

**فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض تباطؤ الإيقاع المعرفي لدى
تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي نقص الانتباه**

إعداد

أ.م.د / علي ثابت إبراهيم حفني
أستاذ الصحة النفسية المساعد
كلية التربية بقنا-جامعة جنوب الوادي

أ.د/ مصطفى أبوالمجد سليمان مفضل
أستاذ ورئيس قسم الصحة النفسية
كلية التربية بقنا-جامعة جنوب الوادي

أ / هالة صلاح أحمد سيد
باحثة بقسم الصحة النفسية
كلية التربية بقنا - جامعة جنوب الوادي

فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض تباطؤ الإيقاع المعرفي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي نقص الانتباه

إعداد

أ.د./مصطفى أبوالمجد سليمان مفضل / أ.م.د/ علي ثابت إبراهيم حفني
أستاذ ورئيس قسم الصحة النفسية / أستاذ الصحة النفسية المساعد
كلية التربية بقنا-جامعة جنوب الوادي / كلية التربية بقنا-جامعة جنوب الوادي

أ/ هالة صلاح أحمد سيد
باحثة بقسم الصحة النفسية
كلية التربية بقنا - جامعة جنوب الوادي

المستخلص:

هدف البحث إلى خفض تباطؤ الإيقاع المعرفي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي نقص الانتباه باستخدام الإرشاد المعرفي السلوكي، حيث تكونت عينة الدراسة من (٣٦) تلميذاً، (٢١) تلميذاً، ١٥ تلميذة) من تلاميذ الصف الثاني والثالث والرابع بالمرحلة الابتدائية ذوي نقص الانتباه، وتراوحت أعمارهم الزمنية ما بين (٨-١٠) سنوات بمتوسط عمري قدره (٨,٤١) عاماً وانحرف معياري قدره (١,٠١) عاماً، وتم استخدام مقياس تباطؤ الإيقاع المعرفي (Sluggish Cognitive Tempo scale إعداد/ Barkely,2018، ترجمة وتقنين/الباحثة)، وبرنامج إرشادي معرفي سلوكي، وأظهرت النتائج انخفاض مستوى تباطؤ الإيقاع المعرفي لدى تلاميذ الصفوف الأولى من المرحلة الابتدائية، واستمرار انخفاضه في القياس التتبعي.

الكلمات المفتاحية: نقص الانتباه - تباطؤ الإيقاع المعرفي - الإرشاد المعرفي السلوكي.

Effectiveness of a Cognitive Behavioral Counseling Program in Reducing Sluggish Cognitive Tempo for Elementary School Pupils with Inattention.

Abstract:

The present research aimed to reduce Sluggish Cognitive Tempo for Elementary Pupils with Inattention by using Cognitive Behavioral Counseling. The sample consisted of (N=36 pupils),(21boys,15 girls),age ranged between (8-10 years), with mean age (8.41) and standard deviation (1.01). The study used Sluggish Cognitive Tempo scale (prepared by Barkely,2018), researcher's translation and legalization ,and a Cognitive Behavioral Counseling Program. The results showed a low level of Sluggish Cognitive Tempo for Elementary Pupils with Inattention, and a continuous decrease in follow-up measurement.

Key words: Inattention- Sluggish Cognitive Tempo- Cognitive Behavioral Counseling.

تعد المرحلة الابتدائية من المراحل العمرية المهمة التي تسهم إسهاماً ملحوظاً في بناء شخصية التلاميذ وتنمية مواهبهم وتعمل على زيادة الثقة في أنفسهم وتبصيرهم بطبيعة المجتمع الذي يعيشون فيه من خلال تمهيدهم للحياة العملية والمهنية في المستقبل .
ويعتبر نقص الانتباه أحد الاضطرابات السلوكية التي تؤثر بشكل كبير في المدرسة الابتدائية حينما يفشل التلميذ في التركيز على المهام الدراسية أو عدم الانتباه لما يشرحه المعلم ولذلك فإن التلميذ الذي يعاني من صعوبات في الانتباه لا يستطيع الإصغاء لفترة طويلة ويجد صعوبة في الاستمرار في نشاط واحد والتحول إلى أنشطة متعددة مع عدم القدرة على إنهاء المهام الدراسية وسهولة تشتت الأفكار، وكل هذه المظاهر تؤثر في عملية التعلم لدي التلاميذ (عبد المجيد، ٢٠١١، ص ٩٣-٩٤).

ويواجه التلاميذ ذوي نقص الانتباه العديد من المشكلات والتي تؤثر على أدائهم الأكاديمي وعلاقتهم مع أقرانهم مما يؤثر على تحصيلهم الدراسي في المرحلة التعليمية التي يمرون بها ومن بين تلك المشكلات تباطؤ الإيقاع المعرفي Sluggish Cognitive Tempo (SCT).

ويعد تباطؤ الإيقاع المعرفي (SCT) مصطلح جديد يعبر عن متلازمة تمثل صيغة نوعية ومتميزة عن اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة (ADHD) ، حيث أجري McBurnett et al (2001) تحليلاً عاملياً للتصنيفات التي تم جمعها علي (٦٩١) طفلاً تمت إحالتهم إلى عيادات طب الأطفال المتخصصة لاضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة ، وقد وُجد أن الأعراض المصنفة باسم تباطؤ الإيقاع المعرفي شكلت بعداً مميزاً عن الأعراض التقليدية لاضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة وهذا ما أشارت إليه دراسة (Becker et al 2021) أن تباطؤ الإيقاع المعرفي يبدأ في مرحلة الطفولة المبكرة ويزداد مع تقدم العمر، كما يختلف تجريبياً عن سلوكيات اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة.

ولقد أوضح (Barkley 2015) أن الفرد الذي يعاني من تباطؤ الإيقاع المعرفي (SCT)، يظهر مجموعة من الأعراض السلوكية تشمل أحلام اليقظة المفرطة، والتحديث،

والضيق الذهني والارتباك، والنعاس، والخمول، والتباطؤ، قصور النشاط، ويرتبط تباطؤ الإيقاع المعرفي بشكل موثوق بالانسحاب الاجتماعي والأمراض النفسية (p.1).

ويُظهر التلاميذ ذوي نقص الانتباه مستوى عالي من تباطؤ الإيقاع المعرفي، كما أنهم يظهرون مستويات مرتفعة من الانسحاب الاجتماعي وضعف أكبر في مقاييس الانتباه المستمر وسرعة المعالجة، في المقابل لديهم مستويات أقل من السلوكيات الخارجية والرفض الاجتماعي الصريح (Willcutt et al ., 2014)، وهذا ما أكدته دراسة (Kingery (2013 والتي أشارت إلى وجود تباطؤ الإيقاع المعرفي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي نقص الانتباه.

وفي ضوء تحليلات الأطر النظرية والدراسات السابقة الخاصة بتباطؤ الإيقاع المعرفي يتضح أن تباطؤ الإيقاع المعرفي من المشكلات السلوكية التي تؤثر سلباً على تلاميذ المرحلة الابتدائية، حيث أظهرت نتائج التحليل الطولي لدراسة (Girwan (2015 ارتباط تباطؤ الإيقاع المعرفي بالضعف الأكاديمي والاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، بالإضافة إلى ارتباطه بالانكسار، كما تنبأت هذه الدراسة بمستويات مرتفعة من رفض الأقران، كما فحصت دراسة (Jacobson and Mahone (2019 الارتباطات بين تباطؤ الإيقاع المعرفي ومهارات القراءة والرياضيات في عينة بلغ عددها (247) من 6-11 سنة بمتوسط عمري قدره (11,55) بنسبة 67,6 ٪ من الذكور وتنبأت نتائج هذه الدراسة بطلاقة أكاديمية محدودة وذلك بعد ضبط العوامل لمهارات كلا من القراءة والرياضيات .

وحيث إن الإرشاد المعرفي السلوكي اتجاه علاجي حديثاً نسبياً يعمل على الدمج بين العلاج المعرفي بفنائه المتعددة والعلاج السلوكي بما يتضمنه من فنيات ويعمد إلى التعامل مع الاضطرابات المختلفة من منظور ثلاثي الأبعاد أو التعامل معها معرفياً وانفعالياً وسلوكياً بحيث يستخدم العديد من الفنيات سواء من المنظور المعرفي أو الانفعالي أو السلوكي، كما يعتمد على إقامة علاقة تعاونية بين المرشد والمسترشد عن كل ما يعتقد فيه من أفكار مشوهة واعتقادات لا عقلانية مختلة وظيفياً تعد هي المسؤولة في المقام الأول عن تلك الاضطرابات التي يعاني منها المريض، كما يتحمل المريض مسئولية شخصية في إحداث التغيير من خلال تصحيح الأفكار المشوهة، والاعتقادات اللاعقلانية وتعديها واستبدالها بأفكار واعتقادات أخرى تتسم بالعقلانية والتواؤمية (محمد، 2000، ص.17).

فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض تباطؤ الإيقاع المعرفي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي نقص الانتباه

أ.د/ مصطفى أبوالمجد سليمان مفضل أ.م.د/ علي ثابت إبراهيم حفني / هالة صلاح أحمد سيد

ولهذا أعتد البحث الحالي على برنامج إرشادي معرفي سلوكي لخفض تباطؤ الإيقاع المعرفي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي نقص الانتباه.

