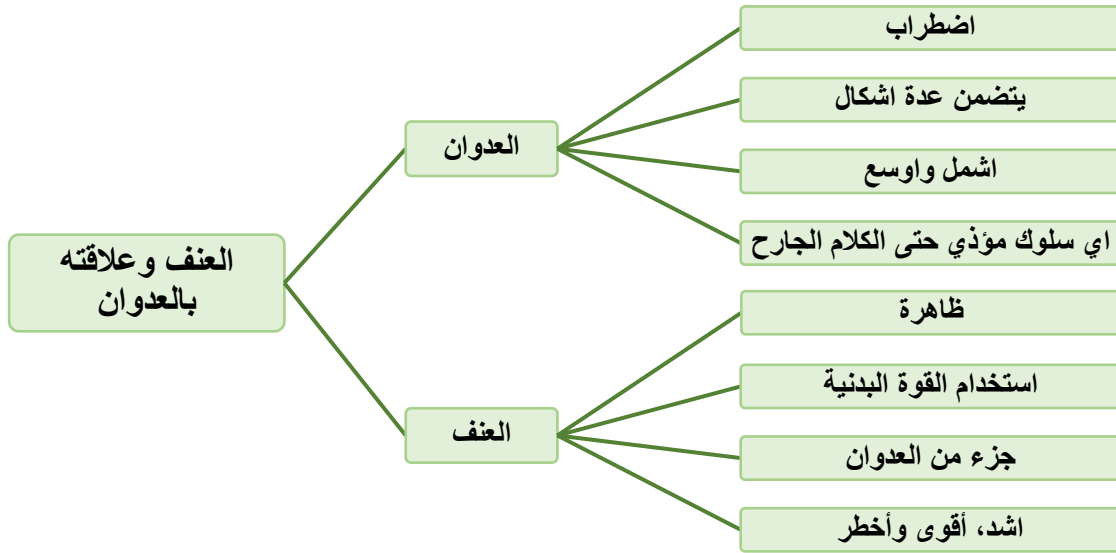
ب- **العناد:** هو رد فعل الطفل وتصرفاته التي تشير الى مقاومته أو عدم إمتثاله لتوجيهات الآخرين حيث أنه يعبر عن عدم إستجابة الطفل للمربي ولمن هو أكبر منه سواء كانت أوامر أو نواهي كما يصحب ذلك إنفعال شديد كالغضب والقلق وهو نوعان:

• **عناد طبيعي** يكون غالباً في عمر سنتين يعبر من خلاله الطفل عن إستقلاليته،

• **العناد كمشكلة** يظهر ابتداءً من ست سنوات وهو تفاقم إستمرار العناد الطبيعي نتيجة سوء الفهم من المربي بحاجات الطفل والأساليب التربوية المناسبة له. (صليحة براك، 2021، ص68)

ت- العنف: إن تصنيف بعض السلوكيات العدوانية على أنها عنف أمر مثير للجدل في البحث العلمي حيث ينظر للعنف على أنه تعبير عن الأحداث والسلوكيات العدوانية كما أنه يحمل دلالات وتصورات إجتماعية تعيق فهم العدوانية كمعيار طبيعي عالمي، ومع ذلك يظل العنف مرتبطاً بالأسس العصبية ولا يمكن فصله عنها فالعنف ما هو إلا تعبير عن السلوك العدواني لكن فقد العديد من سماته الطبيعية واكتسب سمات أخرى. فالعدوان الذي يحدث بنيه واضحة للإيذاء ليس عدواناً فطرياً بل هو عنف. (IJE, 2017, 1-24)

الشكل 01: مخطط يبرز العلاقة بين العنف والسلوك العدواني



(من إعداد الطالبة)

ث- الغضب: يعتبر الغضب المكون الإنفعالي والوجداني للسلوك العدواني حسب باص وبيري؛ فيعد المكون الأساسي للإستعداد للسلوك العدواني. عموماً يعتبر الغضب ظاهرة نفسية وإحدى الإنفعالات التي يعبر بها الفرد على مواجهة الضغوط ومصادر التهديد وعوامل الإحباط.

في حين أن بعض العلماء إتجهوا الى موقف آخر وهو أنه يمكن للفرد أن يكون عدوانياً دون أن يشعر بالغضب كما أنه قد يشعر بالغضب دون أن يكون عدوانياً.

(بهجة عثمان أحمد سليم، 2018، ص343)

على الرغم من إختلاف وجهات النظر حول العلاقة بين الغضب والعدوان يتم إعتقاد التعريف الذي يبرز العلاقة الواضحة بين السلوك العدواني والغضب حيث أن الغضب جزء من العدوان. أي أنه يعتبر الدافع والمحرك للعدوان لكن رغم ذلك توجد سلوكيات عدوانية دافعها ليس الغضب فقط

فرضياتنا الأساسية ورؤيتنا العلمية لمسألة الإحباط والعدوان حيث أن كبار علماء النفس السلوكيون الذين يعالجون مسألة العدوان مثل بوس وبيركوتس يكرسون جانباً مهماً من كتبهم لعرض الأطروحات الفرويدية ونقدتها وفرضياتهم الخاصة بالتحويل والتنفيس لا تكاد تخرج عن دائرة العمليات التي وصفها فرويد وحللها. (علي أسعد وطفة، 2008، ص57)

حيث يرى فرويد أن العدوان هو واحدة من الغرائز الموجهة ضد العالم الخارجي أو ضد الذات إذ تم تقسيم محاولات فرويد لتفسير العدوان على ثلاث مراحل وهي كالآتي:

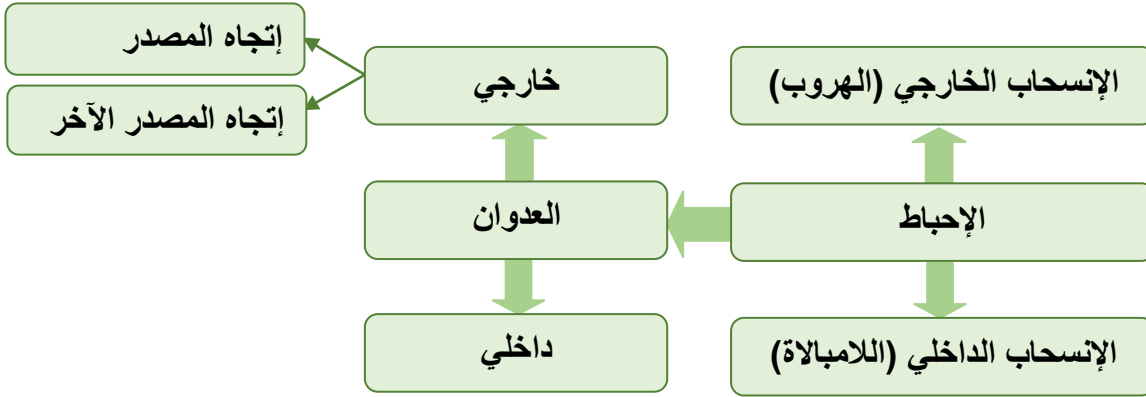
● **المرحلة الأولى (1905):** الصياغة الأولى لمفاهيم العدوان عند فرويد كانت قوة تدعم الغريزة الجنسية، حيث انه يرى العدوانية كمكون للجنسية الذكرية السوية التي تسعى لتحقيق هدفها للتوحد مع الشيء الجنسي (معظم الكائنات البشرية من الذكور تحتوي على عنصر العدوانية)

● **المرحلة الثانية (1915):** تقدم تفكير فرويد عن الغرائز في كتابه "الغرائز وتقلباتها" حيث ميز فيه بين مجموعتين من الغرائز (الأنا وغرائز حفظ الذات، الغرائز الجنسية) حيث إقتنع فرويد بأن هناك صراع بين مطالب الأنا والمطالب الجنسية فالأنا تكره الأشياء التي تمثل مصدر المشاعر الساخطة عليها.

● **المرحلة الثالثة (1920):** بعد ظهور كتاب فرويد "ما وراء مبدأ اللذة" حيث أعاد فرويد تصنيف الغرائز حيث أنه لم يصبح الصراع بين غرائز الأنا والغرائز الجنسية بل أصبح الصراع بين غرائز (الموت والحياة)، فغرائز الحياة دوافعها الحب والجنس.... وغرائز الموت دوافعها العدوان والتدمير... فيقوم الفرد بتوجيه العدوان المباشر خارجاً نحو تدمير الآخرين أو إيذاء الذات. (عصام عبد اللطيف العقاد، 2001، ص110)

ب- نظرية الإحباط: تفسر هذه النظرية أن العدوان يحدث نتيجة شعور الفرد بالإحباط، فيلجأ الفرد الذي تعرض للإحباط للسلوك العدواني بطريقتين مباشرة وذلك عندما يوجهه نحو المصدر الأصلي للإحباط. والطريقة الغير مباشرة عندما يلجأ الى توجيهه نحو مصدر آخر له علاقة مباشرة بالمصدر الأصلي سواء كان شخصاً ممتلكات. (بن حليم أسماء، 2014، ص27)

الشكل 03: مخطط يوضح كيف يحدث العدوان كنتيجة للاحباط



(إيهاب البيلاوي، 2006، ص39)

ت- النظريات الثقافية الإجتماعية :

● سيلين: يرى سيلين في نظرية الصراع الثقافي أن الطفل عندما يكون منحدر من بيئة تتسم بالعدوانية يصبح شخصية ضد المجتمع وغير متكيف بشكل سوي مع هذا المجتمع.

● بولبي: يفسر العدوانية على العلاقة الأولية مع الأم وتشعب هذه العلاقة الى الأب والإخوة والآخرين. فمن إعتبار وجود الآخرين تبدأ بوادر الضمير فيبدأ الطفل يتعلم كيف يقوم بدور الضمير لنفسه بنفسه، ويضيف "بولبي" الى وصف العدوان بسمتين وهما صعوبة التفكير المجرد وعجزه عن الخروج من دائرة ذاته والإرتباط العاطفي بالآخرين. (عمار يوسف الوحيددي، ريماء حسيب شعيب، 2022، ص117)

ث- النظرية الفيزيولوجية: مبدأ هذه النظرية هو الدور الفيزيولوجي لبعض أجزاء الدماغ من بينها اللوزة الدماغية حيث تتكون من مجموعة التلافيف المخية وتقع في السطح الداخلي للفص الصدغي ولها علاقة ملازمة للإنفعال في شدته وكذلك نوعه، حيث أن تنبيه اللوزة يساهم في ظهور إستجابات ترتبط بالخوف والغضب مما يؤدي الى السلوك العدواني. كما توجد بعض الحالات تكون فيها البؤرة الأساسية واقعة في اللوزة مما يساهم في ظهور بعض أعراض العدوان مصاحبة لموجات الصرع دون وعي المريض. (مشورة سفرة حمدان الغامدي، 2020، ص13)

ج- نظرية التعلم الإجتماعي: أسسها بندورة حيث تقوم على ثلاث أبعاد رئيسية :

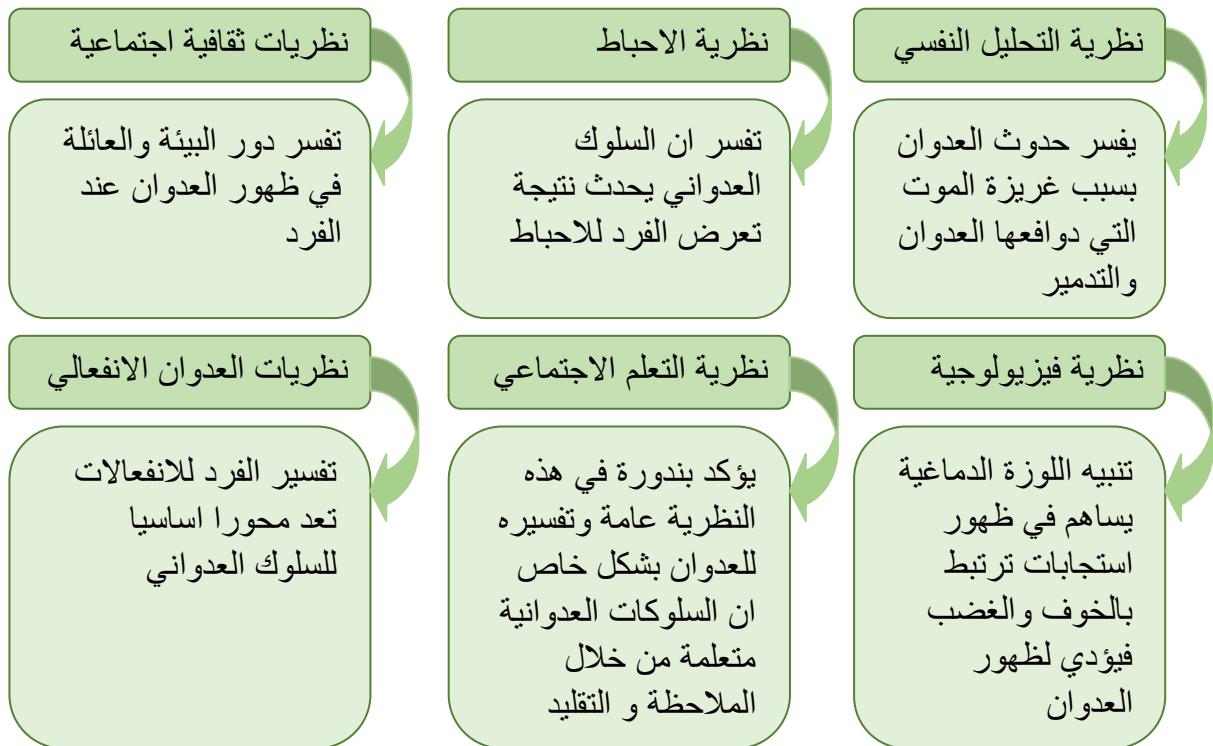
- نشأة العدوان بأسلوب التعلم والملاحظة والتقليد.
- الدافع الخارجي المحرض على العدوان.
- تعزيز العدوان.

حيث أن بندورة يؤكد في نظريته هو و هوستون 1961 على أن أغلب السلوكيات العدوانية متعلمة من خلال الملاحظة والتقليد وتوجد ثلاث مصادر رئيسية يتعلم منها الطفل السلوك العدواني من خلال الملاحظة وهي:

- التأثير الأسري.
- تأثير الأقران.
- تأثير النماذج الرمزية كالتلفزيون (ابراهيم والحاج عبد الحليم، 2018، ص115)

ح- نظرية العدوان الإنفعالي: تعتبر من النظريات المعرفية التي تفسر السلوك العدواني على أنه يمكن ان يكون ممتعا، حيث أن بعض الأشخاص لديهم متعة ورغبة جامحة في إيذاء الغير لإبراز مكانتهم الإجتماعية وإظهار مدى قوتهم وأهميتهم في المجتمع. ولذلك فهم يرون بأن السلوكيات العدوانية تحقق إشباع داخلي وتعزيز إيجابي ومع إستمرار مكافئتهم يجدون في السلوك العدواني متعة لهم، بحيث يمارسه الفرد حتى في غياب إستفزاز مباشر أو دون وجود مثير انفعالي البارز. كما قد ينشأ السلوك العدواني أحيانا عن الشعور بالملل أو عدم الرضا ويظهر في صورة إستجابة إنفعالية سريعة يغلب عليها الطابع الإندفاعي وضعف التفكير كما تشير هذه النظرية أن تفسير الفرد لإنفعالاته تعد محددات أساسيا لسلوك العدواني، حيث يظهر ردود أفعال عدوانية بناء على إدراكه وتقييمه والفكرة التي تبناها في تفسيره لحالته الإنفعالية أكثر من المثير الخارجي نفسه. (المحي زوبيدة، 2015، ص143)

الشكل 04: مخطط يوضح النظريات المفسرة للعدوان

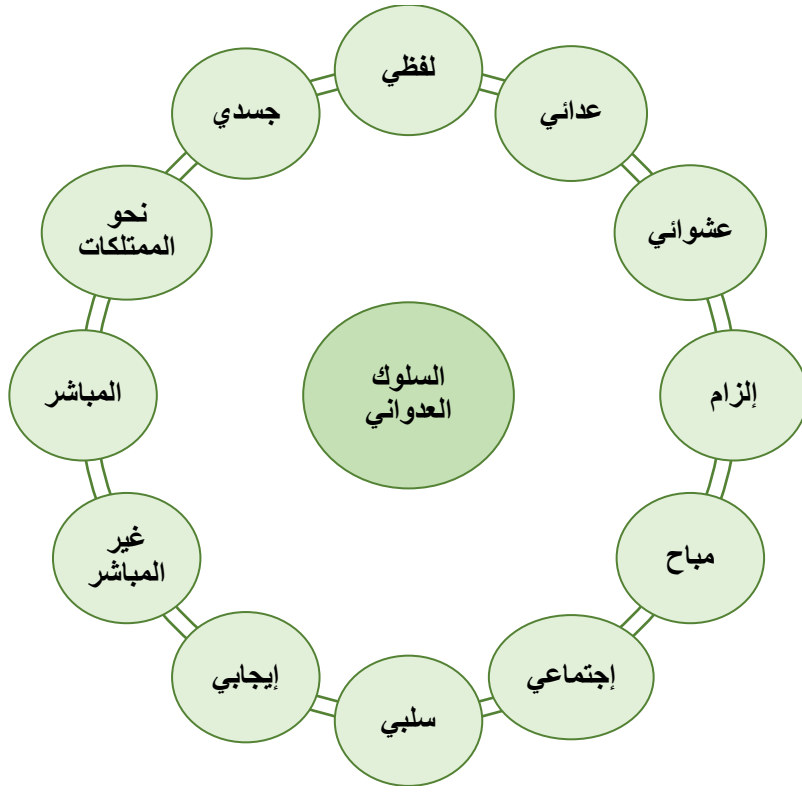


(من إعداد الطالبة)

