جامعة المنصورة
كلية التربية

فعالية برنامج معرفي سلوكي في خفض الشعور بالاغتراب النفسي لدى ذوي صعوبات التعلم من تلاميذ المرحلة الإعدادية

إعداد
الباحثة/ فاطمة أحمد القطب فياض

إشراف

أ.د. فوقية محمد محمد راضي
أستاذ ورئيس قسم الصحة النفسية
كلية التربية – جامعة المنصورة

د. منى سمير البهجي درغام
مدرس بقسم الصحة النفسية
كلية التربية – جامعة المنصورة

مجلة كلية التربية – جامعة المنصورة
العدد ١١٥ – يوليو ٢٠٢١
فعالية برنامج معرفي سلوكي في خفض الشعور بالاغتراب النفسي لدى ذوي صعوبات التعلم من تلاميذ المرحلة الإعدادية

الباحثة/ فاطمة أحمد القطب فياض

مستخلص

هدف البحث الحالي إلى التحقق من فعالية برنامج معرفي سلوكي في خفض الشعور بالاغتراب النفسي لدى ذوي صعوبات التعلم من تلاميذ المرحلة الإعدادية، تكونت عينة البحث من (٢٤) تلميذاً من تلاميذ الصفين الأول والثاني الإعدادي من ذوي صعوبات التعلم تراوحت أعمارهم الزمنية بين (١٣- ١٥) سنة بمتوسط عمري (١٣,٥٨)، وانحراف معياري (٠,٥١٥) بمدرسة شحاتة خفاجي للتعليم الأساسي بإدارة الجمالية التعليمية بمحافظة الدقهلية، تم تقسيمهم بالتساوي إلى مجموعتين: تجريبية، وضابطة، وتمثلت أدوات الدراسة في مقياس الاغتراب النفسي (إعداد الباحثة)، والبرنامج المعرفي السلوكي لخفض الشعور بالاغتراب النفسي لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم (إعداد الباحثة)، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياس الاغتراب النفسي لصالح المجموعة الضابطة، كما توصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس الاغتراب النفسي لصالح القياس القبلي، بينما توصلت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس الاغتراب النفسي، كما تبين وجود حجم تأثير مرتفع للبرنامج المعرفي السلوكي في خفض الشعور بالاغتراب النفسي لدى المجموعة التجريبية، وقد أوصت الباحثة باستخدام البرنامج المعرفي السلوكي المستخدم في الدراسة الحالية لخفض الشعور بالاغتراب النفسي لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم.

الكلمات المفتاحية: الاغتراب النفسي، صعوبات التعلم، برنامج معرفي سلوكي، تلاميذ المرحلة الإعدادية.

Abstract

The present study aimed to investigate the effectiveness of a Cognitive Behavioral Program in reducing psychological alienation of preparatory stage students with learning disabilities. The study sample consisted of (24) first and second grade preparatory stage students with learning disabilities in Shehata khafagy School in Al Gamalia, Dakahlia Governorate divided into two equivalent groups: Experimental and control. Study instruments implied a Scale of Psychological Alienation and a Cognitive Behavioral Program (prepared by the researcher). The study results revealed statistically significant differences between the mean ranks of the experimental and control groups in the post test on the Scale of Psychological Alienation in favor of the control group. The study results also revealed statistically significant differences between the mean ranks of the experimental group in the pre and post tests on the Scale of Psychological

Alienation in favor of the pretest. Whereas The study results revealed no statistically significant differences between the mean ranks of the experimental group in the post and follow up tests on the Scale of Psychological Alienation. The results showed high effect size of the Cognitive Behavioral Program in reducing psychological alienation of the experimental group as well. The researcher recommended using the Cognitive Behavioral Program used in the present study for reducing feeling of psychological alienation in preparatory stage students with learning disabilities.

Key Words: Psychological Alienation, Learning Disabled, Cognitive Behavioral Program, Preparatory Stage Students.

مقدمة:

يُعد مجال صعوبات التعلم من المجالات التي تهتم بها المجتمعات المعاصرة وتوليها أهمية بالغة ويعنى بدراستها العديد من الباحثين والمتخصصين في مجالات الطب وعلم النفس والتربية الخاصة وغيرها من المجالات الإنسانية، وذلك بهدف التعرف على أسبابها ومظاهرها وتقديم البرامج والخطط التي تستهدف معالجتها والتخفيف من آثارها.

وتشير أدبيات التربية الخاصة إلى أن التلاميذ ذوى صعوبات التعلم يعانون من اضطرابات نفسية وسلوكية مثل القلق والاكتئاب والعدوانية والنشاط المفرط وتدني مفهوم الذات، والانسحاب الاجتماعي مقارنة بالعاديين (فتحي الزيات، ٢٠٠٩، ٢٢).

ويذكر دانيال هالاهان، جيمس كوفمان، جون لويد، مارجريت ويس، وإليزابيث مارتنيز (٢٠٠٧، ٣٠٢) أن التلاميذ ذوى صعوبات التعلم يعانون من مشكلات اجتماعية وانفعالية وسلوكية، فالتلميذ ذو صعوبة التعلم لا يمتثل للقواعد، ينسحب من المواقف والتفاعلات الاجتماعية ولا يكون له أصدقاء، حيث يجد مشكلة كبيرة في اتخاذ الأصدقاء والحفاظ على تلك الصداقات، ويمنعه قصور مهارته من الارتباط بأقرانه بشكل مناسب، كما أن معاناة ذوى صعوبات التعلم من الإحباط المتكرر، نتيجة ضعف تحصيلهم الدراسي على الرغم من تمتعهم بقدرة عقلية مناسبة، تسمح لهم بتبني مواقف عدوانية تجاه الذات والآخرين كالشعور بالتقصير، الخجل، والانسحاب من المواقف الاجتماعية، والشعور بالرفض من الآخرين والعزلة الاجتماعية.

كما يفتقر المتعلمون من ذوي صعوبات التعلم إلى مفهوم إيجابي للذات وذلك بسبب تعرضهم المستمر للفشل وشعورهم بأنهم غير قادرين على النجاح، وكلما ازداد ذلك الشعور ازدادت محاولاتهم غير الناجحة، مما يؤثر بدوره على تقديرهم لذواتهم، وشيوع بعض مظاهر الاغتراب

النفسي لديهم، كفقدان الثقة بالنفس، واليأس، والعجز، وبالتالي تزداد حدة الانعزالية والانغلاق على الذات (وليد العتيبي، ٢٠١٥، ١٠٦).

ولقد زاد الاهتمام في السنوات الأخيرة بدراسة الجوانب النفسية لدى ذوى صعوبات التعلم للكشف عن التلاميذ الذين يعانون قصوراً في هذه الجوانب في محاولة للتغلب على مشكلاتهم وزيادة توافقهم مع الآخرين، حيث يظهر التلاميذ ذوو صعوبات التعلم انخفاضاً واضحاً في الثقة بالنفس، إضافة إلى الشعور بالانطواء والاكتئاب، ومنهم من يكون سلبياً أكثر من زملائه العاديين وخاصة في المواقف الاجتماعية التي تحتاج إلى تعاون وتفاعل وإيجابية (Benowitz, 2011)).

لقد وعى التربويون أن مشكلة صعوبات التعلم لا تقف عند المشكلات الدراسية فقط ، بل تمتد لتحدث بعض المظاهر السلوكية لديهم، التي تستنفذ جزءاً كبيراً من طاقاتهم، وتسبب لهم اضطرابات انفعالية أو توافقية تترك آثارها السلبية على شخصية المتعلمين، مما يجعلهم أكثر ميلاً إلى الانطواء والانسحاب أو العدوان أو الاكتئاب أو غيرها من الاضطرابات والمشكلات النفسية التي تعزلهم وتحد من تعاملهم مع من حولهم (Broomhead, 2014).

ولقد اهتم الباحثون والمختصون في مجال إرشاد ذوي الاحتياجات الخاصة باستخدام العديد من البرامج الإرشادية والعلاجية لخفض المشكلات الانفعالية والاجتماعية لمن يعانى من مشكلات في جميع المراحل الدراسية والعمرية، ومن بينها برامج الإرشاد المعرفي السلوكي، والذي يهدف إلى تغيير مدركات الفرد والعادات السيئة، والأفكار السلبية وأنماط الممارسات التي تعود عليها الإنسان في حياته اليومية، والتي تعيق مسار حياته وتعطل نشاطه وحيويته وتقدمه (محمد عبد الله، ٢٠١٢).

وفي هذا السياق أشار حمدان فضة، سليمان أحمد (٢٠٠٧) إلى أن العديد من الدراسات التي تناولت الإرشاد المعرفي السلوكي أثبتت نجاح وفاعلية في التخفيف من المشكلات والاضطرابات النفسية المصاحبة لصعوبات التعلم، مثل القلق، الوسواس القهري، الاكتئاب، الفوبيا، الوحدة النفسية، حيث تم تعديل سلوكهم من خلال تعديل طريقة التفكير، وتعديل الأفكار والمعتقدات التي يحملها الأشخاص واستبدالها بما هو واقعى، إيجابي، ومن ثم استخدمت الباحثة الحالية هذا النوع من الإرشاد لخفض الشعور بالاغتراب النفسي لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية ذوي صعوبات التعلم.

مشكلة البحث:

تعتبر صعوبات التعلم إحدى الظواهر التعليمية المقلقة والتي لاقت اهتماماً كبيراً من الباحثين، نظراً لتزايد أعداد الطلاب الذين يعانون منها في جميع المراحل الدراسية، كما تمثل صعوبات التعلم مصدراً للمشكلات الانفعالية و الاجتماعية لدى المتعلمين.

