

## فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض سلوك التمرد والاعترا ب 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 والاعترا ب النفسي وتنمية المهارات الاجتماعية لدى المراهقين. ولتحقيق أهداف الدراسة تم اختيار عينة قصدية مكونة من (30) مراهقاً من الصفين العاشر الأساسي 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 الاعترا ب النفسي، ومقياس المهارات الاجتماعية.

وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على الدرجة الكلية لمقياس سلوك التمرد وأبعاده لصالح المجموعة التجريبية، ووجود فروق دالة إحصائية على الدرجة الكلية لمقياس الاعترا ب النفسي وعلى ثلاثة أبعاد للمقياس، هي: فقدان المعايير، والعزلة الاجتماعية، والشعور بالعجز، لصالح المجموعة التجريبية، ولم تظهر فروق على بعدي 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، الاعترا ب النفسي، المهارات الاجتماعية، المراهقين.

### المقدمة

تعد مرحلة المراهقة "Adolescence" من المراحل المهمة في حياة الإنسان، إذ ينتقل الفرد خلالها من الطفولة إلى الرشد. وبصاحب مرحلة الانتقال تغيرات عدة في المظاهر الجسدية، والمعرفية، والانفعالية، والاجتماعية؛ كما أنها فترة من الخبرات، والمسؤوليات، والعلاقات الجديدة، مع الراشدين والرفاق؛ فهي مرحلة تغير كلي وشامل 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 النمائية الأخرى، وأكثر ما يميزها النزعة إلى الاستقلال الذاتي؛ ومحاولة المراهق التوفيق بين حاجاته الأساسية وما يسود الأسرة، والمدرسة، والمجتمع من عادات، وتقالي د، 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.

وتتعدد التعاريف التي فسرت سلوك التمرد، إلا أن معظمها يتفق على أنه شكل من أشكال الاحتجاج الصريح والمعلن تجاه السلطة. فيعرف سوننتج وبارنت (Sonnentag & Barnett, 2015) سلوك التمرد باتخاذ الفرد موقفاً رافضاً للوضع القائم والحالي، والميل لإتباع القناعات الشخصية للقيام بالسلوكيات الممنوعة على الرغم من الضغوط الاجتماعية لرفض القيام بذلك. وعرف كوين وديفد (Qin & David, 2013) سلوك التمرد بحالة نفسية تحفيزية تُثار 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 للمراهقين أنفسهم ولأسرهم وللمعلمين ولأصدقائهم، مما يؤثر في قدرتهم على التكيف مع الآخرين ويصبحون أكثر عرضه لمجموعة واسعة من المشكلات الاجتماعية والنفسية. ويرى بنيجامن (Benjamin, 2000) أن هناك بعض المعتقدات الخاطئة لدى المراهقين التي تسهم في سلوك التمرد لديهم، كرفضهم تدخل الآخرين في حياتهم، وعندما ينظر المراهق إلى الخبرات التي لا تتسق مع مكوناته المعرفية على أنها تهديد لذاته، ولهذا ينكر الإدراك الذي لا يتفق مع مفاهيمه، وكلما زاد إدراك الفرد لوجود التهديد لجأ إلى استخدام وسائل تشوه الحقائق التي تتعارض مع فكرته عن ذاته.

ويحدد بول (Paul, 2012) أن هناك عوامل عدة تؤدي إلى سلوك التمرد لدى المراهقين، تتمثل بتأثر المراهق بالأصدقاء المنحرفين، وضعف الإشراف من قبل الوالدين، وعدم توفر الدعم اللازم للمراهق من قبل المؤسسات وخاصة المدرسة، والسمات الشخصية للمراهق الراضية للوضع التقليدي وللثقافة.

