

اثر برنامج ارشادي بأسلوب دحض الافكار لخفض التعبير الانفعالي المتناقض لدى الطالب المصابين بالأمراض المزمنة في المرحلة المتوسطة

The effect of a counseling program using the method of refuting ideas to reduce the contradictory emotional expression of students with chronic diseases in the intermediate stage

* حسين حسين زيدان

المديرية العامة للتربية ديالي - وزارة التربية (العراق) hzma_zadan@yahoo.com

تاریخ الاستلام : 2023/08/27 ; تاریخ القبول : 2023/09/05 ; تاریخ النشر : 2023/12/22

ملخص الدراسة: يهدف البحث الحالي الى معرفة اثر اسلوب دحض الافكار في خفض التعبير الانفعالي المتناقض لدى الطالب المصابين بالأمراض المزمنة في المرحلة المتوسطة من خلال اختبار ثلاث فرضيات، وقد حدد الباحث المنهج التجاري للبحث الحالي، وقد تم تبني مقاييس التعبير الانفعالي المتناقض لـ (king& EMMONS, 1990) والذي تم ترجمته من قبل الباحث وهو مكون (26) فقرة وتم تحديد مجتمع البحث من الطلاب المدارس المصابين بالأمراض المزمنة التابعة للمديرية العامة للتربية ديالي في مركز مدينة بعقوبة للمرحلة المتوسطة ، وبلغت عينة البحث (200) طالب وعينة البرنامج (20) طالب من حصلوا على اعلى الدرجات لمقياس التعبير الانفعالي المتناقض مقارنة بالوسط الفرضي، موزعين على مجموعتين تجريبية وضابطة، وبعد تطبيق المقاييس وتحديد الاحتياجات الارشادية للعينة، وتحديد التصميم التجاري للبرنامج، كما تم بناء (12) جلسات ارشادية لعناوين الجلسات الارشادية وفق الاطار النظري مع تطبيق فنيات ونشاطات الاسلوب الارشاد الذي تبناه الباحث اظهرت نتائج البحث بعد تحليل نتائج الفرضيات الثلاث احصائيا وتفسيرها الى انخفاض مستوى التعبير الانفعالي المتناقض لدى المسترشدين في المجموعة التجريبية وهم الطلاب المصابين بالأمراض المزمنة في المرحلة المتوسطة الذين طبق عليهم البرنامج الارشادي، مما تشير هذه النتائج الى نجاح البرنامج الارشادي بأسلوب دحض الافكار، ووجود اثر للأسلوب الارشادي وفنياته واستراتيجياته الارشادي.

الكلمات المفتاحية: برنامج ارشادي، التعبير الانفعالي المتناقض، دحض الافكار، الطلاب المصابين بالأمراض المزمنة.

Abstract: The current research aims to find out the impact of the method of refuting ideas in reducing the paradoxical emotional expression of students with chronic diseases in the intermediate stage by testing three hypotheses. Which was translated by the researcher and is composed of (26) paragraphs, and the research community was identified from school students with chronic diseases affiliated to the General Directorate of Diyala Education in the Baquba city center for the intermediate stage, and the research sample was (200) students and the program sample was (20) students who obtained The highest scores for the paradoxical emotional expression scale compared to the hypothetical medium, divided into two experimental and control groups, and after applying the scale and determining the counseling needs of the sample, and determining the experimental design of the program, and (12) counseling sessions were built for the titles of the counseling sessions according to the theoretical framework with the application of the techniques and activities of the counseling method that It was adopted by the researcher. The results of the research, after analyzing the results of the three hypotheses statistically and interpreting them, showed a low level of contradictory emotional expression among the counseled in the experimental group, who are students with chronic diseases in the intermediate stage to whom the counseling program was applied. Impact of the counseling method, its techniques and strategies.

Keywords: counseling program, contradictory emotional expression, refuting ideas, students with chronic diseases.

- مقدمة :

يعد الجانب الانفعالي في حياة الفرد من الجوانب التفاعلية التي يعبر من خلالها عن طبيعة مشاعره الداخلية ومدى تفاعله مع الآخرين من حوله سواء في البيت او المدرسة، وان موضوع البحث الحالي من الموضوعات المهمة

التي تمثل نوع من العدم القدرة على التفاعل والتواصل مع الآخرين من حوله وخاصة ان المرحلة الدراسية الحالية تعد في مرحلة المراهقة التي تحتاج الى متابعة وارشاد وتوجيه مستمر. (عليوي، 2023، ص 26)

كما يمثل الارشاد التربوي من اهم التخصصات النفسية التي تقدم خدمات انجذابية ووقائية وعلاجية تتناسب وطبيعة المرحلة العمرية ومدى عمق المشكلة التي يدرسها البحث، لذا فان تطبيق برنامج ارشادي على الطلاب داخل البيئة المدرسية يعد من الاجراءات التربوية المهمة والقيمة من الجل الوقوف على طبيعة المشكلة التي تواجه افراد العينة، ومن خلال عمل الباحث في مجال الارشاد التربوي شخص مشكلة البحث الحالي ومدى انتشارها مع الحاجة الى اجراء دراسة وفق المنهج التجاري من اجل الوقوف على اسباب المشكلة وحلها بطريقة علمية تجريبية.

ان الطلاب الذين يعانون من امراض مزمنة مختلفة منها قلبية ومنها امراض الدم والسكري وضغط الدم وغيرها الكثير ، وان هذه الفئه قد ازدادت في المدارس وتحديدا في التعليم المتوسط مما استوجب الباحث الى اجراء دراسة وبناء برنامج تجاري ارشادي تطبيقي للإيجاد الحلول والخروج بوصيات ومقترنات حل هذه الظاهرة في البيئة المدرسية.

01. مشكلة البحث.

ان دراسة السلوك الانفعالي الانساني الذي يتاثر بالمتغيرات الانسانية بوصفها ظواهر يشوبها الكثير من التعقيد بعد من الامور المهمة، وان اهم المعوقات في دراسة الانسان ومتغيراته النفسية والاجتماعية بوصفها محاولة علمية التنبؤ بالسلوك والتحكم به، هو صعوبة تحديد المنهج والأسلوب العلمي المناسب لها، كما تعد هذه المتغيرات ذات التأثير المباشر على الجوانب النفسية والاجتماعية والثقافية من حياة الفرد، والتي تتضح معالمها من خلال الظواهر السلبية التي انتشرت بشكل سريع في المجتمع مما انعكس سلبا على الجانب النفسي والانفعالي والعاطفي والوجودي في البيئة الاسرية والاجتماعية التي يعيش فيها الفرد (ابراهيم، 2016، ص 32)

يعاني الفرد من مشكلات في سوء التناقض في التعبير الانفعالي فأن ذلك يتسبب في كتم المشكلات التي يعانيها مما ينعكس على اسلوب تفاعله مع الآخرين في البيئة الاجتماعية والوظيفية وحتى يصل الى حالة من التتصدع بالعلاقات الاجتماعية، تنشأ لديه فجوة نفسية داخلية تتعكس على صورته لذاته التي هو يحددها حتى يذهب الى حالة من الانطواء الفردي بعيدا عن الآخرين مما يتسبب ذلك في زيادة حالة التتصعد الاجتماعي وحصر خارطة علاقته الاجتماعية مع زيادة حالة الفجوة بينه وبين الذات الواقعية التي يحملها، لذا تعد صعوبة التناقض في التعبير الانفعالي وخاصة لدى الافراد الراشدين والذين يمتلكون مسؤوليات عمل وظيفي يحتاج الى حالة من الاستقرار الانفعالي والثبات والازان النفسي من اجل اداء المهام الوظيفية المكلف بها. (الحفني، 2017، ص 62)

كما ان عينة البحث تعد من الفئات الخاصة لأنها تعاني من امراض مزمنة دائمه، ويكونون شديدي الحساسية الانفعالية مما يكون لديهم ضعف في النمو النفسي لمرحلة المراهقة الوسطى، كما اهم في مقبل العمر وبداية النمو النفسي والاجتماعي وتكوين الشخصية مما يتعرضون للعديد من المثيرات والمتغيرات التي تتعكس سلبا على وعيهم الانفعالي الذي قد يتناقض مع قدرتهم على التعبير عن مشاعرهم الداخلية مما يؤثر على قدرتهم على فهم تلك

المشاعر مما تسبب لهم تلطّك الحالة بنوع من المشاعر المتناقضة لتعبير بين الرفض والغضب او الراحة والتقبل وخاصة في البيئة المدرسية مما يحتاجون الى خدمات الارشاد النفسي والتوجيه التربوي في المدرسة، ويمكن تلخيص مشكلة البحث الحالي من خلال طرح السؤال الآتي : هل يوجد اثر للبرنامج ارشادي في خفض التعبير الانفعالي المتناقض لدى الطلاب المصابين بالأمراض المزمنة في المرحلة المتوسطة.

