التدريب على تنظيم الذات كمعدل للاضطرابات السلوكية لدى المراهقين

إعداد الباحث
طه محمد صالح محمد
قدم هذا البحث استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجيستير في التربية
(تخصص علم النفس التعليمي)

إشراف

أ.د/ شادية أحمد عبدالخالق
أستاذ علم النفس
بكلية البنات جامعة عين شمس

أ.د/ نبيلة أمين علي أبوزيد
أستاذ علم النفس
كلية البنات جامعة عين شمس

٢٠١٦ م / ١٤٣٧ هـ

- **مقدمة الدراسة:**

تضافرت جهود الباحثين في مجال علم النفس على الاهتمام بالبحوث النظرية والتجريبية التي تقدم تفسيراً علمياً لعمليات التنظيم الذاتي واستقبال المعلومات وتخزينها واسترجاعها.

واستند الباحث في اختياره لمتغير تنظيم الذات من بين كثير من المتغيرات المستخدمة في تعديل السلوك على النقاط التالية:

١- استخدام تنظيم الذات في الفترة السابقة في كثير من الابحاث التجريبية القائمة على تعديل السلوك ، فقد أظهرت كثير من الدراسات نجاح تنظيم الذات في كثير من المجالات كما سيظهر في الدراسات السابقة.

٢- امكانية دمج التدريب على استراتيجيات التنظيم الذاتي في المناهج وطرق التدريس لانه يتطلب الحد الأدنى من الموارد. ويمكن إدراجها في المناهج الدراسية دون وجود مشكلات في الحاجة إلى وقت او معدات بسبب القيود المختلفة التي تحيط بالعملية التعليمية.

٣- الأفراد الذين يستخدمون استراتيجيات التنظيم الذاتي لديهم مستوى أعلى من النجاح في تحسين الأداء وتعديل السلوك من أولئك الذين لا يستخدمون مثل هذه الاستراتيجيات لذا يجب على الأفراد المشاركة في الأنشطة التي تتطلب قدرا كبيرا من التنظيم الذاتي .

٤- هناك حاجة للمزيد من الأبحاث في هذا المجال لمعرفة قدرة تنظيم الذات في تعديل الاضطرابات السلوكية الخاصة بمرحلة المراهقة المبكرة.

وبالنظر إلى الاضطراب السلوكي على أنه سلوك غير سوي حيث يصعب على المضطربين سلوكياً التكيف مع اقرانهم الذين في سنهم وذلك بسبب نزعاتهم الانفعالية والسلوكية ونستطيع من خلال السلوك الظاهر لهذه الفئة ان نقسم حالاتهم الى ثلاث مجموعات: مجموعة تميل إلى الخوف والانطواء وأخرى إلى العدوان وثالثة تجمع بين خصائص المجموعتين.

والوقوف على تعريف للاضطراب السلوكي أو الانفعالي ليس بالأمر الهين. لأن الطفل الذي لديه اضطراب سلوكي يظهر استجابات غير تكيفية أو غير ملائمة لعمره الزمني، وكذلك معظم الاطفال يصدر عنهم أحيانا استجابات من هذا النوع. ومن جهة اخرى ، فالأطفال الذين يعانون من اضطرابات سلوكية يتصرفون بشكل طبيعي أحياناً فليس كل سلوكهم غير تكيفي. واذا كان من الصعب تمييز السلوك الطبيعي عن السلوك المضطرب بدقة ووضوح ، فبديهي ان تكون عملية التشخيص عملية ذاتية غير موضوعية بالكامل. وما التفاوت الهائل في تقديرات نسب شيوع الاضطرابات السلوكية والانفعالية الآ دليل على ذلك. فقد يكون السلوك مقبولاً في وضع ما ولكنه غير مقبول في وضع آخر. ولذا فان تعريف السلوك المضطرب وتحديده لا يقتصران على خصائصه فقط ولكنهما يشملان الحكم على مدى ملاءمته للظروف أيضا، مما ينطوي على صعوبات جمة. وبالإضافة الى ما سبق، فان الاضطرابات السلوكية ترافق حالات الاعاقة الاخرى (وخاصة التخلف العقلي وصعوبات التعلم) في كثير من الحالات، ولهذا فليس من السهل تحديد ما اذا كان السلوك المضطرب ناجماً عن اعاقة انفعالية او أية اعاقة اخرى.

- **مشكلة الدراسة وتساؤلاتها:**

تظهر مشكلة الدراسة للباحث من خلال مصدرين رئيسيين:

١- المصدر الشخصي : وهو طبيعة عمل الباحث كمعلم في المرحلة الاعدادية حيث لاحظ عددا كبيرا من التلاميذ يعانون من بعض الاضطرابات السلوكية والتي لها علاقة بمدى تفاعل التلاميذ مع معلميهم وكذا مع اقرانهم وذويهم . كما لاحظ الباحث تزايد حدة هذه الاضطرابات في هذه المرحلة العمرية (المراهقة) مقارنة بمرحلة الطفولة.

٢- المصدر البحثي : قام الباحث بارتياد بعض المكتبات الجامعية والمواقع البحثية العلمية المصرية والاجنبية على الشبكة العنكبوتية لبحث المسألة علميا للوقوف على النتاج العلمي لأهل التخصص بغية الوصول الى ما يساهم في ايجاد حلولا لهذه الاضطرابات السلوكية لدى المراهقين.

وعلى الرغم من كثرة الدراسات الأجنبية التي تناولت (تنظيم الذات والاضطرابات السلوكية) في البيئة الغربية مع مجموعات مختلفة ثقافياً وعرقياً وعمرياً إلا أن هناك ندرة– في حدود اطلاع الباحث- في الدراسات العربية في هذا المجال، لذا رأى الباحث ضرورة الاستفادة من هذه الدراسات ونتائجها في المجتمع

العربي مع مراعاة الاختلاف الثقافي والاجتماعي والبيئي، بالإضافة إلى أهمية هذه المتغيرات وارتباطها بمتطلبات هذا العصر وما يشهده من انفجار علمي وطفرة في جميع جوانب الحياة ومن ثم السلوك.