4. أشكال السلوك العدواني :

- عدوانا عدائيا: وهو أن الفرد يعقد نية الإنتقام بسبب أن الطرف الآخر سبب له الإنزعاج أو القلق أو كان سبب في غضبه في موقف ما، و مثال ذلك طفل يتعمد على الإنزلاق على سطح مائل كي يصدم طفلا آخر ويسبب له الأذية بسبب الإنتقام.
- العدوان اللفظي: وذلك يظهر عندما يبدأ الطفل بالكلام حيث يشمل السب والشتم والمنايزة بالألقاب والتهديد اللفظي والتنمر على الآخرين..(أسامة فاروق مصطفى، 2011،ص126)
- العدوان الجسدي: إستخدام القوة الجسدية بكل أشكالها مثل: الضرب، الدفع، اللكم، العض.. وكذلك إستخدام شيء مساعد كالعصا والحصى..
- العدوان نحو الممتلكات: يتجلى في إلحاق الضرر بممتلكات الآخرين وإتلافها مثل الكسر والحرق والسرقه والإستحواذ عليها. (بن حليم أسماء، 2014،ص26)
- العدوان المباشر: وهو ذلك السلوك الذي هدفه إيقاع الأذى والضرر بالآخرين وكذلك الذات وذلك بطريقة مباشرة وواضحة تشمل العدوان المادي. (بريغت و دهان، 2006،ص35)
- عدوان إيجابي: كالإشتراك الفعلي في الإعتداء و عدوان سلبي: كالعناد واللامبالاة.
- عدوان إجتماعي:مجموع الأفعال المؤذية تؤدي لفساد المجتمع وهي محرمة شرعا وقانونا.
- عدوان إلزام: يقوم به الفرد لرد الظلم والدفاع عن النفس والوطن والدين.
- عدوان مباح: الأفعال المؤذية التي يحق للإنسان عملها قصاصا ممن إعتدى عليه. لا يأتى فاعله ويثاب تاركه. (إيهاب البيلاوي، 1427، ص14)
- عدوان غير مباشر: يحدث عندما يفشل الفرد في توجيه العدوان الى مصدره الأصلي نتيجة الخوف فيحواله الى شخص آخر أو شيء آخر تربطه صلة بالمصدر الأصلي (صديق، خادم، ممتلكات..) وقد يكون كذلك على صورة نشر شائعات سيئة ضد زميل ما في عدم وجوده.
- العدوان العشوائي: لا يكون موجه نحو هدف معين أو غاية واضحة بل تعد دوافعه غامضه غير مفهومة وأهدافه مشوشة غير واضحة، وتصدر من الطفل نتيجة عدم شعوره بالخجل والإحساس بالذنب. (سيد سليمان و البيلاوي، 2010،ص98)

الشكل 05: مخطط يلخص أشكال العدوان وأنواعه



(من إعداد الطالبة)

5. أسباب العدوان: تعددت أسباب العدوان فيمايلي، نذكر أهمها :

- حرمان الطفل من العاطفة.
 - الشعور بالفشل والإحباط يجعل الطفل متوتر وقلق وأكثر عدوانية.
 - الضغوط الشديدة التي يمارسها الكبار على الطفل مما يجعله يتمرّد.
 - الإستجابة السريعة لرغبات الطفل وطلباته المتكررة وكذلك الحماية المبالغ فيها له يجعله يلجأ لإلحاق الأذى بالآخرين -تشجيع الأهل للطفل بممارسة العدوانية من أجل حماية نفسه. (رافدة الحريري، زهرة بن رجب، 2008، ص71)
 - الصراعات والإنفعالات المكبوتة تدفع الطفل للعدوان.
 - فقد الشعور بالأمان والثقة بالنفس وكذلك الغيرة.
 - الشعور بالفشل والحرمان العاطفي فيظهر العدوان على الذات في صور مختلفة منها الرغبة في إيذاء الذات أو قضم الأظافر وكذلك العناد والعصبية ..
 - نوع العلاقات والخبرات التي يمر بيها.
 - قدرة الأسرة و المجتمع على الحد من السلوك العدواني.
 - كثرة الشجار بين الوالدين يؤثر في شخصية الطفل وسلوكه.
- وكذلك من بين الأسباب التي تؤدي للعدوان هي التنشأة الإجتماعية الخاطئة. (محمد علي قطب، محمد عبد الجواد، 2000، ص42)

6. عواقب وأثار السلوك العدواني :

- عندما يظهر السلوك العدواني تظهر الآثار الصحية والنفسية والاجتماعية على الجاني والضحية، قد يكون الأطفال المعرضون للعنف الأسري أكثر عرضة لإظهار سلوكيات إشكالية بأنفسهم. حيث يعاني الرضع من سرعة الإنفعال وإضطرابات النوم وكذلك الشكاوي الجسدية إضافة للأطفال الذين يعيشون في منازل بها أسلحة معرضون بشكل أكبر للإصابة والوفاة. وعدم قدرتهم على تكوين علاقات صحية في سن التمدرس.
 - عند تقدم الطفل العدواني في السن ودخوله في سن المراهقة يزداد الخطر ويصاب بالإكتئاب والقلق والسلوك الانتحاري، أما بالنسبة للضحايا يزيد من خطر إصابتهم بصدمات نفسية وعاطفية والإضطرابات النفسية كالهلع والرهاب والإكتئاب. (Jaraetal, 2017)
- كما يؤثر السلوك العدواني على الطلاب وسنحصر ذلك في مجموعة من النقاط وهي كالآتي :

- عدم اللامبالاة.
- العصبية الزائدة.
- مخاوف غير مبررة.
- تشتت الإنتباه وعدم القدرة على التركيز.
- السرقة والكذب.
- مخاوف وإنعدام الإستقرار النفسي. (عدنان أحمد الفسفوس، 2006، ص22)

7. أساليب الوقاية والعلاج من السلوك العدواني:

أولاً. الوقاية: تهتم بفترة ما قبل الولادة وما بعدها وذلك من خلال تقديم الرعاية وفحص عوامل الخطر من طرف الممرضات والقابلات وكذلك توعية الأم بضرورة هذه المرحلة من خلال التغذية السليمة وتجنب التدخين. وقد أثبتت بعض الدراسات أن تناول المغذيات الدقيقة مثل (الثيامين والليثيوم والتريبتوفان) قد تقلل من السلوك العدواني، أما في مرحلة بعد الولادة يمكن للممرضات توجيه الأباء والأمهات حول أساليب التربية السليمة ودور الرضاعة الطبيعية. (Liu, Lewis&Evans, 2013)

ثانياً. العلاج:

- أ- **الجانب النفسي:** إن أول الأساليب التي ينصح بها هي كالآتي:
- دراسة الحالة ومعرفة الأسباب التي تدفع الفرد للعدوان.
- إشباع حاجات الطفل نفسياً وجسماً.
- شغل وقت فراغ الطفل العدواني بنشاطات مفيدة.
- تقليل النماذج العدوانية مثل المعلم الذي يلجأ للعقاب.
- الإهتمام بالطفل العدواني وتقديم العون له والرعاية الخاصة.

- توفير فرص للتلاميذ لمزاولة الألعاب الرياضية والترفيهية. (رافدة الحريري، زهرة بن رجب، 2008، ص74)
- ب- **الجانب الإجتماعي:** عبارة عن تعديل البيئة الإجتماعية للفرد او تغييرها إن أمكن وضبطها سواء كانت هذه البيئة الأسرة أو المدرسة وذلك بتهيئة المناخ الأسري وتوفير الرعاية من خلال معاملة الوالدين الجيدة.
- كما يمكن تدريب الأهل على التصرفات السليمة مع أطفالهم فقد أشارت نتائج هذا التدريب على خفض السلوك العدواني عند الأطفال بنسبه 20 الى 60 % وفيما يخص المدرسة يكون بإعطاء فرصة للتلاميذ بالقيام بالأنشطة الثقافية والفنية.
- ولاننسى جماعة الرفاق التي لها تأثير كبير في سلوك الطفل و لتجنب السلوكات العدوانية والغير المرغوبة يختار الوالدين لأطفالهم الصحبة الصالحة. (عبد الحليم مزوز، 2018، ص70)
- ت- **الجانب السلوكي :**

- التعزيز النفاضلي: ويتم ذلك بتعزيز السلوكات الإجتماعية المرغوب فيها وتجاهل السلوكات الغير مرغوب فيها، وثبتت فعالية هذا الأسلوب في دراسة قام بها براون وإليوت حيث إستطاع تقليل السلوكات العدوانية اللفظية والجسدية عند مجموعة من أطفال الحضانه من خلال إتباع المعلمين لهذا الإجراء.
- الحرمان المؤقت من اللعب: يستعمل هذا الأسلوب في حالة وجود طفل عدواني وسط زملائه بحيث يلحق بهم الأذى في الحصوص والألعاب الجماعية.
- تقليل الحساسيه التدريجي: ويعني هذا الأسلوب تعليم الطفل العدواني وتدريبه على المهارات الإجتماعية وعلى الإستجابات التي لا تتوافق مع السلوك العدواني مع تدريبه على الإسترخاء، لكي يتعلم كيفية إستخدام الإستجابات البديلة بطريقة تجريبية لمواجهة المواقف التي تؤدي للسلوك العدواني.(خولة أحمد يحي، 2000، ص191)

خلاصة:

حاولت الطالبة في هذا الفصل إعطاء نظرة شاملة عن السلوك العدواني بحيث تطرقت لذكر بعض التعاريف التي تناولته، وكذا المفاهيم المرتبطة به كما تم التطرق الى أبرز النظريات التي فسرتة إضافة الى أشكاله وأسبابه والأثار الناجمة عنه وكذلك أساليب الوقاية والعلاج.



الفصل الثالث

الإرشاد العقلائي الإنفعالي

السلوكي

الفصل الثالث: الإرشاد العقلاى الإنفعاى السلوكى

تمهيد

1. مفهوم الإرشاد النفسى
2. تعريف عام بنظرىة الإرشاد العقلاى الإنفعاى السلوكى
3. نموذج ABC للعلاج العقلاى الإنفعاى
4. فروض نظرىة ABC
5. أبعاد التفكىر اللاعقلاى
6. محاور التفكىر اللاعقلاى
7. الأساىب والتقنىات المستخدمة فى الإرشاد العقلاى الإنفعاى (فنىات)
8. البرنامج الإرشادى

خلاصة

تمهيد:

تعتبر نظرية الإرشاد العقلاني الإنفعالي من أهم النظريات التي ذاع صيتها في علم النفس بالنظر للنتائج التي حققتها البرامج التي إعتمدت هذه المقاربة مع شتى المشكلات السلوكية والنفسية والمعرفية، وعليه سنعتمد في هذا الفصل على شرح هذه النظرية وشرح نموذج ABC والفنيات التي تعتمدها هذه النظرية وكذلك أبعاد ومحاور التفكير اللاعقلاني وكذلك مفهوم البرنامج الإرشادي.

1. مفهوم الإرشاد النفسي: لقد تعددت التعاريف التي تطرقت للإرشاد النفسي في

العلوم النفسية والتربوية فيمايلي، سنتطرق لأبرزها :

من بين التعريفات التي ذكرها وليامسون: "الإرشاد طريقة لتسهيل حاجة الإنسان الى تحقيق هويته وكفاحه من أجل فهم ذاته والتعبير عن طموحاته." حيث يشير هذا التعريف الى أن الإرشاد هو تلك العملية التي يفهم بها الإنسان ذاته وتيسر حاجته الى تحقيق هويته. (كمال يوسف بلان، 2015، ص216)

حيث يهتم الإرشاد النفسي بشخصية الفرد ككل وفي نفس الوقت يهدف الى توجيهه في حل بعض مشكلاته الإنفعالية وكذلك التقليل من حدة الإضطراب النفسي، وهدفه النهائي هو تمكين الفرد من الفهم الجيد لنفسه والوصول الى النضج الكامل وإطلاق طاقته ليصل لدرجة كبرى من التوافق. (سهير كامل أحمد، 2000، ص12)

كما تعرف الجمعية الأمريكية لعلم النفس (APA) الإرشاد النفسي على أنه "عملية تهدف الى مساعدة الأفراد نحو التغلب على معيقات نموهم الشخصي التي تعترضهم وكذلك مساعدتهم نحو تحقيق النمو الأفضل لمصادرهم الشخصية "أي أنه يهدف لمساعدة الناس في تحقيق النمو الأفضل والتغلب على المعيقات التي تواجههم. (عبدالله أيوز عيزع، 2009، ص21)

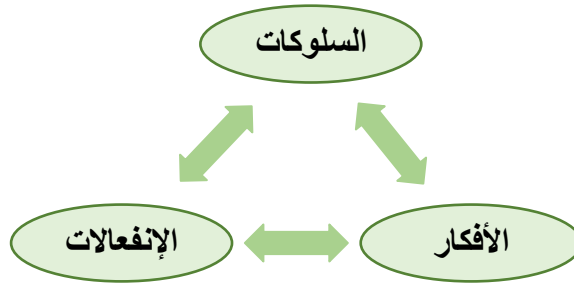
وترى الطالبة من خلال هذه التعاريف أن مفهوم الإرشاد النفسي هو تلك العملية التي تهتم بشخصية الفرد من جميع النواحي وهدفها الأساسي مساعدة الأفراد لفهم ذواتهم والتغلب على المشكلات النفسية والعوائق التي تحول دون تكيفهم مع المجتمع و تهدف للتقليل من حدة الإضطراب النفسي.

2. تعريف عام بنظرية الإرشاد العقلاني الإنفعالي السلوكي:

يعد العلاج العقلاني الإنفعالي الذي وضع أسسه عالم النفس الأمريكي ألبرت إليس من أكثر أساليب العلاج السلوكي المعرفي إنتشاراً، حيث أن إليس يفترض في هذا النموذج أن الإضطرابات النفسية تنتج عن أنماط خاطئة وغير عقلانية من التفكير. فهو يرى أن الإضطرابات النفسية والمشكلات لاتسببها الظروف والأحداث بل أنماط تفكير الإنسان وتقييمه لهذه الأحداث.

فالتريفة الوحيدة للتخلص من الإضطرابات والمعاناة هو التخلص من الأنماط الخاطئة في التفكير. (جمال محمد الخطيب، 2014، ص274)
 إذ أن منحي الإرشاد العقلائي الإنفعالي يؤكد على العلاقة الوطيدة المتبادلة بين التفكير والإنفعال أي أنهما يعملان بشكل مصاحب بطريقة دائرية، فالتفكير يتحول إلى إنفعال والإنفعال يتحول إلى تفكير
 إذ أن هذا التفكير والإنفعال يأخذ شكل التكلم الذاتي و هذا الأخير يجمع بين التفكير والإنفعال ويوجه سلوك الفرد إما إلى وجهة عقلانية أو غير عقلانية ويتضح أن منحي الإرشاد العقلائي الإنفعالي يؤكد المضمون السلوكي حيث أنه أصبح يسمى بالإرشاد العقلائي الإنفعالي السلوكي. (محمد إبراهيم عيد، 2006، ص64)

الشكل 06: مخطط يوضح العلاقة بين الإنفعال، السلوك والأفكار



(من إعداد الطالبة)

3. نموذج ABC للعلاج العقلائي الإنفعالي:

"إليس" وظف نظام تقييم ABC في نظريته بغرض فهم المشكلات النفسية للمرضى وهو موضح في المخطط الآتي:

(A) حدث منشط.

(B) الأفكار التي يتبناها الفرد حول هذا الحدث.

(C) ردود الأفعال والنتائج (سلوكية /إنفعالية).

