



أثر فاعلية برنامج إرشادي ديني لخفض الاضطرابات النفسية وتعديل السلوك الاندفاعي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة زليتن فضيلة محمد صوفية

قسم التربية الخاصة، كلية العلوم الإنسانية، الجامعة الأسمرية الإسلامية- ليبيا

ملخص البحث:

هدف البحث إلى الكشف عن مدى فاعلية الإرشاد الديني في تسوية النفس وتخليصها من اضطراباتها الأمر الذي يعود على اعتدال السلوك وسوائه وذلك لما يتصف به هذا الواقع من تقلبات، وأزمات تكاد تكون بشكل يومي، بل ربما في كل لحظة تعيشها النفس من تلازم لهذه الظواهر، الأمر الذي يساعد على ارتفاع نسبة التوترات والضغوطات النفسية، مما يحدث خللاً في مستوى الضبط الذاتي للسلوك، ويؤدي بنمط مغاير للتوازن النفسي السوي، وغير مرغوب فيه، فاتجه البحث إلى معالجة هذه السبلات من خلال طلاب المرحلة الثانوية (عينة البحث) الشريحة الفاعلة في المجتمع ولها الأثر البالغ في نقل المجتمع من مرحلة إلى مرحلة أفضل، فاعتمدت الباحثة المنهج التجريبي ونظمت برنامجاً تجريبياً تم تطبيقه على العينة بعدد (40) مفردة على هيئة محاضرات إرشادية وبأداة جمع المعلومات مقياساً مكوناً من (58) عبارة توزعت لتحقيق أهداف البحث وطبق بالتطبيق القبلي والبعدي وعولجت البيانات بالبرنامج الإحصائي (spss) وأظهر البحث نتائج إيجابية على السؤال الرئيس والتحقق من أهداف البحث عند مستوى دلالي إحصائي قدر بـ (0.05) لصالح المجموعة التجريبية.

الكلمات المفتاحية: الاضطرابات النفسية، الإرشاد الديني، السلوك، طلاب المرحلة الثانوية

المقدمة:

يحمل واقعنا الحالي عوامل عديدة ترتبط بمستوى الضغط النفسي لدى عامة الناس وخاصتهم، وتؤثر في سلوكهم نظراً لما يتوصّف به هذا الواقع من تقلبات، وأزمات تكاد تكون بشكل يومي، بل ربما في كل لحظة لما يعيشونه من تلازم لهذه الظواهر، الأمر الذي يساعد على ارتفاع نسبة التوترات والضغوطات النفسية، مما يحدث خللاً في مستوى الضبط الذاتي للسلوك، ويؤدي بنمط مغاير للتوازن النفسي السوي، وغير مرغوب فيه.

وأخصّ بالذكر هنا المرحلة الشبابية الطلابية، بمرحلة التعليم الثانوي، والذين يشكّلون العصب الرئيسي في عملية التقدّم الحضاري المجتمعي، والوطني، بل هم الفئة التي لها الدور الفاعل في دفع دفة الحضارة وتسهم في تقدّم الأمم وازدهارها، وأداة البناء والتنمية، كذلك هم صورة البلاد الحيوية الناضجة. فضلاً عن ذلك؛ فهم يتبوّؤون مرحلة التكوين والإعداد التأهيلي، لخصوصية هذه المرحلة (بداية الرشد)، للتعامل مع جميع المواقف العلمية والواقعية والقيادية الوطنية، والأحداث الملازمة لهم، خصوصاً في ليبيا في الوضع الراهن، والتي لها أثارها السلبية على نفسيّة الطالب وسلوكياته، لتوجيههم نحو التعقّل والسلوك المتزن، والتحكّم فيه أتّى يتطلب الأمر بمنطق العقل لا باندفاع النفس في غياب الحسّ العقلاني.

والضغوطات النفسية التي نقصد؛ تتمثل في التوترات العصبية النفسية، وحالات الكبت، والاضطرابات السلوكية، إثر عجز الفرد في مواجهة أمر ما، يكون مخالفاً لرغباته أو فوق قدراته وطاقاته، وما ينتج عن هذه الأمور من حالات الغضب السلبي، والعنف، والإرهاب، والتعدي على الآخرين ربما دون وجه حق، والتحارب، وحالات العدوان والاندفاع التي تأمر النفس دون حكمة العقل والتأني، بل ربما يصل الأمر إلى هدم العلاقات الإنسانية، التي تصل بصاحبها إلى مقرّ السوء، وهو حادث في بعض الأحيان حال هذا الواقع.

هذه الأمور وغيرها تفقد الشاب هويته السوية المثزنة، وقد تسبب انقساساً في شخصيته، فيصبح في حالة من التناقض، بين نفسه والآخرين، بين واقعه المعاش والأحداث الحاصلة فيه، وبذلك يحدث الخسران الذاتي، والاضطراب السلوكي، فيدخل في الحالة المتبدلة للشعور الواعي، فتختفي لديه القيم، والمعتقدات، والأعراف، والأصول المتوجب اعتناقها، والنظم المفترض السير عليها، وهو ما لا ترضاه الشريعة ولا المجتمع ولا الدولة.

ويمكن تبرير ما سبق؛ ضغوطات الحياة، الواقع المتوتر، الذي أكسب الشاب حمية زائدة، وأقصد هنا ما يعاني منه طلاب اليوم، الشريحة الفاعلة في المجتمع الليبي، الذي أصبح في هذه الأونة ميداناً لكثير من المشاكل والتحارب والتعدي والسلوكيات غير الهادفة، وما يعكس ذلك على الطمأنينة النفسية، والأمن الأسري، والمجتمعي، ومن ثم الأمن الوطني.

ولعلّ ما سبق ذكره يعتبر من أبرز المشكلات التي هيمنت على واقع ليبيا الحالي، فتيهان الشباب عن جادة الصواب يعتبر خسارة كبيرة للنفس، وهدماً للقيم والمعتقدات، والمجتمع والدولة، فهم في " أيّ أمة يعدّ المصدر الأساسي لنهضتها وتقدمها ومعقد آمالها والدرع الواقي للدفاع عن كيانها وتحقيق آمالها والشباب يعد المرآة الصادقة التي تعكس واقع تلك الأمة" (الشيباني، 1973: 17).

وقد اتجهت دراسات عدّة نحو البحث في مجالات التوجيه والتربية والإرشاد، تبنياً للنفس والذات، وحرصاً على سلامتها من الانحراف، والعيش في واقع آمن تكهنناً بمستقبل آمن، منها دراسة بلاك وجاي (2004)، لخفض الآثار النفسية الناتجة عن ضغوط الحياة، ودراسة البحيري (1999)، التي هدفت لتدريب العينة على مهارات سلوكية لإطفاء السلوك المشكل، وقد أنجزت دراسة (تربوية تعليمية) افترضت فيها فروضاً لفحص أربعة أبعاد (العقدي والنفسي والمعرفي والتعلمي)، وتمّ التحقق منها جميعها، إلا البعد النفسي، ذلك لأنه يستحق الاهتمام أكثر، ويفترض تخصيص دراسة تقوم بتحليله بصورة أدق وأعمق، وهو لم يكن معدوماً في الدراسة المعنية، ولكنه ليس في المستوى المطلوب على اعتبار المتابعة الأثرية، ولعلّ هذا من دواعي القيام بالبحث الحالي، إلى جانب المبررات المذكورة سابقاً، طمعاً في تهدئة الواقع، بترويض انفعالات الشباب ودوافعهم، بتوجيههم وإرشادهم وتقدير صفة الذات الإيجابية، والسّمو على الظواهر السلبية، والحدّ من انتشار العنف والاعتداء، وتحكيمياً لصوت العقل والحكمة، في قيادة النفس، وإدارة الأمور، والترفع عن كلّ ما هو مغايراً للفطرة والعقل والمنطق.

وفي ضوء ذلك ترى الباحثة أنّه يتوجب القيام ببرنامج إرشادي نفسي ديني لإرشاد عينة من هذه الفئة، وتوجيهها نحو العلم والتعلم والتعمير والتفكير المنطقي، والنظر إلى بناء مستقبل آمن خالي من الفوضى والنشئت، ليكونوا بذلك مرشدي المستقبل يتبنون هذه الأمانة.

