

فاعلية برنامج توجيه جمعي محوسب للتدريب على إدارة الغضب في خفض السلوك العدواني لدى طلبة الصف السادس

وسام حسين علي الحساننة، نسيمه علي داود*

ملخص

هدفت الدراسة الحالية إلى استقصاء أثر برنامج توجيه جمعي محوسب للتدريب على إدارة الغضب في خفض السلوك العدواني لدى طلبة الصف السادس. تكونت عينة الدراسة من (54) طالباً موزعين في شعبتين من طلاب الصف السادس في مدرسة موسى بن نصير الأساسية للبنين التابعة لمديرية تربية لواء قصبه عمان خلال الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي 2013/2014.

تم توزيع الشعبتين عشوائياً إلى مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة. خضع المشاركون في المجموعة التجريبية وعددهم (27) طالباً لبرنامج توجيه جمعي محوسب للتدريب على إدارة الغضب مكون من (12) حصة تدريبية ولمدة ستة أسابيع. ولم يتعرض أفراد المجموعة الضابطة والبالغ عددهم (27) طالباً لأي تدريب. وأجاب المشاركون في المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس السلوك العدواني قبل وبعد تطبيق البرنامج التدريبي وفي قياس المتابعة للمجموعة التجريبية. وقد أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد المجموعة التجريبية والضابطة، إذ انخفضت درجات المجموعة التجريبية على مقياس السلوك العدواني مقارنةً بالمجموعة الضابطة. كما أظهرت نتائج قياس المتابعة استمرارية تأثير البرنامج التدريبي في خفض السلوك العدواني بعد انتهاء التدريب.

الكلمات الدالة: برنامج توجيه جمعي محوسب، التدريب على إدارة الغضب، السلوك العدواني.

المقدمة

النتائج أن هناك (42,981) ممارسة عنف مسجلة في المدارس الحكومية، وأن نسبة شيوع سلوك العنف بين الطلبة بلغت (38%). وأن العنف الذي يمارسه الذكور أشد وأكثر إنتشاراً مقارنة بالإناث، وأن نسبة شيوع السلوك العدواني تتزايد بازدياد مستوى الصف من الأول وحتى الصف السادس الأساسي، الذي ظهرت بين طلابه أعلى نسبة شيوع للسلوك العدواني.

وقد قامت إدارة الدراسات والبحوث في وزارة التربية والتعليم الأردنية بإجراء دراسة مسحية في العام الدراسي (2005/2006) هدفت إلى الكشف عن أشكال سلوك العنف والعدوان في المدارس الحكومية. طبقت الدراسة على عينة من (288) مدرسة من مدارس وزارة التربية والتعليم في جميع مديريات التربية والتعليم في الأردن وتم اختيار العينة بطريقة العينة الطبقية. وأظهرت النتائج أن العدوان بين الطلبة قد احتل المرتبة الأولى في متوسط الانتشار بين أنماط العدوان، وأن العدوان اللفظي كان الأكثر انتشاراً في المجتمع المدرسي تلاه الاعتداء بالضرب على الزملاء، كما أن نسبة تكرار العنف في مدارس الذكور أعلى منها في مدارس الإناث (وزارة التربية والتعليم، 2007).

وكشفت إحصائية لوزارة التربية والتعليم الأردنية عن وقوع (2171) حادثة عنف واعتداء في مدارس الوزارة خلال العام

يقوم الأطفال أحيانا بسلوكات لا اجتماعية كالعدا والكنب والسرقة والعدوان. ويتضمن العدوان الشجار والعراك البدني، واستنارة الآخرين لفظياً أو جسدياً، وتخريب ممتلكاتهم. ويعتبر السلوك العدواني مشكلة لما له من آثار سلبية على حياة الأفراد، سواء أكانوا معتمدين أو ضحايا العنف والعدوان.

والسلوك العدواني مشكلة تواجهها المؤسسات التربوية والتعليمية ويشكل عبئاً ثقيلًا على كاهل العاملين في هذه المؤسسات فهو مشكلة جدية للمعلمين والمرشدين التربويين والآباء وإدارات المدارس والطلبة على حد سواء (Larson and Lochman, 2011).

وقد أشارت وزارة التربية والتعليم (2007)، إلى دراسة أجراها المركز الوطني لتنمية الموارد البشرية في العام (1998) حول مدى إنتشار العنف في المدارس الحكومية في الأردن اعتماداً على السجلات المدرسية والإرشادية، وقد اشتملت العينة على (231) مدرسة تضم (115,514) طالباً وطالبة. وأظهرت

* كلية التربية، الجامعة الأردنية. تاريخ استلام البحث 2014/7/7، وتاريخ قبوله 2014/11/3.

4- يقتزن العدوان بسرعة الغضب والانفعال والامتعااض الدائم، كما يقتزن بتوجيه الشتائم والألفاظ النابية بصورة متكررة.

ويرتبط الغضب بالسلوك العدواني والسلوك المتهور عند المراهقين. وبالرغم من أن السلوك العدواني ينتج عن العمليات المعرفية والفكرية إلا أن الغضب يستثير العدوان وخاصة تجاه المصادر المدركة كسبب لهذا الغضب، وبالتالي فإن علاج مشاكل الغضب يعد أحد أساليب خفض السلوك العدواني والسلوك غير الاجتماعي لدى المراهقين حيث يعبر الغضب عن الاستجابات الوجدانية والانفعالية للضغوط النفسية عندما يعيش الفرد مستويات عليا من الاستثارة الفسيولوجية (Feindler and Fremouw, 1984).

ويعد انفعال الغضب من الإنفعالات الأساسية والطبيعية التي تصاحب الفرد منذ ساعاته الأولى، وقد تحدث عنه بعض الفلاسفة وعلماء النفس بوصفه حالة انفعالية ترتبط بالعديد من المشكلات السلوكية كالغضب والعدوان والعدائية، وهو يختلف باختلاف المراحل العمرية والظروف المؤدية إلى إثارته، حيث يرى بعض علماء النفس مثل البريت بانديورا وسكنر أن سلوك التعبير عن الغضب متعلم من خلال التفاعل مع الآخرين (العادلي، 2010).

ويعرف شيرمان (Sherman, 2005) الغضب بأنه فورة المشاعر الناتجة عن الاستجابة للإحباط أو الظلم أو الأذى. كما يعرف أدلر (2005) الغضب بأنه شعور يجسد سعي الفرد الحثيث للوصول إلى المزيد من القوة والسيطرة بتدمير العوائق التي تعترض طريقه. ويرى إيمري (Emery, 2009) أن الغضب له معان مختلفة بحسب السياق، فالغضب يظهر أحيانا كسلوك عدواني، وأحيانا أخرى يكون انعكاساً لشعور أعمق كالشوق أو الحزن أو الخوف. والتمييز بين العواطف وراء الغضب يساعد الأفراد الذين يعانون منه على التعامل مع حالة الغضب بعقلانية.

ويرى لارسون ولوشمان (Larson and Lochman, 2011) أن إدراك الفرد أنه معرض للتهديد أو الخطر يحفز قشرة الدماغ على إصدار إشارات أولية من خلال العمليات المعرفية لإدراك الأسباب والاستجابات الممكنة للتهديد التي تظهر على شكل انفعال الغضب، وبالتالي تؤثر الاميجدالا على عمل الجهاز العصبي السمبثاوي والغدة الكظرية لخلق درجة عالية من الجاهزية التي تدوم لساعات أو أيام. وهذه الاستعدادات تتأثر بالضغط النفسي بحيث يصبح الفرد عرضة لاستثارة الغضب إذا واجه درجات بسيطة أو معتدلة من الإحباط والتهيج، وعندما يكون الطالب في هذه الحالة من الجاهزية فإن المحفزات

الدراسي 2005/2004 تراوحت بين اعتداء على المعلمين وشمتهم وتهجم على الطلبة والمعلمين وإثارة الشغب والفوضى داخل المدرسة بالإضافة إلى الإعتداء على الممتلكات والإخلال بالأنظمة والتعليمات المدرسية (النويران، 2012).

أما عالميا، فتحل الولايات المتحدة الأمريكية مركزا متقدما بين الدول بالنسبة لانتشار العنف في المدارس، بل إن الذهاب إلى المدرسة أصبح يشكل تهديدا بسبب حوادث القتل والإيذاء التي تحدث يوميا. كما ينتشر العنف المدرسي في دول متعددة كألمانيا وفرنسا وتاييلاند وأستراليا (جولمان، 2000).

