

اثر برنامج ارشادي بأسلوب دحض الافكار لخفض التعبير الانفعالي المتناقض لدى الطلاب 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 لتربية ديالى - وزارة التربية (العراق) hзма_zadan@yahoo.com

تاريخ الاستلام : 2023 /08/27 ؛ تاريخ القبول : 2023/09/05 ؛ تاريخ النشر : 2023/12/22

ملخص الدراسة: يهدف البحث الحالي الى معرفة اثر اسلوب دحض الافكار في خفض التعبير الانفعالي المتناقض لدى الطلاب المصابين بالأمراض المزمنة في المرحلة المتوسطة من خلال اختبار ثلاث فرضيات، وقد حدد الباحث المنهج التجريبي للبحث الحالي، وقد تم تبني مقياس 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 لتربية ديالى في مركز مدينة بعقوبة للمرحلة المتوسطة ، وبلغت عينة البحث (200) طالب وعينة البرنامج (20) طالب ممن حصلوا على اعلى الدرجات لمقياس التعبير الانفعالي المتناقض مقارنة بالوسط الفرضي، موزعين على مجموعتين تجريبية وضابطة، وبعد تطبيق المقياس وتحديد الاحتياجات الارشادية للعينة، وتحديد التصميم التجريبي 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 بالامراض 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 عدم 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، ص26)

كما يمثل الارشاد التربوي من اهم التخصصات النفسية التي تقدم خدمات انمائية 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 اجل الوقوف على طبيعة المشكلة التي تواجه افراد العينة، ومن خلال عمل الباحث في مجالا الارشاد التربوي شخص مشكلة البحث الحالي ومدى انتشارها مع الحاجة الى اجراء دراسة وفق المنهج التجريبي 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 الفئة قد ازدادت في المدارس وتزيدا في التعليم المتوسط مما استوجب الباحث الى اجراء دراسة وبناء برنامج تجريبي ارشادي تطبيقي للإيجاد الحلول والخروج بتوصيات ومقترحات لحل هذه الظاهرة في البيئة المدرسية.

01. مشكلة البحث.

ان دراسة السلوك الانفعالي الانساني الذي يتأثر بالمتغيرات الانسانية بوصفها ظواهر يشوبها الكثير من التعقيد يعد 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 انعكست سلبا على الجانب النفسي والانفعالي والعاطفي والوجودي في البيئة الاسرية والاجتماعية التي يعيش فيها الفرد (ابراهيم، 2016، ص32)

يعاني الفرد من مشكلات في سوء التناقض في التعبير الانفعالي فأن ذلك يتسبب في كتم المشكلات التي يعانها مما ينعكس على اسلوب تفاعله مع الآخرين في البيئة الاجتماعية والوظيفية وحتى يصل الى حالة من التصدع بالعلاقات الاجتماعية، تنشأ لديه فجوة نفسية داخلية تنعكس على صورته لذاته التي هو يحددها حتى يذهب الى حالة من الانطواء الفردي بعيدا عن الآخرين مما يتسبب ذلك في زيادة حالة التصدع 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 والاتزان 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 دائمية، ويكونون شديدي الحساسية الانفعالية مما يكون لديهم ضعف في النمو النفسي لمرحلة المراهقة الوسطى، كما انهم في مقتبل العمر وبداية النمو النفسي والاجتماعي وتكوين الشخصية مما يتعرضون للعديد من المثيرات والمتغيرات التي تنعكس 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 تلتطك 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 الاتي : هل يوجد اثر للبرنامج الارشادي في خفض التعبير الانفعالي المتناقض لدى الطلاب المصابين بالأمراض المزمنة في المرحلة المتوسطة.

