

المستخلص:

هدفت الدراسة الحالية إلي الكشف عن فعالية برنامج إرشاد أسري في تعديل الأفكار اللاعقلانية لدى أولياء الأمور تجاه أبنائهم المراهقين. وبلغ حجم عينة الدراسة (٤٠) ولي أمر من أولياء أمور المراهقين والمراهقات للصف الثاني الثانوي، (٢٠) ولي أمر من أولياء أمور المراهقين في الصف الثاني الثانوي التابع لمدرسة الأحمديّة الثانوية بنين، و (٢٠) ولي أمر من أولياء أمور المراهقات في الصف الثاني الثانوي التابع لمدرسة طنطا الثانوية بنات، وتم استخدام المنهج التجريبي القائم علي التصميم ذي المجموعة الواحدة ذات القياس القبلي والبعدي والتبعي، وتم تطبيق مقياس الأفكار اللاعقلانية لدي الوالدان تجاه أبنائهم المراهقين (من إعداد الباحثة) ، وتم عمل برنامج إرشاد أسري (من إعداد الباحثة) يتكون من (٢٢) جلسة، بواقع جلستين أسبوعيا لمدة شهرين وثلاثة أسابيع، وقد كشفت نتائج البحث عن وجود فروق ذات دالة احصائية عند مستوى (٠.٠١) بين القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي، مما يدل علي فاعلية البرنامج المستخدم في تعديل الأفكار اللاعقلانية لدى أولياء الأمور تجاه أبنائهم المراهقين، كما قامت الباحثة بإجراء القياس التبعي وقد أظهرت فروق بين القياسين البعدي و التبعي لصالح القياس التبعي، مما يدل علي استمرارية فاعلية البرنامج، وتم تفسير النتائج في ضوء ما انتهت إليه الدراسات السابقة والإطار النظري، و الانتهاء بمجموعة من التوصيات والبحوث المقترحة.

الكلمات المفتاحية: برنامج الإرشادي الأسري، الأفكار اللاعقلانية ، المراهقين ، أولياء أمور المراهقين.

ABSTRACT

The current study aimed to reveal the effectiveness of the family counseling program in modifying the irrational thoughts of parents towards their teenage children. The size of the study sample was (40) guardians of male and female adolescents in the second year of secondary school, (20) guardians of adolescent girls in the second year of secondary school at Al-Ahmadiyya Secondary School for Boys, and (20) guardians of teenage girls in the second year of Secondary school at Tanta Secondary School for Girls. The experimental approach was used based on a one-group design with pre-, post- and consequent measurement. The measure of irrational thoughts among parents towards their teenage sons was applied (prepared by the researcher), and a family counseling program was created (prepared by the researcher). It consists of (22) sessions, Two sessions per week for two months and three weeks. The results of the research revealed that there were statistically significant differences at the level of (0.01) between the pre- and post-measurements in favor of the post-measurement, which indicates the effectiveness of the program used in modifying the irrational thoughts of parents towards their teenage sons. The researcher conducted the follow-up measurement and showed differences between the post and follow-up measurements in favor of the follow-up measurement, which indicates the continued effectiveness of the program. The results were interpreted in light of what the previous studies and the theoretical framework concluded, and concluded with a set of recommendations and proposed research.

Keywords: family counseling program, irrational thoughts, adolescents, parents of adolescents.

مقدمة:

تعتبر مرحلة المراهقة مرحلة انتقال من مرحلة الطفولة للتأهيل لمرحلة الرشد ، فهي مرحلة حرجة في عمر الفرد، حيث تزداد مشكلات الفرد عن قبلها وبعدها من المراحل، كما يشكو كثير من أولياء الأمور في تعاملهم مع أبنائهم المراهقين في تلك المرحلة، نظراً للتغيرات والتطورات النفسية والجسدية والاجتماعية و الخلقية السريعة التي تطرأ على كيان أبنائهم المراهقين. وتدرك الأسر ذات الأداء الوظيفي العقلاني أن التغيير أمر حتمي خلال مراحل الحياة ، فتستطيع أن تواجه تلك التحولات، وأن تتوافق مع المسؤوليات و المواقف الجديدة، ولكن الأسرة التي تؤدي وظائفها علي نحو لاعقلاني تترك أن الانتقال من مرحلة إلي أخرى كما لو كان أزمة، فتعشل في التعامل مع تلك التحولات، وقد لا تترك الأسرة توقيت حدوث تلك التحولات، أو إنها تدرك ضرورة التحول ولكنها تقعد المرونة لإحداث التحول في سلوك أفرادها (علاء الدين كفاي، ٢٠٠٩، ٣٩٧).

و تشير نظرية الإرشاد العقلاني الانفعالي السلوكي إلي أن الممارسات السلوكية الخاطئة التي يمارسها الآباء لضبط سلوك الأبناء، لا تنتج عن الممارسات السلوكية للأبناء، وإنما تنتج عن الطريقة التي يفسر بها الآباء سلوك أبنائهم والتي تتمثل في الأفكار اللاعقلانية التي يؤمن بها الوالدين(عزة رشدان، ٢٠١٠، ١٨).

وبذلك فإن المعتقدات التي يحملها أولياء أمور المراهقين تجاه أبنائهم غالباً ما يشوبها الغموض أو تكون خاطئة أو غير مكتملة، و تنعكس تلك المعتقدات على تصرفاتهم مع أبنائهم، وتميل نحو الثبات باتجاه تحقيق الصورة التي يأملون لأبنائهم أن يكونوا عليها، مما يؤدي للعديد من المشكلات الأسرية التي تعيق التوافق النفسي والاجتماعي لأبنائهم. فالآباء والأمهات اللذين يعتقدون بوجوب أن يربوا أبناءهم مثلما تربوا، ينعكس ذلك المعتقد علي أدائهم الوالدي في اختيار الأساليب التربوية التي تحقق لهم تلك الصورة.

ولقد أوصانا رسولنا الكريم " ولا تقصروا تربية أولادكم علي تربيتهم فإنهم مخلوقون لزمان غير زمانكم" والآباء والأمهات اللذين يعتقدون بضرورة وضع الكثير من الضوابط في تربية البنات؛ حتي لا تكون ضحية أهوائها وميولها الجنسية ، يصبحون في حالة توقع وتوجس، فيتوقعون انحراف البنات وسوء أخلاقها، ويتعاملون مع تلك التوقعات علي أنها واقع؛ مما يدفعهم للتفكير في الزواج المبكر لها، أو حرمانها من أداء كثير من الأدوار والأنشطة ؛ لحمايتها. والآباء والأمهات اللذين يرون أن مشكلات أبنائهم المراهقين جسيمة ولا جدوي من حلها، يهربون من تحمل المسؤولية ، بدعوي أنهم يئسوا وفقدوا الأمل في اصلاحهم ، أو أنهم يعتقدون بأن تلك المشكلات سوف تحل من تلقاء نفسها، و يتأثر الآباء والأمهات بتلك الأفكار، فيشعرون باليأس ويستخدمون أساليب غير سوية كإهمال والنبذ، مما يؤدي لانهايار العلاقة بين الأسرة والأبناء .

ويعد الإرشاد الأسري العقلاني الانفعالي السلوكي فعالاً بشكل خاص لمساعدة الوالدين علي الاستبصار بأفكارهم اللاعقلانية تجاه أبنائهم المراهقين، واستبدالها بأفكار عقلانية تساعد في تفهم طبيعة الحالة النفسية والتغيرات المزاجية والسلوك المرهلي الذي يمرّ به أبنائهم المراهقين، و القبول غير المشروط لأبنائهم مهما كانت مشكلاتهم.

مشكلة البحث

تتمحور مشكلة البحث حول محاولة تعديل الأفكار اللاعقلانية لدى أولياء الأمور تجاه أبنائهم المراهقين، باستخدام برنامج إرشادي أسري قائم علي نظرية الإرشاد العقلاني الانفعالي السلوكي ، ليساعدهم علي تفهم خصائص وطبيعة تلك المرحلة الحرجة التي يمر بها أبنائهم، ومساعدتهم في تعديل الأفكار اللاعقلانية تجاه أبنائهم المراهقين ، وتدعيم تقاعلمهم وأفكارهم العقلانية تجاه أبنائهم المراهقين، مما يمكنهم من مساعدة أبنائهم علي تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي. و تحدد مشكلة الدراسة في مجموعة من الأسئلة:

السؤال الرئيسي:

ما فاعلية البرنامج الإرشادي الأسري في تعديل الأفكار اللاعقلانية لدي أولياء الأمور تجاه أبنائهم المراهقين؟

ويتفرع من السؤال الرئيسي مجموعة من الأسئلة الفرعية:

١. ما الفروق بين متوسطي درجات أفراد العينة في القياسين القبلي، و البعدي علي مقياس الافكار اللاعقلانية لدى أولياء أمور المراهقين (الوالدين) ؟

٢. ما الفروق بين متوسطي درجات أفراد العينة في القياسين البعدي، و التتبعي علي مقياس الافكار اللاعقلانية لدى أولياء أمور المراهقين(الوالدين)؟

ويهدف البحث إلي ما يلي:

أهداف البحث:

١. الكشف عن فعالية برنامج الإرشاد الأسري في تعديل الأفكار اللاعقلانية لدى أولياء الأمور تجاه أبنائهم المراهقين.
٢. الكشف عن استمرارية فاعلية برنامج الإرشاد الأسري في تعديل الأفكار اللاعقلانية لدى أولياء الأمور تجاه أبنائهم المراهقين.

أهمية البحث:

وتتمثل أهمية الدراسة في بعديها النظري والتطبيقي علي النحو التالي:

الأهمية النظرية:

بناء برنامج إرشاد أسرى قائم علي الإرشاد العقلائي الانفعالي السلوكي لتعديل الأفكار اللاعقلانية لدى أولياء أمور المراهقين، والذي يتم تطبيقه علي أولياء أمور طلاب الصف الثاني بالمرحلة الثانوية، حيث يلقي الضوء علي الأفكار اللاعقلانية لدى أولياء أمور المراهقين ، وأثر ها علي أبنائهم المراهقين، بالإضافة إلي قلة البحوث التي تناولت الأفكار اللاعقلانية لأولياء الأمور تجاه أبنائهم المراهقين .

الأهمية التطبيقية:

تسهم تلك الدراسة في الكشف عن الأفكار اللاعقلانية لدى أولياء الأمور تجاه أبنائهم المراهقين، ومساعدتهم علي دحضها وإبدالها بأفكار أكثر عقلانية، و تزويد هم ببعض المهارات الحياتية مثل (حل المشكلات – والتواصل الفعال) التي تمكنهم من مساعدة أبنائهم علي تحقيق التوافق النفسي ، كما يمكن أن يستخدمه المرشدون التربويون كأحد البرامج الإرشادية والوقائية في المدارس الثانوية والإعدادية؛ لتبصير أولياء الأمور بمشكلاتهم وأفكارهم اللاعقلانية ، وأخذ ذلك بالحسبان عند التخطيط لمستقبلهم وكيفية التعامل معهم من خلال البرنامج الحالي.