وتستمد الصعوبات الانفعالية والاجتماعية أهميتها من تأثيرها المتعاظم على مجمل حياة المتعلم، فبينما تؤثر الصعوبات الأكاديمية على مركز المتعلم في المجالات الأكاديمية، فإن الصعوبات الانفعالية والاجتماعية ذات تأثيرات متباينة ومتعددة على مختلف جوانب شخصية الطالب، وتوافقه النفسي في المدرسة وخارجها (فتحي الزيات، ٢٠٠٧).

ولقد أشار قحطان الظاهر (٢٠١٠، ٢١-٣٥) إلى أن صعوبات التعلم تؤثر على الجوانب الانفعالية والاجتماعية من شخصية المتعلم، والتي يظهر تأثيرها السلبى على التحصيل الدراسي وما ينتج عنه من مشكلات نفسية كشعوره بالقلق والإحباط وعدم الثقة بالنفس، بسبب عدم مقدرته على مسايرة زملائه في الدراسة، وذلك قد يؤدى إلى شعوره بالاغتراب النفسي ولجوئه إلى الكبت والعدوان وانخفاض مفهوم الذات، ومن ثم صعوبة تكوين علاقات إيجابية مع زملائه في الدراسة، وعدم قدرته على إقامة علاقات اجتماعية ناجحة وفعّالة مع الآخرين.

وقد أشارت العديد من الدراسات إلى أن التلاميذ ذوى صعوبات التعلم يتصفون بالانسحاب الاجتماعي والعزلة الاجتماعية، ونقص المهارات اللازمة للتكيف مع المحيط الاجتماعي، وقد يزيد ذلك من المشكلات التعليمية لديهم ويدفعهم للتسرب من المدرسة وحدوث الاغتراب النفسي (الحسيني عبد الموجود، ٢٠٢٠).

ونظراً لما يسببه الاغتراب النفسي من مشكلات قد تؤثر سلباً على النمو النفسي للتلاميذ ذوى صعوبات التعلم، إضافة إلى ندرة الدراسات التي تناولت فعالية برنامج إرشادي في خفض الشعور بالاغتراب النفسي لذوى صعوبات التعلم، فكان ذلك مبرراً للقيام بالدراسة الحالية للتحقق من فعالية برنامج إرشادي في خفض الشعور بالاغتراب النفسي لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية ذوى صعوبات التعلم.

وتتلخص مشكلة الدراسة الحالية في السؤال الرئيس الآتي:

ما فعالية برنامج معرفي سلوكي في خفض الشعور بالاغتراب النفسي لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية ذوي صعوبات التعلم؟

ويتفرع عن هذا السؤال الرئيس الأسئلة الفرعية الآتية:

١- هل توجد فروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس الاغتراب النفسي؟

٢- هل توجد فروق لدى المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس الاغتراب النفسي؟

٣- هل توجد فروق لدى المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس الاغتراب النفسي؟

٤- ما حجم تأثير برنامج معرفي سلوكي في خفض الشعور بالاغتراب النفسي لدى المجموعة التجريبية؟

أهداف البحث:

تهدف الدراسة الحالية إلى تحقيق الآتي:

١- الكشف عن فعالية برنامج معرفي سلوكي في خفض الشعور بالاغتراب النفسي لدى المجموعة التجريبية.

٢- التحقق من استمرارية أثر برنامج معرفي سلوكي في خفض الشعور بالاغتراب النفسي لدى المجموعة التجريبية بعد انتهاء البرنامج.

٣- التعرف عن حجم تأثير برنامج معرفي سلوكي في خفض الشعور بالاغتراب النفسي لدى المجموعة التجريبية.

أهمية البحث:

يستمد البحث الحالي أهميته الأكاديمية من تناوله لموضوع يُعد – في حدود علم الباحثة- واحداً من الموضوعات الحديثة في مجال دراسات الصحة النفسية لذوي صعوبات التعلم، حيث لا توجد أي دراسة عربية – في حدود علم الباحثة – تناولت هذا الموضوع.

وتتمثل الأهمية التطبيقية لهذا البحث في الاستفادة من برنامج معرفي سلوكي في خفض الشعور خفض الشعور بالاغتراب النفسي لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية ذوي صعوبات التعلم.

المفاهيم الإجرائية للبحث:

١- الاغتراب النفسي:

تعرف الباحثة الاغتراب النفسي – إجرائياً – بأنه انفصال التلاميذ ذوي صعوبات التعلم عن ذواتهم ومجتمعهم ويصاحب هذا الانفصال زملة أعراض تتمثل في الشعور بالعزلة الاجتماعية، العجز، اللامعيارية، اللامعنى، التمرد.

ويشتمل مقياس الاغتراب النفسي المستخدم في الدراسة الحالية خمسة أبعاد هي:

أ- العزلة الاجتماعية:

تُعرف الباحثة العزلة الاجتماعية بأنها شعور التلاميذ ذوى صعوبات التعلم بالوحدة والانعزال عن الأسرة والمدرسة والمجتمع، والميل إلى الانسحاب، وافتقاد الروابط الاجتماعية.

ب- العجز:

تقصد الباحثة بالعجز نقص شعور التلاميذ ذوى صعوبات التعلم بالإيجابية والفعالية، والعجز عن اتخاذ القرارات الحياتية المهمة، والعجز عن تحقيق الذات.

ج- اللامعيارية:

تُعرف الباحثة اللامعيارية بأنها نقص الالتزام بالمعايير السائدة في المدرسة والأسرة والمجتمع، وغلبة الأهداف الشخصية، والسعي إلى تحقيقها بأساليب مرفوضة اجتماعياً، ويبدو ذلك في أشكال عديدة من الشعور بعدم الثقة.

د- اللامعنى:

تقصد الباحثة باللامعنى شعور التلاميذ ذوى صعوبات التعلم أن الحياة لا معنى لها، ولا جدوى منها، وافتقارهم إلى وجود هدف واضح لحياتهم.

هـ- التمرد:

تُعرف الباحثة التمرد بأنه شعور التلاميذ ذوى صعوبات التعلم بالرفض والغضب إزاء ما يحيط بهم من قيم ومعايير اجتماعية وشعورهم بعدم الرضا عن ذواتهم وعن مجتمعهم.

٢- صعوبات التعلم:

تعرف الباحثة التلاميذ ذوي صعوبات التعلم – إجرائياً – بأنهم التلاميذ الذين يحصلون على درجة متوسطة أو فوق المتوسط في مقياس وكسلر للذكاء في مقابل درجات تحصيلية منخفضة تكون تحت المتوسط، وتنطبق عليهم الخصائص السلوكية لذوي صعوبات التعلم (فتحي الزيات، ٢٠٠٠)، وتستمد درجات التحصيل من السجلات المدرسية.

٣- البرنامج المعرفي السلوكي:

تعرف الباحثة البرنامج المعرفي السلوكي بأنه عملية مخططة ومنظمة تقوم على مجموعة من الفنيات المعرفية والسلوكية، كما يشتمل على مجموعة من الأنشطة والمهام التي يتم تقديمها لعينة الدراسة ذوي صعوبات التعلم بهدف خفض الشعور بالاغتراب النفسي لديهم.

حدود البحث:

تتمثل حدود البحث فيما يأتي:

١- **حدود منهجية:** اتبع البحث الحالي المنهج شبه التجريبي ذي التصميم (قبلي/ بعدي/ تتبعي) لمجموعتين تجريبية وضابطة، وذلك لملاءمته لطبيعة الدراسة.

٢- **حدود مكانية:** تم إجراء البحث بمدرسة شحاتة خفاجي للتعليم الأساسي – إدارة مدينة الجمالية دقهلية التعليمية – محافظة الدقهلية.

٣- **حدود زمانية:** تم إجراء البحث أثناء الفصل الثاني للعام الدراسي ٢٠٢٠/ ٢٠٢١م.

٤- **حدود بشرية:** تم إجراء البحث على (١٢) تلميذاً من تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي صعوبات التعلم.

٥- **حدود قياسية:** استخدمت الباحثة الأدوات الآتية: مقياس الاغتراب النفسي لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم (إعداد الباحثة)، برنامج معرفي سلوكي لخفض الشعور بالاغتراب النفسي لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم (إعداد الباحثة).

٦- **محددات إحصائية:** الأساليب الإحصائية المستخدمة في البحث الحالي: اختبار مان ويتني (Mann-Whitney) للمجموعات المستقلة، اختبار ويلكوكسون لإشارة الرتب (Wilcoxon Signed-Rank Test))، ومعادلة حجم التأثير.

دراسات سابقة:

أجرى محمد عاطف (٢٠٢٠) دراسة للتحقق من فعالية برنامج قائم على الذكاء الاجتماعي لتنمية الإدراك الاجتماعي وخفض القلق لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي صعوبات التعلم بمحافظة الشرقية، تكونت عينة الدراسة من (٤٠) تلميذاً وتلميذة من تلاميذ الصفين الخامس والسادس من ذوي صعوبات التعلم، تم تقسيمهم إلى مجموعتين متكافئتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي رتب درجات تلاميذ المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي لمقياسي الإدراك الاجتماعي والقلق، كما كشفت النتائج عن

عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في كل من القياسيين البعدي والتتبعي لكل من الإدراك الاجتماعي والقلق.