الشكل 07: مخطط يوضح نموذج ABC



(رياض نايل العاسمي، 2015، ص44)

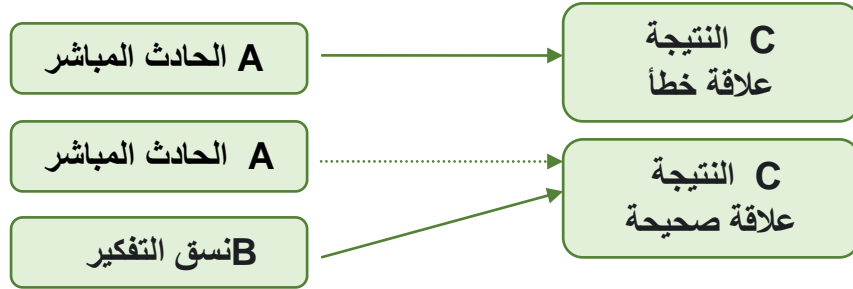
حيث يوضح إليس نظرية ABC مستعينا بالمثال التالي: رجل قضى يوماً سيئاً في العمل حيث أنه وصل متأخراً ونسي مفاتيح مكتبه وسقط من يده فنجان القهوة على سطح المكتب ونسي موعدي عمل هامين.

قد يفكر «لقد كان عملي سيئاً جداً اليوم» وهو على حق في هذا وذلك هو الحدث المنشط (A) أي الحدث الغير مقبول ويسبب الضيق والحرج لصاحبه، ثم يقول لنفسه بعد ذلك «هذا أمر فظيع وإذا لم أصلح أمري فسوف أفصل من عملي وهذا ما أستحقه لتفاهتي» وتعكس هذه الأفكار معتقدات الشخص (B) وهذه الأخيرة التي تفسر العواقب الإنفعالية (C) والتي تتمثل في القلق والإكتئاب وغيرها من المشاعر السلبية.

إذن حسب نظرية (ABC) إن المشكلات السلوكية تحدث نتيجة الأفكار اللاعقلانية وليس الضغوط الخارجية. وتتمثل مهمة العلاج العقلاني الإنفعالي في تغيير الأنماط الخاطئة و اللاعقلانية وإستبدالها بأنماط تفكير أكثر عقلانية ومنطقية. (لويس كامل مليكة، 1990، ص185)

وهكذا وفقاً لهذه النظرية فالإرشاد الفعال يتعامل مع الأفكار (B) أكثر من التعامل مع الحدث (A) أو النتائج (C) وهدفه هو فهم الأفكار الغير عقلانية لدى المسترشد وجعله يتوقف عنها ويستبدلها بأفكار عقلانية.

الشكل 08: مخطط يوضح علاقة الاحداث والتفكير والنتائج



(كمال يوسف بلان، 2015، ص 247)

- ويمكن للمرشد النفسي من خلال هذه النظرية القيام بالإجراءات التالية :
- التعرف على أسباب المشكلة (معتقدات الفرد الغير منطقية حول المشكلة).
 - تنظيم إدراك المسترشد وإيصاله الى مرحلة الإستبصار.
 - مساعدته على فهم أفكاره الغير منطقية وتدريبه على تغييرها.
 - إتباع المرشد لأسلوب المنطق لتحقيق الإستبصار لدى المسترشد وكسب ثقته.
 - استخدام أساليب الإرتباط الإجرائي والمناقشات والنقد وكذلك الواجبات المنزلية.
 - العمل على مواجهة الأفكار اللاعقلانية. (علي وناسو صالح سعيد، 2015، ص122)

شكل رقم (09) يوضح الجانب السوي و المرضي لنظرية العلاج العقلاني من خلال نظرية ABC



(عصام عبد اللطيف العقاد ، 2001 ، ص 43)

4. فروض نظرية ABC: في الصياغة الأولى لهذه النظرية وضع إيس ثلاث

فروض أساسية وهي :

- التفكير والإنفعال بينهما صلة وطيدة.
- درجة الصلة بين التفكير والإنفعال كبيرة بحيث أن كل منهما يوافق الثاني ويتبادلان التأثير على بعضهما البعض وفي بعض الأحيان فإنهما يكونان نفس الشيء.
- كل من التفكير والإنفعال يميل الى أن يكون في صورة حديث ذاتي أو عبارات داخلية. حيث أن هذه العبارات تصبح نفسها أفكارهم وإنفعالاتهم، اذا العبارات الداخلية قادرة على توليد وتعديل الإنفعالات. (خويلد أسماء، 2013، ص7)

كما يلخصها باترسون في مجموعة من النقاط:

- الإنسان كائن عاقل إلا أنه لا يكون دائما عقلانيا في جميع سلوكياته. وعندما يفكر ويتصرف بطريقة عقلانية يصبح أكثر فاعلية ويشعر بالرضا والسعادة.
- الإضطراب الإنفعالي هو نتيجة نمط خاطئ وغير عقلاني وغير منطقي من التفكير.

- ينشأ التفكير غير العقلاني في التعلم الغير منطقي المبكر حيث يكون الفرد مهيناً له من الناحية البيولوجية ويكتسبه بصفة خاصة من والديه و من المجتمع أي خلال عمليه نمو الطفل يتعلم أن يفكر وأن يشعر بأشياء معينة بالنسبة لنفسه وللآخرين.
- البشر كائنات ناطقة تفكر عن طريق إستخدام الرموز واللغة وبما أن التفكير يصاحب الإنفعال فإن التفكير الغير منطقي يثابر اذا إستمر الإضطراب الإنفعالي ويحافظ الشخص المضطرب على السلوك الغير عقلاي عن طريق الكلام الداخلي والأفكار الغير منطقيه.
- إستمرار حالة الإضطراب الإنفعالي نتيجة للحديث الذاتي أي لا يتحدد بناء على الأحداث الخارجية و إنما إدراك الفرد للحدث نفسه أي وجهة نظره للأشياء التي تبدو له غير سارة.
- يجب تحدي الأفكار والإنفعالات السلبية المدمرة للذات وذلك بإعادة تنظيم إدراك الفرد وتفكيره بحيث يصبح منطقياً وعقلانياً، فمفاد الإرشاد العقلاي هو توضيح للفرد مدى أهمية التفكير المنطقي ويبين له كيف يحدث الإضطراب النفسي بسبب الأفكار اللاعقلانية وحديث النفس. بحيث يساعده على تعديل أفكاره وبالتالي تقل الإنفعالات السلبية.

5. أبعاد التفكير اللاعقلاني: لقد حدد إليس الأفكار اللاعقلانية الإحدى عشر في

أربع أبعاد أساسية وهي :

- **المطالبة (الوجوبية):** وهي تعني مبالغة الفرد في جعل التفضيلات العقلانية وجوبيات مطلقة لابد منها مثال ذلك يجب أن يحبني الجميع ويحترمني.
- **الرعب (الكوارثية):** التقدير الكارثي للأحداث في حياة الفرد أي إعتبار أن الأحداث السيئة لا يجب أن تحدث وإلا يكون الوضع مأساوي وكارثي. مثل لم أحقق أهدافي كما ينبغي فذلك أمر مرعب.(كمال يوسف بلان، 2015، ص240)
- **التعميم:** "يذهب راسل أن اليقين المطلق من أعدى أعداء التفكير البشري وأن البعد عن المطلقات هو جوهر التفكير العقلاي المنطقي , حيث يعتبر التعميم أسلوب من التفكير يرتبط بأنماط مرضية مثل الإكتئاب والفصام. وهو عملية إطلاق أحكام كلية بناء عن فكرة واحدة أو تجربة واحدة, فيعتبر من العوامل الحاسمة في كثير من الإضطرابات كالعدوان والتعصب.
- **أخطاء الحكم والإستنتاج:** هي عبارة عن تشوهات معرفية وأخطاء في تفسير الحوادث دون توفر المعلومات الكافية للحكم النهائي عن الحادثة فكثير من حالات العدوان والقلق تكون بسبب التفسير الخاطئ للأحداث. ومثال ذلك شخص يهجم على إنسان معين بالغضب والعدوان على إعتقاد أنه يقوم بالتحريض وذلك

لأنه وجده يتحدث مع شخص آخر إثر مشادة معه. (عصام عبد اللطيف العقاد، 2001، ص52)

وحسب إعتقاد الطالبة ومن هذه الأساليب والأبعاد من التفكير الخاطئ تستنتج أن البشر هم السبب الرئيسي في إضطرابهم بسبب الأفكار و المعتقدات اللاعقلانية التي يتبناها الأفراد عن الأحداث وليس الأحداث هي سبب الإضطراب إنما هي الأنماط التي يفسر بها الأفراد الحدث.

6. محاور التفكير اللاعقلاني: التفكير اللاعقلاني ينقسم الى ثلاث محاور أساسية

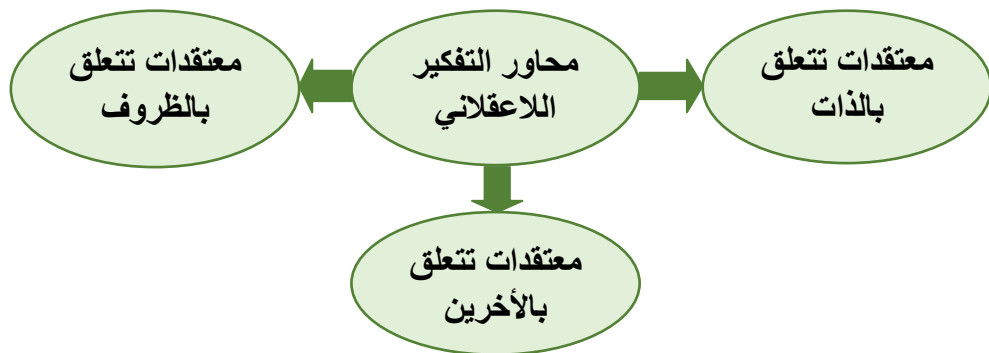
تعتبر ضروريات لدى الفرد وتؤدي الى الإضطراب النفسي :

أ- **معتقدات تتعلق بالذات:** أفكار تتعلق بالفرد حول وجوبية إتقانه لكل شيء ولا يمكنه تحمل أي خطأ وارد وبهذا تكون لديه جملة من المخاوف والشعور بالذنب والقلق.. (زليخة جديدي، عبد الكريم قريشي، 2015، ص337)

ب- **معتقدات تتعلق بالآخرين:** تتعلق بوجوبية طيبة الأفراد وتظهر في عبارات مثل "يجب أن يكون الناس طيبين وظرفاء تحت كل الظروف و طوال الوقت "

ت- **معتقدات تتعلق بالظروف(البيئة):** يفكر الفرد أن الحياة ينبغي لها أن تكون كما يريد هو وأي خلل يعترضه يضع اللوم على ظروف الحياة وذلك يظهر في عبارات مثل "ظروف الحياة سيئة جدا ولا يمكن الإستمرار في العيش في مثل هذه الظروف"(عبد الناصر غربي، 2014، ص50)

الشكل 10: مخطط يوضح محاور التفكير العقلاني



(من إعداد الطالبة)

7. الأساليب والتقنيات المستخدمة في الإرشاد العقلاني الإنفعالي:

يعتمد المرشد النفسي على مجموعة من الأساليب المعرفية والإنفعالية والسلوكية.

أ- **الأساليب المعرفية:**

- فنية ملئ الفراغ: تهدف لمساعدة المسترشد على توضيح أفكاره التلقائية، والأحداث الخارجية وردود أفعاله إتجاهها. فباستطاعة العميل أن يفهم إنفعالاته ومشاعره(الحزن والضيق) إذا تمكن من إسترجاع الأفكار التي تبناها أثناء الحدث.(عبد الناصر غربي، 2014، ص56)

- توضيح العلاقة ABC وهي أن ردود الأفعال (C) ليست بسبب الحدث المنشط (A) وإنما هي نتيجة طريقة تفكير (B) ثم تنفيذ الأفكار الغير المنطقية وفي الأخير تشكيل أفكار منطقية وأكثر عقلانية وتحقيق النتيجة المعرفية.
- تدريبه على بعض العبارات التي يمكن أن يخاطب بها نفسه.
- أسلوب وقف الأفكار: عندما تطرأ أفكار موسوسة مثال نقده والده وأن والده ظلمه.. جعله يفكر في الجانب المضيئ حول علاقته بوالده وكيف رباه صغيراً. (كمال يوسف بلان، 2015، ص 248)
- ب- الأساليب الإنفعالية: تستهدف الفنيات الإنفعالية المشاعر والأحاسيس إتجاه المواقف المختلفة، فيما يلي نذكر منها :
 - لعب الأدوار: يستخدم لإكتشاف الأفكار اللاعقلانية ولتنمية إستجابات منطقية أكثر، حيث أنه يفيد أيضاً في تعلم المهارات الإجتماعية وفهم المسترشد لمشكلاته والتنفيس عن إنفعالاته. وهو أسلوب يقوم فيه المرشد والمسترشد بتقمص دور ويتفاعلون معا وفقاً لهذا الدور.
 - المرح والدعابة: يقوم المرشد في هذا الأسلوب بالسخرية من أفكار المسترشد مما يجعله يضحك على أخطائه ويتقبلها -التقبل الغير مشروط: تقوم فكرة هذه الفنية على تقبل المسترشد كما هو رغم مساوئه وصراعاته وتناقضاته هذا التقبل من جانب المرشد يجعله يشعر بالإحترام والإعتبار الإيجابي وأنه شخص ذو قيمة، لكن هذا لا يعني الدعم الدائم لسلوكات وأفكار المسترشد بل تقبله كما هو فقط. (أسماء خويلد، بلحسيني وردة، د. س، ص 78)
- ت- الفنيات السلوكية: هذا النوع من الفنيات والأساليب يساعد العمال على تعديل السلوكات الغير سوية. ومن بين هذه الفنيات نذكر :
 - النمذجة: يعتبر من أهم الأساليب المستخدمة لتعلم مهارات إجتماعية ويقوم على فكرة أن المعالج مجموعة من نماذج مرغوب يتعلمها في سلوكه ثم يرشده الى تقليدها. فهي تعتبر أسلوب يهدف لخفض السلوك الغير مرغوب فيه وإستبداله بأسلوب مرغوب فيه وذلك عن طريق الملاحظة والتقليد. (عبد الناصر غربي، 2014، ص 61)
 - الواجبات المنزلية: يكلف بها المسترشد يراجع فيها المواقف التي يخجل ويخاف منها مثل الواجبات التي تتضمن جوانب عقلية يتعرف فيها المسترشد عن الأفكار اللاعقلانية ويدونها -أسلوب الإشراف الإجرائي: يتضمن التعزيز والتعديل السلوكي وأساليب تشكل السلوك.. (زليخة جديدي، عبد الكريم قريشي، 2015، ص 341)
 - نشاطات التحمل والبقاء: الهدف من هذه التقنية هو أن المسترشد يتعلم التحمل ويواجه حالته الحالية، يتعلم الصبر والتحمل على الإضطراب.

- تمارين عدم التأجيل (التمارين المنشطة): تنطلق هذه التقنية من مبدأ (لاتؤجل عمل اليوم الى الغد) حيث يشجع فيها المسترشد على بدء المهمات والواجبات في وقتها وعدم تأجيلها. (رياض نايل العاسمي، 2015، ص119)

8. البرنامج الإرشادي:

يعتبر البرنامج الإرشادي مجموعة من الإجراءات المنظمة ذات التخطيط المسبق المبني على أسس علمية ومبادئ وفنيات محددة. يهدف لتقديم المساعدة للفرد في حل مشكلاته والتكيف معها بصورة أفضل. (عبد الرزاق حمالمي، 2025، ص116)

ويرى (ريبير 1985) "البرنامج بأنه خطة مصممة لبحث أي موضوع يخص الفرد أو المجتمع شريطة أن تكون هادفة لأداء بعض العمليات المحددة"

كما يرى (بهارد 1987) بأنه "تكنيك دقيق ومحدد يتبعه المرشد في تهيئة الموقف الإرشادي وإعداده بمكان مجهز بأجهزة سمعية وبصرية، ضمن مدة زمنية محددة وفقا لتخطيط وتصميم هادف محدد يظهر فيه التكافل المنشود ويعود على الفرد بالنمو المرغوب فيه نفسيا أو إجتماعيا أو أكاديميا" (رياض نايل العاسمي، 2015، ص28)

كما يعتبر البرنامج الإرشادي أحد الأدوات التي تقدم خدمات نفسية للمسترشد وتكون مصممة بدقة في إطار أسس من النظريات العلمية في مجال الإرشاد والعلاج النفسي حيث أنها إجرائية وترتكز على الأسس العلمية. (علي ناسو صالح سعيد، 2015، ص135)

ومن هذه التعريفات تستخلص الطالبة أن البرنامج الإرشادي هو مجموعة من الإجراءات أو الخطة المنظمة والهادفة التي يتبعها المرشد لتقديم المساعدة والخدمات النفسية للمسترشد في حل مشكلاته والتكيف معها.