02. أهمية البحث:

ان الجانب النفسي والانفعالي يمثل اهم الجوانب في حياة الفرد وخاصة من هم في مرحلة المراهقة، اذ يتفاعل من خلالها مع الاخرين في محيطه البيئة الاجتماعية التي يعيش فيها، كما يرسم التناقض في التعبير الانفعالي ملامح سلوكه التطبيقي واللفظي الذي يعبر من خلال تلك الانفعالات عن الحاجات النفسية التي يسعى الى تحقيقها ، وان الانسان يعيش في بيئه اجتماعية كثيرة التغيرات وتأثير فيه بمختلف مراحل عمره الذي يعيش فيه، وان هذه البيئة تحتاج الى ضبط مادي ومعنوي من اجل تكوين بيئه اجتماعية تتاسب وحاجاته المتعددة، واوضحت دراسة (جبريل، 2015) التي استخدم فيها استبيان متعدد المجالات وفق المنهج الوصفي لقياس مظاهر التعبير الانفعالي لدى عدد من المتعلمين بان التناقض في حالة التعبير الانفعالي سواء كان لفظي او غير لفظي فان لذلك اثر على الجوانب الشخصية والاستقرار الانفعالي، كما ان التعبير الانفعالي يمثل الجانب الحسي اللفظي وغير اللفظي لتواصل الفرد في البيئة الاجتماعية التي يتفاعل بها و يؤثر فيها، وبعد تغير التناقض في التعبير الانفعالي من المتغيرات النفسية والانفعالية الحديثة والتي يتوجب ان يسلط الباحثون في ميدان العلوم النفسية والتربية الاهتمام البحثي والمعرفي ومعرفة مدى تأثيره على الانسان كونه يمثل جانب مهم في حياة الانسان وبشكل يومي ، وان الفرد يواجه العديد من المثيرات النفسية والحسية المتناقضة والتي تؤثر على الجانب النفسي والانفعالي وتكون الخبرات مما يعكس على حالة التفاعل مع تلك المثيرات من خلال التناقض في التعبير الانفعالي في الاستجابات المتحققة، ان طبيعة الاستجابات التناقضية في التعبير الانفعالي تعطي صورة عن ذلك الفرد الذي يعطي تلك الاستجابات التعبيرية الانفعالية المتناقضة مما يبرز ذلك اهمية دراسة هذا المتغير وما له من تأثير على الانسان. (فوزي، 2014، ص 21)

أصبحت عملية الإرشاد التربوي مهمة نتيجة التغيرات الإجتماعية و الإقتصادية والتقلبات الاسرية ، وقد إنعكست أثار تلك المتغيرات على الأفراد والمراهقين خاصة من طلبة المدارس مما ادى إلى ضرورة تقديم الخدمات الإرشادية لهم من خدمات علاجية ونمائية ووقائية وأن هذه الخدمات ليست ترقاً تعليمياً بل ضرورة ملحة لكافة الطلبة ول مختلف المراحل الدراسية، وبعد الإرشاد عملية واعية ومحضطة تقوم على تقديم خدمات ارشادية للأفراد سواء كانوا اسواء او غير اسواء بهدف تقديم المساعدة وتحديد المشكلات وحلها عن طريق تنمية امكانياتهم بأنفسهم بغرض تحقيق التوافق النفسي والشخصي والاجتماعي. (الخطيب، 2014، ص 15)

وأكّدت الابحاث والدراسات ان أسلوب دحض الأفكار حقق العديد من النجاحات وله كفاءة في حل الصعوبات والمشكلات مثل دراسة "حميد" (2017) ودراسة "اللهبي" (2018) لذا يعد أسلوب دحض الأفكار من الاساليب الفعالة في تغيير افكار الطلاب من الغير منطقي إلى التفكير المنطقي، ويكون دور المرشد في هذه

المرحلة بمساعدة الطلاب في حل الصعوبات النفسية والإجتماعية وتوفير الامكانيات التي تساعدهم ومن الضرورة تكشف الخدمات الإرشادية والبرامج بسبب ما يمر به الطالب من احداث تؤثر على نموه والارتفاع إلى المطالب النفسية والجسمية. (نستول، 2015، ص486)

وتكمّن أهمية البحث في المرحلة المتوسطة كونها تمثل شريحة مهمة في المجتمع وتشهد تغيرات نفسية وفسيولوجية مقارنة بالمراحل العمرية الأخرى، من أهم مراحل حياة الفرد فهي مرحلة الاعداد للحياة العملية، وتحمل المسؤولية والمشاركة الفعلية في المجتمع، وهي مرحلة اكتمال النضج من الناحية الجسمية والعقلية والإنفعالية والإجتماعية، كما ان القدرات التي كانت تتقرب مع بعضها البعض في مرحلة الطفولة المتأخرة تبدأ تتميز قويا خلال مرحلة المراهقة ومن ثم الرشد وقد تؤثر هذه القدرات في ميول الفرد وفي نمط حياته التي سيختارها في المستقبل. (ابو اسعد، 2011، ص3)

3. اهداف البحث:

يهدف البحث إلى التعرف على (أثر برنامج ارشادي بأسلوب دحض الأفكار في خفض التعبير الانفعالي المتناقض لدى الطلاب المصابين بالأمراض المزمنة في المرحلة المتوسطة) عن طريق اختبار الفرضيات الآتية:-

1. لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (.005). بين درجات افراد المجموعة التجريبية (دحض الأفكار) في الاختبار القبلي والبعدي على مقياس التعبير الانفعالي المتناقض.
2. لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (.05). بين رتب افراد المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس التعبير الانفعالي المتناقض.
3. لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (.05). بين رتب درجات افراد المجموعة التجريبية (دحض الأفكار) ورتب درجات افراد المجموعة الضابطة في الاختبار البعدي على مقياس التعبير الانفعالي المتناقض.

4. حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي بطلاب المرحلة المتوسطة المصابين بالأمراض المزمنة في المدارس الحكومية في محافظة ديالى في مركز قضاء بعقوبة التابعة الى مديرية تربية ديالى للعام الدراسي (2021-2022).

5. مفاهيم البحث:

أ- البرنامج الإرشادي : عرفه "Borders&Dryra" (1992, P462) هو مجموعة من الأنشطة والفعاليات التي يقوم بها المسترشدين في تعاون وتفاعل يعمل على توظيف امكاناتهم و طاقاتهم فيما يتافق مع حاجاتهم وموتهم واستعداداتهم في جو يسوده الامن والطمأنينة بينهم وبين المرشد.

ب- أسلوب دحض الأفكار : "Ellis" (1987, p7) هي أحدى فنيات العلاج العقلاني الإنفعالي السلوكي تساعد المسترشد في استبدال أفكاره غير العقلانية واتجاهاته وفلسفته إلى أفكار واتجاهات منطقية وعقلانية وتبنيه فلسفة واضحة في الحياة تقوم على المنطقية في توجيهه الأسئلة عن طريق المرشد إلى المسترشد.