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

وقد أشار بركات (2006) إلى أن سلوك التمرد والعمل على تغيير الواقع، ومواجهة المجتمع، والخروج على معايير وقيمه، والسعي لتغييره 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 والتربية وعلماء الاجتماع، لما له من أهمية في حياة الفرد، وبصفته 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 بانهايار أية علاقات اجتماعية، أو بين شخصية (جابر وكفاقي، 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 وكوبر (Schabracq & Cooper, 2003) إلى أن الاغتراب النفسي يؤدي إلى اضطراب العلاقة بين الفرد وذاته، وبين الفرد وبيئته، بحيث يصبح غريباً عن ذاته وسلوكه ونشاطاته ويصاحبه الشعور باليأس والحزن وفقدان المعنى وصولاً إلى فقدان المشاعر بشكل تام، وانعدام التعابير العاطفية.

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

ويشير نيومان و نيومان (Newman & Newman, 2011) إلى أن مرحلة المراهقة 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 المراهقين الشعور بالعجز "Power Lessness": ويتمثل بشعور الفرد بعدم قدرته السيطرة والتأثير على الأحداث والمواقف 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 والوقائع المحيطة به فقدت معناها ودلالاتها (الحمداني، 2001). واللامعيارية "Normlessness" وهي حال ذهنية أو عقلية للفرد لا يتوافر فيها مستويات للحكم على الأشياء سوى الاهتمام بمطالبه الذاتية، ولا يبدى أي اهتمام بالالتزام 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 وتتبنى مفاهيم ومبادئ مخالفة، مما يجعله غير قادر على مسايرة الأوضاع القائمة. وقد يعاني 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 تنمية 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 ولابنين (Malinauska & Dumciene & Lapeniene, 2014) المهارات الاجتماعية من أهم المؤشرات على الكفاية الاجتماعية للمراهق. وقد أشار كوين كافل وموثر ورثيفورد وفورنس (Quinn & Kavale & Mathur & Rutherford & Forness, 1999) إلى المهارات الاجتماعية بقدرة الفرد على فهم الانفعالات والأفكار والسلوكيات الخاصة به وبالأخرين، والقدرة على التصرف بناءً على هذا الفهم، وقدرة الفرد على التكيف وفقاً للسياق الاجتماعي المحيط به. ويحدد بيفرلي وجونز وباول وإيلنر (Beverley & Johns & Paula & Eleanor, 2012) المهارات الاجتماعية بامتلاك الفرد لأنماط سلوكية مقبولة اجتماعياً تتيح له الفرصة الحصول على القبول والدعم الاجتماعي. ويرى تيوكر (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 ودزيريل (Bell & Dzurilla, 2009) إلى أن أسلوب حل المشكلات يتضمن خطوات عدة، هي التعرف على المشكلة تحديد المشكلة استكشاف وتوليد البدائل تنفيذ الخطة النظر إلى النتائج.

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

ويشير هوندروف و كوتو 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 العدوان، والصراع مع السلطات

ويرى بيفرلي وجونز وبولو وإيلنر (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 ينتج 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 تحد 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 والمجتمع. ويؤدي هذا التمرد إلى تأزم العلاقات مع ممثلي الأنا 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 وبيئته، بحيث يصبح غريباً عن ذاته وسلوكه ونشاطاته.