خلاصة:

تطرقت الطالبة في هذا الفصل الى مفهوم الإرشاد النفسي عموما وهو العملية التي تهدف لفهم الإنسان لذاته وتطرقت الى شرح نظرية الإرشاد العقلاني الإنفعالي خصوصا وهي العملية التي يستبصر بها الفرد أفكاره المشوهة بهدف تعديلها، كما تطرقت لشرح نموذج ABC والفروض المتعلقة بهذه النظرية وأبعاد وكذا محاور التفكير اللاعقلاني والفنيات الأساسية في الإرشاد العقلاني الإنفعالي كما تطرقت لمفهوم البرنامج الإرشادي.



الفصل الرابع

إجراءات الدراسة الميدانية

الفصل الرابع: إجراءات الدراسة الميدانية

تمهيد

1. منهج الدراسة
2. مجتمع الدراسة
3. عينة الدراسة وخصائصها
4. حدود الدراسة
5. أدوات الدراسة
6. الأساليب الإحصائية المستعملة

خلاصة

تمهيد:

بعدما تطرقت الطالبة في الفصول السابقة الى مختلف الجوانب النظرية لموضوع الدراسة، في هذا الفصل ستقوم بعرض مختلف الإجراءات المنهجية وتشمل: المنهج المتبع والتعريف بمجتمع الدراسة وعينة الدراسة إضافة الى أدوات جمع البيانات وإجراءات التطبيق وكذلك الأساليب الإحصائية.

1. منهج الدراسة

أ- المنهج المتبع:

إعتمدت الطالبة في هذه الدراسة على المنهج التجريبي بصورته المعروفة لما يتيح من إمكانية ضبط المتغيرات والتحقق من أثر البرنامج الإرشادي وقد تم تطبيق البرنامج المعد خصيصا لهذه الدراسة على المجموعة التجريبية مع الحرص على تحقيق التكافؤ بينها وبين المجموعة الضابطة

إذ أن المنهج التجريبي يقوم على فكرة مفادها أنه اذا كان هناك موقفان متشابهان في جميع النواحي ثم أضيف عنصر معين الى أحد الموقفين دون الآخر أو حذف عنصر معين من أحدهما دون الآخر فإن أي إختلاف يعزى الى وجود هذا العنصر المضاف أو الى غياب هذا العنصر فالباحث في الدراسة التجريبية يقوم بوضع فرض واحد أو عدة فروض توضح العلاقة السببية المتوقعة بين بعض المتغيرات وتجرى التجربة الفعلية لتؤكد صحة أو عدم صحة الفرض التجريبي. (إبتسام ناصر بن هويلم، 2013، ص6)

أي أن المنهج التجريبي يعتبر منهج علمي يقوم على إحداث تغير منظم ومقصود في متغير مستقل ثم ملاحظة وقياس أثر هذا التغير على المتغير التابع في ظل شروط مضبوطة تهدف الى عزل العوامل المؤثرة الأخرى.

ب- التصميم التجريبي:

تم إتباع تصميم المجموعتين حيث أنه يتضمن مجموعتين مجموعة تجريبية تتعرض للمعالجة أو البرنامج و مجموعة ضابطة لا تتعرض له مع إجراءات قياسات قبلية وبعدي للمقارنة بين النتائج.

الجدول 01: التصميم التجريبي المتبع في الدراسة الحالية

القياس القبلي	متغير مستقل (معالجة تجريبية)	القياس البعدي	
+	-	+	مجموعة ضابطة
+	+	+	مجموعة تجريبية

2. مجتمع الدراسة:

يتكون مجتمع الدراسة من 38 من المراهقين المتمدرسين في متوسطة الحرية بدار الشيوخ وتتراوح أعمارهم من (13-17) سنة.

3. عينة الدراسة:

تتكون عينة الدراسة من 18 مراهق من متوسطة الحرية (نايل علي) تتراوح أعمارهم (13-17) سنة ونسبة ذكائهم (69 - 121) وجرى تقسيمهم الى مجموعتين تجريبية تشمل (9) و مجموعة ضابطة تشمل(9) تم إختيارهم بطريقة عشوائية منتظمة مع مراعاة تجانس أفراد المجموعتين من حيث العمر الزمني ونسبة الذكاء والمستوى الإجتماعي والإقتصادي للأسرة.

← خصائص العينة:

. توزيع أفراد العينة حسب الجنس:

الجدول 02: توزيع أفراد العينة حسب الجنس

الجنس	العدد	النسبة المئوية
الإناث	10	55.4 %
الذكور	08	44,4 %
المجموع	18	100 %

نلاحظ من خلال الجدول أن عدد الذكور بلغ 10 وتقدر نسبتهم المئوية 55.5% وعدد الإناث 8 وتقدر نسبتهم ب 44.4% أي أن الذكور أكثر من الإناث .
أفراد العينة من حيث المستوى الإقتصادي والإجتماعي:

تم تطبيق إستمارة المعلومات الشخصية والوضع الإقتصادي والإجتماعي وتم إستبعاد الحالات التي تعاني من أمراض جسدية أو إضطرابات نفسية، كما نلاحظ من خلال الإستمارة أن أغلب أفراد العينة وضعهم الإقتصادي متوسط. هذا ما يحقق لنا التكافؤ لدى أفراد العينة من هذه الناحية.

. أفراد العينة من حيث مستوى الذكاء:

الجدول 03: يوضح نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق في درجات الذكاء للعينة الضابطة والتجريبية

عدد أفراد العينة N	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	dl درجة الحرية	Ttest	Sig	مستوى الدلالة
09	97.4444	13.27696	16	0.618	0.545	0.05
09	92.5556	19.66031				

يتضح من خلال الجدول أن قيمة (ت=0.618) وهي غير دالة إحصائياً، لأنها قيمة الدلالة المحسوبة (0.545) sig عند مستوى الدلالة (0.05) وهذا يعني أنه لا توجد فروق ذات

دلالة إحصائية بين العينة الضابطة والتجريبية في مستوى الذكاء وبالتالي يمكن القول أن العينتين متكافئتين.

. أفراد العينة في القياس القبلي للسلوك العدوانى:

الجدول 04: يوضح الفروق في درجات السلوك العدوانى للعينة الضابطة والتجريبية في القياس القبلي

مستوى الدلالة	Sig	Ttest	df درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	عدد افراد العينة N	
0.05	0.498	0.693	16	10.0097	117.777	09	ضابطة
		3		2	8		
				13.5462	121.666	09	تجريبية
				2	7		

يتضح من خلال الجدول أن قيمة (ت=0.693) وهي غير دالة إحصائياً، لأن قيمة الدلالة المحسوبة (0.498) أكبر من مستوى الدلالة المعتمد لدينا (0.05) وهذا يعني أنه لا توجد فروق بين العينتين (ضابطة / تجريبية) في القياس القبلي للسلوك العدوانى ومنه يمكن الحكم أن العينتين متكافئتين.

4. حدود الدراسة:

- أ- حدود بشرية: المراهقين المتمدرسين في مستوى ثلاثة متوسط ودرجة السلوك العدوانى عندهم مرتفعة.
- ب- حدود موضوعية: أثر البرنامج الإرشادى العقلانى الإنفعالى السلوكى في خفض مستوى السلوك العدوانى لدى المراهقين.
- ج- حدود مكانية: الجلفة/دارالشيخ-متوسطة نايل على(الحرية).
- د- الحدود الزمانية: من ديسمبر 2025 الى غاية فيفري 2026.

5. أدوات الدراسة:

تمثلت أدوات الدراسة في:

- إستمارة المستوى الإقتصادى والإجتماعى (من إعداد زوبير يسية).
- مقياس السلوك العدوانى ل"محمد حسن علاوى"
- مقياس الذكاء ل"جون رافن "
- البرنامج الإرشادى (من إعداد الطالبة)
- أ- مقياس السلوك العدوانى :

◀ وصف المقياس:

مقياس السلوك العدواني المستعمل في هذه الدراسة صممه (محمد حسن علاوي) لقياس العدوان كسمة ويتكون من أربع أبعاد للعدوان وتتكون القائمة من 40 عبارة كل بعد تمثله 10 عبارات 6 عبارات موجبة و 4 سالبة عكس إتجاه البعد يقوم الطلاب بالإجابة على العبارات بمقياس خماسي التدرج (موافق بدرجة كبيرة جدا، موافق بدرجة كبيرة، موافق بدرجة متوسطة، موافق بدرجة قليلة، موافق بدرجة قليلة جدا) وذلك وفق تعليمات القائمة.

الجدول 05: يوضح ابعاد العدوان حسب مقياس "محمد حسن علاوي"

بعد الجسدي (التهجم)	العدوان	عبارات موجبة (في اتجاه البعد)	1 - 13 - 17 - 25 - 33 - 37
		عبارات سالبة (عكس اتجاه البعد)	5 - 9 - 21 - 29
بعد اللفظي	العدوان	عبارات موجبة	6 - 10 - 14 - 22 - 30 - 38
		عبارات سالبة	2 - 18 - 26 - 34
بعد الغضب (الإستثارة)		عبارات موجبة	3 - 11 - 19 - 23 - 27 - 35
		عبارات سالبة	7 - 15 - 31 - 39
بعد العدوان غير المباشر		عبارات موجبة	8 - 12 - 20 - 28 - 32 - 40
		عبارات سالبة	4 - 16 - 24 - 36

حيث إستخدم الباحث هذا المقياس في هدفه كما مصمم والذي يكشف عن أنواع السلوك العدواني عند الفرد وأخذه بالشكل العام (40 عبارة) حيث أن العبارات الموجبة تعني أن الفرد ذو طابع يمتاز بالخشونة والعدوان في نوع معين من أنواع السلوك العدواني، والعبارات السالبة تشير الى السلوك الجازم والسوي (غير عدواني). (باسم عواد الدلمة، مروان عبد الحميد، 2022)

◀ طريقة التصحيح:

يتم تصحيح المقياس وفق سلم تقدير خماسي من أجل قياس أبعاد العدوان حيث تبلغ أعلى درجة 50 وأدنى درجة 10 في كل بعد وتعتبر أعلى درجة للمقياس الكلي 200 درجة وذلك من خلال جمع درجات جميع الفقرات وهي تمثل مستوى السلوك العدواني لدى الفرد.

◀ الخصائص السيكومترية للمقياس:

• ثبات المقياس:

- **طريقة إعادة الإختبار:** قام الباحث بتطبيق المقياس ثم إعادة تطبيقه بفواصل زمني قدره أسبوع على عينة مكونة من 10 تلاميذ، حيث وجد معاملات الارتباط بين التطبيقين. وتراوح الثبات بالنسبة لمحاول الإختبار بين 0.63 و 0.76 وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى 0.05 وبلغ معامل الثبات للمقياس ككل 0.65 وهي قيمة دالة عند 0.05 كما هو موضح في الجدول:

الجدول 06: يوضح معاملات الثبات والصدق الذاتي للمقياس بطريقة اعادة الاختبار

محاور المقياس	التطبيق الاول		التطبيق الثاني		معامل الصدق الذاتي
	ع	س	ع	س	
التهجم	7.33	29.11	6.33	28.52	0.77
العدوان اللفظي	6.12	28.22	5.98	27.22	0.80
سرعة الإستثارة	5.33	28.55	5.22	28.33	0.80
العدوان المباشر	5.83	25.30	6.41	24.33	0.81
الإختبار ككل	5.98	103.66	7.33	102.25	0.77

- طريقة التجزئة النصفية: حيث تم تقسيم المقياس الى قسمين العبارات الفردية والعبارات الزوجية وتم حساب الثبات بطريقة سيبرمان و براون، حيث بلغ معامل الثبات 0.77 وهو معامل ثبات مقبول على العموم.

الجدول 07: يوضح معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية

الإختبار ككل	التطبيق الفردي		التطبيق الزوجي		معامل الثبات
	ع	س	ع	س	
الإختبار ككل	5.10	68.22	4.12	59.33	0.77

- صدق المقياس: وقد تم إيجاد صدق المقياس بطريقتين:
- صدق المحتوى أو المضمون: حصلت العبارات على موافقة الخبراء وبذلك فهي صادقة ومنطقية من حيث المحتوى و المضمون.
- الصدق الذاتي: وذلك بحساب حذر الثبات حيث تراوحت قيم معاملات الصدق لكل بعد بين 0.77 و 0.81، أما الصدق الذاتي للمقياس ككل فقد بلغ 0.77 .
- موضوعية المقياس:

يحتوي المقياس على تعليمات واضحة وطريقة تصحيح ثابتة لا يختلف عليها المحكمون كما أنه يعتمد على إعطاء درجات لكل إستجابة وفق سلم تدريجي من أعلى الى أدنى درجة وبالتالي فهو يتميز بدرجة مقبولة من الموضوعية. (أحسن أحمد، مسعودي بن قوة، 2019، ص43)

ب- إختبار المصفوفات المتتابعة والمستوى العادي لقياس الذكاء عند المراهقين "لجون رافن"

◀ وصف الإختبار:

يعد من الإختبارات الغير لفظية يستخدم لقياس الذكاء بالنسبة للمستوى العادي وهو إختبار صممه العالم الإنجليزي "رافن" يطبق بطريقة فردية أو جماعية ويتألف من 60 مصفوفة مقسمة على 5 مجموعات (أ، ب، ج، د، هـ) حيث تحتوي كل منها على 12 مصفوفة متدرجة

من السهل الى الأصعب وهو عبارة عن رسم أو بناء هندسي تنقصه قطعة وضعت مع بدائل والمفحوص يختار أحد القطع التي تكمل الشكل.

← طريقة التصحيح:

بعد الإنتهاء من الإختبار يتم تصحيحه بالطريقة التالية:
تعطى لكل إجابة صحيحة درجة واحدة (1) أما الإجابات التي لم يجب عليها أو الخاطئة فتعطى لها درجة صفر (0) ولحساب الدرجة الكلية نقوم بحساب درجات الإجابات الصحيحة حيث أن أدنى درجة يتحصل عليها التلميذ هي (0) وأعلى درجة (60). (زبير يسية، 2025، ص197)

← الخصائص السيكومترية:

قام رافن ومساعدوه بتطبيق المصفوفات المتتابعة القياسي (SPM) على عينات ذات أعمار مختلفة وأثبتوا أن الإختبار يتمتع بخصائص سيكومترية جيدة وكما هو مذكور في كراسة الإختبار إصدار (1956) أن الإختبار يتمتع بثبات الإستقرار بمعاملات تتراوح من 83 إلى 93، ويرتبط مع إختبار (terman-Bient) كما أنه يوجد العديد من الدراسات التي أثبتت صدق وثبات الإختبار بطرق متنوعة مع عينات مختلفة وكذلك مناطق متنوعة وقد إستخدمت عدة محكاة مختلفة لإثبات الصدق التلازمي لإختبار رافن منها إختبار وكسلر وبينيه حيث ترواحت معاملات الصدق ما بين 40 و70 أما بالنسبة لأدلة صدق التكوين الفرضي فقد أظهرت نتائج التحليل العاملي أن الإختبار تتشعب فقراته على عامل عام وتفسر نسبته 83% من التباين. (عبد الباري جاب الله، عبد العزيز بو سالم، 2020، ص680)

ج- البرنامج الإرشادي:

← التعريف بالبرنامج:

تم بناء البرنامج الحالي بالرجوع الى عدد من الدراسات السابقة التي إعتمدت برامج إرشادية معرفية سلوكية وقد قامت الطالبة بإقتراح برنامج عقلائي إنفعالي سلوكي بناءا على نظرية "إليس" لخفض السلوك العدواني عند المراهقين، وتم تطبيق البرنامج في الفترة الممتدة ما بين (ديسمبر 2025 الى غاية فيفري 2026) مدة الجلسة الواحدة 45د وتم إنجاز البرنامج في متوسطة الحرية "الشهيد نايل علي" بدار الشيوخ ولاية الجلفة.

← أهداف البرنامج:

يهدف البرنامج الإرشادي الحالي الى خفض السلوك العدواني عند المراهقين من خلال العمل على تحقيق مايلي :

- تغيير الأفكار اللاعقلانية وإستبدالها بأفكار عقلانية ومنطقية.
- السيطرة على الإنفعالات (الغضب، القلق).
- زيادة الوعي الذاتي: وذلك بزيادة إستبصار العميل بالأفكار اللاعقلانية حول الحدث وذلك يكون خارج الجلسات من خلال التسجيل اليومي والمراقبة اللحظية.
- تحسين جودة العلاقات الإجتماعية .

◀ صدق المحكمين:

تم عرض البرنامج على 5 من الأساتذة المحكمين في مجال علم النفس (أنظر للملاحق) حيث قدم لهم النص الكامل للبرنامج وكانت الملاحظات كالتالي:
أثنى المحكمين بشكل خاص على جودة البرنامج الإرشادي وإبداعه مع الإشادة البارزة بعنوانه المقترح لدقته وجاذبيته كما أكدوا على ملائمة العالية للسياق الثقافي والاجتماعي المستهدف معتبرين إياه نموذجاً يستحق التطبيق الميداني حصل البرنامج على متوسط درجة توافق عالية بلغ 5/4.2 أي بنسبة 84% مع تعديلات مقترحة شملت إضافة الفنيات، ملائمة بعض الأهداف لعنوان الجلسة، تحديد الفئة العمرية (المراهقة: مبكرة/متوسطة/متأخرة) وتم تطبيق البرنامج في صورته النهائية.