وقامت داليا إبراهيم (٢٠١٨) بدراسة للتحقق من فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي لخفض بعض المشكلات السلوكية وتحسين المهارات الاجتماعية لدى عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي صعوبات التعلم، تكونت عينة الدراسة من (٢٠) تلميذة تم تقسيمهم إلى مجموعتين متكافئتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة، وقد أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسيين القبلي والبعدي للمشكلات السلوكية (العنف والتمرد والخجل) في اتجاه القياس البعدي، كما أشارت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي للمشكلات السلوكية (العنف والتمرد والخجل) في اتجاه المجموعة التجريبية، لا توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب درجات الأفراد بالمجموعة التجريبية في القياسيين البعدي والتتبعي للمشكلات السلوكية (العنف والتمرد والخجل)، ووجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسيين القبلي والبعدي لمقياس المهارات الاجتماعية في اتجاه القياس البعدي، ووجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي لمقياس المهارات الاجتماعية في اتجاه المجموعة التجريبية، لا توجد فروق بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسيين البعدي والتتبعي لمقياس المهارات الاجتماعية في اتجاه القياس البعدي.

وهدفت دراسة عبد المعطى جمعه (٢٠١٨) إلى التحقق من فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي لتحسين مفهوم الذات والمهارات الاجتماعية لدى الموهوبين ذوي صعوبات التعلم، تكونت عينة الدراسة من (١٢) تلميذاً من ذوي صعوبات التعلم من إحدى مدارس المرحلة الثانية من التعليم الأساسي تراوحت أعمارهم بين (١٤-١٥)، وقد أظهرت نتائج الدراسة فعالية البرنامج المعرفي السلوكي لتحسين مفهوم الذات والمهارات الاجتماعية لدى الموهوبين ذوي صعوبات التعلم، واستمرارية فعاليته لما بعد فترة المتابعة.

وأجرى محمود سليمان (٢٠١٨) دراسة للتحقق من أثر برنامج تدريبي لتنمية مهارات الإدراك الحس حركي، واستمرارية هذا الأثر في تحسين مفهوم الذات وخفض السلوك الانسحابي لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم غير اللفظية، وتكونت عينة الدراسة من (١٥) تلميذاً وتلميذة من تلاميذ المرحلة الابتدائية تتراوح أعمارهم من (٩-١٢) عاماً، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق

ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات تلاميذ المجموعتين التجريبية والضابطة على مقاييس الإدراك الحس حركي، الانسحاب الاجتماعي ، مفهوم الذات بعد تطبيق البرنامج لصالح المجموعة التجريبية، وأشارت النتائج إلى أثر البرنامج التدريبي في تنمية مهارات الإدراك الحس حركي في تحسين مفهوم الذات وخفض السلوك الانسحابي لدى العينة التجريبية واستمرار أثر البرنامج في فترة المتابعة.

وقامت مي البغدادي (٢٠١٨) بدراسة للتحقق من فعالية برنامج إرشادي قائم على تنمية مهارات التفاعل الاجتماعي لخفض السلوك العدواني لدى عينة من التلاميذ ذوي صعوبات التعلم، تكونت عينة الدراسة من (٢٤) تلميذاً، تم تشخيصهم على أنهم ذوو صعوبات تعلم، تتراوح أعمارهم ما بين (٩ – ١٤) عاماً، تم تقسيمهم إلى مجموعتين متكافئتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة، وقد انتهت الدراسة إلى النتائج التالية: وجود فروق دالة بين متوسطات درجات المجموعتين في السلوك العدواني وأبعاده وذلك في القياس البعدي، وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي للسلوك العدواني وأبعاده لصالح القباس البعدي، وعدم دلالة الفروق بين متوسطي درجات المجموعة الضابطة في القياسين القبلي والبعدي للسلوك العدواني وأبعاده، وعدم وجود دلالة الفروق بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية في القياسيين البعدي والتتبعي للسلوك العدواني وأبعاده.

وأجرى وليد عمارة (٢٠١٧) دراسة للتحقق من فعالية برنامج إرشادي تكاملي للحد من السلوك الانسحابي للأطفال ذوي صعوبات التعلم، وتكونت عينة الدراسة من (١٢) طفلاً من الذكور مقسمين إلى مجموعتين إحداهما ضابطة والأخرى تجريبية، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات القياس القبلي والبعدي للعينة التجريبية على مقياس السلوك الانسحابي بعد تطبيق البرنامج لصالح القياس البعدي، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس السلوك الانسحابي بعد تطبيق البرنامج لصالح المجموعة التجريبية، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي والقياس التتبعي على أبعاد مقياس السلوك الانسحابي.

وقد استهدفت دراسة سعاد مبروك (٢٠١٦) تصميم برنامج قائم على أنشطة الذكاءات المتعددة، وتعرف فعاليته في تحسين التقبل الاجتماعي المدرك لدى الأطفال ذوي صعوبات التعلم، وتكونت عينة الدراسة من (٢٠) طفلاً ذوي صعوبات التعلم، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود

فروق دالة إحصائياً في مستوى التقبل الاجتماعي المدرك لدى الأطفال ذوي صعوبات التعلم بين القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي، وعدم وجود فروق دالة إحصائياً بين درجات القياسين البعدي والتتبعي على أبعاد التقبل الاجتماعي المدرك الفرعية، ووجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين البعدي والتتبعي في الدرجة الكلية لمقياس التقبل الاجتماعي المدرك.

بينما هدفت دراسة سماح الغبور (٢٠١٥) إلى إعداد برنامج إرشادي قائم على خفض الحساسية للنبذ لتلاميذ المرحلة الإعدادية والكشف عن فاعلية البرنامج الإرشادي في خفض الحساسية للنبذ ومستوى الصداقة لدى المراهقين ذوي صعوبات التعلم، تكونت عينة الدراسة من (٤٠) طالباً وطالبة تراوحت أعمارهم ما بين (١٢-١٥) عاماً بمتوسط عمرى (١٣,٤٠) وانحراف معياري (١,١٩)، وأشارت النتائج إلى فاعلية البرنامج الإرشادي في خفض الحساسية للنبذ، كما وجدت علاقة ذات دلالة إحصائية بين الحساسية للنبذ والصداقة، كما وجدت فروق بين الجنسين في الحساسية للنبذ لصالح الإناث والصداقة لصالح الذكور.

وقام دخيل البهدل، مصطفي أحمد (٢٠١٥) بدراسة للتحقق من فعالية برنامج إرشادي انتقائي للحد من المشكلات السلوكية والنفسية والاجتماعية لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم بالمرحلة الابتدائية، وتم تطبيق البحث على عينة قوامها (٢٠) تلميذاً، من مدرسة محمد بن القاسم الابتدائية للبنين بمحافظة القصيم بمدينة بريدة، وتم توزيعهم بالتساوي على المجموعتين التجريبية والضابطة، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى زيادة الثقة بالنفس، والتخفيف من حدة الاندفاعية، والسلوك العدواني، وقصور الانتباه، والنشاط الزائد، والسلوك الانسحابي، والمشكلات الأكاديمية، وزيادة المهارات الدراسية الإيجابية، والتخفيف من حدة المهارات الاجتماعية المدرسية السالبة لدى المجموعة التجريبية، وهذه النتيجة تظهر التأثير الإيجابي للبرنامج الإرشادي المستخدم في الدراسة الحالية، وتشير إلى فاعليته واستمرار أثره حتى بعد شهر من تطبيقه.

بينما هدفت دراسة عبد الله بنيان، فرتاج الصقري (٢٠١٥) إلى التحقق من فعالية العلاج المعرفي السلوكي في خفض مستوى سلوك الانسحاب الاجتماعي لدى الأطفال ذوي صعوبات التعلم في محافظة الطائف، وتم تطبيق الدراسة على (٢٦) طفلاً، تراوحت أعمارهم الزمنية بين (٩-١٢) عاماً، تم تقسيمهم بالتساوي إلى مجموعتين (تجريبية وضابطة)، وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية وأفراد المجموعة الضابطة على مقياس سلوك الانسحاب الاجتماعي في القياس البعدي لصالح أفراد المجموعة التجريبية، كذلك وجود فروق بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس سلوك الانسحاب الاجتماعي في

القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي، واستمرت فعالية البرنامج المعرفي السلوكي في خفض سلوك الانسحاب الاجتماعي بعد توقف استخدامه.

وأجرت نادية الأشعل (٢٠١٥) دراسة للتحقق من فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي وبرنامج إرشادي أسرى في زيادة الكفاءة الاجتماعية لدى الأطفال الموهوبين ذوي صعوبات التعلم بالحلقة الأولى من التعليم الأساسي، وتكونت عينة الدراسة من (٢٤) طفلاً وطفلة، تم تقسيمهم إلى أربع مجموعات: مجموعة تجريبية أولى (٦) أطفالاً، ومجموعة تجريبية ثانية (٦) أطفالاً، ومجموعة تجريبية ثالثة (٦) أطفالاً، ومجموعة ضابطة (٦) أطفالاً، وقد أسفرت نتائج الدراسة عن فعالية كل من البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي والبرنامج الإرشادي الأسرى في زيادة الكفاءة الاجتماعية لدى الموهوبين ذوي صعوبات التعلم (أفراد المجموعة التجريبية) واستمرار فعالية كل من البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي والبرنامج الإرشادي الأسرى في زيادة الكفاءة الاجتماعية لدى الأطفال الموهوبين ذوي صعوبات التعلم (أفراد المجموعة التجريبية) خلال فترة المتابعة.

بينما هدفت دراسة سارة المويزري (٢٠١٤) إلى التحقق من فاعلية برنامج معرفي انفعالي في خفض المشكلات الاجتماعية والانفعالية لدى (٢١) من ذوات صعوبات التعلم من طالبات الصف الحادي عشر من منطقة العاصمة التعليمية بدولة الكويت، وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود فروق دالة احصائياً في مستوى المشكلات الاجتماعية والانفعالية في القياس البعدي بين المجموعتين التجريبية والضابطة باتجاه المجموعة التجريبية، ووجود فروق دالة إحصائياً في مستوى المشكلات الاجتماعية والانفعالية بين القياسيين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية وذلك لصالح القياس البعدي.

