

فاعلية العلاج متعدد الوسائل في خفض الافكار غير العقلانية لدى طلاب المرحلة الاعدادية

The effectiveness of multimodal therapy in reducing irrational thoughts among middle school students

م.د. علاء عبدالامير علي
وزارة التربية، المديرية العامة للتربية في محافظة القادسية، العراق

. Alaa Abdul Amir Ali
alakenany44@gmail.com
Ministry of Education/Al-Qadisiyah Education Directorate Iraq

الملخص
أستهدف البحث الحالي تعرف فاعلية العلاج متعدد الوسائل في خفض الافكار غير العقلانية لدى طلاب المرحلة الاعدادية , وتم التحقق من خلال عدد من الفرضيات الصفرية التي وضعها الباحث , ولتحقيق هدف البحث قام الباحث بتبني مقياس الافكار غير العقلانية الذي وضعه (الطريا, ٢٠٠٨) وتم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس بتطبيقه على عينة البحث البالغة (٢٠٠) طالب , وحساب مؤشرات صدق البناء له, كذلك حساب معامل الثبات بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار أذ بلغ (٠,٧٨), وفيما يتعلق بالبرنامج الارشادي تم اعتماد تصميم تجريبي ذو المجموعتين التجريبية والضابطة ذات الاختبار القبلي والبعدي , اذ قام الباحث ببناء برنامج ارشادي وفق اسلوب العلاج متعدد الوسائل , وتم الاعتماد على نظرية (لازاروس) بواقع (١٠) جلسات ارشادية تضم عناوين مختلفة, وبعد تطبيق الاختبار البعدي على افراد المجموعتين التجريبية والضابطة , أظهرت النتائج هناك فروق ذات دلالة احصائية عند

were statistically significant differences in Level (0.05) in favor of the experimental group, which indicates the effectiveness of the multi-method treatment method in reducing irrational thoughts among middle school students, and the research came out with a set of recommendations and proposals. Keywords: Effectiveness, multi-method treatment, irrational thoughts

الفصل الاول التعريف بالبحث

مشكلة البحث

تعد مرحلة المراهقة مرحلة حرجة تحدث فيها تغيرات جسمية وعقلية وانفعالية واجتماعية، وتتحول اتجاهات الفرد ومعتقداته وأفكاره الى اتجاهات متضاربة ، فهو ينتقل من اشياء ملموسة الى اشياء فكرية ، من مرحلة يكون فيها معتمداً على غيره الى مرحلة يكون معتمداً فيها على نفسه (معوض، ١٩٨٣) وتعد الافكار غير العقلانية من العوامل الاساسية في احداث معظم الاضطرابات النفسية لدى الافراد ، والتي تؤدي بهم الى الشعور بالقلق والاكتئاب والحزن وتجعلهم غير سعداء ، وكلما كانت هذه الافكار سوية كلما كانت شخصية الفرد سوية والعكس صحيح، وتظهر أزمة المراهقة في هذه المرحلة فتؤثر في الافكار والمعتقدات والسلوك وكذلك القيم والاتجاهات (النعيمي، ٢٠٠٤)

وقد شعر الباحث بما يعانيه طلاب المرحلة الاعدادية من اضطرابات نفسية

مستوى (٠,٠٥) لصالح المجموعة التجريبية ، وهو يدل على فاعلية اسلوب العلاج متعدد الوسائل في خفض الافكار غير العقلانية لدى طلاب المرحلة الاعدادية، وخرج البحث بمجموعة من التوصيات والمقترحات. الكلمات المفتاحية: فاعلية ، العلاج متعدد الوسائل ، الافكار غير العقلانية

Abstract

The current research aims to identify the effectiveness of multi-method therapy in reducing irrational ideas among middle school students. It was verified through a number of null hypotheses set by the researcher. To achieve the research goal, the researcher adopted the irrational ideas scale developed by (Al-Tarya, 2008). The psychometric properties of the scale were verified by applying it to the research sample of (200) students, and calculating the indicators of construct validity for it, as well as calculating the stability coefficient by the test and retest method, which reached (0.78). Regarding the guidance program, an experimental design was adopted with two experimental and control groups with pre- and post-tests. The researcher built a guidance program according to the multi-method therapy method, and relied on the theory of (Lazarus) with (10) guidance sessions that included different titles. After applying the post-test to the members of the experimental and control groups, the results showed that there

وتقدمه , كما أكد علماء النفس على أهمية هذه المرحلة وحساسيتها , فإذا نجح الفرد باجتيازها بشكل سليم سيكون فرداً متوافقاً في المجتمع (التميمي، ٢٠١٧) كما تقاس امكانيات التقدم للأمم المختلفة بما لديها م موارد مادية بقدر ما تقاس بما لديها من ثروات بشرية واعية وقادرة على الانتاج والتنظيم والابتكار لاستثمار كل ما في بيئتها لخير المجتمع , لذلك من الضروري الاهتمام بالصحة النفسية للطلبة وتنمية قدراتهم وسماتهم الشخصية , اذ ان الاهتمام بالطلبة يجب ان لا يقتصر على الرعاية التعليمية والصحية وتوفير المستلزمات المادية فحسب بل لابد من ان يتعداه الى ابعدها من ذلك , وهو الاهتمام بسماتهم الشخصية وسلوكياتهم وطرق تفكيرهم التي تعد من العوامل التي تؤثر على تحصيلهم الدراسي (البيطار، ٢٠١٠)

ومن هنا تبرز الحاجة للإرشاد النفسي والتوجيه التربوي لما له من أهمية ودور كبير في حياة الافراد , حيث اصبح ضرورة قصوى لا يمكن التغاضي عنها , فهو يعد واحداً من قنوات الخدمة النفسية التي تقدم للأفراد والجماعات بهدف التغلب على الصعوبات والمشكلات التي تعترض توافقهم وانتاجهم , ولم يكتف المعنيون بالإرشاد دراسة الظاهرة فقط , بل عمدوا الى بناء البرامج الارشادية للحد من الحالات السلبية التي تواجه الافراد , وقد اكدت الدراسات ان المراهق في