◀ إجراءات التطبيق:

- تم تطبيق البرنامج وفق الخطوات التالية :
- الإتفاق مع المشرفة على الأداة وعلى عينة الدراسة.
- الحصول على وثيقة تسهيل مهمة من إدارة علم النفس.
- الحصول على موافقة مدير المؤسسة التربوية (الشهيد نايل علي) الحرية.
- التوجه الى مجتمع الدراسة الذي يبلغ عدده 38 وتطبيق مقياس السلوك العدوانى بتاريخ (15 ديسمبر 2025).
- قامت الطالبة بتحديد عينة الدراسة والتي بلغ عددها 18 تلميذ تم التأكد من تكافؤ المجموعتين في نسبة الذكاء والسلوك العدوانى وكذلك المستوى الإقتصادي والاجتماعي.
- الحصول على موافقة العينة التجريبية من أجل تطبيق البرنامج.
- تطبيق البرنامج الإرشادي المتفق عليه على المجموعة التجريبية التي بلغ عددها 9 تلاميذ بمعدل 11 جلسة.
- وفي الأخير تم إجراء القياس البعدي.

◀ البرنامج الإرشادي في صورته النهائية: فعالية برنامج ارشادي عقلاى انفعالى

سلوكى فى خفض السلوك العدوانى لدى عينة من المراهقين

اولا: السلوك العدوانى: السلوك العدوانى هو أى سلوك لفظى أو بدنى موجه لإلحاق الأذى بالآخرين أو الممتلكات سواء كان الأذى مباشر أو غير مباشر ويكون متعمد هدفه إلحاق الضرر وتحقيق مكاسب شخصية.

ثانيا: التفكير اللاعقلانى وأبعاده: التفكير الغير عقلاى من أكثر الأنماط والإتجاهات الفكرية خطرا على سعادة الإنسان وتعطيلا لتقدمه ونموه وينشأ فى مرحلة الطفولة الباكرة..

للم والتفكير اللاعقلانى أربع ابعاد اساسية وهى:

1. التهويل

2. الدرجة الضعيفة لتحمل الإحباط.

3. التطلب .

4. التعميم وإصدار الأحكام..

أ. البرنامج:

❖ الجلسة رقم 01: التعارف بين الباحثة وأفراد المجموعة .

• زمن جلسة 45د

• الأهداف:

✓ بناء علاقة إرشادية مهنية بين الباحثة والمسترشدين

✓ العمل على خلق جو تسوده الثقة

✓ تهيئة المسترشدين للتعرف على البرنامج من خلال التمهيد له

✓ تعرف على أهمية ومحتويات البرنامج والأهداف والتوقعات المرجوة من البرنامج

✓ تنمية روح العمل الجماعي عند المسترشدين

• الفنيات:

✓ المناقشة

✓ الحوار

✓ الواجب المنزلي (تسجيل موقف ظهر فيه السلوك العدواني خلال الأسبوع)

• الأدوات:

✓ السبورة

✓حافظة بلاستيكية لحفظ جميع الواجبات المنزلية فيها

• المحتوى:

✓ الترحيب بالحاضرين وشرح الإطار العام للبرنامج (المدة والهدف وعدد الجلسات)

✓ وضع قوانين المجموعة: الإحترام، السرية، عدم المقاطعة، عدم السخرية، بناء الثقة

✓ مقدمة بسيطة حول السلوك العدواني.

❖ الجلسة رقم 02: السلوك العدواني

• الأهداف:

✓ التعرف على السلوك العدواني

✓ الأعراض وطرق التشخيص

• الفنيات:

✓ المناقشة

✓ واجب منزلي (لمعرفة السلوك العدواني من وجهة نظر المسترشدين)

• الأدوات:

✓ السبورة

✓ مطوية السلوك العدواني

• المحتوى:

- ✓ مناقشة الواجب المنزلي السلوك العدواني من حيث المفهوم والنتائج (السلوكيات)
- ✓ استعراض مقاله المسترشدين وتنظيم ذلك على الصبورة ثم توزيع مطوية السلوك العدواني

❖ الجلسة رقم 03: التفكير اللاعقلاني

- الأهداف:
- ✓ مساعدتهم على البدء في إدراك أن العدوان ناتج عن أفكار ومعتقدات غير عقلانية، يمكن تعديلها وفهم كيفية تأثيرها على الانفعال والسلوك
- ✓ إدراك العلاقة بين الفكرة والإنفعال والسلوك
- الفنيات:
- ✓ المناقشة
- ✓ واجب منزلي (يطلب من المشاركين كتابة مواقف حدث فيها السلوك العدواني وأفكارهم قبل السلوك)
- ✓ جدول ملئ الفراغات (يكون خلال الجلسة)
- المحتوى:
- ✓ مناقشة الواجب المنزلي من حيث أسباب السلوك العدواني من وجهة نظر التلاميذ تسجيلها في الصبورة (يتم تسجيل أهم الأفكار)
- ✓ لفت الانتباه إلى العلاقة بين (السلوكيات والأفكار) وبين الأفكار والانفعالات من خلال أسئلة عندما قمت بهذا السلوك ماذا فكرت؟ اذن هناك علاقة.

❖ الجلسة رقم 04: نظرية ABC

- الأهداف:
- ✓ تدريبهم على إدراك الأفكار اللاعقلانية
- ✓ شرح نظرية ABC
- ✓ فهم العلاقة بين الإنفعال والسلوك والأفكار
- الفنيات:
- ✓ المناقشة
- ✓ فنية ABC
- ✓ جدول ملأ الفراغات
- ✓ جدول المراقبة الذاتية
- الأدوات:
- ✓ جدول مراقبة الذات
- ✓ مخططات لشرح فنية ABC
- المحتوى:
- ✓ مناقشة الواجب المنزلي

✓ ثم شرح نظرية ABC مع ذكر مثال مرتبط بالسلوك العدواني عبارة عن قصة أو موقف من مواقفهم هم.

✓ إطلاعهم ثم تدريبهم على فنية مراقبة الذات

❖ **الجلسة رقم 05: الجانب الأول من التفكير اللاعقلاني "التهويل"**

• الأهداف :

✓ مناقشة الفكرة اللاعقلانية

✓ دحض الفكرة اللاعقلانية

✓ استبدال الفكرة اللاعقلانية بفكرة اخرى

• الفنيات:

✓ المناقشة

✓ النمذجة المتخيلة يتخيل شخص هادئ وحكيم في نفس للموقف الذي قام فيه بالسلوك العدواني

✓ واجب منزلي

✓ جدول مراقبة الذات

• الأدوات:

✓ الجدول

✓ السبورة

• المحتوى:

✓ يتم استبدال اللغة الذي يستخدمها المفحوص بلغة اوضح وأكثر عقلانية

✓ يتم طرح سؤال محوري هو كيف تصف ذلك الموقف او ماهو تقييمك للمشكلة

✓ يتم تطبيق ذلك مع حالة من الحالات وتركيز معه وشرح للمجموعة بحيث ان كل واحد منهم يغير اللغة التي يستخدمها في وصف الموقف بلغة أكثر عقلانية..

✓ ثم طرح سؤال مالفائدة من تبني الفكرة الأولى الخاصة به.. هذا كارثي نعم مالفائدة التي حصلت عليها..

✓ الخطوة الأخيرة مناقشة الفكرة وتبني فكرة جديدة ثم رجوع الى جدول مراقبة ذاتية وتسجيل الأفكار الجديدة

❖ **الجلسة رقم 06: الجانب الثاني من التفكير اللاعقلاني "الدرجة الضعيفة لتحمل الإحباط"**

• الأهداف :

✓ مناقشة الفكرة اللاعقلانية

✓ دحض الفكرة اللاعقلانية

✓ استبدال الفكرة اللاعقلانية بفكرة اخرى

• الفنيات:

- ✓ المناقشة
- ✓ النمذجة المتخيلة يتخيل شخص هادئ وحكيم في نفس للموقف الذي قام فيه بالسلوك العدواني
- ✓ واجب منزلي
- ✓ جدول مراقبة الذات
- الأدوات:
- ✓ الجدول
- ✓ السبورة
- المحتوى:
- ✓ يتم استبدال اللغة الذي يستخدمها المفحوص بلغة اوضح وأكثر عقلانية
- ✓ يتم طرح سؤال محوري هو اصف لي درجة تحملك للإحباط
- ✓ يتم تطبيق ذلك مع حالة من الحالات وتركيز معه وشرح للمجموعة بحيث ان كل واحد منهم يغير اللغة التي يستخدمها في وصف الموقف بلغة أكثر عقلانية..
- ✓ ثم طرح سؤال مالفائدة من تبني الفكرة الأولى الخاصة به.. لأستطيع التحمل نعم مالفائدة التي حصلت عليها بدل من ايجاد حلول للتحمل..
- ✓ الخطوة الأخيرة مناقشة الفكرة وتبني فكرة جديدة ثم رجوع الى جدول مراقبة ذاتية وتسجيل الأفكار الجديدة
- ❖ الجلسة رقم 07: الجانب الثالث من التفكير اللاعقلاني "التطلب"
- الأهداف:
- ✓ مناقشة الفكرة اللاعقلانية
- ✓ دحض الفكرة اللاعقلانية
- ✓ استبدال الفكرة اللاعقلانية بفكرة اخرى
- الفنيات:
- ✓ المناقشة
- ✓ النمذجة المتخيلة يتخيل شخص هادئ وحكيم في نفس للموقف الذي قام فيه بالسلوك العدواني
- ✓ واجب منزلي
- ✓ جدول مراقبة الذات
- ✓ فنية الكراسي الاربع
- الأدوات:
- ✓ الجدول
- ✓ السبورة
- المحتوى:

- ✓ يتم استبدال اللغة الذي يستخدمها المفحوص بلغة اوضح واكثر عقلانية
- ✓ يتم طرح سؤال محوري هو انت تقول بأنه يجب ... ولكن ليس هناك قانون يحكم تعامل الاشخاص معك بالطريقة التي انت تريدها
- ✓ يتم تطبيق ذلك مع حالة من الحالات وتركيز معه وشرح للمجموعة بحيث ان كل واحد منهم يغير اللغة التي يستخدمها في وصف الموقف بلغة أكثر عقلانية..
- ✓ ثم طرح سؤال مالفائدة من تبني الفكرة الأولى الخاصة به.. يجب ان يعاملني الآخرون بلطف وو ..نعم مالفائدة التي حصلت عليها..
- ✓ الخطوة الأخيرة مناقشة الفكرة وتبني فكرة جديدة ثم رجوع الى جدول مراقبة ذاتية وتسجيل الأفكار الجديدة.
- ❖ **الجلسة رقم 08: الجانب الرابع من التفكير اللاعقلاني "التعميم وإصدار الأحكام"**

• الأهداف :

- ✓ مناقشة الفكرة اللاعقلانية
- ✓ دحض الفكرة اللاعقلانية
- ✓ استبدال الفكرة اللاعقلانية بفكرة اخرى
- الفنيات:
- ✓ المناقشة
- ✓ النمذجة المتخيلة يتخيل شخص هادئ وحكيم في نفس للموقف الذي قام فيه بالسلوك العدواني
- ✓ واجب منزلي
- ✓ جدول مراقبة الذات
- ✓ فنية الكراسي الاربع
- الأدوات:
- ✓ الجدول
- ✓ السبورة
- المحتوى:

- ✓ يتم استبدال اللغة الذي يستخدمها المفحوص بلغة اوضح وأكثر عقلانية
- ✓ يتم طرح سؤال محوري هو كيف تصف الشخص الذي قام بذلك الموقف..
- ✓ يتم تطبيق ذلك مع حالة من الحالات وتركيز معه وشرح للمجموعة بحيث ان كل واحد منهم يغير اللغة التي يستخدمها
- ✓ في وصف الموقف بلغة أكثر عقلانية..
- ✓ ثم طرح سؤال مالفائدة من تبني الفكرة الأولى الخاصة به.. هذا الشخص قام بتصرف خاطئ معي إذا هو سيئ وو..
- ✓ نعم ربما اخطئ معك في ذلك الموقف لكنه يقوم بتصرفات ايجابية في المقابل

✓ الخطوة الأخيرة مناقشة الفكرة وتبني فكرة جديدة ثم رجوع الى جدول مراقبة ذاتية وتسجيل الأفكار الجديدة

❖ الجلسة رقم 09: الاسترخاء

- الأهداف: تقديم بوجهات عامة للمجموعة
- ✓ تعلم الاسترخاء
- ✓ تصفية العقل من كافة الأفكار
- ✓ امتناع تام عن كل مجهود
- ✓ يساعد الاسترخاء على الوصول إلى استجابة منطقية لمثيرات الغضب وخفض التوتر العصبي والقلق
- ✓ يعطي وقتا كافيا قبل أن يختار الإنسان كيف يستجيب للمثيرات
- الفنيات :
- ✓ المناقشة
- ✓ واجب منزلي (التدريب على أسلوب الاسترخاء في المنزل).

❖ الجلسة رقم 10: أساليب توكيدية

- الأهداف: إعطاء بعض الأساليب التوكيدية البديلة عند ظهور السلوك العدواني
- ✓ التخفيف من مواقف الصراع.
- الفنيات :
- ✓ لعب الدور
- ✓ فنية الخمس ثواني
- ✓ فنية وقف الأفكار
- ✓ واجب منزلي

● المحتوى: مناقشة الواجب المنزلي ثم استعراض موقف او موقفين من المواقف السابقة التي تثير السلوك العدواني.. وطلب منهم ردة فعله عند التعرض لهذا الموقف وتدريبهم على سلوكيات جديدة ايجابية بدل السلوكيات القديمة وتدريبهم على فنية وقف الأفكار لأرون بيك.. وفنية الخمس ثواني ثم فنية لعب الدور من خلالها يتم تطبيق فنية وقف الأفكار والخمس ثواني على أحد الأعضاء من المجموعة ثم معرفة الأفكار الجديدة.

❖ الجلسة رقم 11: جلسة ختامية

يتم فيها مناقشة الواجب المنزلي السابق، ثم تلخيص كل ما جاء في الجلسات والتطبيق البعدي للمقياس.

6. الأساليب الإحصائية المستعملة:

إعتمدت الطالبة في البحث الحالي مجموعة من الأساليب الإحصائية وهي كالآتي :

- ◀ **النسب المئوية:** لتوضيح خصائص عينة الدراسة .
- ◀ **المتوسط الحسابي:** يعتبر من أكثر الأساليب الإحصائية شيوعا وهو أحد مقاييس النزعة المركزية ويعني إبراز مدى إنتشار الدرجات في الوسط ويتم حسابه بالطريقة التالية:

$$S = \frac{\sum F_i X_i}{\sqrt{n}}$$

- ◀ **الانحراف المعياري:** يعتبر من أهم مقاييس التشتت ويعرف أنه الجذر التربيعي لمتوسط مربعات القيم عن متوسطها الحسابي، ويفيدنا في معرفة طبيعة توزيع الأفراد أي مدى إنسجام العينة ويحسب وفق المعادلة التالية:

(غانس محمد، 2018، ص134)

$$X = \frac{\sum F_i X_i}{n}$$


- ◀ **إختبار (ت) Ttest:** يعتبر من الإختبارات الإحصائية الأكثر شيوع في البحوث النفسية والتربوية ويستخدم لقياس دلالة فروق المتوسطات غير المرتبطة والمرتبطة للعينات المستقلة والمترابطة. (خويلد أسماء، 2005، ص96)

خلاصة:

هذا الفصل يعتبر ممهدا لعرض الدراسة الميدانية حيث تطرقت فيه الطالبة الى التعريف بالمنهج المتبع ووصف عينة الدراسة وخصائصها وكذلك الأدوات المستخدمة في جمع البيانات بالإضافة الى توضيح الأساليب الإحصائية المعتمد عليها في تحليل النتائج بغية إختبار صحة الفروض.



الفصل الخامس
عرض نتائج الدراسة
ومناقشتها وتفسيرها



الفصل الخامس: عرض نتائج الدراسة ومناقشتها وتفسيرها

- 1- عرض نتيجة الفرضية الاولى ومناقشتها وتفسيرها
- 2- عرض نتيجة الفرضية الثانية ومناقشتها وتفسيرها
- 3- عرض نتيجة الفرضية الثالثة ومناقشتها وتفسيرها
- 4- إستنتاج عام

1. عرض نتيجة الفرضية الأولى ومناقشتها وتفسيرها:

والتي تنص على :

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات السلوك العدواني بين القياس البعدي والقياس القبلي للعينة الضابطة.