02. اهمية البحث:

ان الجانب النفسي والانفعالي يمثل اهم الجوانب في حياة الفرد وخاصة من هم في مرحلة المراهقة، اذ يتفاعل من خلالها مع الآخرين 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 بيئة اجتماعية كثيرة التغيرات وتؤثر فيه بمختلف مراحل عمره الذي يعيش فيه، وان هذه البيئة تحتاج الى ضبط مادي ومعنوي من اجل تكوين بيئة اجتماعية تتناسب وحاجاته المتعددة، ووضحت دراسة (جبريل، 2015) التي استخدم فيها استبانة متعدد المجالات وفق المنهج الوصفي لقياس مظاهر التعبير الانفعالي لدى عدد من المعلمين 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 معها ويؤثر فيها، وبعد متغير 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 وتكوين الخبرات مما ينعكس 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 تاثير على الانسان. (فوزي، 2014، ص21)

أصبحت عملية الإرشاد التربوي مهمة نتيجة التغيرات الاجتماعية و الاقتصادية والتقلبات الاسرية ، وقد إنعكست آثار تلك المتغيرات على الافراد والمراهقين خاصة من طلبة المدارس مما ادى إلى ضرورة تقديم الخدمات الإرشادية لهم من خدمات علاجية وغمائية ووقائية وأن هذه الخدمات ليست ترفا تعليميا بل ضرورة ملحة لكافة الطلبة ومختلف المراحل الدراسية، ويعد الإرشاد عملية واعية ومخططة تقوم على تقديم خدمات ارشادية للأفراد سواء كانوا اسوياء او غير اسوياء بهدف تقديم المساعدة وتحديد المشكلات وحلها عن طريق تنمية امكانياتهم بأنفسهم بغرض تحقيق التوافق النفسي والشخصي والاجتماعي. (الخطيب، 2014، ص15)

وأكدت 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 والاجتماعية وتوفير الامكانيات التي تساعدهم ومن الضرورة تكثيف الخدمات الإرشادية والبرامج بسبب ما يمر به الطالب من احداث تؤثر على نموه والارتقاء إلى المطالب النفسية والجسمية. (نستول، 2015، ص486)

وتكمن أهمية البحث في المرحلة المتوسطة كونها تمثل شريحة مهمة في المجتمع وتشهد تغيرات نفسية وفسولوجية 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 تتقارب مع بعضها البعض في مرحلة الطفولة المتأخرة تبدأ تتمايز 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)

03. اهداف البحث:

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

1. لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) بين رتب 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 (٠.٠٥) بين رتب افراد المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس التعبير الانفعالي المتناقض.
3. لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) بين رتب درجات افراد المجموعة التجريبية (دحض الأفكار) ورتب درجات افراد المجموعة الضابطة في الاختبار البعدي على مقياس التعبير الانفعالي المتناقض.

04. حدود البحث:

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

05. 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 يتفق مع حاجاتهم وميولهم واستعداداتهم في جو يسوده الامن والطمأنينة بينهم وبين المرشد.

ب- أسلوب دحض الأفكار : "Ellis" (1987, p7) هي إحدى 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 توجيه الأسئلة عن طريق المرشد إلى المسترشد.

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

06. الاطار النظري لأسلوب دحض الافكار

هو أحد الأساليب المهمة في العلاج العقلاني الإنفعالي ويعد من الأساليب العلاجية التي يستعملها المرشد في دحض افكار لاعقلانية واستبدالها بأفكار عقلانية ، بين المرشد والمسترشد عن طريق المناقشة والحوار و يستعمل مع المسترشد الذين يعانون من التوتر والقلق وايضا مشكلات التفاعل مع الآخرين ، يقوم المرشد بمساعدة المسترشد بعبارة عقلانية وإيجابية توافقية لجعله يكتب معتقداته اللاعقلانية الخاطئة ومن ثم دحضها واستبدالها بأفكار ومعتقدات عقلانية إيجابية ومؤثرة ويعد أسلوب الدحض أسلوب ذو فاعلية جيدة في مساعدة المسترشد في تخفيف القلق والتوتر والفشل والرفض من الآخرين، ويرى "Lega & Ellis" الأسلوب العقلاني الإنفعالي السلوكي في دحض الأفكار ومهم باستعماله مع المسترشد و ذلك لأنه يحمل خلفية ثقافية متنوعة مع الافراد ممن يعانون من مشكلات انفعالية وخاصة الافراد المراهقين.