التعريفات الإجرائية لمتغيرات البحث:

تحدد المتغيرات الإجرائية للبحث في التعريفات التالية:

تعريف هيام محمود المراهقة: بأنها مرحلة التغيرات الفجائية والتحولت السريعة في مختلف النواحي و خصوصاً في النمو الفكري والعلاقات الاجتماعية، حيث أنها المرحلة الحاسمة لنقل الشخص من الطفولة إلي النضج و الاعتماد علي النفس(هيام محمود رزق، ٢٠١٦، ٩).

وتعريف الباحثة أولياء أمور المراهقين: بأنهم هؤلاء الأفراد اللذين يتولون أمر الأبناء في مرحلة المراهقة، وقد يكونوا الوالدان أو أحد أفراد العائلة، إلا أن الباحثة اقتصرت في الدراسة الحالية علي الوالدان(الأب أو الأم) كأولياء أمور .
وتعريف الباحثة الأفكار اللاعقلانية: بأنها مجموعة الأفكار غير المنطقية واللاواقعية، وتقاس بالدرجة التي يحصل عليها أحد أولياء أمور المراهقين من خلال استجابتهم علي مقياس الأفكار اللاعقلانية لدى الوالدين تجاه أبنائهم المراهقين والمعد من قبل الباحثة.

وتعريف الباحثة برنامج الإرشاد الأسري: وهو مجموعة من الإجراءات والأنشطة الإرشادية ، التي يتم تنفيذها من خلال المناقشات والاستراتيجيات القائمة علي اعادة بناء البنية المعرفية للمشاركين من خلال البرنامج الإرشادي المعد لتلك الدراسة ، بهدف تعديل الأفكار اللاعقلانية لدى أولياء الأمور تجاه أبنائهم المراهقين، ويشتمل البرنامج علي مجموعة من الجلسات الجماعية والأساليب الإرشادية المختلفة، ويقاس بدرجة تغير درجة الفرد علي المقياس قبل وبعد التطبيق.

محددات البحث

محددات موضوعية: اعتمد البحث الحالي علي البرنامج الإرشاد الأسري في تعديل الأفكار اللاعقلانية لدى أولياء الأمور تجاه أبنائهم المراهقين.

المحددات المكانية: تم تطبيق البرنامج في مدرسة الأحمديّة الثانوية بنين- طنطا- محافظة الغربية
المحددات الزمانية: تم تطبيق البرنامج الإرشادي في الفترة من تاريخ ٢٠٢٣/١٢/٢٣ إلي تاريخ ٢٠٢٤/١٢/١٤ بمعدل جلستين أسبوعياً.

المحددات البشرية: (٤٠) ولي أمر من أولياء أمور المراهقين الذين حصلوا علي أعلى الدرجات علي مقياس الأفكار اللاعقلانية المعد من قبل الباحثة، (٢٠) ولي أمر من أولياء أمور المراهقين في الصف الثاني الثانوي التابع لمدرسة الأحمديّة الثانوية بنين، و (٢٠) ولي أمر من أولياء أمور المراهقات في الصف الثاني الثانوي التابع لمدرسة طنطا الثانوية بنات، وبلغ عدد الآباء (١٣) و عدد الأمهات (٢٧).

المحددات منهجية: اعتمدت الدراسة علي المنهج التجريبي القائم علي التصميم ذي المجموعة الواحدة.

الإطار النظري

تعتبر المراهقة مرحلة حرجة في عمر الفرد، نتيجة للتغيرات السريعة والمتلاحقة في شتى نواحي النمو الجسمي والعقلي والاجتماعي والانفعالي، والتي تنعكس بشكل مباشر علي كيان وشخصية المراهق ، ويتوقف عبور المراهق الآمن إلي مرحلة الرشد علي دور الأسرة و مدى تفهمها لطبيعة تلك المرحلة، فالمراهقة المتوافقة هي انعكاس لدور الأسرة الواعي والداعم.

وعرف معجم علم النفس والطب النفسي المراهقة بأنها مرحلة الانتقال من مرحلة الطفولة التي تتسم بعدم النضج و الاعتمادية ، إلي مستوى أكبر من الاستقلالية والنضج، وتبدأ تلك المرحلة ببلوغ الذكور جنسياً في الفترة التي تتراوح ما بين ١٣ : ٢٢ سنة ، وبالنسبة للإناث تبدأ البلوغ الجنسي في الفترة التي تتراوح ما بين ١٢ : ٢١ سنة تقريباً ، و تحدث مجموعة من التغيرات في تلك الفترة تسبب اضطرابات بدرجات متفاوتة في مفهوم الذات، والمظاهر الجنسية ، والاجتماعية، والعقلية، والجسمية (سها ابراهيم ، ٢٠٠٩ ، ٢٢).

ولقد اختلفت آراء علماء النفس حول طبيعة مرحلة المراهقة، فمنهم من يعتبرها مرحلة أزمة، ومنهم من يعتبرها مرحلة نجاح وابداع.

ورأى الفريق الاول: إن مرحلة المراهقة مرحلة أزمة حتمية

حيث وصف بعض علماء النفس وخاصة الغربيين، أن مرحلة المراهقة مرحلة توتر وعواصف نفسية واجتماعية، وأنها مرحلة غير طبيعية، يغلب عليها القلق والاحباط والكثير من الاضطرابات النفسية.

وأشار "أحمد عزت راجح" أن تلك المرحلة عند المجتمعات الحضرية تعد مرحلة أزمة وتوتر وقلق ، وتبدو شديدة منذ بدايتها وتقل تدريجياً عندما يصل المراهق إلي نهايتها، ويعد شعور المراهق بالخوف والقلق من العالم الجديد الذي يجهله، ونقص التجربة والحكمة والخبرة من أهم أسباب تلك الأزمة (أحمد عزت راجح، ١٩٧٠ ، ٤٣٦) .

ووضح "خليل معوض ميخائيل" أن ما يحدث في فترة المراهقة من تغيرات يشبه عاصفة تحمل الكثير من الأثرية و الرمال أو بثورة بركان، والتي يمكن تقسيمها إلى أربعة عناصر، تتفاعل مع بعضها البعض و هو العنصر العقلي، والعنصر الانفعالي، والعنصر الاجتماعي، والعنصر الجنسي(خليل معوض ميخائيل، ١٩٧١، ٧٢).

واعتبر "ستانلي هول" مرحلة المراهقة بأنها فترة عواصف وتوتر شديدة، إلا أنها تعد فترة مولود جديد يظهر فيها للحياة أسمى صفات الإنسانية(عمار عبد الغني، ٢٠٢٤، ١٩) .

ورأى " Philippe " أن مرحلة المراهقة فترة توتر وقلق، يطمح فيها إلي البلوغ ولكنه يشعر بالخوف والحيرة بين الماضي والمستقبل، حيث لم يعد طفلاً ولم يصبح راشد، مما يشعره بالتناقض والتمرد (Philippe, 2004, 17).

كما يري بعض أولياء أمور المراهقين أن مرحلة المراهقة هي مرحلة اضطرابات وجنوح وضياح، وأحياناً يربط بعض الآباء بين مفهوم المراهقة والانحرافات الجنسية، وقد يخجل بعضهم من نكر لفظ مراهقة لأنه ارتبط شرطياً في الأذهان بمظاهر سلبية (صالح عبد الكريم، ٢٠١٩، ٣٢) .

بينما رأى الفريق الثاني: أن مرحلة المراهقة ليست مرحلة أزمة وإنما مرحلة نجاح وابداع

ووصف علم النفس الحديث مرحلة المراهقة بأنها مرحلة طبيعية، يمر بها الفرد خلال مراحل نموه الجسدي و الاجتماعي والنفسي والانفعالي لينتقل لمرحلة الرشد، كما يرفض وصفها بالثورة أو العاصفة؛ لأن المظاهر السلوكية التي تدل علي سوء التوافق أو الانحراف المصاحب لتلك المرحلة سلوكيات عارضة، وما يلاحظ من ثورة و تمرد، هو نتيجة لما يتعرض له المراهق من مواقف صعبة تعقه عن تحقيق رغباته (محمد أيوب شحمي، ١٩٩٤ ، ٢٠٤) .

واعتبر "صالح عبد الكريم" مرحلة المراهقة مرحلة نجاح وابداع وطاقة كبرى ،كما تعد مرحلة حتمية عادية لا بد وأن يمر بها كل انسان، ولكنها ليست حتمية كأزمة، وإن كان هناك أزمة فهي أزمة الوالدين ، اللذين لا يتعاملون بشكل صحيح مع التغيرات والتحولات التي طرأت علي أبنائهم ، كما انها أزمة المجتمع الذي يعجز عن استثمار طاقة أبنائه المراهقين بشكل صحيح(صالح عبد الكريم، ٢٠١٩ ، ٣٥-٣٦) .

ووضح علماء الدين أن مرحلة المراهقة مرحلة عادية يمر بها الإنسان، وتتميز عن المراحل السابقة بنضوج العقل، وتطور القدرة علي التفكير المجرد، والتفكير في المستقبل(سعيد رشيد الأعظمي، ٢٠٠٨ ، ٧٣) .

وتوافق ما جاء به الشرع مع ما توصل إليه أريكسون، حيث اعتبرها مرحلة إثبات للهوية الذاتية و جعل البلوغ علامة على تحمل المسؤولية أيضاً(خالد أحمد العلماني، ٢٠٠٦، ٦٩).

وتعد مرحلة المراهقة مرحلة مهمة متواصلة ومتداخلة، فهي متصلة بمرحلة الطفولة التي سبقتها، وبمرحلة الرشد التي تتبعها ، وطولها أو قصرها يختلف من مجتمع لآخر، ومن طبقة اجتماعية لطبقة لأخرى، كما تختلف من مجتمع لآخر نظرا للظروف الاقتصادية (جميل حمداوي ، فاطمة بولحوش ، ٢٠١٨ ، ٤٣).

و يحدث في تلك المرحلة العديد من التحولات والتغيرات التي تعطل التوازن الداخلي للفرد، وعادةً ما تعرف بإعادة بناء الأنا للبحث عن طرق جديدة من أجل انبات الذات (Coslini,2006 , 13).

