

## اثر الارشاد العقلاني الانفعالي في خفض السلوك الفوضوي لدى المراهقات

أ.م.د. تهاني أنور اسماعيل

Tahani.ismail@uobasrah.edu.iq

جامعة البصرة / كلية التربية للعلوم الإنسانية

### الملخص

هدف البحث التعرف على اثر الارشاد العقلاني الانفعالي في خفض السلوك الفوضوي لدى المراهقات، وقد تم اعتماد المنهج الشبه التجريبي كما اعتمد التصميم شبه التجريبي ذو المجموعتين (تجريبية وضابطة) مع اختبار قبلي وبعدي، وتم اختيار ( ٢٠ ) طالبة من المراهقات من طلبة المرحلة المتوسطة المتواجدين في مدارس البصرة للعام الدراسي (٢٠٢٥-٢٠٢٦)، وتم اعتماد مقياس السلوك الفوضوي الذي أعده العتيبي والمحمدي (٢٠٢٣)، والذي يتكون من (٥٧) فقرة بتدرج ثلاثي، وتم إعداد برنامج إرشادي قائم على الأسلوب العقلاني الانفعالي، وقد اظهرت النتائج ان عينة البحث لديهن السلوك الفوضوي، كما تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجات رتب طلبة المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي، كما ان أن هناك فروق دالة إحصائية بين رتب درجات المجموعتين في الاختبار البعدي لصالح المجموعة التجريبية، كما أظهرت نتائج البحث انخفاضاً واضحاً في مستوى السلوك الفوضوي لدى المراهقات في المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج الإرشادي مقارنة بالاختبار القبلي، في حين لم تظهر المجموعة الضابطة أي تغير يذكر. ويعكس هذا الاختلاف الكبير والملاحظ أثر البرنامج في تعديل السلوك، وقد خرج البحث بعدد من التوصيات والمقترحات .

الكلمات المفتاحية : اثر، الارشاد العقلاني الانفعالي، السلوك الفوضوي، المراهقات.

### The Effect of Rational Emotive Counseling on Reducing Disorderly Behavior among Adolescent Girls

Asst.Prof.Dr.Tahani Anwer Ismail

University Basrah/ College of Education for Humananities

### Abstract

The aim of the present study was to identify the effect of Rational Emotive Counseling in reducing disorderly behavior among adolescent

girls. The quasi-experimental method was adopted, using a two-group design (experimental and control) with pre- and post-tests. A sample of **20** adolescent female students was selected from intermediate schools in Basra for the academic year **2025-2026**.

The study employed the Disorderly Behavior Scale developed by **Al-Otaibi and Al-Mohammadi (2023)**, which consists of **57 items** measured on a three-point Likert scale. In addition, a counseling program based on the Rational Emotive approach was designed and implemented.

The findings indicated that the research sample exhibited disorderly behavior, and showed statistically significant differences in the ranked scores of the experimental group between the pre- and post-tests. Moreover, statistically significant differences were found between the ranked scores of the two groups in the post-test, in favor of the experimental group. The results further revealed a clear decrease in disorderly behavior among the adolescent girls in the experimental group after implementing the counseling program, compared to their pre-test scores, while the control group showed no noticeable change. This marked improvement reflects the effectiveness of the program in modifying behavior. The study concluded with several recommendations and suggestions.

**Keywords: Effect, Rational Emotive Counseling, Disorderly Behavior, Adolescent**

#### مشكلة البحث

تنتشر المشكلات السلوكية بصورة واسعة بين الأطفال والمراهقين، وهي تتبع من بناء نفسي غير متوازن يظهر في شكل سلوك غير سوي يؤدي إلى وجود اضطرابات أو صعوبات في التوافق النفسي والاجتماعي، لذا لا بد من معرفة هذه المشكلات والتصدي لها، لأنها تعد مصدرا للأمراض النفسية أو الاضطرابات الشخصية (ممدوح صابر، ٢٠٠٣: ٤) ومن بين هذه المشكلات السلوكية، يعد السلوك الفوضوي لدى الأطفال والمراهقين من الظواهر السائدة، إذ يتخذ أشكالاً متعددة ككسر القواعد، والتحدي، والعناد، والتصرف بطرق تخالف

السلوك المعتاد، وغالبا ما ينخرط المراهقون الذين يعانون من السلوك الفوضوي في أنماط سلوكية غير ملائمة، تنعكس سلبا على بيئتهم من خلال الإيذاء، أو السرقة، أو الكذب، أو الانضمام إلى جماعات تخريبية، وهي سلوكيات تعد نتاجا لمشكلات نفسية واجتماعية تمتد جذورها إلى الطفولة وتزداد مع التقدم في العمر، مما يضعف لديهم روح المبادرة، ويؤدي إلى العزلة والخجل، وقد تتطور إلى اضطرابات نفسية خطيرة تصل إلى تعاطي السجائر أو المواد المخدرة. (Eberg et al., 2008:237)

وتتدرج تحت السلوك الفوضوي مجموعة من المظاهر مثل التشتت، والنشاط الزائد، والعدوان، والتخريب، والتشويش، والشغب، وخرق القواعد والمعايير التربوية والاجتماعية، فضلا عن سوء السيطرة على الانفعالات، والأرق، وصعوبات التركيز. (Kuperman et al., 2001: 2023)

وهذه المظاهر تؤثر سلبا على قدرة الطالبات المراهقات على التعلم والتفاعل الاجتماعي السوي، وتعد مصدر قلق كبير للوالدين والمعلمات لما تسببه من اضطراب في الحياة الأسرية والمدرسية، وقد بينت دراسات أن هذه المشكلات ترتبط بانخفاض التحصيل الدراسي وازدياد السلوكيات العدوانية داخل الصف. (Eberg et al., 2008: 315)

وقد شكلت التحديات التي يواجهها مجتمعنا، بما في ذلك انتشار ثقافة العنف والحروب، أرضا خصبة لظهور السلوك الفوضوي بين المراهقين، إذ تمثل هذه الأزمات مواقف إحباط تسهم في تصاعد السلوكيات العدوانية والفوضوية (سهيل، ٢٠٠٧: ٢). كما أن المدرسة، بوصفها بيئة تربوية وتنظيمية، تمثل مجالا حيويا لتكوين شخصية الفرد وتعديل سلوكه عبر التفاعل مع المعلمات والزميلات (يعقوب، ١٩٨٩: ٨٩). وتزداد هذه المشكلات وضوحا في مرحلة المراهقة، لما تتسم به من تغيرات جسمية وعقلية وانفعالية واجتماعية حادة، تنعكس على سلوك الطالبات داخل المدرسة، فتظهر في شكل فوضى وتشويش وإزعاج يؤثر على سير العملية التعليمية (الهاشمي، ١٩٨٤: ١٨٥)

وقد أشارت دراسة (سالم وغيلان، ٢٠٢٣) إلى أن المراهقين من كلا الجنسين يظهرون مستويات مرتفعة من السلوك الفوضوي، مما يستدعي تدخلا إرشاديا فعالا لتقليل هذه السلوكيات السلبية. ومن هنا تبرز أهمية توظيف الإرشاد العقلاني الانفعالي في تعديل أنماط التفكير اللاعقلانية التي تؤدي إلى السلوك الفوضوي، ومساعدة المراهقات على استبدالها بأفكار أكثر واقعية واتزاناً تسهم في تحسين سلوكهن وتوافقهن النفسي والاجتماعي (سالم وغيلان، ٢٠٢٣: ٥٨٠)

وتتمثل مشكلة البحث في التساؤل التالي :

ما أثر الإرشاد العقلاني الانفعالي في خفض السلوك الفوضوي لدى المراهقات ؟.

## أهمية البحث

تعد مرحلة المراهقة من أهم المراحل الدراسية والنمائية في حياة الفتاة، إذ تنعكس سلوكيات المراهقات على مسار الحياة المدرسية والتربوية والأخلاقية. وتمتاز هذه المرحلة بتغيرات جسمية وعقلية وانفعالية واجتماعية حادة، وبنزعة قوية نحو الاستقلال والتمرد على سلطة الأسرة والمدرسة، والسعي لتأكيد الذات والانتماء لجماعة الرفاق، وتكوين صداقات وأنشطة اجتماعية مختلفة، وغالبا ما تميل المراهقات إلى ممارسة هذه الأنشطة بعيدا عن رقابة الكبار ومشاركتهم (قصبيات، ٢٠٠٧: ١٠٥)

ويعد سلوك المراهقة نتاجا مباشرا لعملية التنشئة الاجتماعية التي تكتسب من خلالها المراهقة معاييرها وقيمها الاجتماعية من الأسرة والمدرسة والمجتمع المحيط بها، إذ تتسع دائرة اتصالاتها الاجتماعية واحتكاكها بالآخرين في هذه المرحلة الحساسة من النمو (القريطي، ١٩٩٨: ٣٣٤). ويعد السلوك الفوضوي من أبرز المشكلات الاجتماعية والتربوية التي تواجه المؤسسات التعليمية والأسرية، إذ يتجلى في أنماط سلوكية غير منضبطة، وصعوبات متعددة في التوافق والتكيف. ويواجه المرشدون والمعلمون وأولياء الأمور هذه السلوكيات داخل المدرسة رغم أن تركيزهم الرئيس يكون عادة على السلوكيات الإيجابية المرتبطة بالتعلم والانضباط والمشاركة، بينما تهمل أحيانا مظاهر الفوضى التي تعرقل سير العملية التربوية (محمود، ١٩٩٨: ٨٠)