مشكلة البحث:

نبعت مشكلة البحث من ملاحظة الباحثة من خلال عملها كمعلمة للمرحلة الابتدائية أن التلاميذ الذين يعانون من النمط الأول من اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة (نقص الانتباه، ADHD-I) في الفصل الدراسي، يظهرون أنماط سلوكية متميزة تتضمن أحلام اليقظة، والميل إلى الشعور بالارتباك، وعدم اليقظة، والتشوش وقصور النشاط البدني، أو ما يعرف بتباطؤ الإيقاع المعرفي (Sluggish Cognitive Tempo, SCT)، وللتأكد من حجم الظاهرة والوقوف على مدى الخطورة الناجمة عنها تم الاطلاع على أدبيات البحث والدراسات السابقة والتي أشارت إلى ضرورة الاهتمام بالتدخل المبكر للحد من خطورة هذه المشكلة لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي نقص الانتباه.

فلقد أشارت الدراسات إلى انتشار تباطؤ الإيقاع المعرفي بين تلاميذ المراحل التعليمية المختلفة والتي من بينها دراسة (Carlson and Mann 2002) والتي أوضحت بأن ٢٨٪ من الأطفال الذين لديهم قصور في الانتباه (ADHD/I) لديهم معدل مرتفع من تباطؤ الإيقاع المعرفي (SCT)، ولقد وجد أن تباطؤ الإيقاع المعرفي يكون أكثر انتشاراً في النمط الأول من اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة، وهو نمط عدم الانتباه فقط (ADHD-I)، ويظهر بموجبه الشخص أعراض عدم الانتباه والتشتت وعدم التركيز بدون فرط الحركة أكثر من النمط الثالث وهو النمط المركب قصور في الانتباه مقترن بفرط الحركة (Bauermeister et ADHD 2005). (al., 2005).

كما أشار (Garner et al 2010) بأن ٥٣٪ - ٦٦٪ من حالات الإصابة بقصور الانتباه لديهم مستويات مرتفعة من تباطؤ الإيقاع المعرفي، أيضاً توصلت دراسة (Barkley 2013) بأن تباطؤ الإيقاع المعرفي قد يشكل اضطراباً مختلفاً عن اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة، ولكن يتواجد كلاهما بنسبة ٣٩٪ - ٥٩٪ من الأطفال لكل منهما.

كما أشارت نتائج دراسة (Gul and Gul (2019) بانتشار تباطؤ الإيقاع المعرفي بنسبة ٦٣ % في مرحلة الطفولة لدى عينة الدراسة، أي أن ما يقرب من ٧ من كل ١٠ مرضى في هذه المجموعة يبدو أنهم قد عانوا من تباطؤ الإيقاع المعرفي في مرحلة الطفولة.

ولقد ذكر (Barkly (2015) أن تباطؤ الإيقاع المعرفي يجعل الفرد في الغالب يعاني من الخجل وبطء الاستجابة للزمن ، الأمر الذي يجعله في عزلة وعدم اهتمام بالآخرين ، وقد يتعرض إلى التجاهل من قبل الآخرين في التفاعلات الاجتماعية ، فالمصابون بهذه الحالة يجدون صعوبة في التعامل مع الأقران وفي الاندماج في المدارس والمرحلة التعليمية التي يمرون بها مما يؤدي إلى ضعف الأداء الأكاديمي ، وفي هذا الصدد هدفت دراسة (Becker et al (2018 إلى معرفة الاختلاف بين تباطؤ الإيقاع المعرفي واضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة في ارتباطهما بالأداء لدى الأطفال على مدى فترة (١٠) سنوات بين مرحلة ما قبل المدرسة وحتى نهاية الصف التاسع ، وتنبأت هذه الدراسة بمستوى مرتفع من الخجل والمعاناة من الصعوبات الاجتماعية ، كما تنبأت بمعدل كبير من الانسحاب والقلق والاكئاب بالإضافة إلى تحصيل قرائي ضعيف مستمر .

كما أشارت دراسة (Tamm et al (2016 إلى أن وجود أعراض الإيقاع المعرفي البطيء (SCT) قد تؤدي إلى خطر حدوث الضعف أكاديمي، وقد تم فحص تباطؤ الإيقاع المعرفي (SCT) فيما يتعلق بالأداء الأكاديمي والضعف في (٢٥٢) طفل (تتراوح أعمارهم بين ٦-١٢ ، ٦٧% من الأولاد)، ولقد أكمل أولياء الأمور والمعلمين مقاييس التقدير لتباطؤ الإيقاع المعرفي (SCT) وانخفاض الأداء الأكاديمي، وتم تقييم الإنجاز في القراءة والرياضيات والهجاء، أجريت الاحذارات المتزامنة للتحكم في معدل الذكاء، واضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة والأمراض المصاحبة. ولقد أشارت النتائج إلى أن وجود تباطؤ الإيقاع المعرفي أدى إلى التنبؤ بضعف في الكتابة والرياضيات والمدرسة بشكل عام. كما تنبأت الدراسة طبقاً لمقاييس التقدير لتباطؤ الإيقاع المعرفي (SCT) من قبل الوالدين بقراءة وتهجئة ضعيفة، بينما مقاييس التقدير من قبل المدرسين تنبأت بضعف في الهجاء والرياضيات .

فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض تباطؤ الإيقاع المعرفي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي نقص الانتباه

أ.د/ مصطفى أبوالمجد سليمان مفضل / أ.م.د/ علي ثابت إبراهيم حفني / أ/ هالة صلاح أحمد سيد

وفي ضوء ما سبق، يتضح خطورة مشكلة تباطؤ الإيقاع المعرفي على تلاميذ المرحلة الابتدائية، لذلك أصبحت الحاجة إلى إعداد برامج إرشادية للتلاميذ الذين يعانون من تباطؤ الإيقاع المعرفي أمراً ضرورياً للتغلب على هذه المشكلة والحد من آثارها ونتائجها السلبية على جميع الجوانب لتلاميذ المرحلة الابتدائية، ولهذا اهتم البحث الحالي بتقديم برنامج إرشادي معرفي سلوكي لخفض مشكلة تباطؤ الإيقاع المعرفي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي نقص الانتباه.

ومما سبق يمكن يثير البحث الأسئلة التالية:

- ما هي فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض تباطؤ الإيقاع المعرفي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي نقص الانتباه عينة الدراسة؟
- ما مدى استمرارية فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض تباطؤ الإيقاع المعرفي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي نقص الانتباه عينة الدراسة بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج؟

أهداف البحث:

هدف البحث الحالي إلى التعرف على فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض تباطؤ الإيقاع المعرفي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، ومدى استمرارية فعالية البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي في خفض تباطؤ الإيقاع المعرفي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية.

أهمية البحث:

تتضح أهمية تلك الدراسة من خلال النقاط الآتية: -

- 1- إلقاء الضوء على مشكلة تباطؤ الإيقاع المعرفي لدى ذوي نقص الانتباه، والتي تمثل عاملاً حديثاً نسبياً، حيث تعاملت معظم الدراسات مع خفض اضطراب الانتباه المصاحب بفرط النشاط.
- 2- تمثل تلك الدراسة تدخلاً إرشادياً مبكراً لخفض تباطؤ الإيقاع المعرفي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي نقص الانتباه، حيث إن خفض تباطؤ الإيقاع المعرفي يزيد من فرص هؤلاء التلاميذ في المشاركة في الأنشطة المختلفة ومن ثم زيادة الانتباه لديهم.

٣- تقدم برنامجا إرشاديا معرفي سلوكي للتلاميذ ذوي نقص الانتباه لخفض تباطؤ الإيقاع المعرفي لديهم والذي ينعكس على خفض التوتر وزيادة الثقة لديهم والذي يؤدي بدوره إلى زيادة التحصيل الدراسي، كما تقدم دليلا إرشاديا لكل من الوالدين والمعلمين وذلك لتوضيح بعض النقاط المرتبطة بتباطؤ الإيقاع المعرفي وأعراضه ومظاهره ومدى تأثيره على التحصيل الدراسي.

٤- تقديم أداة لتشخيص تباطؤ الإيقاع المعرفي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية وهو مقياس (باركلي لتباطؤ الإيقاع المعرفي للأطفال والمراهقين Barkley Sluggish Cognitive Tempo Scale Children and Adolescents (BSCTS - (2018)/(CA) والذي يعد أداة جيدة لتشخيص تباطؤ الإيقاع المعرفي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي اضطراب نقص الانتباه.

مصطلحات ومفاهيم الدراسة:

الإرشاد المعرفي السلوكي: Cognitive Behavioral Counseling

شكل من أشكال الإرشاد النفسي والذي يعمل على تكامل النظريات المعرفية والتعلم معا من خلال دمج فنيات إرشادية مشتقة من الإرشاد المعرفي السلوكي، ويفترض ذلك الإرشاد أن المتغيرات المعرفية والانفعالية والسلوكية تؤثر في بعضها البعض، وبذلك يهدف إلى التعرف على معتقدات وسلوكيات العميل اللاتكيفية وتعديلها من خلال إعادة البناء المعرفي والفنيات السلوكية لتحقيق ذلك التعديل (APA, 2015, p.202).

التعريف الإجرائي:

برنامج إرشادي قائم على فنيات وأساليب إرشادية من نظرية الإرشاد المعرفي السلوكي وذلك وفق جدول زمني محدد يقدم من خلال جلسات البرنامج بهدف خفض تباطؤ الإيقاع المعرفي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية .

