

فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض سلوك التمرد والاغتراب النفسي وتنمية المهارات الاجتماعية لدى المراهقين

أحمد ضرار تلاحمة، "محمد نزيه" عبد القادر حمدي *

ملخص

هدفت هذه الدراسة إلى استقصاء مدى فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض سلوك التمرد والاغتراب النفسي وتنمية المهارات الاجتماعية لدى المراهقين. ولتحقيق أهداف الدراسة تم اختيار عينة قصبة مكونة من (30) مراهقاً من الصفين العاشر والحادي عشر من المدرسة النموذجية لجامعة اليرموك بناءً على درجاتهم على مقاييس الدراسة، ووزع أفراد عينة الدراسة بالطريقة العشوائية إلى مجموعتين: مجموعة تجريبية بلغ عدد أفرادها (15) مراهقاً تلقوا البرنامج الإرشادي المستند إلى العلاج المعرفي السلوكي بواقع تسع عشرة جلسة مدة كل منها ساعة واحدة ولمدة ستة أسابيع؛ ومجموعة ضابطة بلغ عدد أفرادها (15) مراهقاً لم يتلقوا أي برنامج إرشادي. واستخدم الباحث مقياس سلوك التمرد، ومقياس الاغتراب النفسي، ومقياس المهارات الاجتماعية.

وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدى على الدرجة الكلية لمقياس سلوك التمرد وأبعاده لصالح المجموعة التجريبية، ووجود فروق دالة إحصائية على الدرجة الكلية لمقياس الاغتراب النفسي وعلى ثلاثة أبعاد للمقياس، هي: فقدان المعايير، والعزلة الاجتماعية، والشعور بالعجز، لصالح المجموعة التجريبية، ولم تظهر فروق على بعدى فقدان الهدف وفقدان المعنى. كما أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائية على الدرجة الكلية لمقياس المهارات الاجتماعية وبعديه لصالح المجموعة التجريبية، مما يشير إلى فاعلية البرنامج الإرشادي.

الكلمات الدالة: برنامج إرشادي معرفي سلوكي، سلوك التمرد، الاغتراب النفسي، المهارات الاجتماعية، المراهقين.

المقدمة

تعد مرحلة المراهقة "Adolescence" من المراحل المهمة في حياة الإنسان، إذ ينتقل الفرد خلالها من الطفولة إلى الرشد. ويصاحب مرحلة الانتقال تغيرات عده في المظاهر الجسدية، والمعرفية، والانفعالية، والاجتماعية، والانفعالية، كما أنها فترة من الخبرات، والمسؤوليات، وال العلاقات الجديدة، مع الراشدين والرفاق؛ فهي مرحلة تغير كلي و شامل تنقل الفرد من فترة الطفولة إلى مرحلة الرشد والنضج (الميلاد، 2004).

وتتميز مرحلة المراهقة بمجموعة من الخصائص الفريدة التي تجعلها مرحلة تختلف عن بقية المراحل النهائية الأخرى، وأكثر ما يميزها النزعة إلى الاستقلال الذاتي؛ ومحاولة المراهق التوفيق بين حاجاته الأساسية وما يسود الأسرة، والمدرسة، والمجتمع من عادات، وتقاليد، وتعليمات. وقد تأخذ نزعة الاستقلال شكل التمرد السلبي على الأسرة، والمدرسة، والمجتمع، مما يشكل عائقاً في تكيف المراهق وتوافقه الاجتماعي (Killen, 2011).

ويعد سلوك التمرد "Rebellion Behavior" من المشكلات السلوكية التي تلاحظ بشكل واضح في مرحلة المراهقة وتؤثر سلباً على الصحة النفسية للفرد، لما له من آثار مباشرة على الفرد وعلى الآخرين.

وتنعدد التعريفات التي فسرت سلوك التمرد، إلا أن معظمها ينبع على أنه شكل من أشكال الاحتجاج الصريح والمعلن تجاه السلطة. فيعرف سوننتيج وبارنت (Sonnentag & Barnett, 2015) سلوك التمرد باتخاذ الفرد موقفاً رافضاً للوضع القائم والحالى، والميل لإتباع الفناعات الشخصية للقيام بالسلوكيات الممنوعة على الرغم من الضغوط الاجتماعية لرفض القيام بذلك. وعرف كوبين ودبيد (Qin & David, 2013) سلوك التمرد بحالة نفسية تحفيزية تثار عندما تتعرض الحرية السلوكية للفرد للتقييد، لاستعادة تلك الحرية عن طريق مقاومة الفرد للآراء والمعتقدات والاتجاهات ورفضه أداء ما هو مطلوب منه وتنفيذه.

وقد أشار نوربرغ (Norberg, 2010) أن سلوك التمرد تجاه السلطة لدى المراهق هو جزء من عملية النمو الطبيعي له؛ أما

* المدرسة النموذجية، جامعة اليرموك، الأردن (1). كلية العلوم التربوية والنفسية، جامعة عمان العربية، الأردن (2). تاريخ استلام البحث 2016/08/29، وتاريخ قبوله 2017/01/16

عندما يخرج سلوك التمرد عن المعتاد والوضع الطبيعي، فإنه يشكل مشكلة كبيرة للمرأهقين أنفسهم ولأسرهم وللمعلمين ولأصدقائهم، مما يؤثر في قدرتهم على التكيف مع الآخرين ويصبحون أكثر عرضه لمجموعة واسعة من المشكلات الاجتماعية والنفسية.

ويرى بنجامن (Benjamin, 2000) أن هناك بعض المعتقدات الخاطئة لدى المرأةقين التي تسهم في سلوك التمرد لديهم، كرفضهم تدخل الآخرين في حياتهم، وعندما ينظر المرأةق إلى الخبرات التي لا تنسق مع مكوناته المعرفية على أنها تهدى ذاته، ولهذا ينكر الإدراك الذي لا يتفق مع مفاهيمه، وكلما زاد إدراك الفرد لوجود التهديد لجأ إلى استخدام وسائل تشوّه الحقائق التي تتعارض مع فكرته عن ذاته.

ويحدد بول (Paul, 2012) أن هناك عوامل عدة تؤدي إلى سلوك التمرد لدى المرأةقين، تتمثل بتأثير المرأةق بالآصدقاء المنحرفين، وضعف الإشراف من قبل الوالدين، وعدم توفر الدعم اللازم للمرأهق من قبل المؤسسات وخاصة المدرسة، والسمات الشخصية للمرأهق الرافضة للوضع التقليدي وللتقاليد.

وتتعدد مظاهر التمرد خلال فترة المرأةقة لتشمل التمرد داخل الأسرة من خلال رفض المرأةق لطلبات الوالدين وتعليماتهم، وتتجاهل رغباتهم، وتوجيهاتهم، والتصرف عكس هذه الطلبات والتعليمات (حمдан، 2006). والتمرد داخل المدرسة ويظهر كرد الفعل التي يظهره الطالب تجاه النظام المدرسي، والرغبة في التغيير من خلال الرفض لتعليمات المدرسة، ومخالفة الأنظمة والقوانين، والاحتجاج على المناهج الدراسية، وتحريض الطالب على القيام بالسلوك الممنوع والمحظوظ. وبظهور التمرد عند الطالب في مرحلة المرأةقة على شكل اندفاع بالكلام ليعرضوا آراءهم، والتأخر الدراسي لبعض الطلاب، وعدم إنجاز الواجبات المدرسية، وإهمال نصائح المعلمين وتعليماتهم، وعدم الانتظام في الدراسة (طبيل، 2008).

وقد أشار بركات (2006) إلى أن سلوك التمرد والعمل على تغيير الواقع، ومواجهة المجتمع، والخروج على معاييره وقيمته، والسعى للتغيير إما بالمعارضة والاحتجاج أو بالتمرد على السلطة والقوانين الاجتماعية، ورفض المعايير الثقافية المقبولة للسلوك والعلاقات الاجتماعية هو نتيجة للشعور بالاغتراب النفسي.

وقد حظي موضوع الاغتراب النفسي باهتمام كبير من قبل الفلاسفة وعلماء النفس وال التربية وعلماء الاجتماع، لما له من أهمية في حياة الفرد، وصفته ظاهرة اجتماعية نفسية، ومشكلة إنسانية بارزة بين الأفراد في كثير من المجتمعات في العصر الحديث (دبلة، 2014).

وقد عرف معجم علم النفس والطب النفسي الاغتراب النفسي بانهيار أية علاقات اجتماعية، أو بين شخصية (جابر وكافي، 1988). كما يعرف كلابرس وأدم (Calabrese & Adams, 1998) الاغتراب النفسي بشعور الفرد بالانفصال عن ذاته، وعن الآخرين، والتعبير عن ذلك بمشاعر العجز من خلال عدم قدرة الفرد السيطرة على القوى التي تحيط بحياته، والعزلة الاجتماعية من خلال الانفصال عن الآخرين المهمين؛ واللامعنى من خلال عدم قدرة الفرد على رؤية هدف في الحياة، واللامعيارية من خلال رفض الفرد للقيود والمعايير المجتمعية.

ويشير شابراك وكوير (Schabracq & Cooper, 2003) إلى أن الاغتراب النفسي يؤدي إلى اضطراب العلاقة بين الفرد وذاته، وبين الفرد وببيئته، بحيث يصبح غريباً عن ذاته وسلوكه ونشاطاته ويصاحبه الشعور باليأس والحزن وفقدان المعنى وصولاً إلى فقدان المشاعر بشكل تام، وانعدام التعبير العاطفية.

ويرى شلز (Schulz, 2011) أن الشعور بالاغتراب النفسي يتفاقم في مرحلة المرأةقة لما يصاحب هذه المرحلة من عملية بناء الهوية وتطويرها وانعدام الأمان النفسي والمشكلات العاطفية.

ويشير نيoman و نيoman (Newman & Newman, 2011) إلى أن مرحلة المرأةقة هي المرحلة العمرية الأكثر احتمالية للشعور بتجربة الاغتراب النفسي نتيجة للصراع بين الهوية الفردية التي تسعى للحفاظ على الذاتية والخصوصية وبين الهوية الجماعية التي تسعى إلى الاتصال مع المجموعات الاجتماعية.