و تعد مرحلة المراهقة المتوسطة هي أخطر المراحل في عمر الإنسان، حيث يشكو كثير من أولياء الأمور في تعاملهم مع أبنائهم المراهقين، نتيجة التغيرات والتطورات السريعة والمتلاحقة التي تطرأ على كيان المراهق، والاهتمام بشكل الجسم ومظهره، والميل الشديد للجنس الآخر، كما نلاحظ تحول بعض الطاقات الجنسية إلى إبداعية، وزيادة الاهتمام بالمهارات الفنية والأدبية والتكنولوجية، وتتسم أيضاً تلك المرحلة بالتقلبات المزاجية، والميل للعزلة، والميل للسلوك العدواني، والخروج عن العادات والتقاليد، والشكوى من تدخل الآباء في حياتهم، وزيادة الاحساس بالمسؤولية الاجتماعية، والبحث عن القوة، والسعي لعمل صدقات جديدة، كما تظهر الرغبة في ممارسة العبادات الشاقة، و السعي إلى الكمال الأخلاقي ويظهر علي بعضهم الشك والثورة على المعايير الدينية السائدة(صالح عبد الكريم ، ٢٠١٩ ، ٢٤ - ٢٥).

و يجب أن يميز أولياء الأمور بين السلوك المرحلي الطبيعي وبين السلوك المشكل الذي يحتاج إلي اهتمام في هذه المرحلة، فهناك مجموعة من السلوكية التي تبدو غير طبيعية من وجهة نظر أولياء الأمور، ولكنها طبيعية وفقاً لطبيعة لتلك المرحلة.

السلوك المرحلي والسلوك المشكل كما يدركه أولياء أمور المراهقين وتمثل فيما يلي:

سلوكيات نتيجة للتغيرات الجسمية:

إن نمو العظام أسرع من نمو العضلات، وزيادة طول الاطراف قبل بقية الجسم، يؤدي لاختلال في التوازن الحركي، مما يؤدي إلي تصادم المراهق في الأشياء وسقوطها من يديه (صالح عبد الكريم، ٢٠١٩ ، ٥٠). مما يدفع الآباء للصراخ في وجه الأبناء و اتهامهم بالإهمال واللامبالاة.

كما أن زيادة نمو الرئتان أكثر من القلب، يؤدي إلى انخفاض نبض القلب والشعور بالإجهاد والتعب؛ ولذلك يميل المراهق إلى الشعور بالكسل والخمول، وزيادة معدل النوم واضطرابات في الشهية (حامد عبد السلام زهران، ٢٠٠٥ ، ٢١٠).

يتأخر المراهقون عن النوم في الموعد المعتاد؛ نتيجة تأخر إفراز هرمون الميلاتونين بعد منتصف الليل، بمتوسط ساعتين، مما يجعل ساعاتهم البيولوجية مختلفة عن آبائهم (شهاب الدين الهواري، ٢٠٢٠، ١٣١). و لكن بعض أولياء الأمور يعتقدون أن أبنائهم غير ملتزمين، و لا يحترمونهم.

نتيجة زيادة نشاط الغدد الجنسية، فإن معظم تكبير المراهق ينشغل بالأمر الجنسية والبحث عن معلومات بطرق مختلفة، مما يؤدي إلي حدوث كثير من المشكلات الجنسية، وخاصة العادة السرية أو الاستغراق في أحلام اليقظة و الاهتمام بالجنس الآخر والدخول في علاقات عاطفية (ناصر الشافعي، ٢٠٠٩، ٢٩). و يعتقد كثير من الآباء و الأمهات بأن أبنائهم في طريقهم للانحراف، و يشعرون بالفشل في تربية أبنائهم.

ونتيجة تلك التغيرات الجسدية السريعة يتعرض المراهق لكثير من الضغوط والتغيرات النفسية والاجتماعية، و لا يستطيع انجاز ما لديه من أعمال فيتعرض للنقد من الكبار، مما يشعره بالقلق والشك في كفاءته الشخصية والاجتماعية وبذلك يكون مفهوم الذات غير مستقر لديه (ناصر الشافعي، ٢٠٠٩، ٢٩).

سلوكيات نتيجة للتغيرات في النمو الانفعالي:

كما أن إفراز الغدد في أجسام المراهقين والمراهقات بمعدل مرتفع ، تؤدي إلي تغيرات مزاجية كبيرة تظهر في صورة غضب شديد لدى الذكور، وتشكل اكتئاب لدى الإناث (عبدالكريم بكار، ٢٠١١، ١٢). ولذلك فإن الإرتباك والحيرة هي أهم ما يميز الحالة النفسية والعقلية للمراهق ، فهو عاجز عن تحديد ما يريد، كما إنه يتصرف في كثير من الأحيان كما يتصرف الأطفال ويريد منهم أن يعاملوه مثل الكبار مما يثير غضب الآباء والأمهات (عبدالكريم بكار، ٢٠١١، ١٤).

سلوكيات نتيجة للتغيرات في النمو الاجتماعي:

إن سعي المراهق للاستقلالية عن طريق الرفض والجدال والتأكيد علي الخصوصية أمر طبيعي بينما الانعزال المفرط هو علامة علي وجود اضطراب وظيفي (ناصر الشافعي، ٢٠٠٩، ٤٦).

ولذلك يسعي المراهق في الحصول علي استقلاله في صور سلوكية كثيرة كإغلاق باب غرفته دون أي سبب؛ حتي يؤكد علي خصوصية غرفته، كما يعد حب الخروج مع الأصدقاء بعيدا عن تلقي الأوامر وجه آخر للتعبير عن الاستقلالية ، كما أن الصوت العالي للمراهقين الذي يستتكره الآباء ، وتجمهرهم في زوايا الشوارع يضحكون ويتحدثون بصوت عالي ، تعبير آخر عن الاستقلال، ولكن تلك السلوكيات تزيد من استتكار الآباء وتزيد في نفوسهم الشك والريبة (عبدالكريم بكار، ٢٠١١، ١٩-٢٠).

سلوكيات نتيجة للتغيرات في النمو المعرفي:

يؤدي نمو المنطقة المسؤولة عن العاطفة بسرعة أكبر من نضج المنطقة المسؤولة عن التفكير العقلاني إلي نوع من الاضطراب العاطفي ويجعله يميل إلي المغامرة والمخاطرة (عبدالكريم بكار، ٢٠١١، ١٣). مما يؤدي بالآباء لاتهام أبنائهم بالتهور وعدم القدرة علي تحمل المسؤولية.

إن مثالية المراهق تدفعه إلي نقد غيره وخاصة آباءه بشدة، كما تدفعه أن يكون عنيف تجاه نفسه ، فهو لا ينسي أخطائه بسهولة، كما لا ينسي أخطاء غيره معه، وهذا نابع من عدم نضج المراهق العقلي والشعوري (عبدالكريم بكار، ٢٠١١، ١٥).

وعلي الرغم من أن التغيير أمر حتمي في حياة الأسرة، ولكن التعامل مع تلك التغييرات كما لو كانت مشكلة، والنضال من أجل الوصول للكمال، يؤدي إلي الضغط الأسري مما يترتب عليه سوء الأداء الوظيفي لأفراد الأسرة، فالأسرة التي بلغ ابنها مرحلة المراهقة ومازالت تعامله كطفل تزيد من عناده ورغبته في تحطيم القواعد الأسرية، مما يؤدي إلي ضغط الآباء نفسياً واتخاذ العقاب وسيلة لضبط سلوك أبنائهم (علاء الدين كفاي، ٢٠٠٩، ٣٢٣).

وكشفت دراسة ميسون ظاهر الراوي (٢٠٠٢) عن علاقة أساليب المعاملة الوالدية بالأفكار اللاعقلانية ، وقد أسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة معنوية بين أسلوب التسلط والأفكار اللاعقلانية، وجود علاقة ارتباطية عكسية ذات دلالة معنوية بين الأسلوب الديمقراطي والأفكار اللاعقلانية، وجود علاقة ارتباطية عكسية ذات دلالة معنوية بين التسامح والأفكار اللاعقلانية.

كما كشفت دراسة سامية الانصاري وجليلة (٢٠٠٧) عن طبيعة العلاقة بين أساليب المعاملة الوالدية و الأفكار اللاعقلانية، وعن أكثر الأساليب اسهاماً في تكوينها، وقد أسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية بين أساليب المعاملة الوالدي المتمثلة في (عدم التقبل، و الحماية الزائدة، و التسلط، الألم النفسي ، والألم البدني، والاهمال، والتلذيل ، والتذبذب) والأفكار اللاعقلانية.

وبذلك فإن معتقدات الوالدين نحو أبنائهم المراهقين، ونحو الوالدية نفسها له أثر كبير علي نمو أبنائهم النفسي والاجتماعي، و تختلف تلك المعتقدات من شخص لآخر، وتتعكس المعتقدات التي يحملها الآباء على تصرفاتهم مع الأبناء أثناء التفاعلات الأسرية والحياتية المتنوعة، كما تميل تلك التصرفات والتعاملات نحو الثبات باتجاه تحقيق الصورة التي يأملون لأبنائهم أن يكونوا عليها بما يتفق مع دورهم الوالدي(عزة رشدان، ٢٠١٠، ٦٤).

ولذلك عند النظر لاتجاهات الآباء نحو الأبناء لايد من النظر لثلاثة مكونات أساسية:

المكون المعرفي للآباء :

ويتمثل في مقدار ما يعلمه الآباء من معلومات، ومعارف وحقائق وأحكام ومعتقدات وقيم وآراء عن الوالدية والتربية الأسرية، وطبيعة المرحلة النمائية التي ينتمي إليها أبنائهم، ومتطلبات واحتياجات كل مرحلة، وطبيعة السلوك المرغوب وغير المرغوب لدى أبنائهم (عزة رشدان، ٢٠١٠، ١٨).

المكون الانفعالي:

إن معتقدات الآباء والأمهات تتعكس علي مشاعرهم وانفعالاتهم تجاه أفراد الأسرة و الآخرين، وما يرغبون به وما لا يرغبون به في نظام الأسرة (رياض نايل العاسمي، ٢٠١٥، ٢٧٥).

المكون سلوكي:

وتعد المعتقدات الوالدية المحرك الأساسي لسلوك كل من الأب والأم تجاه أبنائهم، حيث أن العلاقات الوالدية بين الأبناء والآباء تؤثر عليهم نفسياً واجتماعياً، وتتعكس علي اتجاهاتهم نحو أنفسهم، كما تؤثر أيضا علي أنماط سلوكهم سلباً أو إيجاباً (أحمد عبد اللطيف وحيد، ٢٠٠١، ٤٨).

ويري أليس (Ellis) أن الإنسان كائن يتمتع بالقدرة علي التفكير بشكل عقلائي، مما يشعره بالسعادة والبراعة، وأحياناً يفكر بطريقة غير عقلانية، مما يؤدي به إلي الشعور بالنقص والانزعاج (أحمد عبد الحليم عربيات، ٢٠٠١، ٣٤). ويري ميكنباوم (Meichenbaum) إذا ما تحدث المرء إلي نفسه بطريقة إيجابية فإنه ينظر إلي الأمور نظرة إيجابية و يستطيع تجاوز الصعوبات التي تواجهه، و إذا ما تحدث المرء إلي نفسه بطريقة سلبية؛ فيصبح غارقاً في تفكيره السلبي تاركا مشكلاته تتفاقم، ويصبح فريسة للاضطرابات النفسية (هادي صالح رمضان، ٢٠١٣، ١٢).

