

فاعلية برنامج إرشادي مقترح مستند الى الإرشاد السلوكي الجدلي لدى طلاب المرحلة المتوسطة

الباحث: مرتضى حامد عزيز أ.د علي محسن ياس أ.د ميثم عبد الكاظم هاشم
الجامعة المستنصرية/ كلية التربية الاساسية

Mortze94@gmail.com

alameri.edbs@uomustansiriyah.edu.iq

methamhashim835@gmail.com

07711137371

07706641086

07700627811

مستخلص البحث

يهدف البحث الحالي الى التعرف على فاعلية برنامج إرشادي مقترح مستند الى الإرشاد السلوكي الجدلي لدى طلاب المرحلة المتوسطة، ولتحقيق هدف البحث قام الباحثون ببناء مقياس السلوك المندفع غير المخطط وتكون المقياس من (30) فقرة وثلاثة مجالات، وتم استخراج الخصائص السيكومترية للمقياس من خلال التحقق من الصدق والثبات، وبناء برنامج إرشادي سلوكي جدلي يتكون من (12) جلسة بواقع جلسنتين في الاسبوع، واعتمد الباحثون المنهج شبه التجريبي وبلغ حجم عينة التجربة (20) طالباً، واستخدم في تحليل بيانات البحث برنامج التحليل الاحصائي (spss) وأظهر البرنامج فاعليته في خفض السلوك المندفع غير المخطط لدى طلاب المرحلة المتوسطة، وخرج الباحثون بمجموعة من التوصيات والمقترحات.

الكلمات المفتاحية: البرنامج الإرشادي، الإرشاد السلوكي الجدلي، طلاب المرحلة المتوسطة.

بحث مستل من رسالة ماجستير

الفصل الاول

أولاً: مشكلة البحث The Research problem

المرحلة العمرية لطلاب المتوسطة تمر بتغيرات نفسية مما يؤثر على مجريات أفكارهم، وسلوكهم، وقراراتهم فالطالب في هذه الفئة العمرية مراهق في طريقه إلى الرجولة الكاملة، وأيام المراهقة حرجة عسيرة، وملبئة بالتطورات، والتقلبات، وتختلف عن أيام الطفولة في شدتها، وعنفوانها، وقوانين التعلم وإن كانت هي عند الأطفال، إلا أن دور المراهقة يختلف في شيء واحد، وهو أن الرغبات والأمال تنفتح، والمثل العليا تتكون والمواقف، والاتجاهات تظهر بوضوح اكبر، (سليمان، ٨٠، 2017). وتشير البحوث والدراسات إلى تزايد نسبة انتشار السلوك المندفع غير المخطط بين طلاب المرحلة المتوسطة، حيث توصلت دراسة العزاوي (2018) إلى أن الطلاب لديهم سلوك مندفع (العزاوي، 2018: 83). ودراسة عبد الباقي (2018) توصلت إلى أن الطلاب لديهم سلوك مندفع (عبد الباقي، 2018: 133). ودراسة محمد (2022) بينت النتائج وجود ارتفاع عالٍ في درجات السلوك المندفع، (محمد، 2022: 142). ومن خلال احساس وملاحظة الى سلوكيات طلاب المتوسطة وجد انهم مندفعون نحو الاستجابات بشكل متسرع ومن دون تخطيط وهذا ما دعا الى ضرورة الدراسة، ولتحديد مشكلة الدراسة قام الباحثون بدراسة استطلاعية الكترونية على عينة من مرشدي المدارس المتوسطة للبنين بواقع 50 مرشداً تم اختيارهم بطريقة عشوائية، وكانت نتيجة الدراسة الاستطلاعية بنسبة 72% من أفراد العينة يؤيدون وجود المشكلة في المدارس المتوسطة. وينطلق هذا البحث من سعي للإجابة عن التساؤل الآتي: هل الإرشاد السلوكي الجدلي له فاعلية لدى طلاب المرحلة المتوسطة؟

ثانياً: أهمية البحث Research importance

تبرز أهمية العمل في الإرشاد النفسي باعتباره خدمة تربوية ونفسية تقدم للفرد ليبقى متوافقاً مع المجتمع في إطار القيم الاجتماعية والثقافية السائدة ولمواجهة التغيرات التي تحدث في المجتمع، وخصوصاً أنه يواجه التقدم الثقافي والحضاري الكبير الذي يحدث أثراً فاعلاً على الفرد، وبسبب هذا تطورت الانماط السلوكية لدى الأفراد وعاداتهم والتقاليد والقيم إذ جعل من العملية الإرشادية ضرورة ملحة لسبيل مساعدة الأفراد في توجيه السلوك بما يتلاءم من القيم الخلقية والمعايير الاجتماعية والمثل الدينية، (ملحم، 2010: 23). وتتطلب العملية الإرشادية إعداد برنامج إرشادي منظم وشامل يتميز بالدقة والوضوح في تحديد أهدافه ووسائله، ويُعدّ هذا البرنامج من الركائز الأساسية في تنظيم العملية التربوية، فهو أداة فعالة تساهم في تعزيز قيم التقاهم والاحترام والتعاون داخل المجتمع، كما يُمكن الجماعات الإرشادية من مواجهة الأزمات والتعامل مع المشكلات التي تعترض الأفراد في مختلف مناحي حياتهم، وتنبع أهمية هذه البرامج من التغيرات المتسارعة في ميدان التربية، لاسيما مع التوجه نحو تنمية شخصية الطالب بشكل متكامل، يشمل الجوانب الجسمية والنفسية والاجتماعية والعقلية والمهنية وغيرها، (Hollingdale، 1987، 54). ويعد الإرشاد السلوكي الجدلي واحداً من أكثر أشكال الإرشاد فعالية في التعامل مع الانفعالات والمشكلات النفسية والسلوكية، حيث يعتمد على الأدلة العلمية، ويتضمن هذا النوع من الإرشاد دمج أفضل النتائج المستخلصة من الأبحاث النفسية، مع مراعاة الثقافة الخاصة بالمسترشد وخصائصه الفردية وتفضيلاته الشخصية، (APA، 2004: 271).

ويُعتبر ضبط السلوك والتخطيط السليم من المهارات الأساسية التي تسهم في تحقيق الفرد لوظائفه الحياتية بكفاءة. فتتمية القدرة على تنظيم الذات، والتفكير في العواقب قبل التصرف، وتعزيز الهدوء والتوازن النفسي، تسهم في تحسين الأداء الأكاديمي والاجتماعي. كما أن تطوير مهارات تأخير الإشباع، والتقليل من السلوكيات المحفوفة بالمخاطر، يساعد الأفراد على اتخاذ قرارات أكثر وعياً ومسؤولية، مما يعزز من فرص النجاح والتكيف الإيجابي مع مختلف المواقف الحياتية، (DeYoung، 2011، 484). وتعد المرحلة المتوسطة من المراحل المهمة، لكون التعليم في هذه المرحلة يؤدي دوراً كبيراً في تشكيل شخصية الطالب، وهي مرحلة تقع ضمن مدة المراهقة التي إذا ما أحسن استغلالها كانت لبنة قوية في نسيج المجتمع، تدعمه وتزوده بالأفراد المنتجين المبدعين، وعلى العكس تماماً، إذا لم يحسن استغلالها، فإنها تكون عبئاً عليه وعلى المدرسة والطالب نفسه، والمحيطين به من طلبة ومعلمين وأولياء أمور، (الزغول، 2015: 43). وتبرز أهمية البحث في بعدين رئيسيين (النظري والتطبيقي):

1. البعد النظري The theoretical dimension

أ. يمثل البحث إسهاماً مهماً في مجال دراسة السلوك المندفع غير المخطط، حيث يشمل عينة من طلاب المرحلة المتوسطة، ويُعتبر من الدراسات الرائدة محلياً، حسب علم الباحثون.
ب. يركز البحث الحالي على مرحلة المراهقة، والتي تُعتبر من المراحل الحيوية في النمو، حيث يحتاج فيها الأفراد إلى الدعم والإرشاد المناسبين.
ج. إن ما سيتوصل إليه من نتائج ستكون مفيدة للباحثين الذين يقومون بدراسة متغير السلوك المندفع غير المخطط.