جـ- التعبير الانفعالي المتناقض : (King & Emmons 1990, p864) محاولة لإدارة التعبير الخارجي للتجربة الانفعالية الإيجابية والسلبية على حد سواء، ويتمثل بالصراع على نعط واحد من التعبير الانفعالي، إذ يكون الفرد فيه معبراً أو غير معبراً ؛ ومع ذلك، قد لا يزال في صراع حول رغبته وأسلوبه بالتعبير .

06. الاطار النظري لأسلوب دحض الافكار

هو أحد الأساليب المهمة في العلاج العقلي الانفعالي ويعد من الاساليب العلاجية التي يستعملها المرشد في دحض افكار لاعقلانية واستبدالها بأفكار عقلانية ، بين المرشد والمسترشد عن طريق المناقشة وال الحوار و يستعمل مع المسترشدين الذين يعانون من التوتر والقلق وايضا مشكلات التفاعل مع الآخرين ، يقوم المرشد بمساعدة المسترشد بعبارات عقلانية وايجابية توافقية لجعله يكتب معتقداته اللاعقلانية الخاطئة ومن ثم دحضها واستبدالها بأفكار ومعتقدات عقلانية ايجابية مؤثرة ويعد اسلوب الدحض اسلوب ذو فاعلية جيدة في مساعدة المسترشدين في تخفيف القلق والتوتر والفشل والرفض من الآخرين، ويرى "Lega & Ellis" اسلوب العقلي الانفعالي السلوكي في دحض الأفكار ومهم باستعماله مع المسترشدين و ذلك لأنه يحمل خلفية ثقافية متنوعة مع الأفراد من يعانون من مشكلات انفعالية وخاصة الافراد المراهقين.

وركز "Hoggan" (2000, p359) على ثلات من العناصر في اسلوب دحض الأفكار وهي (المناقشة، الحوار ، التمييز) إذ يقوم المسترشد في عنصر المناقشة مناقشة افكار ومعتقدات المسترشد الخاطئة وفحص تلك الأفكار اختبارياً ومنطقياً وفي المحاورة يقوم المسترشد بمحاورة الأفكار الغير عقلانية مع المرشد وكيفية دحضها واستبدالها بأفكار عقلانية وفي التمييز يقوم المرشد بتعليم المسترشد في التمييز بين الأفكار اللاعقلانية وبين الأفكار الداعمة للذات .

وبواسطة اسلوب دحض الأفكار يقوم المرشد بطرح الاسئلة وتتضمن هذه الاسئلة عدة جوانب غير منطقية من اعتقادات المسترشد الغير عقلانية، وعن طريق الاسئلة تحدث المسترشد على التفكير بنفسه وليس بقبول وجهة نظر الآخر، فيعمل هذا اسلوب على تخلي المسترشد من هذه الأفكار والمعتقدات ويستمر المرشد من توجيه الاسئلة إلى المسترشد حتى يعترف بأن الأفكار والمعتقدات الغير عقلانية لا صحة لها ويجب اختيار التفكير البديل العقلي الايجابي (العامري، 2004، ص26).

07. الاطار النظري لمفهوم التعبير الانفعالي المتناقض.

يعد التناقض في التعبير الانفعالي مفهوم رئيسي من مفاهيم علم النفس المعاصرة تم صياغته اول مرة من قبل Bleuler (1991) ليشير إلى مشاعر الحب والكره الموجهة في وقت واحد نحو نفس الشيء من الحالات الإيجابية والسلبية، وقد يواجه الفرد مشاعر متناقضة تجاه مزيجاً من المشاعر، والتي تسمى الخلط المتناقض في تحديد ما ترغب في التعبير عنه، ويتم تصور التناقض كمنهج تجنب الصراع بالمشاعر المختلطة، وفي الصراع داخل الصراع ، وان الأفراد الذين لديهم اهداف محددة لحالتهم الانفعالية والتعبير عن هذه الحالات، يمكن أن يشعروا في كثير من الأحيان بالتنازع أو الصراع حول تلك الأهداف، ويمكن ان ينظر إلى التناقض في التعبير الانفعالي من وجهاً النظر

المذكورة أعلاه كشكل من أشكال صراع داخلي نحو تحقيق المهدى، ويشير المفهوم العام للتناقض في التعبير الانفعالي بأنها حالات انفعالية عاطفية ذات الاثر الشديدة كنوع من المتغيرات النفسية المتغيرة و والغير المتباينة بسرعة نحو الفرد، ويتجنب الأفراد التعبير عن انفعالاتهم بعد تجربة العواقب السلبية المتكررة، إذ يستعمل هؤلاء الأفراد التهرب من أجل حماية أنفسهم من العواقب الشخصية السلبية مثل الرفض أو الانتقاد أو الإذلال، وقد يتعزز هذا التجاهل التعبيري بشكل سلبي باستمرار بسبب عدم وجود عواقب سلبية عندما يكشف الأفراد عن المعلومات الانفعالية، وينبغي أن يميز البناء المتناقض بين الأنماط التعبيرية الصحية وغير الصحية (Pennebake, 1985: p43)

ويرى "King & Emmons" (1990) وهو المنظرين لهذا المفهوم بأن التعبير الانفعالي المتناقض هو تجربة أو حالة صراع وتناقض في أسلوب الفرد في التعبير لانفعالي والعاطفي، بعض النظر عن الأسلوب الذي يستخدمه حيث يمكن ان تشير التناقض في التعبير الانفعالي إلى الأفراد الذين لا يتمكنون من التعبير عن مشاعرهم ولديهم تشبيط في الرغبة في التعبير ، وكذلك وأشار إلى الأفراد الذين يمكنهم التعبير عن مشاعرهم ومن ثم يشعرون بالأسف جراء تعبيرهم هذا، او ميل الفرد للمرور بتجربة التناقض حول التعبير عن مشاعره وانفعالاته وإن التناقض في التعبير العاطفي هو عجز تفاعلي في العلاقات الشخصية. (Heisel & Mongrain, 2002:p43)

ان التناقض في التعبير الانفعالي الصريح لم يتم اختباره على أنه مزعج نفسياً عندما تكون الجوانب الإيجابية والسلبية للموضوع موجودة في عقل الشخص في نفس الوقت .، التناقض التعبير الانفعالي غير المريح المعروف يمكن أن يؤدي إلى التجنب والتسويف ، أو محاولات متعمدة لحل التناقض، ويعاني الناس من أكبر قدر من الانزعاج من ازدواجية موقفهم في الوقت الذي يتطلب فيه الموقف اتخاذ قرار ، يدرك الناس تناقضهم بدرجات متفاوتة ، وبالتالي فإن تأثيرات حالة التناقض تختلف باختلاف الأفراد و مواقف. لهذا السبب ، نظر المختصون في شكلين من التناقض في التعبير الانفعالي، أحدهما فقط يتم اختباره بشكل شخصي كحالة صراع. (الودي، 2020،ص10).

ثانياً - الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية:

01. منهجية البحث:

حدد الباحث منهجية البحث الحالي بالمنهج التجاري لأنه يتلاءم واهداف البحث وطبيعة المشكلة والعينة المحددة للبحث الحالي وهدفه وفرضياته.

02. مجتمع البحث:

يشمل مجتمع البحث الحالي طلاب الدراسة المتوسطة في محافظة ديالى قضاء بعقوبة المركز للعام الدراسي 2022-2023 للمدارس التابعة للمديرية العامة ل التربية ديالى.