وتكتسب هذه الدراسة أهميتها من تناولها ظاهرة السلوك الفوضوي لدى المراهقات، وهي ظاهرة باتت تلفت انتباه العاملين في مجالات التربية والتعليم والإرشاد النفسي، لما يترتب عليها من اضطراب في النظام المدرسي وتدني في التحصيل والتفاعل الاجتماعي. وقد برزت الحاجة إلى التدخل الإرشادي لكونه مؤشرا على تطور المجتمع واهتمامه برعاية الإنسان رعاية شاملة ومتكاملة من جميع الجوانب. كما ظهرت العديد من الأساليب الإرشادية الحديثة التي تهدف إلى مساعدة المراهقات على تجاوز أزماتهن النفسية والاجتماعية (ظافر، ٢٠٠٥: ١٣)

وقد أكدت (سهير كامل، ٢٠٠٠) على أهمية استخدام البرامج الإرشادية في تعديل السلوكيات الفوضوية، إذ يسعى المرشد النفسي إلى تعديل الاتجاهات والأفكار غير الواقعية لدى الفتيات المراهقات وتوسيع مداركهن الانفعالية، بما يساهم في تحسين توافقهن النفسي والاجتماعي وتمكينهن من فهم ذواتهن واكتساب مواقف إيجابية نحو الحياة والآخرين، وصولا إلى النضج النفسي المتكامل (سهير كامل، ٢٠٠٠: ١١)

أولاً: الأهمية النظرية

تبرز الأهمية النظرية للبحث في كونه يساهم في إثراء الميدان التربوي والإرشادي من خلال دراسة السلوك الفوضوي لدى المراهقات، وهي مرحلة حرجة تحتاج إلى فهم عميق لأبعادها النفسية والاجتماعية والانفعالية.

يمكن أن يشكل هذا البحث نواة لدراسات لاحقة تتناول الإرشاد العقلاني الانفعالي في خفض السلوكيات السلبية الأخرى، مما يوسع القاعدة النظرية حول فاعلية هذا الأسلوب في البيئة المدرسية.

يؤكد البحث على البعد التوجيهي والإرشادي التربوي بوصفه دعامة أساسية لمرحلة الانتقال من الطفولة إلى الرشد، ويسهم في بناء قاعدة معرفية حول السلوك الفوضوي وعلاقته بالعمليات العقلية والانفعالية للمراهقات.

ثانياً: الأهمية التطبيقية

يتيح البحث الاستفادة من مقياس السلوك الفوضوي بوصفه أداة لتشخيص المراهقات اللواتي يظهرن سلوكيات غير منضبطة داخل البيئة المدرسية، بما يساعد في وضع خطط إرشادية مناسبة.

يقدم البحث برنامجاً إرشادياً قائماً على الإرشاد العقلاني الانفعالي يسعى إلى خفض السلوك الفوضوي لدى المراهقات، ويسهم في تعزيز التفكير العقلاني وضبط الانفعالات وتحسين التوافق المدرسي والاجتماعي.

يمكن الاستفادة من نتائج البحث في تطوير برامج إرشادية مماثلة داخل المدارس المتوسطة، بما ينعكس إيجاباً على سلوك الطالبات، ويحسن من المناخ التربوي العام داخل المدرسة.

#### اهداف البحث

استهدف البحث الحالي التعرف الى :

١ - السلوك الفوضوي لدى المراهقات .

٢ - اثر الارشاد العقلاني الانفعالي في خفض السلوك الفوضوي لدى المراهقات . ومن خلال اختبار الفرضيتين :

فرضيات البحث

١ - لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات رتب المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي.

٢ - لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في التطبيق البعدي.

#### حدود البحث

يتحدد البحث الحالي بالمراهقات من طالبات المرحلة المتوسطة المتواجرات في مدارس البصرة للعام الدراسي (٢٠٢٥-٢٠٢٦)

#### تحديد المصطلحات

أولاً: الإرشاد العقلاني الانفعالي Rational Emotive Therapy

تعريف الرشيدي (٢٠٠٠) : أسلوب إرشادي يهدف إلى تحديد أنماط التفكير اللامنطقي وغير التكيفي لدى المسترشد، ومساعدته على إدراك الأثر السلبي لهذه الأنماط، والعمل على استبدالها بأنماط تفكير منطقية وتكيفية، مع تدريبه على تنمية استراتيجيات الضبط الذاتي (الرشيدي، ٢٠٠٠: ٤٨٥)

تعريف إليس: (Ellis, 2001) : العملية التي يتم من خلالها تغيير المعتقدات والأفكار اللاعقلانية لدى المسترشد حتى يصل إلى مستوى عالٍ من الوعي والإدراك بالأفكار التي كانت سببا في تعاسته ومشكلاته. (Ellis, 2001: 11)

التعريف النظري : تتبنى الباحثة تعريف (Ellis 2001) تعريفا نظريا، لكون الاستراتيجيات والفنيات المستخدمة في البرنامج الإرشادي تتفق مع هذا التعريف، كما أنه يعد أكثر وضوحا وشمولا في تفسير آليات تغيير الأفكار اللاعقلانية، وقد استخدم هذا النموذج الإرشادي بنجاح في العديد من الدراسات التي تناولت تعديل السلوك والأفكار غير المنطقية.

التعريف الإجرائي :مجموعة من الأنشطة والجلسات الإرشادية المنظمة التي يتضمنها البرنامج الإرشادي المستخدم في هذا البحث، والتي تهدف إلى تعديل الأفكار اللاعقلانية وتنمية التفكير العقلاني وضبط الانفعالات لدى المراهقات من أجل خفض السلوك الفوضوي.

ثانيا: السلوك الفوضوي Disruptive Behavior

تعريف باور وسابونا: (Bauer & Sapona, 1991) : مجموعة من السلوكيات التي تتمثل في العدوان، والخروج المتكرر من المقعد، والملل المستمر، وإثارة الضوضاء، وإزعاج الآخرين، والتحدث دون إذن. (Bauer & Sapona, 1991: 21)

(العتيبي والمحمدي، ٢٠٢٣) : نوع من انواع السلوك غير المرغوب، يمثل نمطا من السلوك المتكرر والمتواصل، ويشمل عدد من المظاهر والتي تتمثل في الضوضاء والتشويش والازعاج وتخريب الممتلكات ومخالفة الانظمة والعناد، بحيث يعيق الفرد عن تأدية وظائفه ويؤثر سلبا على البيئة المحيطة به (العتيبي والمحمدي، ٢٠٢٣: ٢٢٣)

التعريف النظري : تبنت الباحثة تعريف (العتيبي والمحمدي، ٢٠٢٣) تعريفا نظريا كونها اعتمد اداتهما لأغراض بحثها .

التعريف الإجرائي : الدرجة التي تحصل عليها المراهقات في مقياس السلوك الفوضوي المستخدم في هذا البحث، والتي تعكس مدى تكرار وشدة السلوكيات غير المنضبطة (كالضوضاء، والمشاكسة، ومخالفة القواعد، وسوء ضبط الانفعالات) داخل البيئة المدرسية

المراهقة : Adolescence : عرفها سانتروك (Santrock, 2016) : لمراهقة هي المرحلة النمائية التي تمتد تقريبا من سن ١١ أو ١٢ عاما إلى أوائل العشرينات، وتتميز بتغيرات

بيولوجية، معرفية، اجتماعية، وعاطفية كبيرة، حيث ينتقل الفرد من الطفولة إلى الرشد .  
(Santrock, 2016: 14)

### الفصل الثاني

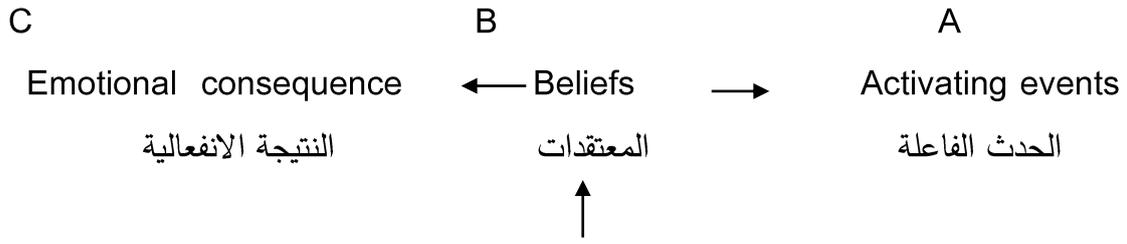
#### نظرية الارشاد العقلاني الانفعالي : Rational Emotive Theory