من خلال ممارسته لمهنة التعليم , فقد عمل مرشداً تربوية في المدارس الثانوية , اذ تؤدي هذه الاضطرابات الى تسرب بعض الطلبة وفصل البعض الاخر , بسبب ما يعانونه من مشكلات نتيجة لأفكارهم غير العقلانية , وتزايد هذه المشكلة بين الطلبة لصعوبة الكشف عنها وعلاجها , وبناءً لذلك يمكن تلخيص مشكلة البحث بالسؤال الآتي: هل هناك فاعلية للعلاج متعدد الوسائل في خفض الافكار غير العقلانية لدى طلاب المرحلة الاعدادية؟

اهمية البحث

أصبحت المؤسسات التربوية مطالبة بأن تقيم عملها وفق استراتيجيات واضحة المعالم تتمكن من خلالها من تحمل مسؤولية التنمية النفسية للأفراد وسط عوامل المجتمع وقواه المختلفة , فمهما تعددت المؤسسات المؤثرة والمشاركة في تكوين النمو السليم للفرد فإنه من الضروري ان يكون للمؤسسات التربوية دور الهيمنة والتخطيط والتنسيق والتوجيه لسائر المؤسسات العاملة في هذا المجال , وذلك من خلال تحديد معايير وحدود لضبط السلوك ووضع برامج علاجية لتصحيح واعادة بناء الافكار غير المنطقية وغير العقلانية (النعمي، ٢٠٠٤) كما تعد مرحلة المراهقة التي تمثلها الدراسة الثانوية من المراحل المهمة والتي تستحق الاهتمام والرعاية , لأن طلبة اليوم هم قادة المستقبل , وكلما زاد الاهتمام بالمراهقين زاد الاهتمام بالمجتمع وزاد رقيه

الصفريّة التالفة
١.لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة(٠,٠٥) بين رتب افراد المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الافكار غير العقلانية.

٢.لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين متوسط رتب افراد المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الافكار غير العقلانية

٣.لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين متوسط رتب افراد المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الافكار غير العقلانية.

٤.لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين متوسط رتب افراد المجموعة التجريبية في الاختبارين البعدي والمرجأ على مقياس الافكار غير العقلانية.

حدود البحث

يتحدد البحث الحال بفاعلية برنامج ارشادي بأسلوب العلاج متعدد الوسائل في خفض الافكار غير العقلانية لدى طلاب المرحلة الاعدادية في المدارس التابعة لمحافظة القادسية للعام الدراسي

٢٠٢٣-٢٠٢٤

سن المدرسة يمكن ان يتعلم من خلال البرنامج الارشادي , حيث يمكن ان يستفيد منه الفرد في تعلم أسس السلوك السوي (الحجار، ٢٠٠٦) وتستعمل البرامج الارشادية الاساليب والفنيات المختلفة وبحسب نوع المشكلة وطبيعة العينة والمجتمع , ومن بين تلك الاساليب تبني الباحث اسلوب العلاج متعدد الوسائل الذي يهدف الى تخليص الفرد من المشكلات النفسية والانفعالية والافكار غير العقلانية , لتحقيق التكيف والتوافق النفسي الذي يضمن له الوصول للصحة النفسية والعقلية , كما يعد العلاج متعدد الوسائل علاج شامل , منظم وكلي , عمل على تطويره أنولد لازاروس , وهو مبني على التعلم الاجتماعي ونظرية المعرفة , ويستخدم تقنيات سلوكية تشمل مدى واسع من المشاكل , كما يعد من أفضل الانظمة والاساليب الارشادية , فهو مثال للمرشد السلوكي الذي يمكن من خلاله ان يطبق وينفذ مناهج العلاج السلوكي الثلاثة , وهي منهج الاشرط الاكلاسيكي والاجرائي , وكذلك العلاج السلوكي المعرفي (أبو اسعد، ٢٠١١)

هدف البحث: يستهدف البحث الحالي التعرف الى:

فاعلية برنامج ارشادي بأسلوب العلاج متعدد الوسائل في خفض الافكار غير العقلانية لدى طلاب المرحلة الاعدادية , ويتحقق من خلال اختبار الفرضيات

تحديد المصطلحات

فاعلية Affection

مقدار الاثر الذي تحدثه المعالجة التجريبية بوصفها متغيراً مستقلاً في احدي المتغيرات التابعة (شحاته و النجار، ٢٠٠٣) **العلاج متعدد الوسائل:**التعريف النظري /تعريف لازاروس(١٩٨٩): نوع من انواع العلاج النفسي يعتمد على استخدام تقنيات من مختلف المقاربات النفسية بدون ضرورة الالتزام بمبادئ نظرية ما (الشمري، ٢٠٢٠، صفحة ١٢)

التعريف الإجرائي

مجموعة من النشاطات والفعاليات وفق (العلاج متعدد الوسائل) المستخدمة في جلسات البرنامج والتي ترمي الى خفض الافكار غير العقلانية لدى طلاب المرحلة الاعدادية ، ويتم التحقق منها خلال التغير الحاصل في اجابات افراد العينة على فقرات المقياس.

الافكار غير العقلانية

تعريف أليس (Ellis, 1970):الافكار التي تتضمن جوانب غير منطقية ، والتي يتبناها الفرد كأهداف غير واقعية مستحيلة ، وغالباً ما تتصف بالكمال وترجع نشأتها الى التعلم الذي يتلقاه الفرد من والديه ومن البيئة التي يعيش فيها (النعيمة، ٢٠٠٤)

التعريف الاجرائي: الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب عند اجابته على فقرات مقياس العنف الافكار غير العقلانية.