03. عينة البحث

ان عملية اختيار عينة البحث من اهم خطوات البحوث الميدانية التطبيقية وخاصة في التخصصات النفسية والتربية وطبيعة الظاهرة في المجتمع وحصرها بشكل دقيق وانما يلحاً لاختبار عينة المجتمع ومدى امكانية تمثيل العينة لجميع خصائص المجتمع الاصلي، وقد تم اختيار عينة البحث بالطريقة القصصية كونهم فئة ذات وجدول (1) يمثل عينات

البحث، لطلاب المرحلة المتوسطة للعام الدراسي 2021-2022 وبلغ عدد افراد العينة (250) وجدول (1) يوضح ذلك.

جدول رقم (1): يبين توزيع العينة وفق الاستخدام

| نوع العينة | العدد |
|------------------------|------------|
| العينة الاستطلاعية | 20 |
| عينة البحث الرئيسية | 200 |
| عينة البرنامج الارشادي | 20 |
| عينة الثبات | 10 |
| العدد الكلي | 250 |

تم القيام بالخطوات الآتية عند اختيار عينة البرنامج الارشادي:-

- 1- تطبيق مقياس التعبير الانفعالي المتناقض على عدد من الطلاب.
- 2- تم اختيار الطلاب الذين حصلوا أقل الدرجات أعلى من الوسط الفرضي لمقياس التعبير الانفعالي المتناقض.
- 3- توزيع الطلاب وبشكل عشوائي بين المجموعتين التجريبية والضابطة بواقع (10) طالب لكل مجموعة كما في جدول (2).

جدول رقم(2): يوضح توزيع الطلاب على المجموعتين التجريبية والضابطة

| المجموعات | عدد الطلاب |
|--------------------|------------|
| المجموعة التجريبية | 10 |
| المجموعة الضابطة | 10 . 1 |

4- التكافؤ بين المجموعتين

اجري التكافؤ بين المجموعتين في بعض العوامل والتي قد تؤثر على سلامة التجربة وهي :-

أ- درجات مقياس التعبير الانفعالي المتناقض

التكافؤ في درجات مقياس الشخصية المصنعة في الاختبار القبلي ، للتحقق من تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة في مقياس التعبير الانفعالي المتناقض قبل تطبيق البرنامج الإرشادي تم استعمال اختبار (مان - وتنى) للعينات متوسطة الحجم لمعرفة دلالة الفرق بين متوسط وبين العينة في (التعبير الانفعالي المتناقض) إذ تبين ان القيمة المحسوبة تساوي (46.5) وهي غير دالة عند مستوى (0.05) لانها اكبر من الجدولية التي تساوي (23) ، وبذلك لم يظهر فرق دال إحصائياً بين المجموعتين على هذا المتغير مما يدل على ان المجموعتين متكافئتان وإجابتهما متجانسة والجدول (3) يوضح ذلك .

جدول رقم (3): يبين قيمة (مان- وتنى) لمتغير درجات الشخصية المصنعة للمجموعتين التجريبية والضابطة

| مستوى الدلالة | مان - وتنى | | متوسط الرتب | مجموع الرتب | الانحراف المعياري | الوسط الحسابي | العدد | المجموعة | المتغير |
|---------------|------------|----------|-------------|-------------|-------------------|---------------|-------|-----------|-----------------|
| | الحسوية | الجدولية | | | | | | | |
| غير دالة | 23 | 46.5 | 10.15 | 51.50 | 12.285 | 118.40 | 10 | التجريبية | الشخصية المصنعة |
| | | | 1100.85 | 08.50 | 9.107 | 119.50 | 10 | الضابطة | |

ب- العمر الزمني

لمعرفة دلالة الفرق بين متوسط رتب اعمار المجموعتين (التجريبية – والضابطة) استعملت الباحثة اختبار (مان – وتنى) للعينات المتوسطة الحجم ، وتبين ان قيمة (مان – وتنى) المحسوبة تساوي (39) وهي غير دالة لانها اكبر من الجدولية التي تساوي (23) عند مستوى (0.05) ، وبذلك لم يظهر فرق دال احصائياً بين المجموعتين في هذا المتغير مما يدل على ان المجموعتين متكافئتان والجدول (4) يوضح ذلك .

جدول رقم (4) : يوضح قيمة (مان – وتنى) لمتغير عمر الطالبة للمجموعتين التجريبية والضابطة

| مستوى الدلالة | سيرونوف Kقيمة | | متوسط الرتب | مجموع الرتب | الانحراف المعياري | الوسط الحسابي | العدد | المجموعة | المتغير |
|---------------|---------------|----------|-------------|-------------|-------------------|---------------|-------|-----------|-----------------------|
| | الجدولية | المحسوبة | | | | | | | |
| غير دالة | 23 | 39 | 11.60 | 116 | 1.792 | 21.10 | 10 | التجريبية | العمر الزمني بالسنوات |
| | | | 9.40 | 94 | 1.581 | 26.50 | 10 | الضابطة | |

05. أدوات البحث

لتحقيق أهداف البحث يتطلب من الباحث اداة لقياس التعبير الانفعالي المتناقض واداة (البرنامج الارشادي).

اولا- مقياس التعبير الانفعالي المتناقض بعد بالاطلاع على عدد من الدراسات السابقة، قام الباحث بتبني مقياس التعبير الانفعالي المتناقض : **وصف الاداة :** قام الباحث بتبني مقياس اجنبي تم ترجمته الى العربية يتنااسب وطبيعة وخصائص المرحلة العمرية، اذ تبني مقياس التعبير الانفعالي المتناقض لـ (king& EMMONS, 1990) وهو مكون (26) فقرة تم ترجمته من الاجنبية الى العربية من قبل اساتذة تخصص لغة انكليزية الى العربية وبعدتها تم عرض المقياس على مختصين باللغة العربية لتأكد من صدق الترجمة وتم عرض المقياس على مختصين في تخصص القياس والتقويم تم التأكد من صدق المقياس لغوية وعلميا، وللمقياس ثلاث بدائل متدرج وفق طريقة ليكرت هي (دائمًا ولهما وزن 3) و(غالبا ووزنها 2) و (ابدا ووزنها 1) وتبلغ اعلى درجة للمقياس (78) واقل درجة هي (26) وتبلغ درجة الوسط الفرضي (52) وتمثل معيار حكم لدخول الطلاب في البرنامج الارشادي من حصلوا على اعلى الدرجات من الوسط الفرضي .

06. التحليل الاحصائي للمقياس:

أ- (قوة التمييزية للفقرات):

ويقصد بتحليل الفقرات إحصائياً في المقياس الحالي حساب القوة التمييزية لكل فقرة وارتباط درجتها بالدرجة الكلية للمقياس بهدف استبعاد الفقرات التي لا تميز بين المستجيبين والبقاء على الفقرات التي تميز بينهم كما موضح في جدول (5) وظهرت الاحصائيات ان جميع فقرات المقياس (26) فقرة مميزة عند مستوى (0.05) ودرج حرية (52)