يعد ألبرت إليس (Albert Ellis) المؤسس الرئيس لهذا الاتجاه العلاجي، إذ بدأ رحلته نحو تطوير أسلوب منطقي للعلاج النفسي منذ مطلع الستينيات، عندما أصدر عام (١٩٦٢) كتابه الشهير "السبب والانفعال في العلاج النفسي". وقد أكد من خلاله أن هناك مجموعة من الأفكار والمعتقدات اللاعقلانية وما يصاحبها من افتراضات غير منطقية تُعدُّ مسؤولة عن معظم الاضطرابات الانفعالية، فالأفراد الذين يتبنون مثل هذه الأفكار والمعتقدات يميلون إلى أن يكونوا مكبوتين، عدوانيين، دفاعيين، قلقين، يشعرون بالذنب، غير فعالين، منطوين على أنفسهم

وغير سعداء، كما يعجزون عن مساعدة أنفسهم في التخلص من تلك الأفكار السلبية (Ellis) يرى إليس أن هناك ترابطاً وثيقاً بين التفكير والانفعال والسلوك، وأن الاضطراب النفسي هو نتيجة مباشرة للتفكير غير المنطقي واللاعقلاني. ومن ثم، لفهم أي سلوك إنساني لا بد من فهم كيف يشعر الفرد ويدرك ويتصرف (محمد، ٢٠٠٠: ٦٢)

قدم إليس (Ellis, A., 1976) نموذج التفسيري الشهير (A.B.C) لتوضيح آلية نشوء الاضطرابات الانفعالية، مستنداً إلى فرضية أساسية مفادها أن الاضطرابات النفسية ناتجة عن التفكير اللاعقلاني الذي يتبناه الفرد. وبالتالي، فإن السبيل إلى الحد من المعاناة النفسية هو تعديل أنماط التفكير الخاطئة واستبدالها بأخرى أكثر عقلانية واتزاناً.

ولتحليل الأفكار اللاعقلانية وفق نموذج (A.B.C.D.E) حيث (A) تعني العامل المنشط للاضطراب الانفعالي والتي تتمثل في حدث أو موقف أو خبرة يدل على الحوادث التي نواجهها في حياتنا اليومية وهو الحرف الأول لمصطلح (Activating events)، و(B) تعني نمط المتغيرات أو تصورات الفرد لهذا الموقف يعني الأفكار ومعتقدات الفرد أو نظام المعتقدات لدينا (Believe system)، و(C) تعني الحالة الانفعالية التي يمر بها المسترشد والتي تحدد سلوكه الانفعالي تظهر في هذا الموقف (Consequences)، و(D) وهي دور المرشد في تحديد تفكير المسترشد والأفكار اللا منطقية ومحاولة تقليدها، (E) أحداث التغيير ووصول المسترشد إلى تغيير في الأفكار اللا منطقية . (الشاذلي، ٢٠٠١ : ١٩٠٩) .



D

Intervention of Beliefs مواجهة المعتقدات

(الرشيدي، ٢٠٠٠ : ٤٨٢)

ان عملية الارشاد تبعا لـ (أليس) علاج غير المعقول بالمعقول وذلك خلال استخدام العمليات العقلية. فالانسان ككائن عاقل قادر على تجنب الاضطراب الانفعالي والتخلص منه، ومن الشعور بالتعاسة وعلى المرشد ان يتمكن من تعليم المسترشد التفكير العقلي المنطقي عن طريق استخدام قدراته المعرفية بمهارة أكثر . ومساعدته على تعديل أفكاره عن نفسه وعن الآخرين واستبدال تلك الافكار اللامنطقية بأفكار كلها ايجابية ومنطقية من خلال المناقشة والحوار والتدريب على التفكير بطريقة إيجابية واقعية.

فنيات الإرشاد العقلاني الانفعالي السلوكي

يستخدم هذا الاتجاه مجموعة من الفنيات المعرفية والانفعالية والسلوكية:

أولاً - الأساليب المعرفية:

تتمثل في التحليل المنطقي للأفكار اللاعقلانية، عبر البحث عن المعتقدات غير المنطقية التي تبدأ بعبارات مثل "لابد" أو "يجب حتماً"، والعمل على دحضها وإثبات عدم عقلانيتها. وتنفذ هذه العملية من خلال التوجيه والتعليم ومناقشة النتائج غير الواقعية، ثم التدريب على إعادة البناء المعرفي (Cognitive Restructuring) ضمن إطار النموذج (A.B.C.D.E).

يقوم المرشد بطرح أسئلة حوارية وجدلية لإقناع المسترشد بخطأ أفكاره حتى يعترف بعدم منطقية معتقداته ويقبل بالأفكار العقلانية البديلة. (Froggatt, 2005: 65)

ثانياً - الأساليب الانفعالية: تتضمن التقبل غير المشروط للذات وللآخرين، ولعب الدور (Role Playing) الذي يتيح للمسترشد تقييم مشاعره وخبراته عبر تمثيل المواقف الانفعالية. كما تستخدم فنيات مثل لعب الدور العكسي، النمذجة، الوعظ العاطفي، مهاجمة الخجل، الفكاهة، الحوار الذاتي، والوعي بالمشاعر والعلاقات الشخصية (Palmer & Dryden, 2002: 321).

## ثالثاً - الأساليب السلوكية:

تشمل الواجبات المنزلية، التدريب على الاسترخاء، أساليب الاشتراط الإجرائي (التدعيم والعقاب)، التدريب على المهارات الاجتماعية، التدريب على السلوك التوكيدي، والتخيل الانفعالي (مجد، ٢٠٠٠: ٦٢-٦٤)، ويؤكد إليس (Ellis, 2001) أن الدور الرئيس للمرشد هو إحداث تغيير فلسفي معرفي عميق يمكن الفرد من التغلب على اضطرابه واستعادة توازنه النفسي (Ellis, 2001: 9)

## خطوات الإرشاد العقلاني الانفعالي السلوكي

حدد إليس ومعه عدد من الباحثين ك (Jenkins & Palmer, 2003) الخطوات الأساسية التي ينبغي للمرشد اتباعها في العملية الإرشادية على النحو الآتي:  
تحديد سبب المشكلة من خلال التعرف على الأفكار اللاعقلانية التي يتبناها المسترشد وتؤثر في إدراكه وانفعاله.

إعادة تنظيم إدراك المسترشد بتصحيح تفسيراته الخاطئة عبر جهد معرفي يقوده المرشد فيما يسميه إليس "كفاح المرشد لإعادة تنظيم إدراك المسترشد".  
اتباع أساليب متنوعة لمواجهة التفكير اللاعقلاني، منها:  
رفع وعي المسترشد بأفكاره غير المنطقية.

توضيح أثر هذه الأفكار في اضطرابه وتعاسته.

تدريبه على التمييز بين الأفكار المنطقية وغير المنطقية.

تعليمه إعادة تنظيم أفكاره ليصل إلى الاعتماد على تفكيره الواعي.

إقناع المسترشد بضرورة تعديل أفكاره اللاعقلانية المسببة للاضطراب.

مهاجمة الأفكار اللاعقلانية باتباع أساليب عملية، مثل:

تشجيع المسترشد على ممارسة سلوك يعتقد خطأً أنه غير مقبول.

مواجهة الحيل الدفاعية التي يستخدمها أثناء الجلسات، والتي قد تتطلب أحياناً أسلوب المواجهة

الحازمة مع الأفراد ذوي القدرات العقلية العالية (Jenkins & Palmer, 2003: 269)

مبررات تبني هذا الأسلوب في البحث الحالي

تبنت الباحثة أسلوب الإرشاد العقلاني الانفعالي للأسباب الآتية:

ارتكازه على أساس نظري متين وفلسفة علاجية واضحة.

اهتمامه المتكامل بكل من الجوانب المعرفية والانفعالية والسلوكية في شخصية المراهقات.

النظرية المفسرة للسلوك الفوضوي: نظرية التعلم الاجتماعي (Social Learning Theory)

تناول العلماء والباحثون دراسة السلوك الإنساني بطرائق مختلفة وأساليب متنوعة. فعند النظر إلى الناس في أقوالهم وأفعالهم نلاحظ أن كل فرد يختلف عن غيره من ناحية، ويشترك معهم في جوانب معينة من ناحية أخرى، ويبقى هذا الاختلاف قائماً على الرغم من وجود العديد من أوجه التشابه والاشتراك بينهم (القره غولي، ٢٠٢٣: ١٥٣)

تعد نظرية التعلم الاجتماعي، والتي يطلق عليها أيضاً نظرية التعلم بالملاحظة (**Observational Learning Theory**)، من أبرز نظريات علم النفس التي سعت إلى تفسير السلوك الإنساني المعقد، وتؤكد هذه النظرية على وجود تفاعل حتمي متبادل ومستمر بين السلوك والمعرفة والعوامل البيئية، إذ ترى أن السلوك الإنساني ومحدداته الشخصية والبيئية يشكلان نظاماً مترابطاً ومتبادلاً من التأثيرات المتفاعلة، وتشير النظرية إلى أن معظم أنماط السلوك البشري لا يمكن تفسيرها فقط من خلال التعزيزات الخارجية المباشرة كما ذهب إلى ذلك أصحاب المدرسة السلوكية مثل ثورندايك وسكندر، بل إن توقعات الأفراد تبنى على تجاربهم السابقة واستنتاجاتهم المستمدة من تلك الخبرات، ومن ثم، يؤكد أن التعلم القائم على الملاحظة هو أحد أكثر أشكال التعلم شيوعاً، حيث يتعلم الإنسان من خلال النموذج (**Model**) أو القدوة الحية، إذا لم يكن لدى الفرد دافع للتقليد فاحتمالية تأثره بالنمذجة ضعيفة، إذ إن لتوقعاته من نتائج التقليد وعمر النموذج وجنسه ومكانته، من شأنها أن تؤثر في دافعية الفرد لتقليد سلوك ذلك النموذج (الخالدي والدفاعي، ٢٠٢٠: ١٨١)