وفي ضوء ما تقدم يمكن صياغة مشكلة الدراسة الحالية في محاولة الاجابة على التساؤل الرئيسي الاتي:

ما مدى فاعلية فنيات تنظيم الذات في الحد من بعض الاضطرابات السلوكية (السلوك العدواني - السرقة – الكذب – التمرد والعناد) لدى المراهقين؟

ويتولد عن هذا التساؤل الرئيسي التساؤلات الفرعية الاتية:

١- هل توجد فروق بين أفراد المجموعة التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنامج على مقياس الاضطرابات السلوكية ؟

٢- هل توجد فروق بين افراد المجموعة التجريبية و المجموعة الضابطة بعد تطبيق البرنامج على مقياس الاضطرابات السلوكية؟

٣- هل توجد فروق بين أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي والتتبعي بعد مرور فترة المتابعة (شهرين تقريبا) على مقياس الاضطرابات السلوكية ؟

٤- هل توجد فروق بين أفراد المجموعة التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنامج على مقياس تنظيم الذات ؟

٥- هل توجد فروق بين افراد المجموعة التجريبية و المجموعة الضابطة بعد تطبيق البرنامج على مقياس تنظيم الذات؟

٦- هل توجد فروق بين افراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي و التتبعي بعد مرور فترة المتابعة (شهرين تقريبا) على مقياس تنظيم الذات؟

- **أهداف الدراسة:**

١- التعرف على درجة تنظيم الذات لدى عينة من المراهقين قبل وبعد البرنامج التدريبي.

٢- الكشف عن مدى الاضطرابات السلوكية قبل البرنامج وإمكانية الحد منها بعد نهاية البرنامج.

٣- معرفة فاعلية البرنامج الارشادي في تعديل الاضطرابات السلوكية.

- **أهمية الدراسة:**

الأهمية النظرية :

١- البحث في الاضطرابات السلوكية ومدى انتشارها بين المراهقين، والتعرف على بعض هذه الاضطرابات وتصنيفها والأسباب التي أدت إليها.

٢- التعرف تنظيم الذات وبعض استراتيجياته و فنياته المستخدمة وخطواته وبعض النظريات المفسرة له.

٣- التعرف على مرحلة المراهقة هذه المرحلة العمرية المهمة والحافلة بقدر كبير من التغيرات الجسمية والنفسية والتي تنعكس بطبيعة الحال الى حد كبير على الجانب المعرفي والوجداني والسلوكي لدى المراهقين.

الأهمية التطبيقية:

١- تقديم الباحث لبرنامج يعتمد على بعض فنيات تنظيم الذات.

٢- الاستفادة مما تم تقديمه من بعض البرامج العلاجية السابقة التي يمكن تقديمها في البرنامج الحالي.

٣- استخدام هذا البرنامج للمساهمة في تعديل بعض الاضطرابات السلوكية مثل (السلوك العدواني - السرقة – الكذب – التمرد والعناد) لدى طلاب المرحلة الاعدادية.

- **مصطلحات الدراسة:**

١- **تنظيم الذات:**

ويشير التنظيم الذاتي الى العمليات التي يستخدمها الأفراد في التخطيط والتكيف مع سلوك الهدف الموجه. (Schunk & Zimmerman, 2008:26)

ويرى بيتوسا واخرون ان تنظيم الذات هو الاستخدام الاستراتيجي للمهارات من أجل التذكير، أو تعزيز سلوك الهدف. (Petosa et al., 2005:33)

- **التعريف الإجرائي:**

يعرف الباحث تنظيم الذات إجرائياً في الدراسة الحالية بأنه: قدرة الفرد على استخدام استراتيجيات تنظيم الذات المتمثلة في (إدارة الوقت والبيئة- طلب المساعدة- إعداد الاهداف- التحكم والمراقبة الذاتية- الضمير- التنظيم الذاتي الديني) في تعديل بعض الاضطرابات السلوكية، ويتحدد بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص على مقياس تنظيم الذات.

٢- الاضطرابات السلوكية:

الاضطراب السلوكي هو اي سلوك مختلف او شاذ عن السلوك الاجتماعي السوي وله مساس بالمعيار الاجتماعي للسلوك والذي يقع بصورة متكررة وشديدة بحيث يحكم عليه من قبل اشخاص بالغين واسوياء بانه عمل لا يناسب عمر فاعله (Ross , G , 2006:237)

الاضطراب السلوكي هو نمط من الافكار والانفعالات السلوكية التي تتصف بالابتعاد عن السلوك المقبول وعدم وجود مبرر له ويصاحب بسوء تكيف ويسبب ضيقا وتوترا للفرد ويتحدد الاضطراب بعدد تكرار السلوك وله القدرة على تغير اتجاهات الافراد حول اوجه الحياة المختلفة ويقاوم التغير. (Alan , K , 2006:814)

- **التعريف الإجرائي**:

ويعرف الباحث الاضطرابات السلوكية إجرائياً بأنها الأنماط السلوكية التي تدل على وجود سلوك شاذ أو غير سوي لدى الطلاب (عينة البحث) وتنعكس أثاره عليهم أو على من حولهم ويعد هذا السلوك مخالفا للمعايير المتعارف عليها داخل المجتمع، ويتحدد بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص على مقياس الاضطرابات السلوكية.

٣- المراهقة المبكرة:

يعرف السنبل وآخرون (١٩٩١) المرحلة المتوسطة بأنها (المرحلة الوسطى من سلم التعليم بحيث يسبقه التعليم الابتدائي ويتلوه التعليم الثانوي ، ويشغل فترة زمنية تمتد من الثانية عشرة حتى الخامسة عشرة من العمر.

- **التعريف الإجرائي**:

المراهقة المبكرة هي المرحلة العمرية الممتدة من ١٢: ١٥ سنة وهي الموازية للمرحلة الإعدادية (المتوسطة) والتي تتميز بخصائص بيولوجية ونفسية واجتماعية وسلوكية معينة.