جدول رقم(5): بين معاملات تميز فقرات مقياس الإحباط الوجودي بأسلوب المجموعتين المتطرفتين

| القيمة الثانية | دنيا | | عليها | | ت |
|----------------|-----------------|---------|-----------------|---------|----|
| | الأحرف المعياري | المتوسط | الأحرف المعياري | المتوسط | |
| 6.119 | 1.32 | 2.49 | 1.187 | 3.53 | 1 |
| 2.457 | 0.66 | 1.22 | 0.97 | 1.50 | 2 |
| 3.264 | 4.9284 | 1.36 | 1.3225 | 2.01 | 3 |
| 3.891 | 1.06 | 1.49 | 1.42 | 2.15 | 4 |
| 6.224 | 3.61 | 1.40 | 1.5625 | 2.32 | 5 |
| 2.766 | 1.23 | 3.12 | 1.22 | 3.58 | 6 |
| 4.867 | 1.02 | 2.81 | 1.07 | 3.50 | 7 |
| 4.310 | 4 | 1.31 | 4 | 3.33 | 8 |
| 4.426 | 1.35 | 2.82 | 1.25 | 3.61 | 9 |
| 3.542 | 3.61 | 2.32 | 1.8225 | 3.36 | 10 |
| 5.420 | 2.25 | 1.45 | 1.21 | 2.36 | 11 |
| 7.520 | 5.4289 | 1.52 | 1.7689 | 3.45 | 12 |
| 7.793 | 1.174 | 2.17 | 1.383 | 3.53 | 13 |
| 3.470 | 6.5536 | 1.40 | 2.4336 | 3.34 | 14 |
| 8.447 | 1.388 | 2.25 | 1.25 | 3.76 | 15 |
| 5.632 | 8.8804 | 2.45 | 3.9204 | 2.35 | 16 |
| 2.822 | 0.69 | 1.23 | 1.06 | 1.45 | 17 |
| 3.990 | 6.5025 | 0.88 | 2.4025 | 3.55 | 18 |
| 9.206 | 1.024 | 1.58 | 1.493 | 3.14 | 19 |
| 4.790 | 1.5625 | 1.25 | 1.5625 | 3.48 | 20 |
| 6.475 | 0.795 | 1.38 | 2.335 | 2.92 | 21 |
| 4.326 | 1.637 | 1.39 | 1.33 | 3.39 | 22 |
| 3.975 | 4 | 1.25 | 1 | 2.44 | 23 |
| 8.868 | 1.109 | 1.67 | 1.487 | 3.25 | 24 |
| 5.321 | 2.5281 | 1.30 | 2.5281 | 2.05 | 25 |
| 10.439 | 0.878 | 1.35 | 1.461 | 3.06 | 26 |

ب- علاقة الفقرة بالمجموع الكلي

ووضحت المؤشرات الاحصائي ام جميع الفقرات ذات الارتباط الجيد بالدرجة الكلية للمقياس وهي دالة احصائية في مستوى (0.05) والجدول (6) يوضح ذلك.

جدول رقم (6): يوضح معاملات ارتباط فقرات مقياس الاحباط الوجودي بالدرجة الكلية للمقياس

| معامل الارتباط | رقم الفقرة | معامل الارتباط | رقم الفقرة |
|----------------|------------|----------------|------------|
| 0.463 | 14 | 0.425 | 1 |
| 0.360 | 15 | 0.214 | 2 |
| 0.398 | 16 | 0.190 | 3 |
| 0.562 | 17 | 0.297 | 4 |
| 0.331 | 18 | 0.340 | 5 |
| 0.425 | 19 | 0.214 | 6 |
| 0.468 | 20 | 0.219 | 7 |
| 0.376 | 21 | 0.208 | 8 |
| 0.321 | 22 | 0.399 | 9 |
| 0.237 | 23 | 0.285 | 10 |
| 0.226 | 24 | 0.267 | 11 |
| 0.231 | 25 | 0.423 | 12 |
| 0.253 | 26 | 0.342 | 13 |

(0.098) القيم المجدولة لمعامل الارتباط بدرجة حرية (198) عند مستوى (0.05) يساوي *

8- ثبات الاداة:

تم استخراج الثبات بطريقتين هما الفا كرونباخ و تعد تمثيل نسبة استقرار مؤشرات الثبات ومدى ترابط فقراته داخلياً وبلغت قيمة الثبات (0.82) وهي نسبة جيدة، اما طريقة الاختبار الثانية هي الاختبار واعادة الاختبار اذ تم تطبيق الاداة على (10) طلاب تم بعدها اعادة الاختبار بعد (14) يوم وتم احتساب درجات الاختبار الاول والثانى للعينة، اذ بلغ الثبات (0.79) وهي نسبة جيدة.

9- الاداة الثانية البرنامج الارشادي :

من الطائق المتّعة في التخطيط للبرامج الإرشادية نظام (التخطيط . البرمجة . الميزانية) – (Budgeting Planning – Programming) ، يسعى هذا النظام للوصول إلى أقصى حد ممكّن من الفعالية والفائدة وبأقل التكاليف إذا تم إتباعه لتحقيق أهداف البحث الحالي ووفقاً للخطوات الآتية :

أ- تشخيص الاحتياجات: تم تحديدها من خلال استخراج الوسط المرجح لكل فقرة من فقرات

المقياس.

جدول رقم (7): بين الوسط المرجح والوزن المئوي

| وزن مئوي | وسط مرجح | ت |
|----------|----------|----|
| 95 | 3,880 | 1 |
| 93 | 3,710 | 2 |
| 91 | 3,613 | 3 |
| 90 | 3,601 | 4 |
| 87,5 | 3,500 | 5 |
| 81,25 | 3,25 | 6 |
| 80,75 | 3,23 | 7 |
| 80 | 3,20 | 8 |
| 80 | 3,200 | 9 |
| 79,875 | 3,195 | 10 |
| 79,7 | 3,188 | 11 |
| 79,4 | 3,176 | 12 |
| 79 | 3,160 | 13 |
| 78,825 | 3,153 | 14 |
| 78,6 | 3,144 | 15 |
| 78,452 | 3,137 | 16 |
| 78 | 3,120 | 17 |
| 79 | 3,16 | 18 |
| 77,5 | 3,10 | 19 |
| 97,5 | 3,9 | 20 |
| 80 | 3,2 | 21 |
| 75 | 3,000 | 22 |

| | | |
|------|-----|----|
| 62,5 | 2,5 | 23 |
| 100 | 2,4 | 24 |
| 57,5 | 2,3 | 25 |
| 55 | 2,2 | 26 |

وتم عرض البرنامج الإرشادي لعدد من الحكمين في مجال الإرشاد التربوي ، للتبثت من مدى ملاءمة أهداف البحث

الحالي والفنين المستخدمة والزمن الذي يستغرقه البرنامج لتحقيق أهدافه . كما يبين في جدول (8) أدناه :-

جدول رقم (8) : يوضح عناوين الجلسات الإرشادية

| عنوان الجلسة | الفقرات |
|-----------------------------|---|
| افتتاحية | |
| التعبير الايجابي عن المشاعر | أشعر بالقلق اذا قمت بالتعبير عن مشاعري السلبية مثل الخوف والغضب فلن يوافق علي الاخرون يصعب عليه التعبير في بعض الاوقات عما اشعر به حقا احاول قمع غضبي لكنني اود ان يعرف الاخرين كيف اشعر |
| الضبط الانفعالي | شعر بالقلق اذا قمت بالتعبير عن مشاعري السلبية مثل الخوف والغضب فلن يوافق علي الاخرون حااول قمع غضبي لكنني اود ان يعرف الاخرين كيف اشعر استطيع ان اخفى مشاعري السلبية امام الاخرين على الرغم من انه غير منصف معهم |
| الثقة الانفعالية | ستطيع اخبار الاخرين ماذا يعنيون لي حقا لكن يصعب علي التعبير او د ان اعرب عن خيبة املي عندما لا تسير الامور كما هو مخطط لها لكن يشعري هذا بالضعف ستطيع ان اذكر الوقت الذي كنت فيه لو اني اخبرت شخصا ما بمدى اهتمامي به |
| التفكير الايجابي | او د ان اظهر للناس انه احبهم لكن اخشى ان اظهر باني ضعيف او حساس للغاية احاول الاعتذار عندما اقوم بأمر كتاب خطأ في عملي لكنني اقلق ان ينظر اليه انه غير كفؤ فكرة بالتمثيل عندما اكون غاضبا ولكنني اتردد في ذلك |
| الصلابة الانفعالية | عندما يضايقني زملائي في العمل احاول ان ابدو غير مهم اريد الامتناع عن الغضب من والدي لكن اتردد |
| التفاعل الانفعالي الاجتماعي | احاول ان اخفى مخاوفي ومشاعري عميقا لكن ارغب بالانفتاح على الاخرين حب ان اتكلم عن مشاكلني مع الاخرين لكن يصعب علي ذلك |
| الاستقرار الانفعالي | ارغب بالظهور للأخرين لكن هنالك شيء يمنعني من ذلك اسعى جاهدا للحفاظ على ابتسامة وجهي من اجل اقناع الاخرين بأنني سعيد |
| الامن العاطفي | او د ان اعبر عن عاطفي جسديا ولكنني اخشى ان يأخذ الآخرون عن اطباع خاطئ احاول ان لا اقلق الاخرين على الرغم من انهم يجب ان يعرفوا الحقيقة |
| الاحتواء الانفعالي | أبتعد عن التذمر في العمل حتى عندماأشعر بذلك عندما اكون فخوراً بإنجاز عملي اخشى أن يعتقد الآخرون انني مغزور من الصعب ايجاد الكلمات المناسبة للإشارة الى الاخرين كيف اشعر حقا |