ويميز باندورا (**Bandura**) بين اكتساب الفرد لسلوك معين وأدائه لهذا السلوك، موضحاً أن السلوك المكتسب لا يعني بالضرورة أن الفرد سيؤديه فعلياً. فالأداء يعتمد على تقليد السلوك وكذلك على توقعات الفرد لنتيجة هذا التقليد. فهو يشير إلى أن معظم السلوك الإنساني متعلم باتباع نموذج أو مثال حي وواقعي وليس من خلال عمليات الاشراف الكلاسيكي أو الاجرائي. فبملاحظتنا للآخرين نطور فكرة عن كيفية تكون سلوك ما وكيف إن المعلومات تساعدنا وتعمل كدليل أو موجه لتصرفاتنا الخاصة. إذا كان التعلم محددًا بتلك السلوكيات التي تعزز مباشرة فإنه سيكون غير كافٍ وعملية خطيرة فمثلاً معظم اصحاب الدرجات النارية لا يقفون امام اشارة المرور الحمراء وذلك لكونهم معززين مباشرة بسلوكياتهم الخاصة، إذا كان التعزيز المباشر مطلوباً، فمعدل الحوادث سيكون مرتفعاً مما هو عليه فإذا توقع أن تقليده لسلوك النموذج سيعود عليه بنتائج سلبية (مثل العقاب)، فإن احتمال تقليده للسلوك سينخفض تدريجياً. أما إذا توقع أن هذا السلوك سيؤدي إلى نتائج إيجابية ومرضية، فإنه يميل إلى الاستمرار في تقليده والمحافظة عليه (انجلر، ١٩٩٠: ٣٦٧).

ويؤكد باندورا كذلك على أن التفاعل بين البيئة والفرد هو العامل الأساس في تحديد السلوك الإنساني، حيث يستجيب الأفراد ويتفاعلون انفعالياً وسلوكياً مع الأحداث البيئية التي يتعرضون

لها. فالسلوك الإنساني - وفقاً لهذا المنظور - هو نتاج عملية تفاعل ديناميكية بين الفرد وبيئته، ولا يضبط السلوك الشخصي بواسطة كيانات داخلية مستقلة كالأنا أو الضمير ، ولا بمحددات بيئية ، وإنما بتفاعل بين الشخص والبيئة والسلوك السابق . وهكذا فإن لدى الناس قدرة محدودة على تنظيم سلوكهم (الخالدي و الدفاعي ، ٢٠٢٠ : ١٧٦-١٧٧)

دراسات سابقة تناولت السلوك الفوضوي  
أولاً: دراسة الصميلي (٢٠٠٩)

هدفت الدراسة الكشف عن مدى فاعلية برنامج إرشادي عقلاني انفعالي في خفض حدة السلوك الفوضوي لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية في منطقة جازان التعليمية، وكذلك إلى التعرف على مدى استمرار أثر البرنامج بعد الانتهاء منه.، تكونت عينة الدراسة من (24) طالباً من طلاب المرحلة الثانوية ممن يتصفون بالسلوك الفوضوي، وقد استخدم الباحث مقياس السلوك الفوضوي إلى جانب استمارة البيانات الشخصية والاجتماعية، أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس السلوك الفوضوي بين القياس القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي، مما يدل على فاعلية البرنامج الإرشادي في خفض السلوك الفوضوي، واستخدم الباحث عدداً من الوسائل الإحصائية مثل : المتوسط الحسابي، الوسيط، اختبار (ت) لعينة واحدة، ومعامل ارتباط بيرسون (الصميلي، ٢٠٠٩)

### الفصل الثالث

#### أولاً:- منهجية البحث

يعد المنهج شبه التجريبي من المناهج الأساسية في البحوث النفسية والتربوية، لما يوفره من قدرة على دراسة أثر المتغيرات المستقلة في المتغيرات التابعة ضمن ظروف شبه مضبوطة، وبما يحقق توازناً بين التحكم في العوامل المؤثرة والحفاظ على واقعية التطبيق في البيئة الطبيعية للبحث (العزاوي، ٢٠١٥: ١٨٩).. لذا استخدمت الباحثة المنهج شبه التجريبي لتحقيق أهداف البحث الحالي. كما استعملت التصميم شبه التجريبي ذو المجموعتين (تجريبية وضابطة) مع اختبار قبلي وبعدي

ثانياً :- مجتمع البحث :- عد تحديد مجتمع البحث وعينته من الخطوات الأساسية في أي دراسة علمية، إذ يمكن الباحث من تحديد الفئة التي يمكن تعميم نتائج البحث عليها بدقة وموضوعية، ويسهم في ضمان صدق الإجراءات البحثية وتمثيل المتغيرات المراد دراستها بشكل واقعي (السعيد، ٢٠١٦: ١٠٢). في هذا البحث، يتكون مجتمع البحث من جميع المراهقات الطالبات في المرحلة المتوسطة داخل مدارس محافظة البصرة للعام الدراسي.(2025-2026)

## ثالثاً:- عينة البحث :-

قامت الباحثة بالخطوات الآتية لأختيار عينة البحث :-

تطبيق مقياس السلوك الفوضوي على عينة البحث البالغة (٤٠٠) طالبة بالطريقة العشوائية البسيطة حيث تتكون عينة البحث الحالي من المراهقات من طالبات المرحلة المتوسطة المتواجدة في مدارس البصرة للعام الدراسي (٢٠٢٥-٢٠٢٦) في الصف الثاني المتوسط. اختيار ( ٢٠ ) طالبة من المراهقات من طالبات المرحلة المتوسطة المتواجدات في مدارس البصرة للعام الدراسي (٢٠٢٥-٢٠٢٦) من متوسطة الخلود للبنات كل مجموعة ١٠ اذ تم توزيع الطالبات بشكل عشوائي على المجموعتين الضابطة والتجريبية.

الجدول (١) يوضح عينة التجربة

المجموعة التجريبية	( 10 ) طالب
المجموعة الضابطة	( 10 ) طالب

## رابعاً :- التكافؤ بين المجموعتين :-

يعد تحقيق التكافؤ بين مجموعات البحث خطوة أساسية في التصميم شبه التجريبي، إذ يسعى الباحث إلى ضمان عدم وجود فروق أولية بين المجموعات قبل تطبيق المتغير التجريبي، بحيث يمكن عزو أي فروق لاحقة في الأداء إلى أثر البرنامج أو التدخل المستخدم، وليس إلى اختلافات سابقة بين أفراد المجموعات (خضر، ٢٠١٨: ١٥٤). ولهذا الغرض، قامت الباحثة بمكافأة أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في عدد من المتغيرات التي يحتمل أن تؤثر في نتائج البحث، وهي: درجات الاختبار القبلي على مقياس السلوك الفوضوي، تحصيل الوالدين، وعمر الطالبة. وقد أظهرت النتائج الإحصائية أن الفروق بين المجموعتين في هذه المتغيرات كانت غير دالة إحصائياً، مما يدل على تحقق التكافؤ بينهما قبل تطبيق البرنامج الإرشادي

## خامساً :- أدوات البحث :-

تعد أدوات البحث من الركائز الأساسية في أي دراسة علمية، إذ يعتمد صدق النتائج ودقتها على سلامة الأدوات المستخدمة ومدى ملاءمتها لطبيعة المتغيرات المراد دراستها، إضافة إلى قدرتها على قياس الظاهرة بدقة وموضوعية (الزمخشري، ٢٠١٧: ١٤١).

ولغرض تحقيق أهداف البحث الحالي، كان لا بد أن تتوافر لدى الباحثة أداتان أساسيتان:

الأولى: مقياس لقياس مستوى السلوك الفوضوي لدى طلبة المتوسطة.

والثانية: برنامج إرشادي قائم على أسلوب الإرشاد العقلاني الانفعالي.

## ١ - مقياس السلوك الفوضوي :-

لقد تم في هذا البحث اعتماد مقياس السلوك الفوضوي الذي أعده العتيبي والمحمدي (٢٠٢٣)، وهو مقياس مصمم لقياس مستوى السلوك الفوضوي لدى طلبة المتوسطة. والذي يعد من المقاييس العربية المبنية وفق أسس سيكومترية واضحة تلائم البيئة المدرسية العراقية.

يتكون المقياس بصورته الأصلية من (٥٧) فقرة بتدرج ثلاثي. ويبلغ المدى الكلي للدرجات (١٧١-٥٧) درجة، بينما يكون المتوسط الفرضي للمقياس (١١٤) درجة، إذ يعد الحصول على درجة أعلى من المتوسط دالاً على مستوى مرتفع من السلوك الفوضوي، في حين تشير الدرجات المنخفضة إلى انخفاض هذا النمط من السلوك.