وتشير مظاهر الاغتراب النفسي لدى المرأةقين الشعور بالعجز "Power Lessness": ويتمثل بشعور الفرد بعدم قدرته السيطرة والتأثير على الأحداث والمواقوف التي يتفاعل معها، مع عجزه عن السيطرة على تصرفاته وأفعاله (Cheryl, 2004). واللامعنى "Meaning Lessness": ويشير إلى شعور الفرد أن حياته أصبحت لا معنى لها نتيجة لانعدام الأهداف والطموحات التي تعطي معنى للحياة، ويرى الفرد أن الأحداث والواقع المحيطة به فقدت معناها ودلائلها (الحمداني، 2001). واللامعيارية "Normlessness" وهي حال ذهنية أو عقلية للفرد لا يتواافق فيها مستويات الحكم على الأشياء سوى الاهتمام بمطالبة الذاتية، ولا يبدى أي اهتمام للالتزام بالمجتمع المحيط به، وغير مسؤول عن ذاته، ويسخر من قيم غيره من الناس (جابر، 2004). والعزلة

الاجتماعية "Social Isolation": إذ عرفها عبد الرحمن (2013) بانفصال الفرد عن تيار الثقافة السائد وتبنّي مفاهيم ومبادئ مختلفة، مما يجعله غير قادر على مسايرة الأوضاع القائمة. وقد يعني الفرد من العزلة الاجتماعية على الرغم من وجوده مع الآخرين بحيث لا يتوفر شعور بالتواصل والانتماء مع الآخرين ولا يوجد صلة بالأفكار والقيم الاجتماعية مع الآخرين وترجع أسباب الشعور بالاغتراب النفسي لدى المراهقين إلى طبيعة النمو ذاته في مرحلة المراهقة، التي يعبر عنها بأزمة المراهقة، مما يعكس الشعور بالاغتراب النفسي؛ والظروف الحضارية التي يعيشها الفرد وما يترتب عليها كطبيعة النظام الاجتماعي والثقافي الذي يعيش به الفرد والذي يؤثر في تقوية الشعور بالاغتراب النفسي؛ وأساليب التنشئة الاجتماعية التي يتلقاها الفرد وما يرافقها من إحباطات في فترة الطفولة؛ العوامل المعرفية والانفعالية والشخصية (زليخة، 2012).

ويُعد ميلن اوسكاس وديمكين ولابين (2014) المهارات الاجتماعية من أهم المؤشرات على الكفاية الاجتماعية للمراهق. وقد أشار كوبين كافل وموثير وريثيفورد وفورنس & Quinn & Kavale & Mathur (1999) إلى المهارات الاجتماعية بقدرة الفرد على فهم الانفعالات والأفكار والسلوكيات الخاصة به وبالآخرين، والقدرة على التصرف بناءً على هذا الفهم، وقدرة الفرد على التكيف وفقاً للسياق الاجتماعي المحيط به. ويحدد بيفرلي وجونز وباؤل وإلينر (Beverley & Johns & Paula & Eleanor, 2012) المهارات الاجتماعية بامتلاك الفرد لأنماط سلوكية مقبولة اجتماعياً تتيح له الفرصة الحصول على القبول والدعم الاجتماعي. ويري توكر (Tuker, 2009) المهارات الاجتماعية أنها مجموعة من السلوكيات التي تساعد الفرد على التكيف مع الأوساط الاجتماعية.

ويرى فريدينبرغ ولويز (Frydenberg & Lewis, 2009) أن أسلوب حل المشكلات يتمثل بمجموعة من المهارات المعرفية والانفعالية والسلوكية التي تستخدم عند مواجهة المواقف الصعبة بهدف التعامل معها ومواجهتها. ويشير بيل ودزيرل (Bell & Dzurilla, 2009) إلى أن أسلوب حل المشكلات يتضمن خطوات عدّة، هي التعرف على المشكلة تحديد المشكلة استكشاف وتوليد البذائل تنفيذ الخطوة النظر إلى النتائج.

ويعرف عبد الرحمن (1998) التعبير عن المشاعر بقدرة الفرد على إقامة علاقات اجتماعية ناجحة من خلال التعبير عن الرضا عن الآخرين، ومجملتهم ومشاركتهم اهتماماتهم، وكل ما يحقق الفائدة للفرد ولمن يتعامل معه. ويأتي الاهتمام بالتعبير عن المشاعر في فترة المراهقة من عوامل عدّة، هي: ما يواجهه المراهقون من تحديات جديدة مرتبطة بالتغييرات البيولوجية والاجتماعية، وتنمية العلاقات العاطفية، والتغير المستمر للمزاج، وزيادة الصراع بين المراهقين والوالديهم (Clare & Melissa & Galena, 2007).

ويشير هوندروف و كوتوك وبرات (Hohendorff & Couto & Prati, 2013) إلى أن المراهقين الذين يمتلكون مهارات اجتماعية لديهم القدرة في التعبير عن مشاعرهم ورغباتهم، والسيطرة على أنفسهم، وتغيير مشاعرهم وأفكارهم، كما أن العجز في المهارات الاجتماعية يؤدي إلى العداون، والصراع مع السلطات.

ويرى بيفرلي وجونز وباؤل وإلينر (Beverley & Johns & Paula & Eleanor, 2012) أن ضعف المهارات الاجتماعية للمراهقين في المدرسة يؤدي إلى العزلة الاجتماعية، وتدني مفهوم الذات، ونقص الفرص التعليمية. كما يرتبط العجز في المهارات الاجتماعية بعوامل عديدة تُعرض المراهقين لتطوير أنماط السلوك المضاد للمجتمع، وللمشكلات الأكاديمية والاجتماعية والنفسية.

مشكلة الدراسة

تعد مرحلة المراهقة من المراحل المهمة في حياة الإنسان، إذ تمثل مرحلة نمو معرفي وانفعالي واجتماعي، يواجه فيها المراهقون مشكلات عديدة. وتعد مشكلة التمرد من المشكلات النفسية والسلوكية التي تلاحظ بشكل واضح في مرحلة المراهقة، وذلك نتيجة للتغيرات الفسيولوجية والنفسية في هذه المرحلة، وما يرافقها من انفعالات حادة، وظهور نزعات الاستقلال عن السلطة، سواء كانت في الأسرة، أو المدرسة، أو المجتمع. فيُعد التمرد من الخصائص المميزة للمراهقين، والذي ينتجه عن عدم اقتناع المراهق بما هو موجود، وميله إلى رفض القيم والمتطلبات التي تفرضها الأسرة والمدرسة عليه، وقد يبدأ برفض أوامر الوالدين وعدم التقيد بها عن تحدٍ وإصرار، ثم التمرد على المدرسة بما فيها من قوانين وتعليمات. فالمراهق لا يتقبل المفاهيم السائدة والمعايير الاجتماعية، ولا ينصاع لها إلا بصعوبة ويميل المراهق إلى تأكيد ذاته من خلال رفض سلطة الكبار، وانتقاد المؤسسات، وتحدي المفاهيم القديمة، ليُكون مفاهيم خاصة به للحياة وللمجتمع. ويؤدي هذا التمرد إلى تأزم العلاقات مع ممثلي الأئمة الأعلى

في المجتمع، أي سلطة الوالدين وسلطة الكبار، ولذلك، نلاحظ ميل المراهق للاستقلال عن الوالدين وعن الكبار وعدم التبعية والانصياع لهما.

ومن النتائج المحتملة لسلوك التمرد عند المراهق عدم مراعاة الضوابط الاجتماعية والأخلاقية في سلوكه، وعدم التقبل الاجتماعي، والعزلة الاجتماعية، والانسحاب من المشاركة الاجتماعية مع الآخرين، نتيجة لعدم التوافق بين أهدافه من جهة وتوقعات الآخرين من جهة أخرى، مما قد يصل بالمراهق إلى الشعور بالاغتراب النفسي، واضطراب العلاقة بين الفرد وذاته، وبين الفرد وبينه، بحيث يصبح غريباً عن ذاته وسلوكه ونشاطاته.

ومن هنا، تأتي الحاجة إلى تعليم المراهقين المهارات الاجتماعية التي تساعدهم على التوافق والاندماج في البيئة الاجتماعية المحيطة بهم. ومن هذا المنطلق جاءت هذه الدراسة التي سعت إلى تطوير برنامج إرشادي مستند إلى العلاج المعرفي السلوكي واستقصاء فاعليته في خفض سلوك التمرد والاغتراب النفسي، وتنمية المهارات الاجتماعية لدى المراهقين، وتسعى هذه الدراسة إلى فحص الفرضيات التالية:

فرضيات الدراسة:

- (1) توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha = 0.05$) في متوسط درجات سلوك التمرد بين أفراد المجموعة التجريبية التي تعرضت للبرنامج الإرشادي، وأفراد المجموعة الضابطة تُعزى إلى البرنامج الإرشادي.
- (2) توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha = 0.05$) في متوسط درجات الاغتراب النفسي بين أفراد المجموعة التجريبية التي تعرضت للبرنامج الإرشادي، وأفراد المجموعة الضابطة تُعزى إلى البرنامج الإرشادي.
- (3) توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha = 0.05$) في متوسط درجات المهارات الاجتماعية بين أفراد المجموعة التجريبية التي تعرضت للبرنامج الإرشادي، وأفراد المجموعة الضابطة تُعزى إلى البرنامج الإرشادي.

أهمية الدراسة

تستمد الدراسة أهميتها النظرية من تناولها مرحلة المراهقة، التي تتسم بالكثير من المشكلات السلوكية والنفسية والاجتماعية. وتتناول مشكلتي سلوك التمرد والاغتراب النفسي عند المراهقين، لما لهذين المتغيرين من سلبيات تعود على المراهق نفسه، وعلى البيئة المحيطة به، كالأسرة والمدرسة. كما تبرز أهمية الدراسة العملية بما توفره من برنامج إرشادي يهدف إلى خفض سلوك التمرد والاغتراب النفسي، وتنمية المهارات الاجتماعية لدى عينة من المراهقين. ومن الممكن أن يستفيد منها المرشدون في المدارس الثانوية والعاملون مع المراهقين في تقديم الخدمات الإرشادية ذات الصلة بموضوع الدراسة. كما توفر الدراسة عدداً من المقاييس التي يمكن استخدامها في المجالات البحثية ذات الصلة بموضوع الدراسة، كما تتيح الفرصة للمرشدين في المدارس الثانوية والعاملين مع المراهقين للكشف عن المشكلات ذات الصلة بموضوع الدراسة.

التعريفات الإجرائية

سلوك التمرد: رفض المراهق للمبادئ التي تفرضها الأسرة والمدرسة والمجتمع، وانتقاده للسلطة القائمة (Justin & Andrew, 2009). ويعبر عنه بمجموع الدرجات التي يحصل عليها المستجيب على مقياس سلوك التمرد.

الاغتراب النفسي: شعور المراهق بالعجز، والعزلة، وسوء التوافق، وعدم الانتماء للمجتمع، ورفض القيم والمعايير الاجتماعية (Schulz, 2011). ويعبر عنه بمجموع الدرجات التي يحصل عليها المستجيب على مقياس الاغتراب النفسي.

المهارات الاجتماعية: قدرة الفرد على التفاعل بإيجابية مع الآخرين، والتعبير عن المشاعر الإيجابية والسلبية، وضبط الانفعالات في موقف التفاعل الاجتماعي (علوان، 2011). ويعبر عنها بمجموع الدرجات التي يحصل عليها المستجيب على مقياس المهارات الاجتماعية.

البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي: برنامج إرشادي جمعي يحتوي على مجموعة من الأساليب والإجراءات المستمدة من العلاج المعرفي السلوكي بواقع 19 جلسة إرشادية، مدة كل جلسة 60 دقيقة. ويهدف إلى خفض سلوك التمرد والاغتراب النفسي، وتنمية المهارات الاجتماعية لدى عينة من المراهقين.

المراهقة: الفترة العمرية التي تمت من عمر 10-21 سنة، وفي هذا الدراسة، هم طلاب الصفين العاشر الأساسي والحادي عشر.

حدود الدراسة:

1. الحدود البشرية: اقتصرت الدراسة الحالية على طلبة الصفين العاشر الأساسي والحادي عشر الذكور في المدرسة النموذجية لجامعة البرمود.
2. الحدود الزمنية: تم تطبيق الدراسة الحالية في الفصل الدراسي الأول للعام الدراسي (2015-2016).
3. الحدود المكانية: تم تطبيق الدراسة الحالية في المدرسة النموذجية لجامعة البرمود.
4. أدوات الدراسة: تحديد نتائج الدراسة بأدواتها، وهي مقياس سلوك التمرد، ومقياس الاغتراب النفسي، ومقياس المهارات الاجتماعية، والبرنامج الإرشادي المبني من قبل الباحث.

الدراسات السابقة

أجرت مصطفى (2001) دراسة هدفت إلى استقصاء مدى فاعلية برنامج إرشادي في تخفيف حدة سلوك التمرد لدى بعض طالبات المرحلة الثانوية، وقد طبقت الدراسة على عينة عددها (20) طالبة في محافظة القاهرة وزعت إلى مجموعتين: ضابطة عددها (10) طالبات، وتجريبية عددها (10) طالبات؛ وتوصلت الدراسة إلى أن البرنامج الإرشادي خفف من مستوى سلوك التمرد المرتفع لدى أفراد المجموعة التجريبية. كما أظهرت النتائج استمرار فاعلية البرنامج الإرشادي في فترة المتابعة.

كما قامت عبد الواحد (2005) بدراسة بعنوان "أثر برنامج تربوي في تخفيف التمرد النفسي لدى المراهقين"، وقد تكونت عينة البحث من (78) مراهقاً من كلا الجنسين من جامعة الموصلى وزرعوا على المجموعتين الضابطة والتجريبية، ولتحقيق أهداف الدراسة، أعدت الباحثة برنامجاً تربوياً جمعياً لتخفيض التمرد النفسي لدى أفراد العينة مكوناً من (14) جلسة، (8) جلسات قصصية، و(6) جلسات مشاهد أفلام؛ وأظهرت نتائج الدراسة فاعلية البرنامج التربوي المستخدم في خفض التمرد النفسي لدى أفراد المجموعة التجريبية.

وفي دراسة قام بها الماجي (2007) هدفت إلى استقصاء أثر برنامج جمعي في خفض السلوك التمردي وتنمية سلوك الانتماء لدى المراهقين، وقد تكون مجتمع الدراسة من (1627) طالباً من مدارس لواء قصبة الكرك من الفئة العمرية (14-16)، وتكونت عينة الدراسة من (60) طالباً وزرعوا على المجموعتين الضابطة والتجريبية؛ وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دالة إحصائية في خفض سلوك التمرد وتنمية السلوك الانتمائي لدى أفراد المجموعة التجريبية تعزى لتطبيق البرنامج الإرشادي.

كما أجرت زهران (2004) دراسة هدفت إلى معرفة فاعلية برنامج إرشادي لتصحيح مشاعر ومعتقدات الاغتراب لدى طلاب الجامعة، وقد تكونت عينة الدراسة من (70) طالباً وطالبة من جامعة المنصورة، وزرعوا على المجموعتين التجريبية والضابطة، ولتحقيق أهداف الدراسة تم بناء برنامج إرشاد جمعي عقلاني افعالي سلوكي مكون من (16) جلسة استُخدم فيها أساليب المحاضرة، والمناقشة، والمجادلة، والواجبات الบديلية، والتخييل المعرفي؛ وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائية في مشاعر ومعتقدات الاغتراب لصالح المجموعة التجريبية على المقياس البعدي ومقياس المتابعة مقابل المجموعة الضابطة.

كما قام جروس (Gross, 2012) بدراسة للتحقق من فاعلية برنامج تربوي في خفض مستوى الاغتراب النفسي وزيادة الضبط الذاتي لدى المراهقين؛ وتكونت عينة الدراسة من (42) مراهقاً من ولاية كاليفورنيا وزرعوا على مجموعتين هما: الضابطة وعدها (21) مراهقاً، والتجريبية وعدها (21) مراهقاً؛ وأشارت نتائج الدراسة إلى فاعلية البرنامج التربوي في خفض مستوى الاغتراب النفسي زيادة الضبط الذاتي لدى المراهقين.

وأجرى الوهيدة (2007) دراسة سعت إلى معرفة مدى فاعلية برنامج إرشادي قائم على نظرية التعلم الاجتماعي في تنمية المهارات الاجتماعية وخفض العنف لدى طلبة المرحلة الثانوية في دولة الكويت، وتكونت عينة الدراسة من (60) طالباً وطالبة، وزرعوا على المجموعتين التجريبية والضابطة، وأشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دالة إحصائية في تنمية المهارات الاجتماعية وخفض العنف لدى الطلبة وذلك لصالح المجموعة التجريبية تعزى لتطبيق البرنامج الإرشادي.

وأجرى أماندا وستريت وميليسا (Amanda & Sterett & Melissa, 2009) دراسة بعنوان "مدى فاعلية برنامج إرشادي مستند على التدريب على المهارات الاجتماعية في تحسين مستوى التكيف الاجتماعي والعاطفي والسلوكي لدى المراهقين"، وتألفت عينة الدراسة من (74) مراهقاً من أمريكا من كلا الجنسين تراوحت أعمارهم من (13-16) سنة، وزرعوا إلى مجموعتين: المجموعة التجريبية والضابطة، حيث تلقت المجموعة التجريبية برنامجاً إرشادياً مستنداً إلى التدريب على المهارات الاجتماعية لمدة 12

أسبوعاً، وقد أشارت النتائج إلى فاعلية البرنامج الإرشادي في تحسين مستوى التكيف الاجتماعي والنفسي لدى أفراد عينة المجموعة التجريبية.

وفي دراسة جوبلي وأودن (Kjebli & Ogden, 2014) التي أجريت للتحقق من فاعلية برنامج في التدريب على المهارات الاجتماعية لدى الأطفال والراهقين، وتكونت عينة الدراسة من (198) طفلاً وراهقاً من الترويج وزعوا إلى مجموعتين عشوائيتين: مجموعة تجريبية وعدها (99) طفلاً وراهقاً، تلقت البرنامج التربوي لمدة (10) جلسات تدريبية استند إلى العلاج المعرفي السلوكي، إذ دُرب الأطفال والراهقين على مهارة حل المشكلات، ومهارة إدارة الغضب، ومهارة التنظيم العاطفي؛ ومجموعة ضابطة عدها (99) طفلاً وراهقاً لم تلتق التدريب وقد أظهرت نتائج الدراسة زيادة المهارات الاجتماعية، والكفاءة الاجتماعية، وتنمية مهارات التواصل، وخفض المشكلات السلوكية لدى أفراد العينة التجريبية، مقابل أعضاء المجموعة الضابطة.

من خلال استعراض الدراسات السابقة نلاحظ أن نتائج الدراسات السابقة التي تناولت سلوك التمرد إلى فاعلية استخدام البرامج الإرشادية في خفض سلوك التمرد لدى المراهقين، كما وأشارت نتائج الدراسات التي اهتمت بالاغتراب النفسي إلى فاعلية البرامج الإرشادية في خفض الاغتراب النفسي لدى المراهقين. كما وأشارت نتائج الدراسات التي تناولت المهارات الاجتماعية إلى فاعلية استخدام البرامج الإرشادية في تنمية المهارات الاجتماعية لدى المراهقين. ومن خلال ما عرض من دراسات سابقة، وجد الباحث أن الدراسة الحالية تتميز باستخدام برنامج إرشادي يستند إلى الأساليب المعرفية السلوكية لخفض سلوك التمرد والاغتراب النفسي لدى المراهقين، في حين أن البرامج الإرشادية السابقة كانت قائمة على نماذج ونظريات أخرى.

أفراد الدراسة:

تكونت عينة الدراسة من (30) طالباً من الصفين العاشر الأساسي والحادي عشر، حيث تم اختيارهم بطريقة قصديه، بعد أن طُبقت مقاييس الدراسة على جميع أفراد مجتمع الدراسة المكون من (180) طالباً من الصفين العاشر الأساسي والحادي عشر الذكور في المدرسة النموذجية لجامعة اليرموك، للفصل الدراسي الأول من العام الدراسي (2015-2016)، وقد تم اختيارهم بناءً على حصولهم على أعلى الدرجات على مقياس سلوك التمرد، وعلى درجات أعلى من المتوسط على مقياس الاغتراب النفسي، وعلى درجات أدنى من المتوسط على مقياس المهارات الاجتماعية. وقد رُوِّجَ أفراد عينة الدراسة عشوائياً إلى مجموعتين: مجموعة تجريبية عدد أفرادها (15) طالباً، تلقو البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي ومجموعة ضابطة عدد أفرادها (15) طالباً لم يتلقوا أي برنامج إرشادي.

أدوات الدراسة

اشتملت الدراسة على أربعة أدوات، هي:

أولاً: مقياس سلوك التمرد:

بعد الرجوع إلى الأدب النظري والدراسات السابقة ذات الصلة بسلوك التمرد، وهي مقياس (Dowd & Milne & Wise, 1991) ومقياس (Hong & Ostini 1989) المتوفّر في دراسة (Shen & Dillard, 2005)، ومقياس (Stenner & Marshall, 1995)، ومقياس اللامي (2001)، ومقياس المطارنة (2000)، ومقياس المجالي (2007). تُوصل إلى مقياس مكون من (50) فقرة موزعة على ثلاثة أبعاد، هي: بعد المعلمين وله 15 فقرة، وبعد الأسرة وله 17 فقرة، وبعد الأنظمة المدرسية وله 18 فقرة.

صدق المحتوى:

للتحقق من الصدق الظاهري لمقياس سلوك التمرد وأبعاده، عرض الباحث المقياس بصورته الأولية على عشرة من المحكمين من أعضاء هيئة تدريس ذوي الخبرة والاختصاص في مجالات الإرشاد النفسي والتربوي وعلم النفس التربوي في الجامعة الأردنية وجامعة اليرموك حيث طلب منهم إبداء الرأي حول دقة محتوى المقياس. وقد عدل المحكمون نصوص 19 فقرة، وحذفوا 5 فقرات وبذلك أصبح عدد فقرات المقياس في صورته النهائية بعد التحكيم (45) فقرة، موزعة على ثلاثة أبعاد؛ هي: بعد المعلمين وله 13 فقرة. وبعد الأسرة وله 16 فقرة. وبعد الأنظمة المدرسية وله 16 فقرة.