إشكالية البحث:

من خلال ما تقدم من عرض لمبررات البحث يمكن صياغة الإشكالية الأساسية للبحث في التساؤل الرئيس: ما أثر فاعلية برنامج إرشادي ديني لخفض الاضطرابات النفسية وتعديل السلوك الاندفاعي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة زليتن؟

ويندرج تحت السؤال الرئيس أسئلة فرعية نحاول من خلالها التوضيح البيّن للإشكالية، ومحاولة الوصول إلى النتائج الموضوعية :

1. ما مدى فاعلية برنامج إرشادي ديني لخفض الاضطرابات النفسية وتعديل السلوك الاندفاعي لدى طلاب الثانوية ؟
 2. هل تنعكس أثر هذه الفاعلية على تعديل السلوك الاندفاعي وتوجيهه نحو السواء ؟
 3. هل يمتد أثر البرنامج الإرشادي المقترح بعد انتهاء التطبيق بفواصل زمني (فترة المتابعة)؟
 4. هل هناك فروق بين المجموعتين (الضابطة والتجريبية) على المقياس البعدي إثر تعرضهم للبرنامج الإرشادي عند مستوى احصائي بدلالة (0.05)؟
- أهداف البحث :**

- التعرف على مدى فاعلية برنامج الارشاد الديني لخفض الاضطرابات والضغوط النفسية للعبئة وأسبابها لمعرفة كيفية التعامل معها بشأن علاجها والحد منها.
 - إحداث علاج أو بناء خطة لتعديل السلوك المضطرب والاندفاعي المثير للقلق لدى المتعلم في المرحلة الثانوية (عينة البحث) وتوجيهه نحو السواء.
 - كما يهدف البحث إلى دراسة العلاقة بين الأحداث المعاصرة وقوة ارتفاع مستوى الضغط النفسي للمستهدف.
 - ومن أهدافه الإجرائية معرفة دلالة الفروق بين المجموعتين (الضابطة والتجريبية) على المقياس البعدي إثر تعرضهم للبرنامج الإرشادي.
- وعليه يمكن للتحقق من هذه الأهداف سياقة الفرضيات الآتية، والتي تعتزم الباحثة إثباتها في ضوء الإشكالية قيد الدراسة:

فرضيات البحث:

1. **الفرضية الأولى:** لا توجد فروقاً جوهرية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية على الاختبار القبلي، لمقياس الضغوطات النفسية عند مستوى دلالي (0.05).
2. **الفرضية الثانية:** توجد فروقاً جوهرية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية على الاختبار البعدي، لمقياس الضغوطات النفسية، لصالح التجريبية عند المستوى الدلالي (0.05).
3. **الفرضية الثالثة:** نخمن بوجود ثبات لأثر البرنامج الإرشادي النفسي في خفض الضغوطات النفسية وتعديل السلوك المشكل لدي المجموعة التجريبية على اختبار المتابعة إذا استقرت الدرجة الإحصائية بعد فاصل زمني معلوم.

أهمية البحث:

يهتم البحث بالنظر بعين الاهتمام اتجاه فئة الشباب، وما يتعرّضون إليه في هذا الواقع من أزمات تكاد تكون على مختلف مظاهر الحياة، وما الآثار الناجمة عنها في نفوسهم، وسلوكياتهم، ومستوى تحصيلهم العلمي، وأخص بالذكر المتعلم الثانوي والذي تركز عليه الدولة في البنية العلمية والثقافية والحضارية لها، وبتحديد أدق تكمن أهمية البحث في النقاط التالية :

- وجهت عنايتها بأهم مراحل الإنسان لبناء شخصية سليمة متوازنة بتقديم إرشادات وعظية للحد من الأزمات النفسية وخفض الضغوط التي يتعرض لها المتعلم حرصاً على اعتدال سلوكهم وتحصيلهم العلمي.
- تساهم في وضع استراتيجية متطورة من خلالها يتم تفعيل هذه الخدمات على نطاق واسع بما يشمل سنوات التعليم الثانوي.
- رفد الدراسات والبحوث الوعظية والإرشادية التربوية.
- فتح آفاق جديدة أمام الباحث لإجراء هذه الدراسات وإلقاء الضوء على الفعاليات الإرشادية ومدى أهميتها في التعامل مع الواقع.

حدود البحث:

هذا وستقوم الإجراءات التطبيقية والتجريبية للبحث ضمن الحدود الآتية:
الحد المكاني: بعضا من مدارس الثانوية بمدينة زليتن ليبيا
الحد البشري: طلاب المرحلة الثانوية
الحد الزمني: 2020/2021م
الحد المعرفي: الوعظ الديني، والإرشاد النفسي التربوي).
وسييسير البحث في ظل هذه الحدود لفحص الإشكالية وإثبات التخمينات

مفاهيم البحث:

- **أثر: أثر فيه:** ترك فيه أثراً" (الزاوي، 1980: 13)، و"التأثر إبقاء الأثر في الشيء" (الرازي، 1973: 6)، و"الأثر بالتحريك ما بقي من رسم الشيء" (ابن منظور، دت: 19)، "والأثر الطيب يقوي ويعزز المسارات العصبية، أي يحدث خلالها ارتباطاً، والأثر غير الطيب يضعفها" (عبد الهادي، 2000: 75)، وهو في معناه "تطبيق المعرفة التي اكتسبها المتعلم من خلال عملية التعلم في الحصول على معرفة جديدة وحل مشكلات جديدة وفي التكيف الحسن مع الحياة" (العناني، 2000: 227).
- **فاعلية: إجرائياً** هي وسيلة البرنامج الإرشادي أي فائدته، وقدرتها على تهذيب المقصود ومدى تأثيرها فيه، وهي النتيجة الإجرائية التي نتوَّخاها إثر الانتهاء من البرنامج لمعرفة الفعل الطيب للعينة المدروسة.
- **البرنامج الإرشادي:** هو "تصميم مخطَّط ومنظَّم على أسس علمية يحتوي على مجموعة من الخدمات لحل المشكلات التي يواجهها الطلبة في المجالات المختلفة الاقتصادية والدراسية والاجتماعية والنفسية، الأمر الذي يؤدي إلى نجاحهم الدراسي، وتوافقهم مع البيئة" (الجنابي، 1992: 15)، **وعملياً هو:** "عبارة عن خطة أو عملية تنظيم الخدمات التربوية والنفسية والأكاديمية التي تقوم بها المؤسسة التربوية ويشترك في إعدادها وتنفيذها المرشد مع مختصين آخرين كي يحصل توافق وتكيف عال للطلبة مع بيئتهم" (محمد، 1996: 48).
- **الاعتدال:** "يتفق ومعنى الاستقامة والاستواء والتوسط بين حالين، بين مجاوزة الحد المطلوب والقصور عنه ويعرف أيضاً أنه الاقتصاد والتوسط في الأمور، وهو أفضل طريقة يتبعها الفرد نحو نفسه، وفي سلوكه فالاعتدال التوسط بين حالين دون إفراط وتفریط،" (عبدالكريم، زبون، 2022: 5)، وهو محو أو تقليل من الحالة غير المرغوب فيها، ومحاولة علاج وإخفاء انفعالات وسلوكيات لا سوية واستبدالها باطمئنان وسلوكيات سوية معتدلة، وهو توسط الشيء بعموم الفهم، وفي خصوصية البحث حط الانفعال لدرجة الاعتدال.
- **الاضطرابات النفسية:** هي "تلك الحالة التي يتعرض فيها الفرد لظروف أو مطالب تفرض عليه نوعاً من التوافق معها، وتزداد تلك الحالة إلى درجة الخطر كلما ازدادت شدة الظروف أو المطالب أو استمرت لفترات طويلة" (البيلاوي، 1988: 4).
- **تعديل السلوك:** هو "عملية إجرائية منظَّمة، تشتمل على تطبيق إجراءات علاجية معينة، الهدف منها ضبط المتغيرات المسؤولة عن حدوث السلوك وذلك لتحقيق الأهداف المتوخاة من وراء تعديل السلوك" (جودت، 2005: 25).
- **طلاب المرحلة الثانوية:** هم الذين تبوؤوا مرحلة التعليم الثانوي، وبقدر ما يتصفون به من تعقل ببداية دخولهم المرحلة الرشدية، انتقالاً من نهاية المراهقة المتأخرة إلا أنَّ اندفاعهم وانفعالاتهم تكاد تكون على درجة عالية من القوة، بسبب الأحداث الواقعية.

والأزمات المالية وغيرها من المواقف الضاغطة، التي يدركها الفرد، ويشعر بتهديدها له، وقد تؤدي تلك الحوادث إلى حدوث استجابات نفسية أو جسدية أو سلوكية غير محدّدة، وكذلك ظهور نتائج سلبية أو إيجابية لدى الفرد بناء على تعرّضه لهذه الأحداث الضاغطة" (Margaret, A, et al, 1994: 99)

مؤثرات الضغوط النفسية على متعلّمي الثانوية:

إنّ الحالة المنافية للسواء وغير المتوافقة مع استراتيجيات التعايش الطبيعي للإنسان باليديهي ستحدث نوعاً من عدم التوافق النفسي والواقعي، ممّا تدفعه الحالة بالإجبار إلى النقبّل المفروض، لإمكانية التأقلم معها، رغم رفضه لها، لعدم مواءمتها لرغباته، بل بتقبلها مهما كانت، بالرغم من أنّ قدرّاً من الضغوط النفسية تكاد تكون شبه ضرورية لمواجهة أغراض الحياة اليومية، إلّا أنّ التعرّض الدائم لها تترتب عليه مؤثرات متنوعة وهي كالتالي بما يوافق حدود البحث ومجالات دراسة العينة:

1. **تأثرات نفسية:** عدم التوافق النفسي، خلل في مفهوم الذات، حالة من التوترات العصبية، ضعف التحكم في الدوافع لعدم الانسجام مع الواقع.
2. **تأثرات فسيولوجية:** الغضب المذموم، قلق الحالة والسمة، سمات العنف، والتعدي والتحارب وجدة المشاعر، ردود فعل غير سوية وسلوكيات مرفوضة دينياً ومنطقياً.
3. **تأثرات اجتماعية:** سوء العلاقات، نقص التفاعل الاجتماعي، إضافة إلى حدة التعامل مع الآخرين، غياب الحكمة في التصرف حيال المواقف الاجتماعية.
4. **تأثرات تعليمية:** ضعف التحصيل العلمي، السرحان وعدم التركيز، تدني مستوى المشاركة الفعالة: (الثقافية والترفيهية والعلمية وغيرها) داخل المدرسة وخارجها، سمة الملل من الدراسة مما يسبب التسرب لضغوطات الظروف الواقعية، بمعنى حالة من عدم التوازن والتوافق النفسي اللاسوي، والخلل الواضح على معظم حياة المتعلّم.