و توصل أليس (Ellis) إلي (١١) فكرة لاعقلانية منتشرة في المجتمعات الغربية، وراء اضطرابهم، وترى الباحثة ان الأفكار اللاعقلانية لأليس تتفق مع الأفكار اللاعقلانية لبعض أولياء الأمور تجاه أبنائهم المراهقين.

علاقة أفكار أليس اللاعقلانية بأفكار أولياء أمور المراهقين

فتتفق فكرة طلب الاستحسان لأليس مع أفكار أولياء الأمور التالية:

بعض أولياء الأمور يكتسبون صورتهم عن ذاتهم، ومدى كفايتهم الوالدية من خلال رأي الآخرين، لذا فهم يحرصون دائماً علي قبول ورضا كل الناس، ولكن رضا وحب الناس غاية لن تترك، و قد يخشي بعض أولياء أمور المراهقين أن يخطئ أبنائهم، فيحرمهم من أن يتعلمون من النتائج المترتبة علي سلوكهم؛ لأنهم يخافون من انتقادات الآخرين، وقد تحرم بعض الأسر البنات من المشاركة في النشاط الرياضي، أو الخروج مع أصدقائهم خوفاً من كلام الناس (سعاد غيث، ٢٠١٠، ٨١).

تتفق فكرة ابتغاء الكمال الشخصي لأليس مع أفكار أولياء الأمور التالية:

حيث يبتغي بعض الآباء الكمال ، ولذلك يطمعون أن يكونوا أفضل الآباء، وحتى يستطيعوا تحقيق ذلك، فإنهم يحرصون علي أن يظهروا أولادهم في صورة متميزة تتم عن كم هم منجزون (عبدالكريم بكار، ٢٠١١، ٨) . وقد يعتقد بعض الآباء بضرورة أن يحصل الأبناء علي المراكز الأولى دائما (جوزيف صابر، ب ت، ٥٣). تتفق فكرة اللوم الزائد للذات والآخرين لأليس مع أفكار أولياء الأمور التالية:

يعتقد بعض أولياء الأمور ضرورة استخدام الشدة في تربية الأبناء؛ حتي يكونوا أكثر صبراً وأكثر قدرة على تحمل الظروف والمصاعب (علاء الدين كفاي، ٢٠٠٩، ٣٠١).

وقد يعتقد الآباء بضرورة أن ينكروا أبناءهم بأخطائهم الماضية، حتي وإن تابوا عنها، اعتقاداً منهم أن ذلك اللوم ينكرهم بعدم الوقوع في أخطاء جديدة ؛ لذلك يقوم الأبناء بالدفاع المستميت عن أخطائهم طول الوقت، مما يشعرهم بأنهم مذنبون دائماً(صالح عبدالكريم، ٢٠١٦، ٢٥).

و بعض الأسر تشجع العدوان ازاء الأفراد من خارج النسق الأسري، ولكنها تكفه في نفس الوقت ازاء الأفراد من داخل النسق الأسري (علاء الدين كفاي، ٢٠٠٩، ٨١).

تتفق فكرة توقع المصائب و الكوارث لأليس مع أفكار أولياء الأمور التالية:

يعتقد الأب السلطوي أنه يجب علي الأبناء ينفذوا الأوامر دون مناقشة، وليس أيضاً من الألب مناقشتهم (جوزيف صابر ، ب ت ، ٥١).وبذلك يعتقد الآباء أن نجاة الأبناء من الكوارث في الالتزام بتنفيذ أوامرهم.

ويعتقد بعض أولياء الأمور أن رغبة الأبناء في الاستقلال ومحاولتهم في تأكيد ذاتهم، انما هي خروج عن المألوف، وثورة وتمرد علي سلطة الوالدين وعدم الاحترام(جوزيف صابر، ب.ت ، ٤٢).

يعتقد بعض الآباء أن مرور أبنائهم المراهقين بقصة عاطفية يعد خروج عن الأعراف السائدة، و سوف يجلب لهم العار؛ ولذلك فأن أولياء الأمور دائماً في حالة توقع وتوجس من انحراف بناتهم وسوء أخلاقهن (عبدالكريم بكار، ٢٠١١، ١٠١).

تتفق فكرة اللامبالاة الانفعالية لأليس مع أفكار أولياء الأمور التالية:

يعتقد بعض أولياء أمور المراهقين أن الأصدقاء هم السبب في سوء أحوال أبنائهم (عبدالكريم بكار، ٢٠١١، ٣٩).

يعتقد بعض أولياء الأمور أن النكاه شيء فطري ، ولا يمكن تغير مستوي النكاه الفطري، وأن قدرات ومواهب الفرد محددة مسبقا في مجال معين، و ليس في مجالات أخرى (ماري كاري ريتشى ، مارغريت لي، ٢٠١٨ ، ٢).

يعتقد أولياء الأمور ذوي التفكير الثابت، إن الأسرع في التعلم هو الأفضل، و النجاح ملك شخص معين ويعتبرونه الأئكي(ماري كاري ريتشى، مارغريت لي، ٢٠١٨، ١٠).

تتفق فكرة القلق الناتج عن الاهتمام الزائد لأليس مع أفكار أولياء الأمور التالية:

يسرف بعض أولياء الأمور في وعظ ونصح أبنائهم المراهقين، اعتقاداً منهم بأن هذا الأسلوب يحافظ علي مستقبلهم، ويحميهم من الوقوع في الأخطاء (عبدالكريم بكار، ٢٠١١، ٥٤).

يخشى بعض أولياء الأمور من تعرض أبنائهم لخبرات الحياة المؤلمة ، فيعيدون تصرفات أبنائهم؛ اعتقاداً أنهم مازالوا صغاراً (جوزيف صابر ، ب ت ، ٤٥).

كما يعتقد بعض أولياء أمور المراهقين بضرورة حماية أبنائهم المراهقين من الأخطاء التي وقعوا فيها وهم في مثل عمر هم (عبدالكريم بكار، ٢٠١١، ٨).

تتفق فكرة تجنب المشكلات لأليس مع أفكار أولياء الأمور التالية:

يعتقد الكثير من أولياء أمور المراهقين إن مشكلات أبنائهم كبيرة جداً ولا جدوي في حلها، و يهربون من تحمل المسؤولية، بدعوي أنهم يسؤوا وفتقوا الأمل في اصلاح أبنائهم، أو لأنهم يعتقدون أنها سوف تحل من تلقاء نفسها(صالح عبدالكريم، ٢٠١٦، ٢٨).

كما تعتقد بعض الأمهات لا مانع من أن يسمحوا لأبنائهم بالتدخين لأنهم أصبحوا كباراً(جوزيف صابر، ب.ت، ٨١).

تتفق فكرة الاعتمادية لأليس مع أفكار أولياء الأمور التالية:

يعتقد بعض أولياء أمور المراهقين بضرورة أن يقرروا لأبنائهم قواعد السلوك، ونوع المعتقدات التي يعتنقونها ، والملابس التي يرتدونها، مما يؤدي الي ثورتهم علي تلك القواعد(جوزيف صابر، ب ت، ٤٣)

وقد يقوم بعض أولياء الأمور باتخاذ الحماية الزائدة كمنط للتربية، بدافع الحب الزائد والعطف الشديد علي الابناء) علاء الدين كفاي، ٢٠٠٩، ٣٠٠).

و يعتقد الأب المثالي بأنه يجب أن يكون خادماً لأبنائه، فيحرص دائماً أن يستيقظ أبنائه في أوقات محددة، كما يحرص علي أناقة ملبسهم، وتفوقهم الدراسي كما أنهم أكثر حرصاً علي صحتهم وغذائهم المتكامل (سعاد غيث، ٢٠١٠، ٧١).

تتفق فكرة الشعور بالعجز وأهمية خبرات الماضي لأليس مع أفكار أولياء الأمور التالية:

يعتقد معظم أولياء أمور المراهقين إن مراهقي الجيل الحالي، هم أسوأ من مراهقي الأجيال السابقة، فالجيل القديم أكثر هدوءً وأكثر تحملاً للمسؤولية وأقل إثارة للمشكلات، مما يجعل موقفهم من المراهقين يتسم بالحدة وكثرة الشكوى(عبدالكريم بكار، ٢٠١١، ١١).

يرغب بعض أولياء الأمور أن يدرس ابنه التخصص الذي كان يرغب أن يدرسه ، ولم تساعده الظروف علي دراسته (عبدالكريم بكار، ٢٠١١، ٢٨).

تتفق فكرة الانزعاج لمتاعب الآخرين لأليس مع أفكار أولياء الأمور التالية:

تعتقد بعض الامهات أن شعور الأب بالسعادة يكفي ليكون الآخرين سعداء(علاء الدين كفافين ٢٠٠٩، ٢٣٤).

كما أن أولياء الأمور الذين يزعجون لمشاكل وأحزان الآخرين، يزعجون أيضا عندما لا يزعج الآخرين لمشاكلهم، لأنهم يعتقدون أن هذا التعاطف دليل علي التقدير والاحترام لهم، ولذا يشعرون بجحود الأبناء ويصفوهم بأنهم عاقين للوالدين، كما يعتقدون بأن أبنائهم لا يبادلونهم الحب، ويجب عليهم أن يعبروا لهم عن مشاعر الحب والتقدير، لما يبذلونه من جهد وتضحية في سبيل تربيتهم(جوزيف صابر، ب. ت، ١٨).

تتفق فكرة ابتغاء الكمال لأليس مع أفكار أولياء الأمور التالية:

يعتقد بعض أولياء أمور المراهقين بضرورة وضع قوانين وقواعد للأبناء، مع الحرص الشديد بعدم الحياد عنها، تحت مسمى قواعد وعادات العائلة، وعدم السماح بمناقشتها(ناصر الشافعي، ٢٠٠٩، ٥٢).

و يعتقد بعض أولياء أمور المراهقين المثاليين ،بأنه يجب أن لا يخطئ الآباء لأنهم قنوة لأبنائهم (عبدالكريم بكار، ٢٠١١، ٨).

كما يعتقد بعض أولياء الأمور بأن حل أي مشكلة لابد أن يكون حل مثالي، مما يجعلهم أسري لهذا الحل ولا يفكرون في البدائل(علاء الدين كفاني، ٢٠٠٩، ٨٩).

وبذلك فإن الأداء الوالدي يتأثر بنمط التفكير الذي يؤمن به الوالدان ، فإذا كان هذا النمط عقلائي يجعل الاسرة تؤدي دورها علي نحو عقلائي، وإذا كان هذا النمط لاعقلائي سوف تجعل الاسرة تؤدي دورها علي نحو لاعقلائي (علاء الدين كفاي، ٢٠٠٩، ٣٩٧).