صدق البناء:

للتحقق من صدق البناء لمقياس سلوك التمرد طبق المقياس على عينة استطلاعية تكونت من (50) مراهقاً من الصفين العاشر الأساسي والحادي عشر من خارج عينة الدراسة المستهدفة، حيث تم حساب معاملات ارتباط أبعاد مقياس سلوك التمرد مع المقياس ككل إذ تراوحت بين (0.78-0.93). كما تم حساب معاملات الارتباط البينية للأبعاد وقد تراوحت بين (0.72-0.93).

ثبات المقاييس:

لأغراض التحقق من ثبات الاتساق الداخلي لمقياس سلوك التمرد ككل وأبعاده، حُسب باستخدام معادلة كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha) على بيانات التطبيق الأول للعينة الاستطلاعية المكونة من (50) مراهاقاً، ولأغراض التتحقق من ثبات الإعادة لمقياس الدراسة ككل وأبعاده، فقد أعيد التطبيق على العينة الاستطلاعية بطريقة الاختبار وإعادته (Test-Retest) بفواصل زمني مقداره أسبوعان بين التطبيقات الأولى والثانية، وحُسب باستخدام معامل ارتباط بيرسون بين التطبيقات الأولى والثانية على العينة الاستطلاعية، إذ تبين أن ثبات الاتساق الداخلي لمقياس الدراسة الكلية قد بلغت قيمته (0.93) ولأبعاده تراوحت بين (0.79-0.87)، في حين أن ثبات الإعادة لمقياس الدراسة الكلية قد بلغت قيمته (0.83) ولأبعاده تراوحت بين (0.82-0.87).

معيار تصحيح مقياس سلوك التمرد:

لتصحيف مقياس سلوك التمرد تم اعتماد النموذج الإحصائي ذو التدرج المطلق بهدف إطلاق الأحكام على الأوساط الحسابية الخاصة بمقياس الدراسة ككل وأبعاده، وذلك على النحو الآتي:

مستوى سلوك التمرد	فئة الأوساط الحسابية
مرتفع	أكبر من 3.49
وسط	3.49 – 2.50
منخفض	أقل من 2.50

ثانياً: مقياس الاغتراب النفسي:

بعد الرجوع إلى الأدب النظري والدراسات السابقة ذات الصلة بالاغتراب النفسي، وهي مقياس & (Iacourse & Villeneuve, 2003)، ومقياس المدانات (Mau, 1992)، ومقياس المدانات (Claes, 2003). توصل إلى مقياس مكون من (50) فقرة موزعة على خمسة أبعاد، هي: بعد الالاهدف وله (12) فقرة، وبعد فقدان المعنى وله 11 فقرة، وبعد فقدان المعايير وله (7) فقرات، وبعد العزلة الاجتماعية وله (10) فقرات، وبعد الشعور بالعجز وله (10) فقرات.

صدق المحتوى:

للتحقق من الصدق الظاهري لمقياس الاغتراب النفسي وأبعاده، عرض الباحث المقياس بصورةه الأولية على عشرة من المحكمين من أعضاء هيئة تدريس ذوي الخبرة والاختصاص في مجالات الإرشاد النفسي والتربوي وعلم النفس التربوي في الجامعة الأردنية وجامعة اليرموك، حيث طلب منهم إبداء الرأي حول دقة محتوى المقياس. وقد عدل المحكمون نصوص (14) فقرة من وحدنفوا فقرة واحدة وبذلك أصبح عدد فقرات المقياس في صورته النهائية بعد التحكيم (49) فقرة. موزعة على خمسة أبعاد، هي: بعد الالاهدف وله (12) فقرة، وبعد فقدان المعنى وله (11) فقرة، وبعد فقدان المعايير وله (7) فقرات، وبعد العزلة الاجتماعية وله (10) فقرات، وبعد الشعور بالعجز وله (9) فقرات.

صدق البناء:

للتحقق من صدق البناء لمقياس الاغتراب النفسي طبق المقياس على عينة استطلاعية تكونت من (50) مراهاقاً من الصفيين العاشر الأساسي والحادي عشر من خارج عينة الدراسة المستهدفة، حيث تم حساب معاملات ارتباط أبعاد مقياس الاغتراب النفسي مع المقياس ككل إذ تراوحت بين (0.67-0.90). وأن قيم معاملات الارتباط البينية للأبعاد قد تراوحت بين (0.52-0.74).

ثبات المقاييس:

لأغراض التتحقق من ثبات الاتساق الداخلي لمقياس الاغتراب النفسي ككل وأبعاده، حُسب باستخدام معادلة كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha) على بيانات التطبيق الأول للعينة الاستطلاعية المكونة من (50) مراهاقاً، ولأغراض التتحقق من ثبات الإعادة لمقياس الدراسة ككل وأبعاده، فقد أعيد التطبيق على العينة الاستطلاعية بطريقة الاختبار وإعادته (Test-Retest) بفواصل زمني مقداره أسبوعان بين التطبيقات الأولى والثانية، وحُسب باستخدام معامل ارتباط بيرسون بين التطبيقات الأولى والثانية على العينة الاستطلاعية، إذ تبين أن ثبات الاتساق الداخلي لمقياس الدراسة الكلية قد بلغت قيمته (0.90) ولأبعاده تراوحت بين (0.71-0.79)، في حين أن ثبات الإعادة لمقياس الدراسة الكلية قد بلغت قيمته (0.80) ولأبعاده تراوحت بين (0.72-0.76).

معيار تصحيح مقاييس الاغتراب النفسي:

لتصحيح مقاييس الاغتراب النفسي تم اعتماد النموذج الإحصائي ذو التدرج المطلق بهدف إطلاق الأحكام على الأوساط الحسابية الخاصة بمقاييس الدراسة ككل وأبعاده، وذلك على النحو الآتي:

مستوى الاغتراب النفسي	فئة الأوساط الحسابية
مرتفع	أكبر من 3.49
وسط	3.49 – 2.50
منخفض	أقل من 2.50

ثالثاً: مقاييس المهارات الاجتماعية:

بعد الرجوع إلى الأدب النظري والدراسات السابقة ذات الصلة بالمهارات الاجتماعية، هي: مقاييس عبد الرحمن (1998)، ومقاييس الوهيد (2007) تُوصل إلى مقاييس مكون من (23) فقرة موزعة على بعدين، هما: بعد حل المشكلات وله (14) فقرة، وبعد التعبير عن المشاعر وله (9) فقرات.

صدق المحتوى:

للتحقق من الصدق الظاهري لمقاييس المهارات الاجتماعية وبعديه، عرض الباحث المقاييس بصورةه الأولية على عشرة من المحكمين من أعضاء هيئة تدريس ذوي الخبرة والاختصاص في مجالات الإرشاد النفسي والتربوي وعلم النفس التربوي في الجامعة الأردنية وجامعة اليرموك حيث طلب منهم إبداء الرأي حول دقة محتوى المقاييس. وقد حذف المحكمون فقرة واحدة وبذلك أصبح عدد فقرات المقاييس في صورته النهائية بعد التحكيم (22) فقرة موزعة على بعدين؛ هما بعد حل المشكلات وله (13) فقرة، وبعد التعبير الانفعالي وله (9) فقرة.

صدق البناء:

للتحقق من صدق البناء لمقاييس المهارات الاجتماعية طبق المقاييس على عينة استطلاعية تكونت من (50) مراهقاً من الصفين العاشر الأساسي والحادي عشر من خارج عينة الدراسة المستهدفة، حيث تم حساب معاملات ارتباط أبعاد مقاييس الاغتراب النفسي مع المقاييس ككل إذ تراوحت بين (0.79-0.93)، وأن قيم معاملات الارتباط البينية لأبعاد مقاييس الدراسة قد بلغت (0.51).

ثبات المقاييس:

لأغراض التتحقق من ثبات الاتساق الداخلي لمقاييس المهارات الاجتماعية ككل وبعديه، حسب باستخدام معادلة كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha) على بيانات التطبيق الأول للعينة الاستطلاعية المكونة من (50) مراهقاً، ولأغراض التتحقق من ثبات الإعادة لمقاييس الدراسة ككل وأبعاده، فقد أعيد التطبيق على العينة الاستطلاعية بطريقة الاختبار وإعادته (Test-Retest) بفواصل زمني مقداره أسبوعان بين التطبيقات الأولى والثانية، وحسب باستخدام معامل ارتباط بيرسون بين التطبيقات الأولى والثانية على العينة الاستطلاعية، إذ تبين ثبات الاتساق الداخلي لمقاييس الدراسة الكلية قد بلغت قيمته (0.80) ولبعديه تراوحت بين (0.79-0.80)، في حين أن ثبات الإعادة لمقاييس الدراسة الكلية قد بلغت قيمته (0.77) ولبعديه تراوحت بين (0.76-0.86).

معيار تصحيح مقاييس المهارات الاجتماعية:

لتصحيح مقاييس المهارات الاجتماعية تم اعتماد النموذج الإحصائي ذو التدرج المطلق بهدف إطلاق الأحكام على الأوساط الحسابية الخاصة بمقاييس الدراسة ككل وأبعاده، وذلك على النحو الآتي:

مستوى المهارات الاجتماعية	فئة الأوساط الحسابية
مرتفع	أكبر من 3.49
وسط	3.49 – 2.50
منخفض	أقل من 2.50

رابعاً: البرنامج الإرشادي:

بعد الاطلاع على الأدب النظري المتعلق بنظريات الإرشاد النفسي كنظرية العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي "لأليس" والنماذج المعرفية الذي قدمه أرون بيك "Beck A" والدراسات السابقة المتعلقة بالعلاج المعرفي السلوكي، قام الباحثان ببناء برنامجاً إرشادياً جمعياً مستنداً إلى الإطار المعرفي السلوكي يهدف لخفض سلوك التمرد والإغتراب النفسي، وتنمية المهارات الاجتماعية لدى المراهقين. وقد تكون البرنامج الإرشادي من تسع عشرة جلسة مدة كل جلسة (60) دقيقة بواقع ثلاثة جلسات أسبوعياً، ولمدة سبعة أسابيع، تضمنت كل جلسة الأهداف والفتيات المستخدمة أبرزها: سجل الأفكار التلقائية والأفكار اللاعقلانية، والواجبات المنزلية، والتخييل، والبحث عن البدائل، والمراقبة الذاتية، وضبط المثيرات، وتعزيز الذات، وتحديد مزايا التفكير وعيوبه، والحديث الذاتي الإيجابي، وتجزئة المهام، ولعب الدور. وقد عُرض البرنامج الإرشادي على مجموعة من المحكمين المختصين في مجال الإرشاد النفسي والتربوي في الجامعة الأردنية وجامعة اليرموك وقام المحكمون بإجراء عدد من التعديلات على البرنامج الإرشادي وعدلها الباحثان بناءً على مقترنات المحكمين.