سبل علاج الاضطرابات النفسية:

من المعلوم أنّه لا يمكن معالجة الواقع والظروف المحيطة والأحداث التي تزداد يوماً عن يوم، سواء أكانت الأزمات واقعية أو اجتماعية أو اقتصادية... إلخ، إلّا عن طريق توجيه وإرشاد النفس البشرية، وتقويمها إلى الصّلاح، فهي من تقوم بالإصلاح لاحقاً، ففي هذه الحالة يتوجّب العناية بالفئة العمرية ذات التعرّض بدرجة أكثر لهذه الأحداث، أو الذين يواجهونها باستمرار، وهم فئة الشباب، حيث الحماية الزائدة دون إحالة الموقف للعقل والمنطق، بالتدخل المبكر بالنصح والإرشاد، وتفرغ هذه الانفعالات في ما يعود عليهم إيجابياً، فالأمر في هذه الآونة خرج عن الدفاع عن نفس أو ظلم أو فساد بل لتصبح هذه الآثار سمة يتوسّم بها بعض الشباب حالياً، لذا ارتأيت أنّ سبل العلاج التي سيعمل بها بما يوافق موضوع البحث وحدوده، وبما يتمشى مع الإشكالية قيد الدراسة، ولنتحصّل على نتائج إثر هذا العمل: هو التوعيط والترشيد السليم والسوي للمستهدفين، لإدارة مواقف الحياة أيّاً كانت هويتها، والاهتمام بالنفس، ومحاولة ترويضها وتهذيبها للحدّ من هيمنتها على العقل، بل وتغليب صوت العقل عليها، لنخرج بشيء ذا فائدة تُرجى منه، وهو ما يتطلب إعداداً لبرنامج إرشادي نفسي يقوم بهذه المهام، والذي سنوافيكم بماهيته وتفصيلاته في المطلب الثاني حيث الإجراءات التطبيقية (التجريبية).

ثانياً- تعديل السلوك:

السلوك هو: "أي نشاط يصدر عن الإنسان، سواء كان أفعالاً يمكن ملاحظتها وقياسها كالنشاط الفسيولوجي والحركة، أو نشاطات تتم على نحو غير ملحوظ كال تفكير والتذكّر والوساوس" (جودت، عزت، 2005: 11)، وقد يكون سلوكاً سويّاً مرغوباً فيه، فيؤدي إلى نتائج حسنة مرغوباً فيها، وقد يكون سلوكاً متطرفاً وغير مرغوباً فيه، ويتوصّف بالإزعاج للشخص نفسه وللآخرين والمجتمع، وهو ما نقصده في هذا البحث للحدّ منه وتعديله، فتعديل السلوك هو "عملية إجرائية منظّمة تشتمل على تطبيق إجراءات علاجية معينة، الهدف منها ضبط المتغيرات المسؤولة عن حدوث السلوك

وذلك لتحقيق الأهداف المتوخاة من وراء التعديل" (جودت، 2005: 25)، وبما أنّ السلوك هو استجابة كلية للنشاط الفسيولوجي للفرد فإنّ الهدف من تعديله هو:

1. إحداث التوافق مع النفس والتكيف الحسن مع أحداث الواقع والحكمة في التعامل معهم
2. التقليل من السلوكيات غير المرغوبة والحد منها خصوصاً المرفوضة دينياً واجتماعياً وتعليمياً، لحالات العنف، ومستويات ضعف الإنجاز الدراسي.
3. عند التقليل من هذه السلوكيات يفضي الأمر إلى خفض المشكلات النفسية والاجتماعية، والأعمال العدوانية والعنانية التي تصدر عن الفرد المضطرب نفسياً.
4. استثمار طاقات وجهود المتعلم في الإنتاج الإيجابي وتحويل حالات القلق والإحباط والتوتر إلى أعمال الخير والتعاون والمشاركة الإيجابية الفعالة.

الأمر الذي يستدعي الاستعانة بأساليب دينية تربوية إرشادية، كالموعظة، والترغيب والتعزيز، والنمذجة، وتقليل الحساسية التدريجي، وتوكيد الذات والتفريغ النفسي... إلخ، ومن المحسوس أنّ الحياة السوية تساعد على بناء سلوك إيجابي، خالياً من التوترات الناتجة عن الأزمات الضاغطة، وبالطبيعة فهي لا تخلو نهائياً بل تتسم بنوع من التقبل المعتدل، إذاً فالمشكلة في الظروف الضاغطة المتكررة والمستمرة المنتجة سلوكاً متطرفاً.

ونعني بالتعديل التطبيقي للسلوك: هو العملية الإجرائية أو التخطيط العملي العلاجي (الترشدي) لتغيير سلوك لا سوي، وهو نوع من العلاج السلوكي الذي يستخدم مبادئ التعلم بهدف الإصلاح المرغوب فيه للسلوك غير المرغوب فيه.

أنواع السلوك المستهدف:

نروم في هذه البصيرة الإشارة إلى ذكر السلوك الذي اقتصده البحث بالدراسة، والمستهدف تعديله وتسويته أو علاجه فحسب، ولن نتطرق إلى أنواع السلوك جميعها التزاماً بموضوع البحث، وهدفه، لتحديد مساره بدقة.

سلوك انفعالي نفسياني: الغضب المذموم، التوتر، الانفعال السلبي، القلق، العصاب، السرحان و تشتت الانتباه في الموقف التعليمي، ضعف التحصيل الدراسي.

سلوك عدواني جسماني: التعدي، التحارب، الإرهاب، القتل، حدة التعامل مع الآخرين، سوء التوافق الاجتماعي والواقعي.

ولتنفيذ خطة تعديل السلوك المستهدف سنأخذ بالاعتبارات الأساسية الآتية:

- تحديد السلوك المراد علاجه وتعديله.
- مدارس الأحداث المؤثرة في السلوك.
- انتخاب العينة المراد تعديل سلوكها.
- تحديد موعد ومكان إجراء التعديل.
- تكوين المادة العلاجية، والتطبيق العلاجي.

وسياتي تفصيلها لاحقاً، والتي سيعمل بها في الإجراءات التجريبية للبحث حال تطبيق البرنامج الإرشادي، فعملية تعديل السلوك عملية تشخيصية علاجية شاملة، تنطلق من الخط القاعدي، إلى مرحلة التغيير والتعديل، إلى مرحلة المتابعة للتثبت من الأثر، ذلك لأنّ المتابعة تؤكد نوعاً من النتائج الحسنة رغم نسبية الإنسان، وسوف تتضح معالمها في المعالجات الإحصائية، بعد انتهاء التطبيق بفواصل زمني قدره (20) يوماً.

الدراسات السابقة:

خاضت حول هذا الموضوع دراسات وأبحاث عديدة، هدفها ترويض الانفعال، وخفض التوترات الضاغطة على النفس، لتحسين السلوك وتسويته، ومحاولة الرقي به إلى التعقل والمنطق، عن طريق

العلاج الإرشادي السلوكي، لاكتساب سلوك إيجابي قدر الإمكان، وعلة حضورها هنا هو: مساندة البحث، والاستفادة من إجراءاتها، ومقايسة نتائجها بنتائج البحث الحالي، وقد يسد نقصاً أغفلته، أو ربما يضيف شيئاً جديداً، وعليه سنشير إلى بعض منها بقدر سعة البحث:

دراسة بلاك وجاي (1981م Blake, Jay)، أرادت التعرف على فاعلية البرنامج الإرشادي على الآثار النفسية الناتجة عن ضغوط الحياة، وتم استخدام مقياس الضغط النفسي القبلي والبعدي على المجموعة التجريبية، وأظهرت النتائج شيئاً من انخفاض مستوى الضغط النفسي لصالح المجموعة التجريبية، مما يشير إلى فاعلية البرنامج وأثره على هدوء النفس.