ومن هنا، تأتي الحاجة إلى تعليم المراهقين المهارات الاجتماعية التي تساعد 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 عمرية مهمة، وهي مرحلة المراهقة، التي تتسم بالكثير من المشكلات السلوكية والنفسية والاجتماعية. وتناولها مشكلتي سلوك التمرد والاغتراب النفسي عند المراهقين، لما لهما من تأثيرات سلبية تعود على المراهق نفسه، وعلى البيئة المحيطة به، كالأُسرة 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 تُتيح 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). ويُعبر 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). ويُعبر 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 مواقف التفاعل الاجتماعي (علوان، 2011). ويُعبر 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 تمتد 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 اليرموك.
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 اليرموك.
4. أدوات الدراسة: تحدد 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 الاحد (2005) بدراسة بعنوان "أثر برنامج تربوي في تخفيف التمرد النفسي لدى المراهقين"، وقد تكونت عينة البحث من (78) مراهقاً من كلا الجنسين من جامعة الموصل ورَّعوا على المجموعتين الضابطة والتجريبية، ولتحقيق أهداف الدراسة، أعدت الباحثة برنامجاً تربوياً جمعياً لتخفيف 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 المجالي (2007) هدفت إلى استقصاء أثر برنامج جمعي في خفض السلوك التمردية 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 ورَّعوا على المجموعتين الضابطة والتجريبية؛ وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة 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، وزعوا على المجموعتين التجريبية والضابطة، ولتحقيق أهداف الدراسة تم بناء برنامج إرشاد جمعي عقلائي انفعالي سلوكي مكون من (16) جلسة استُخدم فيها أساليب المحاضرة، والمناقشة، والمجادلة، والواجبات البيتية، والتخيل 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 وزعوا على مجموعتين هما: الضابطة وعددها (21) مراهقاً، والتجريبية وعددها (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، ورَّعوا على المجموعتين التجريبية والضابطة، وأشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في تنمية المهارات الاجتماعية وخفض العنف لدى الطلبة وذلك لصالح المجموعة التجريبية تعزى لتطبيق البرنامج الإرشادي.

وأجرى أماندا وستريت وميلسا (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، وزعوا إلى مجموعتين: المجموعتين 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 (Kjobli & Ogden, 2014) التي أجريت للتحقق من فاعلية برنامج في التدريب على المهارات الاجتماعية لدى الأطفال والمراهقين، وتكونت عينة الدراسة من (198) طفلاً ومراهقاً من النرويج وزعوا إلى مجموعتين عشوائياً: مجموعة تجريبية وعددها (99) طفلاً ومراهقاً، تلقت البرنامج التدريبي لمدة (10) جلسات تدريبية استند إلى العلاج المعرفي السلوكي، إذ دُرِّب الأطفال والمراهقين على مهارة حل المشكلات، ومهارة إدارة الغضب، ومهارة التنظيم العاطفي؛ ومجموعة ضابطة عددها (99) طفلاً ومراهقاً لم تتلق 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 أشارت نتائج الدراسات التي اهتمت بالاغتراب النفسي إلى فاعلية البرامج الإرشادية في خفض الاغتراب النفسي لدى المراهقين. كما أشارت نتائج الدراسات التي تناولت المهارات الاجتماعية إلى فاعلية استخدام البرامج الإرشادية في تنمية المهارات الاجتماعية لدى المراهقين. ومن خلال ما عُرض 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 طُبِّقت 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 وُزِعَ أفراد عينة الدراسة عشوائياً إلى مجموعتين: مجموعة تجريبية عدد أفرادها (15) طالباً، تلقت 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) المتوفر في دراسة (Shen & Dillard, 2005)، ومقياس (Stenner & Marshall, 1995)، ومقياس اللامي (2001)، ومقياس المطارنه (2000)، ومقياس المجالي (2007). تُوصَل إلى مقياس مُكون 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 طُلب 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 (0.90-0.93). كما تم حساب معاملات الارتباط البينية للأبعاد وقد تراوحت بين (0.72-0.78).

#### ثبات المقياس:

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) مراهقاً؛ ولأغراض التحقق من ثبات الإعادة لمقياس الدراسة ككل وأبعاده، فقد أُعيد التطبيق على العينة الاستطلاعية بطريقة الاختبار وإعادة (Test-Retest) بفاصل زمني مقداره أسبوعان بين التطبيقين الأول والثاني، وحُسب باستخدام معامل ارتباط بيرسون بين التطبيقين الأول والثاني على العينة الاستطلاعية، إذ تبين أن ثبات الاتساق الداخلي لمقياس الدراسة الكلي قد بلغت قيمته (0.93) ولأبعاده تراوحت بين (0.87-0.79)، في حين أن ثبات الإعادة لمقياس الدراسة الكلي قد بلغت قيمته (0.83) ولأبعاده تراوحت بين (0.87-0.82).