الفصل الثاني أطار نظري

الافكار غير العقلانية (Irrational Ideas)

يرى اليس ان اسباب الاضطرابات كالضيق والاكتئاب والقلق ، تعود الى طريقة تفكير الفرد ، فهناك افكار غير عقلانية تؤدي للقلق والتوتر ، وهناك افكار عقلانية تقينا من هذه الاضطرابات ، فالفكرة التي تستولي على تفكيرنا تولد انفعالاً ومشاعر وتدفع الفرد الى السلوك الذي يتناسب مع هذه الفكرة وهذه المشاعر ، كما ان افكار الفرد ومعتقداته تتكون من خلال تفاعله مع البيئة التي يعيش فيها ، فالفرد يتعلم ويكتسب قيمه ومعتقداته واتجاهاته من الناس الذي يتعامل معهم ، وخاصة الوالدين والاخوة والاصدقاء والمعلمين (سفيان، ٢٠٠٢)

وقد كشف اليس عن وجود(١٢) فكرة غير عقلانية شائعة بين الافراد وهي سبب الاضطراب لديهم ، وفيما يلي تلخيصاً لتلك الافكار غير العقلانية مع ذكر البديل ، اي الافكار العقلانية المفترض حدوثها:

الفكرة غير العقلانية الاولى:(من الضروري ان يكون الشخص مقبولاً ومحبوفاً من كل المحيطين به) وتعد هذه الفكرة غير عقلانية لأنها تمثل أمنية او هدفاً لا يمكن تحقيقه.

الفكرة غير العقلانية الثانية:(ينبغي ان يكون الفرد كفوءاً ومنافساً ومنجزاً بشكل يتصف بالكمال حتى تكون له قيمة) وتعد هذه الفكرة مستحيلة لأننا لا يمكن

تحل بالآخرين مشكلة أو كارثة) الفكرة غير العقلانية الحادية عشرة(لا يوجد سوى حل مثالي وصحيح واحد متكامل لكل مشكلة ينبغي الحصول عليه وإلا فأنها كارثة) الفكرة غير العقلانية الثانية عشرة(أن الأفكار التي يتبناها المجتمع والصادرة من الجهات السلطوية الاجتماعية في البلد يجب أن تكون صحيحة، ولا يمكن التشكيك بصحتها)

فاعلية العلاج متعدد الوسائل

إنّ نظرية الارشاد المتعدد الوسائل تشتق مفاهيمها وتقنياتها العلاجية من مختلف النظريات: مثل أدلر، اريكسون، الجشتالت، وجرز، السيكودراما، والعلاج بالواقع، بالإضافة الى مفاهيم نظرية التعلم الإجتماعي لـ (باندورا)، والعمليات اللاشعورية، وآليات الدفاع، بالإضافة الى المعلومات الخاطئة أو المفقودة، إنّ نظرية العلاج متعدد الوسائل تتفوق على التقليد السلوكي بإضافة اساليب قياس وتقويم متفردة، وكذلك في تعاملها بعمق وتفصيل مع العوامل الحسية والتخيلية والمعرفية وجوانب العلاقات الشخصية بإعتبارها عوامل مؤثرة في تفاعلها مع بعضها البعض ومن الفروض الاساسية للنظرية ان المسترشدين يعانون عادة نتيجة مشكلات معينة، والتي يجب على المرشد أن يتناولها أيضا بمجموعة من الخطوات العلاجية المحددة وفي التقويم الذي يتم في هذا الموضوع من العلاج

أن نصل باستمرار الى درجة الكمال فيما نقوم به من أعمال.

الفكرة غير العقلانية الثالثة:(بعض تصرفات الناس سيئة أو شريرة أو هدامة , لذلك يجب عقاب الناس الذين تصدر مهم هذه التصرفات عقاباً شديداً)

الفكرة غير العقلانية الرابعة(انه لمصيبة كبيرة عندما لا تسير الامور حسب مايتمنى الفرد)

الفكرة غير العقلانية الخامسة(التعاسة والشقاء تسببهما ظروف خارجية لا يستطيع الشخص التحكم فيها أو السيطرة عليها)

الفكرة غير العقلانية السادسة(من الطبيعي أن يشعر الانسان بالخوف والارتباك عندما يتعرض للأحداث الخطرة أو المخيفة , ولكن ينبغي توقع مثل هذه الاحداث على الدوام).

الفكرة غير العقلانية السابعة(من الأفضل للشخص أن يتجنب مشكلات الحياة ومسؤولياتها بدلاً من مواجهتها)

الفكرة غير العقلانية الثامنة(من الضروري أن يعتمد الشخص على الآخرين، ويثق بان هناك شخصاً أقوى منه يعتمد عليه).

الفكرة غير العقلانية التاسعة(لا يمكن للإنسان أن يتخلص من أثار الماضي، فالخبرات والأحداث الماضية هي التي تحدد سلوك الحاضر)

الفكرة غير العقلانية العاشرة(على الشخص أن يحزن حزناً شديداً عندما

المناسبة من خلال التركيز على الاسئلة التالية:

١. ما هو السلوك الذي ترغب القيام به , وما هو السلوك الذي تريد كبجه؟
٢. ماهي السلوكيات التي تؤدي الى السعادة؟
٣. ماهي الامور الاشياء التي تجعلك تضحك؟
٤. ماهي الاشياء التي تشعرك بالحزن؟
٥. كيف تتصرف عندما تشعر بالحزن؟
٦. هل ينتابك الغضب او القلق؟ ويرى لازوروس من خلال مراجعة استجابات الفرد على هذه البنود يمكن التعرف على جوانب الصيغة الاساسية للفرد، وبالتالي يمكن تحديد اماكن تشوه الخبرات لديه (بلان، ٢٠١٥)