بعد اعتماد مقياس السلوك الفوضوي العتيبي والمحمدي (٢٠٢٣)، قامت الباحثة بالتحقق واستخراج الخصائص السيكومترية للمقياس على عينة البحث الحالية.

فمن ناحية القوة التمييزية لل فقرات، تبين أن جميع فقرات المقياس تتمتع بقدرة تمييز عالية، كما أظهرت قوة الارتباط بين كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس معاملات ارتباط مرتفعة، مما يعكس انسجاماً داخلياً جيداً بين البنود.

ومن ناحية الثبات، تم التحقق منه باستخدام طريقتي إعادة الاختبار وألفا كرونباخ ((Cronbach's Alpha))، وأظهرت النتائج معاملات ثبات عالية تصلح للاعتماد في الدراسة.

أما بالنسبة ل الصدق، فقد تم التحقق من الصدق المنطقي الظاهري للمقياس عبر عرضه على مجموعة من المحكمين المختصين في العلوم التربوية والنفسية، حيث أكدوا أن البنود مناسبة لقياس السلوك الفوضوي وأنها تعكس الأبعاد النظرية للمفهوم بدقة.

#### الصدق الظاهري Face validity :-

يعد الصدق الظاهري (Face Validity) أحد أشكال الصدق الذي يقيم مدى تمثيل فقرات المقياس للمكونات التي يفترض أن تقيسها، بحيث يبدو المقياس — من حيث المضمون والشكل — مناسباً ومنطقياً لقياس السلوك أو الظاهرة المستهدفة. ويعني ذلك أن محتوى المقياس يظهر، في نظر الخبراء والمستجيبين، أنه يقيس فعلاً السمة المقصودة، ولذلك يطلق عليه أحياناً الصدق المنطقي (Logical Validity) (النعي، ٢٠١٨: ١١٢)

وعلى الرغم من تحقق صدق المقياس وزيادة التأكد منه، فقد قامت الباحثة بعرض المقياس على عدد من المحكمين في العلوم التربوية والنفسية للتحقق من الصدق الظاهري، وطلبت منهم الحكم على مدى صلاحية الفقرات لقياس السلوك الفوضوي وملاءمتها لعينة البحث الحالية، وكذلك تقديم اقتراحات مناسبة لتعديل أي فقرة إذا لزم الأمر (حذف، إضافة، أو إعادة صياغة).

وأُسفرت عملية التقييم عن نسبة اتفاق بلغت (١٠٠%) على صلاحية جميع فقرات المقياس، مما يؤكد أن المقياس مناسب تماماً لقياس السلوك الفوضوي لدى طلبة الجامعة في هذا البحث.

#### ب- ثبات المقياس Reliability of Scale :-

للتحقق من ثبات المقياس، قامت الباحثة بتطبيقه أولاً على عينة استطلاعية مكونة من (٤٠) طالبة من طلبة المتوسطة، تم اختيارهم بطريقة عشوائية. وبعد مرور أسبوعين، أعادت الباحثة تطبيق المقياس على نفس العينة، ثم تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين التطبيقين الأول والثاني، وبلغت قيمته ٠.٨٩، وهي قيمة تشير إلى أن فقرات المقياس تتمتع بدرجة جيدة من الثبات، ويمكن الاعتماد عليها في قياس السلوك الفوضوي لدى المراهقات.

## ٢- البرنامج الإرشادي :-

مقدمة موجزة :تواجه المراهقات في المرحلة المتوسطة سلوكيات فوضوية تؤثر على التحصيل الدراسي والانضباط الشخصي، مثل التشتت، التسويف، الانفعال السريع، وضعف الالتزام بالواجبات.

يهدف البرنامج الإرشادي إلى تعديل المعتقدات اللاعقلانية المرتبطة بهذه السلوكيات، وتعزيز قدرات الطالبات على التنظيم الذاتي، التحكم بالانفعالات، واتخاذ قرارات عقلانية داخل المدرسة وخارجها، مستندا إلى نموذج الإرشاد العقلاني الانفعالي لألبرت إليس.

•الأهداف العامة:

١. خفض مستوى السلوك الفوضوي لدى المراهقات.

تعزيز التفكير العقلاني والانفعالي الإيجابي.

تطوير مهارات التنظيم الذاتي والانضباط الدراسي.

ب. الأهداف الخاصة

زيادة وعي المراهقات بالمعتقدات اللاعقلانية التي تؤثر في سلوكهن.

تعليم تقنيات التقييم الذاتي للسلوكيات الفوضوية.

تعزيز القدرة على ضبط الانفعالات السلبية.

تنمية مهارات التخطيط وإدارة الوقت.

تعزيز السلوكيات الإيجابية داخل الصف والمدرسة.

•المواد والأدوات: كتيبات إرشادية مختصرة عن التفكير العقلاني والانفعالي. أوراق عمل تمارين شخصية ومجموعات. مقاييس لتقييم السلوك الفوضوي (مقياس العتيبي & المحمدي ٢٠٢٣).

القياس والتقويم

اختبارات قبلي وبعدي لمستوى السلوك الفوضوي باستخدام المقياس المعتمد.

ملاحظة سلوكية مباشرة خلال جلسات البرنامج.

تقييم بنائي مستمر :من خلال تقارير الطالبات وأوراق العمل.

تحليل التغيرات الإيجابية في درجات السلوك الفوضوي بعد تطبيق البرنامج.

• مبادئ مرشدة: احترام الاختلاف، السرية، عدم التجريح، أولوية السلامة (إحالة الحالات ذات خطر على النفس/الآخرين).

#### تحديد الأولويات

معالجة المعتقدات اللاعقلانية الأكثر تأثيراً على السلوك الفوضوي.

التركيز على تعزيز التنظيم الذاتي والانضباط داخل الصف.

تدريب الطالبات على أساليب التفكير العقلاني والانفعالي الإيجابي قبل التعامل مع السلوكيات الفوضوية.

الأساليب الإرشادية المستخدمة:

الأساليب الإرشادية المستخدمة في البرنامج

الإرشاد الجماعي: لتبادل الخبرات ومناقشة المواقف المشتركة.

التدريب العملي: (Role Play) لمحاكاة المواقف الفوضوية وتطبيق التفكير العقلاني.

التمارين الفردية: لتقييم الذات ومراجعة المعتقدات الشخصية.

العصف الذهني: لتوليد حلول عقلانية للمواقف الصعبة.

التغذية الراجعة: (Feedback) لتصحيح الأخطاء وتعزيز السلوكيات الإيجابية.

النقاش الموجه: لمساعدة الطالبات على فهم العلاقة بين المعتقدات والسلوكيات والانفعالات.

التطبيق الميداني للبرنامج

بعد إعداد البرنامج الإرشادي القائم على أسلوب العقلاني الانفعالي، بدأ التطبيق الميداني وفق

خطة منهجية لضمان تحقيق أهداف البحث. وقد شمل التطبيق الميداني المراحل والخطوات

التالية:

#### اختيار العينة التجريبية والضابطة

تم اختيار (٢٠) طالبة من المراهقات بشكل متكافئ عشوائي، حيث وزعن إلى مجموعتين :

المجموعة التجريبية (١٠ طالبات) والمجموعة الضابطة (١٠ طالبات).

تم التحقق من تكافؤ المجموعتين في المتغيرات القبلية (درجات الاختبار القبلي على مقياس

السلوك الفوضوي، العمر، التحصيل الدراسي للوالدين)، باستخدام اختبار t للمستمز والمتغيرات

الكمية واختبار مربع كاي للمتغيرات الاسمية، وتبين أن جميع الفروق غير دالة إحصائياً، مما

يضمن مصداقية مقارنة النتائج اللاحقة.

#### تطبيق الاختبار القبلي

تم إجراء الاختبار القبلي لمقياس السلوك الفوضوي على المجموعتين قبل بدء البرنامج، بهدف

تحديد المستوى الابتدائي السلوك الفوضوي لدى الطالبات.

## تنفيذ البرنامج الإرشادي على المجموعة التجريبية

استمر البرنامج لمدة اربع أسابيع، بمعدل جلستين أسبوعياً مدة كل جلسة ٦٠ دقيقة، ليصبح مجموع الجلسات 8 جلسات.

تم استخدام الأساليب الإرشادية المعرفية التالية:

الحوار والمناقشة العقلانية

دحض الأفكار (Refuting Ideas)

إعادة البناء المعرفي

التوعية الفكرية والتثقيف العقلي

التطبيق العملي والنمذجة السلوكية

ركزت الجلسات على تعريف الطلاب بالسلوك الفوضوي، التعرف على المعتقدات اللاعقلانية، وممارسة مهارات تحليل وتفنيد هذه الأفكار.

المتابعة والتقييم المستمر

تم متابعة تفاعل الطالبات واستجابتهن خلال الجلسات عبر ملاحظات الباحثة، النقاشات الجماعية، والتمارين العملية.

كما تم تسجيل الملاحظات لتقييم مدى تحسن التفكير العقلاني وانخفاض الميل للسلوك الفوضوي.