تباطؤ الإيقاع المعرفي (SCT) Sluggish Cognitive Tempo:

قصور يؤدي إلى ضعف الانتباه لدى الأفراد والذي يظهر لأول مرة في مرحلة الطفولة، ويتميز ببعد معرفي للأعراض التي تتضمن أحلام اليقظة، النعاس التحديق، التشوش الذهني، الارتباك، إلى جانب الحركة البطيئة وقلّة النشاط والخمول والسلبية (Barkley, 2018 p.26).

التعريف الاجرائي

اضطراب في مجرى العمليات المعرفية لدى الفرد لما يقترن به من عدم الانتباه والاستجابة للمثيرات ويتميز بمجموعة من الأعراض تتمثل في أحلام اليقظة، التشوش الذهني، البطء الشديد وصعوبة التفكير بالإضافة الى الانسحاب وقلّة الاندماج في الأنشطة اليومية كتعريف إجرائي في البحث الحالي الحالية.

نقص الانتباه Inattention:

عرف الدليل التشخيصي الإحصائي للاضطرابات العقلية الطبعة الخامسة (DSM-5) بأن نقص الانتباه اضطراب يظهر سلوكيا على أنه شرود عن المهمة وافتقار إلى المثابرة وصعوبة في الحفاظ على التركيز وعدم التنظيم وذلك ليس ناتجا عن عدم الفهم (American Psychological Association, APA, 2013, p.61).

الإطار النظري والدراسات السابقة:

أولاً: تباطؤ الإيقاع المعرفي... Sluggish Cognitive Tempo:

١- مفهوم الإيقاع المعرفي:

يعد تباطؤ الإيقاع المعرفي أحد اضطرابات النمو التي يتأخر فيها نمو سمات الشخصية مثل التحكم في الدوافع ويتراوح هذا التأخر في النمو بين ٣-٥ سنوات، وقد تؤدي حالات التباطؤ إلى إعاقة في النمو، وعلى الرغم من ذلك، فإن تشخيص اضطراب تباطؤ الإيقاع، لا ينطوي على الإصابة بمرض عصبي (Wiener, 2003, p.1).

كما أشار Gul et al (2020) إلى تباطؤ الإيقاع المعرفي بأنه عبارة عن بنية معرفية تتضمن أعراض البطء، والارتباك، التشوش العقلي، أحلام اليقظة المفرطة، انخفاض الدافع، النعاس كما يرتبط بضعف في العلاقات الشخصية والأكاديمية.

٢- مظاهر تباطؤ الإيقاع المعرفي:

ذكر Lee et al (2014) أعراض تباطؤ أعراض الإيقاع المعرفي (SCT) هذه عبارة عن أحلام يقظة، وتقلبات اليقظة، وشروذ الذهن، وفقدان مجرى التفكير، والارتباك بسهولة، النعاس، والتفكير البطيء، والسلوك البطيء.

كما أنه في كثير من الأحيان، يكون لدى ذوي تباطؤ الإيقاع المعرفي بعض الأعراض العكسية عن أولئك الذين يعانون من مرض قصور الانتباه وفرط الحركة التقليدي، فبدلاً من كونهم يعانون من فرط النشاط والانفتاح، والفضول والتهور، يكون لديهم نوع من الانقياد والاستبطان وأحلام اليقظة، ويشعرون وكأنهم "في ضبابية في التفكير" رغم أنه في حالات الاستثارة، يؤدي الفرد الذي يشكو من تباطؤ الإيقاع المعرفي سلوكياته بشكل متجانس عن الفرد الذي يشكو من نقص الانتباه وفرط الحركة التقليدي، ونظراً للميل إلى الانقياد، يكون لدى هؤلاء الذين يشكون من تباطؤ الإيقاع المعرفي صعوبات في التذكر (McBurnett et al. 2001).

وفي الآونة الأخيرة عدد Becker et al (2017) أعراض تباطؤ الإيقاع المعرفي في دراسة أجريت على (١٣٤٩) طفلاً من تلاميذ المرحلة الابتدائية في الصفوف من الصف الثاني إلى الصف الخامس والتي شملت الأعراض التالية:

السلوك البطيء (مثل الكسل) - ضبابية التفكير - التحديق في الفضاء - النعاس أو (التثاؤب) أثناء النهار - أحلام اليقظة - توقف مجرى التفكير - المستوى المنخفض من النشاط وافتقار الطاقة - التوهان في الأفكار الخاصة - سهولة التعب - النسيان - سهولة الخلط - الافتقار إلى الدافع لإنجاز المهام (على سبيل المثال، اللامبالاة) - الخلط بين الأمور - بطء التفكير - صعوبة التعبير عن الأفكار.

كما ذكر (Willcutt et al (2001 أن ذوي تباطؤ الإيقاع المعرفي لديهم الكثير من المشاكل في التحصيل الرياضي والمزيد من مشاكل الاستيعاب ومشاكل كبيرة في سرعة المعالجة للمعلومات ، وأكد على ذلك أيضا (Barkley (2012 بارتباط صعوبات سرعة المعالجة لأولئك الذين يعانون من تباطؤ الإيقاع المعرفي (SCT) ببطء الاستجابة والمعالجة، كما أنهم عرضة للخطأ في المهام السريعة ، وهذا ما هدفت إليه دراسة (kofler et al(2019 وهو مدى ارتباط أعراض تباطؤ الإيقاع المعرفي بسرعة المعالجة العقلية للمعلومات، وأظهرت نتائج الدراسة عن وجود خلل وظيفي تنفيذي بأنظمة الذاكرة العاملة.

كما أن أطفال تباطؤ الإيقاع المعرفي (SCT) يعانون من السلبية والخجل والانغلاق الاجتماعي كما أنهم يعانون من قصور في المهارات الاجتماعية ولا يستجيبون للمنشطات، ولديهم مشكلة الاهتمام الانتقائي (barkely,2008)

٣- تشخيص تباطؤ الإيقاع المعرفي :

ذكر (Barkley (1998 الشئ الأكثر أهمية في تشخيص تباطؤ الإيقاع المعرفي (SCT) وهو التاريخ ، وذلك بالحصول على معلومات شاملة من خلال: الآباء - الآخرون المهمون / الأزواج - أرباب العمل - المدرسون / الأساتذة والأصحاب ويطلب منهم استكمال المعلومات المتعلقة بتاريخ وسلوك العميل في الماضي والحاضر، كذلك استخدام: قوائم المراجعة - استبيانات - المقابلة المنظمة ومراجعة تعليقات المدرس على بطاقات التقارير السابقة- مراجعة التقارير السابقة للتقييمات -الاتصال بالصحة العقلية والطبية السابقة - المهنيين الذين عملوا مع العميل- يكمل العميل الاستبيانات وقوائم المراجعة حول التاريخ والسلوك في الماضي والحاضر يكمل العميل (قوائم) لفحص حالة الصحة العقلية (على سبيل المثال ، SCL-90R ، MMPI-2 ، إلخ.)- ويشترك العميل على الأقل في مقابلة شبه منظمة مع أخصائي الصحة العقلية.

٤- التدخل الإرشادي والعلاجي لخفض تباطؤ الإيقاع المعرفي :

إن التشخيص والعلاج المبكر لتباطؤ الإيقاع المعرفي هام جدا لزيادة التحصيل الأكاديمي وعلى ذلك النتائج المترتبة على وجود تباطؤ الإيقاع المعرفي (SCT) لها أثر كبير على انخفاض

فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض تباطؤ الإيقاع المعرفي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي نقص الانتباه

أ.د/ مصطفى أبوالمجد سليمان مفضل أ.م.د/ علي ثابت إبراهيم حفني / هالة صلاح أحمد سيد

التحصيل الدراسي، ولهذا لا بد من وضع التدخلات العلاجية لخفض تباطؤ الإيقاع المعرفي لدي تلاميذ المرحلة الابتدائية .

ولقد أشار Van der et al (2005) ان استراتيجيات العلاج تشكل خليط من تغيير أنماط الحياة وتعديل السلوك بالإضافة الى استشارة الأطباء والأدوية وعلى ذلك فان العلاج السلوكي والإدارة الطبية يعدوا من الاستراتيجيات الفعالة في علاج تباطؤ الإيقاع المعرفي (p 413).

كما أكد على ذلك أيضا كل من (Barkley, (2006) and Hynd (2002) بأن التدخلات السلوكية التي تركز على المكافآت الخارجية غير التنافسية لتحقيق أهداف محددة، وتمديد الوقت للتغلب على البطء في معالجة المعلومات ، وتدريب المهارات الاجتماعية للأطفال في مجموعات ذو أثر فعال لدى الأطفال ذوي تباطؤ الإيقاع المعرفي حيث يستفيد الأطفال ذوي تباطؤ الإيقاع المعرفي (SCT) من التدريب الاجتماعي.

وهذا ما أشارت إليه دراسة (Pfiffner et al (2007) والتي هدفت الى التدريب على المهارات الاجتماعية وتضمنت مكونات العلاج الاستراتيجيات السلوكية المعرفية ، التثقيف النفسي والتدريب السلوكي مع التدخل النفسي الاجتماعي وتحسين اجراء الواجبات المنزلية والادارة الذاتية لدى الأطفال ، وقد تم تدريب الوالدين والمعلمين والأطفال على المهارات الاجتماعية في مجموعات وتم تطبيق الاقتصاد الرمزي والمكافأة للحفاظ على استخدام المهارات الاجتماعية وتكونت عينة الأطفال من تسعة وستين طفلا وأظهرت النتائج أن الأطفال ذوي اضطراب نقص الانتباه والذين هم أكثر عرضه لتباطؤ الإيقاع المعرفي أظهروا تحسنا في مهارات تأكيد الذات.