وينظر الإرشاد العقلائي الانفعالي السلوكي إلي المشكلات الأسرية من خلال الاطار المفاهيمي (A.B.C) ،حيث يرى أن سبب النتائج الانفعالية المضطربة في حياة الأسرة والتي يرمز لها بالرمز (C) لا ترجع إلي الأحداث المنشطة التي تحدث في الأسرة و يرمز لها بالرمز (A) ، انما ترجع للأفكار اللاعقلانية للأزواج والأبناء ويرمز لها بالرمز (B) ، ويأخذ العلاج العقلائي الانفعالي السلوكي الظواهر والأوضاع البشرية الذي يعيش فيه أفراد الأسرة بعين الاعتبار، ليس لكونه السبب في اضطرابهم، ولكن مواقعهم من هذه الظواهر هي السبب فيما يحدث لهم (Ellis & Joffe , 2019, 231).

و يعد الارشاد الأسري العقلائي الانفعالي السلوكي فعلاً بشكل خاص لمساعدة أفراد الاسرة ليس في تقديم حلولاً لمشكلاتهم، ولكنه ييسر التفكير العقلائي لأعضاء الأسرة، للبحث عن اختيارات وبدائل لحل مشكلاتهم وتعلمهم طرق

الحل التكيفية، والتخلص من أفكارهم اللاعقلانية تجاه أبنائهم واستبدالها بأفكار تساعد على تفهم الحالات النفسية، والتغيرات المزاجية، وتفهم طبيعة السلوك الذي يمر بها أبنائهم المراهقون (رياض نايل العاسمي، ٢٠١٥، ٢٢).
و لقد كشفت كثير من الدراسات عن فعالية برنامج الإرشادي العقلاني الانفعالي السلوكي في تعديل الأفكار اللاعقلانية و مساعدة أفراد الأسرة علي تحقيق التوافق الأسري.

وهدفنا دراسة شادي محمد السيد أبو السعود (٢٠٢٢) إلى التعرف على معدلات انتشار إساءة معاملة الآباء للأبناء ذوي الإعاقة الفكرية، واختبار فعالية برنامج إرشادي عقلائي انفعالي سلوكي في خفض إساءة معاملة الآباء للأبناء ذوي الإعاقة الفكرية، وتكونت العينة الكلية للدراسة من (٣٠٠) أب من آباء التلاميذ ذوي الإعاقة الفكرية، في حين تكونت المجموعة التجريبية للدراسة من (٢٠) أباً من آباء التلاميذ ذوي الإعاقة الفكرية الذين تتراوح أعمارهم من (٤٥:٦٠) عاماً بمتوسط حسابي قدره (٥٢.٤٥)، و انحراف معياري قدره (٥.١٢٥)، وقد استخدمت الدراسة: مقياس إساءة المعاملة الوالدية للأبناء ذوي الإعاقة الفكرية/ إعداد الباحث، مقياس ستانفورد بينيه للكفاء الصورة الخامسة/ إعداد أبو النيل وآخرون (٢٠١١)، وقد تم تطبيق البرنامج الإرشادي العقلاني الانفعالي السلوكي على أفراد المجموعة التجريبية، وأسفرت الدراسة عن النتائج الآتية: ارتفاع معدلات انتشار إساءة معاملة الآباء تجاه الأبناء ذوي الإعاقة الفكرية، وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات الآباء أفراد المجموعة التجريبية، على مقياس إساءة المعاملة الوالدية للأبناء ذوي الإعاقة الفكرية في القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي، عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات الآباء أفراد المجموعة التجريبية على مقياس إساءة المعاملة الوالدية للأبناء ذوي الإعاقة الفكرية في القياسين البعدي و التتبعي.

كما سعت دراسة (Ugwuanyi, et al,2023) إلى التعرف على فاعلية العلاج السلوكي الانفعالي العقلاني في تقليل أعراض الاكتئاب لدى عينة من آباء الأطفال ذوي الإعاقة الفكرية في نيجيريا، و شارك واحد وستون من الوالدين ذكور وإناث في العلاج السلوكي المعرفي، بينما تلقى ٦٢ مشاركاً فقط العلاج كالمعتاد (TAU) كانت المجموعات متشابهة في درجات أعراض الاكتئاب قبل التدخل، واستخدمت هذه الدراسة مقياس غولد برغ للاكتئاب وبرنامج العلاج السلوكي الانفعالي العقلاني المكون من ١٢ جلسة، وكشفت مجموعة العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي (REBT) عن انخفاض كبير في الدرجات، والذي استمر، في حين لم تظهر المجموعة الضابطة أي تغيير في الدرجات. و أظهر تحليل التباين (ANOVA) فرقاً كبيراً بين المجموعة على الفور بعد ثلاثة أشهر من التدخل.

و اهتمت دراسة ربي عبدالرحمن الحسين و أحمد محمد جاد الرب أبو زيد (٢٠٢٤) بالتعرف على فاعلية برنامج إرشادي عقلائي انفعالي سلوكي في تعديل الأفكار اللاعقلانية لدى أمهات الأطفال المعاقين فكرياً، وتكونت عينة الدراسة من

(٢٠) أما من أمهات الأطفال المعاقين فكرياً، وتم تقسيمهن إلى مجموعة تجريبية (١٠ أمهات)، ومجموعة ضابطة (١٠ أمهات)، وتم استخدام مقياس الأفكار اللاعقلانية لدى أمهات الأطفال المعاقين فكرياً، وبرنامج إرشادي عقلائي انفعالي سلوكي، وقد أسفرت النتائج عن فاعلية البرنامج الإرشادي العقلائي الانفعالي السلوكي في تعديل الأفكار اللاعقلانية لدى أمهات المعاقين فكرياً.

وتفق الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة في فاعلية برنامج الإرشاد العقلائي الانفعالي السلوكي في تعديل الأفكار اللاعقلانية.

فروض البحث:

١. توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي، و البعدي علي مقياس الافكار اللاعقلانية لدى أولياء أمور المراهقين(الوالدين) لصالح القياس البعدي.
٢. لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي، و التبعي علي مقياس الافكار اللاعقلانية لدى أولياء أمور المراهقين(الوالدين).

منهج و إجراءات البحث

منهج البحث:

اعتمدت الدراسة علي المنهج التجريبي القائم علي التصميم ذي المجموعة الواحدة ، متمثلاً في القياس القبلي والبعدي والتبعي ، ويعد هذا المنهج أكثر المناهج مناسباً للدراسة الحالية .

مجتمع العينة:

يشتمل مجتمع الدراسة علي أولياء أمور المراهقين في الصف الثاني الثانوي التابع لمدرسة الأحمدية الثانوية بنين وبلغ عددهم (٨٦٥)، و أولياء أمور المراهقين في الصف الثاني الثانوي التابع لمدرسة طنطا الثانوية بنات وبلغ عددهم (٤٣٠).
عينة البحث:

تكونت عينة البحث من (٢٠) ولي أمر من أولياء أمور المراهقين في الصف الثاني الثانوي التابع لمدرسة الأحمدية الثانوية بنين، و (٢٠) ولي أمر من أولياء أمور المراهقين في الصف الثاني الثانوي التابع لمدرسة طنطا الثانوية، لتصبح العينة البحثية(٤٠) ولي أمر من أولياء أمور المراهقين الصف الثاني الثانوي في العام الدراسي (٢٠٢٣-٢٠٢٤)، وبلغ عدد الآباء (١٣) بمتوسط عمري قدره (٤٥.٣ سنة)، وانحراف معياري (٦ سنوات)، موزعين وفقاً للمستوى التعليمي إلى (١١ مؤهل دبلوم)، (٢ مؤهل متوسط)، بينما عدد الأمهات (٢٧) بمتوسط عمري قدره (٤٧.٥ سنة)، و انحراف معياري (٥.٦٦ سنة)، موزعين وفقاً للمستوى التعليمي إلى (٢٣ مؤهل دبلوم)، (٤ مؤهل متوسط)، ويتضح أن أغلب

أفراد العينة مستواها التعليمي متقارب، و تم اختيارهم بشكل قصدي مما حصلوا علي أعلى الدرجات علي مقياس الأفكار اللاعقلانية لدى الوالدان (المعد من قبل الباحثة).

أدوات البحث:

اعداد مقياس الأفكار اللاعقلانية لدى أولياء الأمور تجاه أبنائهم المراهقين.

خطوات البحث:

أولاً : اعداد مقياس الأفكار اللاعقلانية.

بعد اطلاع الباحثة علي التراث السيكولوجي، وفيما له علاقة بالأفكار اللاعقلانية، والمقياس ذات الصلة التي أعدها الباحثين سلفاً، قد استطاعت الباحثة اعداد فقرات المقياس، وبلغ عددهم (٥٢) فقرة، تم توزيعهم علي (١٣) بعد من أبعاد الأفكار اللاعقلانية، يتضمن كل بعد علي (٤) فقرات، اثنتان منهم سلبيتان (لا عقلانية)، واثنتان منهم إيجابيتان (عقلانية)، ثم قامت الباحثة بتحكيم مفردات المقياس، و قامت بتطبيقها علي عينة التحقق من الكفاءة السيكو مترية، و بلغ عددها (٦٠)، ثم قامت الباحثة بحساب الخصائص السيكو مترية.

الاتساق الداخلي:

تم حساب معامل الارتباط على عينة التحقق من الكفاءة السيكو مترية المبينة سلفاً (ن=٦٠) على مستويين: المستوى الأول: يتمثل في حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية لكل بعد فرعي تنتمي له هذه المفردة، حيث جاءت جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى (٠.٠٠١)، وتتراوح بين (٠.٥٠٣ - ٠.٩١٧)، وهو ما يتضح من

جدول (١)

معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه (ن = ٦٠)

البعد الرابع		البعد الثالث		البعد الثاني		البعد الأول	
توقع المصائب		اللوم الزائد		ابتغاء الكمال الشخصي		طلب الاستحسان	
معاملات	رقم	معاملات	رقم	معاملات	رقم	معاملات	رقم
الارتباط	المفردة	الارتباط	المفردة	الارتباط	المفردة	الارتباط	المفردة