الإطار النظري:

تضافرت جهود الباحثين في مجال علم النفس على الاهتمام بالبحوث النظرية والتجريبية التي تقدم تفسيراً علمياً لعمليات التنظيم الذاتي واستقبال المعلومات وتخزينها واسترجاعها. والتنظيم الذاتي أمر ضروري في العمل الاجتماعي الناجح في الحياة. والمراهقة هي فترة محورية في تطوير التنظيم الذاتي نظرا لمتطلبات النمو الفسيولوجي، والتنشئة الاجتماعية مع الاقران ، وزيادة الحكم الذاتي من الآباء والأمهات. ان المراهقين الذين يعانون من صعوبات في التنظيم الذاتي هم الاكثر عرضة لخطر المشاركة في السلوكيات عالية المخاطر. وذلك مقارنة بأقرانهم الأفضل تنظيما علاوة على ذلك، تشير الدلائل إلى أن المراهقين الذين يعانون من صعوبات في التنظيم الذاتي هم أكثر عرضة لإيذاء أقرانهم من اؤلئك الذين لديهم تنظيم جيد للذات . ويرتبط إيذاء الأقران خلال مرحلة المراهقة أيضا بمجموعة من النتائج الصحية السلبية مثل: - الاكتئاب (Espelage, Low, & De La Rue, 2012)

- القلق (Van Oort, Greaves-Lord, Ormel, Verhulst, & Huizink, 2011)
- تعاطي المخدرات (Carlyle &Steinman, 2007)
- التفكير في الانتحار وايذاء النفس(Fisher et al.,2012;Winsper,Lereya, Zanarini, & Wolke,2012)
- العدوان الشديد (Ttofi, Farrington, &Lösel, 2012)

في حين تشير بعض الأبحاث المتعلقة بالأطفال الى أن إيذاء الأقران يزيد من صعوبات التنظيم الذاتي، أكثر مما هو معروف لدينا عن هذا التفاعل الديناميكي خلال فترة المراهقة.

(Nichole D. Calkins,2015:15)

تشكل الاضطرابات السلوكية خطورة بالنسبة للفرد وبالنسبة للمجتمع على حد سواء، فبالنسبة للفرد ينتج عنه: تبديد طاقة الفرد وجهده، إفساد حياة الفرد وتحطيم مستقبله، وتعريض الفرد للعقاب والإيذاء. وبالنسبة للمجتمع ينتج عنه: تهديد أمن المجتمع، وتعطيل مصالحه وضياع جهوده وتهديد حريتهم وأمنهم.

إن النظام التربوي ذو الكفاءة العالية في كل مفرداته والذي يملك الجودة ويحقق المعدلات القياسية في التأثير، هو الذي يؤدي إلى وجود عملية تعليمية وتربوية ذات مخرجات عالية الجودة، وكذلك تملك الوسائل الناجمة في علاج الاضطرابات القائمة بدون تراكمات على حساب المتعلم ، والعكس صحيح تماماً، فإن النظام التربوي الذي يشكو من الخلل في مفرداته يؤدي إلى اضطرابات كثيرة تعانيها العملية التعليمية.

تعد مرحلة المراهقة من أهم مراحل حياة الإنسان ، لأنها السن الذي يتحدد فيها مستقبله إلى حد كبير وهي الفترة التي يمر فيها بكثير من الصعوبات ، أو يعاني من الصراعات والقلق ويمكن أن ينجرف الفرد في هذا السن إذا لم يجد من يأخذ بيده ويعاونه في تخطي هذه العقبات ، وعلى ذلك فإن الرعاية والاهتمام بالمراهق من أوجب المطالب التربوية. (إيناس خليفة،٢٠٠٥: ٢٤)

تعد المراهقة من أهم المراحل التي يمر بها الإنسان ضمن أطواره المختلفة ، التي تتسم بالتجدد المستمر ، ولأهمية هذه المرحلة لابد من الوقوف على خصائص النمو لمن هم في هذه المرحلة ، حتى يتعامل المربي في تربيته الوقائية معهم سواء كان الوالدان في المنزل أو المعلم في المدرسة وفق تصور صحيح وخطوات واضحة ومدروسة واقعية مؤثرة ، بناء على معرفة مسبقة من الجميع بهذه الخصائص . (خليل الحدري ،١٩٩٧: ٩٦)

- **الدراسات السابقة**
- **الدراسات التي تناولت تنظيم الذات:**

١- دراسة ايبانز وآخرون (Ibanez et al.,2005):

حيث هدفت هذه الدراسة إلي بحث الشروط السيكومترية لصورة مختصرة لتنظيم الذات تتكون من(٢٥) عبارة مقتبسة من قائمة تنظيم الذات الأصلية ل(Grossarth-maticeck &Eeyzenk,1995)، وقد تم تطبيقها على عينة قوامها ٣٠٠ من طلاب المرحلة الإعدادية، وتم إجراء التحليل العاملي لهذه البنود ثم أديرت تدويرا مائلا حيث تشبعت علي العامل العام لتنظيم الذات وعلي العوامل الخمسة الخاصة بتنظيم الذات الأصلية، كما أظهرت ارتفاعا في ثباتها الداخلي، وارتباطا بقائمة تنظيم الذات وبأبعاد الشخصية المتمثلة في:

- الانبساط. - الاستقرار الانفعالي. - التحكم في الانفعالات.

٢- دراسة (أحمد محمود طعيمة، ٢٠١١):

(تنظيم الذات وعلاقته بالتفكير السلبي والايجابي لدى طلبة المرحلة الاعدادية) والتي اجراها على عينة من طلبة المرحلة الاعدادية الصف الرابع والخامس العلمي والادبي، قام الباحث بإعداد مقياس لتنظيم الذات واخر للتفكير السلبي والايجابي. وكانت النتائج على النحو التالي :

- وجود فروق في تنظيم الذات تبعا لمتغير النوع لصالح الاناث .
- وجود فروق في تنظيم الذات تبعا للتخصص الدراسي لصالح التخصص العلمي.
- وجود علاقة ايجابية بين تنظيم الذات ونمط التفكير الايجابي .
- وجود علاقة سلبية بين تنظيم الذات ونمط التفكير السلبي .