وفي دراسة أجراها المركز الوطني الأمريكي لإحصاءات التعليم National Center For Educational Statistics بين عامي 1996 و1997، حول العنف والانضباط السلوكي في المدارس الحكومية، تبين أن أبرز مشكلات الانضباط السلوكي التي عانى منها مديرو المدارس الحكومية كانت العراك البدني والشجار بين الطلبة، وحمل الأسلحة النارية، وإهانة المعلمين لفظياً والاعتداء عليهم بدنياً، والشللية، وتكوين العصابات. كما أشارت الجمعية الأمريكية لعلم النفس في إحصائية عام 2001 إلى أن المعلمين محاطون بالعنف والقسوة، وأن أكثر من 3 ملايين حالة عنف تحدث في حرم الجامعات والمدارس في السنة الواحدة أي ما يعادل 16 ألف حالة عنف في اليوم الواحد أو حالة عنف كل 6 ثوان (كمور، 2007).

ومن الآثار السلبية للسلوك العدواني ظهور العديد من الاضطرابات النفس جسمية بالإضافة إلى الاضطرابات النفسية كالخوف والقلق والاكتئاب وتدني تقدير الذات والعزلة الاجتماعية لدى الفرد العدواني ولدى الضحية، إضافة إلى عرقلة سير الدروس داخل الفصول الدراسية، وارتباط السلوك العدواني بتدني التحصيل وتسرب الطلبة، ولذلك ينظر إلى مشكلة السلوك العدواني كواحدة من أشد المشكلات السلوكية فتكا بالفرد والمجتمع وذلك لارتباطه بسوء التوافق النفسي والاجتماعي (حسين، 2007).

ويرى حسين (2007) أن مظاهر التعبير عن السلوك العدواني تختلف باختلاف السن والثقافة والمستوى الاقتصادي والاجتماعي وتتأثر بأساليب التنشئة الاجتماعية والتكوين النفسي، وعموما يظهر السلوك العدواني في المظاهر التالية:

1- يبدأ السلوك العدواني بنوبة من الغضب والإحباط مصحوبة بمشاعر الخجل والخوف.

2- تتزايد نوبات السلوك العدواني بفعل الضغوط النفسية المتواصلة والمتكررة في البيئة المحيطة بالفرد.

3- يحدث الاعتداء على الأقران بغرض الانتقام أو الإزعاج.

الطرف الآخر واللجوء إلى التفاوض حيث يتركز الحديث على المشكلة وليس على الشخص (شواقة، 2009).

وقد أشارت إحصائيات رسمية في الولايات المتحدة الأمريكية إلى أن 6-16% من الطلبة الذكور و2-9% من الطالبات الإناث على مقاعد الدراسة في العمر من 8 إلى 12 سنة يظهرون أعراض اضطرابات سلوكية وانفعالية كنبوات الغضب المزمن والسلوك العدواني، وهم معرضون بشكل كبير للفشل الأكاديمي والفشل في العلاقات مع الزملاء والتسرب من المدارس إضافة إلى أنهم عرضة للإصابة بالاضطرابات النفسية والوقوع بمشاكل قانونية مستقبلاً.

ولا ينظر للغضب كأنفعال يجب تجنبه بل من المهم أن يتعلم الطلبة طرق تنظيم وإدارة الغضب على نحو فعال، فالصراعات المرافقة للانفعالات بما في ذلك المرافقة للغضب أمر لا مفر منه في حياتنا اليومية، وبدلاً من النظر إليها بسلبية فمن الممكن النظر إليها كفرص للتدريب والتوجيه والإرشاد الانفعالي للطلبة من خلال تطوير برامج إرشادية وبرامج توجيه جمعي في الصفوف تتضمن الأساليب التي تساعد وتشجع الطلبة على تنظيم خبراتهم للتعبير عن غضبهم بشكل فعال.

وتعرف إدارة الغضب بأنها مجموعة من الفنيات العلاجية النفسية التي تستخدم مع الأفراد ذوي مشكلة الغضب المفرط والذين لا يستطيعون التحكم في الغضب لديهم بحيث يمكن مساعدتهم على تعلم كيفية التحكم في انفعالاتهم ومساعدتهم على تعلم كيفية فهم وإدارة مشاعرهم وانفعالاتهم وتزويدهم بالمعلومات والمهارات والفنيات التي تمكنهم من التعامل مع المواقف المثيرة للغضب بإيجابية وبطريقة ملائمة اجتماعياً (حسين، 2007).

فالهدف من إدارة الغضب هو خفض المشاعر والانفعالات السلبية والذواغ النفسية المسببة للغضب، حيث إن الفرد لا يستطيع تجنب الأشياء أو الأشخاص الذين يسببون له الغضب كما أنه لا يستطيع تغييرهم ولكنه يستطيع التحكم في ردود أفعاله (تمبلر، 2012). ويفترض فايندلر وإنجل (Feindler and Engel, 2011) أن السلوك العدواني ينتج عن الاستجابات الفسيولوجية الناشئة عن مشاعر الغضب التي تحفزها إدراكات معرفية مشوهة، وبالتالي فإن برامج إدارة الغضب التي تستند إلى التدريب المعرفي السلوكي تركز على تعليم المراهقين منع ردود فعلهم العدوانية من الظهور وتشجع على إظهار استجابات اجتماعية إيجابية.

ويرى تافت، وكريش، وكاشودريان (Taft, Creech and Kachadourian, 2012) أن أكثر برامج إدارة الغضب وضبط

البسيطة تستجر لديه استجابات شديدة ودرجات عالية من الغضب.

ويرى ألبرت أليس مؤسس العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي أن الغضب انفعال قوي يميل إلى التداخل والامتداد إلى مجالات أخرى في حياة الإنسان، وهو ينتج عن معتقدات الإنسان اللاعقلانية، حيث يعتقد أليس أن الناس يساهمون في خلق مشاكلهم النفسية وذلك بسبب الطريقة التي يفسرون بها الأحداث والمواقف (Corey, 2009). وتتضمن نظرية أليس (Eliss, 2003) تفسيراً للعدوان انطلاقاً من مبدأ (A.B.C.) حيث A هو الحدث أو المحرك للسلوك والانفعال، أما B فتمثل نظام المعتقدات العقلانية وغير العقلانية للفرد، بينما تمثل C النتائج الانفعالية والسلوكية للأحداث بعد أن تمر بنظام معتقدات الفرد. وتكون المعتقدات عقلانية إذا كانت نابعة من قيم أساسية ذات أدلة تجريبية وليس من افتراضات غير واقعية تؤدي إلى التفكير اللاعقلاني المصاحب للعدوان، التي تتمثل بعبارات مثل وجوب معاقبة المسيء والتخلص من الأشرار. ويرى أليس أن هناك أربع عبارات تمثل الأفكار الأساسية غير العقلانية التي يتمسك بها الأفراد الغاضبون على وجه العموم، هي:

1. كم كان فظيحا أن تعاملني بهذه الطريقة الظالمة.
2. لا أستطيع أن أتحمل معاملتك لي بهذا الأسلوب الفظ.
3. لا ينبغي أن تتصرف معي بهذه الطريقة.
4. أنت شخص فظيع لا بد من عقابك لتصرفك معي بهذه الطريقة.

وهناك أربعة معتقدات لا عقلانية لدى الشخص العدواني يبرر بها سلوكه كما يرى أليس (العقاد، 2001): أولها شرعية العدوان، وثانيها العدوان يرفع من تقدير الذات، وثالثها الضحايا يستحقون العدوان عليهم، ورابعها الضحايا لا يتألمون كثيراً.

ويتم التعبير عن الغضب بطريقتين هما:

(1) كبت الغضب داخليا وعدم التعبير عنه. وهذه الخبرة الداخلية تتضمن إثارة معرفية وانفعالية كمشاعر الامتعاض والاستياء والغيط. في هذه الحالة فإن الأفراد يتعرضون لخبرة الغضب دون أن يظهروا العدوان، أي أن الانفعال غير مصحوب بسلوك (موسى والعمروسي، 2011).