| | |
|-----------------|---|
| الصدق الانفعالي | ود التعبير عن مشاعري بصدق لكن أشعر بالخرج شعر بالذنب بعد ما اعبر عن غضبي تجاه شخصاً ما احب ان اكون عفويًا في ردود افعالى العاطفية ولكن لا يمكنني القيام بذلك الحائنة |
|-----------------|---|

ب اختيار الأهداف: حددت أهداف البرنامج الإرشادي وهي (هدف عام - الهدف الخاص - الأهداف السلوكية)

ج- النشاطات والفعاليات: ان النشاطات والفعاليات من اجل المساعدة تعد خطط عمل تصمم لتحقيق أهداف كل مسترشد أو مساعدته على الانتقال نحو الأحسن ، إذ ليس هناك فنية أو نشاط كامل لفهم مشكلة ما ومن ثم لا توجد فنية إرشادية واحدة كاملة تناسب الموقف جميعها، لذا فإن استعمال التقنيات المختلفة تساعد الأفراد المختلفين على دراسة مشكلاتهم المختلفة. (العزه، 2001، ص 9)

ح- تقويم النتائج : وتكون على ثلاث مراحل هي (التقويم التمهيدي، التقويم النهائي، التقويم النهائي)

ولتحقيق أهداف البحث الحالي أتبع الباحث أسلوباً ينتمي إلى الاتجاه السلوكي المعرفي وهو اسلوب دحض الافكار (الألبرت ألس) ويضم عدداً من النشاطات والفعاليات المساعدة وكما يأتي :

(تحديد الافكار السلبية، استبدال الافكار السلبية بإيجابية، معرفة الاسباب للأفكار السلبية.، ايجاد البديل، مجادلة السلوكية، التعزيز التفاعلي ، المناقشة، ، الحوار)

وقد حددت اثنا عشر جلسة وبواقع جلستين أسبوعياً ، وكان زمن الجلسة الواحدة من (30-40) دقيقة في أعلى تقدير وكما مبين في الجدول (9) .

جدول رقم (9): بين الجلسات الإرشادية لأسلوب دحض الافكار

| الوقت | موعد الانعقاد | اسم الجلسة | ت |
|----------|---------------|-----------------------------|---|
| 35 دقيقة | 10/25 | التهيئة للبرنامج الإرشادي | 1 |
| 35 دقيقة | 10/27 | التعبير الايجابي عن المشاعر | 2 |
| 35 دقيقة | 11/1 | الضبط الانفعالي | 3 |
| 35 دقيقة | 11/3 | الثقة الانفعالية | 4 |
| 35 دقيقة | 11/8 | التفكير الايجابي | 5 |

| | | | |
|----------|-------|-----------------------------|----|
| 35 دقيقة | 11/10 | الصلابة الانفعالية | 6 |
| 35 دقيقة | 11/15 | التفاعل الانفعالي الاجتماعي | 7 |
| 35 دقيقة | 11/17 | الاستقرار الانفعالي | 8 |
| 35 دقيقة | 11/22 | الامن العاطفي | 9 |
| 35 دقيقة | 11/24 | الاحتواء الانفعالي | 10 |
| 35 دقيقة | 11/26 | الصدق الانفعالي | 11 |
| 35 دقيقة | 11/28 | انهاء البرنامج | 12 |

غرض جلستين من البرنامج الارشادي بأسلوب دحض الافكار كنموذج

المجلسه الثانية | الموضوع/ التعبير الايجابي عن المشاعر | التاريخ/ 25-10-2022 | مدة الجلسة 35 دقيقة

| | |
|---|------------------------|
| التعبير الايجابي عن المشاعر | الموضوع |
| ال الحاجة المرتبطة بالموضوع | |
| هدف الجلسة | |
| جعل المسترشد قادر على ان :- - يعرف التعبير الايجابي عن المشاعر - يوضح اهمية التعبير الايجابي عن المشاعر - يطبق طرق التعبير الايجابي عن المشاعر | الاهداف السلوكية |
| تقديم الموضوع _ تحديد الافكار السلبية- معرفة الاسباب - اخوار والمناقشة _ التعزيز | القنيات والاستراتيجيات |
| - الترحيب بأفراد الجموعة الإرشادية و شكرهم على الالتزام بالوقت المحدد - يقوم المرشد بتقديم الموضوع (التعبير الايجابي عن المشاعرة) و تعريفه إلى المسترشدين - يوضح المرشد أهمية التعبير الايجابي عن المشاعر لأفراد الجموعة الإرشادية - يقوم المرشد بتوضيح الطرق التي تؤدي إلى التعبير الايجابي عن المشاعر - يقوم المرشد بممارسة فنية اخوار والمناقشة لتحديد الافكار اللاعقلانية و دحضها من خلال الموقف الايجابي (ما الذي يجعلك تشعر بالحزن؟) - يقوم المرشد بالتعزيز الايجابي لأفراد الجموعة الإرشادية بكلمات المدح والثناء مثلاً (احسنتم - بارك الله فيكم) | الأنشطة المقدمة |
| - تحديد ايجابيات و سلبيات ما دار داخل الجلسة من قبل المرشد وتوجيه سؤالين لأفراد الجموعة الإرشادية س/ ما هو معنى التعبير الايجابي عن المشاعر؟ س/ ماهي الطرق التعبير الايجابي عن المشاعر؟ | التفويم |
| يطلب المرشد من المسترشدين موقف معين حول السعادة للجلسة القادمة | التدريب البيئي |

المجلسه الثالثة | الموضوع/ الضبط الانفعالي | التاريخ/ 27-10-2022 | مدة الجلسة 35 دقيقة

| | |
|---|-----------------------------|
| الضبط الانفعالي | الموضوع |
| تنمية شعور المسترشدين بالضبط الانفعالي | ال الحاجة المرتبطة بالموضوع |
| تنمية الضبط الانفعالي لدى المسترشدين | هدف الجلسة |
| جعل المسترشد قادرة على ان :- - يعرف معنى الضبط الانفعالي - يبين أهمية الضبط الانفعالي | الاهداف السلوكية |