معيّار تصحيح مقياس سلوك التمرد:

لتصحيح مقياس سلوك التمرد تم اعتماد النموذج الإحصائي ذو التدرّج 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 (Jacourse & Villeneuve & Claes, 2003)، ومقياس (Mau, 1992)، ومقياس المدائنات (2003). تُوصّل إلى مقياس مكون من (50) فقرة موزعة على خمسة أبعاد، هي: بعد اللاهدف 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 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 طُلب منهم إبداء الرأي حول دقة محتوى المقياس. وقد عدل المحكمون نصوص (14) فقرة من وحذفوا فقرة واحدة وبذلك أصبح عدد فقرات المقياس في صورته النهائية بعد التحكيم (49) فقرة. موزعة على خمسة أبعاد، هي: بعد اللاهدف 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) مراهقاً من الصفين 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 المقياس:

لأغراض التحقق 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) مراهقاً؛ ولأغراض التحقق من ثبات الإعادة لمقياس الدراسة ككل وأبعاده، فقد أُعيد التطبيق على العينة الاستطلاعية بطريقة الاختبار وإعادة (Test-Retest) بفاصل زمني مقداره أسبوعان بين التطبيقين الأول والثاني، وحُسب باستخدام معامل ارتباط بيرسون بين التطبيقين الأول والثاني على العينة الاستطلاعية، إذ تبين أن ثبات الاتساق الداخلي لمقياس الدراسة الكلي قد بلغت قيمته (0.90) ولأبعاده تراوحت بين (0.79-0.71)، في حين أن ثبات الإعادة لمقياس الدراسة الكلي قد بلغت قيمته (0.80) ولأبعاده تراوحت بين (0.76-0.72).

**معيّار تصحيح مقياس الاغتراب النفسي:**

لتصحيح مقياس الاغتراب النفسي تم اعتماد النموذج الإحصائي ذو التدرج المطلق بهدف إطلاق الأحكام على الأوساط الحسابية الخاصة بمقياس 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: مقياس المهارات الاجتماعية:**

بعد الرجوع إلى الأدب النظري والدراسات السابقة ذات الصلة بالمهارات الاجتماعية، هي: مقياس عبد الرحمن (1998)، ومقياس الوهيد (2007) تُوصل إلى مقياس 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 لمقياس المهارات الاجتماعية وبعديه، 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 طُلب منهم إبداء الرأي حول دقة محتوى المقياس. وقد حذف المحكمون فقرة واحدة وبذلك أصبح عدد فقرات المقياس 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 لمقياس المهارات الاجتماعية 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 الاغتراب النفسي مع المقياس ككل إذ تراوحت بين (0.79-0.93)، وأن قيم معاملات الارتباط البينية لأبعاد مقياس الدراسة قد بلغت (0.51).

**ثبات المقياس:**

لأغراض التحقق من ثبات الاتساق الداخلي لمقياس المهارات الاجتماعية ككل وبعديه، حُسب باستخدام معادلة كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha) على بيانات التطبيق الأول للعينة الاستطلاعية المكونة من (50) مراهقاً؛ ولأغراض التحقق من ثبات الإعادة لمقياس الدراسة ككل وأبعاده، فقد أُعيد التطبيق على العينة الاستطلاعية بطريقة الاختبار وإعادته (Test-Retest) بفصل زمني مقداره أسبوعان بين التطبيقين الأول والثاني، وحُسب باستخدام معامل ارتباط بيرسون بين التطبيقين الأول والثاني على العينة الاستطلاعية، إذ تبين ثبات الاتساق الداخلي لمقياس الدراسة الكلي قد بلغت قيمته (0.80) ولبعديه تراوحت بين (0.79-0.80)، في حين أن ثبات الإعادة لمقياس الدراسة الكلي قد بلغت قيمته (0.77) ولبعديه تراوحت بين (0.76-0.86).