2. البعد التطبيقي The practical dimension

أ. محاولة تحديد فاعلية الإرشاد السلوكي الجدلي لخفض السلوك المندفع غير المخطط لطلاب المرحلة المتوسطة كإضافة إلى الأدبيات.
ب. تزويد المرشدين التربويين بأداة لقياس السلوك المندفع غير المخطط التي سوف يقوم الباحثون ببنائها.

ج. تزويد الباحثون والمرشدين التربويين ببرنامج ارشادي لخفض السلوك المندفع غير المخطط. د. إمكانية الاستفادة من نتائج هذا البحث وتوظيفها في دراسات وبحوث أخرى ذات صلة بالإرشاد السلوكي الجدلي.

ثالثاً: هدف البحث وفرضياته Research Objective and Hypotheses

يستهدف البحث الحالي الى التعرف على:

1- فاعلية برنامج الارشاد السلوكي الجدلي لخفض السلوك المندفع غير المخطط لدى طلاب المرحلة المتوسطة من خلال اختبار الفرضيات الصفرية الاتية:

- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسط رتب درجات المجموعة التجريبية للاختبارين القبلي والبعدي على مقياس السلوك المندفع غير المخطط .

- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسط رتب درجات المجموعة الضابطة للاختبارين القبلي والبعدي على مقياس السلوك المندفع غير المخطط.

- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسط رتب درجات المجموعة التجريبية ودرجات المجموعة الضابطة في الاختبار البعدي على مقياس السلوك المندفع غير المخطط.

2- التعرف على حجم الفاعلية التي يحدثها المتغير المستقل (برنامج الارشاد السلوكي الجدلي) في المتغير التابع (السلوك المندفع غير المخطط) لدى طلاب المرحلة المتوسطة.

رابعاً: حدود البحث search limits : يتحدد البحث الحالي بطلاب المرحلة المتوسطة الموجودين في المدارس التابعة لمديرية تربية بغداد الرصافة الثالثة للعام الدراسي (2024 - 2025).

خامساً: تحديد المصطلحات Definition of term

- الفاعلية عرفها علي (2011) : هي القدرة على تحقيق النتيجة المقصودة وفق معايير محددة مسبقاً، (علي، 2011: 39).

- البرنامج الارشادي (Counseling Program) عرفه

- Borders & Drury (1992): هي مجموعة من الأنشطة المنظمة والمخطط لها، التي تهدف إلى تنمية معارف وخبرات واتجاهات المتدربين، وتساعدهم على تحديث معلوماتهم، وزيادة كفاءتهم الإنتاجية، وحل المشكلات التي تواجههم، بالإضافة إلى تحسين أدائهم في مجال عملهم، (Borders & Drury, 1992:461).

- التعريف النظري: اعتمد الباحثون على التعريف النظري الذي قدمه (Borders & Drury 1992) كأساس علمي للدراسة.

- التعريف الإجرائي: هو الأسلوب المنظم والمتسلسل الذي يعتمد عليه الباحثون في توظيف مهاراته وخبراته؛ لصالح تطوير مهارات المسترشدين وخبراتهم على الارشاد السلوكي الجدلي.

- الارشاد السلوكي الجدلي عرفه Linehan (2015): إرشاد موجه نحو تغيير انفعالات الأفراد الذين يواجهون مشكلات مؤقتة أو دائمة، وبالتالي تغيير اتجاهاتهم وسلوكياتهم عن طريق العمل في مجموعات صغيرة ذات اهتمامات مشتركة يتم التفاعل في ما بينهم، وتتم مساعدتهم عن طريق التعبير الذاتي، (Linehan, 2015:13).

- التعريف النظري: استند الباحثون إلى التعريف لينيهان (Linehan, 2015) كأساس للدراسة.

- **التعريف الاجرائي:** هي مجموعة من المراحل والأنشطة التي تُنفذ خلال جلسات البرنامج الإرشادي مع أفراد المجموعة الإرشادية، مستندة إلى أسس علمية معتمدة من الإرشاد السلوكي الجدلي.

❖ **المرحلة المتوسطة:** عرفت وزارة التربية المرحلة المتوسطة (١٩٨١) : المرحلة الدراسية التي تقع بين مرحلة الدراسة الابتدائية وبين مرحلة الدراسة الاعدادية ومدتها (٣) سنوات وتشمل الصفوف الأولى والثانية والثالثة، (وزارة التربية ، ٤٥ : ١٩٨١).

الفصل الثاني: الإطار النظري

أولاً: الإرشاد السلوكي الجدلي **Dialectical Behavior Counseling**

نشأ الإرشاد السلوكي الجدلي بناءً على أفكار مارشا لينهان Marsha Linehan، وهي طبيبة نفسية وأستاذة علم النفس بجامعة واشنطن، استخدمت هذه المنهجية التي تستند إلى نظرية اجتماعية حيوية لفهم جذور المشكلات النفسية، مستفيدة من مبادئ التوجيه المستمدة من نظرية التعلم وعلم النفس الاجتماعي، بالإضافة إلى حقول أخرى من العلوم النفسية، كما تأثرت بالفلسفة الجدلية، ولاحقاً تم تطبيق هذه الطريقة الإرشادية للتعامل مع مجموعة واسعة من المشكلات النفسية، بما في ذلك المشكلات المزاجية مثل الاكتئاب، ومشكلات النطق، والضغط النفسي الناتج عن الصدمات، والقلق العام، ومشكلة الهلع، والقلق الاجتماعي، وأيضاً المشكلات المرتبطة بالأكل، بالإضافة إلى الإدمان وإيذاء الذات، خاصة في مرحلة المراهقة، وأيضاً قضايا وصراعات الزواج والعلاقات السلبية مع الآخرين، (محروم 2021:375).

ثانياً: السلوك المندفع غير المخطط **Impulsive unplanned behavior**

يعتبر مفهوم السلوك المندفع غير المخطط نتاجاً لمدارس نظرية متنوعة، وقد اقترح (Eysenck, 1997) أن الاندفاع يرتبط بنمط سلوكي غير مخطط، حيث يعكس نقصاً في القدرة على التنظيم والتخطيط، (الشافعي والحسيني، 2013 ، 60).

- **عرفه بارات (Barratt 1993):** "فعل يحدث فجأة وبسرعة وبدون تدبير، ودون النظر في العواقب وتركيز الفرد على الجوانب الحالية أكثر من تركيزه على الجوانب المستقبلية، وضعف قدرة الفرد على تقدير عواقب الأحداث الحالية، أو المستقبلية، أو تأجيل الإشباع، (Barratt, 1993:25).

ويشير (Herman 2023) الى ان السلوك المندفع غير المخطط سلوك مركب ومتعدد الابعاد يتميز بضعف ضبط النفس، والميل الى التصرف بناءً على الرغبات الفورية دون النظر في العواقب، ويمكن النظر الى اندفاع السلوك على انه سمة شخصية ثابتة أو سلوك متغير يعتمد على السياق، (Herman, 2023:99).

نظرية بارت (Barrat Theory 1995)

كانت البدايات تطوير نهجاً أكثر شمولية لتفسير السلوك المندفع غير المخطط على يد بارات وباتون وستانفورد (Barrat, Patton & Stanford, 1995) فقد طوروا نهجاً يتضمن أربعة نماذج وهي: الأنموذج الطبي، والأنموذج النفسي، والأنموذج السلوكي، والأنموذج الاجتماعي، وحددت بنتائجها الأولية مجالات وهي ضعف ضبط النفس، وضعف التعقيد المعرفي، وضعف الثبات الانفعالي:

● **المجال الاول: ضعف ضبط النفس (poor self-control):** هو ضعف امكانية الفرد على التحكم الذاتي والتخطيط والتسرع.

● **المجال الثاني: ضعف التعقيد المعرفي (poor cognitive complexity):** ضعف قدرة الفرد على القيام بالمهام الذهنية والتوجه المعرفي نحو المستقبل.

• المجال الثالث: ضعف الثبات الانفعالي (poor Emotional Stability): وهو ضعف استطاعة الفرد السيطرة على الانفعالات ومشاعر الحزن والفرح والغضب الخاصة بالمواقف المختلفة، (Barrat,1995,768).