وقد أشار (Faraone and wiens (2003) ان ذوي تباطؤ الإيقاع المعرفي في حاجة الى مزيد من الحركة لكي يبقوا متيقظين أثناء أداء المهام الموكلة إليهم والتي تتحدى ذاكرتهم النشطة، ومن أمثلة المهام التي تتطلب ذاكرة نشطة حل مسائل الرياضيات في الذهن وتذكر التوجيهات متعددة الخطوات، والتي تتضمن استرجاع المعلومات ومعالجتها لفترة قصيرة، لذلك فان استخدام الأدوية المنشطة لسلوك الأطفال ذوي تباطؤ الإيقاع المعرفي قد يؤدي الى رفع مستوى اليقظة لديهم (p.12).

وفي هذا الصدد استخدمت دراسة (Firat, Gul , and Aysev (2021) تجربة مفتوحة لعقار الميثيلفينيديت لعلاج تباطؤ الإيقاع المعرفي، وعدم الانتباه ، وفرط النشاط / أعراض الاندفاع بين الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين (٦ و ١٢ عامًا)، للكشف عن مؤشرات الاستجابة للعلاج في المنزل والمدرسة؟ ، وقد شارك في الدراسة مائة وخمسة وثمانون من الأطفال المصابين بتباطؤ الإيقاع المعرفي واضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه الذين عولجوا باستخدام عقار الميثيلفينيديت (MPH) وأظهرت النتائج: حسن عقار الميثيلفينيديت تباطؤ الإيقاع المعرفي بشكل عام ودرجات أحلام اليقظة SCT انخفضت في كل من المنزل والمدرسة مع انخفاض درجات SCT-Sluggish في المدرسة فقط، كما تنبأت درجة أحلام اليقظة العالية في المعالجة المسبقة باستجابة علاج أقل لعدم الانتباه (ب = ٣٠١.٠ ، ع = ٥٠٢.٠) ، وتوقعت درجات أحلام اليقظة البطيئة استجابة علاج أقل لإجمالي أعراض اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه في المدرسة (ب = ٤٥٦.٠ ، ع = ٥٠٦.٠ ؛ ب = ٨٨٨.٠ ، $p = .04$ ، على التوالي). كما أن أعراض اضطراب التحدي المعارض الأعلى لها آثار سلبية على الاستجابة لعلاج الميثيلفينيديت (MPH) في اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه.

كما هدفت دراسة كلا من (Kim et al (2020) الى تطوير برنامج تدريب أولي للانتباه يعتمد على ردود الفعل في باستخدام متتبع العين. وتكونت عينة الدراسة من ٣٨ مشاركاً لديهم تباطؤ الإيقاع المعرفي تم اختيارهم بشكل عشوائي ويتوفر لديهم واحد من الشرطين التاليين: الأول يعتمد على ملاحظات العين (19 = N ؛ متوسط العمر = ٢١.٢١ ؛ النطاق ١٨-٢٦) الثاني يعتمد على التحكم (19 = N ؛ متوسط العمر = ٢٠.٦٨ ؛ النطاق ١٨-٢٥). وقد تلقى المشاركون في حالة ملاحظات العين ثلاثة تدريبات متكررة على النسخة المعدلة من اختبار الإشارات المكانية لبوزنر ؛ ، مع القياس المسبق واللاحق لحركات العين (الانتباه الصريح) واختبار شبكة الانتباه المنقح (ANT-R ؛ الانتباه الخفي). ولقد تلقى المشاركون في حالة التحكم ثلاث دورات تدريبية متكررة دون أي ملاحظات ، مع القياس المسبق واللاحق لقياس حركات العين وANT-R. وكشفت النتائج أن مجموعة ملاحظات العين أظهرت تحسناً أكبر في جذب الانتباه من خلال مقياس الانتباه العلني مقارنةً بالمجموعة الضابطة. كما أظهرت مجموعة ملاحظات العين أيضاً زيادة أكبر فقط في شبكة التوجيه المتعلقة بفك الانتباه في مقياس الانتباه

فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض تباطؤ الإيقاع المعرفي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي نقص الانتباه

أ.د./ مصطفى أبوالمجد سليمان مفضل أ.م.د/ علي ثابت إبراهيم حفني / هالة صلاح أحمد سيد

مقارنة بمجموعة التحكم. تشير هذه النتائج إلى أنه يمكن استخدام حركات العين بشكل مفيد في تدريب الانتباه لتعزيز كفاءة الانتباه.

كما أشارت دراسة Kim(2017) إلى أن الأعراض السلوكية مثل النعاس والخمول وقلة النشاط هي سمات مميزة للأفراد الذين يعانون من تباطؤ في الإيقاع المعرفي (SCT) ، والذي يرتبط بخلل في الانتباه والأداء التنفيذي وقدمت الدراسة برنامج تدريبي مكثف ومنظم يعتمد على الإنترنت لتحسين وظائف الذاكرة العاملة ، وتكونت عينة الدراسة من (٥٠ طالبا وطالبة، ٣١ طالبا و ١٩ طالبة) ذوي تباطؤ الإيقاع المعرفي وتتراوح أعمارهم بين (٥-١٤ عاما) واستخدمت الدراسة مقياس كورنز لتقييم صعوبات الانتباه ومقياس وكسلر للذكاء واختبارات بطارية (NEPSYII (Korkman, Kirk, Kemp, 2007) للانتباه والوظائف التنفيذية، وتقييمات الوالدين والمعلمين وقد أظهرت نتائج الدراسة فعالية البرنامج التدريبي في تحسين أداء الوظائف التنفيذية للذاكرة العاملة لدى ذوي تباطؤ الإيقاع المعرفي.

وقدم كل من Hamivand, Alizadeh, Farohki, Kazemi(2020) دراسة بعنوان فاعلية برنامج نفس اجتماعي لمعالجة سرعة ودقة المعلومات لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي تباطؤ الإيقاع المعرفي وكانت الدراسة عبارة عن بحث شبه تجريبي ذو التصميم القبلي والبعدي، وشمل مجتمع الدراسة جميع الطلاب الذين تتراوح أعمارهم بين (٩ - ١٢ عاماً)، والذين كانوا يدرسون في المدارس العامة في طهران في العام الدراسي ٢٠١٦-٢٠١٧. وقد تم اختيار عينة من ٦٠ طالباً ذوي تباطؤ الإيقاع المعرفي (SCT) عن طريق أخذ العينات الملائمة ثم تم تعيينهم عشوائياً إما للمجموعة التجريبية أو المجموعة الضابطة. تم استخدام مقياس الإيقاع المعرفي البطيء (Boronz, 2019) لتحديد هؤلاء الطلاب واستخدام اختبار (Brickenkamp, 1981) للانتباه لتقييم سرعة ودقة معالجة المعلومات، وقد تلقت المجموعة التجريبية ثماني جلسات مدتها (٦٠ دقيقة) من البرنامج النفسي والاجتماعي، بينما لم تخضع المجموعة الضابطة لأي تدخل.

فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض تباطؤ الإيقاع المعرفي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي نقص الانتباه

أ.د/ مصطفى أبوالمجد سليمان مفضل أ.م.د/ علي ثابت إبراهيم حفني / هالة صلاح أحمد سيد

النتائج: أظهرت النتائج وجود فرق معنوي في متوسط درجات المجموعة التجريبية والضابطة من حيث سرعة ودقة معالجة المعلومات ($F = 32.4$ ، $P < 0.001$) وزيادة درجات المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة في مرحلة ما بعد الاختبار.

تعقيب على متغير تباطؤ الإيقاع المعرفي :

في ضوء العرض السابق لتباطؤ الإيقاع المعرفي يتضح ما يلي:

تعريف تباطؤ الإيقاع المعرفي : هناك اتفاق من معظم الباحثين على أن تباطؤ الإيقاع المعرفي هو حالة الأفراد الذين يعانون من أحلام اليقظة ونقص النشاط، والذي يظهر لأول مرة في مرحلة الطفولة، ويشمل مجموعة من الأعراض تشمل النعاس، والتحديق، و "التباعد"، والتشوش الذهني والارتباك، إلى جانب الحركة البطيئة، ، والخمول، والسلبية (Backer, 2013, p.1051; barkely , 2018, p.26).

- العينة: انتشار تباطؤ الإيقاع المعرفي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي نقص الانتباه ، كدراسة Hamivand et al., 2007 Pfiffner et al., 2018, 2020; al. وذلك سعت العديد من الدراسات إلى خفض تباطؤ الإيقاع المعرفي لما له من تأثير على فاعلية التلميذ والقدرة على تحسين الانتباه والتحصيل الدراسي لدى التلاميذ.

-تشخيص وقياس تباطؤ الإيقاع المعرفي : الاستفادة من المقاييس والأدوات التشخيصية لتباطؤ الإيقاع المعرفي التي استخدمت في الدراسات السابقة وبناء عليه تم استخدام مقياس (Barkley 2018) لقياس وتشخيص تباطؤ الإيقاع المعرفي لدي عينة لدراسة الحالية.

التدخلات الإرشادية والعلاجية لتباطؤ الإيقاع المعرفي : لوحظ أن معظم ما تم عرضه من دراسات سابقة قد وجهت قد اعتمدت على برامج إرشادية مختلفة لذوي تباطؤ الإيقاع المعرفي مثل دراسة كل من (Hamivand et al., 2018, 2020; Firat et al., 2012; Kim, 2017; Kim et al., 2020; Pfiffner et al., 2007). وبناء عليه تم اختيار الإرشاد المعرفي السلوكي مثل (التعزيز، النمذجة، تكلفة الاستجابة، التحصين التدريجي، وقف الأفكار، الاسترخاء، التخيل، المراقبة الذاتية، التعليم الذاتي، لعب الدور، الواجبات المنزلية).