دراسة البحيري (1999)، قامت على عينة عشوائية قوامها (23) مفردة أعمارهم ما بين مرحلتي المراهقة المتأخرة وبداية مرحلة الرشد، هدفت إلى تدريبهم على مهارات سلوكية سوية، كالنمذجة، والتعزيز، وإطفاء السلوك المشكل، لتكوين سلوك إيجابي عن طريق برنامج تعليمي إرشادي، وبعد التطبيق والاختبار البعدي، أظهرت النتائج فاعلية استخدام البرنامج، مما امتلك أفراد العينة نوعاً من الاستقرار والأمن النفسي، فنتج عنه اعتدال السلوك وكان عند مستوى دلالي (0.05).

دراسة ليفني وآخرون: (2004 livneh et at)، هدفت إلى التعرف على فاعلية برنامج إرشادي جمعي على تنمية الجوانب التربوية والاجتماعية والنفسية، على عينة مكونة من (28) مفردة، وبعد تطبيق البرنامج أشارت النتائج إلى فاعليته، وأثره على سلوك العينة، فأسفر عنه الاعتدال في السلوك.

دراسة سماء الجروشي (2007)، هدفت لدراسة مدى فاعلية برنامج (الدعاء) كإرشادي نفسي ديني في خفض قلق السمة لدى طالبات الجامعة، اعتمدت على المنهج التجريبي في ظل المجموعتين التجريبية والضابطة، وطبقت البرنامج، وبعد الاختبار البعدي أظهرت النتائج فروقاً لصالح التجريبية، بتمتعهم بانخفاض القلق والتوترات الانفعالية واكتسبوا سمة الاطمئنان النفسي والهدوء السلوكي. وعليه يمكن الاستفادة من الدراسات السابقة في آلية التطبيق الإرشادي، واستخدام منهج التجريب، والمرحلة العمرية للعينة ونوعها، والاختبارات، والتي يمكن للبحث الحالي السير على منوالها لإثبات فرضياته والإجابة على تساؤلاته ولتبرير علة إنشائه.

الإجراءات التطبيقية (التجريبية) للبحث.

يستعرض هذا المطلب التطبيق الميداني لمدى فاعلية البرنامج المقصود، لعلّه يفيد بشيء في تحقيق الأهداف التي نسعى إليها، بالاستناد إلى الجوانب النظرية البحثية، ونحن نخمن بتظافر (النظرية والتطبيق) الوصول إلى أسمى الغايات المنشودة (طمأنينة النفس وسواء السلوك)، وعليه يمكن عرض خطاطة الإجراءات العملية كالتالي:

متغيرات البحث: البرنامج الإرشادي الديني، الاضطرابات النفسية، تعديل السلوك.
المتغير المستقل (الأثر)، المتغير التابع (الخفض، التعديل).

منهج البحث: تم الاعتماد على المنهج التجريبي، ذو المجموعتين المتكافئتين (ضابطة، تجريبية)، وهو الذي تتمثل فيه معالم الطريقة العلمية بطريقة جلية واضحة، يبدأ بالملاحظة، ثم الفرض، ويتبعها بتحقيقه، بواسطة التجربة، ثم يصل عن طريق هذه الخطوات إلى معرفة القوانين التي تكشف عن العلاقات القائمة بين الظواهر، وكذا المنهج الإحصائي لقياس الظاهرة قيد الدراسة ووصفها بالتعبير الكمي النسبي.

والجدول (1) يوضح التصميم الخاص بالمجموعتين المتكافئتين

المجموعة	المقياس	التطبيق	المقياس
التجريبية	قبلي	عامل تجريبي	بعدي
الضابطة	قبلي	ثابتة	بعدي

مجتمع البحث: تكوّن المجتمع الأصلي للدراسة من طلبة المرحلة الثانوية (بعضاً من المدارس)، بمدينة زليتن، تخصصات مختلفة، السنة الثالثة (أنموذجاً)، وعلة هذا الانتخاب وصول العينة بداية مرحلة الرشد، التي تتطلب تأهيلاً وتكويناً تربوياً منطلقاً من الأصول الشرعية ومن الأسس التأهيلية التطبيقية، ومغائراً لمسالك مرحلتين (الطفولة والمراهقة الأولى أو الوسطى)، شأن خطط أصول التربية، وكذا ختاماً لعهداً دراسياً، وإقبالاً لعهداً جديداً، ونمطاً مغائراً عما سبق، مما يتوجب الرعاية والاهتمام أكثر.

عينة البحث: تم اختيار العينة من المجتمع الأصلي للدراسة الذي تكون من خمس مدارس للمرحلة الثانوية بمدينة زليتن، سحب من كل مدرسة عدد (8) مفردة، تم اختيارهم بطريقة التعيين العشوائي، لغرض السماح للجميع بالدخول في الانتخاب دون قيد أو شرط، فتكوّنت من (40) مفردة، قُسمت مجموعتين بالتساوي، فكان عدد كل مجموعة (20)، حيث إنّ المجموعة التجريبية هي من تقوم عليها التجربة العملية، والضابطة هي المحكّ القياسي لإظهار الفروق الإحصائية الدالة.

أدوات البحث: اعتمدت الباحثة على أدوات تطبيقية قياسية تمكنها من تحقيق الأهداف، وتعميم النتائج باستخدامها الخصائص السيكمترية (الصدق والثبات) ويمكن تبينها في التالي:

1. مقياس يختبر مدى نسبة وجود الاضطراب النفسي لدى المبحوث، وكذا نسبة انخفاضه بعد المعالجة الإرشادية، يحوي أربعة أبعاد للضغوط: (النفسية والواقعية والوالدية والتعليمية) واقتصدت أن تكون الأبعاد مندمجة لإخفاء مقصدها على المبحوث، لحرية الإجابة وموضوعيتها، وسيطبق هذا المقياس بصفة قبلية وبعدية، وتكوّن من (58) عبارة، وتم الاعتماد فيه على السلم الثنائي تجنباً للإجابة المحايدة غير المرغوب فيها، والتي أخصّ بآثارها السلبية على دقة الاجابات ومن ثم دقة النتائج

2. إعداد دروس إرشادية دينية نفسية، تحوي مجموعة من التوجيهات الوعظية، تدرس إشكالية البحث، وتعالج المتغيرات قيد الفحص، تضمنت (15) درساً تعليمياً، طبقت يوماً بعد يوم، حرصاً على قرب زمن المحاضرات، وبعضها بعد يومين، دعماً للتأثير المتواصل، واستجابة لتوجهات البحث في تحقيق أهدافه، تم فصل أيام العطل التي زامت البرنامج، بحيث كانت الفترة الزمنية الكلية (20) يوماً، ثم تعرّضت العينة للاختبار البعدي الذي قيس صدقه بالمعاملات السيكمترية الصدقية الآتية :

الخصائص السيكمترية لأدوات البحث:

الصدق الظاهري: (المضمون والمحتوى)، الذي تمّ التأكد منه بعد عرضه على مجموعة من الخبراء في القياس النفسي والتربوي، ومعالجته لغوياً عند علماء النحو، بحيث تمّ الاتفاق على صورته النهائية بعد التعديل والحذف والإضافة، ومن خلال إفاداتهم اتضحت صلاحية الأداة للتطبيق.

ثبات المقياس: الذي تبين فيه تلازم الاتساق الداخلي لفقرات المقياس ومدى قياسها للمجالات التي وضعت من أجلها، عن طريق اختبار فقراته بطريقة (كرنباج ألفا) حيث أوضحت ثبات الاتساق الداخلي لفقرات ككل في الجدولية الآتية:

الجدول (2) يوضح ثبات المقياس لاتساق فقراته

ر.م	البعد	معامل الثبات
1.	الاضطرابات النفسية	0.81
2.	الضغوط الواقعية	0.78
3.	الضغوط الوالدية	0.74
5.	الضغوط التعليمية	0.77
6.	الأداة ككل	0.79

اختبار القدرة التمييزية لفقرات المقياس: والقصد منها " تحليل الفقرات ذات القدرة التمييزية بين المفحوصين في السمة التي يقيسها المقياس " (stany&Hopkins,1972;268)، واستخدم في ذلك الاختبار التائي (T.test)، لعينتين متماثلتين لدلالة الفروق بين متوسطي درجات المجموعتين العليا والدنيا على كل فقرة، ومن خلال المعالجة الإحصائية أصبحت القيمة التائية المحسوبة مؤشراً يميز كل فقرة بمجالها، وأن التمييز للفقرات ككل دلّ عند المستوى المعتمد (0.05)، ويتضح الاطمئنان لهذه الإجراءات.