(2) التعبير الصريح عن الغضب من خلال العدوان المباشر أو غير المباشر أو من خلال حل المشكلات بالتفاوض، حيث يختلف الأفراد في طرق تصريحهم عن غضبهم، فمنهم من يعبر عنه بشكل سلبي باستخدام الألفاظ كالشتم واللوم والصراخ أو بالاعتداء الجسدي ومنهم من يعبر عن غضبه بشكل إيجابي من خلال الاستماع والتفهم لحاجات

دمج أدوات تكنولوجيا المعلومات والاتصالات بالبرامج الهادفة إلى تدريب الأفراد على إدارة انفعلاتهم يساعد على تقديم مثل هذا التدريب على نطاق واسع. وعليه، فإن هذه الدراسة تعمل بالاستناد إلى مبادئ النظرية المعرفية السلوكية على بناء برنامج توجيه جمعي قائم على استخدام أدوات تكنولوجيا المعلومات والاتصالات في الغرفة الصفية للتدريب على إدارة الغضب من أجل مساعدة الطلاب على الحد من السلوك العدواني.

مشكلة الدراسة

تعد المشكلات السلوكية من أكثر المشاكل انتشاراً بين طلاب المدارس، فقد أشار 81% من أفراد عينة دراسة أجريت من قبل قسم الإرشاد في مديرية تربية لواء قصبه عمان في العام الدراسي 2011/2012 إلى أن مشكلة ضرب الطلبة لزملائهم كانت أكثر المشاكل انتشاراً بين طلبة المدارس من الذكور (قسم الإرشاد في لواء قصبه عمان، 2012).

ويرتبط ضعف قدرة الفرد على إدارة غضبه والتعامل مع الضغوط التي يتعرض لها بالسلوك العدواني عند الأفراد. ونظراً لكثرة عدد الطلاب في المدارس بالنسبة للمرشدين، فبحسب وزارة التربية والتعليم الأردنية/ قسم الإرشاد التربوي (2013)، لا يتوفر أكثر من مرشد واحد في المدرسة التي قد يصل عدد الطلاب فيها إلى 600 طالب أو أكثر، وحيث إن النسبة المناسبة لعدد الطلبة إلى المرشدين هي بحدود 250 طالب لكل مرشد واحد، فإن هناك حاجة ماسة لتقديم برامج إرشادية وبخاصة أساليب التوجيه الجمعي المحوسب. ومن هذا المنطلق فإن الدراسة الحالية تهدف إلى اختبار فاعلية برنامج توجيه جمعي محوسب للتدريب على إدارة الغضب في خفض السلوك العدواني لدى طلاب الصف السادس الأساسي.

فرضيات الدراسة

تعمل الدراسة الحالية على فحص الفرضيتين التاليتين:

1. توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على مقياس السلوك العدواني في القياس البعدي تعزى للبرنامج التدريبي.
2. توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي وقياس المتابعة على مقياس السلوك العدواني.

العدوان فاعلية هي تلك المستندة إلى تقنيات العلاج المعرفي السلوكي والتي تركز على تقنيات تحدي الأفكار التلقائية والتدريب على الاسترخاء ومهارات الإتصال والتواصل واستراتيجيات المواجهة البناءة، ومن الأمثلة على هذه البرامج:

1. برنامج التحصين ضد التوتر: الذي اقترحه ماكينوم (Meichenbaum, 1978)، ويهدف إلى تعليم مهارات التكيف الجسدية والمعرفية للأفراد الذين يعانون من ضعف التحكم في المواقف الضاغطة ومواقف الغضب والتوتر والقلق، ومساعدة الأشخاص الذين يعانون من المخاوف المرضية).

2. برنامج نوافكو لإدارة الغضب: (Novaco, 1975)، وهو مشتق من برنامج التحصين ضد التوتر، حيث تستخدم إجراءات التحصين ضد التوتر، لتمكين الأفراد من إدارة الاستقزازات التي يتعرضون لها وتنظيم استثارة الغضب لديهم.

3. برنامج مساعدة طلبة المدارس على التعامل مع الغضب الذي صمم من قبل لارسون ولوشمان (Larson and Lochman, 2011) استناداً إلى نموذج معالجة المعلومات المعرفي الاجتماعي والتدخل المعرفي السلوكي لمساعدة طلبة المدارس ضمن الفئة العمرية من (8 إلى 12) سنة، الذين يظهرون السلوك العدواني على التعامل مع الغضب الذي يواجهونه من خلال تدريبهم على استراتيجيات إدارة الغضب ودعم السلوك الإيجابي ومهارات الإتصال والتواصل، وتشجيعهم على تحمل مسؤولية أفعالهم من خلال فنية لعب الدور ومهارة حل المشكلات والضببط الذاتي.

ولما كان عصرنا الكرونيا بامتياز، وبما أن أدوات تكنولوجيا المعلومات والاتصالات قد أصبحت من ضروريات الحياة وحيث إنها قد دخلت معظم المجالات في المجتمعات الحديثة؛ فقد أصبح استخدام الحاسوب في التربية والتعليم والإرشاد الأكاديمي والمهني أمراً شائعاً (أبو عيطه، 1997). وتشير النمر والمصري (2011) إلى أن الإرشاد عبر شبكة الإنترنت قد بدأ عام (1997) في إحدى كليات مدينة سان فرانسيسكو وبدأ بالتزايد مع الزمن، وذلك بسبب سهولة وصول الطالب الجامعي إلى المرشد النفسي عبر الشبكة، إضافة إلى توفيره للوقت والجهد وسهولة التواصل بالرغم من بعد المسافة بين الطالب والمرشد. وقد تمكنت مراكز الإرشاد النفسي عبر الإنترنت التابعة لبعض الجامعات أن تقدم عدداً من الخدمات لطلبتها، مثل المساعدات النفسية ومصادر دعم الشخصية وأساليب تعديل السلوك.

إن ارتباط الغضب بالعدوان يظهر أهمية تدريب الأفراد على إدارة انفعل الغضب لديهم من أجل خفض مستوى السلوك العدواني وخاصة لدى طلبة المدارس والجامعات. ولعل

أهمية الدراسة

التربوي الذي يتولى التعليق عليها وإعادتها إلى البريد الإلكتروني الخاص للطلاب، بالإضافة إلى تبادل الملاحظات والخبرات من خلال شبكة الكترونية بين الطلبة المشاركين.

أهداف الدراسة

- 1- تطوير برنامج توجيه جمعي محوسب لتنمية مهارات إدارة الغضب لدى طلبة الصف السادس الأساسي.
- 2- التحقق من فعالية هذا البرنامج في خفض السلوك العدواني لدى طلبة الصف السادس الأساسي.

حدود الدراسة ومحدداتها

- تقتصر الدراسة الحالية على طلاب الصف السادس في إحدى مدارس مديرية تربية لواء قسبة عمان الأساسية للذكور.
- تم إجراء الدراسة خلال الفصل الدراسي الثاني للعام الدراسي 2013/2014
- كما تتحدد نتائج هذه الدراسة بأدواتها وما تحقق لهذه الأدوات من دلالات صدق وثبات.

الدراسات السابقة

هدفت دراسة برت، وباتل، وبوتلر، وجونزاليس (Burt, Patel, Butler and Gonzalez, 2013) إلى تقييم أثر دمج الأساليب المعرفية الاجتماعية للحد من التشوهات المعرفية، ونموذج التدريب على مهارات القيادة (LIT) في مجموعات إدارة الغضب المدرسية للحد من العدوان لدى الأطفال على عينة مكونة من 32 طالباً من أربع مدارس ابتدائية في الولايات المتحدة الأمريكية تراوحت أعمارهم بين 9 إلى 11 عاماً من طلبة الصف الرابع والصف الخامس الأساسي ينتمون إلى خلفيات عرقية متنوعة وزعوا على أربع مجموعات، وتم استخدام مقياس إدارة الغضب ومقياس مهارات القيادة لديهم قبل وبعد تنفيذ البرنامج. وقد أظهرت نتائج الدراسة انخفاض درجات الغضب وارتفاع درجة القدرة على اتخاذ القرار واستمرار تأثير البرنامج بعد انتهاء التدريب.