| | |
|---|------------------------|
| <p>- يعدد اساليب الضبط الانفعالي</p> <p>- يطبق الضبط الانفعالي</p> | |
| <p>تقديم الموضع_ الحوار والمناقشة_ المحادثة السلوكية _ تحديد الافكار السلبية- استبدال الافكار- التعزيز</p> | الفنين و الاستراتيجيات |
| <p>- الترحيب بالمسترشدين وشكرهم على الحضور بالموعد المحدد</p> <p>- متابعة التدريب البيئي (التعبير الايجابي عن المشاعر) و يقوم المرشد بالثناء للمترشدين الذين اجروا التدريب بالشكل الصحيح</p> <p>- يقوم المرشد بتقديم و تعريف موضوع الجلسة (الضبط الانفعالي) لأفراد المجموعة الإرشادية</p> <p>- تبين أهمية الضبط الانفعالي</p> <p>- يقوم المرشد بتوضيح طرق الضبط الانفعالي لآخرين</p> <p>- يقوم المرشد بممارسة فنية الحوار والمناقشة بهدف تحديد الأفكار اللاعقلانية لدى المسترشدين من خلال الموقف الآتي (عندما تتعرض إلى حالة من الانتقاد من قبل الآخرين هل تفضل الشجار والصرخ معهم أم تفضل لغة الحوار بالتحدث معهم ؟)</p> <p>- يقوم المرشد بممارسة فنية المحادثة السلوكية بين فريقين من المسترشدين لتحديد ودحض الأفكار اللاعقلانية من خلال الموقف الآتي(هل لديك القدرة على حل خلافاتك مع الآخرين بالهدوء والهوار حتى إن كنت لا تحبهم ؟)</p> <p>- يقوم المرشد باستخدام التعزيز الايجابي المناسب لضمان استمرارية المسترشدين في المشاركة في الجلسات الإرشادية (أحسنتم - بارك الله بكم)</p> | الأنشطة المقدمة |
| <p>- تحديد ايجابيات و سلبيات ما دار داخل الجلسة الإرشادية من قبل المرشد</p> <p>من خلال توجيه سؤالين إلى أفراد المجموعة الإرشادية ؟</p> <p>س/ ما هي اساليب الضبط الانفعالي ؟</p> <p>س/ ما هي اهمية ان يكون الفرد منضبط انفعالي؟</p> | النقوم |
| <p>تكليف أفراد المجموعة الإرشادية بذكر موقف افعالى تعرضوا له تعاملوا فيه بنوع من الضبط الانفعالي؟</p> | التدريب البيئي |

ثالثاً - عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة:

1-3 عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الأولى

لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (٥،٥). بين درجات افراد المجموعة التجريبية (دحض الأفكار) في الاختبار القبلي والبعدي على مقياس التعبير الانفعالي المتناقض .

استخدم الباحث اختبار ولوكوشن (Willcoxon) لاختبار صحة هذه الفرضية وتبين ان القيمة المحسوبة قد بلغت (0) وعند مقارنتها مع القيمة الجدولية البالغة (8) وبدرجة حرية (10) وجد انها اصغر من القيمة الجدولية، مما تشير الى وجود فروق دالة احصائية في رتب درجات المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي، وتم قبول الفرضية البديلة ولرفض الفرضية الصفرية كما هو موضح في جدول (10)

جدول رقم (10): يوضح قيمة اختبار ولوكسن لاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية

| دالة الفروق | مستوى الدلالة | قيمة (و) | | رتب الفروق | الفروق | درجات الاختبار | |
|-------------|---------------|----------|----------|------------|--------|----------------|--------|
| | | المجدولة | المحسوبة | | | البعدي | القبلي |
| دالة | 0,05 | 8 | صفر | 3.5 | 28 | 41 | 69 |
| | | | | 9.5 | 32 | 48 | 80 |
| | | | | 7 | 30 | 44 | 74 |
| | | | | 1.5 | 25 | 38 | 63 |

| | | | | | | | |
|----------|--|--|--|------|----|----|----|
| إحصائياً | | | | 8 | 31 | 39 | 70 |
| | | | | 9.5 | 32 | 36 | 68 |
| | | | | 5.5 | 29 | 49 | 78 |
| | | | | 3.5 | 28 | 47 | 75 |
| | | | | 5.5 | 29 | 52 | 81 |
| | | | | 1.5 | 25 | 40 | 65 |
| | | | | W+55 | | | |

تظهر النائج الجدول (10) الخاص بالفرضية الاولى ان هناك فرق في درجات الاختبار القبلي والاختبار البعدى لمقياس التعبير الانفعالي لمنتقاض ولصالح الاختبار البعدى، اي ان درجات الاختبار القبلي تمثل ارتفاع فى مستوى التعبير الانفعالي لمنتقاض ولكن بعد تطبيق الجلسات الارشادى للبرنامج الارشادى بأسلوب دحض الافكار ادى الى انخفاض التعبير الانفعالي لمنتقاض لدى طلاب المرحلة المتوسطة من الطلاب المصابين بالأمراض المزمنة في المرحلة المتوسطة ، اي كلما تدرّب الطالب نفسيا وانفعاليا على التعامل مع مختلف الضغوط والمشكلات التي تواجههم في البيت والمدرسة بشكل منظم سوف يكونوا أكثر قدرة على الضبط والاستقرار في التعبير الانفعالي.

2-3 عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الثانية

لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين رتب درجات افراد المجموعة الضابطة في الاختبار القبلي والبعدى على مقياس التعبير الانفعالي لمنتقاض .

استخدم الباحث اختبار ولوكوكسين (Willcoxon) لاختبار صحة هذه الفرضية وتبيّن ان القيمة المحسوبة قد بلغت (25.5) وعند مقارنتها مع القيمة الجدولية البالغة (8) وبدرجة حرية (10) عند مستوى دلالة (0.05)، وجد انها اكبر من القيمة الجدولية، مما تشير الى لا توجد فروق دالة احصائيا في رتب درجات المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدى وتم قبول الفرضية الصفرية ورفض الفرضية البديلة، كما هو موضح في جدول (11).

جدول رقم (11): يبيّن قيمة اختبار ولوكوكسن للاختبار القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة

| دلالة الفروق | مستوى الدلالة | قيمة (و) | | رتب الفروق السالبة | رتب الفروق الموجبة | الفروق | درجات الاختبار | |
|-------------------|---------------|----------|----------|--------------------|--------------------|--------|----------------|--------|
| | | الجدولية | المحسوبة | | | | القبلي | البعدى |
| غير دالة إحصائيًا | 0,05 | 8 | 25.5 | 6.5 | | 4 | 70 | 74 |
| | | | | | 2.5 | 2 | 63 | 61 |
| | | | | 5 | | 3 | 85 | 88 |
| | | | | | 8.5 | 5- | 81 | 76 |
| | | | | 2.5 | | 2 | 80 | 82 |
| | | | | | 8.5 | 5- | 67 | 62 |
| | | | | 2.5 | | 2 | 83 | 85 |
| | | | | | 10 | 6- | 77 | 71 |
| | | | | 2.5 | | 2 | 62 | 64 |

| | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--------|--------|---|----|----|
| | | | | 6.5 | | 4 | 75 | 79 |
| | | | | W+25.5 | w-29.5 | | | |

تشير النتائج في جدول (11) الخاصة بالفرضية الثانية ان افراد المجموعة الضابطة لم تتعرض الى البرنامج الارشادي وفنياته مما نجد ان مؤشرات الجدول توضح عدم وجود فرق بين رتب درجات مقياس التعبير الانفعالي المتناقض في الاختبار القبلي والبعد يعنى ان مستوى التعبير الانفعالي المتناقض لم يتغير في الاختبارين مما يدل على ان البرنامج الارشادي الذي لم يتعرضوا له قادر على خفض التعبير الانفعالي المتناقض كما في المجموعة التجريبية كما تعد هذه المجموعة كنوع من المعيار او المحك الاحصائي للمقارنة بينها وبين المجموعة التجريبية للدلالة على احداث الفرق لصالح البرنامج الارشادي.

3-3 عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الثانية

لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0,05) بين رتب درجات افراد المجموعة التجريبية (دحض الأفكار) ورتب درجات افراد المجموعة الضابطة في الاختبار البعدى على مقياس التعبير الانفعالي المتناقض.

ولاختبار صحة هذه الفرضية استخدم اختبار (مان ويتني) ؛ لمعرفة دلالة الفرق بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية، اذ اظهرت القيمة المحسوبة والتي تساوي (صفر) اصغر من القيمة الجدولية والتي تساوي (23) عند مستوى دلالة (0,05)، وهذا يعني رفض الفرضية الصفرية وقبول الفرضية البديلة ، أي توجد فروق بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة بعد تطبيق البرنامج الإرشادي ولصالح المجموعة التجريبية والجدول (12) يوضح ذلك.