الفصل الثالث: إجراءات البحث

أولاً: منهجية الدراسة **Study Methodology** يمتاز النهج شبه التجريبي على غيره من المنهجيات كونه يتعدى الوصف البسيط للواقع الحالي للظاهرة، ليشمل التدخل المباشر والمقصود بهدف تعديل واقع الظاهرة عبر تطبيق إجراءات محددة أو إحداث تغييرات معينة، تليها عملية دقيقة لمتابعة النتائج وتحليلها وتفسيرها، (الجزائري، 2020: 70). بناءً على ذلك، اختار الباحثون النهج شبه التجريبي لأنه يتوافق مع أهداف البحث ويسهم في تحقيقها.

ثانياً: تصميم شبه التجريبي **Quasi-Experimental Design** تم اختيار التصميم شبه التجريبي الذي يتضمن مجموعتين: (تجريبية - وضابطة) مع تطبيق قياسين (قبلي - بعدي)، ويُعتبر هذا النوع من أكثر الأنواع شيوعاً واعتماداً بين الباحثون في مجال التربية وعلم النفس، لما يوفره هذا التصميم من إمكانية لتحديد مدى فاعلية المتغير المستقل في إحداث تغيير في المتغير التابع، (الكيلاوي والشريفين: 2007: 68).



شكل (1) الإطار التجريبي الذي استندت إليه الدراسة الحالية

ثالثاً: مجتمع البحث **Research Population**:

يقصد بمجتمع البحث جميع الأفراد أو العناصر التي تشكل موضوع دراسة المشكلة، (الجزائري، 2020: 79). ويشتمل مجتمع الدراسة الحالية (42,454) من طلاب في مدارس المتوسطة الواقعة ضمن نطاق المديرية العامة لتربية بغداد/الرصافة الثالثة للعام الدراسي (2024-2025) بواقع (52) مدرسة.

رابعاً: عينات البحث **Sample-of Research**:

عينة البحث هي مكون محدود يُختار من مجتمع الدراسة، (الجزائري، 2020: 79). ويعتبر اختيار العينة عملية غير سهلة، حيث يعتمد على عدة عوامل مهمة مثل القياس والنتائج، ومع ذلك، يمكن للباحث المدرب أن يقوم بذلك بشكل صحيح إذا تمت العملية وفقاً للإجراءات السليمة، (الجابري، 2011: 89).

وقام الباحثون بتقسيم العينات إلى:-

أ- **العينة الاستطلاعية:** قام الباحثون بإنشاء استطلاع رأي الكتروني وتم الاجابة من قبل 50 مرشداً من مرشدي المدارس المتوسطة للتعرف على وجود مشكلة السلوك المندفع غير المخطط لدى طلاب المتوسطة وكانت النتيجة (72%).

ب- **عينة التحليل الإحصائي:** من اجل تنفيذ التحليل الإحصائي لمقياس السلوك المندفع غير المخطط انتقى الباحثون عينة مؤلفة من 400 طالب من طلاب المتوسطة، بما يراه هنرسون Henrysoon (1997) أن يُعد حجم العينة مناسباً لتحليل الفقرات إحصائياً إذا كان (400) فرد من مجتمع البحث، (Henrysoon, 2010:132).

ج- **عينة الثبات :-** قام الباحثون بتطبيق مقياس السلوك المندفع غير المخطط على عينة مكونة من (30) طالباً من مدرسة (متوسطة التقدم)، وبعد مضي أربعة عشر يوماً على تطبيق الاختبار الأول، أُعيد تطبيق المقياس على نفس العينة للتحقق من درجة الثبات.

د- **عينة التشخيص:** للكشف عن الطلاب الذين لديهم مستوى مرتفع في السلوك المندفع غير المخطط قام الباحثون باختيار طلبة الصف الثاني من المرحلة المتوسطة، ووُزعت العينة على عددٍ قدره (100) طالب تم انتقاؤهم بالطريقة العشوائية.

هـ- **عينة التجربة:** بعد التطبيق لمقياس السلوك المندفع غير المخطط الذي بناه الباحثون على طلاب الصف الثاني متوسط البالغ عددهم (100) طالب، اختار الباحثون الطلاب ضمن الربع الاعلى لمقياس السلوك المندفع غير المخطط ضمن (68-90) حيث بلغ عددهم 20 طالباً.

خامساً: أدوات البحث Research Tools : تستلزم طبيعة الدراسة الحالية وأهدافها توفير أداتين؛ الأولى: مقياس للسلوك المندفع غير المخطط، والثانية: برنامج إرشادي مستند إلى الإرشاد السلوكي الجدلي، وفيما يلي توضيح الإجراءات المتبعة لبنائهما:-

مقياس السلوك المندفع غير المخطط: إنَّ خطوات بناء المقياس لا بد أن تمرّ بخطوات أساسية، وهذا ما أكد عليه ألن وين (Allen & Yen) كالآتي: أ- تحديد المتغير المراد دراسته. ب- تحديد المجالات لذلك المتغير. ج- التحقق من صدق وثبات الأداة المستخدمة.

- **صياغة الفقرات:** تعتبر صياغة فقرات المقياس من الأمور الدقيقة والمهمة، إذ كلما كانت الفقرات مكتوبة بشكل علمي ودقيق لقياس الظاهرة المستهدفة، زادت فعالية المقياس في تحقيق أهدافه (الزوبعي وآخرون، 1981: 69).

الخصائص السيكومترية لمقياس السلوك المندفع غير المخطط :

أولاً: صدق المقياس The Validity of the scale:

يُعتبر الصدق من الخصائص الأساسية في بناء المقاييس، ويُقصد به قدرة المقياس على قياس الظاهرة المستهدفة فقط دون غيرها من الظواهر، (النعمي، 2014: 219)، وطبّق الباحثون لحساب الصدق طريقتين لضمان الدقة، وهما:

أ- **الصدق الظاهري Face Validity:** ولتقييم صلاحية فقرات المقياس وقياس صدقه الظاهري، قام الباحثون بعرض نسخة أولية من مقياس السلوك المندفع غير المخطط، المكونة من (32) فقرة، على (17) محكماً مختصاً في الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي والقياس والتقويم، تم جمع آرائهم وملاحظاتهم بشأن مدى ملاءمة المقياس للهدف المنشود. بناءً على توصياتهم، تم حذف فقرتين (13 و18)، واعتمد الباحثون على اختبار مربع كاي لمقارنة النتائج بقيمته الجدولية (3.84) عند المستوى للدلالة (0.05)، مع اعتبار نسبة الموافقة (80%) فأكثر مؤشراً على قبول الفقرات، وبناءً على ذلك أصبح المقياس المستخدم في التحليل الإحصائي يتكون من (30) فقرة.

ب. صدق البناء Construct Validity: ويقصد بالصدق البنائي تحليل درجات المقياس استناداً إلى البناء النفسي للخاصية المراد قياسها أو في ضوء مفهوم نفسي معين، وهو يشير إلى المدى الذي يمكننا من تحديد ما إذا كان المقياس يقيس بناءً نظرياً أو خاصية محددة تم تطوير الأداة من أجلها، (Anastasi, 1976:151). وبما أن المقياس تم تصميمه لقياس السلوك المندفع غير المخطط لدى طلاب المتوسطة، فإن هذا النوع من الصدق يتحقق من خلال وضع فقرات تقيس هذا المفهوم، وقد تم التحقق من ذلك من خلال استخراج القوة التمييزية لفقرات المقياس، من خلال الطرق الآتية: أ- طريقة المجموعتين الطرفيتين. ب- طريقة الاتساق الداخلي.

أ- **القوة التمييزية للفقرات:** لإيجاد القوة التمييزية لفقرات المقياس، طبق الباحثون المقياس على عينة مكونة من (400) طالب قام الباحثون بتحليل استجابات المشاركين وحساب الدرجة الكلية لكل استمارة، ثم رتب درجات ترتيباً تنازلياً، بعد ذلك حدد المجموعتين المتطرفتين بناءً على 27% من أعلى الدرجات و27% من أدناها، وذلك وفقاً لما أشار إليه (Anastasia & Urbana, 1988)، حيث تمثل نسبة (27%) من الاستمارات الأعلى والأدنى مجموعتين بأكبر حجم وأقصى تباين ممكن، وبناءً عليه تم اختيار (108) طالب من المجموعة العليا و(108) طالب من المجموعة الدنيا، وتم استخدام اختبار (t-test) لعينتين مستقلتين لحساب دلالة الاختلاف بين متوسطات المجموعتين في درجات كل فقرة من فقرات المقياس، وكانت نتيجة (t-test) المحسوبة أكبر من نتيجة (t-test) الجدولية (1.96) بدرجة حرية (214) وعند مستوى دلالة (0.05)، مما أظهر أن جميع الفقرات مميزة إحصائياً.