ثبات صدق المقياس: بطريقة التجزئة النصفية بمعادلة (سبيرمان براون).
و" الميزة المنهجية لهذه الطريقة هي تطبيق نصفي الاختبار في ظروف موحدة توحيداً تاماً "(أحمد،1960: 235) علماً بأنها تنتمي إلى حساب معاملات ثبات التجانس، ويطبّق فيها الاختبار مرة واحدة فقط، فقسم المقياس إلى نصفين، فقرات فردية تشمل الأرقام الفردية (1، 3، 5...) والنصف الآخر يشمل الفقرات الزوجية (2، 4، 6...) وبعد التطبيق ثم التعويض في معادلة سبيرمان التي تستخدم في إجراء تصحيح إحصائي لمعامل ثبات الطريقة النصفية والمعادلة هي:

$$r_{101} = \frac{\frac{1}{2} \frac{1}{2} + \frac{2}{1} \frac{2}{1}}{\frac{1}{2} \frac{1}{2} + 1}$$

حيث إنَّ ر 101 هي معادلة الثبات كله للمقياس

(ر $\frac{1}{2} \frac{1}{2}$) هي معامل ثبات كل نصف من المقياس

أظهر معامل الارتباط قبل التصحيح نسبة ثبات (0.78) = (78%)
و بإجراء التصحيح في المعادلة الآتية:

$$r_{101} = \frac{0.78 \times 2}{0.78 + 1} = \frac{1.56}{1.78} = 0.876, \text{ فدرجة ثبات المقياس وصلت إلى } (88\%)$$

البرنامج الإرشادي الديني بما أنّه تمّ التعرّف علي مفهومه اصطلاحياً ، فإنّ مفهومه إجرائياً بما يتوافق وموقعه هنا هو: مجموعة من العمليّات التعليمية والأنشطة والفعاليّات والخدمات الإرشادية (نفسية وتربوية ودينية)، يوظّفها القائم عليها بشكل عملي إجرائي، وبأسلوب علاجي (نفسي سلوكي)، على هيئة جلسات علاجية للتخفيف من حدّة الظواهر المستهدفة، ولخفض قوة الانفعال والضغط النفسي، وتهذيب السلوك المشكل، وقد اعتمدتُ مصطلح الجلسات توافقاً لأساليب العلاج النفسي، ومفارقاً لنمط المحاضرة المألوفة لدى الطلّاب، والتي قد تقضي إلى الملل، وكذا تمت الإشارة إلى أسسه ومجالاته التي يطبق فيها، ليصل إلى غايته الكامنة في :

أهداف البرنامج الإرشادي:

1. خفض الاضطرابات والتوتّرات النفسيّة التي تصيب الشّباب تجاه أحداث الواقع.

2. تعديل السلوك غير المرغوب وتوجيهه نحو السواء والإيجابية بالإحجام والإقدام.
3. تنمية الاتجاهات السليمة ودفع المتعلم نحوها بالتدعيم والتعزيز الإيجابي.
- ويعتمد في بناء محتوياته على مصادر تتمثل: إشكالية الدراسة و بعض الأدبيات ذات الموضوع، والتوجيه والترشيد القرآني والأساليب التربوية، والدراسات السابقة، وآراء الخبراء ذوي الاختصاص، وبعض المعلومات التي تستوجبها الحالة.
- كما يستند في تطبيقه على نمط الجلسات كما سبقت علتها، ومسلك الحوار والمناقشة، وفتح المجال للتساؤلات الحرة غير المقيدة لغرض التفريغ النفسي، ولإرشاد الجمعي، كجماعة واحدة كما أشار زهران بأنه " إرشاد عدد من العملاء الذين يحسن أن تتشابه مشكلاتهم واضطراباتهم معاً في جماعة صغيرة كما يحدث في جماعة إرشادية أو في فصل" (زهران، 1980: 297)، ويمكن تبيين خطاطة جلساته ومواضيعها وتوقيتها الزمني في الجدول التالية:

الجدول (3) يبين خطاطة الجلسات الإرشادية مواضيعها وتوقيتها الزمني

رقم الجلسة	موضوع الجلسة	زمن الجلسة
الجلسة (1)	افتتاح و تعارف ونقاش	90 دقيقة
الجلسة (2)	تربية نفسانية(مفهوم النفس، الذات و التعامل معها)	115 دقيقة
الجلسة (3)	توجيهات تربوية (التعلل وحكمة التصرف السلوكي)	120 دقيقة
الجلسة (4)	مواظ قرآنية شرح بعض الآيات التربوية	115 دقيقة
الجلسة (5)	كيف نتعامل مع الأحداث الواقعية	100 دقيقة
الجلسة (6)	(الدوافع، الانفعالات، وتوجيهها نحو السواء)	97 دقيقة
الجلسة (7)	التدعيم والتعزيز لإطفاء السلوك المشكل	120 دقيقة
الجلسة (8)	نبذة عن صراع الإقدام والإحجام وحكمة الاختيار بينهما	120 دقيقة
الجلسة (9)	حلقة نقاش حرة	100 دقيقة
الجلسة (10)	التواءم الحسي العقلي والتوافق الفسيولوجي	110 دقيقة
الجلسة (11)	الوساوس والسلوكيات الاندفاعية القهرية وآلية تهذيبها	120 دقيقة
الجلسة (12)	تعديل السلوك المعرفي التعلّمي	115 دقيقة
الجلسة (13)	تقليل الحساسية التدريجي والعلاج بالإفاضة(للواقع)	120 دقيقة
الجلسة (14)	أسلوب توكيد الذات (التدريب التدعيمي)	120 دقيقة
الجلسة (15)	حلقة نقاش ، وتطبيق القياس البعدي ، ختام	135 دقيقة

وبعد الاختبار القبلي طبقت هذه الجلسات الإرشادية في الحدود الإدارية للمدارس قيد التطبيق والإجرائية الزمنية على المجموعة التجريبية، في حين بقيت الضابطة ثابتة، بعد التطبيق القبلي للمقياس ولم تتعرض لأي معاملة، وعند إنهاء التطبيق تعرضت المجموعة بالكامل للاختبار البعدي، وسُحب المقياس بعد الإجابة عليه، وسُمح للجميع بالانصراف بعد الشكر، فرغت الباحثة المقياس آلياً وُعولجت بياناته إحصائياً بالأساليب الآتي ذكرها:

الوسائل الإحصائية المستخدمة للظواهر المدروسة:

المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل سبيرمان براون، حساب ثبات الاستجابة، اختبار (T) لإظهار الفروق، اختبار مان وتني لقياس اختبار المتابعة بعد الفترة الزمنية المعلومة، وجميع هذه المعاملات القياسية عولجت إحصائياً بطريقة البرنامج الإحصائي (spss).

مناقشة النتائج وتفسيرها:

من خلال الرحلة البحثية التي اقتضت الحاجة الواقعية، والحالة الانفعالية للشباب إنجازها، وأخص بالذكر طلاب المرحلة الثانوية، وما يتعرض له من أزمات واقعية وتوترات نفسية عصبية، إثر الأحداث الواقعية المعاشة، والتي أكسبتهم نوعاً من العنف والشدة والانفعال السلبي، والسلوكيات الاندفاعية المتطرفة المرفوضة، وغيرها من الحالات الشاذة، والتي أصبحت السمة السائدة لبعضهم، خاصة وأن هؤلاء الشباب هم فئة الطلاب الذين هم على عتبة الحياة، الأمر الذي يتوجب العناية بهم حق العناية، بالرعاية والإرشاد والوعظ، وتوفير سبل الحياة الآمنة، التي من شأنها تطمئن النفس وتدفع بالعقل ليسهم في التقدم العلمي المعرفي، لانتقاء البلاد عليهم، في حضارتها ومستقبلها الذي يؤمل فيه، وعليه، ومن خلال الإجراءات التي عمل بها لأجل متعلمي ومعلمي المستقبل، والشباب بصفة عامة، فقد أوضحت النتائج الآتي:

1. التحقق من الفرضية الأولى التي مفادها: لا توجد فروقاً جوهرية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية على الاختبار القبلي، لمقياس الضغوطات النفسية، والجدولية التالية توضح ذلك:

الجدول (4) يبين دلالة الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية على الاختبار القبلي

البعد	المقياس	المجموعة	ن	س	ع	ت	د	دلالة
النفسي	قبلي	تجريبية	20	2.650	.4830	-1.96	39	0.59
		ضابطة	20	2.850	.4266			
الواقعي	قبلي	تجريبية	20	2.550	.5038	.628	39	0.53
		ضابطة	20	2.500	.5991			
الوالدي	قبلي	تجريبية	20	2.800	.4051	2.25	39	0.04
		ضابطة	20	2.600	.5453			
التعليمي	قبلي	تجريبية	20	2.575	.5006	-1.17	39	0.24
		ضابطة	20	2.675	.5256			
الأبعاد ككل	قبلي	تجريبية	20	2.643	.4803	-1.89	156	0.06
		ضابطة	20	2.743	.4920			