٣- دراسة (غادة عبد الحميد عبد العاطي ، ٢٠١٢):

(فاعلية برنامج تجريبي قائم على بعض استراتيجيات التنظيم الذاتي للتعلم واثره على بعض مكونات الذكاء الوجداني ونتائج التعلم) والتي كانت على عينة قوامها ٦٠ طالب وطالبة في الصف الثاني الاعدادي ممن يعانون من انخفاض في التحصيل الدراسي والذكاء الوجداني ، حيث استخدمت الباحثة برنامجاً تدريبياً قائماً على بعض استراتيجيات التنظيم الذاتي للتعلم ، وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة إيجابية بين التنظيم الذاتي ، والتحصيل الدراسي والذكاء الوجداني، فكلما ارتفع التنظيم الذاتي كلما ارتفع التحصيل الدراسي والذكاء الوجداني.

- **الدراسات التي تناولت الاضطرابات السلوكية:**

١- دراسة (Hoover & Susan, 2006)

وقد هدفت إلى دراسة كيفية التعامل مع سلوكيات الطلاب الخطرة أثناء الدوام المدرسي وطبيعة التغيرات التي يواجهونها، وهدفت هذه الدراسة لتحديد طبيعة التغيرات التي تحدث خلال اليوم المدرسي والتدخل في الأزمات وتحديد السلوكيات الخطرة ، والتعامل المناسب معها والأزمات العائلية التي يمر بها الطلاب، وتم اجراء الدراسة الوصفية على خمس مدارس للمرحلة الاعدادية.

- وأظهرت النتائج أهمية الجهود المقدمة في التعاون من العائلات والمراكز الصحية والمؤسسات المحلية المجاورة للمدرسة ، حيث تبين ظهور الاضطرابات النفسية والسلوك العدواني ، والنشاط الزائد لدى طلاب المدارس بدرجة قليلة التي يتوفر فيها مراكز إرشادية.

٢- دراسة (اسيل زهير سكر ، ٢٠١٤):

(العلاقة بين خصائص شخصية الامهات والمشكلات السلوكية لدى الابناء في مرحلة المراهقة) وقد أجرت الباحثة الدراسة على عينة مكونة من ٣٣٥ طالب وطالبة من طلاب الصف الاول والثاني الثانوي منهم ١٥١ من الذكور و ١٨٤ من الاناث ، مع امهاتهم .

وقد قامت الباحثة باستخدام المنهج الوصفي المقارن لقياس خصائص شخصية الام وقياس المشكلات السلوكية.

وجاءت نتائج الدراسة على النحو التالي:

- وجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين خصائص شخصية الام ككل والمشكلات السلوكية الابناء المراهقين.
- عدم وجود فروق دالة احصائيا بين الذكور والاناث في المشكلات السلوكية.

٣- دراسة (Bottome, Paul.,2016)

(تعليم المراهقين الذين يعانون من اضطرابات: دراسة حالة لتعليم الطلاب الذين يعانون من اضطرابات عاطفية وسلوكية في مدرسة للتعليم الخاص)

في هذه الدراسة قام الباحث بدراسة تأثير مدارس التعليم الخاص على الطلاب الذين يعانون من اضطرابات عاطفية وسلوكية مستخدماً نظرية ويهلاج Wehlage لدورها الذي تلعبه في مساعدة الطلاب على التقدم، وكذلك نظرية بروتشاسكا Prochaska عن مراحل التغيير، وذلك مقارنة بالمدارس الحكومية النموذجية.

ومن خلال هاتين النظريتين حاول الباحث الإجابة عن سؤالي البحث:

- كيف وإلى أي مدى تؤثر مدارس التعليم الخاص على الطلاب الذين يعانون من اضطرابات عاطفية وسلوكية مقارنة بالمدارس الحكومية النموذجية، من وجهة نظر الطلاب والإداريين والمعلمين ؟
- ما هي الاستراتيجيات والممارسات الموجودة في المدارس الخاصة الأكثر فعالية في مساعدة الطلاب على تعديل سلوكهم ليصبحوا أكثر انخراطا في المدرسة من وجهة نظر الطلبة والعاملين في المدرسة؟

وقد شملت البيانات المقابلات ومجموعات من الطلاب والعاملين في المدارس منها مدرسة للتعليم الخاص في ولاية ماساشوستس، فضلا عن تحليل بيانات نتائج الطلاب، ومراجعة المستندات وكان الهدف من تحليل البيانات المساعدة في تحديد الاستراتيجيات والممارسات التي يمكن استخدامها وتعميمها في المدارس الأخرى التي تخدم الطلاب الذين يعانون من اضطرابات عاطفية وسلوكية.

- وأظهرت النتائج تفوق مدارس التعليم الخاص على الحكومية النموذجية في مدى تأثيرها على الطلاب الذين يعانون من اضطرابات عاطفية وسلوكية.
- **<u>فروض الدراسة:</u>**

١- توجد فروق بين أفراد المجموعة التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنامج على مقياس الاضطرابات السلوكية.

٢- توجد فروق بين افراد المجموعة التجريبية و المجموعة الضابطة بعد تطبيق البرنامج على مقياس الاضطرابات السلوكية.

٣- لا توجد فروق بين أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي والتتبعي بعد مرور فترة المتابعة (شهرين تقريبا) على مقياس الاضطرابات السلوكية.

٤- توجد فروق بين أفراد المجموعة التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنامج على مقياس تنظيم الذات.

٥- توجد فروق بين افراد المجموعة التجريبية و المجموعة الضابطة بعد تطبيق البرنامج على مقياس تنظيم الذات.

٦- لا توجد فروق بين افراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي و التتبعي بعد مرور فترة المتابعة (شهرين تقريبا) على مقياس تنظيم الذات.

- **منهج الدراسة:**

استخدم الباحث في هذه الدراسة المنهج شبه التجريبي للتحقق من صحة الفروض والتيقن من فاعلية برنامج تنظيم الذات في تعديل الاضطرابات السلوكية لدى عينة من المراهقين.