← عرض نتائج الفرضية الأولى:

يلاحظ من خلال الجدول أن قيمة (ت=1.109) وهي قيمة غير دالة إحصائية، لأن قيمة الدلالة المحسوبة (sig=0.284) أكبر من مستوى الدلالة المعتمد لدينا (a=0.05) وهذا يعني أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات السلوك العدواني بين القياس القبلي والبعدي للعينة الضابطة.

جدول رقم (08): نتائج إختبار (ت) للفروق بين القياس القبلي و البعدي للعينة الضابطة في درجات السلوك العدواني.

مستوى الدلالة	sig	Test (ت)	درجة الحرية di	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	عدد أفراد العينة n	
0.05	0.284	1.109	16	10.00972	117.7778	9	القبلي
				9.53211	122.8889	9	البعدي

← مناقشة نتائج الفرضية الأولى:

بينت نتائج الفرضية الأولى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات السلوك العدواني بين القياس القبلي والقياس البعدي للعينة الضابطة، حيث بلغ المتوسط الحسابي للعينة الضابطة في القياس القبلي (117.7778) مقارنة بمتوسط القياس البعدي الذي بلغ (122.8889) ومنه نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات السلوك العدواني بين القياس القبلي والبعدي للعينة الضابطة، وعليه يمكننا القول أن الفرضية الأولى تحققت وتتفق نتائج الفرضية مع نتائج الدراسة.

← التفسير نتائج الفرضية الأولى:

بينت النتائج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات السلوك العدواني بين القياس القبلي والبعدي للعينة الضابطة وهذا ما يدل على أن هذه العينة لم يطرأ عليها أي تغيير ولم يطبق عليها البرنامج الإرشادي وكذلك إستقرار خصائص المجموعة الضابطة (عدم تعرضها لعوامل خارجية قوية تغير السلوك) وهذا يعزز قيمة المقارنة مع العينة التجريبية حيث يمكن نسب أي تغيير دال في الأخير الى تأثير البرنامج الإرشادي المطبق على المجموعة التجريبية إتفقت نتائج الدراسة الحالية مع دراسة (سلطان شفلوت الزهراني 2021) بعنوان فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي لخفض السلوك العدواني لدى طلبة المرحلة المتوسطة بمنطقة الباحة.

2. عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثانية وتفسيرها:

والتي تنص على :

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات السلوك العدواني بين القياس القبلي والبعدي للعينة التجريبية.

← عرض نتائج الفرضية الثانية:

جدول رقم (09): نتائج إختبار (ت) للفروق بين القياس القبلي و البعدي للعينة التجريبية في درجات السلوك العدواني.

عدد أفراد العينة	n	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية di	Test (ت)	sig	مستوى الدلالة
قبلي	9	121.6667	13.54622	16	-2.467	0.025	0.05
بعدي	9	107.8889	9.85450				



يتضح من خلال الجدول أن قيمة (ت=-2.467) وهي دالة إحصائية، لأن قيمة الدلالة المحسوبة تساوي (sig=0.025) وهي أصغر من مستوى الدلالة المعتمد لدينا (0.05) وهذا يعني أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات السلوك العدواني بين القياس القبلي والبعدي للعينة التجريبية والفروق لصالح القياس البعدي.

← مناقشة نتائج الفرضية الثانية:

يتبين من خلال نتائج الفرضية الثانية أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات السلوك العدواني بين القياس القبلي والبعدي للعينة التجريبية، كما أنه بلغ المتوسط الحسابي في القياس القبلي (121.6667) وفي القياس البعدي (107.8889) فالفرق لصالح القياس البعدي ومنه يمكننا القول أن فرضية بحثنا تحققت.

← تفسير نتائج الفرضية الثانية:

وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي للعينة التجريبية لصالح القياس البعدي يدل على أن البرنامج الإرشادي أسهم في خفض السلوك العدواني لدى العينة التجريبية وقد إتفقت الدراسة الحالية مع عديد الدراسات من بينها دراسة(عزيز أحمد الرحامنة2019) بعنوان برنامج إرشادي في خفض السلوك العدواني لدى أطفال إضطراب التوحد من الدرجة البسيطة في عمان كذلك دراسة (Aderibigbe, Ajoh (2024) بعنوان تأثير العلاج العقلاني الإنفعالي السلوكي (REBT) على السلوكيات العدوانية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية في كالابار نيجيريا.

3. عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة وتفسيرها

والتي تنص على :

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات السلوك العدواني بين العينة الضابطة والعينة التجريبية في القياس البعدي.

← عرض نتائج الفرضية الثالثة:

جدول رقم (10): نتائج إختبار (ت) للفروق بين القياس العينة الضابطة و التجريبية في درجات السلوك العدواني في القياس البعدي.

مستوى الدلالة	sig	Test (ت)	درجة الحرية di	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	عدد أفراد العينة n	
0.05	0.005	3.282	16	9.53211	122.8889	9	الضابطة
				9.85450	107.8889	9	التجريبية

يتبين من خلال الجدول أن قيمة (ت) بلغت (3.282) وهي دالة إحصائية، لأن قيمة الدلالة المحسوبة تساوي (sig =0.005) وهي أصغر من مستوى الدلالة المعتمد لدينا (0.05) وهذا يعني أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين العينة الضابطة والعينة التجريبية في القياس البعدي للسلوك العدواني والفروق لصالح العينة التجريبية.

← مناقشة نتائج الفرضية الثالثة:

بينت نتائج الفرضية الثالثة أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين العينة الضابطة والعينة التجريبية في درجات السلوك العدواني، حيث أن العينة التجريبية بلغ متوسطها الحسابي (107.8889) بينما العينة الضابطة (122.8889) وعليه فالفروق لصالح العينة التجريبية ومنه يمكننا القول أن الفرضية الثالثة تحققت.

← تفسير نتائج الفرضية الثالثة:

أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين العينة الضابطة والعينة التجريبية في القياس البعدي لصالح العينة التجريبية مما يدل على أن التطبيق الفعلي للبرنامج قد أدى الى تحسن ملموس في خفض السلوك العدواني لدى العينة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة التي لم تطبق عليها أي إجراءات تدخلية إضافة الى ذلك يمكن تفسير هذه الفروق بكون أن العينة التجريبية قد استفادت من بيئة إرشادية داعمة خففت من بعض العوائق النفسية والاجتماعية، وشجعت تلاميذ العينة التجريبية على إعادة تقييم سلوكياتهم ومراقبة أفكارهم اللاعقلانية المسببة للسلوك العدواني وقد إتفقت الدراسة الراهنة مع بعض الدراسات الأخرى منها دراسة (عايدة ناجي 2021) بعنوان برنامج إرشادي جماعي عقلائي إنفعالي سلوكي في تعديل الأفكار اللاعقلانية وخفض السلوك العدواني لدى المراهقين الجانحين وكذلك دراسة

(سلطان مشرف شلفوت الزهراني 2021) بعنوان فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي لخفض السلوك العدواني لدى طلبة المتوسطة في منطقة الباحة ودراسة (نبيلة يوبي ومحمد مكي 2022) بعنوان فعالية العلاج المعرفي السلوكي في خفض السلوك العدواني وأثره على التحصيل الدراسي.

4. الإستنتاج العام:

- نستنتج من خلال هذه الدراسة أن السلوك العدواني يعد من أحد المتغيرات المهمة لما له من تأثير بالغ في حياة الفرد وتكيفه مع المجتمع، ونظرا لهذه الأهمية لجأت الطالبة الى بناء برنامج إرشادي لخفض هذا السلوك عند المراهقين وتوصلت الدراسة الى النتائج التالية :
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات السلوك العدواني بين القياس القبلي والقياس البعدي للعيينة الضابطة.
 - توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات السلوك العدواني بين القياس القبلي والقياس البعدي للعيينة التجريبية.
 - توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات السلوك العدواني بين العينة الضابطة والعينة التجريبية في القياس البعدي.



خاتمة:

مما لاشك فيه أن السلوك العدواني لدى التلاميذ أصبح ظاهرة واقعية موجودة في معظم مؤسسات التعليم باختلاف مستوياتهم هذا مادق ناقوس الخطر على جل المؤسسات التربوية لإنعكساته السلبية على المجتمع عامة والمؤسسة التربوية على وجه الخصوص.

هذه الدراسة سلطت الضوء على هذه الظاهرة التي يمكن أن تبدأ بسلوكيات عدوانية بسيطة في الشبكات الإجتماعية المدرسية لكن غياب التدخل يحولها إلى عنف مدمر يهدد سلامة الجميع مما يستلزم تدخلات إرشادية وإستراتيجيات وقائية للحد من هذه الظاهرة وفي هذا الإطار هدفت هذه الدراسة إلى بناء برنامج إرشادي من أجل خفض السلوك العدواني وقد ثبتت فعاليته على فئة من المراهقين . رغم هذا يمكن إجراء بحوث أخرى تهتم بهذا الموضوع وتتوسع فيه أكثر من خلال :

- الوقوف على الأسباب الرئيسية للسلوك العدواني .
- بناء برامج إرشادية مختلفة لخفض السلوك العدواني .
- تسليط الضوء على فئة المعلمين والإدارة وكذلك الأسرة في البرامج الإرشادية .
- اقتراح برامج إرشادية بأساليب مختلفة تهتم بتنمية الجوانب الإيجابية لدى المراهقين وخفض الأفكار اللاعقلانية.



قائمة المصادر
والمراجع

قائمة المصادر والمراجع

. المراجع العربية

◀ الكتب:

- ابن منظور، (1994)، لسان العرب، الطبعة الثالثة، دار صادر، بيروت .
- أحمد عبد اللطيف أبو سعد، (2014)، تعديل السلوك الإنساني (النظرية والتطبيق)، ط2، دار المسيرة، عمان.
- أسامة فاروق مصطفى، (2011)، مدخل إلى الاضطرابات السلوكية والانفعالية، الطبعة الأولى، دار المسيرة، عمان .
- إيهاب الببلاوي، (2006)، مقياس السلوك العدواني، دار الزهراء، الرياض.
- باضة، أمال عبد السميع ميلجي، (1998)، الشخصية والاضطرابات السلوكية والوجدانية، ط1، مكتبة أنجلو المصرية .
- بشير معمريه وآخرون، (2009)، السلوك العدواني في الجامعة ودور التربية في مواجهته، المكتبة العصرية المنهل .
- جمال محمد الخطيب، (2014)، تعديل السلوك الإنساني، الطبعة 7، دار الفكر، الأردن .
- خليل قطب أبو قروة، (1996)، سيكولوجية العدوان، مكتبة الشباب، القاهرة .
- خولة أحمد يحي، (2000)، الاضطرابات السلوكية والانفعالية، الطبعة الأولى، دار الفكر، الأردن.
- رافدة الحريري، زهرة بن رجب، (2008)، المشكلات السلوكية النفسية والتربوية، دار المناهج، الأردن .
- رياض نايل العاسمي، (2015)، التصميم الناجح لبرامج الإرشاد النفسي المدرسية الشاملة، الطبعة الأولى، دار الإعصار العلمي، الأردن .
- رياض نايل العاسمي، (2015)، العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي بين النظرية والممارسة، الطبعة الأولى، دار الإعصار العلمي، الأردن .
- سهير كامل أحمد، (2000)، التوجيه والإرشاد النفسي، مركز الإسكندرية للكتاب، مصر.
- عبد الرحمن سيد سليمان، إيهاب الببلاوي، (2010)، الآباء والعدوانية لدى الأبناء، ط1، دار الزهراء، الرياض .
- عبد الله أبو زعيزع (تأليف)، جميل الصمادي (تقديم)، (2009)، أساسيات الإرشاد النفسي والتربوي، الطبعة الأولى، دار يافا للنشر والتوزيع، الأردن .
- عدنان أحمد الفسفوس، (2006)، الدليل الإرشادي لمواجهة السلوك العدواني لدى طلبة المدارس، الطبعة الأولى، المكتبة الإلكترونية: أطفال الخليج.

- عصام عبد اللطيف العقاد، (2001)، سيكولوجية العدوانية وترويضها، دار غريب، القاهرة .
- علي أسعد وطفة، (2008)، العنف والعدوانية في التحليل النفسي، مكتبة الأسد، دمشق .
- علي ناسو صالح سعيد، (2014)، الإرشاد النفسي الاتجاه المعاصر لإدارة السلوك الإنساني، دار غيداء، الأردن .
- كمال يوسف بلان، (2015)، نظريات الإرشاد والعلاج النفسي، الطبعة الأولى، دار الإعصار العلمي، الأردن .
- لويس كامل مليكة، (1990)، العلاج السلوكي وتعديل السلوك، الطبعة الأولى، دار القلم، الكويت.
- محمد إبراهيم عيد، (2006)، مقدمة في الإرشاد النفسي، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة .
- محمد علي قطب الهمشري، وفاء محمد عبد الجواد، (2000)، عدوان الأطفال، ط2، مكتبة العبيكان، الرياض.

◀ المجالات:

- إبراهيم والحاج عبد الحليم، (2018)، فاعلية برنامج إرشادي في خفض السلوك العدوانية لدى عينة من الأطفال الصم بمدينة بورتسودان، مجلة العلوم النفسية والتربوية، مجلد 6 (2)، ص110-128.
- ابن عبد الله هجيرة، (2022)، السلوك العدواني في المدرسة: نظرة نفسية معرفية، سوسيوولوجيا الجريمة للبحوث والدراسات العلمية في الظواهر الإجرامية، مجلد 3 (4)، ص15-31.
- أحمد أحسن وآخرون، (2019)، تحديد مظاهر السلوك العدواني خلال درس التربية البدنية والرياضية بالمرحلة الثانوية، مجلة تفوق في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، العدد 7 .
- أسماء خويلد، بلحسيني وردة، (د.س)، مدخل معاصر للإرشاد متعدد المحاور، مجلة حقائق للدراسات النفسية والاجتماعية، العدد 10.
- الماحي زوبيدة، (2015)، دراسة إحصائية استكشافية وصفية للسلوك العدواني في مرحلتين التعليميتين الابتدائي والمتوسط، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، العدد 21، جامعة محمد بن أحمد، وهران 2 .
- بربغت منيرة، دهان أمال، (2006)، إشكالية قياس السلوك العدواني في ظل تعدد أشكاله، مجلة الدراسات النفسية والتربوية، جامعة البليدة 2.
- بن حليم أسماء، (2014)، السلوك العدواني لدى الطفل وعلاقته بالإساءة اللفظية والإهمال من طرف الأم، مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية، العدد 7، جامعة الوادي .

- بهيجة عثمان، أحمد سليم، (2018)، السلوك العدواني لدى الأبناء، المجلة العلمية لكلية رياض الأطفال، مجلد 4.4 (4).
- خيرة حضرية، (2016)، البرنامج الإرشادي العقلاني الانفعالي، مجلة الحكمة للدراسات التربوية والنفسية، مجلد 4 (7)، ص125-135، جامعة يونس علي، البليدة .
- خويلد أسماء، (2013)، الفنيات العلاجية في الإرشاد العقلاني الانفعالي، مجلة الحكمة للدراسات التربوية والنفسية، المجلد 1 (4)، ص6-16 .
- زليخة جديدي، عبد الكريم قريشي، (2015)، التفكير العقلاني واللاعقلاني، مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية، العدد 13/14، ص331-346، جامعة الشهيد حمة لخضر، الوادي .
- سعيد بن زيان، (د.س)، المراهقة بين المفهوم والتفسير، مجلة التربية والصحة النفسية، جامعة الجزائر 2، المجلد 8.2 (2).
- سلطان مشرف شفلوت الزهراني، (2021)، فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي لخفض السلوك العدواني لدى طلبة المرحلة المتوسطة في منطقة الباحة، المجلة العلمية لكلية التربية، المجلد 37 (1)، جامعة أسيوط .
- صليحة براك، (2011)، عناد الأطفال كسلوك طبيعي وكمشكلة، المجلة الجزائرية للأبحاث والدراسات، مجلد 4 (2)، ص67-78.
- عازيزة أحمد الرحامنة، (2019)، فاعلية برنامج إرشادي في خفض مستوى السلوك العدواني لدى أطفال اضطراب التوحد، مجلة البحث العلمي في التربية، العدد 20، الأردن.
- عايدة شعبان صالح، أنور حمودة البناء، (2007)، فاعلية برنامج إرشادي لخفض حدة السلوك العدواني لدى الأطفال المعاقين عقلياً القابلين للتعلم بمحافظة غزة، مجلة الأزهر (سلسلة العلوم الإنسانية)، مجلد 10 (1)، ص1-20، غزة .
- عايدة ناجي، (2021)، فاعلية برنامج إرشادي جماعي في تعديل الأفكار اللاعقلانية وخفض السلوك العدواني لدى المراهق الجانح، مجلة الرسالة للدراسات والبحوث الإنسانية، المجلد 6 (4)، ص548-571، جامعة أم البواقي، الجزائر .
- عبد الباري جاب الله، عبد العزيز بوسالم، (2020)، البنية العاملية لاختبار رافن للمصفوفات المتتابعة القياسي للفئة العمرية (13-18) سنة، مجلة العلوم الإنسانية لجامعة أم البواقي، المجلد 8 (1)، الجزائر .
- عماد يوسف الوحيددي، ريما حسيب شعيب، (2022)، ماهية العدوانية والنظريات المفسرة للسلوك العدواني لدى الأطفال، مجلة الإبراهيمي للدراسات النفسية والتربوية، مجلد 4 (2)، ص106-122 .
- فاطمة كوسة، محمد قدوش، (2024)، العنف وعلاقته بالسلوك العدواني عند تلاميذ التعليم المتوسط، مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية، مجلد 9 (1)، ص97-110 .