وفما يلي ملخص جلسات البرنامج:

الجلسة الأولى: هدفت هذه الجلسة إلى التعارف وبناء الثقة بين أعضاء المجموعة، وتعريف الأعضاء على مبررات البرنامج الإرشادي وأهدافه. والاتفاق على مواعيد ومكان الجلسات.

الجلسة الثانية: هدفت هذه الجلسة إلى تعريف الأعضاء على مفهوم سلوك التمرد وأشكاله.

الجلسة الثالثة: هدفت هذه الجلسة إلى تعريف الأعضاء بمفهوم الأفكار اللاعقلانية، وأن يتدرّب الأعضاء على تحديد المعتقدات اللاعقلانية.

الجلسة الرابعة: هدفت هذه الجلسة إلى تدريب الأعضاء على تحديد المعتقدات اللاعقلانية المرتبطة بسلوك التمرد وتغييرها.

الجلسة الخامسة: هدفت هذه الجلسة تعريف الأعضاء على مفهوم الحديث الذاتي، وتدريب الأعضاء على التمييز بين الحديث الذاتي الإيجابي والحديث الذاتي السلبي.

الجلسة السادسة: هدفت هذه الجلسة إلى تدريب الأعضاء على تحديد الحديث الذاتي السلبي المتعلق بسلوك التمرد وتغييره.

الجلسة السابعة: هدفت هذه الجلسة إلى تعريف الأعضاء بمهارة ومراحل الضبط الذاتي.

الجلسة الثامنة: هدفت هذه الجلسة إلى تدريب الأعضاء على مهارة الضبط الذاتي.

الجلسة التاسعة: هدفت هذه الجلسة إلى تعريف الأعضاء على مفهوم الإغتراب النفسي وأبعاده.

الجلسة العاشرة: هدفت هذه الجلسة تعريف الأعضاء على مفهوم التشويهات المعرفية وأنواعها. وتدريب الأعضاء على تحديد التشويهات المعرفية وتغييرها.

الجلسة الحادية عشرة: هدفت هذه الجلسة إلى تدريب الأعضاء على تحديد وتغيير التشويهات المعرفية المرتبطة بالشعور بالعجز.

الجلسة الثانية عشرة: هدفت هذه الجلسة إلى تدريب الأعضاء على تحديد التشويهات المعرفية المرتبطة بغياب الهدف وتغييرها.

الجلسة الثالث عشرة: هدفت هذه الجلسة إلى تدريب الأعضاء على تحديد التشويهات المعرفية المرتبطة بفقدان المعنى وتغييرها.

الجلسة الرابع عشرة: هدفت هذه الجلسة إلى تدريب الأعضاء على تحديد التشويهات المعرفية المرتبطة بفقدان المعايير وتغييرها.

الجلسة الخامس عشرة: هدفت هذه الجلسة إلى تدريب الأعضاء على تحديد التشويهات المعرفية المرتبطة بالعزلة الاجتماعية وتغييرها.

الجلسة السادس عشرة: هدفت هذه الجلسة إلى تدريب الأعضاء على أسلوب حل المشكلات.

الجلسة السابع عشرة: هدفت هذه الجلسة إلى تدريب الأعضاء على أسلوب حل المشكلات.

الجلسة الثامن عشرة: هدفت هذه الجلسة إلى تدريب الأعضاء على التعبير عن المشاعر المناسبة في المواقف المختلفة.

الجلسة التاسع عشرة: إنهاء البرنامج الإرشادي وتطبيق المقاييس البعدية على أعضاء المجموعة.

إجراءات الدراسة

- بناء مقياس سلوك التمرد، ومقياس الاغتراب النفسي، ومقياس المهارات الاجتماعية، وعرضهم على مجموعة من المحكمين المختصين في مجال الإرشاد النفسي والتربوي، والتأكد من الصدق والثبات للمقاييس وفقاً للإجراءات العلمية المتبعة في بناء الأدوات.
- بناء برنامج إرشادي جمعي معرفي سلوكي يهدف إلى خفض سلوك التمرد، والاغتراب النفسي، وتنمية المهارات الاجتماعية لدى المراهقين. وعرضه على مجموعة من المحكمين المختصين في مجال الإرشاد النفسي والتربوي.
- تطبيق مقياس سلوك التمرد، ومقياس الاغتراب النفسي، ومقياس المهارات الاجتماعية على (180) طالباً من الصفين العاشر الأساسي والحادي عشر في المدرسة النموذجية لجامعة اليرموك للفصل الدراسي الأول من العام الدراسي 2015-2016.
- اختار الباحثان أفراد عينة الدراسة من حصلوا على أعلى الدرجات على سلوك التمرد، وعلى درجات أعلى من المتوسط على مقياس الاغتراب النفسي، وعلى درجات أدنى من المتوسط على مقياس المهارات الاجتماعية وعدهم 30 طالباً. وقد تم توزيع أفراد عينة الدراسة عشوائياً إلى مجموعتين: مجموعة تجريبية عددها (15) طالباً، ومجموعة ضابطة عددها (15) طالباً.
- تطبيق البرنامج الإرشادي على المجموعة التجريبية خلال الفصل الدراسي الأول للعام الدراسي (2015-2016) بواقع ثلاثة جلسات أسبوعياً، ولمدة ستة أسابيع، وذلك من تاريخ 5/9/2015 إلى 15/10/2015. في حين لم يتلقّ أعضاء المجموعة الضابطة أية معالجة.
- بعد انتهاء تطبيق البرنامج الإرشادي طبق الباحثان مقاييس الدراسة على أعضاء المجموعتين التجريبية والضابطة بهدف القياس البعدى لمتغيرات الدراسة.

منهج الدراسة والمعالجة الإحصائية:

اعتمد المنهج شبه التجاري للمجموعتين التجريبية والضابطة في هذه الدراسة، وذلك لاستقصاء أثر برنامج إرشادي جمعي في خفض سلوك التمرد والاغتراب النفسي، وفي تنمية المهارات الاجتماعية لدى المراهقين. وللحقيق من صحة فرضيات الدراسة استخرجت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والمتوسطات المعدلة لدرجات عينة الدراسة على الأبعاد وعلى الدرجة الكلية لمقياس سلوك التمرد ومقياس الاغتراب النفسي ومقياس المهارات الاجتماعية تبعاً لمتغير المجموعة (تجريبية، ضابطة)، ولبيان دلالة الفروق الإحصائية بين المتوسطات الحسابية، استخدم تحليل التباين الأحادي المشترك المتعدد لأبعاد المقاييس، وتحليل التباين الأحادي المشترك للدرجة الكلية للمقاييس.

متغيرات الدراسة:

اشتملت الدراسة على المتغيرات التالية:

المتغير المستقل: البرنامج الإرشادي المستند إلى العلاج المعرفي السلوكي.

المتغيرات التابعية: مستوى سلوك التمرد لدى المراهقين - مستوى الاغتراب النفسي لدى المراهقين - مستوى المهارات الاجتماعية لدى المراهقين.

النتائج

الفرضية الأولى: توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha = 0.05$) في متوسط درجات سلوك التمرد بين أفراد المجموعة التجريبية التي تعرضت للبرنامج الإرشادي، وأفراد المجموعة الضابطة تعزى إلى البرنامج الإرشادي؟ للتحقق من صحة هذه الفرضية، استخرجت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والمتوسطات المعدلة لأداء عينة الدراسة على الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس سلوك التمرد، تبعاً لمتغير المجموعة (تجريبية، ضابطة)، والجدول (1) يوضح ذلك.

الجدول (1)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والمتوسطات الحسابية
المعدلة لأداء عينة الدراسة على الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس سلوك التمرد تبعاً لمتغير المجموعة

العدد	المتوسط المعدل	البعدي		القلي		المجموعة	
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
15	1.81	.365	1.83	.271	3.20	تجريبية	بعد المعلمين
15	3.29	.434	3.28	.383	3.16	ضابطة	
30	2.55	.837	2.55	.327	3.18	المجموع	
15	2.03	.418	2.11	.313	3.26	تجريبية	بعد الأسرة
15	3.27	.418	3.19	.397	3.09	ضابطة	
30	2.65	.685	2.65	.362	3.18	المجموع	
15	2.20	.290	2.26	.216	3.43	تجريبية	بعد الأنظمة المدرسية
15	3.37	.424	3.32	.303	3.31	ضابطة	
30	2.79	.644	2.79	.266	3.37	المجموع	
15	2.03	.214	2.08	.180	3.30	تجريبية	مقياس سلوك التمرد ككل
15	3.32	.405	3.26	.334	3.19	ضابطة	
30	2.67	.678	2.67	.270	3.25	المجموع	

يبين الجدول (1) تبايناً ظاهرياً في المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والمتوسطات الحسابية على الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس سلوك التمرد، بسبب اختلاف فئات متغير المجموعة (تجريبية، ضابطة)، ولبيان دلالة الفروق الإحصائية بين المتوسطات الحسابية استخدم تحليل التباين الأحادي المشترك المتعدد للأبعاد، وتحليل التباين الأحادي المشترك للدرجة الكلية والجدولان (3,2) يوضحان ذلك.

الجدول (2)

تحليل التباين الأحادي المشترك المتعدد لأثر البرنامج على أبعاد سلوك التمرد

المقدمة	قيمة F	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	البعد	مصدر التباين
.000	51.060	2.186	1	2.186	بعد المعلمين بعدي	المعلمين القلي (المشتراك)
.003	10.483	.985	1	.985	بعد الأسرة بعدي	الأسرة القلي (المشتراك)
.000	33.134	1.387	1	1.387	بعد الأنظمة المدرسية بعدي	الأنظمة المدرسية القلي (المشتراك)
.000	348.520	14.922	1	14.922	بعد المعلمين بعدي	طريقة
.000	110.952	10.427	1	10.427	بعد الأسرة بعدي	هونلانج = 17.527
.000	223.802	9.369	1	9.369	بعد الأنظمة المدرسية بعدي	. ح = .000
		.043	27	1.070	بعد المعلمين بعدي	خطأ
		.094	27	2.349	بعد الأسرة بعدي	
		.042	27	1.047	بعد الأنظمة المدرسية بعدي	
		29		20.297	بعد المعلمين بعدي	الكتاب
		29		13.623	بعد الأسرة بعدي	
		29		12.027	بعد الأنظمة المدرسية بعدي	

يتبيّن من الجدول (2) وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha = 0.05$) تعزى لأثر البرنامج في جميع الأبعاد، وجاءت الفروق لصالح المجموعة التجريبية.

الجدول (3)

تحليل التباين الأحادي المشترك لأثر البرنامج على الدرجة الكلية لمقاييس سلوك التمرد

مصدر التباين	الكلى المعدل	.867	27	.032	11.966	372.422	قيمة الإحصائي (ف)	الدالة الإحصائية (ح)
الاختبار القبلي (المشتراك)				1	2.069	64.387		.000
الطريقة				1				.000
الخطأ								
الكلى المعدل		13.340						

يبين من الجدول (3) وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($F = 372.422$) تعزى لأثر البرنامج، حيث بلغت قيمة ف 0.05 بدلالة إحصائية 0.000 وجاءت الفروق لصالح المجموعة التجريبية.