**٠.٥٩٧	٤	**٠.٦٦٠	٣	**٠.٦٦٣	٢	**٠.٦٥٩	١
**٠.٨٣١	١٤	**٠.٧٤٦	١٣	**٠.٧٩٧	١٢	**٠.٧٥٦	١١
**٠.٥٤٦	٢٤	**٠.٦٧٢	٢٣	**٠.٥٠٣	٢٢	**٠.٨٨٤	٢١
**٠.٨١٣	٣٤	**٠.٧٦٣	٣٣	**٠.٧٦٩	٣٢	**٠.٩١٧	٣١
البعد الثامن الاعتمادية		البعد السابع تجنب المشكلات		البعد السادس القلق الناتج عن الاهتمام		البعد الخامس اللامبالاة الانفعالية	
معاملات	رقم	معاملات	رقم	معاملات	رقم	معاملات	رقم
الارتباط	المفردة	الارتباط	المفردة	الارتباط	المفردة	الارتباط	المفردة
**٠.٨١٤	٨	**٠.٨٨٥	٧	**٠.٨٠١	٦	**٠.٧٢٢	٥
**٠.٨٧٧	١٨	**٠.٩١٣	١٧	**٠.٨٦٠	١٦	**٠.٨٠٤	١٥
**٠.٨٤٥	٢٨	**٠.٨٩٦	٢٧	**٠.٨٤٥	٢٦	**٠.٨٣١	٢٥
**٠.٨٥٩	٣٨	**٠.٨٦٦	٣٧	**٠.٧٨١	٣٦	**٠.٨٨١	٣٥
البعد الثاني عشر الرسمية و الجدية		البعد الحادي عشر ابتغاء الكمال		البعد العاشر الانزعاج لمتاعب الآخرين		البعد التاسع الشعور بالعجز	
معاملات	رقم	معاملات	رقم	معاملات	رقم	معاملات	رقم
الارتباط	المفردة	الارتباط	المفردة	الارتباط	المفردة	الارتباط	المفردة
**٠.٨٦٧	٤٢	**٠.٨٧٧	٤١	**٠.٦٠٤	١٠	**٠.٨٢٥	٩
**٠.٨٧٩	٤٥	**٠.٧٣٩	٤٤	**٠.٧٣٩	٢٠	**٠.٧٦٤	١٩
**٠.٨٨٩	٤٨	**٠.٧٩٨	٤٧	**٠.٥٤٣	٣٠	**٠.٧٩٢	٢٩
**٠.٨٤٨	٥١	**٠.٧٥٦	٥٠	**٠.٧٥٦	٤٠	**٠.٧١٩	٣٩
البعد الثالث عشر مكانة الرجل بالنسبة للمرأة							

رقم المعاملات المفردة	معاملات الارتباط	رقم المعاملات المفردة	معاملات الارتباط	رقم المعاملات المفردة	معاملات الارتباط	رقم المعاملات المفردة	معاملات الارتباط
٤٣	**٠.٦٨٦	٤٦	**٠.٧٥٣	٤٩	**٠.٧٢٣	٥٢	**٠.٨٠٤

المستوى الثاني:

يتمثل في حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل بعد فرعي، والدرجة الكلية لمقياس الأفكار اللاعقلانية، حيث جاءت جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى (٠.٠١)، وتتراوح بين (٠.٥١٨ - ٠.٧٣٩)، وهو ما يتضح من

جدول (٢) التالي:

معاملات الارتباط بين درجة كل بعد فرعي والدرجة الكلية لمقياس الأفكار اللاعقلانية (ن = ٦٠)

البعد الفرعي	معاملات الارتباط	البعد الفرعي	معاملات الارتباط	البعد الفرعي	معاملات الارتباط
طلب الاستحسان	**٠.٥٣٢	القلق الناتج عن الاهتمام الزائد	**٠.٧١٩	ابتغاء الكمال	**٠.٦٣٣
ابتغاء الكمال الشخصي	**٠.٦١٤	تجنب المشكلات	**٠.٦٢٣	الرسمية و الجدية	**٠.٥١٨
اللوم الزائد	**٠.٥٢٦	الاعتمادية	**٠.٦٣٧	مكانة الرجل بالنسبة للمرأة	**٠.٦٢٥
توقع المصائب	**٠.٥٤٨	الشعور بالعجز	**٠.٧٣٩		
اللامبالاة الانفعالية	**٠.٦٧٦	الانزعاج لمتاعب الآخرين	**٠.٥٨٥		

ويتضح من الجدولين (١)، (٢) السابقين أن جميع مفردات المقياس مرتبطة ارتباطا دالا عند مستوى (٠.٠١) بالأبعاد الفرعية التي تقيسها (كل على حدة)، وأن الأبعاد الفرعية مرتبطة ارتباطا دالا عند مستوى (٠.٠١) بالدرجة الكلية لمقياس الأفكار اللاعقلانية؛ مما يؤكد أن المقياس صالحا كأداة للبحث

ثبات المقياس:

ثبات معامل . ألفا كرونباخ :تم حساب ثبات معامل . ألفا كرونباخ على مستويين:

المستوى الأول:

حيث تم التأكد من ثبات درجات المقياس الحالي عن طريق حساب معامل ألفا كرونباخ عن طريق التجانس بين المفردات والدرجة الكلية لكل مقياس فرعي (ن=٦٠)، والجدول (٣) يوضح ذلك:

جدول (٣)

معاملات ثبات ألفا كرونباخ للأبعاد الفرعية لمقياس الأفكار اللاعقلانية (ن = ٦٠) عدد مفردات كل بعد (٤ مفردات)

المعاملات الفرعية	المعاملات ألفا	البعد الفرعي	المعاملات ألفا	البعد الفرعي	المعاملات ألفا
طلب الاستحسان	٠.٨٢٢	القلق الناتج عن الاهتمام	٠.٨٣٩	ابتغاء الكمال	٠.٨٠٧
ابتغاء الكمال الشخصي	٠.٧٣٧	تجنب المشكلات	٠.٩١١	الرسمية و الجدية	٠.٨٩٣
اللوم الزائد	٠.٧٧٥	الاعتمادية	٠.٨٦٨	مكانة الرجل بالنسبة للمرأة	٠.٧٢٦
توقع المصائب و الكوارث	٠.٧٦٨	الشعور بالعجز	٠.٧٧٨		
اللامبالاة الانفعالية	٠.٨٢٦	الانزعاج لمتاعب الآخرين	٠.٦٧٨		

يتضح من جدول (٣) أن الأبعاد الفرعية لمقياس الأفكار اللاعقلانية ذات معاملات ثبات جيدة، حيث تراوحت قيم معاملات ألفا كرونباخ ما بين (٠.٦٧٨ - ٠.٩١١)، وهذا يدل على أن هذه المقاييس تتمتع بدرجة الثبات مناسبة. المستوى الثاني:

حيث تم التأكد من ثبات درجات المقياس الحالي عن طريق حساب معامل ألفا كرونباخ لدرجات مفردات المقياس ككل (ن=٦٠)، وكان عدد مفرداته (٥٢) مفردة، حيث جاء معامل ثبات ألفا الكلي (٠.٩٣٢)، وهذا يدل على أن مقياس الأفكار اللاعقلانية يتمتع بدرجة مناسبة من الثبات.

وصف البرنامج:

قامت الباحثة بتصميم برنامج إرشاد أسرى مناسب لطبيعة أفراد العينة مستخدمة طرق الإرشاد الجماعي ، ويحتوي علي عدد من الأنشطة المختلفة منها والمناقشات الجماعية والحوار ولعب الأدوار بهدف تعديل الأفكار اللاعقلانية لدى أفراد العينة (أولياء الأمور) تجاه أبنائهم المراهقين من خلال طرق وأساليب الإرشاد الأسري .

الفترة الزمنية لكل جلسة: حددت الباحثة المدة الزمنية لكل جلسة ومدتها ٦٠ دقيقة بمعدل جلستين أسبوعياً عدد الجلسات الاجمالي: حددت الباحثة عدد الجلسات (٢٢) اثني وعشرون جلسة .

مدة البرنامج: طبق البرنامج في أحد عشر أسبوعاً، من تاريخ ٢٠٢٣/١٢/٢٣ إلي تاريخ ٢٠٢٤/١٢/٢٠ بمعدل جلستين أسبوعياً، بمعدل ٢٢ جلسة، وقد بلغ زمن الجلسة الواحدة حوالي ٦٠ دقيقة.

اهتمت الدراسة بأسس بناء البرنامج لحامد زهران والتي تضمنت الآتي:

الأسس العامة: قامت الباحثة بمراعاة طبيعة السلوك الإنساني الذي يتسم بالمرونة والقابلية للتعديل و التوجيه.

الأسس الفلسفية: استندت الباحثة في هذا البرنامج علي الأصول الفلسفية لنظرية الإرشاد العقلاني الانفعالي السلوكي، التي تري أن حياتنا من صنع أفكارنا، حيث أننا لا نضطرب بسبب الأحداث والأشياء، ولكن بسبب طريقة تفكرنا نحوها، ولذا حرصت الباحثة علي استخدام مجموعة من الاستراتيجيات والفنيات المعرفية التي تعمل علي اعادة هيكلة البنية المعرفية من خلال نظرية (A.B.C).

الأسس النفسية: قامت الباحثة بمراعاة المرحلة العمرية للمشاركين، و احتياجاتهم و رغباتهم في التوجيه والمشاركة في البرنامج، والفروق الفردية بينهم، كما حرصت الباحثة علي التقبل غير المشروط للمشاركين.

الأسس الاجتماعية: قامت الباحثة بمراعاة الطبيعة الاجتماعية للإنسان، حيث يؤثر ويتأثر بالمجتمع الذي يعيش بداخله، فكل فرد جزء من كل وأي تغير في جزء يؤثر علي الكل، ولذا حرصت الباحثة علي استخدام الإرشاد الجماعي ولعب الأدوار، كما حرصت علي تقويم سلوك الأبناء المراهقين من خلال أولياء أمورهم.

الأسس الفسيولوجية: حرصت الباحثة من خلال هذا البرنامج علي مراعاة التأثير القوي للعوامل البيولوجية نتيجة العوامل النفسية. ولذا قامت الباحثة باستخدام مجموعة من الفنيات التي تساعد المشاركين علي التخلص من المشاعر السلبية من خلال تمارين الاسترخاء ، التأمل، التخيل(حامد زهران، ٢٠٠٥، ٥٠٢-٥٠٣).

الأسس التربوية و الأكاديمية: قامت الباحثة بمساعدة المشاركين علي تفهم نواتهم والاستبصار بأفكارهم اللاعقلانية، وتدريبهم علي استبدالها بأفكار عقلانية تساعدهم علي تحقيق التوفيق النفسي والاجتماعي ، كما حرصت الباحثة علي تأهيل بيئة التعلم وتزويدها بالوسائل المناسبة للتعلم، و استخدمت استراتيجيات وفنيات ملائمة لطبيعة مشاكلهم، كما حرصت الباحثة عل أن يتناسب المحتوى التعليمي مع طبيعة المشاركين(ولاء رجب، ٢٠١٦، ١١٥).

الأسس الأخلاقية: حرصت الباحثة علي مراعاة حق المشاركين في الإرشاد والتوجيه عبر مراحل النمو المختلفة، كما حرصت علي سرية الجلسات، كما احترمت الباحثة حق المشاركين في المشاركة في البرنامج وحققهم أيضاً في تقرير مصائرهم(عبد الرحمن اسماعيل صالح، ٢٠١٤، ١٧-١٨).