- **عينة الدراسة:**

تكونت عينة الدراسة الاستطلاعية من (٤٠) طالباً من طلاب المرحلة الإعدادية للتحقق من صدق وثبات ادوات الدراسة، وتكونت عينة الدراسة الأساسية من(٢٤) طالباً، حيث تم تقسيمهم إلى مجموعتين؛ إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة قوام كل منهما (١٢) طالباً، تتراوح اعمارهم من (١٢-١٥) سنة، وتم تحديد العينة بشكل عمدي.

- **أدوات الدراسة:**

وقد قام الباحث بتطبيق البرنامج على المجموعة التجريبية فقط مستخدماً الادوات التالية:

١- مقياس تنظيم الذات (إعداد الباحث):

تم بناء المقياس بناء على الإطار النظري والدراسات السابقة التي اطلع عليها الباحث، وقد أعد الباحث (٤٨) عبارة في الصورة الأولية للمقياس، وبعد عرض المقياس على بعض المتخصصين في علم النفس والصحة النفسية، وبناء على آرائهم تم تعديل عدد (١٠) عبارات من المقياس، وبعد تطبيقه على عينة استطلاعية قوامها (٤٠) طالباً وذلك من أجل الوقوف على مدى ملائمة العبارات ومعرفة الخصائص السيكومترية للمقياس، بقى المقياس في صورته النهائية يتكون من (٤٨) عبارة موزعة على ستة أبعاد، هي: (إدارة الوقت والبيئة- طلب المساعدة- إعداد الأهداف - التحكم والمراقبة الذاتية - الضمير- التنظيم الذاتي الديني).

٢- مقياس الاضطرابات السلوكية (إعداد/ حنان الطاهر نوري البلغوش (٢٠١١).

٣- مقياس المستوى الاجتماعي الاقتصادي الثقافي (إعداد/ محمد بيومي خليل(٢٠٠٣))

٤- برنامج تنظيم الذات لتعديل الاضطرابات السلوكية. (إعداد الباحث)

جدول (١) جلسات برنامج تنظيم الذات

رقم الجلسة	عنوانها	الفنيات المستخدمة		زمن الجلسة
١	الجلسة الافتتاحية	- التعليمات - الاقناع المنطقي	- التغذية الراجعة - النمذجة	٦٠ دقيقة
٢	التعريف بالمفاهيم	- الحوار و المناقشة - التدريب التوكيدي		٥٠ د
٣	إدارة الوقت و البيئة	- الحوار والمناقشة - التدريب على خريطة الوقت - الاقناع المنطقي		٥٠ د
٤	طلب المساعدة	- الحوار والمناقشة - النمذجة	- الاقناع المنطقي	٥٠ د
٥	مفهوم سلوك العناد	- الحوار والمناقشة - الاقناع المنطقي - لعب الادوار	- قبول الاخر - المرونة	٥٠ د
٦	تعديل سلوك العناد	- المحاضرة - الاقناع المنطقي	- حل المشكلات - لعب الادوار	٦٠ د
٧	تحديد الأهداف	- الحوار والمناقشة - التغذية الراجعة	- رسم الخرائط الذهنية	٥٠ د
٨	التحكم و المراقبة الذاتية	- المناقشة - التحدث الذاتي - لعب الدور	- الاقناع المنطقي - النمذجة - التعزيز	٥٠ د

		- التغذية الراجعة		
٩	مفهوم السلوك العدواني	- المحاضرة - الاقناع المنطقي	- لعب الادوار - قبول الاخر	٥٠ د
١٠	تعديل السلوك العدواني	- المحاضرة - الاقناع المنطقي - القصص	- حل المشكلات - لعب الادوار - الارشاد الديني	٦٠ د
١١	فاعلية الضمير	- التحدث الذاتي - التغذية الراجعة	- التعزيز	٥٠ د
١٢	تنظيم الذات الديني	- المحاضرة - الموعظة والارشاد	- القصص - النمذجة	٦٠ د
١٣	مفهوم سلوك الكذب	- المحاضرة - النمذجة - لعب الادوار	- الارشاد الديني - القصص	٥٠ د
١٤	تعديل سلوك الكذب	- المحاضرة - النمذجة - القصص	- الارشاد الديني - لعب الادوار	٦٠ د
١٥	مفهوم سلوك السرقة	- المحاضرة - النمذجة - لعب الادوار	- الارشاد الديني - القصص	٥٠ د
١٦	تعديل سلوك السرقة	- المحاضرة - لعب الادوار - النمذجة	- الارشاد الديني - القصص	٦٠ د
١٧	الجلسة الختامية (انهاء البرنامج)	- المناقشة - التعزيز	- التغذية الراجعة	١٢٠ د
-	جلسة المتابعة			٥٠ د

٥- دليل تقدير العوامل والظروف المؤدية لنشأة الاضطرابات السلوكية لدى المراهقين (إعداد الباحث)

٦- استمارة متابعة الواجب المنزلي. (إعداد الباحث)

٧- استمارة تقييم البرنامج التدريبي. (إعداد الباحث)

٨- استمارة دراسة الحالة. (إعداد الباحث)

- **نتائج الدراسة:**

أولاً: اختبار صحة الفرض الأول والذى نصه: " توجد فروق بين أفراد المجموعة التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنامج على مقياس الاضطرابات السلوكية "

جدول (٢)

قيم"Z" لدلالة الفروق بين متوسطات رتب المجموعة التجريبية فى القياسين القبلي والبعدي على مقياس الاضطرابات السلوكية باستخدام اختبار ويلكوكسون

الأبعاد	القياس		العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة "z"	مستوى الدلالة
السلوك العدواني	قبلي/ بعدى	الرتب الموجبة	12	6.50	87.00	3.070	**
		الرتب السالبة	0	0.00	0.00		
		الرتب المتعادلة	0				
		الإجمالي	12				
السرقة	قبلي/ بعدى	الرتب الموجبة	12	6.50	87.00	3.062	**
		الرتب السالبة	0	0.00	0.00		
		الرتب المتعادلة	0				