- كمال بورزق، سالمى فطيمة، (2019)، واقع السلوك العدواني لدى التلاميذ خلال حصة التربية البدنية: دراسة ميدانية على تلاميذ السنة الرابعة متوسط بمتوسطة المصالحة بالأغواط، مجلة سوسيوولوجيا للدراسات والبحوث الاجتماعية، جامعة عمار ثليجي بالأغواط، الجزائر.
- مستورة سفر حمدان الغامدي، (2020)، فاعلية برنامج إرشادي جمعي في خفض السلوك العدواني لدى طالبات الصف السادس ابتدائي بالباحة، مجلة كلية التربية، العدد 110، جامعة المنصورة .
- معامير نريمان، فاطمة الزهراء كوسة، (2020)، السلوك العدواني لدى المراهق المتمدرس: دراسة ميدانية على عينة من التلاميذ في التعليم المتوسط والثانوي بولاية الوادي، مجلة العلوم النفسية والتربوية، مجلد 6 (1)، ص107-121، جامعة الوادي، الجزائر .
- نبيلة يوبي، محمد مكي، (2022)، فعالية العلاج المعرفي السلوكي في خفض السلوك العدواني وأثره على التحصيل الدراسي لدى الطفل المتمدرس بين 6-12 سنة، مجلة الرواق للدراسات الاجتماعية والإنسانية، مجلد 8 (2)، ص711-738.
- وفاء دحماني، يامنة اسماعيلي، (2024)، السلوك العدواني لدى المراهق المتمدرس بالمرحلة الثانوية، مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية، مجلد 9 (1)، ص389-407 .
- يونس أيت حليم فطار، (2025)، العدوانية والعنف بالوسط المدرسي المغربي، مجلة المعرفة، العدد 28، جامعة ابن طفيل، المغرب.

◀ الرسائل العلمية و المحاضرات:

- ابتسام ناصر بن هويل، (2012)، المنهج التجريبي (التمهيدي- المثالي-الشبه تجريبي)، مذكرة لنيل شهادة الماستر، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، الرياض.
- باسم عواد الدلمة وآخرون، (2022)، نماذج للمقاييس النفسية، المحاضرة التاسعة، مقياس الاختبارات والقياس.
- خويلد أسماء، (2005)، الدافعية للإنجاز في ظل التوجيه المدرسي بالجزائر: دراسة ميدانية لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي بمدينة ورقلة، رسالة ماجستير تخصص علم النفس المدرسي، جامعة ورقلة، الجزائر .
- زبير يسية، (2025)، فاعلية برنامج إرشادي قائم على استراتيجيات الإرشاد المعرفي السلوكي لتنمية فعالية الذات الاجتماعية لدى التلاميذ المتأخرين دراسياً: دراسة ميدانية تجريبية على عينة من تلاميذ السنة أولى ثانوي بمدينة الجلفة، أطروحة دكتوراه تخصص علم نفس، جامعة محمد خيضر بسكرة، الجزائر .
- زياد أحمد بدوي، (2011)، فاعلية برنامج إرشادي قائم على فن القصة لخفض السلوك العدواني لدى المعاقين عقلياً القابلين للتعلم، رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية، غزة.

- عبد الرزاق حمایمی، (2025)، فعالية برنامج إرشادي انتقائي تكاملي للتخفيف من سلوك العنف المدرسي، أطروحة لنيل شهادة الدكتوراه في علم النفس المدرسي، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة، الجزائر .
- عبد الناصر غربي، (2014)، فاعلية برنامج إرشادي في ضوء نظرية "ألبرت إيليس" العقلانية الانفعالية السلوكية في خفض قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، أطروحة دكتوراه في علم النفس المدرسي، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة، الجزائر .
- غانس محمد، (2018)، الاتجاهات النفسية لأساتذة التعليم الثانوي تجاه النشاط الرياضي واللياقة البدنية وعلاقتها ببعض المتغيرات: دراسة ميدانية لبعض ثانويات ولاية تيسمسيلت، أطروحة دكتوراه في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر 3، الجزائر .
- مزغاني حلیمة، (2016)، العدوانية والإحباط، رسالة ماجستير، جامعة جيلالي لیباس، سيدي بلعباس، الجزائر .

. المراجع الاجنبية:

- Yousaf, A., Khalil, M., & Zahoor-ul-Haq, Z. (2021). Measurement of five dimensions of aggressive behavior pattern among secondary school students. *Pakistan Journal of Humanities & Social Sciences Research*, 4(2), 137–153.
- IJEP – International Journal of Educational Psychology, Vol. 6 No. 1 February 2017 pp. 1-24 Proactive and Reactive Aggressive Behavior in Bullying: The Role of Values Natalia Jara - Jose A. Casas - Rosario Ortega-Ruiz
- J Psychiatr Ment Health Nurs. 2013 March ; 20(2): 156–168 Jianghong Liu, Gary Lewis, and Lois Evans Understanding Aggressive Behavior Across the Life Span
- Ajah, M. O., Okon, M. O., & Aderibigbe, S. A. (2024). Effect of rational emotive behavioural therapy (REBT) on aggressive behaviours of secondary school students in Calabar, Nigeria. *Multi-Disciplinary Journal of Research and Development Perspectives*



الملاحق

الملاحق: الملحق 01: إستبيان السلوك العدواني

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة زيان عاشور

الاسم واللقب:.....
الجنس: [] أنثى / [] ذكر
السن:.....
الاعادة: [] نعم / [] لا

أخي أختي المجيب أمامك مجموعة من العبارات التي تصف سلوكيات ومشاعر قد تصدر عنك في مواقف مختلفة من حياتك اليومية نرجو منك الاجابة بصدق مع العلم أنه لا يوجد عبارات صحيحة أو خاطئة. و انما تعتبر صادقة عندما تعبر عن حقيقة ما تشعر به اتجاه معنى العبارة.
المطلوب منك هو وضع علامة (✓) لكل اجابة تعبر عنك.

الرقم	الفقرة	أوافق درجة كبيرة جدا	أوافق درجة متوسطة	أوافق درجة قليلة	أوافق درجة قليلة جدا
01	يبدو أنني غير قادر على التحكم في إندفاعي نحو إيذاء من يحاول مضايقتي.				
02	عندما أغضب فأنني لا أستخدم لهجة عنيفة.				
03	أفقد أعصابي بسهولة.				
04	لا أسقط غضبي على بعض زملائي عندما ينتقدني أساتذتي أو من هو أكبر مني.				
05	إذا شعرت بنية شخص ما في الإعتداء علي فإنني أحاول ان أتجنب ذلك.				
06	عندما أفقد أعصابي فإنني أتلفظ ببعض الكلمات الجارحة.				
07	في المواقف الصعبة لا يظهر علي الإضطراب أو الإرتباك.				
08	أفقد أعصابي في بعض المواقف الى درجة التي أقوم فيها بإلقاء الأشياء.				
09	اعتقد لا يوجد سبب معقول للاعتداء على أي شخص.				
10	في بعض المناقشات أميل الى رفع صوتي والحديث بعصبية.				
11	عندما أغضب فان ذلك يظهر على وجهي بصورة واضحة.				
12	عندما أنفعل بشدة أقوم بإلتقاط أقرب شيء لي وأحاول ان أكسره.				
13	عندما يحاول شخص ما مضايقتي فإنني أندفع للإعتداء عليه.				
14	أتلفظ ببعض الألفاظ غير المناسبة عن الأشخاص الذين لا أميل اليهم.				

					الكثير من قراراتي لا تتبع من انفعالاتي	15
					لا أفقد اعصابي الى الدرجة التي أقوم فيها بإلغاء الأشياء.	16
					بعض الأشخاص يصفونني بأنني شخص هجومي.	17
					لا اخاطب بعض الناس بقسوة حتى ولو كانوا يستحقون ذلك.	18
					من السهولة إستشارتي بصورة واضحة.	19
					في بعض المناقشات أظهر غضبي بالضرب على المائدة.	20
					لا أعتدي على الناس الذين يحاولون مضايقتي.	21
					عندما يخاطبني بعض الناس بصوت عالٍ فإنني أرد عليهم بالصوت العالي أيضاً.	22
					يغلي الدم في عروقي إذا ضايقتني شخص ما.	23
					الناس الذين يقذفون الأشياء عندما يغضبون أعتبرهم مثل الأطفال.	24
					عندما أغضب أو أنفعل فإنني أكون مستعداً للاعتداء على الشخص الذي أغضبني أو أثار انفعالي.	25
					لا أحاول أن أتلفظ ببعض التهديدات للشخص الذي يسعى إلى مضايقتي.	26
					أشعر في بعض المواقف أنني مثل وعاء من البارود قبل الانفجار.	27
					عندما أتضايق أو أغضب فإنني أسقط ذلك على أي شخص أقابله.	28
					لا أستخدم العنف البدني للدفاع عن حقوقي.	29
					لا أستطيع أن أمنع نفسي عن النقاش الحاد	30

					عندما يختلف رأي البعض من رأيي الشخصي.	
					عندما يخطئ البعض في حقي فإنني أستطيع أن أتحكم في انفعالاتي.	31
					إذا لم أستطع النيل من الشخص الذي ضايقتني فإنني أحاول مضايقة أي شخص آخر.	32
					أشعر بالارتياح عندما أعتدي على بعض الأشخاص الذين لا أميل إليهم.	33
					أميل إلى الحديث بهدوء وأحاول عدم السخرية من أي شخص في بعض المناقشات مع الآخرين.	34
					إذا شعرت بنية شخص ما في الاعتداء علي فإنني أبادر بالاعتداء عليه.	35
					عندما أغضب فإنني أستخدم بعض الكلمات العنيفة	36
					لا أستطيع السيطرة على انفعالاتي في بعض المواقف.	37
					أكاد أبكي عندما لا أستطيع مواجهة انتقادات زملائي أو أساتذتي.	38
					أنا شخص يبدو علي العصبية و النرفزة في العديد من المواقف.	39
					إذا لم أستطع النيل من الشخص الذي ضايقتني فإنني أجاول أن أسقط غضبي على الآخرين.	40

الملحق 02: إختبار الذكاء "لجون رافن"

إختبار الذكاء للمصفوفات المتتابعة لجون رافن (المستوى العادي) للمراهقين

_ الاسم واللقب:

_ تاريخ الميلاد:

_ اسم المدرسة:

_ تاريخ تطبيق الاختبار:

التعليمة: عزيز التلميذ .. عزيزتي التلميذة:

نضع بين يديك مجموعة من الأشكال تتألف من (60) مصفوفة مقسمة إلى خمس مجموعات هي (أ، ب، ج، د، هـ) وتحتوي كل منها على اثنتي عشرة (12) مصفوفة، والمصفوفة عبارة عن شكل أساسي يحتوي على تصميم هندسي تتقصه قطعة وضعت بداخل تتراوح بين ستة إلى ثمانية بدائل، والمطلوب منك التعرف على الشكل الناقص بوضع علامة (X) داخل الشكل الذي يرمز للإجابة الصحيحة في ورقة الإجابة.

المجموعة (أ)

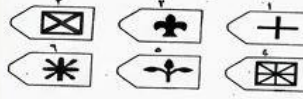
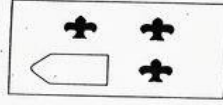
	(4) د ج ب ا ح ز و ه	(2) د ج ب ا ح ز و ه	(1) د ج ب ا ح ز و ه
(4) د ج ب ا ح ز و ه	(3) د ج ب ا ح ز و ه	(6) د ج ب ا ح ز و ه	(5) د ج ب ا ح ز و ه
(8) د ج ب ا ح ز و ه	(7) د ج ب ا ح ز و ه	(12) د ج ب ا ح ز و ه	(11) د ج ب ا ح ز و ه
(10) د ج ب ا ح ز و ه	(9) د ج ب ا ح ز و ه		

المجموعة (ج)

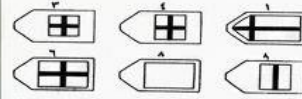
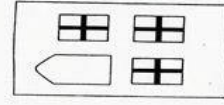
(1) د ج ب ا ح ز و ه	(2) د ج ب ا ح ز و ه
(4) د ج ب ا ح ز و ه	(3) د ج ب ا ح ز و ه
(6) د ج ب ا ح ز و ه	(5) د ج ب ا ح ز و ه
(12) د ج ب ا ح ز و ه	(11) د ج ب ا ح ز و ه
(10) د ج ب ا ح ز و ه	(9) د ج ب ا ح ز و ه

المجموعة (ب)

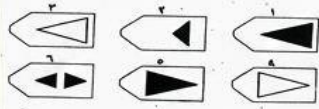
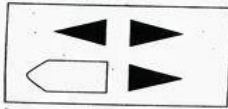
المجموعة شرحين ب ١ براسيسة
تتباين الباري ب ١ برولة الأميلة



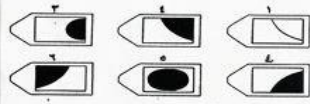
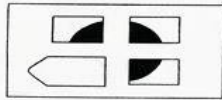
١ب



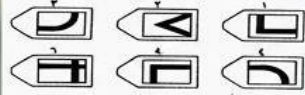
٢ب



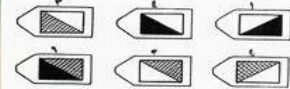
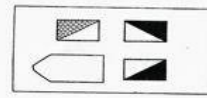
٣ب



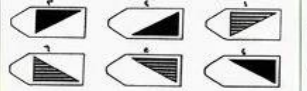
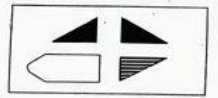
٤ب



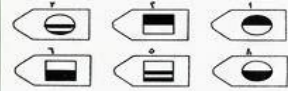
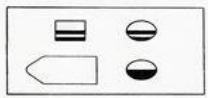
٥ب



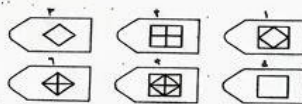
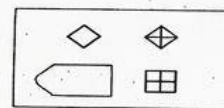
٦ب



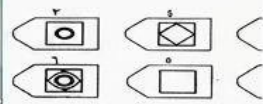
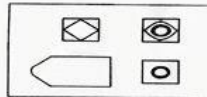
٧ب



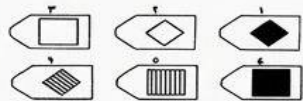
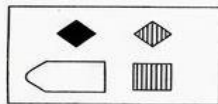
٨ب



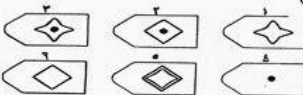
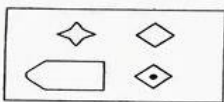
٩ب



١٠ب



١١ب



المجموعة (د)

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

40

41

42

43

44

45

46

47

48

49

50

51

52

53

54

55

56

57

58

59

60

61

62

63

64

65

66

67

68

69

70

71

72

73

74

75

76

77

78

79

80

81

82

83

84

85

86

87

88

89

90

91

92

93

94

95

96

97

98

99

100

الملحق 03: استثمار البيانات الشخصية والوضع الاقتصادي والاجتماعي

إستمارة البيانات الشخصية و الوضع الإقتصادي و الاجتماعي

عزيزي التلميذ عزيزي التلميذة نضع بين أيديكم هذه الإستمارة تدور أسلئنها حول وضعية التلميذ ووضعية أسرته، والمطلوب منكم قراءتها بشكل جيد والإجابة عنها بكل صدق وأمانة.

البيانات الخاصة بالتلميذ :

الإسم واللقب :..... تاريخ الميلاد :.....

عدد الإخوة :..... الشعية :.....

هل تعاني من مرض جسدي مزمن؟.....

هل تعاني من مشكلات نفسية؟.....

هل تعاني من إعاقة جسدية؟.....

البيانات الخاصة بالأسرة : ضع علامة (x) في المكان المناسب

مهنة الأب :..... مهنة الأم :.....

المستوى التعليمي للاب :

مستوى التعليم الإبتدائي

مستوى التعليم المتوسط

مستوى التعليم الثانوي

مستوى التعليم الجامعي

غيرها
.....