ب- **ارتباط درجة الفقرة بدرجة المقياس الكلية (صدق الفقرات):**

استخدم الباحثون معامل الارتباط لبيرسون (Pearson correlation) للتحقق من وجود دلالة إحصائية، حيث تم مقارنة قيمة (T-Test) المحسوبة مع القيمة الجدولية (1,96) عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (398). والجدول رقم (1) يوضح ذلك:-

جدول (1) علاقة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس السلوك المندفع غير المخطط

رقم الفقرة	معاملات ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية	قيمة t لمعامل بيرسون	رقم الفقرة	معاملات ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية	قيمة t لمعامل بيرسون	رقم الفقرة	معاملات ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية	قيمة t لمعامل بيرسون
1	**0.625	15.69	11	**0.599	14.85	21	**0.521	12.10
2	**0.574	13.98	12	**0.536	12.73	22	**0.549	13.04
3	**0.528	12.39	13	**0.427	9.31	23	**0.546	12.91
4	**0.418	9.07	14	**0.444	9.75	24	**0.567	13.70
5	**0.524	12.22	15	**0.495	11.42	25	**0.519	11.99
6	**0.515	11.83	16	**0.508	11.76	26	**0.550	13
7	**0.555	13.16	17	**0.550	13	27	**0.466	10.28
8	**0.526	12.30	18	**0.571	13.86	28	**0.563	13.57
9	**0.519	11.99	19	**0.598	14.82	29	**0.506	11.67
10	**0.534	12.63	20	**0.633	15.93	30	**0.462	10.18

كشفت النتائج أن جميع البنود أظهرت دلالة إحصائية عند مقارنة القيم (T-Test) المحسوبة لمعامل ارتباط بيرسون مع القيمة الجدولية التي تساوي (1.96) عند مستوى دلالة (0.05).

ج - ارتباط درجة الفقرة بدرجة المجال الذي تنتمي إليه : استخدام معامل ارتباط بيرسون، ثم تم استخدام الاختبار (T-Test) لمعامل الارتباط للتحقق من وجود دلالة إحصائية لهذه العلاقة، ويوضح الجدول (2) التفاصيل :-

جدول (2) ارتباط درجة الفقرة بدرجة المجال الذي تنتمي اليه

قيمة T-Test	قيمة الارتباط	ت	المجال الثالث: ضعف الثبات الانفعالي	قيمة T-Test	قيمة الارتباط	ت	المجال الثاني: ضعف التعقيد المعرفي	قيمة	قيمة الارتباط	ت	المجال الاول: ضعف ضبط النفس
16.47	**0.643	22		12.16	**0.523	12		25.96	**0.782	1	
20	**0.689	23		11.29	**0.501	13		22.58	**0.716	2	
23.04	**0.727	24		12.45	**0.530	14		15.63	**0.623	3	
22.70	**0.721	25		13.86	**0.571	15		14.27	**0.583	4	
24.81	**0.756	26		16.17	**0.637	16		17.99	**0.665	5	
22.58	**0.719	27		22.04	**0.706	17		17.64	**0.657	6	
24.81	**0.756	28		22.26	**0.710	18		18.49	**0.676	7	
17.88	**0.669	29		18.59	**0.678	19		17.52	**0.654	8	
				18.26	**0.671	20		18.39	**0.674	9	
13.99	**0.576	30		13.09	**0.553	21		17.57	**0.655	10	
						17.99		**0.665	11		

وتبين أن جميع الفقرات دالة إحصائياً عند مقارنة قيمة (T-Test) المحسوبة لمعامل ارتباط بيرسون مع القيمة الجدولية والتي هي (1,96) لمستوى دلالة (0.05).

د- درجة الترابط بين المجال والمجالات الأخرى

لإيجاد الترابط هذا للصدق، استعمل الباحثون المعامل بيرسون للارتباطات بين درجات كل مجال وباقي مجالات الاداء، ولتحديد الارتباط بين مجالات اداء السلوك المندفع غير المخطط، كانت جميع قيم معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مقارنة قيمة (T-Test) المحسوبة لمعامل ارتباط بيرسون بالقيمة الجدولية البالغة (1,96) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (398). والجدول (3) يوضح ذلك.

جدول (3) مصفوفة الارتباطات الداخلية لمكونات المقياس

اسم المجال	ضعف ضبط النفس	ضعف التعقيد المعرفي	ضعف الثبات الانفعالي
ضعف ضبط النفس	1	-	-
ضعف التعقيد المعرفي	**0.592R= 14.65T=	1	-
ضعف الثبات الانفعالي	**0.321R= 6.77T=	**0.542R= 12.86T=	1

ثانياً: الثبات (Reliability): مدى الدقة والاستقرار والاتساق في نتائج الأداة إذا تم تطبيقها مرتين أو أكثر على نفس الشخصية في ظروف متماثلة، (معمرية، 2009: 174).

وتم حساب الثبات بطريقتين:

أ- طريقة الاختبار وإعادة الاختبار Test Retest (الاتساق الخارجي): تستلزم هذه الطريقة إعادة تطبيق الاختبار أو المقياس على نفس العينة، ثم حساب معامل الارتباط بين درجات التطبيقين، حيث يُعتبر معامل الارتباط هو معامل الثبات الذي يسمى معامل الاستقرار عبر الزمن، (Anastasi،

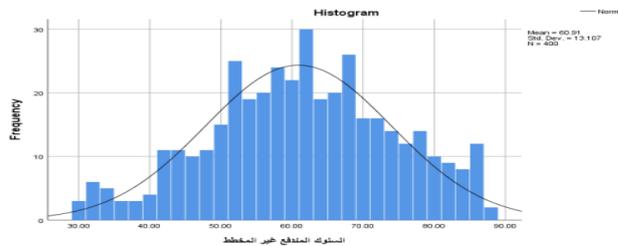
(116, p.1988) ولإستخراج الثبات باستخدام هذه الطريقة، أجرى الباحثون الاختبار على مجموعة تضم (30) طالباً، وبعد مرور (14) يوماً من تطبيق الاختبار الأول، تم إعادة تطبيق الاختبار الثاني، وبلغ معامل الارتباط (0.89)، مما يعد مؤشراً عالياً جداً لثبات المقياس.
ب- الفاكرونباخ (الاتساق الداخلي): يُعتبر الاتساق الداخلي وسيلة إحصائية دقيقة لقياس تجانس المقياس، وفي هذا السياق، تم انتقاء (100) استبانة من عينة التحليل الإحصائي، وكانت نتيجة معامل الثبات ألفا-فاكرونباخ (0.87)، وهو مؤشر عالٍ على اتساق الفقرات وتجانسها، (Anastasi, 1988: 126).

سابعاً: المؤشرات الإحصائية لمقياس السلوك المندفع غير المخطط استعمل الباحثون باعتماد البرنامج (SPSS) بهدف تحليل البيانات الإحصائية المتعلقة بأداة القياس السلوك المندفع غير المخطط على عينة مكونة من (400) طالب في المرحلة المتوسطة، يوضح الجدول (4) النتائج المتعلقة بذلك:

جدول (4) "المؤشرات الإحصائية لعينة التحليل الإحصائي لمقياس السلوك المندفع غير المخطط"

0,133-	Skewness	الالتواء	400	Sample Size	حجم العينة
0,457-	Kurtosis	التفرطح	60.9075	Mean	الوسط الحسابي
57.00	Range	مدى	61.0000	Median	الوسيط
30.00	Minimum	ادنى قيمة	61.00	Mode	المنوال
87.00	Maximum	اعلى قيمة	13.10662	Std. Deviation	الانحراف المعياري
			171.783	Variance	التباين

من الجدول أعلاه، يتضح أن معظم المؤشرات الإحصائية لمقياس السلوك المندفع غير المخطط اتبعت التوزيع الطبيعي الاعتنالي، مما يشير إلى تماثل عينة الدراسة مع المجتمع المدروس بشكل جيد، ويمكن تعميم النتائج عند تطبيق المقياس في الدراسات الأخرى، حيث كانت قيمة التفرطح (-0.457) وهي متقاربة للقيمة المعيارية للتوزيع الطبيعي، وقيمة الالتواء (-0.133). أما مقاييس النزعة المركزية فكانت متقاربة، إذ بلغ المتوسط الحسابي (60.9075)، والوسيط (61.0000)، أما المنوال (61.00)، وهذا يتوافق مع غالبية مؤشرات المقاييس النفسية، والشكل (2) يوضح ذلك.