وأجرى نواف الظفيري (٢٠١٤) دراسة للتحقق من فاعلية برنامج إرشادي في تحسين المهارات الاجتماعية (تكوين الصداقات، الإدراك الاجتماعي ،تقدير المواقف، العلاقات الأسرية) وذلك على عينة قوامها (١١) طالباً من المراهقين ذوي صعوبات التعلم، وقد أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس المهارات الاجتماعية بين القياسين القبلي والبعدي وذلك لصالح القياس البعدي لجميع المهارات الأربع، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسيين البعدي والتتبعي.

وقام يوسف عبد الواحد (٢٠١٤) بدراسة لتحسين الكفاءة الاجتماعية والانفعالية لذوي صعوبات التعلم بالمرحلة المتوسطة، وأثر ذلك في خفض التنمر المدرسي لديهم في ضوء نظرية

التعلم القائم على المخ، وتكونت عينة الدراسة من (٣٤) تلميذاً وتلميذة بالصف الدراسي الثاني المتوسط منهم (٢١) ذكوراً، (١٣) إناثاً، ممن لديهم صعوبات تعلم اجتماعية وانفعالية، وتوصلت الدراسة إلى فعالية البرنامج التدريبي في تحسين الكفاءة الاجتماعية والانفعالية حيث كان حجم التأثير البرنامج كبير، الأمر الذى أدى إلى خفض سلوك التنمر المدرسي لديهم.

وهدفت دراسة (Rostami, Vies, Dekordi & Alkasir, 2014) إلى استقصاء فاعلية برنامج علاجي لمدى التقبل والالتزام في خفض القلق الاجتماعي لدى الطلاب الذكور في المرحلة المتوسطة الذين لديهم صعوبات تعلم في مدينة كوهاتش (Koohatsh)، تكونت عينة الدراسة من (٤٠) تلميذاً ذوي صعوبات تعلم تم اختيارهم عشوائياً بعد إجراء مقابلة اكلينيكية واختبار رافن للذكاء ومقياس واتسون وفريند للقلق (١٩٦٩) وقسمت عينة الدراسة إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية في كل منها (٢٠) تلميذاً، وأسفرت النتائج عن أن البرنامج كان فاعلاً في خفض القلق لدى الطلاب ذوي صعوبات التعلم، كما أسفرت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في القلق الاجتماعي بين المجموعتين التجريبية والضابطة.

وقامت ريم الجهني (٢٠١٣) بدراسة للتحقق من فاعلية برنامج تدريبي في تنمية مهارات التواصل الاجتماعي ومفهوم الذات لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم، وتكونت عينة الدراسة من (٣٢) تلميذاً وتلميذة تم تقسيمهم إلى مجموعتين متكافئتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة، وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات التلاميذ في المجموعتين الضابطة والتجريبية على مقياس مهارات التواصل الاجتماعي في التطبيق البعدي لصالح المجموعة التجريبية، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات التلاميذ في المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس مفهوم الذات في التطبيق البعدي لصالح المجموعة التجريبية، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات التلاميذ في المجموعة التجريبية على مقياس مهارات التواصل الاجتماعي في التطبيق البعدي والتتبعي، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات التلاميذ في المجموعة التجريبية على مقياس مفهوم الذات في التطبيق البعدي والتتبعي.

كما قامت ولاء كرم (٢٠١٢) بإعداد برنامج إرشادي يعتمد على فنيات الإرشاد المعرفي السلوكي للأطفال ذوي العسر القرائي، والتعرف على فعاليته في خفض الشعور بالانسحاب الاجتماعي وأثره في زيادة الثقة بالنفس لدى العينة. وتكونت عينة الدراسة النهائية من (٢٠) طفلاً وطفلة من الأطفال ذوي العسر القرائي تم تقسيمهم إلى مجموعتين متكافئتين إحداهما تجريبية

والأخرى ضابطة، وأسفرت النتائج عن فعالية البرنامج الإرشادي المستخدم في خفض الانسحاب الاجتماعي وزيادة الثقة بالنفس لدى أفراد المجموعة التجريبية.

وهدفت دراسة (Lahijananian, Amiri, Moghtataai, Barkhordar, Jafari & Rahimi, 2012) إلى تحسين التقبل الاجتماعي المُدرك ذاتياً لدى الأطفال الموهوبين ذوي صعوبات التعلم، وتكونت عينة الدراسة من (٢٠) طفلاً من الأطفال الموهوبين ذوي صعوبات التعلم، تم تقسيمهم إلى مجموعتين متكافئتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي لمقياس التقبل الاجتماعي المُدرك لصالح المجموعة التجريبية، كما أشارت النتائج إلى فعالية العلاج السلوكي في تحسين التقبل الاجتماعي المُدرك ذاتياً للأطفال الموهوبين ذوي صعوبات التعلم.

يتضح من عرض نتائج الدراسات السابقة ندرة الدراسات التي تناولت بالبحث الشعور بالاغتراب لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية ذوي صعوبات التعلم، وأنه لا توجد دراسات سابقة – في حدود علم الباحثة – حاولت التحقق من فعالية فعالية برنامج معرفي سلوكي في خفض الشعور بالاغتراب النفسي لدى ذوي صعوبات التعلم من تلاميذ المرحلة الإعدادية.

فروض البحث:

١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس الاغتراب النفسي لصالح المجموعة الضابطة.

٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس الاغتراب النفسي لصالح القياس القبلي.

٣- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس الاغتراب النفسي.

٤- يوجد تأثير دال إحصائياً للبرنامج المعرفي السلوكي في خفض الشعور بالاغتراب النفسي لدى المجموعة التجريبية.

إجراءات البحث:

أولاً: منهج البحث:

اتبع البحث الحالي المنهج شبه التجريبي (قبلي/ بعدي/ تتبعي) لمجموعتين: تجريبية وضابطة، وذلك لملاءمته لطبيعة البحث، حيث يهدف البحث إلى اختبار فعالية برنامج معرفي

سلوكي في خفض الشعور بالاغتراب النفسي لدى ذوى صعوبات التعلم من تلاميذ المرحلة الإعدادية.

ثانياً: عينة البحث:

تكونت عينة البحث من (٢٤) تلميذاً وتلميذة من التلاميذ ذوي صعوبات التعلم من تلاميذ الصفين الأول والثاني الإعدادي بمدرسة شحاتة خفاجي للتعليم الأساسي بإدارة الجمالية التعليمية بمحافظة الدقهلية (٨ ذكوراً، ١٦ إناثاً)، تتراوح أعمارهم ما بين (١٣-١٥) سنة بمتوسط عمري (١٣,٥٨)، وانحراف معياري (٠,٥١٥) تم تقسيمهم إلى مجموعتين متكافئتين أحدهما تجريبية، والأخرى ضابطة.

ثالثاً: أدوات البحث:

١- مقياس الاغتراب النفسي:

أُستخدم مقياس الاغتراب النفسي إعداد الباحثة، ويتكون من (٦٤) مفردة موزعة على خمسة أبعاد (العزلة الاجتماعية، العجز، اللامعيارية، اللامعنى، التمرد).

وقد صيغت مفردات المقياس بحيث يجاب عنها استناداً إلى طريقة ليكرت Likert، حيث أن كل مفردة أمامها ثلاثة مستويات هي غالباً، أحياناً، نادراً، وتتراوح الدرجات من (١ - ٣) درجات على كل مفردة، حيث تشير الدرجة المرتفعة إلى زيادة الشعور بالاغتراب النفسي.

- **صدق مقياس الاغتراب النفسي:**

أ- الصدق الظاهري:

تم عرض مقياس الاغتراب النفسي بصورته الأولية على (١٠) محكمين متخصصين في مجالات الصحة النفسية وعلم النفس والتربية الخاصة، وذلك للتحقق من مدى ملاءمة المقياس للغرض الذي وضع من أجله، ومدى وضوح المفردات وسلامة صياغتها، ومدى كفاية المفردات والإضافة إليها أو الحذف منها، وتم حساب معامل الاتفاق لمفردات المقياس، وقد تراوحت نسبة الاتفاق على مفردات المقياس بين (٨٠-١٠٠%).

ب- الصدق التمييزي:

قامت الباحثة بالتحقق من الصدق التمييزي لمقياس الاغتراب النفسي وذلك من خلال المقارنة بين متوسطات درجات (٦٠) تلميذاً من التلاميذ ذوي صعوبات التعلم، (٦٠) تلميذاً من

التلاميذ العاديين، ويوضح جدول (١) قيم (ت) ودلالتها الإحصائية بين متوسطات درجات التلاميذ ذوي صعوبات التعلم والتلاميذ العاديين في الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الاغتراب النفسي.