- مستوى الدخل الشهري للأسرة ؟

ضعيف متوسط مرتفع

الملحق 05: البرنامج الإرشادي

رقم الجلسة	موضوع الجلسة	محتوى الجلسة	أهداف الجلسة	الفنيات المستخدمة	الادوات المستخدمة	الوقت المستغرق
الجلسة 01	التعارف بين الباحث وأفراد المجموعة	الترحيب بالحاضرين وشرح الإطار العام للبرنامج (المدة والهدف وعدد الجلسات) وضع قوانين المجموعة: الإحترام، السرية، عدم المقاطعة، عدم السخرية، بناء الثقة مقدمة بسيطة حول السلوك العدواني	بناء علاقة إرشادية مهنية بين الباحث والمسترشدين العمل على خلق جو تسوده الثقة تهيئة المسترشدين للتعرف على البرنامج من خلال التمهيد له تعرف على أهمية ومحتويات البرنامج والأهداف والتوقعات المرجوة من البرنامج تنمية روح العمل الجماعي عند المسترشدين	المناقشة الحوار الواجب المنزلي (تسجيل موقف ظهر فيه السلوك العدواني خلال الأسبوع)	السبورة حافظة بلاستيكية لحفظ جميع الواجبات المنزلية فيها	45 دقيقة
الجلسة 02	السلوك العدواني	مناقشة الواجب المنزلي السلوك العدواني من حيث المفهوم والنتائج (السلوكات) استعراض ماقاله المسترشدين وتنظيم ذلك على الصبورة ثم توزيع مطوية السلوك العدواني	التعرف على السلوك العدواني الأعراض وطرق التشخيص	المناقشة واجب منزلي (لمعرفة السلوك العدواني من وجهة نظر المسترشدين)	السبورة مطوية السلوك العدواني	45 دقيقة
الجلسة 03	التفكير اللاعقلاني	مناقشة الواجب المنزلي من حيث أسباب السلوك العدواني من وجهة نظر التلاميذ تسجيلها في السبورة (يتم تسجيل اهم الأفكار) لفت الانتباه الى العلاقة بين (السلوكات والافكار) وبين الأفكار والانفعالات من خلال اسئلة عندما قمت بهذا السلوك ماذا فكرت؟..اذن هناك علاقة	مساعدتهم على البدء في إدراك أن العدوان ناتج عن أفكار و معتقدات غير عقلانية ، يمكن تعديلها وفهم كيفية تأثيرها على الانفعال والسلوك إدراك العلاقة بين الفكرة والإنفعال والسلوك	المناقشة واجب منزلي (يطلب من المشاركين كتابة مواقف حدثت فيها السلوك العدواني وأفكارهم قبل السلوك)	جدول ملئ الفراغات (يكون خلال الجلسة)	45 دقيقة
الجلسة 04	نظرية ABC	مناقشة الواجب المنزلي ثم شرح نظرية ABC	تدريبهم على إدراك الأفكار اللاعقلانية شرح نظرية ABC	المناقشة فنية ABC جدول ملأ	جدول مراقبة الذات مخططات	45 دقيقة

	لشرح فنية ABC	الفراغات جدول المراقبة الذاتية	فهم العلاقة بين الإنفعال والسلوك والأفكار	مع ذكر مثال مرتبط بالسلوك العدواني عبارة عن قصة أو موقف من مواقفهم هم. إطلاعهم ثم تدريبهم على فنية مراقبة الذات		
45 دقيقة	الجدول الاسبورة	المناقشة النمذجة المتخيلة يتخيل شخص هادئ وحكيم في نفس للموقف الذي قام فيه بالسلوك العدواني واجب منزلي جدول مراقبة الذات	مناقشة الفكرة اللاعقلانية دحض الفكرة اللاعقلانية استبدال الفكرة اللاعقلانية بفكرة اخرى	يتم استبدال اللغة الذي يستخدمها المفحوص بلغة اوضح واكثر عقلانية يتم طرح سؤال محوري هو كيف تصف ذلك الموقف او ما هو تقييمك للمشكلة يتم تطبيق ذلك مع حالة من الحالات وتركيز معه وشرح للمجموعة بحيث ان كل واحد منهم يغير اللغة التي يستخدمها في وصف الموقف بلغة اكثر عقلانية.. ثم طرح سؤال مالفائدة من تبني الفكرة الأولى الخاصة به .. هذا كارثي نعم مالفائدة التي حصلت عليها.. الخطوة الأخيرة مناقشة الفكرة وتبني فكرة جديدة ثم رجوع الى جدول مراقبة ذاتية وتسجيل الأفكار الجديدة	الجانب الأول من التفكير اللاعقلاني "التهويل"	الجلسة 05
45 دقيقة	الجدول الاسبورة	المناقشة النمذجة المتخيلة يتخيل شخص هادئ وحكيم في نفس للموقف الذي قام فيه بالسلوك العدواني واجب منزلي جدول مراقبة الذات	مناقشة الفكرة اللاعقلانية دحض الفكرة اللاعقلانية استبدال الفكرة اللاعقلانية بفكرة اخرى	يتم استبدال اللغة الذي يستخدمها المفحوص بلغة اوضح واكثر عقلانية يتم طرح سؤال محوري هو اصف لي درجة تحملك للإحباط يتم تطبيق ذلك مع حالة من الحالات وتركيز معه وشرح للمجموعة بحيث ان كل واحد منهم يغير اللغة التي يستخدمها في وصف الموقف بلغة اكثر عقلانية..	الجانب الثاني من التفكير اللاعقلاني "الدرجة الضعيفة لتحمل الإحباط "	الجلسة 06

				<p>ثم طرح سؤال مالفائدة من تبني الفكرة الأولى الخاصة به ..لأستطيع التحمل نعم مالفائدة التي حصلت عليها بدل من ايجاد حلول للتحمل</p> <p>الخطوة الأخيرة مناقشة الفكرة وتبني فكرة جديدة ثم رجوع الى جدول مراقبة ذاتية وتسجيل الأفكار الجديدة</p>		
45 دقيقة	الجدول السبورة	<p>المناقشة النمذجة المتخيلة يتخيل شخص هادئ وحكيم في نفس للموقف الذي قام فيه بالسلوك العدواني واجب منزلي جدول مراقبة الذات فنية الكراسي الاربع</p>	<p>مناقشة الفكرة اللاعقلانية دحض الفكرة اللاعقلانية استبدال الفكرة اللاعقلانية بفكرة اخرى</p>	<p>يتم استبدال اللغة اللذي يستخدمها المفحوص بلغة اوضح واكثر عقلانية يتم طرح سؤال محوري هو ا انت تقول بأنه يجب ... ولكن ليس هناك قانون يحكم تعامل الاشخاص معك بالطريقة التي انت تريدها يتم تطبيق ذلك مع حالة من الحالات وتركيز معه وشرح للمجموعة بحيث ان كل واحد منهم يغير اللغة التي يستخدمها في وصف الموقف بلغة اكثر عقلانية ..</p> <p>ثم طرح سؤال مالفائدة من تبني الفكرة الأولى الخاصة به ..يجب ان يعاملني الآخرون بلطف و ..نعم مالفائدة التي حصلت عليها الخطوة الأخيرة مناقشة الفكرة وتبني فكرة جديدة ثم رجوع الى جدول مراقبة ذاتية وتسجيل الأفكار الجديدة</p>	<p>الجانب الثالث من التفكير اللاعقلاني "التطلب"</p>	الجلسة 07
45 دقيقة	الجدول السبورة	<p>المناقشة النمذجة المتخيلة يتخيل شخص هادئ</p>	<p>مناقشة الفكرة اللاعقلانية دحض الفكرة اللاعقلانية</p>	<p>يتم استبدال اللغة اللذي يستخدمها المفحوص بلغة اوضح واكثر عقلانية</p>	<p>الجانب الرابع من التفكير اللاعقلاني</p>	الجلسة 08

		<p>وحكيم في نفس للموقف الذي قام فيه بالسلوك العدوانى واجب منزلي جدول مراقبة الذات فنية الكراسي الاربع</p>	<p>استبدال الفكرة اللاعقلانية بفكرة اخرى</p>	<p>يتم طرح سؤال محوري هو كيف تصف الشخص الذي قام بذلك الموقف.. يتم تطبيق ذلك مع حالة من الحالات وتركيز معه وشرح للمجموعة بحيث ان كل واحد منهم يغير اللغة التي يستخدمها في وصف الموقف بلغة اكثر عقلانية.. ثم طرح سؤال مالفائدة من تبني الفكرة الأولى الخاصة به.. هذا الشخص قام بتصرف خاطئ معي اذا هو سيئ و.. نعم ربما اخطئ معك في ذلك الموقف لكنه يقوم بتصرفات ايجابية في المقابل الخطوة الأخيرة مناقشة الفكرة وتبني فكرة جديدة ثم رجوع الى جدول مراقبة ذاتية وتسجيل الأفكار الجديدة</p>	<p>"التعميم وإصدار الأحكام"</p>	
45 دقيقة		<p>المناقشة الحوار</p>	<p>تقديم توجيهات عامة للمجموعة تعلم الاسترخاء التدريب على التحكم في المشاعر والإنفعالات إعطاء بعض الأساليب التوكيدية استجابة للمثيرات الاستقرائية</p>	<p>شرح اساليب توكيدية.. مهارة التعامل مع مصدر التهديد.. الاستجابة الهادئة.. الإنصات.. التشويش.. تقديم ملخص عن اسلوب الاسترخاء وانواعه تنفسي.. ذهني (يتخيل موقف هادئ) منشر مريم ويعيشه بتفاصيله وأخيرا تقديم ملخص كلي لما جاء في الجلسات</p>	<p>التدريب على الاسترخاء والأساليب التوكيدية</p>	<p>الجلسة 09</p>
45 دقيقة		<p>لعب الدور فنية الخمس ثواني فنية وقف الأفكار</p>	<p>إعطاء بعض الأساليب التوكيدية البديلة عند ظهور السلوك العدوانى التخفيف من مواقف</p>	<p>مناقشة الواجب المنزلي ثم إستعراض موقف أو موقفين من المواقف السابقة التي تثير السلوك العدوانى</p>	<p>أساليب توكيدية</p>	<p>الجلسة 10</p>

		واجب منزلي	الصراع	و يطلب منهم ردة فعله عند التعرض لهذا الموقف و تدريبهم على سلوكيات جديدة إيجابية بدل السلوكيات القديمة و تدريبهم على فنية الخمس ثواني ثم فنية لعب الدور من خلالها.		
45 دقيقة	إستبيان السلوك العدواني	المناقشة التغذية الراجعة	إكمال البرنامج تطبيق القياس البعدي	مناقشة الواجب المنزلي السابق و تلخيص كل ما جاء في الجلسات تطبيق إستبيان السلوك العدواني و تقديم الشكر لأعضاء المجموعة على تعاونهم.	جلسة ختامية	الجلسة 11

الملحق 06: مخرجات SPSS

T-TEST GROUPS=المجموعتين(12)
 /MISSING=ANALYSIS
 /VARIABLES=الضابطة التجريبية البعديين القبليين
 /CRITERIA=CI(.95).

Test T

		Remarques	
Sortie obtenue			12-APR-2026 21:16:30
Commentaires			
Entrée	Jeu de données actif	Jeu_de_données0	
	Filtre	<sans>	
	Pondération	<sans>	
	Fichier scindé	<sans>	
	N de lignes dans le fichier de travail		18
Gestion des valeurs manquantes	Définition de la valeur manquante	Les valeurs manquantes définies par l'utilisateur sont traitées comme étant manquantes.	
	Observations utilisées	Les statistiques de chaque analyse sont basées sur les observations ne comportant aucune donnée manquante ou hors plage pour aucune variable de l'analyse.	
Syntaxe		T-TEST GROUPS=المجموعتين(1 2) /MISSING=ANALYSIS /VARIABLES=القبليين البعديين التجريبية الضابطة /CRITERIA=CI(.95).	
Ressources	Temps de processeur		00:00:00,02
	Temps écoulé		00:00:00,00

Statistiques de groupe

	المجموعتين	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
القبليين	1,00 ضابطة	9	117,7778	10,00972	3,33657
	2,00 تجريبية	9	121,6667	13,54622	4,51541
البعديين	1,00 ضابطة	9	122,8889	9,53211	3,17737
	2,00 تجريبية	9	107,8889	9,85450	3,28483
التجريبية	بعدي 1,00	9	107,8889	9,85450	3,28483
	قبلي 2,00	9	121,6667	13,54622	4,51541
الضابطة	بعدي 1,00	9	122,8889	9,53211	3,17737
	قبلي 2,00	9	117,7778	10,00972	3,33657

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes	
		F	Sig.	t	ddl
القبليين	Hypothèse de variances égales	,084	,776	-,693	16
	Hypothèse de variances inégales			-,693	14,730
البعديين	Hypothèse de variances égales	,259	,618	3,282	16
	Hypothèse de variances inégales			3,282	15,982
التجريبية	Hypothèse de variances égales	,477	,500	-2,467	16
	Hypothèse de variances inégales			-2,467	14,615
الضابطة	Hypothèse de variances égales	,021	,886	1,109	16
	Hypothèse de variances inégales			1,109	15,962

Test des échantillons indépendants

		Test t pour égalité des moyennes			
		Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Intervalle de confiance de la différence à 95 % Inférieur
القبليين	Hypothèse de variances égales	,498	-3,88889	5,61441	-15,79091
	Hypothèse de variances inégales	,499	-3,88889	5,61441	-15,87486
البعديين	Hypothèse de variances égales	,005	15,00000	4,57010	5,31182
	Hypothèse de variances inégales	,005	15,00000	4,57010	5,31095
التجريبية	Hypothèse de variances égales	,025	-13,77778	5,58382	-25,61494
	Hypothèse de variances inégales	,026	-13,77778	5,58382	-25,70678
الضابطة	Hypothèse de variances égales	,284	5,11111	4,60743	-4,65620
	Hypothèse de variances inégales	,284	5,11111	4,60743	-4,65810

Test des échantillons indépendants

		Test t pour égalité des moyennes
		Intervalle de confiance de la différence à 95 %
		Supérieur
القبليين	Hypothèse de variances égales	8,01313
	Hypothèse de variances inégales	8,09709
البعديين	Hypothèse de variances égales	24,68818
	Hypothèse de variances inégales	24,68905
التجريبية	Hypothèse de variances égales	-1,94061
	Hypothèse de variances inégales	-1,84878
الضابطة	Hypothèse de variances égales	14,87842
	Hypothèse de variances inégales	14,88032

```
T-TEST GROUPS=VAR00002(1 2)
/MISSING=ANALYSIS
/VARIABLES=VAR00001
/CRITERIA=CI(.95).
```

Test T

Remarques

Sortie obtenue		13-APR-2026 20:53:08
Commentaires		
Entrée	Jeu de données actif	Jeu_de_données0
	Filtre	<sans>
	Pondération	<sans>
	Fichier scindé	<sans>
	N de lignes dans le fichier de travail	18
Gestion des valeurs manquantes	Définition de la valeur manquante	Les valeurs manquantes définies par l'utilisateur sont traitées comme étant manquantes.
	Observations utilisées	Les statistiques de chaque analyse sont basées sur les observations ne comportant aucune donnée manquante ou hors plage pour aucune variable de l'analyse.
Syntaxe		T-TEST GROUPS=VAR00002(1 2) /MISSING=ANALYSIS /VARIABLES=VAR00001 /CRITERIA=CI(.95).
Ressources	Temps de processeur	00:00:00,00
	Temps écoulé	00:00:00,00

[Jeu_de_données0]

Statistiques de groupe

	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
VAR00002				

VAR00001	الضابطة 1,00	9	97,4444	13,27696	4,42565
	التجريبية 2,00	9	92,5556	19,66031	6,55344

Test des échantillons indépendants

	Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes	
	F	Sig.	t	ddl
VAR00001 Hypothèse de variances égales	2,594	,127	,618	16
Hypothèse de variances inégales			,618	14,041

Test des échantillons indépendants

	Test t pour égalité des moyennes		
	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard
VAR00001 Hypothèse de variances égales	,545	4,88889	7,90784
Hypothèse de variances inégales	,546	4,88889	7,90784

Test des échantillons indépendants

	Test t pour égalité des moyennes	
	Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
	Inférieur	Supérieur
VAR00001 Hypothèse de variances égales	-11,87499	21,65276
Hypothèse de variances inégales	-12,06715	21,84493

الملحق 08: قائمة بأسماء المحكمين للبرنامج الإرشادي

الجامعة	التخصص	أسماء السادة المحكمين
جامعة غرداية	علم النفس المدرسي	1/ أولاد حيمودة جمعة
جامعة ورقلة	علم النفس المدرسي	2/ بن الزين نبيلة
جامعة غرداية	علم النفس العيادي	3/ نسيمة مزاور
جامعة ورقلة	علم النفس المدرسي	4/ زكري نرجس
المركز الجامعي البيض	علم النفس المدرسي	5/ ميسون سميرة