شكل رقم (2) التمثيل الاعتنالي لدرجات العينة على مقياس السلوك المندفع غير المخطط

التكافؤ بين درجات الطلبة على مقياس السلوك المندفع غير المخطط: لكشف عن التكافؤ في المتغير التابع لأداة قياس السلوك المندفع غير المخطط، اعتمد الباحثون الاختبار (Mann-Whitney) للعينتين المتوسطتين الحجم، وقد تم الكشف عن الاختلافات حيث تم اعتماد النتائج عند مستوى معنوية (0.05) بين نتائج أفراد المجموعة التجريبية ونظرائهم في المجموعة الضابطة، وكانت قيم مان-ويتني المحسوبة (44) وهي أكبر من قيمتها الجدولية (23)، مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعتين في الاختبار القبلي، وهذا يدل على تكافؤ أفراد المجموعتين في مستوى المتغير قبل بدء البرنامج الإرشادي، كما يتبين من الجدول (5).

جدول (5) القيمة الاحصائية لـ (Mann-Whitney U) للتكافؤ في متغير السلوك المندفع

المتغير	المجموعة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة مان وتني		الدالة الاحصائية
					المحسوبة	الجدولية	
السلوك المندفع غير المخطط	التجريبية	10	11.10	111	44	23	غير دالة
	الضابطة	10	9.90	99			

- العمر الزمني: للكشف عن التكافؤ في الأعمار لأفراد العينة في المجموعتين، قام الباحثون بحساب أعمار الطلاب وتحويلها إلى أشهر، ثم استعمل اختبار مان-ويتني لعينات متوسطة الحجم لمعرفة دلالة الاختلافات في رتب الأعمار للمجموعتين، وأظهرت النتائج أن المجموعتين متكافئتان إحصائياً في هذا المتغير، حيث كانت قيمة اختبار مان-ويتني المحسوبة (42.500) أكبر من القيمة الجدولية (23) عند مستوى دلالة (0.05)، كما هو موضح في الجدول (6).

جدول (6) قيم اختبار (Mann-Whitney U) المحسوبة والجدولية للمتغير العمر الزمني لطلاب المجموعتين

المتغير	المجموعة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة مان وتني		الدالة الاحصائية
					المحسوبة	الجدولية	
العمر الزمني	التجريبية	10	11.25	112.50	42.500	23	غير دالة
	الضابطة	10	9.75	97.50			

- الترتيب الولادي: ليتم التحقق من متغير ترتيب الافراد الولادي استعان الباحثون باختبار (سميرنوف) بين مجموعتي الدراسة حيث كانت القيمة المحسوبة (0.408) أصغر من القيمة الجدولية التي تبلغ (1.36) ويدل ذلك على عدم وجود فروق إحصائية بين المجموعتين، مما يشير إلى التكافؤ في متغير ترتيب الولادة، والجدول (7) يبين ذلك.

جدول (7) القيم الاحصائية لاختبار (كولموغوروف - سميرنوف) في متغير الترتيب الولادي لطلاب المجموعتين

المتغير	المجموعة	العدد	الترتيب الولادي			قيم كولموغوروف - سميرنوف		الدلالة الاحصائية
			الأول	الوسط	الآخر	المحسوبة	الجدولية	
الترتيب الولادي	التجريبية	10	2	6	2	0.408	1.36	غير دالة
	الضابطة	10	4	5	1			

- الوضع الاقتصادي: للتأكد من تكافؤ الوضع الاقتصادي بين مجموعتي الدراسة، استعمل الباحثون اختبار (كولموغوروف - سميرنوف)، حيث ان قيمتها المحسوبة (0.408) أنى من قيمتها الجدولية (1.36)، مما يشير إلى وجود تكافؤ بين المجموعتين في متغير الوضع الاقتصادي، ويوضح الجدول (8) هذه النتائج.

جدول (8) القيم الاحصائية لاختبار (كولموغوروف - سميرنوف) للتكافؤ في متغير الوضع الاقتصادي لطلاب المجموعتين

المتغير	المجموعة	الوضع الاقتصادي			قيمة كولموغوروف - سميرنوف		الدلالة الاحصائية
		جيدة	متوسطة	ضعيفة	المحسوبة	الجدولية	
الوضع الاقتصادي	التجريبية	4	4	2	0.408	1.36	غير دالة
	الضابطة	3	5	2			

- تحصيل الاب: للتأكد من تكافؤ المجموعتين الضابطة والتجريبية في مستوى تحصيل الأب، استخدم الباحثون اختبار (سميرنوف - كولموغوروف)، وحيث كانت القيمة المحسوبة (0.408) أقل من القيمة الجدولية (1.36)، مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة بين المجموعتين في هذا المتغير، ويبين الجدول (9) هذه النتائج.

جدول (9) قيم اختبار (كولموغوروف - سميرنوف) للتكافؤ في متغير تحصيل الاب لطلاب المجموعتين

المتغير	المجموعة	تحصيل الاب			قيمة كولموغوروف - سميرنوف		الدلالة الاحصائية
		ابتدائي	ثانوي	جامعي	المحسوبة	الجدولية	
تحصيل الاب	التجريبية	4	5	1	0.408	1.36	غير دالة
	الضابطة	3	4	3			

- تحصيل الام: للتحقق من التكافؤ في مستوى تحصيل الأم بين المجموعتين الضابطة والتجريبية، قام الباحثون باستخدام الاختبار (سميرنوف - كولموغوروف)، إذ أظهرت النتائج أن القيمة المحسوبة بلغت (0.408) وهي ادنى من القيمة الجدولية (1.36)، مما يشير إلى تساوي المجموعتين في هذا المتغير، ويوضح الجدول (10) هذه النتائج.

جدول (10) القيمة الاحصائية لاختبار (كولموغوروف - سميرنوف) لتكافؤ متغير تحصيل الام

المتغير	المجموعة	تحصيل الام			قيمة سميرنوف - كولموجروف		الدلالة الاحصائية
		ابتدائي	ثانوي	جامعي	المحسوب	الجدولية	
تحصيل الام	التجريبية	7	2	1	0.408	1.36	غير دالة
	الضابطة	6	2	2			

تاسعاً : الوسائل الاحصائية : استخدم الباحثون الوسائل الإحصائية التي اعتمدها لدراساتها الحالية، باستخدام البرنامج الإحصائي (Spss) المخصص للعلوم الاجتماعية كما يلي:

- 1- اختبار مربع كاي : لدلالة اراء المحكمين لصلاحية فقرات المقياس.
- 2- تم استخدام اختبار (t-test) لعينتين مستقلتين لتحديد تمييز فقرات المقياس.
- 3- تم استخدام اختبار (t-test) لارتباط بيرسون.
- 4- تم تطبيق معامل ارتباط بيرسون لفحص العلاقة بين درجة الفقرة والدرجة الكلية، وعلاقة الفقرة بالمجال، وعلاقة المجال بدرجة المجال، ولثبات اداة مقياس السلوك المنفذ غير المخطط.
- 5- استخدام معادلة الفا كرونباخ لتحديد مستوى الاتساق الداخلي لثبات المقياس.
- 6- اعتمد الباحثون اختبار مان وتني لاستكشاف التكافؤ في الاختبار القبلي للمقياس ومتغير العمر الزمني بين مجموعتي الدراسة.
- 7- استخدام اختبار كولموغوروف - سميرنوف للكشف عن التكافؤ في متغير التسلسل في الولادة والحالة الاقتصادية بالإضافة إلى تحصيل الأب وتحصيل الأم.
- 8- تم استخدام اختبار ويلكوكسن لغرض الكشف عن الفرضيتين الأولى والثانية.
- 9- ماك جوجيان: استخدم للكشف عن الفاعلية التي ينتجها البرنامج الإرشادي.
- 10- الكسب المعدلة لبلاك: استعمل كمؤشر للفاعلية التي يحدثها البرنامج الإرشادي.