وأجرى هورتنسوس وشوتر وهارمون جونز (Hortensius, Schutter, and Harmon-Jones, 2012) دراسة لفحص ارتباط الغضب بزيادة النشاط في القشرة الأمامية اليسرى للدماغ وأثره في استثارة السلوك العدواني، وقد تكونت عينة الدراسة من 80 طالباً من طلبة علم النفس نصفهم من الإناث والنصف الآخر من الذكور، حيث استخدم الباحثون نموذج تايلور من خلال إحداث الضجيج ومقياس السيالات العصبية في الدماغ. وأشارت النتائج إلى أن الأفراد الذين شعروا بالغضب

تكم أهمية الدراسة الحالية في تسليطها الضوء على واحدة من أهم المشكلات السلوكية المنتشرة بين طلاب المدارس، ألا وهي مشكلة السلوك العدواني، إضافة إلى تركيز الانتباه على أهمية تدريب الطلبة على إدارة الغضب، حيث تتضمن هذه الدراسة تطوير برنامج توجيه جمعي محوسب قائم على دمج أدوات تكنولوجيا المعلومات والاتصالات في الغرفة الصفية من أجل تدريب الطلاب على إدارة الغضب.

وتبرز أهمية هذه الدراسة البحثية من ندرة البحوث المتعلقة بفاعلية برامج التوجيه الجمعي المحوسبة، إضافة إلى انبثاقها من رؤية وزارة التربية والتعليم والقاضية بدمج أدوات تكنولوجيا المعلومات والاتصالات في الغرفة الصفية لمختلف التخصصات التربوية. كما تكمن أهمية الدراسة الحالية من خلال الفائدة المرجو تحقيقها للمعلمين والمرشدين وأولياء الأمور والطلبة والمهتمين في المجال النفسي والتربوي من أجل المساعدة في خفض السلوك العدواني وإدارة الغضب مما يترتب عليه تحسين التكيف النفسي للطلبة لتحقيق شعار بيئة مدرسية آمنة خالية من العنف والعدوان.

تعريف مصطلحات الدراسة

السلوك العدواني: يعرف السلوك العدواني بأنه أي سلوك يهدف إلى إلحاق الأذى المادي أو المعنوي بالآخرين أو بممتلكاتهم، كالضرب أو الشتم أو تحطيم الممتلكات (Bandura, 1986). ويعرف إجرائياً لأغراض هذه الدراسة بالدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس السلوك العدواني المستخدم في هذه الدراسة.

برنامج التوجيه الجمعي المحوسب: يعرف إجرائياً في هذه الدراسة بأنه مجموعة من حصص التوجيه الجمعي المجدولة زمنياً بـ (12) حصة قائمة على دمج أدوات تكنولوجيا المعلومات والاتصالات كبرمجية صانع الأفلام (Movie maker) والكتاب الناطق والوسائط المتعددة (وهي مجموعة برمجيات تشتمل على دمج صور وأصوات بطريقة تفاعلية تعرض كمنشآت افتتحي لموضوع الحصة التي تعطى للطلاب) مع الطريقة التقليدية للتعليم بمعدل حصتين أسبوعياً بهدف خفض مستوى السلوك العدواني من خلال التدريب على إدارة الغضب. حيث يتم تدريب الطلاب على التحكم في غضبهم من خلال فنيات تشمل النمذجة ولعب الدور والتغذية الراجعة وانتقال أثر التدريب والواجبات المنزلية التي تتعلق بالوعي بالأحداث، التي تؤدي إلى استثارة الغضب لديهم، والتي يتم الإجابة عنها وإرسالها من خلال البريد الإلكتروني إلى المرشد

البرنامج الإرشادي، كما أشارت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين الجنسين في خفض السلوك العدواني لصالح الطالبات.

وأجرى أبو هاشم (2007) دراسة لفحص فاعلية برنامج إرشادي للتدريب على مهارات الضبط الذاتي في خفض السلوك العدواني لدى عينة من الأحداث الجانحين في مدينة تبوك السعودية، وتكونت عينة الدراسة من (45) حدثاً من الأحداث الجانحين الذكور (تراوحت أعمارهم من 12 إلى 18 عاماً) وقد تم استخدام مقياس للسلوك العدواني واستبانة لتعرف مهارات الضبط الذاتي لدى عينة الدراسة إضافة إلى برنامج إرشادي للتدريب على مهارات الضبط الذاتي المستندة إلى الإتجاه المعرفي السلوكي. وأشارت النتائج إلى فاعلية البرنامج التدريبي على مهارات الضبط الذاتي في خفض السلوك العدواني لدى الأحداث الجانحين، كما أظهرت النتائج أن أثر البرنامج الإرشادي استمر حتى بعد توقف البرنامج التدريبي.

وهدف دراسة أبو سنيينة (2006) إلى معرفة مدى انتشار السلوك العدواني في المدارس الحكومية التابعة لمديرية عمان الثالثة، وعلاقة السلوك العدواني بجنس الطالب وصفه وحجم الصف. حيث ضمت العينة (628) طالبا وطالبة من الصفوف الثلاثة الأولى. وأظهرت النتائج أن نسبة انتشار السلوك العدواني بين أفراد العينة بلغ (5.6%) ولم تظهر فروق بين الطلبة عائدة للجنس أو حجم الصف بينما أبدى طلبة الصف الثاني والثالث درجة أعلى من السلوك العدواني مقارنة بطلبة الصف الأول.

وأجرت الحجازي (2003) دراسة بهدف استقصاء فاعلية الإرشاد الذاتي المحوسب والإرشاد الجمعي في تعديل السلوك ذي النمط (أ)، هو السلوك الذي يتصف به الأشخاص ذوو الشخصية من نوع (أ) أي Type A Personality والذي يتمثل في مجموعة من الخصائص، مثل تدني تقدير الذات، والتوقعات المرتفعة، والشعور بملاحية الوقت، وسرعة الحديث، والتنافسية الشديدة والعدوانية. وتألفت العينة من طالبات الصف العاشر في مدرسة أم سلمة الثانوية في محافظة الزرقاء عدد أفرادها (30) طالبة باستخدام مقياس السلوك ذي النمط (أ) وبرنامج الإرشاد الذاتي المحوسب. وأظهرت النتائج أن الإرشاد الذاتي المحوسب والإرشاد الجمعي أديا إلى تعديل السلوك ذي النمط (أ) لدى أفراد عينة الدراسة.

وأجرى جرين (Green, 2003) دراسة مسحية على عينة مكونة من (215) مرشداً من ولاية فرجينيا في الولايات المتحدة الأمريكية، بهدف استقصاء مدى معرفة أفراد الدراسة من المرشدين بتكنولوجيا المعلومات، ومدى استخدامهم لها في إرشاد مسترشديهم عبر الإنترنت، وإلى أي مدى يعتبرون أن

أظهروا زيادة في نشاط القشرة الأمامية اليسرى للدماغ وارتفاعاً في العدوان السلوكي مقارنة بالأفراد الذين لم يشعروا بالغضب.

كما أجرى كريستوفر، وكونج، وفولر، وديجوسيببي (Christopher, Kong, Fuller, and DiGiuseppe, 2011) دراسة بهدف اختبار ما إذا كان مزيج الغضب والمعتقدات اللاعقلانية والتعصب والإحباط ومشاعر الدونية يمكننا من التنبؤ بوقوع العدوان اللفظي واختبار العلاقة بين المعتقدات اللاعقلانية والعدوان والغضب، وذلك باستخدام مقياس الأفكار اللاعقلانية ومقياس التقرير الذاتي للغضب والعدوان، حيث تكونت العينة من 135 طالبا وطالبة من طلبة الصفوف التاسع والعاشر والحادي عشر في مدينة نيويورك، وقد أظهرت النتائج وجود ارتباط بين الغضب والعدوان من جهة والأفكار اللاعقلانية من جهة أخرى، كما أن الشعور بالدونية ذو علاقة بالإحباط الذاتي والعدوان.

وقامت النمر والمصري (2011) بدراسة للتحقق من فاعلية برنامج إرشادي إلكتروني في إثراء معنى الحياة وزيادة فاعلية الذات والشعور بحسن الحال لدى عينة من طلبة جامعة القاهرة (26) من الإناث و(6) من الذكور. واستخدمت الباحثتان مقياس معنى الحياة ومقياس فاعلية الذات ومقياس حسن الحال وبرنامج إرشاد إلكتروني لإثراء معنى الحياة. وأظهرت النتائج أن البرنامج كان ذو فاعلية في إثراء معنى الحياة وزيادة فاعلية الذات وزيادة الشعور بحسن الحال لدى عينة الدراسة.