الفرضية الثانية: توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha = 0.05$) في متوسط درجات الاغتراب النفسي بين أفراد المجموعة التجريبية التي تعرضت للبرنامج الإرشادي، وأفراد المجموعة الضابطة تعزى إلى البرنامج الإرشادي. للتحقق من صحة هذه الفرضية، استخرجت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والمتوسطات المعدلة لدرجات عينة الدراسة على الأبعاد والدرجة الكلية لمقاييس الاغتراب النفسي، تبعاً لمتغير المجموعة (تجريبية، ضابطة)، والجدول (4) يوضح ذلك.

الجدول (4)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والمتوسطات الحسابية

المعدلة لدرجات عينة الدراسة على الأبعاد والدرجة الكلية لمقاييس الاغتراب النفسي تبعاً لمتغير المجموعة

العدد	المتوسط المعدل	البعدي		القبلي		المجموعة	
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
15	2.79	.732	2.80	.232	3.27	تجريبية	بعد الاهداف
15	3.09	.430	3.08	.297	3.23	ضابطة	
30	2.94	.606	2.94	.263	3.25	المجموع	
15	2.69	.745	2.73	.316	3.15	تجريبية	بعد فقدان المعنى
15	3.14	.405	3.11	.399	2.97	ضابطة	
30	2.92	.620	2.92	.365	3.06	المجموع	
15	2.29	.717	2.31	.473	3.36	تجريبية	بعد فقدان المعايير
15	3.17	.337	3.14	.515	3.12	ضابطة	
30	2.73	.693	2.73	.501	3.24	المجموع	
15	2.48	.736	2.52	.481	3.32	تجريبية	بعد العزلة الاجتماعية
15	3.19	.378	3.15	.460	3.15	ضابطة	
30	2.84	.659	2.84	.470	3.24	المجموع	
15	2.30	.605	2.31	.264	3.25	تجريبية	بعد الشعور بالعجز
15	3.04	.487	3.02	.380	3.07	ضابطة	
30	2.67	.649	2.67	.334	3.16	المجموع	
15	2.54	.614	2.57	.197	3.26	تجريبية	مقاييس الاغتراب النفسي كلي
15	3.13	.351	3.10	.313	3.11	ضابطة	
30	2.83	.561	2.83	.268	3.19	المجموع	

يبين الجدول (4) تبايناً ظاهرياً في المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والمتوسطات المعدلة لدرجات عينة الدراسة

على الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الاغتراب النفسي بسبب اختلاف فئات متغير المجموعة (تجريبية، ضابطة)، ولبيان دلالة الفروق الإحصائية بين المتوسطات الحسابية، استخدم تحليل التباين الأحادي المشترك المتعدد للأبعاد الفرعية، وتحليل التباين الأحادي المشترك للدرجة الكلية، والجدولان (5،6) يوضحان ذلك.

الجدول (5)

تحليل التباين الأحادي المشترك المتعدد لأثر البرنامج على أبعاد مقياس الاغتراب النفسي

مصدر التباين	البعد	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	الدالة الإحصائية
الخطأ	اللاهيف بعدي	.223	1	.223	.546	.468
	فقدان المعنى بعدي	.274	1	.274	.712	.408
	فقدان المعايير بعدي	2.514	1	2.514	10.612	.003
	العزلة الاجتماعية بعدي	.986	1	.986	3.034	.095
	الشعور بالعجز بعدي	.263	1	.263	.772	.389
	اللاهيف بعدي	.602	1	.602	1.474	.237
	فقدان المعنى بعدي	1.369	1	1.369	3.549	.072
	فقدان المعايير بعدي	5.161	1	5.161	21.785	.000
	العزلة الاجتماعية بعدي	3.399	1	3.399	10.456	.004
	الشعور بالعجز بعدي	3.668	1	3.668	10.779	.003
الكل	اللاهيف بعدي	9.398	27	.409		
	فقدان المعنى بعدي	8.870	27	.386		
	فقدان المعايير بعدي	5.449	27	.237		
	العزلة الاجتماعية بعدي	7.476	27	.325		
	الشعور بالعجز بعدي	7.827	27	.340		
	اللاهيف بعدي	10.666	29			
	فقدان المعنى بعدي	11.163	29			
	فقدان المعايير بعدي	13.933	29			
	العزلة الاجتماعية بعدي	12.590	29			
	الشعور بالعجز بعدي	12.222	29			

يتبيّن من الجدول (5) وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($F = 0.05$) تعزى لأثر البرنامج في جميع أبعاد مقياس الاغتراب النفسي باستثناء بعدي اللاهيف، وفقدان المعنى، وجاءت الفروق لصالح المجموعة التجريبية.

الجدول (6)

تحليل التباين الأحادي المشترك لأثر البرنامج على الدرجة الكلية لمقياس الاغتراب النفسي

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة الإحصائي (f)	الدالة الإحصائية (χ²)
الاختبار القبلي (المشتراك)	.232	1	.232	.926	.344
الطريقة	2.353	1	2.353	9.380	.005
الخطأ	6.772	27	.251		
الكلي المعدل	9.127	29			

يتبيّن من الجدول (6) وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($\chi^2 = 0.05$) تعزى لأثر البرنامج، حيث بلغت قيمة F 9.380 بدلاً من إحصائية 0.005 وجاءت الفروق لصالح المجموعة التجريبية.

الفرضية الثالثة: توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha = 0.05$) في متوسط درجات المهارات الاجتماعية بين أفراد المجموعة التجريبية التي تعرضت للبرنامج الإرشادي، وأفراد المجموعة الضابطة تعزى إلى البرنامج الإرشادي. للتحقق من صحة هذه الفرضية، استخرجت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والمتوسطات المعدلة لدرجات عينة الدراسة على الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس المهارات الاجتماعية، تبعاً لمتغير المجموعة (تجريبية، ضابطة)، والجدول (7) يوضح ذلك.

الجدول (7)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والمتوسطات الحسابية

المعدلة لدرجات عينة الدراسة على الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس المهارات الاجتماعية تبعاً لمتغير المجموعة

العدد	المتوسط المعدل	البعدي		القبلي		المجموعة	بعد حل المشكلات
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
15	3.49	.471	3.48	.262	2.29	تجريبية	
15	2.31	.399	2.32	.268	2.37	ضابطة	
30	2.90	.729	2.90	.264	2.33	المجموع	
15	3.53	.415	3.51	.363	2.73	تجريبية	
15	2.27	.486	2.30	.316	2.79	ضابطة	
30	2.90	.761	2.90	.336	2.76	المجموع	
15	3.51	.346	3.49	.223	2.47	تجريبية	
15	2.29	.398	2.31	.184	2.54	ضابطة	
30	2.90	.704	2.90	.204	2.50	المجموع	

مقياس المهارات الاجتماعية الكلية

يبين الجدول (7) تبايناً ظاهرياً في المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والمتوسطات المعدلة لدرجات عينة الدراسة على الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس المهارات الاجتماعية، بسبب اختلاف فئات متغير المجموعة (تجريبية، ضابطة)، ولبيان دلالة الفروق الإحصائية بين المتوسطات الحسابية، استخدم تحليل التباين الأحادي المشترك المتعدد للأبعاد الفرعية، وتحليل التباين الأحادي المشترك للدرجة الكلية، والجدولان (8، 9) يوضحان ذلك.

الجدول (8)

تحليل التباين الأحادي المشترك المتعدد لأثر البرنامج على بُعدى مقياس المهارات الاجتماعية

مصدر التباين	المستوى	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	الدالة الإحصائية
حل المشكلات القبلي (المشترك)	بعد حل المشكلات بعدي	.004	1	.004	.019	.892
التعبير عن المشاعر القبلي (المشترك)	التعبير عن المشاعر بعدي	.176	1	.176	.869	.360
الطريقة	بعد حل المشكلات بعدي	10.040	1	10.040	50.917	.000
هوتلنج = 2.980 .000= ح	التعبير عن المشاعر بعدي	11.493	1	11.493	56.583	.000
الخطأ	بعد حل المشكلات بعدي	5.127	27	.197		
الخطأ	التعبير عن المشاعر بعدي	5.281	27	.203		
الكلية	بعد حل المشكلات بعدي	15.400	29	16.784		
	التعبير عن المشاعر بعدي		29			

يتبيّن من الجدول (8) وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($F = 0.05$) تعزى لأثر البرنامج في بُعدى مقياس المهارات الاجتماعية، وجاءت الفروق لصالح المجموعة التجريبية.

الجدول (9)

تحليل التباين الأحادي المشترك لأثر البرنامج على الدرجة الكلية لمقياس المهارات الاجتماعية

مصدر التباين	الكلي المعدل	الخطأ	الطريقة	الاختبار القبلي (المشترك)	قيمة الإحصائية (f)	الدلالة الإحصائية (H)
	14.369	3.678	10.675	.216	1.586	.219
	29	.136	1	.216	78.357	.000

يبين من الجدول (9) وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($F = 78.357$) تعزى لأثر البرنامج حيث بلغت قيمة F 78.357 بدلالة إحصائية 0.000 وجاءت الفروق لصالح المجموعة التجريبية.

المناقشة والتوصيات:

أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات أداء أفراد المجموعة التجريبية الذين تلقوا البرنامج الإرشادي مقارنة بأفراد المجموعة الضابطة وفقاً لمتغير البرنامج الإرشادي تعزى لصالح أفراد المجموعة التجريبية، إذ يلاحظ أن درجة سلوك التمرد لأفراد المجموعة التجريبية أصبحت أدنى من المجموعة الضابطة على القياس البعدى بعد تطبيق البرنامج الإرشادى المستند إلى العلاج المعرفي السلوكي، مما يشير إلى أن البرنامج الإرشادى ساعد في خفض سلوك التمرد لدى المراهقين بأبعاده الثلاثة: المعلمين، والأسرة، والمدرسة؛ ودرجته الكلية، مما يدل على كفاءة البرنامج الإرشادى وأثره الإيجابى في خفض سلوك التمرد لدى أفراد المجموعة التجريبية.