جدول رقم (12): يبين قيمة مان ويتني المحسوبة والقيمة الجدولية ودلالة الإحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدى

| دلالة الفرق | مستوى الدلالة | قيمة U | | الضابطة | | التجريبية | | ت |
|-------------|---------------|----------|----------|---------|--------|-----------|--------|----|
| | | الجدولية | المحسوبة | الرتبة | الدرجة | الرتبة | الدرجة | |
| دلالة | 0,05 | 23 | صفر | 14 | 70 | 5 | 41 | 1 |
| | | | | 12 | 63 | 8 | 48 | 2 |
| | | | | 20 | 85 | 6 | 44 | 3 |
| | | | | 18 | 81 | 2 | 38 | 4 |
| | | | | 17 | 80 | 3 | 39 | 5 |
| | | | | 13 | 67 | 1 | 36 | 6 |
| | | | | 19 | 83 | 9 | 49 | 7 |
| | | | | 16 | 77 | 7 | 47 | 8 |
| | | | | 11 | 62 | 10 | 52 | 9 |
| | | | | 15 | 75 | 4 | 40 | 10 |
| | | | | 155 | | 5 | مج | |

تظهر النتائج في الجدول (12) وهو نتائج الفرضية الثالثة ان الاختبار البعدى للمجموعتين التجريبية والضابطة تشير الى وجود فروق في نتائج الاختبار البعدى على مقياس التعبير الانفعالي المتناقض، أى ان المجموعة التجريبية التي تعرضت للبرنامج الارشادى وفنياته ونشاطاته واستراتيجياته من خلال اسلوب دحض الافكار قد حققت النجاح في خفض التعبير الانفعالي المتناقض لدى طلبة المرحلة المتوسطة المصابين بالأمراض المزمنة مما يوضح ذلك ان تطبيق اسلوب دحض الافكار من طلاب المرحلة المتوسطة الذين يعانون من امراض مزمنة يحقق نجاحاً في خفض التعبير الانفعالي السلبي مقارنة بدرجات المجموعة الضابطة، اذا قام المرشد بتحديد الافكار السلبية واسبابها والعمل على استبدالها بأفكار ايجابية تعمل على الاستقرار الانفعالي والتعبير المنضبط عن المشاعر الى الآخرين من حوله، ان المسترشدين المصابين بالأمراض المزمنة يحملون داخلياً ضغوطات وافكار سلبية تؤثر سلباً بسبب المرض المزمن الذي تعرضوا له مما يجعل الارشاد التطبيقي على ازالة تلك الافكار غير العقلانية ودحضها واجاد افكار أكثر ايجابية مما يشعر المسترشد بالراحة والاتزان الانفعالي والعاطفي والنفسي ويتوافق مع المتغيرات البيئية، مقارنة بدرجات المجموعة الضابطة التي لم تتعرض للبرنامج الارشادى مما نجد عدم تأثير افراد المجموعة الضابطة بالقدرة المنضبطة بالتعبير الانفعالي .

ـ خاتمة:

ان البحث الذي تم تطبيقه من البحوث التجريبية الذي سعى الى خفض ظاهرة سلوكية انفعالية سلبية لدى عينة من طلاب المرحلة المتوسطة بعد تبني اداة البحث واجراء التحليل الاحصائي وبناء برنامج ارشادى وتطبيقه لغرض تحقيق هدف عام واهداف فرعية وقد حقق البرنامج أهداف العامة والفرعية وفي ضوء ذلك تم التوصل الى عدد من الاستنتاجات هي ان طلاب المصابين بالأمراض المزمنة يعانون من مشكلة في التعبير الانفعالي المتناقض وان الإرشاد المعرفي السلوكي وفق اسلوب دحض الافكار قادر على معالجة هذه الظاهرة لدى افراد العينة، كما ان استخدام الارشاد الوقائي بأسلوب مباشر قادر على معالجة المشكلات الانفعالية لدى افراد العينة، ومن التوصيات الاجرائية التي وضعتها الدراسة هي تدريب المرشدين التربويين في التعليم المتوسط على التعامل الخاص مع الطلاب ذوي الامراض المزمنة ومتابعة حالاتهم النفسية والانفعالية والتربوية، وتدريب الطلاب المصابين بالأمراض المزمنة على الاستقرار الانفعالي والتعبير عن مشاعرهم بشكل ايجابي، اما اهم المقترنات اجراء دراسة بأسلوب دحض الافكار في خفض مفهوم ازمة الهوية لدى الطلاب في المرحلة الاعدادية، وايضاً اجراء دراسة بعنوان دور الارشاد المعرفي في تنمية الاستبصار النفسي لدى الطلاب المتفوقين، ان هذه الدراسة من الممكن الاستفادة منها ومن نتائجها وبرنامجهما الارشادى في مديريات التربية قسم الارشاد التربوي للمدارس الثانوية والابتدائية، ايضاً من الممكن الاستفادة من الدراسة الحالية في دوائر الرعاية الاجتماعية الخدمات النفسية والاجتماعية ومن الممكن الاستفادة منها من الباحثين بمجال الاختصاص والمرشدين التربويين، كما يمكن الاستفادة من نتائج الدراسة ا وآدلة البحث.

ـ قائمة المراجع

- ابراهيم، حلمي سالم (2016): النمو النفسي والاجتماعي ، ط1، دار المعرفة الفكرية للنشر والتوزيع، بيروت.
- أبو أسعد، أحمد عبد اللطيف (2011) : العملية الإرشادية ، عمان ، دار المسيرة للنشر والتوزيع ، الأردن.

- الحفني، نعيم صابر (2017): بناء التوافق النفسي، ط1، مطبعة تبارك للنشر ، عمان
- الخطيب ، صالح احمد (2014): الإرشاد النفسي في المدرسة أُسسها ونظرياته وتطبيقاته ، دار الكتاب الجامعي ، العين ، دولة الامارات العربية المتحدة.
- العامري ، منى محمد صالح (2004)): دراسة فاعلية الإرشاد النفسي العقلاني الانفعالي والعلاج المتمركز حول العميل في علاج حالات الادمان بين طلاب دولة الامارات المتحدة ، أطروحة دكتوراه ، معهد الدراسات والبحوث التربوية ، جامعة القاهرة ، مصر.
- عليوي، نوال، (2023) دور المرشد النفسي التربوي في الوقاية من إدمان المخدرات لدى المراهقين المتمدرسين، مجلة القبس للدراسات النفسية والاجتماعية، جامعة يحيى فارس بالمدية المجلد 5, العدد 3, الصفحة 32-25.
- فوزي، محمد خالد (2014) التكيف الاسري، ط1، مطبعة الامين للطباعة والنشر ، الاسكندرية.
- نستول ، ميشيل س (2015) :المدخل إلى الإرشاد النفسي من منظور فني و علمي ، ترجمة مراد علي سعد ، احمد عبد الله الشريفيين ، ط1 ، دار الفكر ، عمان ، الاردن .
- Borders: L.O & Drury: S.M (1992): Comprehensive School Counseling Programs: Are View For Policy Makers And practitioners: Journal Of Counseling And Development: No-4- USA: 1992 American Association For Counseling And Development.
- Ellis , A.(1987) , Rational Emotive therapy ,Research Hypotheses of (R.E.T),and other Modal of Cognitive Behavior. Therapy The Counseling psychologist Vol. , No (7) (1) , 3-42
- King, L. A., & Emmons, R. A. (1990). Conflict over emotional expression: Psychological and physical correlates. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 864-877.
- Hoggan, Kevin. (2000).The persuasion impact, published in Arrangement with john willy sons New york. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 46, 867-880.
- Heisel, M. L., & Mongrain, C. (2002) Social perception in Schizotypic