بالتأمل في بيانات الجدول يتبين أنه لا توجد فروقاً ذات دلالة إحصائية على الأبعاد الأربعة لمقياس الاضطرابات النفسية بين المجموعتين، حيث بلغت قيمة (ت) للمجالات ككل (1.90)، وهي غير دالة، مما يشير إلى أن المجموعتين متكافئتين، وأنهما تنتمي إلى خصائص متشابهة إلى حد كبير، كما أشارت إليه القيم الإحصائية دواخل الجدول، ويمكن أن تعزى هذه النتيجة إلى التجانس الواضح بين المجموعتين التجريبية والضابطة، حيث إنه لم تقدم لهم خدمات إرشادية وعظية، تؤدي إلى إحداث فروقاً بينهم، وكذلك الظروف الحياتية المتشابهة التي تعيشها العينة، وخاصة في ظل عدم وجود استراتيجية واضحة لتقديم الخدمات المناسبة لهم، إضافة إلى الظروف الضاغطة الموحدة، ذلك كله أسهم في إيجاد عدم وجود فروقاً

ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين على التطبيق القبلي، مما يدل على الانتماء لخصائص مجتمع واحد وكذلك التثبت من الفرضية الأولى، التي تمهد للإجابة على تساؤلات الدراسة بكل ثقة والتي سنتضح في الآتي:

2. التحقق من الفرضية الثانية التي مفادها: توجد فروقٌ جوهرية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية على الاختبار البعدي، لمقياس الضغوط النفسية، لصالح التجريبية عند المستوى الدلالي (0.05) وسوف نتبين ذلك في الجدولية التالية:

الجدول (5) يبين دلالة الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية على الاختبار البعدي

البعد	المقياس	المجموعة	ن	س	ع	ت	د	دلالة
النفسي	بعدي	تجريبية	20	1.290	.406	-3.89	39	0.00
		ضابطة	20	1.744	.677			
الواقعي	بعدي	تجريبية	20	1.360	.435	-5.14	39	0.00
		ضابطة	20	1.770	.536			
الوالدي	بعدي	تجريبية	20	1.568	.493	-4.84	39	0.00
		ضابطة	20	2.283	.604			
التعليمي	بعدي	تجريبية	20	1.103	.307	-8.01	39	0.00
		ضابطة	20	2.178	.829			
الأبعاد ككل	بعدي	تجريبية	20	1.220	.458	-112	156	0.05
		ضابطة	20	2.000	.672			

أسفرت بيانات الجدول السابق من خلال القيم الكمية الواردة فيه بأنه توجد فروقاً دالة معنوياً بين المجموعتين التجريبية والضابطة على أبعاد المقياس في الاختبار البعدي، وأن هذه الفروق جاءت لصالح المجموعة التجريبية عند المستوى الدلالي (0.05)، وتعزى هذه النتيجة إلى جدوى فاعلية البرنامج الإرشادي الديني المستخدم في خفض الاضطرابات النفسية، وتعديل السلوك المشكل، بحيث عبّرت التجريبية عن ذلك خلال إجاباتها على المقياس، بأن الضغوط النفسية قد استطاعت تجاوزها، من أجل تعزيز المعتقدات والأفكار، وضبط الذات، والتحكم الإيجابي في السلوكيات خلال جلسات البرنامج، حيث أظهرت أفكاراً متميزة خلال طرح المشكلات، والضغوط الحياتية الصعبة التي يمرون بها، ومن خلال أسلوب التفرغ الانفعالي عن طريق فتح المجال للحوار مهما كان حاداً، وكذا المناقشة، وإعطائهم الفرص للتعبير عما يجول بخاطرهم بكل حرية، وذلك للتعرف على الصعوبات التي تواجههم، لأجل معرفتها لعلاجها والتخفيف من حدتها، وهذه النتيجة قد تكفلت بالإجابة على التساؤل الفرعي الثاني والذي مفاده بأن للبرنامج أثر فاعل في تعديل السلوك الاندفاعي والتحكم فيه.

3. التحقق من الفرضية الثالثة التي مفادها:

نَحْمَن بوجود ثبات لأثر البرنامج الإرشادي الديني في خفض الاضطرابات النفسية وتعديل السلوك الاندفاعي لدى المجموعة التجريبية على اختبار المتابعة، إذ استقرت الدرجة الإحصائية بعد فاصل زمني معلوم، وهو ما يتوافق مع محتوى التساؤل الثالث، ولدراسة هذه الفرضية وتحليلها للتثبت منها وللإجابة على التساؤل نتابع البيانات الكمية في الجدولية التالية والتي أفادها اختبار مان وتني (U) للفروق:

الجدول (6) يبين أثر اختبار المتابعة على المجموعة التجريبية

المجموعة التجريبية	العدد	الاختبار	المحسوبة u	الجدولية	مستوى الدلالة	دلالة المتابعة
20	20	المتابعة	44.6	23	0.05	دال إحصائياً

تبين من بيانات الجدول (6) أن الدرجة المحسوبة للمعامل الإحصائي (مان وتتي u) على اختبار المتابعة للمجموعة التجريبية قد أفادت نوعاً من الاستقرار لثبات الأثر بعد فترة زمنية من التطبيق الأساسي، وبما أن المحسوبة (u)، تساوي (44.5)، وهي أكبر من الجدولية (23)، المناظرة لدرجة الحرية: (20+20=38)، هي دالة دلالة جوهريّة عند المستوى المعتمد في البحث (0.05)، لتواضعه، بمعنى نسبة الخطأ تكون (5%) فقط، وهي نفس الدلالة في الاختبار البعدي، ممّا يؤكّد بأن الاختبار البعدي والمتابعة قد دلّا دلالة جوهريّة ثبوتية، وكذا نسبة الأثر ملحوظة للعامل المستقل (البرنامج الإرشادي) على العوامل التابعة (خفض الاضطرابات النفسية وتعديل السلوك الاندفاعي)، وبذلك نكون قد استيقنا من ايجابية الأثر بفاعلية هذا البرنامج في التخفيف من الانفعالات الضاغطة وانتفاء السلوك المشكل، علماً بأن هذه النتيجة أجابت على التساؤل الذي ينص على امتدادية أثر البرنامج الإرشادي خلال فترة المتابعة كما وأنها تتفق مع نتائج الدراسات السابقة ضمن البحث في إيجابية الأثر وثباته، وغيرها ممّا تمّ الاطلاع عليها، والاستفادة منها في الإجراءات واعتماد النتائج.

وبوصول البحث إلى هذه النتائج، والتي جاءت حسب المتوقّع، ببيان الفروق الجوهرية بين المجموعتين (الضابطة والتجريبية) على المقياس البعدي عند مستوى دلالي (0.05) وهو ما يتم اسنادها لإجابة التساؤل الرابع وكذلك لإثباتها فروضها والتحقّق منها، فإن ذلك يضع بين أيدينا إجابة التساؤل الرئيس لإشكالية البحث، بفاعلية البرنامج الإرشادي الديني وامتدادية أثره على فترة المتابعة، في خفض الاضطرابات النفسية وتعديل السلوك الاندفاعي، لنوحي بانتقال أثره على كامل حياة المتعلّم، واستناداً لتوافق إجابة التساؤلات مع إثبات الفرضيات نرى أن العينة تتمتع بحظ وافر من الاطمئنان النفسي والسلوك الايجابي.

الخاتمة:

يشير التحليل الإحصائي الذي نتج عنه تفسير وتحليل النتائج بأنّ البحث توصل إلى:

1. التحقق من الفرضية الأولى بعدم وجود فروق بين المجموعتين على الاختبار القبلي لبقائهما ثابتتان ودون تعرضهما لأي معاملة تجريبية، وبذلك يتبين تكافؤهما، وهو ما مهد للإجراء التجريبي.
2. التحقق من الفرضية الثانية بوجود فروق بين المجموعتين على الاختبار البعدي لصالح التجريبية بمستوى (0.05) لتعرضها للمعاملة التجريبية وهي البرنامج الإرشادي.
3. التحقق من الفرضية الثالثة بملازمة أثر الإصلاح الإرشادي للتجريبية بعد فاصل زمني، حيث كانت مستويات الدلالة عند (0.05) وهو مستوى متواضع وموضوعي.