نتائج الدراسة و مناقشتها

أولاً: اختبار صحة الفرضية الأولى:

توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي، و البعدي علي مقياس الافكار اللاعقلانية لدى أولياء أمور المراهقين(الوالدين) لصالح القياس البعدي.

جدول (٤)

دلالة الفروق بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس الأفكار اللاعقلانية

لدى أولياء أمور المراهقين(الأبعاد والدرجة الكلية)

مقياس الأفكار اللاعقلانية	القياس	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	حجم التأثير معامل D كوهين	مستوى التأثير
طلب الاستحسان	القبلي	٤٠	٧.٤٥٠	٠.٧٨٢	١٢.٨٩٤	٠.٠١	٢.٠٤٠	كبير
	البعدي	٤٠	٤.٧٥٠	٠.٨٩٨				
ابتغاء الكمال الشخصي	القبلي	٤٠	٧.٢٠٠٠	٠.٩٩٢	١٥.٥٧٢	٠.٠١	٢.٤٦٢	كبير
	البعدي	٤٠	٤.٨٧٥٠	٠.٨٥٢				
اللوم الزائد للذات والآخرين	القبلي	٤٠	٧.٢٠٠٠	٠.٩٩٢	٢٥.٧٩٨	٠.٠١	٤.٠٧٩	كبير
	البعدي	٤٠	٤.٩٠٠٠	٠.٩				
توقع المصائب	القبلي	٤٠	٧.٤٥٠٠	٠.٩٠٤	٢٥.٧٩٨	٠.٠١	٤.٠٧٩	كبير
	البعدي	٤٠	٥.١٥٠٠	٠.٨٣٣				
اللامبالاة الانفعالية	القبلي	٤٠	٦.٨٥٠٠	١.٣٥	١٥.٣٢٩	٠.٠١	٢.٤٢٤	كبير

				٠.٨٨٢	٤.٨٠٠٠	٤٠	البعدي	
كبير	٣.٨٧٥	٠.٠١	٢٤.٥٠٦	٠.٥٣٣	٧.٨٥٠٠	٤٠	القبلي	القلق الناتج عن الاهتمام
				٠.٧٥١	٥.٠٠٠٠	٤٠	البعدي	
كبير	٤.٤٥٤	٠.٠١	٢٨.١٦٩	١.٠١٢	٧.٠٠٠٠	٤٠	القبلي	تجنب المشكلات
				٠.٨٢٢	٤.٧٠٠٠	٤٠	البعدي	
كبير	٢.٧٨٠	٠.٠١	١٧.٥٨٥	١.٢٨١	٧.٠٠٠٠	٤٠	القبلي	الاعتمادية
				٠.٧٦٧	٤.٧٧٥٠	٤٠	البعدي	
كبير	٣.٧٧٧	٠.٠١	٢٣.٨٩٠	٠.٩٥٩	٧.٥٥٠٠	٤٠	القبلي	الشعور بالعجز
				٠.٧٦٧	٥.٢٢٥٠	٤٠	البعدي	
كبير	٤.٨٦٥	٠.٠١	٣٠.٧٦٩	٠.٨٧٧	٧.٥٠٠٠	٤٠	القبلي	الانزعاج لمتاعب الآخرين
				٠.٨٠٢	٥.١٥٠٠	٤٠	البعدي	
كبير	٥.٣٥٤	٠.٠١	٣٣.٨٦١	٠.٧٢٣	٧.٧٠٠٠	٤٠	القبلي	ابتغاء الكمال
				٠.٦١٥	٥.٠٧٥٠	٤٠	البعدي	
كبير	١.٩٢٧	٠.٠١	١٢.١٨٦	١.٥٦٥	٦.٩٠٠٠	٤٠	القبلي	الرسمية والجدية
				٠.٨٢٨	٤.٩٢٥٠	٤٠	البعدي	
كبير	١.٧٩٧	٠.٠١	١١.٣٦٣	١.٦١٣	٦.٧٥٠٠	٤٠	القبلي	مكانة الرجل بالنسبة للمرأة
				٠.٨١٢	٤.٨٢٥٠	٤٠	البعدي	
كبير	١١.٦٩٠	٠.٠١	٧٨.١٣٥	٤.٤٠٧	٩٤.٤٠٠	٤٠	القبلي	الدرجة الكلية للمقياس
				٣.٠٦٨	٦٤.١٥٠	٤٠	البعدي	

ويتضح لنا من جدول (٤) أن جميع قيم (ت) دالة احصائياً عند مستوى (٠.٠١) لصالح القياس البعدي، حيث بلغت قيمة (ت) لأبعاد المقياس: على الترتيب كالتالي: (١٢.٨٩٤ - ١٥.٥٧٢ - ٢٥.٧٩٨ - ٢٥.٧٩٨ - ٢٥.٣٢٩ - ٢٤.٥٠٦ - ٢٨.١٦٩ - ١٧.٥٨٥ - ٢٣.٨٩٠ - ٣٠.٧٦٩ - ٣٣.٨٦١ - ١٢.١٨٦ - ١١.٣٦٣) بمتوسطات حسابية بلغت قيمتها في القياس القبلي على الترتيب (٧.٤٥ - ٧.٢ - ٧.٢ - ٧.٤٥ - ٦.٨٥ - ٧.٨٥٠٠ - ٧ - ٧.٥٥ - ٧.٥ - ٧.٧ - ٦.٩ - ٦.٧٥) مقابل متوسطات حسابية بلغت قيمتها في القياس البعدي على

الترتيب (٤.٧٥ - ٤.٨٧ - ٤.٩٠ - ٥.١٥ - ٤.٨٠ - ٥ - ٤.٧ - ٤.٧٧ - ٥.٢٢ - ٥.١٥ - ٥.٠٧ - ٤.٩٢ - ٤.٨٢)؛ فتل نتائج هذا الفرض على وجود فرق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية من أولياء أمور المراهقين من خلال مقياس الأفكار اللاعقلانية لصالح القياس البعدي، وبذلك يمكن قبول الفرض الأول.

ثانياً: اختبار صحة الفرضية الثانية:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي، و التتبعي علي مقياس الأفكار اللاعقلانية لدى أولياء أمور المراهقين (والوالدين).

جدول (٥)

دلالة الفروق بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي و التتبعي على مقياس الأفكار اللاعقلانية لدى أولياء أمور المراهقين (الأبعاد والدرجة الكلية)

مقياس الأفكار اللاعقلانية	القياس	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	حجم التأثير معامل D كوهين	مستوى التأثير
طلب الاستحسان	البعدي	٤٠	٤.٧٥٠	٠.٨٩٨	٤.٦٣٩	٠.٠١	٠.٧٣٣	متوسط
	التتبعي	٤٠	٤.٣٥٠٠	٠.٦٦٢				
ابتغاء الكمال الشخصي	البعدي	٤٠	٤.٨٧٥٠	٠.٨٥٢	٣.٩١١	٠.٠١	٠.٦١٨	متوسط
	التتبعي	٤٠	٤.٥٥٠٠	٠.٥٩٧				
اللوم الزائد للذات و الآخرين	البعدي	٤٠	٤.٩٠٠٠	٠.٩٠٠	٤.٠٨٨	٠.٠١	٠.٦٤٦	متوسط
	التتبعي	٤٠	٤.٦٠٠٠	٠.٧٠٨				
توقع المصائب و الكوارث	البعدي	٤٠	٥.١٥٠٠	٠.٨٣٣	٥.٣٦٩	٠.٠١	٠.٨٤٨	كبير
	التتبعي	٤٠	٤.٧٢٥٠	٠.٦٤٠				
اللامبالاة الانفعالية	البعدي	٤٠	٤.٨٠٠٠	٠.٨٨٢	٤.٨٩٢	٠.٠١	٠.٧٧٣	متوسط
	التتبعي	٤٠	٤.٣٧٥٠	٠.٥٨٥				
	البعدي	٤٠	٥.٠٠٠٠	٠.٧٥١	٨.٠٦٢	٠.٠١	١.٢٧٤	كبير

				٠.٥٨٥	٤.٣٧٥٠	٤٠	التتبعي	القلق الناتج عن الاهتمام
متوسط	٠.٧٢٤	٠.٠١	٤.٥٨٣	٠.٨٢٢	٤.٧٠٠٠	٤٠	البعدي	تجنب المشكلات
				٠.٤٨٣	٤.٣٥٠٠	٤٠	التتبعي	
كبير	٠.٨٠٦	٠.٠١	٥.٠٩٩	٠.٧٦٧	٤.٧٧٥٠	٤٠	البعدي	الاعتمادية
				٠.٥٨٥	٤.٣٧٥٠	٤٠	التتبعي	
كبير	١.٤٢٣	٠.٠١	٩.٠٠٠	٠.٧٦٧	٥.٢٢٥٠	٤٠	البعدي	الشعور بالعجز
				٠.٥٥٢	٤.٥٥٠٠	٤٠	التتبعي	
كبير	١.٠٩١	٠.٠١	٦.٩٠٤	٠.٨٠٢	٥.١٥٠٠	٤٠	البعدي	الانزعاج لمتاعب الآخرين
				٠.٦٣٢	٤.٦٠٠٠	٤٠	التتبعي	
كبير	١.٦٠٣	٠.٠١	١٠.١٤٠	٠.٦١٥	٥.٠٧٥٠	٤٠	البعدي	ابتغاء الكمال
				٠.٤٨٣	٤.٣٥٠٠	٤٠	التتبعي	
كبير	١.٠٣٨	٠.٠١	٦.٥٦٥	٠.٨٢٨	٤.٩٢٥٠	٤٠	البعدي	الرسمية والجدية
				٠.٤٩٦	٤.٤٠٠٠	٤٠	التتبعي	
كبير	٠.٨٩٣	٠.٠١	٥.٦٤٩	٠.٨١٢	٤.٨٢٥٠	٤٠	البعدي	مكانة الرجل بالنسبة للمرأة
				٠.٥٨٥	٤.٣٧٥٠	٤٠	التتبعي	
كبير	٣.٨٢٢	٠.٠١	٢٤.١٧٦	٣.٠٦٨	٦٤.١٥٠	٤٠	البعدي	المقياس ككل
				٢.٨٣٢	٥٧.٩٧٥	٤٠	التتبعي	

ويتضح لنا من جدول (٥) أن جميع قيم (ت) دالة احصائيا عند مستوى (٠.٠١) لصالح القياس التتبعي؛ حيث متوسطات الدرجات للتتبعي أقل من متوسطات درجات البعدي في جميع الأبعاد، والتي تراوحت بين (٤.٣٥ - ٥.٢٢)، وكذلك في الاختبار ككل جاء المتوسط أقل من المتوسط البعدي؛ مما يعني استمرار التحسن في التفكير العقلاني، وهذا يدل على استمرارية الأثر الإيجابي للبرنامج، حيث إنه بعد انتهاء فترة التدريب لم يحدث تأخرا أو ثبوتا للعينة بل ما زالت تتقدم، وقد يرجع وجود فروقا بين القياس البعدي و التتبعي إلى أن البرنامج يخاطب العقل، حيث حرصت الباحثة من خلال جلسات البرنامج مساعدة المشاركين علي أن تواجه التحولات التي يمر بها الابناء في فترة المراهقة، وأن