ويعزى الباحث انخفاض مستوى سلوك التمرد لدى أفراد المجموعة التجريبية إلى طبيعة البرنامج الإرشادى المستخدم في الدراسة الحالية، وما تضمنه من فنيات وأنشطة استهدفت الجوانب المعرفية والانفعالية والسلوكية لأعضاء المجموعة التجريبية، كمناقشات الأفكار اللاقعانية المرتبطة بسلوك التمرد واستبدال أفكار أخرى عقلانية بها، مما أسهم في خفض مستوى سلوك التمرد لدى أعضاء المجموعة التجريبية؛ وإلى مهارة الضبط الذاتي التي وفرت لأعضاء المجموعة التجريبية شعوراً بالقدرة على السيطرة على سلوكهم وعلى الالتزام بقواعد وتعليمات المدرسة؛ وإلى مهارة الحديث الذاتي التي أسهمت في التأثير على الجانب المعرفي لأعضاء المجموعة التجريبية من خلال تدريب الأعضاء على تغيير أنماط الحديث السلبي إلى أنماط حديث إيجابية؛ كما وفر البرنامج لأعضاء المجموعة التجريبية فرصاً للتدريب على مهارة لعب الدور وعكس الدور لمواقف مماثلة في الأسرة والمدرسة، مما كان لها دور في خفض سلوك التمرد لدى أعضاء المجموعة التجريبية. كما أسهم التعزيز الذاتي لأعضاء المجموعة التجريبية في مساعدة الأعضاء على ضبط سلوكهم وتعلمهم للسلوكيات المرغوبة، إذ ركز التعزيز على تشكيل السلوكيات المطلوبة من الأعضاء داخل المحيط الأسري والمدرسي.

كما إن المعلومات التي وفرها البرنامج الإرشادي لأعضاء المجموعة التجريبية، خلال الجلسات الإرشادية، ساعدت على وعي الأعضاء بسلوك التمرد ونتائجها السلبية على الفرد وعلى الأسرة وعلى المدرسة، مما شجعهم على الالتزام بقواعد الأسرة والمدرسة وتعليماتها، وخفض ممارسة السلوكيات المضادة لتعليمات الأسرة ولأنظمة المدرسة.

كما أن عملية الإرشاد الجمعي وفرت الفرصة لأعضاء المجموعة التجريبية التفاعل وتبادل الخبرات والأفكار، والاستفادة من الدعم والتغذية الراجعة التي قدمها الأعضاء لبعضهم بعضاً، إذ استفيد من قوة الجماعة وديناميتها في إحداث التغير المطلوب.

وقد اتفقت نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة مصطفى (2001) التي أظهرت انخفاض مستوى سلوك التمرد لدى أفراد المجموعة التجريبية بعد تعرضهم للبرنامج الإرشادي؛ ودراسة عبد الأحد (2005) التي أظهرت فاعلية البرنامج التربوي المستخدم في الدراسة في خفض مستوى التمرد النفسي لدى افرد المجموعة التجريبية؛ ودراسة المجالي (2007) التي بينت وجود أثر لبرنامج الإرشاد الجمعي في خفض سلوك التمرد لدى أفراد عينة الدراسة التجريبية من المراهقين

كما أشارت النتائج إلى وجود أثر لبرنامج الإرشاد الجمعي المستند إلى العلاج المعرفي السلوكي في خفض مستوى الاغتراب النفسي لدى أفراد المجموعة التجريبية، إذ أشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط أداء المجموعة التجريبية

ومتوسط أداء المجموعة الضابطة على الأداء البعدي لمقياس الاغتراب النفسي ككل وأبعاد فقدان المعايير، والعزلة الاجتماعية، والشعور بالعجز؛ وفقاً لمتغير البرنامج الإرشادي، وذلك لصالح المجموعة التجريبية، باستثناء بعد الالاحدف وبعد فقدان المعنى لم تظهر النتائج وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية.

ويمكن تفسير النتيجة الكلية والأبعاد ذات الدلالة بالرجوع إلى طبيعة البرنامج الإرشادي المستخدم، والفنين المستخدمة المعدة لخفض الاغتراب النفسي لدى المراهقين؛ إذ سعى البرنامج إلى تعليم الأعضاء وتدربيهم على أساليب التعرف على التشويهات المعرفية المرتبطة بالاغتراب النفسي واستبدال أفكار أخرى إيجابية بها، إذ أصبح بإمكان الأعضاء تصحيح التشويهات المعرفية والتخلص من المشاعر السلبية. وأسهمت هذه الفنين، التي تستند إلى العلاج المعرفي السلوكي والأنشطة والمواقوف التدريبية في تحقيق الهدف من البرنامج الإرشادي. كما أسهم البرنامج، من خلال إتاحة الفرصة للأعضاء في التفاعل وتبادل الخبرات والتعبير بتفاقيه والتواصل مع بقية الأعضاء، في تعزيز قدرتهم على المشاركة الاجتماعية، مما أدى إلى خفض الشعور بالاغتراب النفسي. كما ساعدت فنية لعب الدور، من خلال تعريض الأعضاء لمواقوف تشعّرهم بالاغتراب النفسي، على مناقشة التشويهات المعرفية ومراجعتها، إذ تخيل أعضاء المجموعة التجريبية بعض المواقوف التي تمثل سلوكاً حقيقياً في موقف تمثيلي، وأدوا الأدوار في جو آمن وغير ضاغط، لتحديد التشويهات المعرفية ومناقشتها ومراجعتها، ثم تقديم التغذية الراجعة للمواقف؛ وتعد هذه الفنية من الفنون الإرشادية التي تعمل على زيادة وعي الأعضاء بالمشكلة وممارسة سلوكيات جديدة.

كما أسهمت طريقة الإرشاد الجماعي، وما تحمله المجموعة الإرشادية من عناصر ترتبط بديناميات الجماعة كالمشاركة الجماعية والنقاش الجماعي والحوار بين أعضاء المجموعة التجريبية، في زيادة وعي الأعضاء بأفكارهم السلبية ومشكلاتهم، وشعور كل عضو بأنه ليس الوحيد الذي يعاني من صعوبات ومشكلات، مما أتاح الفرصة للأعضاء بفحص رؤيا جديدة لأنفسهم. ويفسر الباحث عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط أداء المجموعة التجريبية مقارنة بمتوسط أداء المجموعة الضابطة على بعدي الالاحدف وفقدان المعنى بعدم قدرة المراهق في هذه المرحلة على تكوين رؤية واضحة لما يؤمن به، وعدم قدرته على تحديد ما ينبغي أن يعتمد عليه في فهمه للأحداث والواقع، إذ يفتقر إلى الموجه والمرشد عندما يجد نفسه أمام خيارات عده، وهكذا يجد نفسه أمام اختيارات بلا معنى وبلا مغزى؛ بالإضافة إلى عدم قدرة المراهق في هذه الفترة على تحديد هدف واضح لحياته، وعدم قدرته على اتخاذ القرارات الخاصة بمستقبله لتعدد الخيارات المهنية في هذه الفترة، مما ينعكس سلباً على عدم الثبات في تحديد أهدافه.

وتنتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج الدراسات السابقة التي تناولت البرامج الإرشادية لخفض مستوى الاغتراب النفسي لدى المراهقين، كما في دراسة جروس (Gross, 2012) التي أشارت إلى فاعلية البرنامج التربوي في خفض مستوى الاغتراب النفسي لدى المراهقين الذين تلقوا البرنامج؛ ودراسة تينز (Taines, 2012) التي أشارت إلى فاعلية برنامج إرشاد جماعي في خفض مستوى الاغتراب النفسي لدى أعضاء المجموعة التجريبية؛ ودراسة زهران (2004) التي أظهرت دور برنامج الإرشاد الجماعي في خفض مشاعر الاغتراب النفسي ومعتقداته لدى أعضاء المجموعة التجريبية بعد تعرضهم للبرنامج الإرشادي.

كما أشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط الأداء البعدي لأفراد المجموعة الضابطة ومتوسط الأداء البعدي لأفراد المجموعة التجريبية على مقياس المهارات الاجتماعية الكلي وبعديه وفقاً لمتغير البرنامج الإرشادي لصالح المجموعة التجريبية، وتوضح هذه النتيجة أن مستوى المهارات الاجتماعية لدى المراهقين الذين تلقوا البرنامج الإرشادي المستند إلى العلاج المعرفي السلوكي أعلى من مستوى المهارات الاجتماعية لدى المراهقين الذين لم يتلقوا البرنامج الإرشادي.

ويعزّز الباحث هذه النتيجة إلى إتاحة الفرصة لأعضاء المجموعة التجريبية في التدريب على المهارات الاجتماعية، وتفعيل العمل الجماعي، وتنمية قدرة الأعضاء على التواصل فيما بينهم، وتعزيز قدرتهم على المشاركة الجماعية. ومساعدة الأعضاء النظر إلى المشكلات باعتبارها واقعاً من الحياة، وأن الفرد لديه القدرة على مواجهة المشكلات والتعامل معها. كما أعطى البرنامج الفرصة لأعضاء المجموعة التجريبية الحديث عن مشكلاتهم وخبراتهم بحرية ووضوح، والتفكير بالمشكلات التي يعانون منها، مما ساعدتهم الوصول إلى حلول ومقترنات مناسبة وملائمة لمشكلاتهم.

كما أسهمت الفنون والأنشطة والتدريبات المتعلقة في حل المشكلات في البرنامج الإرشادي، بمساعدة أعضاء المجموعة التجريبية، على مهارة تحديد المشكلة، وتحديد البدائل والاختيار المناسب من هذه البدائل على مشكلات من واقع الحياة وحدثت مع أعضاء المجموعة.

كما وفرت طريقة الإرشاد الجماعي، لأعضاء المجموعة التجريبية، الفرص المناسبة للتفاعل الاجتماعي، ومنحهم القدرة على

التعبير عن مشاعرهم بتلقائية وعفوية وتبادل الخبرات وتعلم مهارات ونماذج جديدة لحل المشكلات، وقدمت الدعم الاجتماعي والتغذية الراجعة فيما بينهم.

وتنقذ نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة الوهيدة (2007) التي أشارت إلى فاعلية البرنامج الإرشادي المستخدم في تنمية المهارات الاجتماعية لدى طلبة المرحلة الثانوية، ودراسة جوبلي وأودن (Kjobli & Ogden, 2014) التي أظهرت فاعلية برنامج إرشاد جمعي في تنمية المهارات الاجتماعية والكفاءة الاجتماعية لدى الأطفال والمراهقين، ودراسة أماندا وأخرون (Amanda, et al., 2009) التي أشارت إلى فاعلية برنامج إرشاد جمعي مستند على التدريب على المهارات الاجتماعية في تحسين التكيف الاجتماعي والعاطفي والسلوكي لدى المراهقين.

الوصيات:

- الاستفادة من البرنامج الإرشادي الذي يُبني في الدراسة الحالية، وتطبيقه على عينات مماثلة.
- استخدام أساليب متنوعة لخفض سلوك التمرد والاغتراب النفسي، وتنمية المهارات الاجتماعية لدى المراهقين، واستقصاء فاعليتها في دراسات مستقبلية.
- إيجاد الفرص الملائمة للمراهقين في الأسرة والمدرسة للتعبير عن حاجاتهم ومشاعرهم.
- 1- تفعيل الأنشطة اللامنهجية في المدارس، ولذلك لمساعدة الطلاب على الاندماج والمشاركة في المدرسة.