وبالاستناد إلى هذه الاستخلاصات من الجوانب النظرية والتطبيقية نصل إلى أنّ البحث قد حقق أهدافه، وأجاب على تساؤلاته الفرعية التي مهدت للإجابة على التساؤل الرئيس بفاعلية البرنامج الإرشادي الديني وإيجابيته في خفض الاضطرابات النفسية، وتهذيب الانفعالات وتوجيهها نحو السواء، كما أنّ هناك أثراً قوياً في تحسين السلوك الاندفاعي وتعذله، نحو خدمة النفس والمجتمع والوطن، ممّا يعزز توافقه التعليمي وتحصيلهم الدراسي، وقد اتفقت هذه النتيجة مع دراسة ليفني وآخرون (2004)، التي توصلت نتائجها إلى فاعلية الإرشاد وأثره على سلوك العينة فأُسفر عنه الاعتدال في السلوك، كما أنّ برنامج الإرشاد في البحث الحالي اعتمد مثيله على أساليب وعظية (دينية تربوية) (نفسية وسلوكية) معاً، تتضمن خطة عملية تفاعلية موجهة نحو تغيير التفكير والمشاعر والسلوك على مستوى الوعي، إذ جعلت أعضاء المجموعة يحاولون التعبير عن أنفسهم ومواقف حياتهم أثناء جلسات الإرشاد بهدف التحكم في مشاعرهم وتحسين اتجاهاتهم وتفكيرهم وسلوكهم نحو السواء والرضى النفسي، والاقتناع بأنّ قوة الانفعال والحمية الزائدة والغضب المفاجئ والاستسلام لها جميعها حالات منافية للظرة السليمة، ومضادة

للسلوكيات الإنسانية السوية، بل إنها ضارة بالفرد، والرضوخ لصوت العقل والتسليم اليقيني لحكمه مهما كانت النتائج، فحكم العقل عين الصواب، وهذا ما أشادت به دراسة بلاك وجاي (1981م)، حيث أظهرت النتائج شيئاً من انخفاض مستوى الضغط النفسي لصالح التجريبية، مما يشير إلى فاعلية البرنامج وأثره على هدوء النفس، وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود تحسن في التوافق النفسي والتوافق مع الواقع وتقلباته التي وافقت نتائج دراسة البحيري (1999) على إثرها اكتسب أفراد العينة نوعاً من الاستقرار والأمن النفسي، فنتج عنه انخفاض التوتر، واعتدال السلوك، وكانت النتائج عند مستوى دلالي (0.05)، وبالاستناد إلى تطبيق المتابعة فإننا نتأكد من إسهام الجلسات الإرشادية مساهمة فعالة في تعديل السلوك المضطرب، والذي من خلاله أصبحت العينة تتمتع بالاطمئنان النفسي، والهدوء الانفعالي، والحكمة في التصرف تجاه مواقف الحياة، والأحداث الحاضرة، كما عبرت عنه خلال إجابات المقياس، وما أشادت به حال الجلسة الختامية للبرنامج الإرشادي، وبهذا يصل البحث إلى تحقيق أهدافه في خفض الضغوطات النفسية والحد منها على العينة، لإكسابها سلوكاً متزاناً، لتتولى هذه المهمة بالنصح والإرشاد، فهم مرشدي المستقبل، وكذلك أكد البحث بأن تهذيب النفس والذات تتولاه دراسات متخصصة في هذا الشأن بدوام تفعيل البرامج الإرشادية بصورة مستمرة، وهو ما يساند وصايا دراسات عديدة تم الاطلاع عليها، غير أن البحث لا يسع لسردها.

التوصيات والمقترحات

في ضوء هذه النتائج توصي الباحثة بالتالي:

1. تبني خطة إرشادية وعظية وتفعيلها داخل المؤسسات التعليمية خاصة من بداية مرحلة المراهقة وتمتد حتى نهاية التعليم الجامعي وتكون كحصة دراسية أسبوعية مفروضة ضمن منهج التعليم.
2. إنشاء مراكز إرشادية في كافة المدارس الثانوية وكليات الجامعة لأهميتها وفعاليتها، واستخدام المقياس في تشخيص حالات عدم التكيف بين الحين والآخر لمتابعة الحالات الضاغطة عن كثب من بداياتها ليسهل علاجها.
3. تعيين مرشد تربوي وديني داخل المدرسة الكلية للمتابعة اللاحقة مهمته تنفيذ البرامج الإرشادية والوعظ الديني وتنظيم الخدمات الإرشادية ومساعدة الطلبة على حل مشكلاتهم التكيفية.
4. نشر الوعي بين المعلمين حول كيفية التعامل مع حالات سوء التكيف وحالات الانفعال والمضطربين نفسياً لمساعدتهم على التوافق النفسي

وعلى هذا الأساس أقترح الآتي:

إجراء دراسات وأبحاث على هذا المنوال لرعاية النفس والحفاظ على توافقها الذاتي وكذا للحد من السلوكيات المنافية للسواء والاعتدال، لتكوين متعلم نفسي راقٍ، يسمو بأخلاقه إلى المعالي، ويكون عضواً فعالاً إيجابياً على جميع المستويات اجتماعياً ووطنياً، وتعلماً بدرجة أخص.

هذا وبالله التوفيق

المراجع

- ابن منظور، محمد بن مكرم. (دت). *لسان العرب*. تصنيف يوسف خاطر. دط. دار لسان العرب.
- البستاني، فؤاد إفرام. (1965م). *منجد الطلاب*. ط6. المطبعة الكاثوليكية. بيروت.
- تايلور، شيلي. (2008م). *علم النفس الصحي*. ترجمة وسام بريك. وفوزي طعيمه. دار الحامد، عمان.

الجنابي، يحي داوود سليمان.(1992م). بناء برنامج في الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي لطلبة الجامعة. اطروحة دكتوراه غير منشورة. كلية التربية. جامعة المستنصرية.بغداد.

الرازي، محمد بن أبي بكر.(1973م). مختار الصحاح. ترتيب محمود خاطر. د ط. دار المعارف. مصر.

الزاوي، الطاهر أحمد.(1980م). مختار القاموس. الدار العربية للكتاب. د ط. تونس ليبيا.

زهران، حامد عبد السلام.(1980م).التوجيه والإرشاد النفسي. ط3. عالم الكتب. لبنان.

الشيبياني، عمر محمد.(1973م). الأسس النفسية والتربوية لرعاية الشباب. دار الثقافة. بيروت.

صباح، قاسم شهاب.(2000م). علم النفس التربوي. مؤسسة الرسالة. لبنان.

عبد العزيز، مفتاح محمد.(1997م). القرآن وعلم النفس. منشورات جامعة قاريونس. بنغازي.

عبد المعطي، حسن مصطفى.(2006م). ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها. الصحة النفسية. مكتبة زهراء الشرق. القاهرة.

عبد الهادي، جودت عزت والعزة، سعيد حسني.(2005م). تعديل السلوك الإنساني. دليل الآباء والمرشدين التربويين في القضايا التعليمية والنفسية والاجتماعية. دار الثقافة للنشر والتوزيع. الإصدار الثاني. عمان.

عبد الهادي، جودت عزت.(2000م). نظريات التعلم وتطبيقاتها التربوي. د ط. الدار العلمية الدولية. ودار الثقافة للنشر والتوزيع. عمان.

العناني، حنان عبد الحميد.(2000م). علم النفس التربوي. دار صفاء للنشر والتوزيع. عمان.

فيولا ،الببلاوي.(1988م). مشكلات السلوك عند الأطفال. نماذج من البحوث في تحليل السلوك. مكتبة الأنجلو المصرية. القاهرة.

مجموعة أعضاء هيئة التدريس.(1998م). خصائص المرشد النفسي المدرسي ومهامه. فعاليات الورشة النفسية العربية الثالثة. الجمعية السورية للعلوم النفسية والعلوم التربوية. جامعة دمشق. كلية التربية. دمشق.

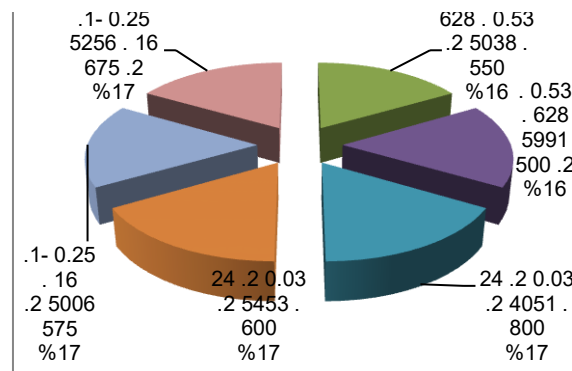
محمد عبد الكريم، ناهدة زبون.(2022/2/10م). مفهوم الاعتدال في الفكر السياسي الإسلامي. مجلة العلوم، المجلد 30، العدد30، ص5.
محمد، صباح محمود، (1996م) الموسوعة التربوية النفسية، ب م، بغداد.

Stanly and Hopkins Educational).1972.(*psychological measurements and evaluation*, New York, McGraw-Hill.

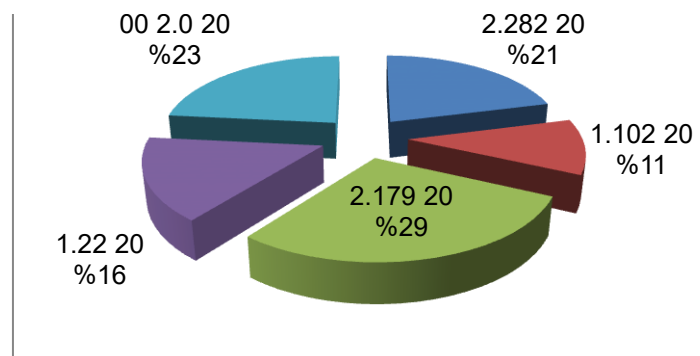
Margaret. A. Loyd & Wayne ،whiten.(1994). *Psychology Applied to modern life Adjustment in the gos*. California: Brooks. Cole publishing company pacific crove.