الفصل الثالث منهجية البحث وإجراءاته

اتبع الباحث المنهج التجريبي في اختبار فرضيات البحث، وكيفية ضبط المتغيرات التي يعتقد بأنها يمكن أن تؤثر في النتائج عن طريق إجراءات التكافؤ بين المجموعتين (المجموعة التجريبية ، المجموعة الضابطة)

التصميم التجريبي: أعتمد الباحث تصميم الضبط الجزئي للمجموعات المتكافئة الذي يضم مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة ذات الاختبار القبلي - البعدي ، اذ ان هذا التصميم يتصف بقدرة عالية على ضبط العوامل المؤثرة في الصدق وكما هو موضح في جدول (١):

فإن كل جانب من جوانب القياس يجيب عن سؤال عن ماذا يصلح؟ ولمن؟ وتحت أي ظروف؟ وهذا بشكل اجرائي (ابو اسعد و عربيات، ٢٠١٢)

أهداف العلاج متعدد الوسائل

يهدف العلاج متعدد الوسائل بشكل عام إلى التقليل من المعاناة النفسية وتحسين النمو الشخصي بالسرعة الممكنة للوصول بالفرد إلى الحالة الطبيعية التي تؤهله إلى العودة للاندماج بالمجتمع، وذلك عن طريق استخدام أساليب علاجية متعددة تختلف باختلاف الافراد ومشكلاتهم.

أما على صعيد الأبعاد النوعية للشخصية، فنحاول تحديد الاهداف التالية:

١-المساعدة في تقرير المشكلة والسلوك الراهن باستخدام الأبعاد السبعة للشخصية .

٢-مواجهة السلوكيات غير المرغوبة، والتي ترتبط بالمشكلة وتغييرها إلى سلوكيات إيجابية

٣-التخفيف من حدة الانفعالات والأمزجة السائدة.

٤-التخفيف من مشاعر الألم والإحساسات غير السارة، وتغييرها إلى مشاعر إيجابية.

٥-تعديل أفكار المسترشد الخاطئة و تصحيحها .

ويقوم العلاج متعدد الوسائل بهذا التقويم كعملية للتشخيص تكون شاملة وتتسم بسهولة التذكر وسهولة التطبيق ، وتقودنا الى اختيار التقنيات العلاجية

جدول (١)

مخطط التصميم التجريبي للبحث

المجموعات	القبلي	التكافؤ	المستقل	البعدي	الفرق
المجموعة التجريبية	الافكار غير العقلانية	التكافؤ	البرنامج الارشادي	الافكار غير العقلانية	اختبار الفاعلية (المرجأ)
المجموعة الضابطة			-----		

مجتمع البحث: يشتمل مجتمع البحث الحالي على طلاب المرحلة الاعدادية التابعين للمديرية العامة لتربية القادسية للعام الدراسي (٢٠٢٣ - ٢٠٢٤) (٥٠) طالب من كل مدرسة , والجدول (٢) عينة البحث: بلغت عينة التحليل

جدول (٢)

عينة التحليل الاحصائي

العينة	المدارس
50	ع الشامية للبنين
50	ع التأخي للبنين
50	ع الثورة الاسلامية
50	ع ابن النفيس

العمل.

عينة التجربة : لتحديد عينة تطبيق البرنامج الارشادي, قام الباحث بعدد من الخطوات:

أ- اختيار مدرسة (ع التأخي) بشكل قصدي للأسباب التالية:

■ وجود مكان مناسب ومخصص لتطبيق البرنامج الارشادي .

■ تعاون ادارة المدرسة والكادر التدريسي مع الباحث وكذلك تقبلهم لطبيعة البحث

أداتا البحث لغرض تحقيق هدف البحث الحالي قام الباحث بما يأتي :

١-تبني مقياس الافكار غير العقلانية الذي وضعه (الطريا,٢٠٠٨) ٢-بناء برنامج إرشادي بأسلوب العلاج متعدد الوسائل على وفق نظرية (آرنولد لازوروس).

وصف مقياس الافكار غير العقلانية

يتكون الاختبار من (٥٢) فقرة تعبر عن ثلاث عشرة فكرة لا عقلانية منها إحدى عشرة فكرة طرحت من قبل أليس، فضلا عن فكرتين إضافيتين أضيفتا من قبل الريحاني وعدتا من الأفكار اللاعقلانية الشائعة في المجتمع العربي. وبذلك فان كل فكرة من الأفكار الثلاث عشرة تمثلت في أربع فقرات نصفها ايجابي يتفق مع الفكرة ونصفها سلبي يختلف معها (الطريا , ٢٠٠٨ :١٥٧).
الصدق الظاهري: تم التحقق منه من ذلك.

جدول (٣)

القوة التمييزية لفقرات مقياس الافكار غير العقلانية

القيمة الناتجة المحسوبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		ت
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
٣,٢١٦	٠,١٢٠	١,١١٣	٠,٩٢٥	٢,٥٣٦	١
٤,١٧٠	٠,١٢٨	١,٢٠٧	٠,٥٤٠	٢,٥٤٢	٢
٣,٦٤١	٠,١٩٢	١,١٣٥	٠,٩٠٧	٢,٠٦٢	٣
٣,١١٨	٠,٢٤٩	١,٣٥٧	٠,٣٤٥	٢,٠٨٦	٤
٣,٧٥٠	٠,١٣٦	١,٠٢٧	٠,٤٦٥	٢,٢٥٦	٥
٣,٦١٤	٠,٢٧٢	١,١١٢	٠,٤٣٣	٢,١٥٩	٦
٤,٩٢٢	٠,٤٠٨	١,١٥٤	٠,٤٨٥	٢,٣٥٩	٧
٤,٦٣٨	٠,٤٢٨	١,٢٠٣	٠,٧٨١	٢,٩٤٦	٨
٣,٥٨١	٠,٣٤٠	١,٠٢٢	٠,٨٣٦	٢,٤٢١	٩