ثانياً: الإرشاد المعرفي السلوكي ... Cognitive Behavioral Counseling:

تعريف الإرشاد المعرفي السلوكي :

يقوم الإرشاد المعرفي السلوكي على فكرة أن العمليات المعرفية والمتمثلة في التفكير والإدراك تؤثر على سلوك الفرد فإذا تم العمل على تغيير تلك العمليات المعرفية نتج عن ذلك تغير في سلوكيات الفرد (Jaclyn,2001,p.222).

وأوضح (Joyce et al (2017) بأن الإرشاد المعرفي السلوكي عبارة عن نموذج ارشادي يعتقد بأن أفكار الفرد تتوسط استجاباته الانفعالية والسلوكية والتي بدورها يكون لها عواقب غير حميدة على المدى القريب أو البعيد (p27) .

أيضا أشار هوفمان إس جي (٢٠١٢) أن يعمل الإرشاد المعرفي السلوكي على استبدال الأفكار اللاكيفية بأفكار أخرى تكيفية، ولكي يدرك المرضى الأفكار البديلة، ينبغي أن يسألوا أنفسهم الأسئلة التالية: "ما هي الطرق البديلة لتفسير هذا الحدث؟" ومع تكرار الممارسة يتعلم المرضى تغيير منظورهم، منتقلين من الضحية السلبية لمشكلاتهم النفسية، إلى الملاحظ النشط ، في الغالب ما تستخدم أشكال مراقبة الذات لتوجيه هذه العملية (ص.٣٨).

في ضوء ما سبق يمكن تعريف الإرشاد المعرفي السلوكي بأنه برنامج يتسم بالمرونة يضم مجموعة من الفنيات والاستراتيجيات الإرشادية الفعالة المستمدة من النظريات الإرشادية تم اختيارها والاستعانة بفنياتها التي تتناسب مع الهدف الإرشادي والاحتياجات الفردية للمسترشد أثناء جلسات البرنامج.

أهداف الإرشاد المعرفي السلوكي :

الإرشاد المعرفي السلوكي هو أحد أساليب الإرشاد النفسي الحديث وضعه وأسسها Meichenbaum، ويفترض أن أنماط التفكير الخاطئة تسبب السلوك المضطرب، ويهدف إلى تعديل المعتقدات غير العقلانية، وغير الواقعية والهزيمة للذات وتعليم العميل أساليب تفكير أخرى أكثر عقلانية وأكثر إيجابية عن طريق الحوار الفلسفي والطرق الإقناعية (Ellis,1997,p.22).

كما أشار هوفمان إس جي (٢٠١٢) الإرشاد المعرفي السلوكي إستراتيجية فعالة بشكل كبير في التعامل مع العديد من المشكلات - علاوة على ذلك فإن الإرشاد المعرفي السلوكي لا تصاحبه

فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض تباطؤ الإيقاع المعرفي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي نقص الانتباه

أ.د/ مصطفى أبوالمجد سليمان مفضل أ.م.د/ علي ثابت إبراهيم حفني / هالة صلاح أحمد سيد

أي آثار جانبية، ويمكن ممارسته بدون أي مخاطر لفترة غير محدوده من الزمن ، حيث إن هدف الارشاد المعرفي السلوكي هو تغيير طرائق التفكير والسلوكيات التكيفية من أجل تحسين السعادة النفسية (ص. ٢١).

وذكر (Calkins et al (2016 بأنه تم تصميم الارشاد المعرفي السلوكي بهدف بناء مجموعة من المهارات والتي تعمل علي زيادة الوعي بالأفكار والسلوكيات ومساعدة العملاء في فهم كيف يمكن لأفكارهم وسلوكياتهم التأثير على انفعالاتهم، حيث إنه من خلال الارشاد المعرفي السلوكي يعمل كل من المرشد والعميل بشكل تعاوني لحل المشكلة من خلال التعرف على الأفكار والسلوكيات غير المقبولة والمسببة للمشكلة (p.5).

مبادئ الإرشاد المعرفي السلوكي :

هناك مجموعة من المبادئ تمثل أساس الاتجاه المعرفي السلوكي في العلاج تتضمن المعالج والعميل والخبرة العلاجية وما يرتبط بكل منها من جوانب وتتمثل تلك المبادئ فيما يلي:

- ١) أن العميل والمعالج يعملان معا في تقييم المشكلات والتوصل إلى الحلول.
 - ٢) أن المعرفة لها دورا أساسيا في معظم التعلم الإنساني.
 - ٣) أن المعرفة والوجدان والسلوك تربطهم عاقبة متبادلة على نحو سببي.
 - ٤) أن الاتجاهات والتوقعات والعزو والأنشطة المعرفية الأخرى لها دورا أساسيا في إنتاج وفهم كل من السلوك وتأثيرات العلاج والتنبؤ بهما.
 - ٥) أن العمليات المعرفية تندمج معا في نماذج سلوكية (محمد ،٢٠٠٠، ص.٢٣)
- بعض فنيات الارشاد المعرفي السلوكي المستخدمة في البرنامج المعد في البحث الحالي:
- الحوار والمناقشة الجماعية: يعتبر الحوار والمناقشة الجماعية اسلوب من أساليب الإرشاد الجماعي، فهو طريقة تعليمية تقوم على المحادثة داخل المجموعة عن بعض المشكلات مع إعطاء فرصة لكل عضو من أعضاء المجموعة في المناقشة مع تقديم الثناء لهم عند إبداء آرائهم حول المشكلات، وتساعد فنية الحوار والمناقشة على تغيير اتجاه الطلاب نحو أنفسهم ونحو الآخرين (الفحل، ٢٠١٤، ص.٩٣).

- المراقبة الذاتية: هي فنية لها تأثير على السلوك الذي يتم ملاحظته حيث تتضمن ملاحظة السلوك في المواقف التي يمر بها وتسجيله مباشرة، فالمراقبة الذاتية تساعد المسترشد على إدراك العلاقة بين ما يقوم به من سلوك، والنتيجة التي يقود إليها (الخواجه، ٢٠١٠، ص.٦٦).

- التعزيز: تعد فنية التعزيز من أساسيات الإرشاد السلوكي ومن أهم مبادئ تعديل السلوكيات وذلك لقيامها بتقوية النتائج المطلوبة والمرغوب بها، فإذا كان حدث ما يعقب الاستجابة وتزداد احتمال حدوث الاستجابة مرة ثانية فيسمى الحدث اللاحق لذلك مدعم أو معزز (محمد، ٢٠١٣، ص.١٩٤) أي أنه كل فعل يؤدي إلى زيادة حدوث أو تكرار سلوك معين.

- التعليم الذاتي: أوضح Arthur et al (2005) أن التعليم الذاتي هو تدريب الأطفال على توجيه الحديث مباشرة إلى ذواتهم وذلك بهدف إرشاد وتوجيه سلوكياتهم مما يؤدي إلى تنمية التحكم الذاتي. وفي هذا الصدد ذلك أشار Keith(2010) تقديم فنية التعليم الذاتي في مجموعة من الخطوات: يؤدي النموذج المهمة بصوت عال ثم يؤدي الطفل نفس المهمة بينما يعطيه النموذج تعليمات لفظية، ثم يقوم الطفل بالمهمة وهو يعطي، ثم يقوم الطفل بالمهمة بينما يعطي نفسه التعليمات بصوت لنفسه تعليمات لفظية بصوت عال ثم يؤدي الطفل المهمة في هدوء تام (pp. 15-16).

- لعب الأدوار: هي مهارة تعمل على تقوية المهارات السلوكية للمسترشد والتعبير عن المشاعر التي لم يعبر عنها، كما تساعد في الحد من التوتر وتعمل على تحسين علاقات الفرد مع الآخرين وتزيد من اتصاله بهم (أبو أسعد، ٢٠٠٩، ص.١٦٩).

- وقف الأفكار: أسلوب وقف الأفكار هو أسلوب معرفي سلوكي بسيط، ولكنه فعال فقد ذكر الشناوي (١٩٩٦) بأنه أسلوب يستخدم في ضبط الأفكار والتحكم بها، وتعمل على مساعدة المسترشد في ضبط أفكاره وتخيلاته السلبية والحد منها من خلال منع أو استبعاد هذه الأفكار (ص.٤١٩).

- التحصين التدريجي: هو أسلوب تحجيم مشاعر المريض العصبية بإلغاء الحساسية المبالغ فيها نحو تلك المواقف، ويكون من خلال التعريض التدريجي للمواقف الخاصة بالقلق مع إحداث استجابات معارضة لهذا القلق أثناء عرض درجة منه إلى أن يفقد الموقف تمامًا خاصيته المهددة ويتحول إلى موقف محايد. (محمد، ٢٠٠٠، ص.٧١)

- الواجبات المنزلية: يعد الواجب المنزلي حجر الزاوية في الإرشاد المعرفي السلوكي، وفيها يطلب المرشد من المسترشد أن يقوم ببعض المهام والواجبات المنزلية، وبعض المسترشدين

فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض تباطؤ الإيقاع المعرفي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي نقص الانتباه

أ.د./مصطفى أبوالمجد سليمان مفضل أ.م.د/ علي ثابت إبراهيم حفني / هالة صلاح أحمد سيد

يكونوا قادرين على العلاج بسرعة بهذه الطريقة والبعض الآخر قد يتجنب القيام بهذه الواجبات (أبو أسعد، والأزيدة، ٢٠١٥، ص.٤٠٧).