تطبيق الاختبار البعدي

بعد انتهاء البرنامج، تم إجراء الاختبار البعدي لمقياس السلوك الفوضوي على المجموعتين التجريبية والضابطة، بهدف تقييم أثر البرنامج الإرشادي في تعديل مستوى السلوك الفوضوي.

وبذلك، يتيح التطبيق الميداني رصد التغيرات في مستوى السلوك الفوضوي بين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية، ومقارنة النتائج مع المجموعة الضابطة لتحديد فاعلية البرنامج الإرشادي

القائم على أسلوب دحض الأفكار.

- تقويم البرنامج الإرشادي :-

لغرض التحقق من البرنامج الإرشادي ونجاحه في تحقيق الأهداف التي اعد من اجلها، لجأت الباحثة إلى الإجراءات التقييمية الآتية :-

أ - التقويم التمهيدي ( Initial Evaluation )

ويتلخص بالإجراءات التي تقوم بها الباحثة قبل المباشرة بتنفيذ البرنامج الإرشادي، والمتمثلة بإجراءات الاختبار القبلي، وإجراءات التكافؤ بين أفراد المجموعة التجريبية والضابطة قبل البدء

بتطبيق البرنامج .

## ب - التقويم البنائي ( Formative Evaluation )

ويتلخص بإجراء عملية التقويم عند نهاية كل جلسة من خلال توجيه أسئلة للمسترشدين لتحديد مدى الاستفادة من الجلسة وإعطاء الواجبات البيتية ومناقشتها في الجلسات الإرشادية .

## ج - التقويم النهائي ( Summative Evaluatio )

ويتلخص في الإجراءات التي تقوم بها الباحثة بعد المباشرة بتنفيذ البرنامج الإرشادي والمتمثلة بإجراءات الاختبار البعدي لتحديد التغير الحاصل في مستوى السلوك الفوضوي الخاضعين لجلسات البرنامج وذلك من خلال مقارنة درجاتهم على مقياس السلوك الفوضوي قبل المباشرة بالبرنامج الإرشادي وبعد الانتهاء منه .

- صدق البرنامج :-

عرض البرنامج على مجموعة من الخبراء المختصين في الإرشاد النفسي وعلم النفس لإبداء

آرائهم حول :-

الحكم على صلاحية المواضيع وملائمتها لل فقرات .

الحكم على صلاحية الأنشطة المقدمة .

٣. الحكم على مدى ملائمة الأسلوب للنشاط .

٤. أبداء ملاحظاتكم السديدة والتعديلات التي ترونها مناسبة كما موضح في

- تنفيذ البرنامج :

تم تطبيق البرنامج في يوم الاحد ٢٠٢٥/١٢/٧ ب (٨) جلسات بواقع جلستين في الأسبوع على

المجموعة التجريبية وانتهى البرنامج يوم الثلاثاء ١٢/٣٠ والجدول (٢) يوضح ذلك واستغرقت

كل جلسة (٦٠) دقيقة

الجدول (٢)الجلسات الإرشادية وموضوعاتها وتاريخ انعقادها

الموضوع	التاريخ	الجلسة
مقدمة عن السلوك الفوضوي والمعتقدات اللاعقلانية	(الأحد) 7/12/2025	الأولى
التعرف على الأفكار اللاعقلانية	(الثلاثاء) 9/12/2025	الثانية
العلاقة بين الأفكار والانفعالات	(الأحد) 14/12/2025	الثالثة
تقنيات التفكير العقلاني	(الثلاثاء) 16/12/2025	الرابعة
استراتيجيات التحكم بالانفعالات	(الأحد) 21/12/2025	الخامسة
مهارات التنظيم الذاتي وإدارة الوقت	(الثلاثاء) 23/12/2025	السادسة
مراجعة السلوكيات الإيجابية	(الأحد) 28/12/2025	السابعة
التقييم الختامي وخطة متابعة	(الثلاثاء) 30/12/2025	الثامنة

**خامساً :- الوسائل الإحصائية :-**

استخدمت الباحثة في تحليل البيانات وتفسيرها الوسائل الإحصائية التالية، وذلك باستخدام برنامج الحاسبة الآلي (SPSS)

اختبار مان - وتني: (Mann-Whitney U Test)

استخدم للتأكد من تكافؤ المجموعة التجريبية والضابطة في متغيرات الاختبار القبلي لمقياس السلوك الفوضوي التحصيل لدراسي للوالدين.

كما استخدم لمعرفة دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة بعد تطبيق البرنامج.

الوسط المرجح والوزن المئوي: (Weighted Mean & Percentage)

استخدم لترتيب فقرات المقياس ترتيباً تنازلياً وفق أهميتها في قياس السلوك الفوضوي.

اختبار مربع كاي: (Chi-Square Test)

استخدم للتحقق من صلاحية فقرات مقياس السلوك الفوضوي بناء على آراء الخبراء (الصدق الظاهري)

كما استخدم للتحقق من تكافؤ المجموعتين في التحصيل الدراسي للوالدين والجنس.

الاختبار التائي لعينة واحدة: (One-Sample t-Test)

استخدم لتحديد مستوى السلوك الفوضوي لدى عينة البحث الكاملة قبل تطبيق البرنامج، بالمقارنة مع المتوسط الفرضي للمقياس.

معادلة ألفا كرونباخ: (Cronbach's Alpha)

استخدمت لاستخراج الاتساق الداخلي للفقرات وحساب ثبات المقياس، حيث تم التأكد من أن جميع الفقرات تحقق معاملات ثبات عالية.

اختبار ويلكوكسون: (Wilcoxon Signed-Rank Test)

استخدم لمقارنة الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية، وذلك لقياس أثر البرنامج الإرشادي في تعديل مستوى السلوك الفوضوي، خاصة مع حجم العينة الصغير وكون البيانات ليست بالضرورة موزعة طبيعياً.

وستقوم الباحثة بعرض إحدى الجلسات الإرشادية وكالاتي:

**الجلسة:- الثالثة**

عنوان الجلسة :- فهم العلاقة بين الأفكار والانفعالات والسلوك الفوضوي

الوقت :- ( ٦٠ ) دقيقة

## جدول (٣) فهم العلاقة بين الأفكار والانفعالات والسلوك الفوضوي

التدريب أبيض	القيم البنائي	الاستراتيجيات والنشاطات الإرشادية	الأهداف الخاصة	الأهداف العامة	الحاجات المرتبطة بالموضوع
يطلب من كل مشارك تسجيل موقف فوضوي واجهته خلال الأسبوع، تحديد المعقدات اللاعقلانية المرتبطة به، وكتابة بدائل عقلانية يمكن تثقيفها في الموقف نفسه.	تلاحظ الحاجة مدى قدرة المشاركات على تمييز وتحليل المعقدات اللاعقلانية. توثيق مشاركة كل مشارك في الفلاس مبرزة في الفلاس ووضوح طرحه للأفكار البديلة العقلانية. متابعة التفاعل مع الأنشطة التطبيقية داخل المجموعة.	- التمهيد بترتيب الحاجة بالمشاركات وتوضيح هدف الجلسة وأهمية وعي الذات في تعديل السلوك الفوضوي. - نشاط تمهيدي تطلب الحاجة من المشاركات كتابة ثلاثة أفكار أو معقدات ترادهن عند مواجهة موقف فوضوي، ثم مناقشتها بشكل جماعي. - تحليل المعقدات : تعرض الحاجة نماذج للأفكار اللاعقلانية مقابل العقلانية، وتوضح أثر كل منها على الانفعالات والسلوك الفوضوي. - نشاط تطبيقي تقسيم المشاركات إلى مجموعات صغيرة، ومطابقتها بتحديد الأفكار اللاعقلانية في موقف صعبة محددة، ومن ثم تقديم بدائل عقلانية لها. - مناقشة جماعية تبادل الخبرات وتوضيح كيفية تطبيق مهارات التفكير العقلاني والوعي الذاتي في مواجهة الموقف الفوضوي.	- أن تحدد المسترشدات الأفكار والمعقدات الخاصة بهن في موقف فوضوية داخل الصف، - أن يميزن بين المعقدات العقلانية واللاعقلانية المتعلقة بالسلوك الفوضوي. - أن يحلوا أثر المعقدات اللاعقلانية على الانفعالات والسلوك. - أن يبينن استراتيجيات تعديل الأفكار في موقف محدد.	- مساعدة المسترشدات على تطوير الوعي الذاتي وفهم العلاقة بين الأفكار والمشاعر والسلوك. - تمكين المعقدات من تحليل أثر المعقدات اللاعقلانية على سلوكهن الفوضوي. - أن يبينن أثر المعقدات اللاعقلانية على الانفعالات والسلوك. - الحاجة إلى تنمية مهارات التحليل الذاتي والتفكير العقلاني تجاه المواقف الفوضوية.	-حاجة المرافقات إلى التعرف على معتقداتهن وأفكارهن المتعلقة بالسلوك الفوضوي داخل الصف والمدرس، -الحاجة إلى فهم تأثير المعقدات اللاعقلانية على الانفعالات والسلوك. - الحاجة إلى تنمية مهارات التحليل الذاتي والتفكير العقلاني تجاه المواقف الفوضوية.