**معيّار تصحيح مقياس المهارات الاجتماعية:**

لتصحيح مقياس المهارات الاجتماعية تم اعتماد النموذج الإحصائي ذو التدرج المطلق بهدف إطلاق الأحكام على الأوساط الحسابية الخاصة بمقياس 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" والنموذج المعرفي 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 والاعتراّب 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 والفنيات المستخدمة أبرزها: سجل الأفكار التلقائية والأفكار اللاعقلانية، والواجبات المنزلية، والتخيل، 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 مقترحات المحكمين.

وفيما 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 يتدرب 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 الاعتراّب النفسي وأبعاده.

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

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

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

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

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

الجلسة الخامس عشرة: هدفت هذه الجلسة إلى تدريب الأعضاء على تحديد التشويّهات 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 المقياس البعدي 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 ممن 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 وعددهم 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 2015/9/5 إلى 2015/10/15. في حين لم يتلق أعضاء المجموعة الضابطة أية معالجة.
- بعد انتهاء تطبيق البرنامج الإرشادي طبق الباحثان مقاييس الدراسة على أعضاء المجموعتين التجريبية والضابطة بهدف القياس البعدي لمتغيرات الدراسة.

### منهج الدراسة والمعالجة الإحصائية:

اعتمد المنهج شبه التجريبي للمجموعتين التجريبية والضابطة في هذه الدراسة، وذلك لاستقصاء أثر برنامج إرشادي جمعي في خفض سلوك التمرد والاغتراب النفسي، وفي تنمية المهارات الاجتماعية لدى المراهقين. وللتحقق 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 التابعة: 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		القبلي		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 المعدلة لأداء عينة الدراسة 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 (2،3) يوضحان ذلك.

### الجدول (2)

تحليل التباين الأحادي المشترك المتعدد لأثر البرنامج على أبعاد سلوك التمرد

الدلالة الإحصائية	قيمة ف	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	البعد	مصدر التباين
.000	51.060	2.186	1	2.186	بعد المعلمين بعدي	المعلمين القبلي (المشترك)
.003	10.483	.985	1	.985	بعد الأسرة بعدي	الأسرة القبلي (المشترك)
.000	33.134	1.387	1	1.387	بعد الأنظمة المدرسية بعدي	الأنظمة المدرسية القبلي (المشترك)
.000	348.520	14.922	1	14.922	بعد المعلمين بعدي	الطريقة
.000	110.952	10.427	1	10.427	بعد الأسرة بعدي	هوتلنج = 17.527
.000	223.802	9.369	1	9.369	بعد الأنظمة المدرسية بعدي	ح = 0.000
		.043	27	1.070	بعد المعلمين بعدي	الخطأ
		.094	27	2.349	بعد الأسرة بعدي	
		.042	27	1.047	بعد الأنظمة المدرسية بعدي	
			29	20.297	بعد المعلمين بعدي	الكلية
			29	13.623	بعد الأسرة بعدي	
			29	12.027	بعد الأنظمة المدرسية بعدي	

يتبين 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 لمقياس سلوك التمرد

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة الإحصائي (ف)	الدلالة الإحصائية (ح)
الاختبار القبلي (المشترك)	2.069	1	2.069	64.387	.000
الطريقة	11.966	1	11.966	372.422	.000
الخطأ	.867	27	.032		
الكللي المعدل	13.340	29			

يتبين من الجدول (3) وجود فروق ذات دلالة إحصائية ( $\alpha = 0.05$ ) تعزى لأثر البرنامج، حيث بلغت قيمة ف 372.422 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 لمقياس 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 لمقياس 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 اللاهدف
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	مقياس 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)، وبيان 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