يتوافقون مع المواقف والمسؤوليات الجديد ،ونلك من خلال مساعدتهم علي تعلم مهارات جديدة مثل مهارة حل المشكلات ومهارات التواصل الفعال، وكذلك مهارات إيقاف التفكير اللاعقلاني، لإرساء ثقافة عقلانية تمكنهم من التعامل مع مشاكلهم في المستقبل ، بالإضافة لتعليم المشاركين التقنيات الانفعالية المتنوعة التي تزيد من وعيهم الانفعالي، كما أن تدريب أولياء الأمور المراهقين علي تلك المهارات، حتي يطبقوها في منازلهم مع أبنائهم ، ومع مرور الوقت ، كلما مروا بمواقف مكنتهم من نقل أثر التعلم ،كلما زاد اقتناعهم بفعالية ما اكتسبه في التدريب في احداث التغيير في سلوكهم وسلوك أبنائهم ، أما لو كان البرنامج يخاطب الجانب السلوكي فقط أو الانفعالي فقط، لثبت عندها الأثر ولا يتغير ، فيثبت التتبعي حينئذ، فلا نجد فرقا بين البعدي و التتبعي. و بذلك أ أصبح التغيير الذي حدث أثناء الجلسات أسلوبياً للحياة، حيث أن ثقة الأسرة علي اجتياز المواقف الصعبة السابقة، يجعلها واثقة في مواجهة المشكلات التي تتعرض لها في المستقبل.

كما تثل نتائج هذا الفرض على وجود فرق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية من أولياء أمور المراهقين من خلال مقياس الأفكار اللاعقلانية لصالح القياس التتبعي، وبذلك يمكن رفض الفرض الثاني. وتشير النتائج إلى أن مستوى التأثير ما بين (متوسط وكبير) لجميع الفروق حيث تراوحت مستويات التأثير بين (٠.٦١٨) إلى (١.٦٠٣) وفقا لمعامل D كوهين ، مما يدل على كفاءة وفاعلية البرنامج، حيث تحسنت متوسطات درجات المجموعة التجريبية في القياس التتبعي بعد توقف التدريب.

الاستنتاجات:

توصلت الباحثة من خلال نتائج تلك الدراسة إلي مجموعة من الاستنتاجات وتتمثل فيما يلي:

١. فاعلية البرنامج الإرشادي المعرفي العقلاني الانفعالي الذي أعدته الباحثة ، في تعديل وخفض الأفكار اللاعقلانية لدى أولياء أمور المراهقين تجاه أبنائهم.
٢. أكدت نتائج الدراسة فاعلية البرنامج الإرشادي و استمرارية تأثيره بعد الانتهاء من تطبيقه بفترة (٤٥) يوماً.
٣. يعد البرنامج الإرشادي المعد من قبل الباحثة عاملاً مهماً في تحسين العلاقات الأسرية بصفة عامة، وتحسين العلاقات بين أولياء الأمور وأبنائهم المراهقين بصفة خاصة، نتيجة زيادة وعيهم بطبيعة المرحلة الحرجة التي يمر بها أبنائهم المراهقين ، وتقبلهم تقبل غير مشروط ، بالإضافة لزيادة وعيهم بأفكارهم اللاعقلانية.
٤. يعد أسلوب الإرشاد الجماعي الذي تم تطبيقه في تلك الدراسة فعالاً في خفض وتعديل الأفكار اللاعقلانية لدى أولياء الأمور اتجاه أبنائهم المراهقين.

التوصيات:

1. الاستفادة من قبل المرشدين التربويين من البرنامج الإرشادي العقلاني الانفعالي المعد من قبل الباحثة في تعديل الأفكار اللاعقلانية لدى أولياء الأمور تجاه أبنائهم المراهقين.
2. الاهتمام من قبل المرشدين التربويين بالاكشاف المبكر لطرق تفكير الآباء والأمهات في المراحل التعليمية السابقة لمرحلة المراهقة بهدف تهيئتهم لتلك المرحلة.
3. الاهتمام بتزويد أولياء الأمور ببعض المهارات الحياتية مثل (حل المشكلات – والتواصل الفعال) لمساعدتهم علي تحقيق التوافق الأسري.

مقترحات الدراسة:

1. اجراء دراسات مماثلة علي أولياء أمور المراهقين في مراحل المراهقة الأخرى.
2. عمل برامج وقائية لأولياء أمور المراهقين؛ لتوعيتهم بطبيعة المرحلة المقبل عليها أبنائهم ، وتوعيتهم بأفكارهم اللاعقلانية.
3. اجراء دراسات مقارنة بين أسس نظرية الإرشاد العقلاني الانفعالي و ما جاء في القرآن الكريم، حيث توصلت الباحثة من خلال تلك الدراسة أن للقرآن الكريم نور كبير في تعديل الأفكار اللاعقلانية في الماضي والحاضر، وذلك من خلال فاعليته في تعديل الأفكار اللاعقلانية المتعلقة بقلق المستقبل الذي يدفعهم لقتل أبنائهم ، وتوقعهم المصائب الذي يدفعهم لقتل بناتهم ، وتأثرهم بأثار الماضي في حياتهم الذي يدفعهم لتربية أبنائهم مثلما تربوا.

المراجع:

1. المجلس الوطني لشئون الأسرة (٢٠١٠). التربية الأسرية، عمان: عز الرشدان.
2. المجلس الوطني لشئون الأسرة (٢٠١٠). المهارات الوالدية الفعالة وبرنامج تميمتها، عمان: سعاد غيث.
3. أحمد عزت راجح (١٩٧٠). مبادئ الإرشاد النفسي، الكويت: دار العلم للنشر و التوزيع.
4. أحمد عبد الحليم عربيات (٢٠٠١). بناء برنامج إرشادي للتكيف مع الحياة الجامعية في الجامعة الأردنية، أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، الجامعة المستنصرية.
5. جوزيف صابر (ب. ت). مراهقة بلا مشاكل، مكتبة الاسكندرية: مطبوعات إيجلز.
6. حامد عبد السلام زهران (٢٠٠٥). علم النفس النمو الطفولة و المراهقة، ط ٦، القاهرة: عالم الكتب.
7. خليل ميخائيل معوض (١٩٧١). دراسة مقارنة في مشكلات المراهقين في المدن و الريف، القاهرة: دار المعارف للطباعة و النشر.
8. خالد أحمد العلماني (٢٠٠٦). المراهقة، بيروت: دار المعارف.

٩. رياض نايل العاسمي (٢٠١٥). التصميم الناجح لبرنامج الإرشاد النفسي - المدرسية الشاملة، عمان: دار الإعصار العلمي للنشر و التوزيع.
١٠. ربي عبدالرحمن الحسين ، أحمد محمد جاد الرب أبوزيد (٢٠٢٤) فاعلية برنامج إرشادي عقلائي انفعالي سلوكي في تعديل الأفكار اللاعقلانية لدى أمهات الأطفال المعاقين فكرياً، مجلة كلية التربية الخاصة، المملكة العربية السعودية (٤)١.
١١. سامية الانصاري وجلييلة مرسي(٢٠٠٧). الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالسلوك العدواني في ضوء أساليب المعاملة الوالدية في مرحلة الطفولة المتأخرة، رسالة ماجستير غير منشورة، مجلة دراسات الطفولة.
١٢. سعيد رشيد الأعظمي (٢٠٠٨). أساسيات علم نفس الطفولة والمراهقة، الأردن: دار جهينة للنشر والتوزيع.
١٣. سها إبراهيم فريد (٢٠٠٩). البلوغ وعلاقته ببعض التغيرات النفسية الاجتماعية لدى عينة من طلبة وطالبات المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الآداب، جامعة القاهرة.
١٤. شايع عبد الله مجلي (٢٠١١). الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى طلبة كلية التربية بصعدة - جامعة عمران، رسالة دكتوراه غير منشورة، مجلة دمشق ٢٧(٤).
١٥. شهاب الدين الهواري (٢٠٢١). عن قرب ، ط٢، عصير الكتب. <http://www. googol book .com>
١٦. صالح عبد الكريم (٢٠١٩). فنون التعامل مع المراهقين، القاهرة: دار الرواية للنشر و التوزيع.
١٧. عبد الكريم بكار (٢٠١١). التواصل الأسري، كيف نحمي أسرتنا من التفكك، ط ٣، الرياض: دار وجوه للنشر و التوزيع.
١٨. عمار عبد الغني(٢٠٢٤). مشاكل المراهقين: القنبلة الموقوتة، مجموعة النيل العربية للنشر. <http://www. googol book.com>
١٩. علاء الدين كفاي (٢٠٠٩). علم النفس الأسري، عمان: دار الفكر للنشر و التوزيع.
٢٠. ميسون ظاهر الراوي (٢٠٠٢). أساليب المعاملة الوالدية وعلاقتها بالأفكار اللاعقلانية لدى طلبة الجامعة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة بغداد.
٢١. ماري كارتيشي، مارغريت لي (٢٠١٨). طرق التفكير لأولياء الأمور - استراتيجيات لتشجيع طرق التفكير المتطورة عند الأطفال، المملكة العربية السعودية: العكيان للنشر <http://www. obeikan publishing.com>
٢٢. محمد أيوب شحيمي (١٩٩٤). دور علم النفس في الحياة المدرسية، بيروت: دار الفكر اللبناني.

٢٣. ناصر الشافعي (٢٠٠٩). فن التعامل مع المراهقين- مشكلات و حلول، دار البيان للترجمة و التوزيع

<http://www.ibtesama.com>

٤٨. هادي صالح رمضان النعيمي (٢٠١٣). أثر برنامج إرشادي في تعديل الأفكار غير العقلانية، العراق: مطبعة نارابغا.

٤٩. هيام محمود رزق (٢٠١٦). المراهق و الانحراف، بيروت: دار القلم للطباعة والنشر والتوزيع.

- Coslin, G. (2006). Psychologies de l' adolescent (2ed). France: Armand Colin.
- Ellis, A., & Joffe, D. (2019). Rational emotive behavior therapy. (2 ed)
.Washington, DC: American Psychological Association.
- Philippe, L. (2004). Adolescence et santé. edition jacqueline DIDER Septembre 2004.
- Ugwuanyi, T., Ede, O., Agbigwe, B., Onuorah, R., Amaeze, E., Edeh, C, & Adene, M. (2023). Effect of rational emotive behavior therapy on depressive symptoms in a sample of parents of children with intellectual disability. Journal of Rational-Emotive & Cognitive- Behavior Therapy, 41(1), 128-143.