فاعلية العلاج متعدد الوسائل في خفض الافكار غير العقلانية لدى طلاب المرحلة الاعدادية

٤,٤٢٢	٠,٢٧٢	١,٢٢٤	٠,٤٢٩	٢,٥٢٠	١٠
٣,٨٨١	٠,٤٦٦	١,١٧٥	٠,٧٠٩	٢,٩٣٦	١١
٣,٨٧٦	٠,١٩١	١,٠٤٣	٠,٣٧٢	٢,١٢٥	١٢
٤,٣٧٣	٠,١٣٦	١,٠٢٣	٠,٩٢٤	٢,٥٣٧	١٣
٣,٢٩٠	٠,٢٦٤	١,٠٧٢	٠,٩٣٧	٢,٩١١	١٤
٤,٠٣٣	٠,٤٤٦	١,٥٥٦	٠,٧٠٤	٢,٢٤٦	١٥
٣,١٤٨	٠,٣٧٣	١,٦١١	٠,٥٠١	٢,٣٧٠	١٦
٤,٠٩٥	٠,٣١٠	١,٥٦٣	٠,٥٧٥	٢,١٠١	١٧
٤,٠٧٨	٠,١١٢	١,٧٤١	٠,٣٦٦	٢,٧٧٢	١٨
٢,٧٣٦	٠,١٣٩	١,٥١٨	٠,٤٤٨	٢,٠٢٦	١٩
٤,٣٧٣	٠,٣٤٦	١,٠٨٥	٠,٤٨٩	٢,١٢٤	٢٠
٣,٦٤٠	٠,١٨٥	١,٢٥٩	٠,٣٧١	٢,٩٢٢	٢١
٤,٥٩٥	٠,٣٢١	١,٤٣٠	٠,٥٩٦	٢,٢٢٢	٢٢
٣,٦١٧	٠,٢٦١	١,١٦٧	٠,٩٢٧	٢,٧٠٧	٢٣
٤,٥٢١	٠,٢٠٠	١,١٧٤	٠,٤٢٥	٢,٢٤١	٢٤
٣,٧٤٤	٠,٣٢٣	١,١٥٩	٠,٥٠٢	٢,١٥٩	٢٥
٣,١٦٦	٠,٣٩٠	١,٥٠٠	٠,٩٦٤	٢,٠٣٧	٢٦
٣,٦٧٠	٠,٢٢٢	١,٣٧٠	٠,٦٠٢	٢,٩٣٧	٢٧
٤,٢٥١	٠,٣٩٢	١,٨٧٠	٠,٧٩٢	٢,٩٤٤	٢٨
٣,٩٤٣	٠,١٢٤	١,٤٢٤	٠,٦١٣	٢,٤٠٧	٢٩
٣,١٢٠	٠,٢٩٣	١,٠٣٩	٠,٥٧٣	٢,٣٠٢	٣٠
٤,٠١٥	٠,١٥٦	١,٠٥٢	٠,٤٣٣	٢,٢٩٤	٣١
٤,٠٨٧	٠,١٢٢	١,٠٧٢	٠,٤٠٢	٢,١٩٦	٣٢
٣,٠٤٩	٠,٣٠٦	١,٦٤٨	٠,٦٤٨	٢,٢٠٦	٣٣
٥,٨٧٧	٠,١٥٦	١,٢٦٥	٠,٤٣٩	٢,٧١٤	٣٤
٤,٢٨٥	٠,٣١٥	١,٦٩٦	٠,٨٠٨	٢,٨٣٠	٣٥
٤,٢٥١	٠,١٩٢	١,٨٧٠	٠,٠٩٢	٢,٢٢٤	٣٦
٣,٣١٥	٠,٤٢٤	١,١٥٤	٠,٨٨٣	٢,٥٠٧	٣٧
٣,٣٥٤	٠,٣٧٢	١,١٣٢	٠,٦٣٤	٢,١٥٩	٣٨
٤,٣٤٠	٠,٢٠٨	١,١٥٤	٠,٤٨٥	٢,٥٥٩	٣٩
٥,٨٧٧	٠,١٥٦	١,٢٦٥	٠,٤٣٩	٢,٧١٤	٤٠
٤,٢٢٥	٠,٣١٥	١,٦٩٦	٠,٨٠٨	٢,٨٣٠	٤١
٤,٢٥١	٠,١٩٢	١,٨٧٠	٠,٠٩٢	٢,٢٢٤	٤٢
٣,٣٤٥	٠,٤٢٤	١,١٥٤	٠,٨٨٣	٢,٥٠٧	٤٣
٣,٣٥٤	٠,٣٧٢	١,١٣٢	٠,٦٣٤	٢,١٥٩	٤٤
٤,٣٣٠	٠,٢٠٨	١,١٥٤	٠,٤٨٥	٢,٥٥٩	٤٥

٥,٨١٧	٠,١٥٦	١,٢٦٥	٠,٤٣٩	٢,٧١٤	٤٦
٤,٢٥٥	٠,٣١٥	١,٦٩٦	٠,٨٠٨	٢,٨٣٠	٤٧
٤,٢٥١	٠,١٩٢	١,٨٧٠	٠,٠٩٢	٢,٢٢٤	٤٨
٣,٣٠٥	٠,٤٢٤	١,١٥٤	٠,٨٨٣	٢,٥٠٧	٤٩
٣,٣٥٤	٠,٣٧٢	١,١٣٢	٠,٦٣٤	٢,١٥٩	٥٠
٤,٣٣٠	٠,٢٠٨	١,١٥٤	٠,٤٨٥	٢,٥٥٩	٥١
٣,٨٢١	٠,٤٦٦	١,١٧٥	٠,٦٠٢	٢,٢٠٦	٥٢

ثبات المقياس: تم التحقق منه بطريقتين هما:

الاختبار وإعادة الاختبار: طبق الباحث مقياس الافكار غير العقلانية على عينة الثبات البالغة (٣٠) طالباً، وبعد مرور اسبوعين أعيد تطبيق المقياس على نفس العينة، وبعد حساب الدرجات الكلية لكل طالب في التطبيقين، حسب معامل ارتباط بيرسون فكان معامل الثبات (٠,٨٢).