جدول (١) قيم (ت) ودلالتها الإحصائية بين متوسطي درجات التلاميذ ذوي صعوبات التعلم والتلاميذ العاديين على مقياس الاغتراب النفسي

مقياس الاغتراب المدرسي	العينة	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
العزلة الاجتماعية	ذوو صعوبات التعلم	٣٢,٣١٦	٣,٤٧٦	٣٣,١٦٤	٠,٠١
	العاديون	١٦,٤٠٠	١,٣١٧		
العجز	ذوو صعوبات التعلم	٣١,٦٨٣	٢,٩٧١	٣٣,٨٢٠	٠,٠١
	العاديون	١٦,٩٥٠	١,٥٩٨		
اللامعيارية	ذوو صعوبات التعلم	٢٤,٢٠٠	٢,٩٥٦	٢٦,٠٣٠	٠,٠١
	العاديون	١٣,٢٣٣	١,٣٨٢		
اللامعنى	ذوو صعوبات التعلم	٢٤,٥٠٠	٢,٥٨١	٢٩,٠٦٦	٠,٠١
	العاديون	١٣,٣٠٠	١,٤٩٩		
التمرد	ذوو صعوبات التعلم	٣٠,٥٠٠	٢,٨٧٨	٣٤,٠١٨	٠,٠١
	العاديون	١٦,٤٥٠	١,٣٩٥		
الدرجة الكلية	ذوو صعوبات التعلم	١٤٣,٢٠٠	١٠,٤٨٤	٤٦,٠٧٤	٠,٠١
	العاديون	٧٦,٣٣٣	٤,٠٧٤		

يتضح من جدول (١) وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات التلاميذ ذوي صعوبات التعلم ومتوسط درجات التلاميذ العاديين في الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الاغتراب النفسي وذلك لصالح التلاميذ ذوي صعوبات التعلم، مما يشير إلى الصدق التمييزي للمقياس.

- **ثبات مقياس الاغتراب النفسي:**

جدول (٢) قيم معاملات الثبات لمقياس الاغتراب النفسي بطريقتي ألفا كرونباخ وإعادة الاختبار

البعد	الثبات بطريقة ألفا كرونباخ	الثبات بطريقة إعادة الاختبار
العزلة الاجتماعية	٠,٨١١	**٠,٧٨٥
العجز	٠,٨١٣	**٠,٧٧١
اللامعيارية	٠,٨١٤	**٠,٧٥٦
اللامعنى	٠,٨١٤	**٠,٧٨٢
التمرد	٠,٨٢١	**٠,٨٠١
الدرجة الكلية	٠,٨٥٥	**٠,٨٤٣

** دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (٠,٠١).

٢- برنامج معرفي سلوكي لخفض الشعور بالاغتراب:

أهداف البرنامج:

يهدف البرنامج إلى خفض الشعور بالاغتراب النفسي لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية ذوي صعوبات التعلم، ويتفرع من هذا الهدف العام الأهداف الخاصة التالية:

١- التعرف على بعض الأفكار الخاطئة التي يتبناها التلميذ ذو صعوبات التعلم.
٢- مساعدة التلاميذ ذوي صعوبات التعلم على خفض بعض الاضطرابات الانفعالية كالعزلة والشعور بالوحدة.
٣- مساعدة التلاميذ ذوي صعوبات التعلم على تنمية الاستبصار بالصعوبات التي تواجههم وكيفية التعامل مع مشاعر النقص والعجز لديهم.
٤- تدريب التلاميذ على ضبط الانفعالات والتخلص من مشاعر الإحباط والتمرد على الغير.
٥- استثارة إرادة المعنى لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم بحثهم على الاقتداء ببعض النماذج الإيجابية التي قهرت الإعاقة وأوجدت معنى لحياتهم.
٦- مساعدة التلاميذ ذوي صعوبات التعلم على التعبير عن أنفسهم وتفريغ انفعالاتهم.
٧- إكساب التلاميذ ذوي صعوبات التعلم مجموعة من المهارات المعرفية والسلوكية التي تساعدهم على التوافق مع أنفسهم ومع البيئة التي يعيشون فيها.

٨- مساعدة التلاميذ ذوي صعوبات التعلم على إدراك معنى الحياة.

٩- تدعيم القيم الدينية والمعايير الأخلاقية لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم.

١٠-إكساب التلاميذ ذوي صعوبات التعلم بعض السلوكيات التي تكسبهم التقدير الأسري والمجتمعي كالتفوق والإصرار.

١١-مساعدة التلاميذ ذوي صعوبات التعلم في تنمية مفهوم موجب عن ذواتهم، وتدريبهم عن التعاون واتخاذ القرار والقيادة.

مصادر بناء برنامج:

تم بناء البرنامج اعتماداً على عدد من المصادر أهمها:

- التراث النفسي المرتبط بالعلاج المعرفي السلوكي.
- آراء المتخصصين في مجالات الصحة النفسية والإرشاد النفسي.
- الاطلاع على بعض البرامج ذات العلاقة بمتغيرات مشكلة الدراسة الحالية

(بسام الخطيب، ٢٠١٧؛ داليا إبراهيم، ٢٠١٨؛ جموعي بلعربي، ٢٠١٨؛ عبد المعطى جمعة، ٢٠١٨؛ نجلاء وهب الله، ٢٠١٨؛ محمد ذكي، ٢٠١٩؛ مريم توام، ٢٠١٩؛ (Arsenault, 2018

الفنيات المستخدمة في تنفيذ البرنامج:

١- المحاضرة:

المحاضرة من الفنيات المعرفية، وتعتمد هذه الفنية على إلقاء المرشد النفسي محاضرة محددة المحتوى واضحة الهدف، سهلة العبارات مقيدة الزمن متسلسلة العرض، ويتبادل فيها أعضاء المجموعة الإرشادية الأدوار ويتداولون الآراء والمناقشات ويكتسبون فيها مزيداً من المعارف والأفكار بهدف تعديل السلوك أو الأفكار أو المشاعر أو حتى الاتجاهات (أحمد الغامدي، ٢٠١٣، ٨٧).

٢- المناقشة الجماعية:

المناقشة الجماعية تستخدم بهدف التواصل وتبادل الآراء واتخاذ القرارات المرتبطة بموضوع الجلسة، وتُعد من الأساليب التي تزود المجموعة الإرشادية بأجواء نفسية واجتماعية صحية يعبرون من خلالها عن ذواتهم ويشعرون بأهميتهم وقيمة ما يقدمونه فيزداد شعورهم بالمسئولية وقدراتهم علي التواصل الايجابي مع الآخرين (حامد زهران، ٢٠١٠).

٣- إعادة البناء المعرفي:

إعادة البناء المعرفي من فنيات العلاج المعرفي السلوكي، ويساعد العميل على فهم طبيعة اعتقاداته اللاعقلانية، وأن يستبدلها باعتقادات أخرى أكثر عقلانية، كما تساعده من ناحية أخرى على أن تكون استنتاجاته عن المواقف المختلفة أكثر دقة، وأن يفهم العلاقة بين أفكاره وانفعالاته وسلوكياته (أمال بوسبسي، ٢٠١٨، ٢٠).

٤- لعب الدور:

قيام المسترشد بتمثيل دور معين بطريقة نموذجية تهدف لتعليم الدور أو الفهم الأفضل للمشكلات التي يواجهها المسترشد عن طريق قيامه بالدور الذى يمكنه من انتقاد مواطن الضعف في شخصيته والتغلب على الأفكار الأوتوماتيكية (سارة القحطاني، ٢٠٠٩).

٥- التدريب علي حل المشكلات:

يعمل هذا الأسلوب علي تطوير مهارات حل المشكلات وتسير هذه العملية عبر مجموعة من الخطوات التي تتضمن الاعتراف بالمشكلة وإدراكها، تعريف المشكلة وتحديدها، واقتراح الحلول الممكنة، واختيار أحد الحلول، التنفيذ (جهاد علاء الدين، عز الدين عبدالرحمن، ٢٠١١، ٣٧٣).

٦- التغذية الراجعة:

حيث يجد المتدرب عائداً من سلوكه الذى قام به سواء من قبل الآخرين الذين يشجعون أداءه أو من نفسه حيث يشعر بالارتياح نتيجة لأدائه الدور الذى تدرب عليه، وقد يكون العائد استحساناً وثناءً ويكون ذا طبيعة توجيهية ناقدة تبين جوانب الضعف والقوة لديه (إيمان قنديل، ٢٠٠٩، ٢٤).

٧- النمذجة:

إن استخدام النماذج السلوكية "النمذجة" أحد الفنيات التي تستخدم في الإرشاد السلوكي والتي تستند إلى نظرية التعلم الاجتماعي، حيث يحدث تغيير في الأداء "التعلم" نتيجة ملاحظة سلوك يقوم به شخص آخر، وقد يكون الأداء في هذه الحالة في وقت لاحق على المشاهدة وليس بالضرورة أن يشتمل على التقليد الفوري للسلوك (علاء الدين كفافي، ٢٠١٢، ٢٨٦).

٨- الواجبات المنزلية:

هي مجموعة من المهارات والأنماط السلوكية، يتم من خلالها تعليم الشخص بعض المهارات والأساليب الجديدة لمواجهة المواقف الصعبة، وغير المحتملة، وتطبيق هذه المهارات خارج الجلسات الإرشادية وتحدد الواجبات المنزلية عقب كل جلسة، وتعتمد تلك الفنية على التدريب والممارسة، والتي يتم من خلالها الممارسة الميدانية للتغير الفعلي للعميل، ويستخدم فيه أسس متعددة مستهدفة لمساعدة العميل على استيعاب المعارف وتزويده بالخبرات الجديدة، وإكسابه المهارات الفنية، وتعديل سمات شخصيته بما يؤدى إلى نموه عن طريق ربط النظرية بالتطبيق (فاطمة نوفل،٢٠١٦، ٩٥).

٩- التخيل:

يطلب المرشد من المسترشد تخيل المواقف التي تبعث على الخوف والقلق لديه وذلك على عكس تقليل الحساسية التدريجي والذى يشتمل على الانتقال بالفرد تدريجياً من الموقف الأقل إثارة إلى الموقف الأكثر إثارة لكن في هذه الفنية يبدأ المرشد بالموقف الذى يبعث على الحد الأقصى من الإثارة والتوتر والقلق وذلك بهدف توضيح العلاقة بين التفكير والانفعالات (سهير أمين، ٢٠١٠، ٨٨).