## الفصل الرابع

## عرض النتائج ( Results Details ) :-

يتضمن هذا الفصل عرضاً للنتائج التي تم التوصل إليها ومناقشتها وفقاً لفرضيات البحث الحالي:

أولاً :- تحقيقاً للهدف الاول من أهداف البحث الحالي والذي يهدف إلى ( تعرف مستوى السلوك الفوضوي لدى المراهقات)

قامت الباحثة بتطبيق مقياس السلوك الفوضوي لدى المراهقات البالغ عددهن (٤٠٠) طالبة، وأظهرت نتائج البحث إلى أن المتوسط الحسابي لدرجات هذه العينة على المقياس قد بلغ (١٣٨.٦٢) درجة وبتباين معياري قدره (١٧.٨٤) درجة، وللتعرف على دلالة الفرق بين

المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي الذي بلغ (١١٤) درجة، استخدمت الباحثة الاختبار التائي لعينة واحدة وتبين ان الفرق دال احصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠٥) إذ بلغت القيمة التائية المحسوبة (٢٣.٤١) وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١.٩٦)، وبدرجة حرية (٣٩٩) وهذا يعني ان عينة البحث لديهن السلوك الفوضوي والجدول (٤) يوضح ذلك.

الجدول (٤) نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة لدرجات المراهقات في السلوك الفوضوي

عدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط النظري	القيمة المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
٤٠٠	١٣٨.٦٢	١٧.٨٤	١١٤	٢٣.٤١	١.٩٦	٠,٠٥

يمكن تفسير ارتفاع مستوى السلوك الفوضوي لدى المراهقات بمجموعة من العوامل النمائية والانفعالية والتنظيمية، إذ تعد مرحلة المراهقة مرحلة انتقالية تتسم بضعف في المهارات التنفيذية والتنظيمية، وارتفاع مستوى الاندفاعية، وتقلبات انفعالية تؤثر في نمط الضبط الذاتي. كما أن الضغوط المدرسية والاجتماعية، وطبيعة البيئة الأسرية، ونقص مهارات إدارة الوقت والتنظيم لدى المراهقات، قد تسهم مجتمعة في تعزيز السلوك الفوضوي، مما يفسر ارتفاع المتوسط الحسابي لدرجاتهن مقارنة بالمتوسط الفرضي للمقياس

ثانياً :- تحقيقاً للهدف الثاني من أهداف البحث الحالي والذي يهدف إلى ( تعرف اثر الارشاد العقلاني الانفعالي في خفض السلوك الفوضوي لدى المراهقات . وتنبثق منه فرضيتين :-  
لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات رتب المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي.

لفحص الفرضية الاولى، استعملت الباحثة اختبار ولكوسون لمعرفة دلالة الفرق بين رتب درجات الاختبارين القبلي والبعدي إذ بلغت القيمة المحسوبة تساوي (0) وهي أصغر من القيمة الجدولة للاختبار البالغة (4) عند مستوى دلالة (0.05)، وهذا يعني قبول الفرضية البديلة ورفض الفرضية الصفرية، أي توجد فروقا ذات دلالة إحصائية درجات رتب طلبة المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي،. والجدول (5) يوضح ذلك.

جدول (5) قيمة اختبار ولكوسون للاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية

الدلالة وفق مستوى 0.05	قيمة ولكوسون		رتب الفروق الموجبة	رتب الفروق السالبة	رتب الفروق	الدرجات الاختبار القبلي	الدرجات الاختبار البعدي	التسلسل	
	المحسوبة	الجدولية							
دال احصائياً	٤		3.5		3.5	34	84	118	١
			6		6	35	86	121	٢
			9		9	37	82	119	٣
			6		6	35	88	123	٤

		صفر	1	1	30	90	120	٥
			3.5	3.5	34	83	117	٦
			9	9	37	85	122	٧
			6	6	35	89	124	٨
			2	2	31	87	118	٩
			9	9	37	84	121	١٠
			W+٥٥	W-0		85.8	120.3	المتوسط

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في التطبيق البعدي.

لفحص الفرضية الثانية، استعملت الباحثة اختبار مان وتني للمقارنة بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي، إذ بلغت القيمة المحسوبة تساوي (0) وهي أصغر من القيمة الجدولة للاختبار البالغة (13) عند مستوى دلالة (0.05)، مما يشير إلى أن هناك فروق دالة إحصائية بين رتب درجات المجموعتين في الاختبار البعدي لصالح المجموعة التجريبية والجدول (٦) يوضح ذلك.

جدول (٦) قيمة مان وتني بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي

التسلسل	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة مان وتني U		الدلالة وفق مستوى 0.05
	الدرجات	الرتب	الدرجات	الرتب	المحسوبة	الجدولية	
1	84	٣.٥	118	٤.٥	٠	١٣	دال احصائياً
2	86	٦	١١٦	٢			
3	82	1	١٢١	٩			
4	88	٨	١١٩	٦.٥			
5	90	١٠	١١٨	٤.٥			
6	83	٢	١٢٠	٨			
7	85	٥	١٢٢	١٠			
8	89	٩	١١٥	١			
٩	87	٧	١١٩	٦.٥			
١٠	84	٣.٥	١١٧	٣			
المجموع		٥٥		٥٥			

## مناقشة نتائج البحث

أظهرت نتائج البحث انخفاضاً واضحاً في مستوى السلوك الفوضوي لدى المراهقات في المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج الإرشادي مقارنةً بالاختبار القبلي، في حين لم تظهر المجموعة الضابطة أي تغير يذكر. ويعكس هذا الاختلاف الكبير والملحوظ أثر البرنامج في تعديل السلوك، وهو ما يمكن تفسيره من خلال النظرية التي يقوم عليها البرنامج، وهي نظرية الإرشاد العقلاني الانفعالي التي يؤكد مؤسسها ألبرت إليس على أن السلوك الإنساني لا يتحدد بالمواقف بحد ذاتها، بل بالمعتقدات والأفكار التي يحملها الفرد تجاه هذه المواقف.

في سياق هذا البحث، كانت المراهقات اللواتي شاركن في البرنامج يحملن مجموعة من المعتقدات اللاعقلانية المرتبطة بالسلوك الفوضوي، مثل الشعور بعدم القدرة على التنظيم، أو الاعتقاد بأن الفوضى أمر طبيعي ولا يستحق الإصلاح، أو تصور أن الالتزام بالقواعد سيشكل ضغطاً لا يطاق. ومن خلال الجلسات الإرشادية، تعرفت المشاركات على هذه المعتقدات وتمكن من تحليلها ومناقشتها وتفنيدها، ثم إعادة صياغتها إلى معتقدات عقلانية أكثر اتزاناً، مثل إدراك أهمية التنظيم في التحكم بالوقت وتحقيق الانضباط الذاتي، والاعتراف بأن النظام لا يهدف إلى العقاب بل يساهم في الراحة الشخصية وتحقيق أهداف الحياة اليومية.

البرنامج الإرشادي ساعد المراهقات على ربط أفكارهن بمواقفهن اليومية، ومن ثم ربط هذه الأفكار بنتائجها السلوكية. ومن خلال أنشطة الوعي بالذات وتحليل المعتقدات وتطبيق استراتيجيات تعديل السلوك، تمكن المشاركات من استبدال الاستجابات الفوضوية بأخرى منظمة وهادفة. كما ساهمت الخطط البيتية التي وضعت لكل طالبة في تثبيت المهارات المكتسبة، ما جعل التحسن في السلوك الفوضوي ملموساً وواضحاً بعد انتهاء التطبيق.

أما بالنسبة للمجموعة الضابطة، فقد بقيت معتقداتها وسلوكها دون تغيير، مما يوضح أن التحسن الملحوظ في المجموعة التجريبية لم يكن ناتجاً عن عوامل خارجية عابرة أو مرور الزمن، وإنما كان نتيجة مباشرة لتطبيق البرنامج الإرشادي القائم على الإرشاد العقلاني الانفعالي. هذا يوافق رؤية إليس التي ترى أن تعديل السلوك يحتاج إلى تدخل معرفي انفعالي لتصحيح المعتقدات اللاعقلانية، وهو ما يؤكد فعالية البرنامج في استهداف السبب الجذري للسلوك الفوضوي وليس مجرد مظاهره.

وتعكس النتائج أيضاً ملاءمة هذا النوع من التدخل لفئة المراهقات، اللاتي تتميزن بالاندفاعية والانفعالية وتقلبات المزاج، وهو ما يجعل السلوك الفوضوي أكثر شيوعاً في هذه المرحلة العمرية. ومن خلال البرنامج، اكتسبت المراهقات مهارات تمكنهن من مواجهة هذه التحديات، وإدراك لحظة اندفاع الفوضى قبل أن تتحول إلى سلوك تلقائي، وتطبيق بدائل عقلانية وسلوكية أكثر اتزاناً. وبالتالي، يمكن القول إن النتائج تؤكد فاعلية البرنامج الإرشادي القائم على الإرشاد

العقلاني الانفعالي في خفض السلوك الفوضوي لدى المراهقات، وتحقيق أهدافه في تعديل المعتقدات، وتنمية الوعي الذاتي، وتعزيز الانضباط والسلوك المنظم.