الدلالة الإحصائية	قيمة ف	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	البعد	مصدر التباين
.468	.546	.223	1	.223	اللاهدف بعدي	اللاهدف القبلي (المشترك)
.408	.712	.274	1	.274	فقدان المعنى بعدي	فقدان المعنى القبلي (المشترك)
.003	10.612	2.514	1	2.514	فقدان المعايير بعدي	فقدان المعايير القبلي (المشترك)
.095	3.034	.986	1	.986	العزلة الاجتماعية بعدي	العزلة الاجتماعية القبلي (المشترك)
.389	.772	.263	1	.263	الشعور بالعجز بعدي	الشعور بالعجز القبلي (المشترك)
.237	1.474	.602	1	.602	اللاهدف بعدي	الطريقة
.072	3.549	1.369	1	1.369	فقدان المعنى بعدي	هوتلنج = 2.614
.000	21.785	5.161	1	5.161	فقدان المعايير بعدي	ح = 0.000
.004	10.456	3.399	1	3.399	العزلة الاجتماعية بعدي	
.003	10.779	3.668	1	3.668	الشعور بالعجز بعدي	
		.409	27	9.398	اللاهدف بعدي	الخطأ
		.386	27	8.870	فقدان المعنى بعدي	
		.237	27	5.449	فقدان المعايير بعدي	
		.325	27	7.476	العزلة الاجتماعية بعدي	
		.340	27	7.827	الشعور بالعجز بعدي	
			29	10.666	اللاهدف بعدي	الكلية
			29	11.163	فقدان المعنى بعدي	
			29	13.933	فقدان المعايير بعدي	
			29	12.590	العزلة الاجتماعية بعدي	
			29	12.222	الشعور بالعجز بعدي	

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

### الجدول (6)

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

الدلالة الإحصائية (ح)	قيمة الإحصائي (ف)	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين
.344	.926	.232	1	.232	الاختبار القبلي (المشترك)
.005	9.380	2.353	1	2.353	الطريقة
		.251	27	6.772	الخطأ
			29	9.127	الكلية المعدل

يتبين من الجدول (6) وجود فروق ذات دلالة إحصائية ( $\alpha = 0.05$ ) تعزى لأثر البرنامج، حيث بلغت قيمة ف 9.380 بدلالة 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	البُعدي		القبلي		المجموعة	
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
15	3.49	.471	3.48	.262	2.29	تجريبية	بعد حل المشكلات
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	التعبير عن المشاعر
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	مقياس المهارات الاجتماعية الكلية
15	2.29	.398	2.31	.184	2.54	ضابطة	
30	2.90	.704	2.90	.204	2.50	المجموع	

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 بُعدي مقياس المهارات الاجتماعية

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

يتبين من الجدول (8) وجود فروق ذات دلالة إحصائية ( $\alpha = 0.05$ ) تعزى لأثر البرنامج في بُعدي مقياس المهارات الاجتماعية، وجاءت الفروق لصالح المجموعة التجريبية.

### الجدول (9)

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

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة الإحصائي (ف)	الدلالة الإحصائية (ح)
الاختبار القلي (المشترك)	.216	1	.216	1.586	.219
الطريقة	10.675	1	10.675	78.357	.000
الخطأ	3.678	27	.136		
الكل المعدل	14.369	29			

يتبين من الجدول (9) وجود فروق ذات دلالة إحصائية ( $\alpha = 0.05$ ) تعزى لأثر البرنامج حيث بلغت قيمة ف 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 البعدي بعد تطبيق البرنامج الإرشادي المستند إلى العلاج المعرفي السلوكي، مما يشير إلى أن البرنامج الإرشادي ساعد في خفض سلوك التمرد لدى المراهقين بأبعاده الثلاثة: المعلمين، والأسرة، والمدرسة؛ ودرجته الكلية، مما يدل على كفاءة البرنامج الإرشادي وأثره الإيجابي في خفض سلوك التمرد لدى أفراد المجموعة التجريبية.