١٠- الدحض والاقناع:

يعلم المرشد الفرد كيف يقوم باكتشاف طرق التفكير والمسلمات والمعتقدات التي يؤمن بها ويبني عليها أنماط سلوكه ومشاعره، ومن الأسئلة التي يوجهها المرشد للفرد ليجيب عليها" أين الدليل على ما تقوله أو ما تشعر به؟" "ولماذا تكون الحياة مأساوية إذا لم تجر الحياة بالشكل الذى تريد؟"، إن مثل هذه الأسئلة الجدلية والحوارية تجعل الفرد يعيد التفكير في الأفكار التي يتخذها مسلمات وحقائق وبالتالي يبدأ في إعادة التفكير فيها واختبار مصداقيتها ومدى تأثيرها على حياته (أحمد أبو أسعد، رياض الأزايدة، ٢٠١٥، ١٧٦-١٧٧).

١١- التعزيز:

التعزيز هو الإجراء الذي يؤدي فيه حدوث السلوك إلى توابع إيجابية أو إزالة سلبية الشيء الذي يترتب عليه زيادة احتمال حدوث ذلك السلوك في المستقبل في المواقف المماثلة، فإذا تعزز سلوكاً ما يعني أن تزيد احتمالات حدوثه مستقبلاً، ويسمى المثير الذي يحدث بعد السلوك فيؤدي إلى تقويته بالمعزز (أحمد أبو أسعد، ٢٠١٤، ١٣٥).

١٢- الاسترخاء:

الاسترخاء من الفنيات السلوكية وهو عباره عن تمارين تؤدي إلى التخلص من التوتر العضلي والعصبي، ويتم الاسترخاء في عدة جلسات أو يتم إجرائه لمدة سبع دقائق في بداية الجلسة (حامد الغامدي، ٢٠١٦، ٢٥٦).

جلسات البرنامج:

في ضوء ما سبق قامت الباحثة بإعداد (٢٤) جلسة، مدة الجلسة (٣٠-٤٥) دقيقة. وتتضمن الجلسات الموضوعات التالية:

الجلسة	الموضوع	الجلسة	الموضوع
الأولى	تعارف وتمهيد.	الثانية	ماهية الاغتراب النفسي وتأثيراته السلبية.
الثالثة	نماذج تحدت الإعاقة.	الرابعة	الكلمات الجارحة.
الخامسة	التواصل مع الآخرين.	السادسة	الأفكار السلبية والمشوهة.
السابعة	التفكير الإيجابي والعقلاني.	الثامنة	الحديث الذاتي.
التاسعة	الحديث الذاتي.	العاشرة	المهارات الاجتماعية والتعاون والعمل الجماعي.
الحادية عشرة	الاسترخاء العضلي.	الثانية عشرة	التحصين ضد النبذ.
الثالثة عشرة	الثقة بالنفس.	الرابعة عشرة	التفريغ الانفعالي.
الخامسة عشرة	المهارات القيادية.	السادسة عشرة	تقبل الذات.
السابعة عشرة	مفهوم الذات الإيجابي.	الثامنة عشرة	إرادة المعنى.
التاسعة عشرة	النظرة السلبية للآخرين.	العشرون	ضبط النفس وخفض التمرد.
الواحدة والعشرون	معنى الحياة.	الثانية والعشرون	حل المشكلات.
الثالثة والعشرون	الانتماء للمجتمع.	الرابعة والعشرون	الشعور بالرضا.

خطوات البحث:

تم إجراء الدراسة وتنفيذها حسب الخطوات الآتية:

- بناء إطار نظري والاطلاع على الدراسات السابقة ذات العلاقة بموضوع الدراسة.
- تطوير مقياس الاغتراب النفسي، والتحقق من دلالات صدقه وثباته.
- تصميم البرنامج الإرشادي.
- تحديد المجموعة التجريبية التي ستخضع للدراسة.
- التحقق من تكافؤ المجموعتين (التجريبية والضابطة) في متغيرات البحث.

– تطبيق البرنامج على المجموعة التجريبية في الفترة (٢٠٢١/٣/٢٨ –٢٠٢١/٦/٢.

– إجراء القياس البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة واستخراج النتائج.

– إجراء القياس التتبعي بعد انتهاء البرنامج بشهر واحد.

– تحليل النتائج وتفسيرها ومناقشتها، والخروج بالتوصيات والدراسات المقترحة.

نتائج البحث:

ينص الفرض الأول على أنه " **توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس الاغتراب النفسي لصالح المجموعة الضابطة** ".

للتحقق من هذا الفرض استخدمت الباحثة اختبار مان وتني (Mann-Whitney)، ويبين جدول (٢) قيم (ي) ودلالتها الإحصائية لاختبار (مان وتني) للفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس الاغتراب النفسي.

جدول (٢) قيم (ي) ودلالتها الإحصائية لاختبار (مان وتني) للفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس الاغتراب النفسي

مقياس الاغتراب النفسي	المجموعة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة (ي)	مستوى الدلالة
العزلة الاجتماعية	التجريبية	١٢	٨,٠٠	٩٦,٠٠	١٨,٠٠٠	٠,٠١
	الضابطة	١٢	١٧,٠٠	٢٠٤,٠٠		
العجز	التجريبية	١٢	٨,٢٥	٩٩,٠٠	٢١,٠٠٠	٠,٠١
	الضابطة	١٢	١٦,٧٥	٢٠١,٠٠		
اللامعيارية	التجريبية	١٢	٨,٦٣	١٠٣,٥٠	٢٥,٥٠٠	٠,٠١
	الضابطة	١٢	١٦,٣٨	١٩٦,٥٠		
اللامعنى	التجريبية	١٢	٨,٧١	١٠٤,٥٠	٢٦,٥٠٠	٠,٠١
	الضابطة	١٢	١٦,٢٩	١٩٥,٥٠		
التمرد	التجريبية	١٢	٨,٦٣	١٠٣,٥٠	٢٥,٥٠٠	٠,٠١
	الضابطة	١٢	١٦,٣٨	١٩٦,٥٠		
الدرجة الكلية	التجريبية	١٢	٦,٨٣	٨٢,٠٠	٤,٠٠٠	٠,٠١
	الضابطة	١٢	١٨,١٧	٢١٨,٠٠		

نتائج الفرض الثاني:

ينص الفرض الثاني على أنه " **توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس الاغتراب النفسي لصالح القياس القبلي** ".

للتحقق من الفرض الثاني استخدمت الباحثة اختبار ويلكوكسون (Wilcoxon) ويوضح جدول (٣) قيم (ز) ودلالتها الإحصائية للفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس الاغتراب النفسي.

جدول (٣) قيم (ز) ودلالتها الإحصائية للفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس الاغتراب النفسي

مقياس الاغتراب النفسي	توزيع الرتب	عدد الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة (ز)	مستوى الدلالة
العزلة الاجتماعية	سالبة	٨	٦,٥٠	٥٢,٠٠	٢,٥٠٥	٠,٠١
	موجبة	٢	١,٥٠	٣,٠٠		
	متساوية	٢				
العجز	سالبة	١٠	٦,٥٠	٦٥,٠٠	٢,٨٥٢	٠,٠١
	موجبة	١	١,٠٠	١,٠٠		
	متساوية	١				
اللامعيارية	سالبة	١١	٦,٠٠	٦٦,٠٠	٢,٩٤٩	٠,٠١
	موجبة	٠	٠,٠٠	٠,٠٠		
	متساوية	١				
اللامعنى	سالبة	٨	٥,٢٥	٤٢,٠٠	٢,٣٣١	٠,٠١
	موجبة	١	٣,٠٠	٣,٠٠		
	متساوية	٣				
التمرد	سالبة	١١	٦,٠٠	٦٦,٠٠	٢,٩٤٨	٠,٠١
	موجبة	٠	٠,٠٠	٠,٠٠		
	متساوية	١				
الدرجة الكلية	سالبة	١٢	٦,٥٠	٧٨,٠٠	٣,٠٦١	٠,٠١
	موجبة	٠	٠,٠٠	٠,٠٠		
	متساوية	٠				

نتائج الفرض الثالث:

ينص الفرض الثالث على أنه " **لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس الاغتراب النفسي** ".

للتحقق من الفرض الثالث استخدمت الباحثة اختبار ويلكوكسون (Wilcoxon) ويوضح جدول (٤) قيم (ز) ودلالتها الإحصائية للفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس الاغتراب النفسي.

جدول (٤) قيم (ز) ودلالتها الإحصائية للفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس الاغتراب النفسي

مقياس الاغتراب النفسي	توزيع الرتب	عدد الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة (ز)	مستوى الدلالة
العزلة الاجتماعية	سالبة	١	١,٠٠	١,٠٠	١,٠٠٠	غير دالة
	موجبة	٠	٠,٠٠	٠,٠٠		
	متساوية	١١				
العجز	سالبة	٢	٢	١,٥٠	١,٤١١	غير دالة
	موجبة	٠	٠,٠٠	٠,٠٠		
	متساوية	١٠				
اللامعيارية	سالبة	٢	٢,٢٥	٤,٥٠	٠,٨١٦	غير دالة
	موجبة	١	١,٥٠	١,٥٠		
	متساوية	٩				
اللامعنى	سالبة	٢	١,٥٠	٣,٠٠	١,٣٤٢	غير دالة
	موجبة	٠	٠,٠٠	٠,٠٠		
	متساوية	١٠				
التمرد	سالبة	٢	٢,٢٥	٤,٥٠	٠,٨١٥	غير دالة
	موجبة	١	١,٥٠	١,٥٠		
	متساوية	٩				
الدرجة الكلية	سالبة	٣	٢,٠٠	٦,٠٠	١,٦٠٤	غير دالة
	موجبة	٠	٠,٠٠	٠,٠٠		
	متساوية	٩				

نتائج الفرض الرابع:

ينص الفرض الرابع على أنه " **يوجد تأثير دال إحصائياً للبرنامج الإرشادي في خفض الشعور بالاغتراب النفسي لدى المجموعة التجريبية** ".