الفصل الرابع: البرنامج الإرشادي

البرنامج الإرشادي (Counseling Program): للبرامج الإرشادية أهمية كبيرة في العملية الإرشادية، فهي تشتمل على مراحل عدة تهدف إلى تقديم الخدمات الإرشادية للأفراد، تشمل هذه المراحل بناء العلاقة الإرشادية، التقييم، إعداد الخطة، تطبيقها، ثم تقييمها، ويُنظر إلى البرنامج الإرشادي على أنه سلسلة متتالية من الإجراءات المترابطة، حيث يؤثر كل إجراء على ما سبقه ويدعم الإجراءات اللاحقة، (العاسمي، 2015: 30).

وتتلخص خطوات بناء هذا النموذج في الآتي:

1. تقرير حاجات الأفراد وتحديدّها: يشتمل البرنامج الإرشادي على سلسلة من الخطوات والإجراءات المنظمة، يتم إعدادها من قبل مُعدي البرنامج. تتضمن هذه الخطوات تحديد الأهداف والمتطلبات الأساسية، التي تهدف إلى معالجة الإشكالية المتعلقة بالسلوك المتهور غير المُرتب، (صالح، 2016، 122) وبناءً على نتائج مقياس السلوك المنفذ غير المخطط، الذي تم تطبيقه على العينة المذكورة في الفصل الثالث، تم ترتيب فقرات المقياس تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية والإنحرافات المعيارية، وهذه الفقرات بمثابة احتياجات، تُستخلص وتُحوّل إلى مواضيع قابلة للتطبيق على شكل أهداف سلوكية مُحددة.

2. كتابة أهداف البرنامج وغاياته وإعدادها: تُعدّ صياغة الأهداف السلوكية خطوة جوهرية ومحورية في تصميم وتنفيذ البرنامج الإرشادي، فهي تقدم تصوراً دقيقاً لمحتوى البرنامج وتعين المرشد على تحديد الأداء المأمول. بفضل هذه الأهداف، يستطيع المرشد تحديد الأساليب الأفضل لمعالجة المشكلة، كما تساعد في تحديد الخط الأساسي للمشكلة. (العزة وعبد الهادي، 2001: 21).

***الهدف العام:** هو خفض السلوك المندفع غير المخطط لدى طلاب المرحلة المتوسطة.

***الهدف الخاص:** الهدف المراد تحقيقه في الجلسة الارشادية.

***الأهداف السلوكية:** من خلال الهدف العام للبحث اشتقت الأهداف السلوكية الخاصة لكل جلسة إرشادية تتناسق مع عنوان الجلسة، بحيث تؤدي الى تحقيق الهدف العام للبرنامج الإرشادي وهو خفض السلوك المندفع غير المخطط لدى طلاب المتوسطة.

3. **تحديد الأولويات:** رأى الباحثون ضرورة إدراج جميع فقرات المقياس في جلسات البرنامج الإرشادي، فتم تحديد جميع الفقرات، سواء تلك التي فوق درجة القطع أم دونها، بناءً على ذلك حُدِّت عناوين الجلسات الإرشادية ثم عُرضت على الخبراء، واعتمد الباحثون على مقترحاتهم لإجراء التعديلات المطلوبة، ليصل إلى الصيغة النهائية للبرنامج، وقام الباحثون باستخراج الأوساط الحسابية للفقرات التي تحمل عنوان الجلسة من خلال جمع الأوساط الحسابية وقسمها على عددها وترتيبها من أعلى متوسط إلى أدنى متوسط، والجدول (11) يوضح ذلك:

جدول (11) تحويل الفقرات الى عناوين للجلسات

عنوان الجلسة	الوسط الحسابي	محتوى الفقرة	تسلسل الفقرات	تسلسل الجلسة
الانضباط الذاتي Self-discipline	2.3433	أتصرف بتسرع ودون تفكير كافٍ.	7	الجلسة الثانية
		أتسرع في الإجابة على السؤال قبل سماع السؤال كاملاً من المدرس.	11	
		أتسرع بعمل المهام التي توكل لي.	1	
اتخاذ القرارات Decision making	2.3433	أتسرع في إطلاق الأحكام.	9	الجلسة الثالثة
		أخذ قرارى إزاء المواقف الحياتية المتنوعة بشكل متسرع.	2	
		أستمر عند القيام بشيء ما، حتى لو كنت أعرف أنه خطأ.	5	
الالتزام بالمسؤوليات Commitment to responsibilities	2.2567	أندمر من الالتزام بالقوانين والأوامر الدراسية.	6	الجلسة الرابعة
		أقاطع زملائي أثناء حديثهم في الصف.	10	
		أشعر بعدم الراحة أثناء المحاضرة في الصف الدراسي.	8	
التخطيط المتأنى Careful planning	2.2467	أفصح عن الأشياء من دون التفكير بها.	20	الجلسة الخامسة
		أجد نفسي غير متأن عند الكتابة أو الرسم.	3	
		أخطط لأعمالي بعناية.	17	
إدارة العواطف Emotion	2.2367	عند المواقف الحزينة أكون غير قادر على السيطرة بانفعالاتي.	28	الجلسة السادسة

Regulation		عندما أشعر بالسعادة أفقد السيطرة على انفعالاتي.	29	
		عند الانفعال لا أستطيع السيطرة على تصرفاتي.	27	
إدارة الغضب Anger management	2.1967	عندما أ غضب أتصرف دون تفكير.	25	الجلسة السابعة
		عندما أشعر بالغضب أقول أشياء أندم عليها لاحقاً.	26	
		عندما أ غضب أصاب بحالة من فقدان السيطرة على نفسي.	30	
التعامل المرن Flexible handling	2.1567	عندما أواجه موقف مزعج أتصرف تصرف عدواني.	23	الجلسة الثامنة
		عندما أنزعج أرفع صوتي بوجه الآخرين.	24	
		أشعر برغبة في تحطيم الأشياء عندما أكون منفعلاً.	22	
استثمار التفكير Investing in thinking	2.1467	أحب التفكير في المشكلات المعقدة.	21	الجلسة التاسعة
		أشعر بالملل عندما أحل المشكلات الفكرية.	12	
		أنفذ عملي بعيداً عما خططت له.	19	
التفكير اليقظ Mindful Thinking	2.0867	أفضل التوقف والتفكير ملياً بالمهمة قبل القيام بها.	15	الجلسة العاشرة
		أفكر بعواقب الأمور قبل القيام بها.	14	
		أفكر عادة بسرعة قبل الإقدام على عمل أي شيء.	4	
التخطيط الفعال Effective Planning	2.0233	أضع أهداف لأعمالي المستقبلية لتنفيذها بدقة ومهارة.	13	الحادية عشرة
		أستطيع تحديد أهدافي بعناية.	16	
		أخطط للرحلات قبل الذهاب إليها بوقت كافٍ.	18	

4. تقويم مدى كفاءة البرنامج وتقديره: وهي العملية التي من خلالها تحدد فعاليات البرنامج الإرشادي، وهذه العملية تكون أكثر فعالية إذا ما أنجزت في إطار يعتمد على مبادئ وأسس محددة، (الساعدي، 2002: 85).

صدق البرنامج: عرض البرنامج الإرشادي قبل التطبيق على مجموعة من المحكمين المختصين في الإرشاد النفسي البالغ عددهم (11) محكماً، وقد أجريت التعديلات اللازمة على وفق آراء الخبراء، إذ أصبح البرنامج الإرشادي جاهزاً للتطبيق وبشكل نهائي.