- الاسترخاء (الاسترخاء العضلي، التنفس العميق): هو شد وإرخاء العضلات بهدف الوصول إلى الراحة والهدوء الجسدي والنفسي والعقلي (أبو أسعد، ٢٠٠٩، ص.١٥٦).

- التعريض : تعمل هذه الفنية على تدريب المسترشد ومن ثم تشجيعهم على تعريض أنفسهم للمواقف المشككة التي يعانون منها لديهم وذلك بهدف إطفاء مشاعر الخوف والقلق بدلاً من تجنب تلك المواقف (بشر، ٢٠٠٨، ص ١١٤).

- النمذجة :هي الاجراء الذي يقوم فيه المعلم أو الأخصائي بنمذجة السلوك المرغوب فيه ، وعلى الشخص الآخر الذي يمارس السلوك المستهدف أن يلاحظه ويقلده (الزريقات، ٢٠٠٧، ص.٣١٦).

ثالثاً: فروض الدراسة:

١. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات تلاميذ المجموعة التجريبية ذوي نقص الانتباه في القياسين القبلي والبعدي على مقياس تباطؤ الإيقاع المعرفي لصالح القياس البعدي.

٢. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات تلاميذ المجموعة التجريبية ذوي نقص الانتباه في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس تباطؤ الإيقاع المعرفي بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج بفاصل زمني قدره شهر ونصف .

منهج وإجراءات البحث:

أولاً منهج البحث:

اعتمدت هذه الدراسة على المنهج التجريبي ذو المجموعة الواحدة (القبلي، البعدي).

ثانياً عينة البحث:

١- العينة الاستطلاعية: بلغ عدد عينة الدراسة الاستطلاعية (١٥٠) تلميذا (٩٦ تلميذا، ٥٤ تلميذه)، من تلاميذ الصف الثاني والثالث والرابع الابتدائي بالمرحلة الابتدائية، وتراوحت أعمارهم الزمنية ما بين (٨-١٠) عاما بمتوسط عمري قدره (٨,٣٦) عاما ، وانحراف معياري

فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض تباطؤ الإيقاع المعرفي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي نقص الانتباه

أ.د/ مصطفى أبوالمجد سليمان مفضل / أ.م.د/ علي ثابت إبراهيم حفني / هالة صلاح أحمد سيد

قدره (١,٠٣) عاما ، بهدف التحقق من الكفاءة السيكومترية للمقياس المستخدمة في الدراسة الحالية.

٢- عينة البحث الأساسية: تكونت عينة الدراسة الأساسية من (٣٦) تلميذا (٢١) تلميذا، ١٥ تلميذه (من ذوي تباطؤ الإيقاع المعرفي، وتراوح أعمارهم الزمنية ما بين (٨-١٠) عاما بمتوسط عمري قدره (٨,٤١) عاما، وانحراف معياري قدره (١,٠١) عاما من تلاميذ الصف الثاني والثالث والرابع الابتدائي بالمرحلة الابتدائية وتم التوصل إليهم من عينة بلغ قوامها (٢٢٢) من تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي نقص الانتباه.

ثالثاً: أدوات البحث

١-مقياس تقدير تباطؤ الإيقاع المعرفي Barkley Sluggish Cognitive

Tempo, Children and A adolescents (BSCTS - CA) / Barkley

2018, : تعريب وتقنين/ الباحثة

قام بإعداد هذا المقياس (Barkley,2018) يمكن استخدام مقياس تباطؤ الإيقاع المعرفي للأطفال والمراهقين لباركلي (BSCTS-CA) لتقييم نقص الانتباه في أنشطة الحياة اليومية للأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين (٦-١٨عاماً)، ويستخدم مقياس تباطؤ الإيقاع المعرفي للأطفال والمراهقين لباركلي (BSCTS-CA) من قبل المتخصصين المتدربين في التخصصات الكلينية أو البحثية أو التعليمية / التنظيمية.

ويتكون مقياس تقدير تباطؤ الإيقاع المعرفي من نموذجين وهما:

نموذج تقدير تباطؤ الإيقاع المعرفي:

ويتم إعطائه مباشرة إلى الوالد الذي يقوم بتقييم طفله ، مع شرح واضح للأغراض التي تم الحصول على مقياس التصنيف من أجلها، مع توفير فهما واضحا للتعليمات الخاصة بإكمال مقياس التصنيف وإتاحة الفرصة للوالد الذي يكون لديه مخاوف أو أسئلة حول المقياس الذي يتناوله الفاحص، كما يجوز إرسال مقياس تباطؤ الإيقاع المعرفي بالبريد إلى الوالد لإكماله قبل التقييم المقصود الذي يمثل المقياس جزءاً منه فقط. وفي هذه الحالة يجب أن يكون المقياس مصحوباً برسالة توضيحية تتضمن الغرض الذي وضع من أجله المقياس وتعليمات اكمال

فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض تباطؤ الإيقاع المعرفي لدي تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي نقص الانتباه

أ.د/ مصطفى أبوالمجد سليمان مفضل أ.م.د/ علي ثابت إبراهيم حفني /أ هالة صلاح أحمد سيد

المقياس. ويجب أن تحتوي الرسالة أيضا على وسائل اتصال بحث يستطيع الوالد التواصل مع الفاحص بشأن أي مخاوف أو أسئلة لديه عن المقياس أو الغرض الموضوع من أجله .

نموذج المقابلة :

ويتم اللجوء الى مقابلة الوالدين حينما يكون الفرد الذي يقوم بالتقييم غير قادر على إكمال المقياس ربما لأنه لا يستطيع القراءة ، أو يعاني من إعاقة بصرية شديدة بما فيه الكفاية تمنع استكمال مقياس تقدير تباطؤ الإيقاع المعرفي، ويجب قراءة التعليمات في الجزء العلوي من نموذج المقابلة للشخص الذي تتم مقابلته ، كما يجب أن يُسأل الفرد عما إذا كان طفله/طفلته قد اختبر كل عنصر خلال الأشهر الستة الماضية إلى درجة تكون في كثيرًا أو دائما بالمقارنة مع أقرانه من في نفس العمر ثم يقوم الفاحص ببساطة بوضع علامة التحقق إما في عمودي نعم أو لا بناءً على إجابة المشارك على كل سؤال .

ويحتوي المقياس على بعدين البعد الأول :

أحلام اليقظة ويضم (٥ عبارات) ، البعد الثاني : التباطؤ ويضم (٧ عبارات) ، ويأخذ المقياس في المتوسط تقريبا حوالي من (٥ - ١٠ دقائق) لإكماله بواسطة الوالدين ، وبعد ملئ الاستمارة يتم مراجعة المقياس لإكمال أي عبارات ناقصة .

تسجيل وتفسير بيانات مقياس تباطؤ الإيقاع المعرفي:

ويتم تصحيح المقياس بناء على قيم محددة لكل عبارة، ويمكن الحصول على الدرجة الكلية للمقياس من خلال جمع درجات العبارات على المقياس ، كما يمكن أن تسجل درجاته باستخدام واحده من أربع ملفات لتقدير تباطؤ الإيقاع المعرفي بالاعتماد على عمر الطفل (٦-١١ ، ٧-١٨) وجنسه، ويتم حساب درجات الخام المقابلة لكل مقياس فرعي من مقياس تقدير تباطؤ الإيقاع المعرفي ثم يتم تسجيلها في الصف السفلي من الملف الشخصي. ثم يتم البحث عن العمود المقابل الذي يسجل الدرجة ويضع دائرة حوله. ثم يبحث عن العمود المقابل للدرجة الخام ويضع دائرة حولها أن ينظر إلى أعمدة أقصى اليسار واليمين للتحويل تلك الدرجات في الأعمدة إلى النسب المئوية الخاصة بكل منها من العينة المناسبة لفئة الطفل العمرية والجنس.

فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض تباطؤ الإيقاع المعرفي لدي تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي نقص الانتباه

أ.د/ مصطفى أبوالمجد سليمان مفضل أ.م.د/ علي ثابت إبراهيم حفني / هالة صلاح أحمد سيد

بشكل عام ، يتم اعتبار الدرجات من النسبة المئوية (٧٦% إلى ٨٤ %) درجات ذات أهمية. تلك التي تقع بين النسبة المئوية (٨٥% - ٢٩%) تعتبر حدية أو غير طبيعية إلى حد ما. تعتبر تلك الموجودة بين النسبة المئوية (٩٣% - ٩٥%) غير طبيعية بدرجة طفيفة. تعتبر تلك الموجودة بين النسبة المئوية (٩٦% - ٩٨%) غير طبيعية بدرجة معتدلة ، وأولئك في النسبة المئوية (٩٩% فأعلى) درجات شديدة بشكل ملحوظ.