للتحقق من هذا الفرض قامت الباحثة بحساب حجم التأثير من خلال:

المعادلة التالية $r = z / \sqrt{n}$ (حيث أن r = حجم الأثر، Z = الدرجة المعيارية، n = عدد الدرجات)

ويوضح جدول (٥) حجم تأثير البرنامج في خفض الشعور بالاغتراب النفسي لدى المجموعة التجريبية.

جدول (٥) حجم تأثير البرنامج في خفض الشعور بالاغتراب النفسي لدى المجموعة التجريبية

مقياس الاغتراب النفسي	حجم التأثير	مقياس الاغتراب النفسي	حجم التأثير
العزلة الاجتماعية	٠,٤٤٧	اللامعنى	٠,٣٢٦
العجز	٠,٥٦٥	التمرد	٠,٦٣٢
اللامعيارية	٠,٢٩٥	الدرجة الكلية	٠,٧٠٤

يتضح من جدول (٥) أن حجم تأثير البرنامج في خفض الشعور بالاغتراب النفسي لدى المجموعة التجريبية يتراوح بين (٠,٢٩٥ – ٠,٦٣٢) لأبعاد الاغتراب النفسي، وبلغ حجم الأثر الكلي (٠,٧٠٤) مما يشير إلى أن ٧٠% من التباين في الاغتراب النفسي يرجع إلى البرنامج الإرشادي المستخدم في الدراسة الحالية، وأن النسبة المتبقية ترجع إلى عوامل أخرى، وهذا يدل على حجم كبير لتأثير البرنامج الإرشادي في خفض الشعور بالاغتراب النفسي لدى المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة.

ويوضح رجاء أبو علام (٢٠٠٦، ٤٣) أنه توجد طرق كثيرة لتفسير حجم التأثير ولكن أكثرها قبولاً التفسير الذي وضعه Cohen عام (١٩٩٢) وذلك على النحو التالي:

- حجم التأثير الذي مقداره ٠,٠١ (١%) يعني حجم أثر ضعيف.
- حجم التأثير الذي مقداره ٠,٠٦ (٦%) يعني حجم أثر متوسط.
- حجم التأثير الذي مقداره ٠,٢ (٢٠%) يعني حجم أثر كبير.

تفسير النتائج ومناقشتها:

أسفرت نتائج الفرض الأول عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الاغتراب النفسي في القياس البعدي، وذلك لصالح المجموعة الضابطة، الأمر الذي يشير إلي انخفاض الشعور بالاغتراب النفسي لدي المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة مما يدل علي فعالية البرنامج المستخدم في البحث الحالي.

وأوضحت نتائج الفرض الثاني وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي على مقياس الاغتراب النفسي، وذلك لصالح القياس البعدي، الأمر الذي يشير إلي انخفاض الشعور بالاغتراب النفسي لدي المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج مقارنة بالشعور بالاغتراب النفسي لدى نفس المجموعة (التجريبية) قبل تطبيق البرنامج، مما يدل علي فعالية البرنامج المستخدم في البحث الحالي.

وأشارت نتائج الفرض الثالث إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين البعدي والتتبعي على مقياس الاغتراب النفسي، مما يشير الى استمرار الانخفاض في الشعور بالاغتراب النفسي لدى المجموعة التجريبية بتأثير البرنامج.

كما أوضحت نتائج الفرض الرابع أن حجم تأثير البرنامج في خفض الشعور بالاغتراب النفسي لدى المجموعة التجريبية بلغ (٠,٧٠٤) مما يشير إلى أن ٧٠% من التباين في الشعور بالاغتراب النفسي يرجع إلى البرنامج المستخدم، وأن النسبة المتبقية ترجع إلى عوامل أخرى، وهذا يدل على حجم كبير لأثر البرنامج الحالي على الشعور بالاغتراب النفسي لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم في المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة.

يتضح من نتائج البحث الحالي فعالية البرنامج المستخدم في خفض الشعور بالاغتراب النفسي لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم، وتتفق هذه النتيجة مع ما أشارت إليه بعض الدراسات السابقة (ولاء الأمازي، ٢٠١٢؛ سارة المويزرى، ٢٠١٤؛ نادية الأشعل، ٢٠١٥؛ سماح الغبور، ٢٠١٥؛ داليا إبراهيم، ٢٠١٨؛ وليد عمارة، ٢٠١٧؛ عبد المعطى جمعة، ٢٠١٨) في أن العلاج المعرفي السلوكي يُعد مدخلاً فعالاً لخفض الشعور بالاغتراب النفسي لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم.

وتري الباحثة الحالية أن فعالية البرنامج تعزي إلي المحتوي العلمي لجلساته التي تضمنت: ماهية الاغتراب النفسي وتأثيراته السلبية، نماذج تحدت الإعاقة، الكلمات الجارحة، التواصل مع الآخرين، الأفكار السلبية والمشوهة، التفكير الإيجابي والعقلاني، الحديث الذاتي، المهارات الاجتماعية والتعاون والعمل الجماعي، الاسترخاء العضلي، التحصين ضد النبذ، الثقة بالنفس، التفريغ الانفعالي، المهارات القيادية، تقبل الذات، مفهوم الذات الإيجابي، إرادة المعنى، النظرة السلبية للآخرين، ضبط النفس وخفض التمرد، معنى الحياة، حل المشكلات، الانتماء للمجتمع، الشعور بالرضا.

هذا من ناحية، ومن ناحية أخري تعتقد الباحثة الحالية أن الرغبة الحقيقية من جانب أعضاء المجموعة التجريبية والجدية والمواظبة علي حضور جلسات البرنامج قد شجع الباحثة علي تنفيذ الجلسات بطريقة إيجابية، حيث لاحظت الباحثة تفاعل واندماج التلاميذ ذوي صعوبات التعلم في جلسات البرنامج وحرصهم علي اكتساب المزيد من المعرفة واكتساب مهارات التعامل مع المواقف المسببة للشعور بالاغتراب النفسي.

توصيات البحث:

أوصت الباحثة باستخدام البرنامج المعرفي السلوكي المستخدم في البحث الحالي لخفض الشعور بالاغتراب النفسي لدى ذوي صعوبات التعلم من تلاميذ المرحلة الإعدادية.

المراجع:

أحمد أبو أسعد (٢٠١٤). **تعديل السلوك الإنساني** (ط ٢). عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.

أحمد أبو أسعد، رياض الأزايدة (٢٠١٥). **الأساليب الحديثة في الإرشاد النفسي والتربوي**. عمان: مركز ديبونو لتعليم التفكير.

أحمد الغامدي (٢٠١٣). فاعلية التعلم الإلكتروني التعاوني في التحصيل الدراسي للاجتماعيات والاتجاه نحوها لدى طلاب المرحلة الثانوية. **رسالة ماجستير**، كلية التربية، جامعة الباحة.

أمال بوسبسي (٢٠١٨). فاعلية برنامج علاجي معرفي سلوكي في تخفيف قلق الموت لدى مرضى السرطان "دراسة ميدانية لحالتين باستخدام مقياس قلق الموت". **رسالة ماجستير**، كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية، جامعة العربي بن مهيدي، أم الواقي، الجزائر.

إيمان قنديل (٢٠٠٩). فاعلية برنامج إرشادي في تنمية مهارات الاستقلال الذاتي لتحسين جودة الحياة لدى عينة من المراهقين المعاقين عقلياً القابلين للتعلم. **رسالة دكتوراه**، كلية التربية، جامعة بنها.

بسام الخطيب (٢٠١٧). فاعلية برنامج إرشادي سلوكي معرفي في خفض الضغوط النفسية وتحسين مستوى التحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الثانوية. **رسالة دكتوراه**، كلية الدراسات العليا، جامعة العلوم الإسلامية العالمية، الأردن.

جموعي بلعربي (٢٠١٨). فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي للتخفيف من السلوك العدواني لدى تلاميذ المرحلة الثانوية وفقاً لحاجاتهم الإرشادية. **رسالة دكتوراه**، جامعة محمد لمين دباغين– سطيف٢، الجمهورية الجزائرية الديموقراطية الشعبية.

جهاد علاء الدين، عز الدين عبد الرحمن (٢٠١١). فاعلية برنامج إرشادي جمعي في خفض التوتر والتشاؤم لدى أمهات الأطفال الأردنيين المصابين بالسرطان. **المجلة الأردنية في العلوم التربوية**، ٧ (١) ، ٣٣٩ –٣٧١.

حامد الغامدي، (٢٠١٦). أهمية التدريب على الاسترخاء ومبادئه الأساسية وطرقه. المؤسسة العربية للبحث العلمي والتنمية البشرية.

حامد زهران (٢٠١٠). التوجيه والإرشاد النفسي (ط٣). القاهرة: عالم الكتب.

الحسيني عبد الموجود (٢٠٢٠). الشعور بالاغتراب النفسي لدى ذوى صعوبات التعلم بالمرحلة الإعدادية "دراسة وصفية". **رسالة ماجستير**، كلية التربية، جامعة سوهاج.