		الإجمالي	12				
الكذب	قبلي/ بعدى	الرتب الموجبة	12	6.50	87.00	3.070	**
		الرتب السالبة	0	0.00	0.00		
		الرتب المتعادلة	0				
		الإجمالي	12				
العناد	قبلي/ بعدى	الرتب الموجبة	12	6.50	87.00	3.070	**
		الرتب السالبة	0	0.00	0.00		
		الرتب المتعادلة	0				
		الإجمالي	12				
الدرجة الكلية	قبلي/ بعدى	الرتب الموجبة	12	6.50	87.00	3.062	**
		الرتب السالبة	0	0.00	0.00		
		الرتب المتعادلة	0				
		الإجمالي	12				

استخدام الباحث اختبار "**ويلكوكسون WILCOXON**" لعينتين مرتبطتين، وتبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.01) بين القياسين القبلي والبعدي لدرجات طلاب المجموعة التجريبية في بعد السلوك العدواني وبعد السرقة وبعد الكذب وبعد العناد والدرجة الكلية لمقياس الاضطرابات السلوكية لصالح القياس البعدي مما يشير إلى انخفاض مستوى الاضطرابات السلوكية لدى المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج الإرشادي، وهذه النتيجة تحقق الفرض الأول.

ثانياً: اختبار صحة الفرض الثاني والذى نصه: "توجد فروق بين افراد المجموعة التجريبية و المجموعة الضابطة بعد تطبيق البرنامج على مقياس الاضطرابات السلوكية "

جدول (٣)

قيم مقياس مان- ويتني (U) وقيمة (Z) لدلالة الفروق بين متوسطات رتب طلاب المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس الاضطرابات السلوكية

الأبعاد	المجموعة	ن	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة "U"	قيمة "Z"	مستوى الدلالة
السلوك العدواني	التجريبية	12	6.92	83.00	5.00	3.885	**
	الضابطة	12	18.08	217.00			
السرقة	التجريبية	12	7.04	84.50	6.50	3.793	**
	الضابطة	12	17.96	215.5			
الكذب	التجريبية	12	6.88	82.50	4.50	3.952	**
	الضابطة	12	18.13	217.50			
العناد	التجريبية	12	8.50	102.00	24.00	2.783	**
	الضابطة	12	16.50	198.00			
الدرجة الكلية	التجريبية	12	6.50	78.00	0.00	4.161	**
	الضابطة	12	18.50	222.00			

**** مستوى الدلالة عند (0.01)**

استخدام الباحث اختبار مان - ويتني (U) لعينتين مستقلتين وتبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.01) بين متوسطات رتب طلاب المجموعة التجريبية وطلاب المجموعة الضابطة في القياس البعدي في الدرجة الكلية لمقياس الاضطرابات السلوكية مما يشير إلى انخفاض مستوى الاضطرابات السلوكية لدى المجموعة التجريبية، وهذه النتيجة تحقق الفرض الثاني.

ثالثاً: اختبار صحة الفرض الثالث والذى نصه: "لا توجد فروق بين أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي والتتبعي بعد مرور فترة المتابعة (شهرين تقريبا) على مقياس الاضطرابات السلوكية "

جدول (٤)

قيم"Z" لدلالة الفروق بين متوسطات رتب المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس الاضطرابات السلوكية باستخدام اختبار ويلكوكسون

الأبعاد	القياس		العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة "z"	مستوى الدلالة
السلوك العدواني	بعدى/ تتبعى	الرتب الموجبة	5	4.63	23.15	0.50	غير دالة
		الرتب السالبة	2	4.90	9.80		
		الرتب المتعادلة	5				
		الإجمالي	12				
السرقة	بعدى/ تتبعى	الرتب الموجبة	1	4.00	4.00	0.62	غير دالة
		الرتب السالبة	4	5.00	20.00		
		الرتب المتعادلة	7				
		الإجمالي	12				
الكذب	بعدى/ تتبعى	الرتب الموجبة	2	4.00	8.00	0.65	غير دالة
		الرتب السالبة	2	4.30	8.60		
		الرتب المتعادلة	8				
		الإجمالي	12				
العناد	بعدى/ تتبعى	الرتب الموجبة	1	3.00	3.00	0.85	غير دالة
		الرتب السالبة	1	3.35	3.25		
		الرتب المتعادلة	10				
		الإجمالي	12				
الدرجة الكلية	بعدى/ تتبعى	الرتب الموجبة	2	4.50	9.00	0.93	غير دالة
		الرتب السالبة	2	4.00	8.00		
		الرتب المتعادلة	8				
		الإجمالي	12				

استخدام الباحث اختبار "ويلكوكسون Wilcoxon" وتبين عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب المجموعة التجريبية في القياسين البعدي و التتبعي على أبعاد مقياس الاضطرابات السلوكية مما يشير إلى أن الدرجات التي سجلها طلاب المجموعة التجريبية في القياس البعدي على مقياس الاضطرابات السلوكية والتي انخفضت بشكل جوهري وملحوظ عن القياس القبلي، وبقيت منخفضة في القياس التتبعي ولم يطرأ عليها أي ارتفاع يذكر، الأمر الذى يؤكد فاعلية البرنامج المستخدم مع طلاب المجموعة التجريبية وامتداد أثره الجوهري في التخفيف من حدة الاضطرابات السلوكية لدى عينة الدراسة بعد فترة شهرين من انتهاء البرنامج وهذه النتيجة تحقق الفرض الثالث.