وركر "Hoggan" (2000, p359) على ثلاث من العناصر في أسلوب دحض الأفكار وهي (المناقشة، الحوار ، التمييز) إذ يقوم المسترشد في عنصر المناقشة مناقشة افكار ومعتقدات المسترشد الخاطئة وفحص تلك الأفكار اختباريا ومنطقيا وفي المحاوره يقوم المسترشد بمحاوره 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 أسلوب دحض الأفكار يقوم المرشد بطرح الاسئلة وتتضمن هذه الاسئلة عدة جوانب غير منطقية من اعتقادات المسترشد الغير عقلانية، وعن طريق الاسئلة تحت المسترشد على التفكير بنفسه وليس بقبول وجهة نظر الاخر، فيعمل هذا الأسلوب 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 العقلاني الإيجابي (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 والكراهية الموجهة في وقت واحد نحو نفس الشيء من الحالات الإيجابية والسلبية، وقد يواجه الفرد مشاعر متناقضة تجاه مزيح 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 وجهة النظر

المذكورة أعلاه كشكل من أشكال صراع داخلي نحو تحقيق الهدف، ويشير المفهوم العام للتناقض في التعبير الانفعالي بانها حالات انفعالية عاطفية ذات الاثر الشديدة كنوع من المتغيرات النفسية المتغيرة و والغير المتناسقة بسرعة نحو الفرد، ويتجنب الأفراد التعبير عن انفعالهم 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) وهما المنظرين لهذا المفهوم بأن التعبير الانفعالي المتناقض هو تجربة أو حالة صراع وتناقض في أسلوب الفرد في التعبير لانفعالي والعاطفي، بغض النظر عن الأسلوب الذي يستخدمه حيث يمكن ان تشير التناقض في التعبير الانفعالي إلى الأفراد الذين لا يتمكنون من التعبير عن مشاعرهم ولديهم تثبيط في الرغبة في التعبير ، وكذلك أشار 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 نفسيًا عندما تكون الجوانب الإيجابية والسلبية للموضوع موجودة في عقل الشخص في نفس الوقت. ، التناقض التعبير الانفعالي غير المريح المعروف يمكن أن يؤدي إلى التجنب والتسويق ، 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).

ثانيا- الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية:

01. منهجية البحث:

حدد الباحث منهجية البحث الحالي بالمنهج التجريبي 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 لتربية ديالى.

03. عينة البحث

ان عملية اختيار عينة البحث من اهم خطوات البحوث الميدانية التطبيقية وخاصة في التخصصات النفسية والتربوية وطبيعة الظاهرة في المجتمع وحصرها بشكل دقيق وانما يلجأ لاختبار عينة المجتمع ومدى امكانية تمثيل العينة لجميع خصائص المجتمع الاصلي، وقد تم اختيار عينة البحث بالطريقة القصدية 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 اقل 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

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 المتصنعة في الاختبار القبلي ، للتحقق من تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة في مقياس التعبير الانفعالي المتناقض قبل تطبيق البرنامج الإرشادي تم استعمال اختبار (مان - وتني) للعينات متوسطة الحجم لمعرفة دلالة الفرق بين متوسط وبين العينة في (التعبير الانفعالي المتناقض) إذ تبين ان القيم 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- وتني) لمتغير درجات الشخصية المتصنعة للمجموعتين التجريبية والضابطة

المتغير	المجموعة	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مجموع الرتب	متوسط الرتب	مان - وتني	مستوى الدلالة
الشخصية المتصنعة	التجريبية	10	118.40	12.285	51.50	10.15	46.5	غير دالة
	الضابطة	10	119.50	9.107	08.50	100.85		

ب- العمر الزمني

لمعرفة دلالة الفرق بين متوسط رتب اعمار المجموعتين (التجريبية - والضابطة) استعملت الباحثة اختبار (مان - وتني) للعينات المتوسطة الحجم ، وتبين ان قيمة (مان - وتني) 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 - وتني) لمتغير عمر الطالبة للمجموعتين التجريبية والضابطة