معادلة الفا- كرونباخ: بلغ معامل الثبات عند تطبيق المقياس على عينة الثبات (٠,٧٩).

خامساً/ الوسائل الاحصائية: لتحقيق اهداف البحث تم استعمال الحقيبة الاحصائية للعلوم النفسية والاجتماعية (spss).

الفصل الرابع/ البرنامج الإرشادي

ويتمثل بعدة خطوات

أولاً: تحديد الاهداف: يتضمن وضع هدف للبرنامج الإرشادي، ويقسم الهدف الى:

خامساً: مدة تطبيق البرنامج: تم تطبيق جلسات البرنامج الإرشادي البالغة (١٠) جلسات، بواقع جلستين في الأسبوع، علماً أن الوقت غير محدد مسبقاً بل حسب ظروف وطبيعة كل جلسة وما تتضمنه من فنيات إرشادية كون بعض الفنيات قد يستغرق تنفيذها وقت أعلى من

١- هدف عام للبرنامج الإرشادي: يتمثل الهدف العام للبرنامج الإرشادي بخفض

غيرها، والجدول (٤) يوضح ذلك:

جدول (٤)

الجلسات الإرشادية ومواعيد انعقادها (عمل الباحث)

ت	عنوان الجلسة	تأريخ الانعقاد
١	الافتتاحية	٢٠٢٣-١٠-١٧
٢	إدارة الانفعالات	٢٠٢٣-١٠-١٩
٣	الضبط الإنفعالي	٢٠٢٣-١٠-٢١
٤	الثقة بالنفس	٢٠٢٣-١٠-٢٤
٥	قوة الإرادة	٢٠٢٣-١٠-٢٦
٦	دافعية الانجاز	٢٠٢٣-١٠-٢٨
٧	وضوح المشاعر	٢٠٢٣-١٠-٣١
٨	إيجابية التفكير	٢٠٢٣-١١-٢
٩	الوعي العاطفي	٢٠٢٣-١١-٤
١٠	الختامية	٢٠٢٣-١١-٧

نظرية لازوروس المتبناة لأسلوب العلاج متعدد الوسائل.

تأسعاً: تحديد موضوعات الجلسات الإرشادية: تم الاعتماد على فقرات المقياس في تحديد موضوعات الجلسات الإرشادية.

الصدق الظاهري (تحكيم البرنامج وتقييمه) قام الباحث بعرض عناوين الجلسات على عدد من المحكمين في الإرشاد النفسي، بعد الموافقة على عناوين الجلسات، تم عرض مخطط الجلسات الإرشادية بصورتها الأولية على عدد من الخبراء في الإرشاد النفسي، وكانت آراءهم موافقة على عدد الجلسات ومحتواها.

سادساً / تمويل البرنامج: قام الباحث بتمويل ذاتي للبرنامج الإرشادي، من حيث الدعم المادي وتوفير الوسائل التي تحتاجها التجربة.

سابعاً: طرائق الإرشاد النفسي: إستخدم الباحث أسلوب العلاج متعدد الوسائل، حيث قام بأجراء مقابلة فردية مع كل طالب من أفراد المجموعتين من أجل الحصول على الموافقة في الإشتراك بالبرنامج الإرشادي وشرح ما يتضمنه من عدد جلسات، والوقت، والمكان.

ثامناً: الأساليب والفنيات الإرشادية: اعتمد الباحث على أساليب وفنيات

الجلسات الإرشادية: تضمّن البرنامج الإرشادي (١٠) جلسات،

الجلسة الأولى / الإفتتاحية الوقت المستغرق (٤٥ دقيقة) ٢٠٢٣ / ١٠ / ١٧

عنوان الجلسة	الإفتتاحية
هدف عام للجلسة	تهيئة أفراد المجموعة التجريبية للبرنامج الارشادي.
١ لفنيات ١ مستخدمة	المناقشة
١ لأ ١ و الفعاليات	يقوم الباحث بالترحيب بأفراد المجموعة التجريبية والتأكيد على الشعور بالأمن والاحترام (١٠ دقائق). يقوم الباحث بتعريف نفسه للطلاب ويطلب منهم التعريف بأنفسهم (١٠ دقائق). يعرض الباحث لأفراد المجموعة التجريبية طبيعة مهمته واهداف البرنامج ومواضيعه (١٠ دقائق).

إدارة الجلسة الأولى (الإفتتاحية) نفسه وظروفه الراهنة والمقبلة , وحل مشكلاته وتنمية امكاناته , ويمكن توضيح قواعد البرنامج الارشادي بالنقاط التالية:

- وقدم نفسه(اسمه ومهنته) ثم طلب من كل طالب تقديم نفسه
- توضيح مفهوم الارشاد للطلبة وهو علاقة شخصية وجها لوجه بين شخصين احدهما المرشد يقدم موقفاً تعليمياً للمسترشد , حيث يساعده على تفهم
- نفسه وظروفه الراهنة والمقبلة , وحل مشكلاته وتنمية امكاناته , ويمكن توضيح قواعد البرنامج الارشادي بالنقاط التالية:
- يتألف البرنامج الارشادي من (١١) جلسة بمعدل جلستين في الاسبوع , وكل جلسة تحمل عنوانا وموضوعاً ونشاطاً معيناً.
- استخدام الانشطة والفنيات والمناقشة الحرة وابداء الرأي وتقبل الرأي الاخر

٢٠٢٣ / ١٠ / ٢٨

الجلسة السادسة الوقت المستغرق (٥٠ دقيقة)