رابعاً: اختبار صحة الفرض الرابع والذى نصه:" توجد فروق بين أفراد المجموعة التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنامج على مقياس تنظيم الذات "

جدول (٥)

قيم"Z" لدلالة الفروق بين متوسطات رتب المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس تنظيم الذات باستخدام اختبار ويلكوكسون

الأبعاد	القياس		العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة "z"	مستوى الدلالة
إدارة الوقت و البيئة	قبلي/ بعدى	الرتب الموجبة	12	6.00	72.00	2.980	**
		الرتب السالبة	0	0.00	0.00		
		الرتب المتعادلة	0				
		الإجمالي	12				
طلب المساعدة	قبلي/ بعدى	الرتب الموجبة	12	6.00	72.00	2.982	**
		الرتب السالبة	0	0.00	0.00		
		الرتب المتعادلة	0				
		الإجمالي	12				

إعداد الأهداف	قبلي/ بعدى	الرتب الموجبة	12	6.00	72.00	2.967	**
		الرتب السالبة	0	0.00	0.00		
		الرتب المتعادلة	0				
		الإجمالي	12				
التحكم و المراقبة الذاتية	قبلي/ بعدى	الرتب الموجبة	12	6.00	72.00	2.960	**
		الرتب السالبة	0	0.00	0.00		
		الرتب المتعادلة	0				
		الإجمالي	12				
الضمير	قبلي/ بعدى	الرتب الموجبة	12	6.00	72.00	2.950	**
		الرتب السالبة	0	0.00	0.00		
		الرتب المتعادلة	0				
		الإجمالي	12				
التنظيم الذاتي الديني	قبلي/ بعدى	الرتب الموجبة	12	6.00	72.00	2.968	**
		الرتب السالبة	0	0.00	0.00		
		الرتب المتعادلة	0				
		الإجمالي	12				
الدرجة الكلية	قبلي/ بعدى	الرتب الموجبة	12	6.00	72.00	2.963	**
		الرتب السالبة	0	0.00	0.00		
		الرتب المتعادلة	0				
		الإجمالي	12				

**** مستوى الدلالة عند (0.01)**

استخدام الباحث اختبار "ويلكوكسون Wilcoxon" وتبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.01)، بين القياسين القبلي والبعدي لدرجات طلاب المجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي وهذه النتيجة تحقق الفرض الرابع.

خامساً: اختبار صحة الفرض الخامس والذى نصه: "توجد فروق بين افراد المجموعة التجريبية و المجموعة الضابطة بعد تطبيق البرنامج على مقياس تنظيم الذات "

جدول (٦)

قيم مقياس مان- ويتنى U وقيمة Z لدلالة الفروق بين متوسطات رتب طلاب المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس تنظيم الذات

الأبعاد	المجموعة	ن	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة "U"	قيمة "Z"	مستوى الدلالة
إدارة الوقت و البيئة	التجريبية	12	16.50	198.00	7.80	2.783	**
	الضابطة	12	8.50	102.00			
طلب المساعدة	التجريبية	12	18.13	217.50	4.50	3.950	**
	الضابطة	12	6.88	82.50			
إعداد الأهداف	التجريبية	12	17.96	215.50	6.50	3.793	**
	الضابطة	12	7.04	84.50			
التحكم و المراقبة الذاتية	التجريبية	12	18.07	217.00	5.00	3.885	**
	الضابطة	12	6.92	83.04			
الضمير	التجريبية	12	18.26	219.12	7.00	4.360	**
	الضابطة	12	7.50	90.00			
التنظيم الذاتي الديني	التجريبية	12	19.30	231.60	5.00	3.885	**
	الضابطة	12	6.90	82.80			
الدرجة الكلية	التجريبية	12	18.03	216.36	0.00	4.521	**
	الضابطة	12	6.33	75.69			

**** مستوى الدلالة عند (0.01)**

استخدم الباحث اختبار مان – ويتني U لعينتين مستقلتين وتبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.01) بين متوسطات رتب طلاب المجموعة التجريبية وطلاب المجموعة الضابطة في القياس البعدي في الدرجة الكلية لمقياس تنظيم الذات مما يشير إلى أن البرنامج قد ساهم في ارتفاع مستوى تنظيم الذات لدى المجموعة التجريبية، وهذه النتيجة تحقق الفرض الخامس.

سادساً: اختبار صحة الفرض السادس والذى نصه: "لا توجد فروق بين افراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي و التتبعي بعد مرور فترة المتابعة (شهرين تقريبا) على مقياس تنظيم الذات "

جدول (٧)

قيم"Z" لدلالة الفروق بين متوسطات رتب المجموعة التجريبية في القياسين البعدي و التتبعي على مقياس تنظيم الذات باستخدام اختبار ويلكوكسون

الأبعاد	القياس		العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة "z"	مستوى الدلالة
إدارة الوقت و البيئة	قبلي/ بعدى	الرتب الموجبة	2	3.50	7.00	1.40	غير دالة
		الرتب السالبة	1	3.50	3.50		
		الرتب المتعادلة	9				
		الإجمالي	12				
طلب المساعدة	قبلي/ بعدى	الرتب الموجبة	1	2.00	2.00	1.38	غير دالة
		الرتب السالبة	2	3.00	6.00		
		الرتب المتعادلة	9				
		الإجمالي	12				
إعداد الأهداف	قبلي/ بعدى	الرتب الموجبة	3	3.50	10.50	0.98	غير دالة
		الرتب السالبة	2	3.00	6.00		
		الرتب المتعادلة	7				
		الإجمالي	12				
التحكم و المراقبة الذاتية	قبلي/ بعدى	الرتب الموجبة	4	4.00	16.00	0.92	غير دالة
		الرتب السالبة	1	3.50	3.50		
		الرتب المتعادلة	7				
		الإجمالي	12				
الضمير	قبلي/ بعدى	الرتب الموجبة	1	4.00	4.00	1.35	غير دالة
		الرتب السالبة	2	3.25	6.50		
		الرتب المتعادلة	9				
		الإجمالي	12				
التنظيم الذاتي الديني	قبل/ بعدى	الرتب الموجبة	2	4.50	9.00	1.48	غير دالة
		الرتب السالبة	0	0.00	0.00		
		الرتب المتعادلة	10				
		الإجمالي	12				
الدرجة الكلية	قبلي/ بعدى	الرتب الموجبة	1	3.25	3.25	0.98	غير دالة
		الرتب السالبة	1	4.00	4.00		
		الرتب المتعادلة	9				
		الإجمالي	12				

استخدم الباحث قياس "ويلكوكسون Wilcoxon" وتبين عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين القياس البعدي والقياس التتبعي للمجموعة التجريبية على أبعاد مقياس تنظيم الذات.