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

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 يتناسب وطبيعة وخصائص المرحلة العمرية، اذ تبني مقياس التعبير الانفعالي المتناقض ل (king& EMMONS, 1990) وهو مكون (26) فقرة تم ترجمته من الاجنبية الى العربية من قبل اساتذة تخصص لغة انكليزية الى العربية وبعدها 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 لغويا وعلميا، وللمقياس ثلاث بدائل متدرج وفق طريقة ليكرت هي (دائما ولها وزت (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 ممن حصلوا على اعلى الدرجات من الوسط الفرضي.

06. التحليل الاحصائي للمقياس:

أ- (قوة التمييزية لل فقرات):

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): يبين معاملات تمييز فقرات مقياس الإحباط الوجودي بأسلوب المجموعتين المتطرفتين

القيمة الناتجة	دنيا		عليا		ت
	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف 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 احصائيا في

مستوى (0.05) والجدول (6) يوضح ذلك.

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

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

* القيمة الجدولية لمعامل الارتباط بدرجة حرية (198) عند مستوى (0.05) يساوي (0.098)

8- ثبات الاداة:

تم استخراج الثبات بطريقتين هما الفا كرونباخ وتعد تمثيل نسبة استقرار مؤشرات الثبات ومدى ترابط فقراته داخليا وبلغت قيمت 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 والثاني للعينه، اذ بلغ الثبات (0.79) وهي نسبة جيدة.

9- الاداة الثانية البرنامج الارشادي :

من الطرائق المتبعة في التخطيط للبرامج الإرشادية نظام (التخطيط . البرمجة . الميزانية) – (Budgeting – Planning – Programming) , يسعى هذا النظام للوصول إلى أقصى حد ممكن من الفعالية والفائدة وبأقل التكاليف إذا تم إتباعه لتحقيق أهداف البحث الحالي ووفقا للخطوات الآتية :

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

المقياس.

جدول رقم (7): يبين الوسط المرجح والوزن المئوي

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

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

وتم عرض البرنامج الإرشادي لعدد من المحكمين في مجال الإرشاد التربوي , للتثبت من مدى ملاءمة أهداف البحث

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

جدول رقم (8) : يوضح عناوين الجلسات الإرشادية

عنوان الجلسة	الفقرات
الافتتاحية	
التعبير الايجابي عن المشاعر	اشعر بالقلق اذا قمت بالتعبير عن مشاعري السلبية مثل الخوف والغضب فلن يوافق علي الاخرون يصعب علي التعبير في بعض الاوقات عما اشعر به حقا احاول قمع غضيبي لكنني اود ان يعرف الاخرين كيف اشعر
الضبط الانفعالي	اشعر بالقلق اذا قمت بالتعبير عن مشاعري السلبية مثل الخوف والغضب فلن يوافق علي الاخرون احاول قمع غضيبي لكنني اود ان يعرف الاخرين كيف اشعر استطيع ان اخفي مشاعري السلبية امام الاخرين على الرغم من انني غير منصف معهم
الثقة الانفعالية	استطيع اخبار الاخرين ماذا يعنون لي حقا لكن يصعب علي التعبير اود ان اعرب عن خيبة املي عندما لا تسير الامور كما هو مخطط لها لكن يشعري هذا بالضعف استطيع ان اذكر الوقت الذي كنت فيه لو انني اخبرت شخصا ما بمدى اهتمامي به
التفكير الايجابي	اود ان اظهر للناس اني احبهم لكن اخشى ان اظهر بانني ضعيف او حساس للغاية احاول الاعتذار عندما اقوم بأرتكاب خطأ في عملي لكنني اقلق ان ينظر اليه اني غير كفوء فكر بالتمثيل عندما اكون غاضبا ولكنني اتردد في ذلك
الصلابة الانفعالية	عندما يضايقني زملائي في العمل احاول ان ابدو غير مهتم اريد الامتناع عن الغضب من والدي لكن اتردد
التفاعل الانفعالي الاجتماعي	احاول ان اخفي مخاوفي ومشاعري عميقا لكن ارغب بالانفتاح على الاخرين احب ان اتكلم عن مشاكلي مع الاخرين لكن يصعب علي ذلك
الاستقرار الانفعالي	ارغب بالظهور للأخرين لكن هنالك شئ يمنعني من ذلك اسعى جاهدا للحفاظ على ابتسامة وجهي من اجل اقناع الاخرين بأنني سعيد
الامن العاطفي	اود أن أعبر عن عاطفتي جسدياً ولكني أخشى ان يأخذ الآخرون عني انطباع خاطئ احاول ان لا اقلق الاخرين على الرغم من انهم يجب ان يعرفوا الحقيقة
الاحتواء الانفعالي	أبتعد عن التذمر في العمل حتى عندما أشعر بذلك عندما اكون فخوراً بأنجاز عملي اخشى أن يعتقد الاخرون انني مغرور من الصعب ايجاد الكلمات المناسبة للإشارة الى الاخرين كيف اشعر حقا