دافعية الانجاز	عنوان الجلسة
التعريف بأهمية دافعية الانجاز لدى افراد المجموعة التجريبية.	هدف عام للجلسة
تصحيح الافكار - ايقاف التفكير - التعزيز الايجابي.	الفيئات المستخدمة
تم الترحيب بأفراد المجموعة ومناقشة التدريب البيئي وتقديم الشكر لهم تم توضيح اهمية دافعية الانجاز (٥ دقائق) ومناقشة الموضوع وتحديد الافكار الخاطئة (١٠) ثم ايقاف هذه الافكار (١٠ دقائق). ثم تصحيح الافكار الخاطئة وتحويلها الى افكار عقلانية وايجابية (١٠ دقائق). وتقديم التعزيز الاجابي لأفراد المجموعة التجريبية	الانشطة والفعاليات
اعطاء الفرصة لأفراد المجموعة لإصدار ملاحظاتهم على ما دار في الجلسة الارشادية	التقويم البنائي
تكليف افراد المجموعة التجريبية بتطبيق ما دار في الجلسة الارشادية في الحياة اليومية	التدريب البيئي

الصحيحة (١٠ دقائق).

- ايقاف الافكار الخاطئة وتتم هذه
الفيئة من خلال توجيه افراد المجموعة
التجريبية على التفكير بموضوع معين أو
موقف مر بهم ثم يصرخ بصوت عالي
توقف عن التفكير، وبعدها يحدد الافكار
الخاطئة (١٠ دقائق).

- تصحيح الافكار الخاطئة وتحويلها الى
افكار عقلانية وايجابية ، اذ يتوجب على
الشخص أن يفهم أمط التفكير الخاصة
به من أجل التخلص من الأفكار السيئة،
حيث أن أول خطوة في تغيير أمط
التفكير السلبية هو فهم طريقة التفكير
في الوقت الحالي.

إدارة الجلسة

- قام الباحث بالترحيب بأفراد المجموعة
التجريبية (٢ دقيقة).
- مناقشة التدريب البيئي مع افراد
المجموعة التجريبية وتقديم الشكر لهم
(٥ دقائق).

- وضع الباحث اهمية مفهوم دافعية
الانجاز للتخلص من الصعوبات التي
تواجه الافراد بأنها رغبة أو ميل الفرد
للتغلب على العقبات وممارسة القوى ،
والمكافحة لأداء المهام الصعبة بشكل جيد
، وبسرعة كلما أمكن ذلك (٥ دقائق) .
- مناقشة الموضوع مع افراد المجموعة
التجريبية وتحديد الافكار الخاطئة وغير

الجلسة العاشرة (الختامية) الوقت المستغرق (٥٥ دقيقة) ٢٠٢٣ / ١١ / ٧

الجلسة	الختامية
الهدف العام للجلسة	تعريف افراد المجموعة بانتهاء البرنامج الارشادي
الفيئات المستخدمة	المناقشة
الأنشطة والفعاليات	الترحيب بأفراد المجموعة التجريبية (٢ دقائق). يطلع الباحث على الواجب البيتي (٥ دقائق). يخبر الباحث أفراد المجموعة بانتهاء البرنامج الارشادي يقدم الباحث شكره لأفراد المجموعة لتعاونهم والتزامهم في تطبيق البرنامج يذكر افراد المجموعة الفائزة من البرنامج من النواحي كافة. يقوم الباحث بتطبيق الاختبار البعدي على افراد المجموعتين التجريبيه والضابطة

المرجأ.

الفصل الخامس/ عرض النتائج وتفسيرها

هدف البحث : تعرّف فاعلية العلاج متعدد الوسائل في خفض الافكار غير العقلانية لدى

طلاب المرحلة الاعدادية. ويتحقق ذلك من خلال إختبار الفرضيات الصفرية الآتية:

١- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥)، بين متوسط رتب أفراد المجموعة التجريبية في الإختبارين القبلي والبعدي على مقياس الأفكار غير العقلانية.

للتحقق من صحة الفرضية الأولى، أستعمل إختبار ولكوكسن، وتبين أن القيمة المحسوبة (صفر)، أصغر من القيمة الجدولية (٨)، عند مستوى دلالة

إدارة الجلسة الحادية عشر

- قام الباحث بالترحيب بأفراد المجموعة التجريبية (٢ دقائق).

- اطلع الباحث على الواجب البيتي (٥ دقائق).

- أخبر الباحث أفراد المجموعة التجريبية بانتهاء البرنامج الارشادي (٥ دقائق).

- قدم الباحث شكره وامتنانه لأفراد المجموعة التجريبية لتعاونهم والتزامهم في تطبيق البرنامج الارشادي (٥ دقائق).

- طلب الباحث من افراد المجموعة التجريبية ان يذكروا الفائدة من البرنامج من النواحي كافة (١٠ دقائق).

- قام الباحث بتطبيق الاختبار البعدي على أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة (٣٠ دقيقة)، والاتفاق على اجراء الاختبار

(٠,٠٥)، إختبار ذو نهايتين، مما يشير إلى الإختبار البعدي، وبذلك ترفض الفرضية وجود فروق ذات دلالة إحصائية، ولصالح الصفرية، والجدول (٥) يوضح ذلك.

جدول (٥) نتيجة إختبار ولكوكسن بين الإختبار القبلي والبعدي لأفراد المجموعة التجريبية

مستوى الدلالة ٠,٠٥	قيمة ولكوكسن		متوسط الرتب	مجموع الرتب	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المقارنة	المجموعة
	الجدولية	المحسوبة						
دالة لصالح الإختبار البعدي	٨	صفر	٥,٥٠	٥٥	٢,٨٧٥	٧٨,٤٠	القبلي	التجريبية
			صفر	صفر	٢,٩٤٥	٤٧,٣٠	البعدي	

٢-لاتوجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين متوسط رتب افراد المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الافكار غير العقلانية. القيمة المحسوبة (١٨)، أكبر من القيمة الجدولية (٨) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) إختبار ذو نهايتين، ما يشير الى عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية وبذلك تقبل الفرضية الصفرية، والجدول (٦) يوضح ذلك.