وقد هدفت دراسة ستسو وأيدين وسورياس (Sütçü, Aydın, Sorias, and Sorias, 2010) إلى البحث في فاعلية برنامج علاج جمعي مستند إلى العلاج المعرفي السلوكي في خفض الغضب والعدوان لدى المراهقين، حيث تكونت عينة الدراسة من 18 طالبا و22 طالبة من الصفين السابع والثامن في مدينة أزمير التركية، وأظهرت النتائج فاعلية البرنامج في الحد من سمة الغضب والغضب الخارجي والعدوان.

وأجرى أبو رياش والصابي (2007) دراسة بهدف استقصاء أثر برنامج إرشادي مبني على تعديل السلوك المعرفي في خفض السلوك العدواني لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدينة إربد في الأردن. تكونت عينة الدراسة من (69) طالبا وطالبة، تم توزيعهم على مجموعتين تجريبية وضابطة، وتكونت المجموعة التجريبية من (18) طالبة و(17) طالباً، والمجموعة الضابطة من (17) طالبة و(17) طالباً. طبقت أدوات الدراسة المكونة من قائمة رصد السلوك العدواني على المجموعتين التجريبية والضابطة، والبرنامج الإرشادي على المجموعة التجريبية. توصلت الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعتين لصالح المجموعة التجريبية التي طبق عليها

وقد تم عرض المقياس في صورته الأولى على (12) من المختصين في الإرشاد أو علم النفس لتعرف صدق المحتوى للمقياس حيث أبدوا ملاحظات حول انتماء بعض الفقرات للأبعاد وقد تم إعادة ترتيب فقرات المقياس بناءً على ملاحظات المحكمين.

وتم استخراج صدق البناء للمقياس من خلال حساب معاملات الارتباط بين فقرات المقياس والدرجة الكلية على المقياس بعد تطبيقه على عينة استطلاعية مكونة من (53) طالباً من خارج عينة الدراسة، كما في الجدول (1).

ويتبين من الجدول (1) أن معاملات الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية للمقياس كانت جميعها ذات دلالة إحصائية عند $(\alpha = 0.01)$ حيث تراوحت القيم بين (484. و848). واتجاه الارتباط موجب وهذا يشير إلى صدق البناء للمقياس.

وتم حساب معامل الاتساق الداخلي للمجالات الفرعية والدرجة الكلية لمقياس السلوك العدواني باستخدام معادلة كرونباخ - ألفا، حيث تم تطبيق المقياس على عينة مكونة من (53) طالباً من خارج عينة الدراسة. كما تم التحقق من الثبات بطريقة إعادة الدرجة الكلية للمجالات الفرعية للمقياس على نفس العينة الاستطلاعية من خلال حساب معامل الارتباط بيرسون بفواصل زمني مقداره أربعة أسابيع حيث كانت النتائج كما في الجدول (2).

وتبين من الجدول (2) أن قيم كرونباخ ألفا تراوحت بين (821). و(945)، كما بلغ معامل الارتباط للدرجة الكلية لمقياس السلوك العدواني بطريقة إعادة (772). وهو مناسب للدراسة الحالية.

ثانياً: برنامج التوجيه الجمعي المحوسب: طور برنامج التوجيه الجمعي بالإستناد إلى النظرية المعرفية السلوكية ومن خلال الاستعانة ببرامج سابقة ذات علاقة كبرنامج لارسون ولوشمان (Larson and Lochman, 2011) وبرنامج مايكينوم (Meichenbaum, 1985)، ونوفاكو (Novaco, 1975). ويقوم البرنامج على دمج أدوات تكنولوجيا المعلومات والاتصالات مع الطريقة التقليدية في سير حصصه، حيث يتم افتتاح الحصة بعرض نشاط قائم على استخدام إحدى البرمجيات التعليمية التي تناسب الفئة العمرية المستهدفة، ويتم تكليف الطلاب فردياً بأداء الواجب البيتي المرسل من خلال البريد الإلكتروني الخاص بالمرشد التربوي حيث يقوم الطالب بأداء الواجب الإلكتروني ومن ثم إعادته إلى البريد الإلكتروني الخاص بالمرشد التربوي، الذي يتولى التعليق عليه وتقديم التغذية الراجعة لإجابات الطالب الإلكتروني، كما يتم تبادل الخبرات من خلال شبكة الكترونية بين الطلاب المشاركين.

الإرشاد الإلكتروني يساهم في نجاح العملية الإرشادية. وقد خلصت النتائج إلى أن أفراد العينة على درجة كبيرة من المعرفة بتكنولوجيا المعلومات واستخدامات الإنترنت، وأن نسبة استخدامهم لها في الإرشاد في تزايد مستمر، وأن الإرشاد الإلكتروني يساهم في توسيع نطاق خدمات الإرشاد وفي نجاح العملية الإرشادية بشكل عام.

من خلال مراجعة الدراسات السابقة يلاحظ أن نتائج معظم هذه الدراسات أظهرت فاعلية برامج الإرشاد الجمعي في خفض السلوك العدواني والغضب. وأن هناك توجهها لزيادة تسخير تكنولوجيا المعلومات في تقديم خدمات الإرشاد لفئة أوسع من الطلبة مع ندرة الدراسات التي تناولت هذا الموضوع. وتتميز الدراسة الحالية في أنها تسعى لتقديم برنامج توجيه جمعي للتعامل مع مشكلتي الغضب والعدوان في المدارس مدموجاً بأدوات تكنولوجيا المعلومات والاتصالات المتوفرة في البيئة المدرسية إلى شريحة واسعة من الطلبة بهدف وقائي من أجل مواجهة هذه المشكلة وتدريب الطلبة على إدارتها.

الطريقة والإجراءات

أفراد الدراسة

تم اختيار شعبتين صفتين كعينة للدراسة بطريقة قصديه من طلاب الصف السادس في مدرسة موسى بن نصير الأساسية للبنين التابعة لمديرية تربية لواء قصبه عمان خلال الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي 2013/2014، تتكون كل شعبة من 27 طالباً، وتم توزيع الشعبتين عشوائياً إلى مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة.

أدوات الدراسة

أولاً: مقياس السلوك العدواني: طور مقياس للسلوك العدواني يناسب الفئة العمرية المستهدفة من خلال مراجعة الأدب والدراسات السابقة المتعلقة بالسلوك العدواني كدراسة النويران (2012)، ودراسة آل رشود (2006) ودراسة أبو حطب (2002)، ودراسة سوالمة وحداد (1996)، ودراسة بص وبيري (Buss and Perry, 1992).

وقد تألف المقياس من (30) فقرة وتوزعت فقرات المقياس على أربعة أبعاد رئيسية، هي: بعد العدوان الجسدي، وبعد العدوان اللفظي، وبعد العدائية، وبعد الغضب. وتتم الاستجابة للمقياس على سلم خماسي باختيار إحدى الإجابات الآتية (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً) ويعطى البديل دائماً خمس درجات، والبديل غالباً أربع درجات، والبديل أحياناً ثلاث درجات، والبديل نادراً درجتان، والبديل أبداً درجة واحدة، وتتراوح الدرجات على المقياس من (30-150) درجة.

الجدول (1): معاملات الارتباط بين فقرات مقياس السلوك العدواني والدرجة الكلية على المقياس

رقم الفقرة	درجة ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية	رقم الفقرة	درجة ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية	رقم الفقرة	درجة ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية
1	.619	11	.769	21	.694
2	.618	12	.752	22	.836
3	.755	13	.752	23	.536
4	.773	14	.637	24	.679
5	.711	15	.824	25	.786
6	.774	16	.785	26	.848
7	.741	17	.597	27	.701
8	.613	18	.681	28	.718
9	.705	19	.484	29	.618
10	.841	20	.708	30	.700

الجدول (2): قيم كرونباخ ألفا وثبات الإعادة للمجالات الفرعية والدرجة الكلية لمقياس السلوك العدواني

المجال	قيمة معامل كرونباخ - ألفا	ثبات الإعادة
مجال العدوان الجسدي	.848	.574
مجال العدوان اللفظي	.821	.669
مجال العدائية	.869	.639
مجال الغضب	.846	.654
الدرجة الكلية	.945	.772

وحصة (45) دقيقة، تعطى بمعدل حصتين اسبوعياً. والأهداف العامة للبرنامج كالاتي:

- 1- توضيح انفعال الغضب: ماهيته، أسبابه، طرق التعامل معه، ما يترتب عليه من آثار.
- 2- توعية الطلاب بآليات التفاعل بين الأبعاد المعرفية والسلوكية والانفعالية وأثر كل منها في الآخر.
- 3- تدريب الطلاب على استراتيجيات إدارة الغضب.
- 4- تدريب الطلاب على مهارات التحصين ضد الضغوط التي تواجههم.
- 5- مساعدة الطلاب على نقل أثر التعلم من الغرفة الصفية إلى الحياة الواقعية.