ملحق النتائج الإحصائية بالرسم البياني

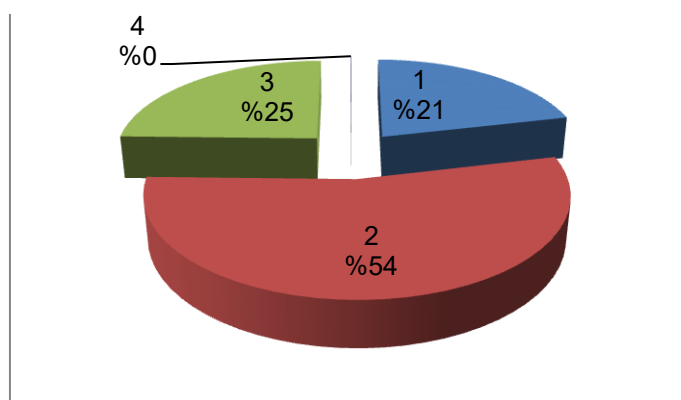
1. التحقق من الفرضية الأولى بالرسم البياني لبيان عدم الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية على الاختبار القبلي وأنهما متساويتان حسب ما جاء في الرسم



2. التحقق من الفرضية الثانية لبيان دلالة الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية على الاختبار البعدي ، وتوضح الفروق من خلال أثر البرنامج الإرشادي على المجموعة التجريبية بعد الاختبار البعدي



3. التحقق من الفرضية الثالثة لبيان أثر اختبار المتابعة على المجموعة التجريبية بعد الفاصل الزمني، ويتضح أن نسبة الأثر تأخذ الشكل الأكبر من الرسم



مقياس الضغط النفسي وتعديل السلوك الاندفاعي

ر.م	العبارة	نعم	لا
1.	ظروف الواقع المعاش سبب في ارتبائي عصبياً	(غُصَاب)	
2.	أحاول ضبط انفعالاتي.	(مجاهدة نفسية)	
3.	أحبذ التشاجر مع الآخرين	(حمية زائدة)	
4.	أعتقد أن وضعي الحالي أفضل ما يمكن الوصول إليه	(جبن)	
5.	أميل إلى التراجع عن موقعي أمام الخصوم	(إحجام)	
6.	يمكنني الحد من الغضب وامتلاك نفسي	(ضبط نفسي)	
7.	أشعر بأن الدخول في تحديات مع الآخرين لا طائل من ورائه	(حكمة)	
8.	أعرف نفسي وليس لي حاجة بأحد	(ذاتي)	
9.	يبتابني الشعور بالضيق حال الجلسة التعليمية	(قلق حالة)	
10.	عرفت أن الغضب المفاجئ سلوك هدام	(تعقل)	
11.	أمور الدين تشدد عليّ وتقيد تصرفاتي	(انهيار سلوكي)	
12.	أفضل أن أحصل على حقّي ولو بالقتل	(تحارب)	
13.	التعقل أفضل طريق لرفع الظلم	(تجلي)	
14.	في بعض الأحيان أشعر بالهدوء النفسي	(اطمئنان نفسي)	
15.	أتوتر عند سماعي القرآن الكريم	(خشوع)	
16.	أصر على موقعي ورأيي بقوة	(ثقة ذاتية)	
17.	يبتابني الغضب لأتفه الأسباب	(اضطراب)	
18.	تحليت بأداب اطمأنت لها نفسي	(تحلي)	
19.	لا أستطيع إخفاء انفعالاتي عندما أتضايق من أمر ما	(قلق حالة)	
20.	أحوال البلاد جعلتني متهور سلوكياً	(إرهاب)	
21.	أشعر بأن أداء واجباتي الدينية تثقل عليّ	(ضعف عقيدة)	
22.	يتعبني زملائي عندما ينصحونني بالتعقل والتريث	(رفض)	
23.	أشعر بضميري يؤنبني بشأن تصرفاتي الاندفاعية.	(لوم)	
24.	أميل دائماً إلى التحدي	(اندفاع)	
25.	أحس باندفاع قوي تجاه الأحداث التي تحيط بي	(اضطراب)	
26.	استمتع بالنظر إلى المشاجرة، خاصة في التلفزيون	(اشباع نفسي)	

ر.م	العبارة	نعم	لا
27.	أحب استعمال القوة في كل شيء	(عدوانية)	
28.	أتخلى عن رأيي إذا سبب في النزاع والتنازع بين زملائي	(تراجع)	
29.	القوة أفضل سبيل للحصول على حقي	(انفعال)	
30.	أصبحت الدراسة مجرد تضيق للوقت	(تسرب)	
31.	أحداث الواقع سببت في رسوبي هذه السنة	(اعتراف)	
32.	أترجع عن سلوكي إذا كان فيه ضرر للآخرين	(احجام)	
33.	ظروف البلاد تزعجني وتقلق نفسي	(توتر)	
34.	أفضل الطرق في معالجة المشاكل هي تركها للزمن وعدم التفكير فيها	(تخاذل)	
35.	لا يمكنني تحديد مستقبلي لانعدام معرفة ما سيواجهني في حياتي	(تردد)	
36.	إن ما قدر له أن يحدث سيحدث ولا شأن للفرد في منعه مهما بذل من جهود	(توكل)	
37.	أشعر باضطراب شديد حين أفشل في إيجاد الحل الذي اعتبره حلاً لمشكلتي	(قلق)	
38.	أفضل التمسك بأفكاري ورغباتي حتى وإن كانت سببا في رفضي اجتماعياً	(توحد)	
39.	ليس من الحكمة أن نخطط للمستقبل لأن الوالدين والظروف يتدخلان في تقرير مجرى ذلك		
40.	أصبحت الحياة ميداناً للتحدي والتحارب	(تحارب)	
41.	إن ما يحدث هو بسبب أفعالي	(ندم)	
42.	أرفض بأن أكون خاضعاً لتأثير الماضي.	(ثقة)	
43.	في معظم الأحيان يبدو لي أن مستقبلي غير واضح وغير محدد	(تخوف)	
44.	أؤمن بضرورة مواجهة الصعوبات بكل ما أستطيع بدلاً من تجنبها والابتعاد عنها.	(إقدام)	
45.	تعتقدات الحياة لا تؤثر على قدرتي وكفاءتي الدراسية	(ثقة)	
46.	أحب الدخول في المشاجرات التي تحدث أمامي	(اندفاع)	
47.	أشعر بالضعف حين أكون وحيداً في مواجهة مسؤولياتي.	(تواكل)	
48.	يسرنني أن أواجه بعض المصاعب والمسؤوليات التي تشعرني بالتحدي.	(إقدام)	
49.	لا أحب التراجع لكي لا أتصف بالجبن والخوف أمام الناس	(شك)	
50.	والذي يتعينني بالنصيحة والتعقل وعدم الاندفاع	(رفض السيطرة)	
51.	يجب أن يكون الشخص حذراً ويقظاً في مواجهة الأحداث المعاصرة.	(تعقل)	
52.	ترتاح نفسي عندما أواجه الواقع بقوة ولو بالقتل	(إرهاب)	
53.	لا يمكن أن أتصور نفسي دون مساعدة أحد في أعمالي	(جبن وتخاذل)	
54.	أجد صعوبة في معرفة مشاعر والديّ نحوي بسبب سلوكياتي وفشلي في دراستي	(عقوق)	
55.	لا أتردد في التهم على من يؤذيني ويسيء إليّ.	(تعدي)	
56.	ظروف بلادي السيئة تعرقل ما أريد أن أصل إليه	(توترات)	
57.	لا أحب من يعترض طريقي في الحياة .	(انعزالي)	
58.	أشعر أنني أسيطر سيطرة تامة على نتائج الأعمال التي أقوم بها	(ثقة)	

The Effect of the Effectiveness of a Religious Guidance Program to Reduce Mental Disorders and Modify Impulsive Behavior among Secondary School Students in Zliten

Fadila Mohammad Sofia

Department of Special Education, Faculty of Humanities, Alasmarya Islamic University,
Zliten, Libya

fadila.sufya@gmail.com

Abstract:

The research aims to reveal the extent of the effectiveness of religious guidance in settling the soul and relieving it of its disturbances and negativity. This leads to moderation and straightness of behavior as its reality is characterized by fluctuations and crises that are almost on a daily basis. Rather, this may happen in every moment that the soul lives and faces the coherence of these phenomena. This may lead to raising the level of tension and psychological stresses that result in an imbalance in the level of self-control of the behavior, which develops into altered pattern that differ from the normal psychological balance and undesirable. Therefore, the research is directed to addressing these negatives through secondary school students (research sample) the active segment in society and has the great impact in moving the society from one phase to a better one. The researcher, therefore, adopted the experimental method and organized an experimental program that was applied to the sample with (40) items in the form of indicative lectures and with the data collection tool a scale consisting of (58) phrases distributed to achieve the objectives of the research. This was applied by pre and post application. The data were treated using in the statistical program (SPSS). The research showed positive results by answering the main question and verifying the research objectives at a statistical indicative level estimated at ($p<0.005$) in favor and consisted with the experimental group.

Keywords: Psychological Disorders, Religious Guidance, Behavior, Secondary School Students