الصدق الانفعالي	أود التعبير عن مشاعري بصدق لكن أشعر بالحرج شعر بالذنب بعد ما اعبر عن غضبي تجاه شخصا ما أحب ان أكون عفويا في ردود افعالي العاطفية ولكن لا يمكنني القيام بذلك
الخاتمة	

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 المواقف جميعها، لذا فان استعمال التقنيات المختلفة تساعد الأفراد المختلفين على دراسة مشكلاتهم المختلفة. (العزة، 2001، ص9)

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

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

(تحديد الافكار السلبي، استبدال الافكار السلبية بإيجابية، معرفة الاسباب للأفكار السلبية..، إيجاد البدائل، لمجادلة السلوكية، التعزيز التفاعلي، المناقشة..، الحوار)

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

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

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

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

غرض جلستين من البرنامج الارشادي بأسلوب دحض الافكار كنموذج

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

الموضوع	التعبير الايجابي عن المشاعر
الحاجة المرتبطة بالموضوع	التعبير الايجابي عن المشاعر
هدف الجلسة	تنمية التعبير الايجابي عن المشاعر لدى المسترشدين
الاهداف السلوكية	<p>جعل المسترشد قادر على ان :-</p> <ul style="list-style-type: none"> - يعرف التعبير الايجابي عن المشاعر - يوضح أهمية التعبير الايجابي عن المشاعر - يطبق طرق التعبير الايجابي عن المشاعر
الفنيات و الاستراتيجيات	تقديم الموضوع _ تحديد الافكار السلبية- معرفة الاسباب- الحوار والمناقشة _ التعزيز
الانشطة المقدمة	<ul style="list-style-type: none"> - الترحيب بأفراد المجموعة الإرشادية و شكرهم على الالتزام بالوقت المحدد - يقوم المرشد بتقديم الموضوع (ا التعبير الايجابي عن المشاعر) و تعريفه إلى المسترشدين - يوضح المرشد أهمية التعبير الايجابي عن المشاعر لأفراد المجموعة الإرشادية - يقوم المرشد بتوضيح الطرق التي تؤدي إلى التعبير الايجابي عن المشاعر - يقوم المرشد بممارسة فنية الحوار والمناقشة لتحديد الافكار السلبية ومعرفة اسبابها بهدف مع تحديد الأفكار اللاعقلانية و دحضها من خلال الموقف الاتي (ما الذي يجعلك تشعر بالحزن ؟) - يقوم المرشد بالتعزيز الايجابي لأفراد المجموعة الإرشادية بكلمات المدح والثناء مثلا (احسنتم - بارك الله فيكم)
التقويم	<ul style="list-style-type: none"> - تحديد ايجابيات و سلبيات ما دار داخل الجلسة من قبل المرشد وتوجيه سؤاين لأفراد المجموعة الإرشادية س/ ما هو معنى التعبير الايجابي عن المشاعر؟ س/ ماهي الطرق التعبير الايجابي عن المشاعر ؟
التدريب البيني	يطلب المرشد من المسترشدين موقف معين حول السعادة للجلسة القادمة