وقد تم عرض البرنامج على (12) من المحكمين من المختصين في الإرشاد النفسي أو علم النفس، وقد تم إجراء التعديلات في ضوء آراء المحكمين.

تصميم الدراسة والمعالجة الإحصائية

استخدم التصميم شبه التجريبي لهذه الدراسة لمناسبتها لأهدافها، الذي يتضمن التوزيع العشوائي للمجموعتين التجريبية والضابطة والقياس القبلي والبعدى للمجموعتين وقياس المتابعة للمجموعة التجريبية.

ومن الأمثلة على البرمجيات التعليمية المستخدمة ما يلي:

1. مقطع إفتتاحي تمثيلي حول تفاعل الأفكار والمشاعر والسلوك يتضمن تعرض طالب للتهديد من زميله، وكيف يؤثر ذلك في أفكاره ومشاعره وسلوكه، تم تصميمه باستخدام برمجية صانع الأفلام (Movie Maker)، ويعرض في الجلسة الثانية.

2. شريط فيديو حول الغضب يمثل مقطعاً تمثلياً لطلاب في مدرسة، يحصل بينهما سوء تفاهم فيتجاهل أحدهما الآخر، مما يثير غضب الأول فيهجم على زميله ويؤذيه، مما يترتب عليه أخذ المعتدي إلى المركز الأمني، يعرض في الجلسة الثالثة.

3. مقطع مصمم باستخدام برمجية الكتاب الناطق حول الحوار الذاتي يؤديه طالبان، يمثل أحدهما الحديث الذاتي الإيجابي ويمثل الآخر الحديث الذاتي السلبي، يعرض في الجلسة الرابعة.

4. مقطع فيديو حول مهارات التكيف المعرفية تم تصميمه باستخدام الوسائط المتعددة (Multimedia) من خلال دمج نصوص مع صور وعرضها بطريقة تفاعلية، يعرض في الجلسة السادسة.

ويتكون البرنامج من (12) حصة توجيه جمعي، مدة كل

المعالجة الإحصائية

المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي، ولمعرفة فيما إذا كانت هذه الفروق الظاهرية ذات دلالة إحصائية أُجري تحليل التباين المشترك، كما في الجدول (4):

يتضح من الجدول (4) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الدرجات على مقياس السلوك العدواني. وبحساب المتوسطات المعدلة للمجموعتين (الجدول 5) يتضح أن السلوك العدواني انخفض لدى المجموعة التجريبية إذ بلغ المتوسط الحسابي البعدي المعدل للمجموعة التجريبية (54.881) بينما بلغ المتوسط الحسابي البعدي للمجموعة الضابطة (121.194).

وقد نصت الفرضية الثانية على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) بين متوسط أداء المجموعة التجريبية في القياس البعدي وقياس المتابعة على مقياس السلوك العدواني. ولفحص هذه الفرضية تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للقياس البعدي وقياس المتابعة لطلبة المجموعة التجريبية على مقياس السلوك العدواني وتم استخدام اختبار (t) لعينتين مترابطتين لتحديد دلالة الفروق بين الدرجات الكلية لطلبة المجموعة التجريبية في القياس البعدي وقياس المتابعة ويظهر الجدول (6) النتائج.

تم استخراج المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة. واستخدام تحليل التباين المشترك (ANCOVA) لفحص فرضيات الدراسة والتحقق من دلالات الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة للدرجة الكلية للمقياس، كما تم استخدام اختبار (t) لعينتين مترابطتين للتأكد من استمرارية تأثير البرنامج بعد فاصل زمني.

نتائج الدراسة

نصت الفرضية الأولى على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) بين متوسط المجموعة التجريبية ومتوسط المجموعة الضابطة في مستوى السلوك العدواني حسب القياس البعدي تعزى إلى البرنامج التدريبي. ولفحص هذه الفرضية حسب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للقياس القبلي والقياس البعدي لطلبة المجموعة التجريبية وطلبة المجموعة الضابطة على مقياس السلوك العدواني. ويظهر الجدول (3) نتائج التحليل. يتضح من الجدول (3) وجود فروق ظاهرية بين

الجدول (3): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات الطلبة على مقياس السلوك العدواني للمجموعتين التجريبية والضابطة في القياس القبلي والقياس البعدي

المجموعة	القياس القبلي		القياس البعدي	
	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط
التجريبية	9,647	123,70	10,217	55,07
الضابطة	12,681	122,48	12,388	121,00

الجدول (4): نتائج تحليل التباين المشترك لدلالة الفروق في السلوك العدواني في القياس القبلي والقياس البعدي بين المجموعتين التجريبية والضابطة

المصدر	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
القبلي	662.172	1	662.172	5.590	.022
المجموعة	59184.349	1	59184.349	499.596	.000
الخطأ	6041.680	51	118.464		
الكلية	65377.926	53			

الجدول (5): المتوسطات الحسابية البعدية المعدلة والأخطاء المعيارية لاستجابات الطلبة على مقياس السلوك العدواني في القياس البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة

المجموعة	المتوسط الحسابي المعدل	الخطأ المعياري
التجريبية	54.881	2.096
الضابطة	121.194	2.096

الجدول (6): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) لدلالة الفروق بين درجات طلبة المجموعة التجريبية في القياس البعدي وقياس المتابعة على الدرجة الكلية لمقياس السلوك العدواني

القياس	عدد أفراد العينة	المتوسطات الحسابية	الانحرافات المعيارية	درجات الحرية	قيمة (t)	مستوى الدلالة
بعدي	26	55.07	10.217	26	.519	.608
متابعة	26	54.85	10.257			

وتفحصها ومحاولة معالجتها ذاتياً في جو آمن يسوده التعاطف والتقبل والاحترام من المرشد ومن الأعضاء يحقق للطلاب فرصة لإعادة تقييم ذاته والتخلص من المشاعر المشحونة التي تؤدي إلى تعامله مع زملاء من منطلق القوة والإجبار.

ويمكن إرجاع النتائج التي خلصت إليها الدراسة الحالية إلى دور الواجبات التي تم تكليف الطلاب بها أثناء وقت حصص البرنامج التدريبي أو الواجبات البيتية والتي ساهمت إلى حد كبير في تثبيت المهارة والحصول على تغذية راجعة حول درجة إتقانها.

كما أسهم تنوع الاستراتيجيات المستخدمة لتدريب الطلاب على إدارة الغضب حيث اشتمل التدريب على استراتيجيات العمل الجماعي والفردى ودمج أدوات تكنولوجيا المعلومات والاتصالات في التدريب في زيادة دافعية الطلاب للتدريب.

وتتسق هذه النتائج بشكل عام مع ما توصلت إليه دراسة النمر والمصري (2011) والتي أظهرت فاعلية برنامج إلكتروني في إثراء معنى الحياة وزيادة فعالية الذات وزيادة الشعور بحسن الحال. واتفقت مع دراسة أبي رياش والصافي (2007) والتي أظهرت فاعلية برنامج تدريبي مبني على تعديل السلوك المعرفي في خفض السلوك العدواني لدى طلبة المرحلة الأساسية. كما اتسقت نتائج الدراسة الحالية مع دراسة أبو هاشم (2007) التي أظهرت فاعلية برنامج إرشادي للتدريب على مهارات الضبط الذاتي في خفض السلوك العدواني. واتفقت نتائج الدراسة الحالية مع دراسة الحجازي (2003) التي أظهرت فعالية الإرشاد الذاتي المحوسب والإرشاد الجمعي في تعديل السلوك ذي النمط (أ) لدى عينة من طالبات الصف العاشر. كما اتفقت نتائج هذه الدراسة مع دراسة برت، وباتل، وبوتلر، وجونزاليس (Burt and Patel, Butler and Gonzalez, 2013) والتي هدفت إلى تقييم أثر دمج الأساليب المعرفية الاجتماعية للحد من التشوهات المعرفية ونموذج التدريب على مهارات القيادة في مجموعات إدارة الغضب المدرسية للحد من العدوان لدى الشباب، وأظهرت النتائج انخفاض درجات الغضب والسلوك العدواني وارتفاع درجة القدرة على اتخاذ القرار.