### الاستنتاجات

في ضوء النتائج الإحصائية التي توصل إليها البحث الحالي، يمكن استخلاص ما يأتي:

- ١ - أشارت نتائج تطبيق البرنامج الإرشادي القائم على الإرشاد العقلاني الانفعالي إلى وجود انخفاض كبير ودال إحصائياً في مستوى السلوك الفوضوي لدى المراهقات في المجموعة التجريبية بعد التطبيق، ما يدل على فاعلية البرنامج في تعديل السلوك.
- ٢ - أكدت المقارنة بين المجموعتين التجريبية والضابطة بعد التطبيق أن المجموعة التجريبية حققت نتائج أفضل بشكل ملحوظ، في حين لم تظهر المجموعة الضابطة أي تحسن يذكر، مما يؤكد أن التغيير السلوكي كان مرتبطاً مباشرة بتطبيق البرنامج وليس بعوامل خارجية أو مرور الزمن.

٣ - أظهرت النتائج أن السلوك الفوضوي لدى المراهقات يرتبط ارتباطاً وثيقاً بالمعتقدات اللاعقلانية التي يحملنها، وأن تعديل هذه المعتقدات عبر التدخل الإرشادي يؤدي إلى خفض الفوضى في السلوك، بما يتوافق مع مبادئ نظرية الإرشاد العقلاني الانفعالي.

### التوصيات

في ضوء النتائج والاستنتاجات، توصي الباحثة بما يأتي:

- ١ - تعميم استخدام البرامج الإرشادية المبنية على الإرشاد العقلاني الانفعالي للمراهقات في المرحلة المتوسطة، بهدف خفض السلوك الفوضوي وتعزيز الانضباط الذاتي، نظراً لفاعليتها المثبتة في تعديل المعتقدات والسلوكيات المرتبطة بالفوضى.
- ينبغي توفير برامج تدريبية للمرشدين التربويين لتأهيلهم على استخدام استراتيجيات البرنامج، مثل تحليل المعتقدات، دحض الأفكار اللاعقلانية، وتعليم مهارات التنظيم الذاتي، لضمان تقديم الدعم الفعال للمراهقات داخل المدرسة وخارجها.
- ٣ - إدراج أنشطة تدريبية ومتابعة أسبوعية في المنزل لتعزيز تطبيق المهارات المكتسبة، مثل التخطيط اليومي وتنظيم الواجبات، وذلك لضمان استدامة النتائج وتحقيق التغيير السلوكي على المدى الطويل.

### المقترحات

استكمالاً للنتائج التي توصل إليها البحث الحالي، تقترح الباحثة ما يأتي:

- ١ - إجراء دراسات مستقبلية لتطبيق البرنامج الإرشادي العقلاني الانفعالي على فئات عمرية أخرى، مثل المراهقات الأكبر سناً أو طلبة المرحلة الثانوية، لمعرفة مدى فعالية البرنامج في خفض السلوك الفوضوي لدى المراهقات في مراحل النمو المختلفة..

٢ - اجراء دراسات مستقبلية تستفيد من دمج البرنامج مع أساليب إرشادية أخرى، مثل الإرشاد الجماعي أو التدريب على مهارات حل المشكلات، لمعرفة مدى تعزيز أثر البرنامج الإرشادي في تعديل السلوك الفوضوي

#### المصادر

انجر , باربارا (١٩٩٠). مدخل الى نظريات الشخصية , ترجمة فهد بن عبدالله بن دليم. الخالدي , امل ابراهيم و الدفاعي , كاظم علي (٢٠٢٠). علم نفس الشخصية , ط٢, مكتب زاكي للطباعة , بغداد. العراق.

خضر, عبد الرحمن محمد. (٢٠١٨). أسس البحث التربوي: مناهجه وإجراءاته. دار الفكر العربي.

الرشيدي, بشير, والراشد علي سهيل, (٢٠٠٠), مقدمة في الإرشاد النفسي, ط١ , مكتبة الفلاح, الكويت .

الزوبعي, عبدالجليل وآخرون (١٩٨١) الاختبارات والمقاييس النفسية, مطابع دار الكتب للطباعة والنشر, جامعة الموصل, العراق

الزَمْخْشَرِي, أحمد إبراهيم. (٢٠١٧). مناهج البحث في العلوم السلوكية. دار المسيرة للنشر والتوزيع.

سالم, نور غريب وغيلان, خضر عباس (٢٠٢٣). السلوك الفوضوي لدى طلاب المرحلة المتوسطة, املؤمتر العلمي السادس والعشرين للعلوم الإنسانية والتربوية/ كلية التربية/ الجامعة المستنصرية ٣-٤ أيار ٢٠٢٣

الشاذلي, عبد الحميد محمد, (٢٠٠١) الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية ط٢ , المكتبة الجامعة.

الغزاوي, فاطمة محمود. (٢٠١٥). مناهج البحث في العلوم التربوية والنفسية. دار الصفاء للنشر والتوزيع.

السعيد, محمد عبد الحميد. (٢٠١٦). مناهج البحث في العلوم الإنسانية. مكتبة الأنجلو المصرية. الصميلي, حسن بن ادريس عبدة (٢٠٠٩) فاعلية برنامج ارشادي عقلاني انفعالي في خفض السلوك الفوضوي لدى عينة من طالب المرحلة الثانوية بمنطقة جازان التعليمية, (اطروحة دكتوراه غير منشورة), كلية التربية, جامعة ام القرى, السعودية.

ظافر, سوسن سمير (٢٠٠٥) اثر التدريب على المهارات الاجتماعية في تنمية الالتزام الاخلاقي لدى طالبات المرحلة المتوسطة, رسالة ماجستير غير منشورة, كلية التربية, الجامعة المستنصرية, العراق

العتيبي، غادة بنت سعد والمحمدي، عفاف سالم (٢٠٢٣) التغيرات النمائية لسلوك الفوضوي لدى المراهقين والمراهقات، دراسات عربية في التربية وعلم النفس، ج(٣) العدد(١٤٦) القره غولي، حسن احمد(٢٠٢٣) انماط السلوكيات السلبية(اللاسوية)، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع، عمان، الأردن

القرطي، عبد المطلب أمين (١٩٩٨) في الصحة النفسية، توزيع دار الفكر العربي، ط١، القاهرة محمد، عادل عبد الله، (٢٠٠٠)، العلاج المعرفي السلوكي أسس وتطبيقات، دار الرشاد، القاهرة . محمود، حمدي شاكر (١٩٩٨) (التوجيه والإرشاد الطلابي للمرشدين والمعلمين، دار الأندلس للتوزيع والنشر، ط١، المملكة العربية السعودية.

ممدوح صابر (٢٠٠٣) واقع المشكلات السلوكية المتعلقة بالعملية التعليمية كما يدركها الشباب في علاقتها ببعض المتغيرات الشخصية والديموجرافية لدى عينة من طلاب كلية المعلمين بالدمام، اللقاء السنوي الحادي عشر (التربية ومستقبل التعليم في المملكة العربية السعودية )، جامعة الملك سعود، الرياض، ٤٤٠: ٤٨٠

النعيمي، خالد محمد. (٢٠١٨). أسس القياس والتقويم النفسي في العلوم التربوية. دار الفكر الحديث.

الهاشمي، محمد عبدالمجيد(١٩٨٤) علم النفس التكويني، اسسه وتطبيقه، بيروت، لبنان.

يعقوب، لوسي(١٩٨٩): الطفل والحياة، دار المصرية اللبنانية، القاهرة، مصر

Bandura, A, (1986): Social Foundation Of thought and Action Asoial cognitive yheory, Englewood cliffs, N, prentice Hall.

Bauer, A, M, and Sapon, R, h, (1991): Managing Classroms to Facilitate Learning, Englewood Clifts, Prentce -Hall, NJ

Eberg,S. & Nelson, M., & Boggs, S.,(2008). Evidence-based psychosocial treatments for children and adolescents with disruptive behavior. Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology , The Official Journal for the Society of Clinical Child and Adolescent Psychology, American Psychological Association, Division;53, vol (37),No(1), 215:237.

Ellis, A. (2001). Interview with Albert Ellis: the "Cognitive Revolution" in Psychotherapy. Romanian Journal of Cognitive and behavioral psychotherapies. 1. (1) 7-16.

Froggatt, W. (2005). A brief Introduction To Rational Emotive Behaviour Therapy. Third Ed , February , pp. 1- 15

Jenkins, D. & Palmer, S. (2003). Amalimdel assessment and Rational Emotive Behavioral approach to stress Counselling : A case Study. Counselling Psychology Quarterly, 16, 3, pp. 265- 281; 57-Jose, C. & Patrick

Kuperman, S., & Schlosser, S., & Kramer, J. , & Bucholz ,K ., ( 2001). Developmental Sequence From Disruptive Behavior Diagnosis to Adolescent Alcohol Dependence , (Am J Psychiatry.Vol(158),2022: 2026.

Santrock, J. W. (2016). *Adolescence* (16th ed.). New York: McGraw-Hill Education