أولاً : الصدق Validity

١- الصدق التمييزي Discriminanty Validity

للتحقق من القدرة التمييزية للمقياس تم حساب صدق المقارنة الطرفية، وذلك بتطبيق مقياس تقدير تباطؤ الإيقاع المعرفي على (١٥٠) تلميذا وتلميذة من تلاميذ الصف الثاني والثالث والرابع من المرحلة الابتدائية، ثم تفرغ البيانات وترتيبها تصاعدياً، ثم اختيار مجموعتين تمثل إحداهما ٢٧% من التلاميذ ذوي الدرجات المنخفضة (مجموعة الطرف الأدنى)، والمجموعة الأخرى تمثل ٢٧% من التلاميذ ذوي الدرجات المرتفعة (مجموعة الطرف الأعلى)، ثم تم استخراج المتوسطات الحسابية لهاتين المجموعتين، وتم حساب قيمة "ت" باستخدام معادلة اختبار "ت"، لمعرفة مدى دلالة الفروق بين متوسطات المجموعتين، ويوضح جدول (١) قيم "ت" لدلالة الفروق بين متوسطي مجموعتي المقارنة:

جدول (١)

قيم "ت" لدلالة الفروق بين متوسطات مجموعتي المقارنة (الإرباعي الأعلى، الإرباعي الأدنى) على مقياس تقدير تباطؤ الإيقاع المعرفي للأطفال والمراهقين

(ن=٢=٢٧)

المجموعة الطرفية	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	الدلالة
مجموعة الطرف الأعلى	٢٧	٤٦,٣٧	١,٠٠٦	٢٣,٦٦٩	٠,٠١
مجموعة الطرف الأدنى	٢٧	٣٤,٧٤	٢,٣٤٧		

فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض تباطؤ الإيقاع المعرفي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي نقص الانتباه

أ.د/ مصطفى أبوالمجد سليمان مفضل أ.م.د/ علي ثابت إبراهيم حفني / هالة صلاح أحمد سيد

علما بأن قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠,٠١ ، ٠,٠٥ تساوي (٢,٤٠ ، ١,٦٧٥) على الترتيب.

يتضح من جدول (١) وجود فرق دال إحصائيا عند مستوى ٠,٠١ بين متوسطي درجات مجموعة الطرف الأدنى والطرف الأعلى للدرجة الكلية لمقياس تقدير تباطؤ الإيقاع المعرفي للأطفال والمراهقين لصالح متوسط درجات مجموعة الطرف الأعلى مما يدل على الصدق التمييزي للمقياس، وقدرة المقياس على التمييز بين مرتفعي ومنخفضي ذوي نقص الانتباه مما يوضح أم مقياس تقدير نقص الانتباه يتمتع بدرجة مقبولة من الصدق التمييزي.

٢- صدق التحليل العاملي التوكيدي:

استخدام التحليل العاملي التوكيدي Confirmatory Factor Analysis بهدف التأكد من البنية العاملية لمقياس تقدير تباطؤ الإيقاع المعرفي لدى الأطفال والمراهقين، وذلك من خلال التأكد من انتماء أبعاد المقياس إلى عامل كامن واحد وهو تباطؤ الإيقاع المعرفي، وللتحقق من ذلك تم افتراض نموذج يتضمن عامل واحد وهو تباطؤ الإيقاع المعرفي تتشعب عليه أبعاد المقياس الاثنان، حيث تم إخضاع النموذج للتحليل العاملي التوكيدي باستخدام البرنامج الإحصائي Amos 25,01 ، وباستخدام طريقة أقصى احتمال hood Maximum like كانت مؤشرات جودة المطابقة للنموذج المفترض كما هي موضحة في جدول (٢) التالي :

جدول (٢)

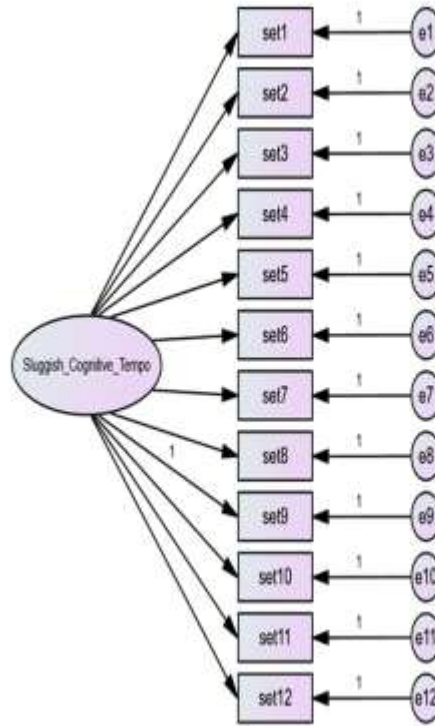
مؤشرات جودة المطابقة لمقياس تباطؤ الإيقاع المعرفي (بالنسبة للأبعاد)

AGFI	GFI	X ² /DF	DF	X ²
٠,٨٩٣	٠,٩٣٧	١,٩٤٦	٤٦	٨٩,٥٣٢
RMSEA	CFI	TLI	NFI	IFI
٠,٠٤٧	٠,٩٧٢	٠,٩٦٠	٠,٩٠١	٠,٩٧٣

فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض تباطؤ الإيقاع المعرفي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي نقص الانتباه

أ.د/ مصطفى أبوالمجد سليمان مفضل / أ.م.أ / علي ثابت إبراهيم حفني / أ / هالة صلاح أحمد سيد

يتضح من جدول (٢) أن افتراض عامل كامن واحد (تقدير تباطؤ الإيقاع المعرفي) تتشعب عليه كل عوامل المقياس الحالي (النموذج المفترض) يطابق تماما البيانات موضوع المعالجة ومن ثم يحظى بمؤشرات جودة مطابقة عالية، حيث كانت قيم (GFI,AGFI,NFI,CFI,TLI,IFI) قريبة من الواحد الصحيح (الحد الأقصى لهذه المؤشرات) وقيمة مؤشر جذر متوسط مربع الخطأ التقريبي RMSEA قريبة جدا من الصفر) حيث يتم رفض النموذج إذا زادت هذه القيمة عن ٠,٠٨ ويكون النموذج مطابقا تماما إذا قلت هذه القيمة عن ٠,٠٥) وكذلك X^2 "كا" DF " درجات الحرية " أقل من ٠.٢ ويوضح شكل (١) النموذج البنائي المفترض لمقياس تباطؤ الإيقاع المعرفي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي نقص الانتباه.



شكل (١)

فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض تباطؤ الإيقاع المعرفي لدي تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي نقص الانتباه
أ.د./مصطفى أبوالمجد سليمان مفضل أ.م.د/ علي ثابت إبراهيم حفني / هالة صلاح أحمد سيد
النموذج البنائي المفترض لمقياس تباطؤ الإيقاع المعرفي لدي تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي
نقص الانتباه.

ثانيا : الثبات Reliability

تم حساب ثبات مقياس تقدير تباطؤ الإيقاع المعرفي للأطفال والمراهقين من خلال الطرق التالية:

١- طريقة التجزئة النصفية طريقة التجزئة النصفية (Split- Half Method):

تم حساب معامل الثبات لمقياس تقدير تباطؤ الإيقاع المعرفي للأطفال والمراهقين من خلال تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية من تلاميذ الصف الثاني والثالث والرابع الابتدائي والبالغ قوامه (١٥٠) تلميذ وتلميذة، وذلك باستخدام معادلة جتمان للتجزئة النصفية Guttman Split- Half Coefficient من خلال تقسيم درجات التلاميذ على بنود المقياس (درجات البنود الزوجية ودرجات البنود الفردية)، ويوضح جدول (٣) قيم معاملات الثبات باستخدام معادلة جتمان:

جدول (٣)

قيم معاملات ثبات مقياس تقدير تباطؤ الإيقاع المعرفي للأطفال والمراهقين باستخدام معادلة جتمان (ن=١٥٠).

م	الأبعاد	معامل ارتباط النصفين	معامل ثبات (جتمان)
١	أحلام اليقظة	٠,٥٣٩	٠,٦٧٨
٢	التباطؤ	٠,٧٣١	٠,٨٤٣
	الدرجة الكلية	٠,٧٥٨	٠,٨٦١

يتضح من جدول (٣) أن قيم معاملات الثبات لمقياس تقدير تباطؤ الإيقاع المعرفي للأطفال والمراهقين باستخدام معادلة جتمان للتجزئة النصفية مرتفعة، مما يشير إلى أن مقياس تقدير تباطؤ الإيقاع المعرفي للأطفال والمراهقين والأبعاد الفرعية له تتمتع بمعاملات ثبات جيدة، وبالتالي فإن مقياس تقدير تباطؤ الإيقاع المعرفي للأطفال والمراهقين يتمتع بقدر جيد من الثبات.

٢- معامل ألفا كرونباخ

تم التحقق من ثبات مقياس تقدير تباطؤ الإيقاع المعرفي للأطفال والمراهقين من خلال تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية من تلاميذ الصف الثاني والثالث والرابع الابتدائي

فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض تباطؤ الإيقاع المعرفي لدي تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي نقص الانتباه
أ.د/ مصطفى أبوالمجد سليمان مفضل أ.م.د/ علي ثابت إبراهيم حفني / هالة صلاح أحمد سيد

والبالغ قوامها (١٥٠) تلميذ وتلميذة، من خلال طريقة ألفا كرونباخ، وتم حساب قيم معاملات ثبات ألفا كرونباخ لأبعاد المقياس والدرجة الكلية، ويوضح جدول (٤) قيم معاملات ثبات ألفا كرونباخ لمقياس تقدير تباطؤ الإيقاع المعرفي للأطفال والمراهقين.

جدول (٤)

قيم معاملات ثبات ألفا كرونباخ لمقياس تقدير تباطؤ الإيقاع المعرفي للأطفال والمراهقين
(ن=١٥٠)

م	الأبعاد	معامل ألفا
١	أحلام اليقظة	٠,٦٠٩
٢	التباطؤ	٠,٧٧٥
	الدرجة الكلية	٠,٨٢٠

يتضح من جدول (٤) أن جميع قيم معاملات ثبات ألفا كرونباخ لمقياس تقدير تباطؤ الإيقاع المعرفي للأطفال والمراهقين والدرجة الكلية تتمتع بقيم معاملات ثبات مرتفعة ، مما يدل على أن مقياس تقدير تباطؤ الإيقاع المعرفي للأطفال والمراهقين يتمتع بفدر جيد من الثبات .