التخطيط المتأنى Careful planning		نموذج جلسة ارشادية مدة الجلسة (45) دقيقة
حاجة المسترشدين إلى تعزيز قدرتهم على التخطيط المتأنى.	الحاجات المرتبطة بالموضوع	
مساعدة المسترشدين على تطوير امكانياتهم في التخطيط المتأنى بطريقة مدروسة ومنظمة لتحقيق أهدافهم بكفاءة وفاعلية في مختلف جوانب حياتهم.	هدف الجلسة	
<ul style="list-style-type: none"> ❖ أن يدرك المسترشدون أهمية التخطيط المتأنى كأداة لتحقيق التوازن بين الأولويات، مما يساعدهم على التعامل بفعالية. ❖ أن يصبح المسترشدون قادرين على استخدام التخطيط المتأنى لتحديد خطوات واضحة ومرتبطة تسهم في تحقيق أهدافهم طويلة الأمد. 	الأهداف السلوكية	
الحوار، التوضيح، التوقف الذهني، اليقظة العقلية.	الاستراتيجيات والفنيات	
<ul style="list-style-type: none"> ❖ الترحيب بالمسترشدين وتقدير حضورهم. ❖ مراجعة التدريب البيئي. ❖ عرض تقديمي على جهاز العرض Data Show ❖ توضيح مفهوم التخطيط المتأنى وأهميته في تحقيق الأهداف. ❖ استخدام الحوار لشرح كيفية تطبيق التخطيط المتأنى في الحياة اليومية. ❖ توضيح أمثلة عن تخطيط مدروس لتحقيق نتائج فعالة. ❖ تدريب المسترشدين على فنية التوقف الذهني لتحليل الموقف قبل وضع الخطط. ❖ ممارسة اليقظة العقلية لتحديد الأولويات أثناء التخطيط. ❖ تنظيم نشاط تطبيقي لتعزيز قدرة المسترشدين على التخطيط المتأنى. ❖ فتح حوار حول كيف يمكن أن يسهم التخطيط المتأنى في تحسين النتائج. 	الأنشطة والفعاليات المقدمة	
سؤال للمسترشدين: كيف يمكنك تطبيق خطوات التخطيط المتأنى في مواقف حياتك اليومية لضمان أن كل قرار تتخذه مبني على تحليل شامل ويؤدي إلى نتائج أفضل؟	التقويم البنائي	
طلب من المسترشدين كتابة: ما هي الطريقة التي تتبعها لتنظيم أفكارك ووضع خطة مدروسة قبل اتخاذ أي خطوة هامة، وكيف يساعدك ذلك في تحقيق أهدافك بشكل أكثر فعالية؟	التدريب البيئي	

الفصل الخامس: عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

تشير النتائج إلى أن طلاب المرحلة المتوسطة يظهرون سلوكاً مندفعاً غير مخطط نتيجة ضغوط نفسية ومرحلتهم العمرية، مما يؤدي إلى صراعات داخلية وردود فعل سريعة. ووفقاً لنظرية باران، يُعزى هذا السلوك إلى ضعف ضبط النفس وصعوبة التفكير قبل اتخاذ القرار، إضافة إلى ضعف في تنظيم الانفعالات، مما يعزز الاندفاعية، (Barrat,1995,768).

الهدف الاول: فاعلية برنامج الإرشاد السلوكي الجدلي لخفض السلوك المندفع غير المخطط لدى طلاب المرحلة المتوسطة من خلال اختبار الفرضيات التالية:

الفرضية الأولى: لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسط رتب درجات المجموعة التجريبية للاختبارين القبلي والبعدي على مقياس السلوك المندفع غير المخطط.

استخدم اختبار ويلكوكسن للعينات المقترنة، وكانت القيمة المحسوبة (0) أقل من الجدولية (8) عند مستوى (0.05)، مما يدل على وجود فرق معنوي لصالح القياس البعدي، وبذلك رُفِضت الفرضية الصفرية وقُبلت البديلة.

جدول (13) نتائج اختبار (Wilcoxon test) للاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية

مستوى الدلالة 0.05	قيمة ولكوكسن		رتب الفروق السالبة	رتب الفروق الموجبة	الفروق	درجات		ت
	الجدولية	المحسوبة				الاختبار البعدي	الاختبار القبلي	
دالة لصالح الاختبار البعدي	8	0	0	2	30	54	84	1
				1	22	61	83	2
				10	38	43	81	3
				4	33	46	79	4
				7	35	44	79	5
				5.5	34	44	78	6
				3	32	45	77	7
				8	36	41	77	8
				9	37	37	76	9
				5.5	34	39	75	10
			0	55	مجموع الرتب			
			0	5.5	متوسط الرتب			

الفرضية الثانية: لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسط رتب درجات المجموعة الضابطة للاختبارين القبلي والبعدي على مقياس السلوك المندفع غير المخطط.

أجري اختبار ويلكوكسن للمجموعة الضابطة، فبلغت القيمة المحسوبة (32) وهي أكبر من الجدولية (8) عند مستوى (0.05)، مما يدل على عدم وجود فروق معنوية بين القياسين القبلي والبعدي.

جدول (14) قيم اختبار (Wilcoxon test) للاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة

مستوى الدلالة 0.05	قيمة ولكوكسن		رتب الفروق السالبة	رتب الفروق الموجبة	الفروق	درجات		ت
	الجدولية	المحسوبة				الاختبار البعدي	الاختبار القبلي	
غير دالة	8	32		7.5	5	78	83	1
			-1		-1	83	82	2
				3	2	78	80	3
			-6		-4	83	79	4
				9.5	6	72	78	5
			-3		-2	80	78	6
				3	2	75	77	7
			-5		-3	79	76	8
			-7.5		-5	80	75	9
				9.5	6	69	75	10
			22.5-	32.5	مجموع الرتب			
			4.5-	6.5	متوسط الرتب			

الفرضية الثالثة: لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسط رتب درجات المجموعة التجريبية ودرجات المجموعة الضابطة في الاختبار البعدي على مقياس السلوك المندفع غير المخطط .

تم استخدام اختبار Mann-Whitney، وكانت القيمة المحسوبة (0) أقل من الجدولية (23) عند مستوى (0.05)، مما يشير إلى وجود فرق معنوي لصالح المجموعة التجريبية، وبذلك رُفضت الفرضية الصفرية وقُبلت البديلة.

جدول (15) قيم اختبار (Mann-Whitney U test)

الدلالة عند مستوى (0.05)	قيمة مان وتني U		المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		ت
	الجدولية	المحسوبة	الرتب	الدرجات	الرتب	الدرجات	
دال احصائياً	23	0	14.5	78	9	54	1
			19.5	83	10	61	2
			14.5	78	4	43	3
			19.5	83	8	46	4
			11	72	5.5	44	5
			17.5	80	5.5	44	6
			13	75	7	45	7
			16	79	3	41	8
			17.5	80	1	37	9
			12	69	2	39	10
			155	المجموع	55	المجموع	
			15.5	المتوسط	5.5	المتوسط	

ثانياً:- التعرف على حجم الفاعلية التي يحدثها المتغير المستقل (برنامج الإرشاد السلوكي الجدلي) في المتغير التابع (السلوك المندفع غير المخطط) لدى طلاب المرحلة المتوسطة. وللكشف عن فاعلية البرنامج تم استخدام معادلاتي ماك جويجان وبلاك، وذلك في كل من مرحلتي القياس القبلي والتقييم المرجأ، بهدف الوقوف على الفروق التي قد تكون ناجمة عن فاعلية البرنامج الإرشادي، وتوضيح النتائج في الجدول (16).

الجدول (16) معدل الكسب المعدل وفقاً لطريقة (جويجان وبلاك)

المتغير	المجموعة	التطبيق	المتوسط الحسابي	الدرجة النهائية	نسبة جويجان	النسبة المعدلة للكسب لبلاك
السلوك المندفع غير المخطط	التجريبية	القبلي	78.90	90	0.78	1.22
		المرجأ	39.20			

- يرى ماك جويجان أن الكسب يُعد فعالاً عندما تكون نسبته ≤ 0.60
- نسبة الكسب المعدلة لبلاك (فعالة) $\leq 1,2$

ثانياً: مناقشة وتفسير النتائج Discuss and interpret the results

البرنامج الإرشادي القائم على الإرشاد السلوكي الجدلي أثبت فاعليته في خفض السلوك المندفع غير المخطط لدى طلاب المرحلة المتوسطة، من خلال تنمية مهارات تنظيم الانفعالات والوعي الذاتي، وأظهرت النتائج فروقاً دالة إحصائياً لصالح المجموعة التجريبية، وأكدت مؤشرات الفاعلية (ماك جويجان وبلاك) ذلك.