للتحقق من صحة الفرضية الثانية ، أستعمل إختبار ولكوكسن، وتبين أن

جدول (٦) نتيجة إختبار ولكوكسن بين الإختبار القبلي والبعدي لأفراد المجموعة الضابطة

مستوى الدلالة ٠,٠٥	قيمة ولكوكسن		متوسط الرتب	مجموع الرتب	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المقارنة	المجموعة
	الجدولية	المحسوبة						
غير دالة، لا توجد فروق بين الإختبارين	٨	١٨	٥,٤٠	٢٧	٢,٣١٩	٧٨,٦٠	القبلي	الضابطة
			٤,٥٠	١٨	٢,٩٥١	٧٨,٤٠	البعدي	

٣-لاتوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة(٠,٠٥)، بين متوسطات رتب الأفراد في المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الأفكار غير العقلانية في الإختبار البعدي. وتبين ان القيمة المحسوبة (٠) أصغر من القيمة الجدولية (٢٣) عند مستوى دلالة(٠,٠٥)، وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح المجموعة التجريبية بعد تطبيق جلسات البرنامج، والجدول (٧) يوضح ذلك.

للتحقق من ذلك رتب الباحث درجات الطلاب لكلا المجموعتين في الإختبار البعدي، وتم حساب قيمة مان وتني(U)

جدول (٧) قيمة مان-وتنى لمقياس الافكار غير العقلانية بين المجموعة التجريبية والضابطة

المتغير	المقارنة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مجموع الرتب	متوسط الرتب	قيمة مان-وتنى U	
							المحسوبة	الجدولية
الافكار غير العقلانية	التجريبية	١٠	٤٧,٣٠	٢,٩٤٥	٥٥	٥,٥٠	٢٣	دالة لصالح التجربة
	الضابطة	١٠	٧٨,٤٠	٢,٩٥١	١٥٥	١٥,٥٠		

٤- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥)، بين متوسط رتب أفراد المجموعة التجريبية في الإختبارين البعدي والمرجأ، إذ بلغ متوسط درجات الأفراد في الإختبار البعدي (٤٧,٣٠)، والإختبار المرجأ (٤٧)، وأستعمل إختبار ولكوكسن، وتبين أن القيمة المحسوبة (١٧)، أكبر من القيمة الجدولية (٨)، عند مستوى دلالة (٠,٠٥)، إختبار ذو نهايتين، مما يشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية، وبذلك تقبل الفرضية الصفرية، والجدول (٨) يوضح ذلك.

جدول (٨) نتيجة إختبار ولكوكسن بين الإختبار البعدي والمرجأ لأفراد المجموعة التجريبية

المجموعة	المقارنة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مجموع الرتب	متوسط الرتب	قيمة ولكوكسن	
							المحسوبة	الجدولية
التجريبية	البعدي	١٠	٤٧,٣٠	٢,٩٤٥	٢٨	٧	١٧	٨
	المرجأ							

التوصيات

١- ضرورة توفير الخدمات الإرشادية في المدارس لمساعدة الأفراد في تبصيرهم بمشكلاتهم النفسية والانفعالية ومساعدتهم على التخفيف منها، وذلك لتحقيق درجة مناسبة من الصحة والتوافق النفسي.

٢- تدريب المرشدين التربويين على العلاج متعدد الوسائل لمساعدة مسترشدتهم في التصدي للمشكلات التي تواجههم في حياتهم اليومية.

المقترحات

١- توسيع الدراسة الحالية لتشمل عينات من فئات أخرى.

٢- إجراء دراسة مماثلة تستعمل أسلوب العلاج متعدد الوسائل في خفض سلوك العنف.

المصادر:

- الطربا , احمد وعداالله (٢٠٠٨) أزمة الهوية والأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالعنف لدى المراهقين, أطروحة دكتوراه غير منشورة, كلية التربية ابن الهيثم, جامعة بغداد, العراق.
- معوض, خليل ميخائيل. (١٩٨٣): **سيكولوجية النمو الطفولة والمراهقة**, دار الفكر الجامعي, الأردن.
- النعيمي, طه وصباح العجيلي. (٢٠٠٤): **مدخل إلى علم النفس**, منشورات المجمع العلمي, دائرة العلوم الإنسانية, بغداد.
- التميمي. محمود كاظم محمود والشمري, سلمان جودة مناع (٢٠١٧). الإرشاد الجامعي. ط١, عمان: مركز ديونو لتعليم التفكير.
- البيطار, علاء الدين يوسف(٢٠١٠): **السمات الشخصية التي تميز الطلبة المتفوقين دراسيا عن غير المتفوقين في الصف الاول الثانوي** بمحافظة دمشق, رسالة ماجستير غير منشورة
- كلية التربية, جامعة دمشق.
- الحجار , محمد حمدي(١٩٩٣) فن الارشاد النفسي السريري, المركز العربي للدراسات الأمنية والتدريب, الرياض - السعودية.
- شحاتة, حسن , النجار , زينب(٢٠٠٣) معجم المصطلحات التربوية والنفسية, مراجعة حامد عمار, ط١, القاهرة: الدار المصرية واللبنانية.
- ابو اسعد , احمد عبد اللطيف (٢٠١١). تعديل السلوك الإنساني بين النظرية والتطبيق. ط١, عمان: دار المسيرة للتوزيع والطباعة.
- ----- عريبات , احمد عبد الحليم , نظريات الارشاد والعلاج النفسي, عمان , دار الاعصار العلمي للنشر والتوزيع.
- بلان, كمال يوسف (٢٠١٥). نظريات الارشاد والعلاج النفسي. ط١, عمان: دار الاعصار العلمي للنشر والتوزيع.