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

الموضوع	الضبط الانفعالي
الحاجة المرتبطة بالموضوع	تنمية شعور المسترشدين بالضبط الانفعالي
هدف الجلسة	تنمية الضبط الانفعالي لدى المسترشدين
الاهداف السلوكية	<p>جعل المسترشد قادرة على ان :-</p> <ul style="list-style-type: none"> - يعرف معنى الضبط الانفعالي - بين أهمية الضبط الانفعالي

<p>- يحدد اساليب الضبط الانفعالي</p> <p>- يطبق الضبط الانفعالي</p>	
<p>تقديم الموضوع _ الحوار والمناقشة _ المجادلة السلوكية _ تحديد الافكار السلبية - استبدال الافكار - التعزيز</p>	<p>الفنيات و الاستراتيجيات</p>
<p>الانشطة المقدمة</p> <p>- الترحيب بالمسترشدين وشكرهم على الحضور بالموعد المحدد</p> <p>- متابعة التدريب البيئي (التعبير الايجابي عن المشاعر) و يقوم المرشد بالثناء للمسترشدين الذين انجزوا 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 للآخرين</p> <p>- يقوم المرشد بممارسة فنية الحوار والمناقشة بهدف تحديد الأفكار اللاعقلانية لدى المسترشدين من خلال الموقف الاتي (عندما تتعرض الى حالة من الانتقاد من قبل الآخرين هل تفضل الشجار والصراخ معهم ام تفضل لغة الحوار بالتحديث معهم ؟)</p> <p>- يقوم المرشد بممارسة فنية المجادلة السلوكية بين فريقين من المسترشدين لتحديد ودحض الأفكار اللاعقلانية من خلال الموقف الاتي (هل لديك القدرة على حل خلافاتك مع الآخرين بالهدوء والحوار حتى ان كنت لا تحبهم ؟)</p> <p>- يقوم المرشد باستخدام التعزيز الايجابي المناسب لضمان استمرارية المسترشدين في المشاركة في الجلسات الإرشادية (أحسبتم - بارك الله بكم)</p>	
<p>- تحديد ايجابيات و سلبيات ما دار داخل الجلسة الإرشادية من قبل المرشد من خلال توجيه سؤاليين إلى أفراد المجموعة الإرشادية ؟</p> <p>س/ ما هي اساليب الضبط الانفعالي ؟</p> <p>س/ماهي أهمية ان يكون الفرد منضبط انفعاليا؟</p>	<p>التقويم</p>
<p>تكليف أفراد المجموعة الإرشادية بذكر موقف انفعالي تعرضوا له تعاملوا فيه بنوع من الضبط الانفعالي؟</p>	<p>التدريب البيئي</p>

ثالثا- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة:

3-1 عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الأولى

لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين رتب درجات افراد المجموعة التجريبية (دحض الأفكار) في الاختبار القبلي والبعدي على مقياس التعبير الانفعالي المتناقض .

استخدم الباحث اختبار ولكوكسن (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 ولكوكسن للاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية

درجات الاختبار	الفروق	رتب	قيمة (و)		مستوى	دلالة
			الحسوبة	الجدولية		
القبلي	41	3.5	صفر	8	0,05	دالة
البعدي	48	9.5				
القبلي	74	7				
البعدي	63	1.5				

إحصائيا				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 النتائج الجدول (10) الخاص بالفرضية الاولى ان هناك فرق في درجات الاختبار القبلي والاختبار البعدي لمقياس التعبير الانفعالي لمتناقض ولصالح الاختبار البعدي، اي ان درجات الاختبار القبلي تمثل ارتفاع في مستوى التعبير الانفعالي المتناقض ولكن بعد تطبيق الجلسات الارشادي للبرنامج الارشادي بأسلوب دحض الافكار ادى الى انخفاض التعبير الانفعالي المتناقض لدى طلاب المرحلة المتوسطة من الطلاب المصابين بالأمراض المزمنة في المرحلة المتوسطة ، اي كلما تدرب الطلاب نفسيا وانفعاليا على التعامل مع مختلف الضغوط والمشكلات التي تواجههم في البيت والمدرسة بشكل منظم سوف يكونوا اكثر قدرة على الضبط والاستقرار في التعبير الانفعالي.