يتضح من الجدول (6) أن قيمة (t) البالغة (519) ليست ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \geq 0.05$) أي أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط أداء طلاب المجموعة التجريبية على مقياس السلوك العدواني في القياس البعدي وقياس المتابعة، مما يشير إلى استمرار تأثير البرنامج التدريبي في خفض السلوك العدواني بعد انتهاء تطبيقه.

مناقشة النتائج والتوصيات

مناقشة نتائج الفرضية الأولى:

أظهرت نتائج فحص الفرضية الأولى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات أداء مجموعتي الدراسة في السلوك العدواني تعزى للبرنامج التدريبي لصالح المجموعة التجريبية، حيث تبين أن المتوسط الحسابي المعدل لأفراد المجموعة التجريبية بلغ (54.881) على مقياس السلوك العدواني وكان أقل من المتوسط الحسابي المعدل لأفراد المجموعة الضابطة (121.194)، وهذا يعد مؤشراً على أن البرنامج التدريبي قد أسهم في خفض السلوك العدواني لدى طلاب المجموعة التجريبية بعد تعرضهم للبرنامج الإرشادي المحوسب للتدريب على إدارة الغضب. ويمكن تفسير هذه النتائج من خلال الخصائص التي اتصف بها البرنامج والتي تتضمن شمول البرنامج التدريبي للعديد من الفنيات والأساليب الإرشادية والتمارين والأنشطة التي تساعد على رفع قدرة الفرد على السيطرة على انفعالاته والتحكم بأفكاره وأحاسيسه الذاتية وضبط سلوكه، حيث إن أفكار الفرد وانفعالاته تتحكم إلى درجة عالية بسلوكه وعلاقاته الاجتماعية وتؤثر بها، وبالتالي فإن تدريب الطلاب أعضاء المجموعة التجريبية على وقف الحديث الذاتي السلبي وتحويله إلى حديث ذاتي إيجابي يؤدي إلى الترويح وعدم التهور والاندفاعية والسيطرة على مشاعر الغضب والتوتر وبالتالي خفض السلوك العدواني.

كما أن تطبيق أسلوب التحصين ضد التوتر والضغط الذي يهدف إلى تغيير معتقدات وأفكار الفرد ومساعدته على تحسين الإدراك الواعي لذاته وللآخرين وفهم انفعالاته وانفعالات الآخرين وتعرف أفكاره اللاعقلانية المسؤولة عن ردود أفعاله السلبية

للتدريب على إدارة انفعالاتهم ومنها انفعال الغضب وضبطها وتقريبها بطريقة إيجابية. فمن خلال تدريب الطلاب على أسلوب الاسترخاء العضلي وتمارين التنفس أصبحوا أكثر قدرة على التحكم بردود أفعالهم وارتفعت قدرتهم على مواجهة الضغوط وإدارتها. ومن المتوقع أن تؤدي مثل هذه المهارات إلى تعزيز اجتماعي من قبل المدرسة والأسرة والأصدقاء مما يسهم في استمرارية التحسن.

وتتسق النتائج التي انتهت إليها الدراسة الحالية مع نتائج عدد من الدراسات منها دراسة برت، وباتل، وبوتلر، وجونزاليس (Burt, Patel, Butler and Gonzalez, 2013) ودراسة ستسو وأيدين وسورياس (Sütçü, Aydin and Sorias, 2010) ودراسة أبو رياش والصابي (2007) ودراسة أبو هاشم (2007) حول استمرار تأثير البرامج التدريبية بعد انتهاء فترة التدريب.

التوصيات

وفي ضوء النتائج التي خلصت إليها هذه الدراسة، يمكن تقديم التوصيات التالية:

1. تطبيق برامج توجيه جمعي محوسبة للتدريب على إدارة الغضب مع فئات عمرية مختلفة.
2. إجراء دراسات تتناول أثر برنامج توجيه جمعي محوسب للتدريب على إدارة الغضب في خفض السلوك العدوانى لدى الإناث.
3. تدريب المرشدين التربويين العاملين في وزارة التربية والتعليم على دمج أدوات تكنولوجيا المعلومات والاتصالات وتوظيف الحاسوب في برامج التوجيه الجمعي المقدمة للطلبة في المدارس.
4. إجراء عدة قياسات متابعة بعد فترات زمنية تطول تدريجياً بهدف التحقق من مدى استمرارية أثر التدريب.
5. تطبيق البرنامج على عينات مماثلة في مدارس أخرى لتعميم الفائدة.
6. زيادة عدد المرشدين التربويين في المدارس.

العدواني لدى طلبة المرحلة الأساسية في منطقة اربد في الأردن. مجلة اتحاد الجامعات العربية، العدد(49)، 5-42، عمان، الأردن.

أبو سنيينة، ختام عبد الجليل (2006) نسبة إنتشار السلوك العدوانى وعلاقته بجنس الطالب وصفه وحجم الصف لدى عينة من طلبة الصفوف الثلاثة الأولى في المدارس الحكومية في مديرية التربية والتعليم لعمان الثالثة. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة

وانتقلت نتائج الدراسة الحالية مع دراسة ستسو وأيدين وسورياس (Sütçü, Aydin and Sorias, 2010) التي أظهرت فاعلية برنامج علاج جمعي مستند إلى العلاج المعرفي السلوكي في خفض الغضب والعدوان لدى المراهقين.

مناقشة نتائج الفرضية الثانية:

أظهرت النتائج بالنسبة للفرضية الثانية عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات أداء المجموعة التجريبية التي خضعت للبرنامج التدريبي على القياس البعدي ومتوسطات أداء نفس المجموعة على قياس المتابعة، حيث تبين أن المتوسط الحسابي لأداء الطلاب على القياس البعدي لمقياس السلوك العدوانى بلغ (55.07) وبلغ المتوسط الحسابي لأداء الطلاب على قياس المتابعة (54.85)، وهذا يعد مؤشراً على استمرارية أثر البرنامج التدريبي المحوسب للتدريب على إدارة الغضب في خفض السلوك العدوانى لدى طلاب المجموعة التجريبية بعد انتهاء فترة المتابعة.

ويمكن عزو استمرارية التحسن إلى الأساس النظري الذي استند إليه البرنامج والاستراتيجيات التي تضمنها واستخدمها لإحداث التغيير في سلوك الطلبة وذلك من خلال التأثير على معتقدات الفرد المتعلقة بذاته وبالآخرين كتدريب الطلاب على استبدال الحديث الذاتي السلبي بالحديث الذاتي الإيجابي، وتبديل الأفكار اللاعقلانية بأخرى أكثر عقلانية، ومهارات الإسترخاء العقلي والتعزيز الذاتي وكلها مهارات ذات آثار بعيدة المدى وليست مؤقتة التأثير.

وقد ركزت الأساليب الإرشادية المستخدمة في البرنامج التوجيهي على نقل أثر التدريب إلى الحياة الواقعية من خلال فنيات النمذجة ولعب الدور ومحاولة ممارسة المهارة خارج حصة التوجيه الجمعي التدريبية، وتلقي التغذية الراجعة من المرشد ومن الرفاق حول كيفية التعامل مع المواقف الضاغطة والمثيرة للغضب في المواقف الحياتية اليومية، كل ذلك أدى إلى استمرار التحسن الذي أحدثه البرنامج.