حمدان فضة، سليمان أحمد (٢٠٠٧). العلاج المعرفي السلوكي لصعوبات التعلم. **المؤتمر الإقليمي لعلم النفس**، رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية، مصر.

داليا إبراهيم (٢٠١٨). برنامج إرشادي معرفي سلوكي لخفض بعض المشكلات السلوكية وتحسين المهارات الاجتماعية لدى عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوى صعوبات التعلم. **رسالة دكتوراه**، كلية التربية، جامعة عين شمس.

دانيال هالاهان، وجيمس كوفمان، وجون لويد، مارجريت ويس، وإليزابيث مارتنيز (٢٠٠٧). **صعوبات التعلم مفهومها، طبيعتها، التعلم العلاجي** (ترجمة عادل عبد الله). عمان: دار الفكر العربي للطباعة والنشر.

دخيل البهدل، مصطفي أحمد (٢٠١٥). فاعلية برنامج إرشادي انتقائي للحد من المشكلات السلوكية والنفسية والاجتماعية المصاحبة للتلاميذ ذوى صعوبات التعلم بالمرحلة الابتدائية. **مجلة العلوم التربوية والنفسية**،١٦(١)، ٧٧-١١٢.

رجاء أبو علام (٢٠٠٤). **التعلم أسسه وتطبيقاته**. الأردن، عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.

ريم الجهني (٢٠١٣). فاعلية برنامج تدريبي في تنمية مهارات التواصل الاجتماعي ومفهوم الذات لدى التلاميذ ذوى صعوبات التعلم. **رسالة دكتوراه**، كلية التربية، جامعة دمشق.

سارة القحطاني (٢٠٠٩). دور ممارسة الألعاب في خفض القلق لذوى الاعاقات الجسدية الحركية بمؤسسة رعاية الأطفال المشلولين بالطائف. **رسالة ماجستير**، جامعة أم القرى، الطائف، السعودية.

سارة المويزري (٢٠١٤). فاعلية برنامج معرفي انفعالي في خفض المشكلات الاجتماعية والانفعالية لذوات صعوبات التعلم. **رسالة ماجستير**، كلية الدراسات العليا، جامعة الخليج العربي، البحرين.

سعاد عطية (٢٠١٦). فعالية برنامج تدريبي قائم على أنشطة بعض الذكاءات المتعددة في تنمية التقبل الاجتماعي المدرك لدى عينة من ذوى صعوبات التعلم بالصف الرابع الابتدائي. **رسالة ماجستير**، كلية التربية، جامعة الإسكندرية.

سماح الغبور (٢٠١٥). فاعلية استراتيجيات خفض الحساسية للنبذ ومستوى الصداقة لدى المراهقين ذوى صعوبات التعلم. **رسالة ماجستير**، المنظمة العربية للتربية والثقافة والعلوم، معهد البحوث والدراسات التربوية، قسم البحوث والدراسات التربوية، القاهرة.

سهير أمين (٢٠١٠). **الإرشاد النفسي لذوي الاحتياجات الخاصة**. القاهرة: دار الفكر العربي.

عبد الله البنيان، فرتاج الصقري (٢٠١٥). فعالية العلاج المعرفي السلوكي في خفض مستوى سلوك الانسحاب الاجتماعي لدى الأطفال ذوى صعوبات التعلم في محافظة الطائف. **مجلة التربية الخاصة والتأهيل**، ٩(٣)، ١٨١-٢٣٣.

عبد المعطى جمعة (٢٠١٨). فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي لتحسين مفهوم الذات والمهارات الاجتماعية لدى الموهوبين ذوى صعوبات التعلم. **رسالة ماجستير**، كلية التربية، جامعة كفر الشيخ.

علاء الدين كفافي (٢٠١٢). **الإرشاد والعلاج النفسي الأسري المنظور النسقي الاتصالي**. القاهرة: دار الفكر العربي.

فاطمة نوفل (٢٠١٦). **العلاج المعرفي السلوكي بين النظرية والتطبيق**. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

فتحي الزيات (٢٠٠٠). **مقياس الخصائص السلوكية للتلاميذ ذوي صعوبات التعلم**. القاهرة: دار النشر للجامعات.

فتحي الزيات (٢٠٠٧). **قضايا معاصرة في صعوبات التعلم**. القاهرة: دار النشر للجامعات.

فتحي الزيات (٢٠٠٩). دراسة لبعض الخصائص الانفعالية لدى ذوى صعوبات التعلم في المرحلة الابتدائية. **مجلة جامعة أم القرى**، ٢(١)، ٤٤٥- ٤٩٦.

قحطان الظاهر (٢٠٠٥). **علم النفس بين النظرية والتطبيق**. القاهرة: دار الفكر العربي.

محمد ذكى (٢٠١٩). فعالية الإرشاد المعرفي السلوكي في تعديل بعض الأفكار المشوهة لدى التلاميذ ذوى صعوبات تعلم القراءة (الديسلكسيا). **رسالة دكتوراه**، كلية التربية، جامعة المنيا.

محمد عاطف (٢٠٢٠). فعالية برنامج قائم على الذكاء الاجتماعي لتنمية الإدراك الاجتماعي وخفض القلق لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوى صعوبات التعلم. **رسالة ماجستير**، معهد البحوث والدراسات العربية، قسم البحوث والدراسات التربوية، جامعة الدول العربية.

محمد عبد الله (٢٠١٢). **نظريات الإرشاد والعلاج النفسي**. عمان: دار الفكر.

محمود سليمان (٢٠١٨). أثر برنامج تدريبي لتنمية مهارات الإدراك الحس حركي في تحسين مفهوم الذات وخفض السلوك الانسحابي لدى التلاميذ ذوى صعوبات التعلم غير اللفظية. **رسالة ماجستير**، كلية التربية، جامعة أسيوط.

مريم توام (٢٠١٩). أثر برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض الضغوط النفسية لدى عينة من أمهات أطفال اضطراب طيف التوحد. **رسالة ماجستير**، جامعة القدس المفتوحة، فلسطين.

مي البغدادي (٢٠١٨). فعالية برنامج إرشادي قائم على تنمية مهارات التفاعل الاجتماعي لخفض السلوك العدواني لدى عينة من التلاميذ ذوى صعوبات التعلم. **مجلة العلوم الإنسانية والإدارية**، ١٣، ١١٢-١٤٢.

نادية الأشعل (٢٠١٥). فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي وإرشادي أسرى في زيادة الكفاءة الاجتماعية للأطفال الموهوبين ذوى صعوبات التعلم في الحلقة الأولى من التعليم الأساسي. **رسالة دكتوراه**، جامعة كفر الشيخ، جمهورية مصر العربية.

نجلاء وهب الله (٢٠١٨). فعالية برنامج علاجي عقلاني انفعالي سلوكي في تنمية الدافعية وتقدير الذات لدى الموهوبات ذوات صعوبات التعلم بالمرحلة الثانوية. **رسالة دكتوراه**، كلية التربية، جامعة أسوان.

نواف الظفيري (٢٠١٤). مدى فاعلية برنامج إرشادي في تحسين المهارات الاجتماعية لدى عينة من المراهقين ذوى صعوبات التعلم. **مجلة العلوم التربوية**، الكويت،٤٢ (٤)، ١١-٣٢.

ولاء الأمازي (٢٠١٢). فعالية الإرشاد المعرفي السلوكي في خفض الشعور بالانسحاب الاجتماعي وأثره في زيادة الثقة بالنفس لدى الأطفال ذوى العسر القرائي. **رسالة ماجستير**، جامعة الزقازيق، جمهورية مصر العربية.

وليد العتيبي (٢٠١٤). الفروق في الاغتراب النفسي لدى ذوى صعوبات التعلم وأقرانهم العاديين من طلبة المرحلة المتوسطة بدولة الكويت. **رسالة ماجستير**، جامعة الخليج العربي، البحرين.

وليد عمارة (٢٠١٧). فعالية برنامج إرشادي تكاملي في خفض السلوك الانسحابي لدى الأطفال ذوى صعوبات التعلم. **رسالة ماجستير**، كلية التربية، جامعة بورسعيد.

يوسف مقدادي (٢٠٠٨). فاعلية برنامج إرشادي جمعي معرفي سلوكي في خفض الوسواس القهري لدى عينة من الطلبة. **مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية والنفسية**،٢٠ (٢)، ٢٦١-٣٢٤.

Arsenault, P.(2018). Cognitive Behavioral Therapy as Supplemental Treatment for Adolescents with Learning Disabilities. PCOM Psychology Dissertation. Retrieved from https://digitalcommons.pcom.edu/psychology_dissertations/447/

Benowitz, A. (2011). Social Competence of Students with Learning Disabilities Using a Risk- Resilience Model. Dissertation Theses – Doctoral Dissertation. Retrieved from https://research.library.fordham.edu/dissertations/AAI3407462/

Broomhead, K. (2014) A clash of two world, disjuncture between the norms and values held by educational practitioners and parents of

children with behavioral, emotional and social difficulties. British Journal of Special Education, 41(2), 136-150 .

Lahijananian, Z.; Amiri, S.; Moghtataai, M; Barkhordar, F.; Jafari, A. & Rahimi, F. (2012). Improvement of " self -perceived social Acceptance" among Gifted Students with Learning Disorders by Behavioral Therapy. Interdisciplinary Journal of Contemproch in Business, 4(2), 623-649.

Rostami, M.; Vise, N.; Dehkordi, F. & Alkasir, E. (2014). Social Anxiety in Students with Learning Disabilities: Benefits of Acceptance and Commitment Therapy. Clinical Psychology, 2 (4),299-306.