3-2 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 والبعدي على مقياس التعبير الانفعالي المتناقض .

استخدم الباحث اختبار ولكوكسين (Willcoxon) لاختبار صحة هذه الفرضية وتبين 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 احصائية في رتب درجات المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي وتم قبول الفرضية الصفرية ورفض الفرضية البديلة، كما هو موضح في جدول (11).

جدول رقم (11): يبين قيمة اختبار ولكوكسين للاختبار القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة

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

				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 وفتياته مما نجد ان مؤشرات الجدول توضح عدم وجود فرق بين رتب درجات مقياس التعبير الانفعالي المتناقض في الاختبار القبلي والبعدي بمعنى 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 البعدي 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) أصغر 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 لصالح المجموعة التجريبية والجدول (12) يوضح ذلك. جدول رقم (12): يبين قيمة مان ويتني المحسوبة والقيمة الجدولية ودالاتها الإحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي

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

تظهر النتائج في الجدول (12) وهو نتائج الفرضية الثالثة ان الاختبار البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة تشير الى وجود فروق في نتائج الاختبار البعدي على مقياس التعبير الانفعالي المتناقض، أي ان المجموعة التجريبية التي تعرضت للبرنامج الارشادي 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 نجاحا في خفض التعبير الانفعالي السلبي مقارنة برتب درجات المجموعة الضابطة، اذا قام المرشد بتحديد الافكار السلبية واسبابه والعمل على استبدالها بأفكار ايجابية تعمل على الاستقرار الانفعالي والتعبير المنضبط عن المشاعر الى الآخرين من حوله، ان المسترشد المصابين بالأمراض المزمنة يحملون داخليا ضغوطات وافكار سلبية تؤثر سلبا بسبب المرض المزمن الذي تعرضوا له مما يعمل الارشاد التطبيقي على ازالة تلك الافكار غير العقلانية ودحضها وإيجاد افكار اكثر ايجابية مما يشعر المسترشد بالراحة والاتزان الانفعالي والعاطفي والنفسي ويتوافق مع المتغيرات البيئية، مقارنة برتب درجات المجموعة الضابطة التي لم تتعرض للبرنامج الارشادي مما نحد عدم تأثر افراد المجموعة الضابطة بالقدرة المنضبطة بالتعبير الانفعالي .

. 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 ارشادي 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 المقترحات اجراء دراسة بأسلوب دحض الافكار في خفض مفهوم ازمة الهوية لدى الطلاب في المرحلة الاعدادية، وايضا اجراء دراسة بعنوان دور الارشاد المعرفي في تنمية الاستبصار النفسي لدى الطلاب المتفوقين، ان هذه الدراسة من الممكن الاستفادة منها ومن نتائجها وبرامجها الارشادي في مديريات التربية قسم الارشاد التربوي للمدارس الثانوية والابتدائية، ايضا من الممكن الاستفادة من الدراسة الحالية في دوائر الرعاية الاجتماعية والخدمات النفسية والاجتماعية ومن الممكن الاستفادة منها من الباحثين بمجال الاختصاص والمرشدين التربويين، كما يمكن الاستفادة من نتائج الدراسة ا وأداة البحث.

. قائمة المراجع

- ابراهيم، حلمي سالم (2016): النمو النفسي والاجتماعي ، ط1، دار المعرف 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 أُسسه 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 يحي فارس بالمدينة المجلد 5، العدد 3، الصفحة 25-32.
- 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 الشريفين ، 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