لقد عمل البرنامج التدريبي على تلبية حاجات الطلبة

المراجع

أبو حطب، ياسين (2002) فاعلية برنامج مقترح لتخفيف السلوك العدوانى لدى طلبة الصف التاسع الأساسى لمحافظة غزة. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين. أبو رياش، حسين، والصابي، عبد الحكيم (2007) أثر برنامج إرشادي مبني على التعديل السلوكي المعرفي في خفض السلوك

- الأردنية، عمان، الأردن.
أبو عيطه، سهام درويش (1997) مبادئ الإرشاد النفسي، (ط1)، عمان: دار الفكر للطباعة والنشر.
أبو هاشم، أسعد بن عبدالله (2007) فاعلية التدريب على الضبط الذاتي في خفض السلوك العدواني لدى عينة من الأحداث في دار الملاحظة الاجتماعية. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة مؤتة، الكرك، الأردن.
أدلر، ألفرد (2005) الطبيعة البشرية، (ط1)، ترجمة بشري، عادل نجيب، القاهرة: المجلس الأعلى للثقافة.
آل رشود، سعيد بن محمد (2006) فاعلية برنامج إرشادي نفسي في خفض درجة السلوك العدواني لدى طلاب المرحلة الثانوية. أطروحة دكتوراة غير منشورة، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، الرياض، المملكة العربية السعودية.
تمبلر، روبرت (2012) فن إدارة الغضب، (ط1)، ترجمة محمد، هند، بيروت: دار المشرق.
جولمان، دانيال (2000) الذكاء العاطفي، (ط1)، ترجمة ليلي الجبالي، الكويت: عالم المعرفة.
الحجازي، سعاد عبد القادر (2003) فاعلية الإرشاد الذاتي المحوسب في تعديل سلوك النمط (أ) لدى عينة من طالبات الصف العاشر. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الهاشمية، الزرقاء الأردن.
حسين، طه عبد العظيم (2007) استراتيجيات إدارة الغضب والعدوان، (ط1)، عمان: دار الفكر.
سوالمة، يوسف وحداد، عفاف (1996) الخصائص السيكومترية لمقياس (بص وبيري) للعدوان المعدل للبيئة الأردنية، مجلة أبحاث اليرموك، 12 (3)، 147-181.
شواقفة، سهيل موسى (2009) إدارة الغضب، (ط1)، عمان: دار جهينة للنشر والتوزيع.
العادلي، راهبة عباس (2010) الانفعالات نموها وإدارتها، (ط1)، بغداد: مكتبة اليمامة للطباعة والاستتساخ.
قسم الإرشاد في لواء قصبه عمان (2012) المشكلات السلوكية في المدارس، عمان، الأردن.
كمور، ميماس ذاكر (2007) بناء برنامج إرشادي مستند إلى نظرية جولمان في الذكاء الانفعالي وقياس أثره في خفض السلوك العدواني والاتجاهات السلبية نحو المدرسة لدى طلبة المرحلة الأساسية في الأردن. أطروحة دكتوراة غير منشورة، جامعة عمان العربية، عمان، الأردن.
موسى، رشاد علي والعمروسي، نبلي حسين (2011) سيكولوجية الغضب، (ط1)، الإسكندرية: دار الوفاء للطباعة والنشر.
النمر، أمال زكريا والمصري، سلوى فتحي (2011) برنامج إرشادي إلكتروني لإثراء معنى الحياة وبعض المتغيرات النفسية المرتبطة به لدى طلبة الجامعة، مجلة كلية التربية-جامعة عين شمس، 35 (4)، 167-233.
النويران، فرحان لافي (2012) فاعلية برنامج إرشادي مستند إلى الكفاءة الانفعالية في خفض السلوك العدواني وتحسين تقدير
- الذات لدى طلبة المرحلة الأساسية في الأردن. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.
وزارة التربية والتعليم (2007) الدليل الوقائي لحماية الطلبة من العنف والإساءة، عمان، الأردن.
Bandura, A. (1986) Social Foundation of Thought and Action. Social cognition theory. London, Englewood Cliffs.
Buss, A. H. and Perry, M. P. (1992) The Aggression Questionnaire. Journal of Personality and Social Psychology, 63, 452-459.
Burt, I. Patel, S. H. Butler, S.K. and Gonzales, T. (2013) Integrating Leadership Skills into Anger Management Groups to Reduce Aggressive Behaviors: The LIT Model, Journal of Mental Health Counseling, 35 (2): 124-141.
Christopher. J. F. Kong, G. Fuller J. R. and DiGiuseppe, R. (2011) Anger, Aggression, and Irrational Beliefs in Adolescents. Cognitive Therapy Research, 35, 199-208
Corey, G. (2009) Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy, 8th Ed, Belmont, USA: Thomson Brooks.
Ellis, A. (2003) Anger How to Live With and Without It, first Ed, New York: Kensington Publishing Corp.
Emery, R. E. (2009) Anger is not Anger is not Anger: Different Motivations behind Anger and why they Matter Family Low, Virginia Journal of Social Policy and the Low, 16 (2): 347-356.
Feindler, E. L. and Engel, E. C. (2011) Assessment and Intervention for Adolescents with Anger and Aggression Difficulties in School Settings, Psychology in the Schools, 48 (3): 243-253.
Feindler, E. L. and Fremouw, W. J. (1984) Stress Inoculation Training for Adolescent Anger Problems. In: Meichenbaum, D. and Jaremko, M.E. (Ed), Stress Reduction and Prevention (451-485), New York, Plenum Publishing Corporation.
Greene, R. T. (2003) Clinical Counselors and the Internet: A National Survey Evaluating the Impact of the Internet on the Counseling Profession. Unpublished Doctoral Dissertation, Virginia State University, USA.
Hortensius, R. and Schutter, D. J. and Harmon-Jones, E. (2012) When anger leads to aggression: induction of relative left frontal cortical activity with Transcranial direct current stimulation increases the anger-aggression relationship, SCAN, 7 (1): 342-347.
Larson, J. and Lochman, J. E. (2011) Helping

- Sherman, B. (2005) *Stress and Anger the Stimulation in the Human mind*, First Ed, Delhi, India: Abhishek Publication.
- Sutus, S. T., Aydin, A. and Sorias, O. (2010) Summary Effectiveness of a Cognitive Behavioral Group Therapy Program for Reducing Anger and Aggression in Adolescents, *Turkish Journal of Psychology*, 25 (6): 68-72.
- Taft, C.T., Creech, S. K. and Kachadourian, L. (2012) Assessment and Treatment of posttraumatic anger and aggression: A review, *Journal of Rehabil Research Dev*, 49 (5): 777-788.
- Schoolchildren Cope with Anger: A Cognitive – Behavioral Intervention, second Ed, New York: Guilford Press.
- Meichenbaum, D. (1985) *Stress Inoculation Training*, First Ed, New York: Pergamon Press.
- Meichenbaum, D. (1978) *Cognitive-Behavior Modification*, Second Ed, New York: Plenum Press.
- Moretti, E. (2007) *Crimes and the Code of Criminal Justice*. In: Belfield, C. and Levin, H. M. (Ed), *The Price We Pay: Economic and Social Consequence of Inadequate Education*, (142-159), New York: Brookings Institution.
- Novaco, R. W. (1975) *Anger Control*, first Ed, Toronto: Lexington Books.

The Effectiveness of Computerized Group Guidance Program for Anger Management Training on Reducing Aggressive Behavior of Sixth Grade Students

*Wesam Hussein Alhassasnah, Nasima Ali Dawoud**

ABSTRACT

The study aimed at investigating the effectiveness of computerized group guidance for anger management training on reducing aggressive behavior among Sixth grade students.

The study sample consisted of (54) Sixth grade male students attending two divisions at Musa Bin Nosair School in Qasabat Amman Educational Directorate during the second semester of the scholastic year 2013/2014.

The two divisions were randomly assigned to an experimental group and a control group each consisted of (27) students. Participants in the experimental group underwent a computerized group guidance for anger management training consisted of (12) training sessions for six weeks, while the control group members didn't receive any training. The participants in both groups answered a scale of aggressive behavior before and after the application of the training program. A follow-up measure was administered to the experimental group.

The results showed the effectiveness of the computerized group guidance for anger management training in reducing aggressive behavior among students. Statistically significant difference was found between the experimental group and the control group with decreased levels for the experimental group in aggressive behavior compared to the control group. The follow-up measure indicated the continuity of the impact of the training program in reducing aggressive behavior.

Keywords: Computerized Group Guidance Program, Anger Management Training, Aggressive Behavior.

* Faculty of Educational Sciences, The University of Jordan. Received on 7/7/2014 and Accepted for Publication on 3/11/2014.