المراجع

أولاً: المراجع العربية:

- بركات، ح. (2006)، الاغتراب في الثقافة العربية، بيروت، مركز دراسات الوحدة العربية.
- جابر، ج. وكافي، ع. (1988)، مجمع علم النفس والطب النفسي، الجزء الأول، القاهرة، دار النهضة العربية.
- جابر، س. (2004)، سيكولوجيا الانحراف، مصر: دار المعرفة.
- حمدان، م. (2006)، انحرافات سلوكية للأسرة والأبناء، دمشق: دار التربية الحديثة.
- الحمداني، إ. (2011)، الاغتراب: التمرد: قلق المستقبل، (ط1)، عمان: دار صفاء.
- دبلا، خ. (2014)، دور التصدع الأسري المعنوي في ظهور الاغتراب النفسي لدى المراهق، عمان، دار جنان للنشر والتوزيع.
- زليخة، ج. (2012)، الاغتراب، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، (8): 346 - 361.
- زهران، س. (2004)، إرشاد الصحة النفسية لتصحيح مشاعر ومعتقدات الاغتراب، القاهرة، عالم الكتب.
- طبيل، ع. (2008)، بناء وتطبيق مقياس التمرد الأكاديمي لطلاب كلية التربية الرياضية في جامعة الموصل، مجلة أبحاث كلية التربية الأساسية، 8 (1)، 278-306.
- عبد الأحد، خ. (2005)، أثر برنامج تربوي في تخفيف التمرد النفسي لدى المراهقين، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الموصل، الموصل، العراق.
- عبد الرحمن، أ. (1998)، دراسات في الصحة النفسية، القاهرة، دار قباء.
- عبد الرحمن، م. (2013)، المعجم الشامل لترجمة مصطلحات علم الاجتماع وعلم النفس الاجتماعي، (ط1)، الإسكندرية: دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر.
- علوان، أ. (2011)، الذكاء الانفعالي وعلاقته بالمهارات الاجتماعية وأنماط التعليق لدى طلبة الجامعة في ضوء متغيري التخصص والنوع الاجتماعي للطلاب، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، 7 (2): 125-144.
- اللامي، أ. (2001)، أساليب المعاملة الوالدية وعلاقتها بالتمرد النفسي لدى الشباب، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة المستنصرية، العراق.
- المجالي، م. (2007)، أثر برنامج إرشادي جمعي في خفض السلوك التمردي وتنمية السلوك الانتمائي لدى المراهقين في الأردن، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة مؤتة، الكرك، الأردن.
- المدائنات، ر. (2003)، أثر التنشئة الأسرية ومفهوم الذات الأكاديمي على الاغتراب النفسي لدى تلاميذ الصف التاسع الأساسي في محافظة الكرك، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة مؤتة، الكرك، الأردن.
- مصطفى، ن. (2001)، مدى فاعلية برنامج إرشادي في تخفيف حدة سلوك التمرد لدى بعض طالبات المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة عين شمس، مصر.
- المطارنة، خ. (2000)، العلاقة بين الضغوط النفسية والتمرد لدى المراهقين وأثر كل من صفهم وجنسهم والمستوى التعليمي في ذلك، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة مؤتة، الكرك، الأردن.
- الميلاد، ع. (2004)، سيكولوجيا المراهقة، الإسكندرية، مؤسسة شباب الجامعة.

الوهيدة، ف. (2007)، فاعلية برنامج إرشادي قائم على نظرية التعلم الاجتماعي في تنمية المهارات الاجتماعية وخفض العنف لدى طلبة المرحلة الثانوية العامة بدولة الكويت، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة عمان العربية للدراسات العليا، عمان، الأردن.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

- Amanda, H., Sterett, M. and Melissa, D. (2009). Improving the Social-Behavioral Adjustment of Adolescents The Effectiveness of a Social Skills Group Intervention, *Child Fam Stud*, 18(4): 378–387.
- Bell, A. and Dzurilla, T. (2009). The Influence of Social Problem-Solving Ability on the Relationship Between Daily Stress and Adjustment. *Cogn Ther Res*, 33, 439–448.
- Benjamin, Dobbeck. (2000). *Modem Parents and Postmodern Adolescents Conflicts and Solutions: A Theoretical Model*, Unpublished Doctoral Dissertation, George Fox University, George.
- Beverley, H., Johns, E., Paula, C. and Eleanor, G. (2012) The Central Role of Teaching Social Skills, *Counseling and human development*, 44(8): 1-8.
- Calabrese, R. and Adams, J. (1998) Alienation: A Cause of Juvenile Delinquency, *Adolescence*, 25(98): 435-435.
- Cheryl, H. (2004). Alienation: A Concept for Understanding Low-Income, Urban Clients. *Journal of Humanistic Counseling*, 43 (2), 188- 196.
- Clare, S. Melissa, R. and Galena, R. (2007, Family Emotional Processes and Adolescents' Adjustment. *Social Development*, 16 (2), 310-325.
- Dowd, M., Milne, K. and Wise, S. (1991). The Therapeutic Reactance Scale: Measure of Psychological Reactance. *Journal of Counseling and Development*, 69, 541-545.
- Frydenberg, E. and Lewis, R. (2009). The Relationship Between Problem-Solving Efficacy and Coping Amongst Australian Adolescents. *British Journal of Guidance and Counselling*, 37 (1), 51-64.
- Gross, R. (2012). The Effects of an Adventure Education Program on Perception of Alienation and Personal among At-Risk Adolescents, *Journal of the Experiential Education*, 25(1): 247-254.
- Hohendorff, V., Couto, C. and Prati, E. 2013. Social Skills in Adolescence: Psychopathology and Sociodemographic Variables, *Estudos de Psicologia*, 20(2): 151-160.
- Hong, S. and Ostini, R. (1989). Furher Evaluation of Merz Psychological Reactance Scale, *Psychological Repots*, (64), 707- 710.
- Joseph, M., Alvaro, B., Claude, M. and John, H. (2003). Adolescent Reactance and Anti-Smoking Campaigns: A Theoretical Approach. *Health Communication*, 15(3): 349-366.
- Justin, W. and Andrew G. (2009). Rebel without a (Conscious) Cause: Priming a Nonconscious Goal for Psychological Reactance, *Basic and Applied Social Psychology*, 31, 9–16.
- Killen, M. (2011). *Social development in Childhood and Adolescence: A Contemporary Reader*, UK, Wiley-Blackwell.
- Kjobli, J. and Ogden, T. (2014). A Randomized Effectiveness Trial of Individual Child Social Skills Training: Six-Month Follow-Up, *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 8(1): 28-47.
- Lacourse, E., Villeneuve, M. and Claes, M. (2003). Theoretical Structure of Adolescent Alienation: a Multigroup Confirmatory Factor Analysi, *Adolescence*, 38 (152): 639-650.
- Malinauska, R., Dumciene, A. and Lapeniene, D. (2014). Social Skills and Life Satisfaction of Lithuanian First- and Senior-Year University Students, *Social Behavior and Personality*, 42 (2): 285-294.
- Mau, Rosalind. (1992). The Validity and Devolution of a Concept: Student Alienation, *Adolescence*, 27(107): 731-742.
- Newman, B. and Newman, P. (2011) Group Identity and Alienation: Giving its Due, *Journal of Youth and Adolescence*, 30(5): 515- 538.
- Norberg, Jermund. (2010). *The Historical Foundations of Conduct Disorderm*. Unpublished Thesis Dissertation, Universitetas Osloensis, Mdccxvi.
- Paul, Frick. (2012). Developmental Pathways to Conduct Disorder: Implications for Future Directions in Research, Assessment, and Treatment, *journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 41(3): 378–389.
- Qin, Z. and David, S. (2013). Psychological Reactance and Resistance Intention in the Classroom: Effects of Perceived Request Politeness and Legitimacy, Relationship Distance, and Teacher Credibility, *Communication Education*, 62(1): 1-25
- Quinn, M., Kavale, A., Mathur, R., Rutherford, B. and Forness, R. (1999) A meta-analysis of Social Skill Interventions for Students with Emotional or Behavioral Disorders, *Journal of Special Education*, 7(1), 54-64.
- Schabracq, M. and Cooper, C. (2003). To be me or not to be About Alienationm *Counselling Psychology Quarterly*, 16(2): 53-79.

- Schulz, Lise. (2011). Targeting School Factors that Contribute to Youth Alienation: Focused School Counseling Programs, *Journal of Instructional Psychology*, 38(2): 75-83.
- Shoho, A., Petrisky, R. (1996). *The Rural School Environment and Its Effect on Adolescent Alienation*. The Annual Meeting of the American Educational Research Association, New York, April 1996, 8-12.
- Sonnentag, T. and Barnett, T. (2015). Role of Moral Identity and Moral Courage Characteristics in Adolescents' Tendencies to Be a Moral Rebel, *Ethics and Behavior*, 5(2): 1-23.
- Stenner, P. and Marshall, H. (1995) A Q Methodological Study of Rebelliousness, *European Journal of Social Psychology*, 25(6): 621-636.
- Taines, C. (2012). Intervening in Alienation: The Outcomes for Urban Youth of Participating in School Activism, *American Educational Research Journal*, 49(1): 53-86.
- Tuker, A. (2009). Adventure-Based Group Therapy to Promote Social Skills in Adolescents, *Social Work With Groups*, 32(4): 315-329.

The Effectiveness of a Cognitive–Behavioral Program in Decreasing Rebellion Behavior and Psychological Alienation and Improving Social Skills among Adolescents

Ahmed D. Talahmeh, Mohammed N. Hamdi *

ABSTRACT

This study aims at examining the effectiveness of a cognitive-behavioral program in decreasing rebellion behavior and psychological alienation, and improving social skills among students. In order to achieve the purposes of the study, the researcher selected intentional sample consisting of (30) tenth and eleventh-grade students at Yarmouk University Model School according to their scores on the study scales. The sample was randomly distributed into two groups: Experimental group included (15) students who were exposed to the counseling program based on a cognitive-behavioral treatment with nineteen one-hour sessions within six weeks; and a control group that included (15) students who have not been exposed to any counseling program. The researcher used the scales of rebellion behavior, psychological alienation and social skills. The study results showed that there were statistically significant differences between the experimental and control groups in terms of the post-measurement of rebellion behavior scale and its dimensions, in favor the experimental group. They also showed that there were statistically significant differences between the two groups on the scale of psychological alienation at three dimensions: Normlessness, powerlessness and meaninglessness, in favor the experimental group. Moreover, the study showed that there were statistically significant differences on the scale of social skills with two dimensions in favor of the experimental group, which indicates the effectiveness of the counseling program.

Keywords: Cognitive-behavioral program, Rebellion behavior, Psychological alienation, Social skills, Students.

* Model School, Yarmouk University, Irbid. Jordan (1). Faculty of Educational and Psychological Sciences, Amman Arab University, Jordan (2). Received on 29/08/2016 and Accepted for Publication on 16/01/2017.