ثالثاً: الاستنتاجات Concisions:

في ضوء نتائج البحث الحالي، استنتج الباحثون ما يأتي:

1. ثبتت فاعلية برنامج الإرشاد السلوكي الجدلي في خفض السلوك المندفع غير المخطط لدى طلاب المتوسطة.
2. الطلاب بحاجة لبرامج تنمي مهاراتهم الذاتية والتكيفية.
3. تفاعل المسترشدين ساهم بفعالية في نجاح البرنامج.
4. الإرشاد السلوكي الجدلي يعزز التنظيم الانفعالي والمرونة النفسية.

رابعاً: التوصيات Recommendation:

في ضوء نتائج البحث الحالي يوصي الباحثون ما يأتي:-

1. تدريب المرشدين على فنيات الارشاد السلوكي الجدلي تحت إشراف مختصين.
2. اعتماد برامج الارشاد السلوكي الجدلي لتعزيز لخفض السلوك المندفع غير المخطط.
3. إعداد دليل لفنيات الارشاد السلوكي الجدلي وتوزيعه على المرشدين.
4. تشجيع تبادل الخبرات بين المرشدين وتقديم دعم مستمر.
5. عقد ورش للمعلمين لفهم احتياجات الطلاب النفسية.
6. تنظيم جلسات إرشاد جمعي سنوية لتدريب الطلاب على فنيات الارشاد السلوكي الجدلي.

خامساً: المقترحات Suggestions:

في ضوء نتائج البحث الحالي، اقترح الباحثون ما يأتي:

1. دراسة مماثلة للبحث الحالي على عينة من المدمنين.
2. دراسة مستندة الى الإرشاد السلوكي الجدلي في خفض متغيرات أخرى مثل: (الإحساس باليأس، لوم الذات، الخوف من فوات الفرص الافتراضية "FOMO").

3. دراسة مماثلة للبحث الحالي على طلاب المرحلة المتوسطة ومقارنة نتائجها مع نتائج البحث الحالي.

المصادر

- الجابري، كاظم كريم وصبري ، داود عبد السلام(2013): مناهج البحث العلمي ، كلية التربية ابن رشد، جامعة بغداد- العراق.
- الجيزاني، محمد كاظم جاسم (2020): مناهج البحث للعلوم التربوية والنفسية ،مكتبة زاكي للطباعة، بغداد - العراق.
- الزغول، محمد عبدالله (2015): برنامج ارشادي مقترح لخفض التمر لدى طلبة المرحلة الأساسية العليا في الأردن، أطروحة دكتوراه منشورة، الجامعة الأردنية، الأردن.
- الزوبعي، عبد الجليل إبراهيم و بكر، محمد ألياس و الكناني، إبراهيم الحسن، (1981): الاختبارات والمقاييس النفسية، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل، العراق.
- الساعدي، سلوى محمد (2002): اثر برنامج ارشادي في خفض بعض الاضطرابات السلوكية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية ابن رشد، جامعة بغداد.
- سليمان، محمد معروف (2017): المراهقة مشكلات وحلول، دار الفكر، دمشق، سوريا.
- الشافعي، إبراهيم، والحسيني، احمد (2013): سلوك المخاطرة والاندفاعية لدى عينة من المراهقين في بيئات تعليمية مختلفة، بحث منشور بمجلة كلية التربية جامعة طنطا، مصر.
- صالح، عبد الكريم محمود. (2016): تخطيط البرامج الارشادية. ط1 . بغداد: دار المصادر للتحضير الطباعي.
- العاسمي، رياض نايل (2015): التصميم الناجح لبرامج الإرشاد النفسي المدرسية الشاملة، الإصدار للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- عبد الباقي، امل ابراهيم محمود (2018): العلاقة بين الاندفاع بوصفه سمة متعددة الأبعاد وضعف ضبط الكف لدى عينة من الذكور والإناث، الدراسات النفسية، القاهرة، مصر.
- العزاوي، فائق جمعة (2018): التفكير الـرغبوي وعلاقته بالشخصية الاندفاعية لدى طلبة المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير، كلية التربية للعلوم الانسانية، جامعة ديالى، العراق.
- العزة، سعيد حسني و عبد الهادي، جودت عزت، (2001)، الارشاد النفسي أساليب وتقنياته، الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع، ط1، عمان، الاردن.
- علي، عبد الفتاح (2011): الفروق في الاندفاعية لدى الأطفال ذوي النشاط الزائد في ضوء متغير الذكاء. مجلة الآداب والعلوم الإنسانية.
- الكيلاني، عبد الله زيد والشريفين، نضال كمال (2007): مدخل إلى البحث في العلوم التربوية والاجتماعية أساسياته - مناهجه - تصاميمه - أساليبه الإحصائية: ط2: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان، الأردن.
- محروم، مريم حسني حمد (2021): العلاج الجدلي السلوكي مدخل علاجي واعد، مجلة علوم الانسان والمجتمع، جامعة العلوم الاسلامية العالمية، الاردن.
- معمريه، بشير (2009): مدخل لدراسة القياس النفسي. ط1، المكتبة العصرية للنشر والتوزيع، جمهورية مصر العربية.
- ملحم، سامي محمد (2010): مبادئ التوجيه والارشاد النفسي، ط2، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة عمان الاردن.

- النعيمي، مهدي عبد الستار (2014): القياس النفسي في التربية وعلم النفس ، ط1، المطبعة المركزية، جامعة ديالى، العراق.
- وزارة التربية ، (1981): المديرية العامة للتخطيط التربوي، الإحصاء، العراق.
- American Psychological Association. (2004). Evidence-based practice in psychology: APA presidential task force on evidence-based practice. American.
- Anastasi, A. (1988): Psychological Testing , New York: Mac Milan Co.
- Barrat, E. S. (1993): Impulsivity: Integrating cognitive, behavioral, biological, and environmental data. In W. G. McCown, J. L. Johnson, & M. B. Shure (Eds.), The impulsive client: Theory, research, and treatment American Psychological Association.
- -----, E. S. (1995). Impulsivity and its measurement. Journal of Personality Fifty years of the Barratt Impulsiveness Scale: An Stanford.
- Borders: L.O & Drury: S.M (1992): Comprehensive School Counseling Programs: Are View For Policy Makers And practitioners: Journal Of Counseling And.
- DeYong, G. (2011). Impulsivity as a personality trait . In R. Baumeistes and K, Vohs (Ed.) New York : The nd Handbook of self-regulation : research , Theory and application Guilford Press.
- Henrysoon, S. (2010): Correction of item-total correlation in Item Analysis psychometric.
- Herman, A.M.(2023): Interoception within the context of impulsivity and addiction. Current addiction reports
- Hollingdale, R.J, (1987), Twilight of the idols and the antichrist, New York, Penguin Books.
- Linehan, M.(2015): DBT skills training manual New York, NY: The Guildford.

The Effectiveness of a Proposed Counseling Program Based on Dialectical Behavior Therapy for Middle School Students.

Abstract

The current research aims to identify the effectiveness of a proposed counseling program based on Dialectical Behavior Therapy (DBT) among middle school students. To achieve the research objective, the researchers developed a scale for unplanned impulsive behavior, consisting of 30 items distributed across three domains. The psychometric properties of the scale were established through validity and reliability testing. Additionally, a DBT-based counseling program was designed, comprising 12 sessions at a rate of two sessions per week. The researchers adopted a quasi-experimental method, with an experimental sample size of 20 students. Data analysis was conducted using the Statistical Package for the Social Sciences (SPSS). The results indicated that the program was effective in reducing unplanned impulsive behavior among middle school students. The researchers concluded with a set of recommendations and suggestions.

Keywords: Counseling Program, Dialectical Behavior Therapy, Middle School Students.