ويعزو الباحث انخفاض مستوى سلوك التمرد لدى أفراد المجموعة التجريبية إلى طبيعة البرنامج الإرشادي المستخدم في الدراسة الحالية، وما تضمنه من فنيات وأنشطة استهدفت الجوانب المعرفية والانفعالية والسلوكية لأعضاء المجموعة التجريبية، كمناقشة الأفكار اللاعقلانية المرتبطة بسلوك التمرد واستبدال أفكار أخرى عقلانية بها، مما أسهم في خفض مستوى سلوك التمرد لدى أعضاء المجموعة التجريبية؛ وإلى مهارة ضبط الذات 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 وفرتها البرنامج الإرشادي لأعضاء المجموعة التجريبية، خلال الجلسات الإرشادية، ساعدت على وعي الأعضاء بسلوك التمرد ونتائجه 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 أفراد 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 الاعترا ب النفس 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 اللاهدف 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، والفنيات المستخدمة المعدة لخفض الاغتراب النفسي لدى المراهقين؛ إذ سعى البرنامج إلى تعليم الأعضاء وتدريبهم على أساليب التعرف على التشويهاات المعرفية المرتبطة بالاغتراب النفسي واستبدال أفكار أخرى إيجابية بها، إذ أصبح بإمكان الأعضاء تصحيح التشويهاات المعرفية والتخلص من المشاعر السلبية. وأسهمت هذه الفنيات، التي تستند إلى العلاج المعرفي السلوكي والأنشطة والمواقف التدريبية في تحقيق الهدف من البرنامج الإرشادي. كما أسهم البرنامج، من خلال إتاحة الفرصة للأعضاء في التفاعل وتبادل الخبرات والتعبير بتلقائية 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 لمواقف تشعرهم بالاغتراب النفسي، على مناقشة التشويهاات المعرفية ومراجعتها، إذ تخیل أعضاء المجموعة التجريبية بعض المواقف التي تمثل سلوكاً حقيقياً في موقف تمثيلي، وأدوا الأدوار في جو آمن وغير ضاغط، لتحديد التشويهاات المعرفية ومناقشتها ومراجعتها، ثم تقديم التغذية الراجعة للمواقف؛ وتعد هذه الفنية من الفنيات الإرشادية التي تعمل على زيادة وعي الأعضاء بالمشكلة وممارسة سلوكيات جديدة.

كما أسهمت طريقة الإرشاد الجمعي، 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 اللاهدف 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 والوقائع، إذ يفتقر إلى الموجه والمرشد عندما يجد نفسه أمام خيارات عدة، 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.

وتتفق 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 جمعي في خفض مستوى الاغتراب النفسي لدى أعضاء المجموعة التجريبية؛ ودراسة زهران (2004) التي أظهرت دور برنامج الإرشاد الجمعي 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 الكلية 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.

ويعزو 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 ساعدهم الوصول إلى حلول ومقترحات مناسبة وملائمة لمشكلاتهم.

كما أسهمت الفنيات 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 الجمعي، لأعضاء المجموعة التجريبية، الفرص المناسبة للتفاعل الاجتماعي، ومنحتهم القدرة على



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

وتتفق 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 وآخرون (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.

#### التوصيات:

- الاستفادة من البرنامج الإرشادي الذي بُني في الدراسة الحالية، وتطبيقه على عينات مماثلة.
- استخدام أساليب متنوعة لخفض سلوك التمرد والاعترا ب 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 اللا منهجية 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. وكفاي، ع. (1988)، معجم علم النفس والطب النفسي، الجزء الأول، القاهرة، دار النهضة العربية.
- جابر، س. (2004)، سسيولوجيا 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.
- دبلة، 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.
- طيبيل، 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 لندنيا الطباعة والنشر.
- علوان، أ. (2011)، الذكاء الانفعالي وعلاقته بالمهارات الاجتماعية وأنماط التعلق لدى طلبة الجامعة في ضوء متغيري التخصص والنوع الاجتماعي للطالب، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، (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 التمرد وتتمية السلوك الانتمائي لدى المراهقين في الأردن، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة مؤتة، الكرك، الأردن.
- المدان، 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 Analysis, 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 Osloensim, Mdcccxix.
- 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.