- **توصيات الدراسة:**

بعد النظر إلى نتائج هذه الدراسة و تفسيرها، فإن الباحث يوصي بما يلي:

١- تقديم مثل هذه البرامج الإرشادية لأولياء الأمور من أجل توجيههم إلى الأساليب الجيدة الناجحة للتنشئة الأسرية، مما يمكنهم من التعامل مع مثل هذه الاضطرابات التي يتعرض لها بعض الأبناء في مثل هذه المرحلة.

٢- الاهتمام بالتدريب على البرامج الإرشادية المتمركزة حول الذات، واستخدامها في المرحلة الإعدادية لمعالجة المشكلات التربوية والتعليمية.
٣- دمج هؤلاء المراهقين في الأنشطة والبرامج المدرسية المنهجية وغير المنهجية، وذلك من أجل رفع ثقتهم بأنفسهم وتقديرهم لذواتهم وتنمية دافعيتهم من أجل التمثل بالسلوك المعتدل داخل الفصل.
٤- حث هؤلاء المراهقين على تحمل المسؤولية، وتدريبهم على ذلك من خلال بناء شخصيتهم في المدرسة والأسرة والمجتمع ككل.
٥- تفعيل دور الأخصائيين النفسيين والاجتماعيين في المدارس وكافة المؤسسات التربوية والاجتماعية، وبناء علاقات وطيدة مع المراهقين لإذابة الحواجز بينهم وتوظيف تلك العلاقة لمناقشة ما يعانون من اضطرابات.
٦- الاستفادة قدر المستطاع من نتائج هذا البحث وغيره من أبحاث الماجيستير و الدكتوراة، والعمل بما فيها من مقترحات لاسيما التي تتناول الحد من الاضطرابات السلوكية.
٩- اهتمام المدارس بالشق النفسي من حياة المراهق لإشباع حاجاتهم في هذه المرحلة وذلك من خلال التعرف على أمورهم النفسية والتعرف على مطالبهم.

- **بحوث مقترحة:**

يقترح الباحث إجراء الأبحاث و الدراسات التالية:
١- إجراء دراسة للتدريب على تنظيم الذات للحد من الاضطرابات السلوكية لدى عينة من الأطفال.
٢- إجراء دراسة للتدريب على تنظيم الذات لتعديل الاضطرابات السلوكية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية والجامعية.
٣- استخدام تنظيم الذات لتعديل الاضطرابات النفسية لدى عينة من الأطفال، أو طلاب المرحلة الإعدادية، أو الثانوية والجامعية.
٤- استخدام تنظيم الذات لتخفيف حدة الخوف من المستقبل لدى عينة من الشباب في ظل ثورات الربيع العربي.
٥- الفروق بين الجنسين في تنظيم الذات لدى عينة من الأطفال، أو طلاب المرحلة الإعدادية، أو الثانوية والجامعية.
٦- اختلاف تنظيم الذات باختلاف الثقافات الفرعية (الموقع الجغرافي، الديانة، المستوى الاقتصادي، والاجتماعي).
٧- استخدام الارشاد النفسي الديني لمجابهة الاضطرابات السلوكية لدى عينة من الطلاب (المراحل العمرية المختلفة).

- **قائمة المراجع:**

١- إيناس خليفة خليفة (٢٠٠٥): **مراحل النمو (تطور ورعايته)**، ط١، مجدلاوي للنشر والتوزيع، عمان ، الأردن .
٢- خليل عبدالله الحدري (١٩٩٧): **التربية الوقائية في الإسلام ومدى استفادة المدرسة الثانوية منها** ، معهد البحوث العلمية وإحياء التراث ، مكة المكرمة .
٣- زكريا الشربيني (٢٠٠٥): **المشكلات النفسية عند الأطفال**، ط٢، دار الفكر العربي، القاهرة.
٤- سارة ابراهيم العريني (٢٠٠٥):**التعليم عن بعد** ، مطابع الرضا ، الرياض .
٥- عبدالعزيز عبد الله السنبل وآخرون (١٩٩١): **نظام التعليم في المملكة العربية السعودية**، مكتبة الخريجي، الرياض .
٦- فوقية عبد الفتاح (٢٠٠٥): **علم النفس المعرفي بين النظرية والتطبيق**، ط ١، دار الفكر العربي للنشر، القاهرة.
٧- كمال إبراهيم مرسي (١٩٨٥): **سيكولوجية العدوان**، مجلة العلوم الاجتماعية، عدد٢، مجلد١٣.
8- Alan , K , (2006) , **Listening competency** . International journal of listening . 1 . 814-816 .
9- Carlyle,K,E, Steinman,K,J(2007):**Demographic differences in the prevalence, co-occurrence, and correlates of adolescent bullying at school**. Journal of School Health;77:623-629

10- **Espelage, Low, & De La Rue, 2012, Relations between peer victimization subtypes, family violence, and psychological outcomes during early adolescence**, Psychology of Violence, psycnet.apa.org.
11- Fisher et al. (2012**): Observation of a new boson at a mass of 125 GeV with the CMS experiment at the LHC**, Physics Letters B,Elsevier.
12- Nichole D. Calkins,2015, **The Impact of Self-Regulation Strategy Training on Secondary Physical Education Students' Physical Fitness Performance**, Doctor of Education, Faculty of the Graduate School of Education at Seattle Pacific University.
13- Petosa et al., (2005): **Features of the neighborhood environment and walking by US adults**, American journal , Elsevier.
14- Ross , G , (2006) , Maintaining family relationship , in (Ed) . Canary , D . , & Dainton , M . Maintaining Relationship through communication London : Lawrence Erlbaum associates , Inc.
15- Schunk, D.H & Zimmerman B.J (2008): **An essential dimension of self-regulated learning, Motivation and self-regulated**,books.google.com
16- Van Oort, Greaves-Lord, Ormel, Verhulst, & Huizink (2011): **Risk indicators of anxiety throughout adolescence, Depression and …**, Wiley Online Library
17- Winsper,Lereya, Zanarini, & Wolke (2012): **Involvement in bullying and suicide-related behavior at 11 years: a prospective birth cohort study**, Journal of the American, Elsevier