ثالثا : الاتساق الداخلي

تم التأكد من الاتساق الداخلي لمقياس (تقدير تباطؤ الإيقاع المعرفي للأطفال والمراهقين) بعد تطبيقه على عينة استطلاعية بلغ قوامها ١٥٠ تلميذ (٨١ تلميذ ، ٦٩ تلميذة)، باستخدام معامل ارتباط بيرسون ، تم حساب قيم معاملات ارتباط درجة كل بند من بنود المقياس والدرجة الكلية للبعد وكذلك درجة كل بعد بالدرجة الكلية للمقياس ، وذلك لمعرفة مدى الارتباط بينهم ، ويوضح جدول (٥) قيم معاملات الارتباط لأبعاد مقياس تقدير تباطؤ الإيقاع المعرفي للأطفال والمراهقين والدرجة الكلية لمقياس تقدير تباطؤ الإيقاع المعرفي للأطفال والمراهقين.

فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض تباطؤ الإيقاع المعرفي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي نقص الانتباه
 أ.د./ مصطفى أبوالمجد سليمان مفضل أ.م.د/ علي ثابت إبراهيم حفني / هالة صلاح أحمد سيد

جدول (٥)

قيم معاملات الارتباط لبندود أبعاد مقياس تقدير تباطؤ الإيقاع المعرفي والدرجة الكلية للبند

البند الأول : أحلام اليقظة		البند الثاني : التباطؤ	
البند	معامل الارتباط	البند	معامل الارتباط
١	**٠,٥٥٩	٦	**٠,٦٢٩
٢	**٠,٥٨٨	٧	**٠,٦٩٦
٣	**٠,٥٤٤	٨	**٠,٦٥٧
٤	**٠,٦٩٦	٩	**٠,٧٥٣
٥	**٠,٧٠١	١٠	**٠,٥٧٧
		١١	**٠,٦٥٨
		١٢	**٠,٥١٦

من جدول (٥)، يتبين وجود ارتباط بين كل بند والدرجة الكلية للأبعاد ، كل بعد على حده ، حيث تراوحت هذه الارتباطات بين (٠,٥٤٤ - ٠,٧٥٣) وجميع معاملات الارتباط كانت دالة احصائيا عند مستوى (٠,٠١) .

وبما أن مقياس تقدير نقص الانتباه يحتوي على ثلاث أبعاد فقد تم حساب قيم معاملات الارتباط بين أبعاد المقياس والدرجة الكلية للمقياس ويوضح جدول (٦) قيم معاملات الارتباط لأبعاد مقياس تقدير تباطؤ الإيقاع المعرفي للأطفال والمراهقين ودرجة كل بعد من أبعاد مقياس تقدير تباطؤ الإيقاع المعرفي للأطفال والمراهقين.

جدول (٦)

قيم معاملات الارتباط لأبعاد مقياس تقدير تباطؤ الإيقاع المعرفي للأطفال والمراهقين (ن = ١٥٠)

م	الأبعاد الفرعية	معامل الارتباط
١	أحلام اليقظة	**٠,٨٤٥
٢	التباطؤ	**٠,٩٣٨

** دال عند مستوى ٠,٠١

يتضح من جدول (٦) أن جميع قيم معاملات الارتباط للأبعاد الفرعية لمقياس تقدير تباطؤ الإيقاع المعرفي للأطفال والمراهقين تتمتع بمعاملات ارتباط مرتفعة ودالة إحصائية، حيث تراوحت قيم معاملات الارتباط بين (٠,٨٤٥ - ٠,٩٣٨) وجميعها دالة عند مستوى ٠,٠١ مما يشير الى اتساق داخلي جيد لمقياس تقدير تباطؤ الإيقاع المعرفي للأطفال والمراهقين.

٢- البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي : (إعداد/ الباحثة)

أ- الفئة المستهدفة: يقدم هذا البرنامج المعد في الدراسة الحالية إلى تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي نقص الانتباه من تلاميذ الصف الثاني والثالث والرابع الابتدائية .

ب- أهداف البرنامج: تهدف الدراسة الحالية إلى استخدام الإرشاد المعرفي السلوكي في خفض تباطؤ الإيقاع المعرفي لتلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي نقص الانتباه .

ج- الأسس التي يقوم عليها البرنامج:

يقوم البرنامج على مجموعة من الأسس الهامة وهي:

- الأسس العامة.. Public Fundamentals: وتتمثل في مراعاة مرونة السلوك الإنساني، وأهمية المسترشد في التعليم والاستفادة من العلاج والإرشاد النفسي، وحقه في تقرير مصيره، ووجود علاقة بين المرشد والمسترشد قائمة على الثقة والتعاون المتبادل.

- الأسس الفلسفية.. Philosophical Fundamentals : استمد البرنامج أصوله الفلسفية من مبادئ الإرشاد المعرفي السلوكي ، إلى جانب اعتماده على الأسس الفلسفية العامة.

- الأسس النفسية والتربوية.. Psychological and Educational Fundamentals

: سلوك الفرد يتأثر بحالته النفسية ولذلك يقوم هذا البرنامج بتزويد التلاميذ بمعلومات بسيطة تساعدهم في فهم الأسس التي تقوم عليها سلوكهم مع مراعاة الخصائص والسمات التي تميز التلاميذ فلكل تلميذ شخصيته المستقلة التي ينفرد بها عن الآخرين وذلك من خلال مراعاة الفروق الفردية بين أفراد العينة وكذلك مراعاة الفروق الفردية بين الجنسين.

- الأسس الاجتماعية.. Social Fundamentals: تعد من الركائز الأساسية للبرنامج
حيث يهتم بالجانب السلوكي المعرفي للتلميذ باعتباره عضو هام وفعال في المجتمع يؤثر
فيه ويتأثر به وذلك من خلال إعداد التلاميذ للقيام بالدور الواجب عليه بشكل إيجابي.
د- مصادر بناء البرنامج:

الإطلاع على العديد من الدراسات والبحوث السابقة وذلك للاستفادة من تلك الدراسات في
تصميم وبناء البرنامج المعد في الدراسة الحالية ومن هذه الدراسات وعلى سبيل المثال لا
الحصر دراسة كلاً من (Pffner, et al(2007)؛ Kim, Lee & Kim et al (2017)؛ Firat, Gul , &
Aysev(2021)؛ Hamivand , Alizadeh, Farohki , Kazemi(2020)؛ lee(2020)

الفنيات المستخدمة في البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي :

المحاضرة- الحوار والمناقشة- الواجب المنزلي- النمذجة - التعرض - التعزيز- المراقبة
الذاتية -التعليم الذاتي - وقف الأفكار- لعب الأدوار- التحصين التدريجي - الاسترخاء -
الحديث الإيجابي- التخيل الإيجابي- التأمل- تأكيد الذات - حل المشكلات -صرف الانتباه..

ه- الوسائل والأدوات المستخدمة في البرنامج:

بطاقات ملونة ، عروض توضيحية، أوراق، أقلام، أقلام ملونة، أوراق عمل .

و- مراحل تطبيق البرنامج:

يحتوي البرنامج على(٥٥) جلسة إرشادية، تتراوح مدة الجلسة ما بين (٤٥ - ٥٠) دقيقة
بواقع أربع جلسات أسبوعياً لمدة (١٤) أسبوع. واشتمل البرنامج على أربع مراحل وهي:
١. مرحلة البدء: وهدفها بناء العلاقة الإرشادية والتعارف بين التلاميذ والباحثة، والتمهيد
للبرنامج وشرح أهدافه والخطة التي سوف يتم العمل بها، ويتم ذلك في الجلسة الأولى
والثانية.

٢. مرحلة الانتقال: وهي المرحلة التي تشمل تعديل سلوكيات التلاميذ ذوي نقص الانتباه
والقاء الضوء على المشكلة الأساسية وهي خفض تباطؤ الإيقاع المعرفي لدى تلاميذ
المرحلة الابتدائية ذوي نقص الانتباه.

فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض تباطؤ الإيقاع المعرفي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي نقص الانتباه

أ.د/ مصطفى أبوالمجد سليمان مفضل أ.م.د/ علي ثابت إبراهيم حفني / هالة صلاح أحمد سيد

٣. مرحلة التنفيذ : وهي المرحلة التي سوف يتم فيها تنفيذ البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي والذي يهدف إلى خفض تباطؤ الإيقاع المعرفي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي نقص الانتباه وذلك باستخدام فنيات الارشاد المعرفي السلوكي المختلفة والمناسبة لمحتوى تلك الجلسات.

٤. مرحلة الإنهاء: وهي المرحلة التي تشمل إنهاء البرنامج الإرشادي، وذلك بمراجعة ما تم عرضه خلال الجلسات، ومناقشة أهم الأهداف التي تم التوصل إليها وتم تحقيقها .

جدول (٧)

مخطط مختصر لجلسات البرنامج الإرشادي المعرفي لسلوكي لخفض مظاهر وأعراض تباطؤ الإيقاع المعرفي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي نقص الانتباه المستخدم في الدراسة الحالية

عنوان الجلسة	أهداف الجلسة	عدد الجلسات	الفنيات المستخدمة	التقويم
	- التعارف بين الباحثة والتلاميذ ذوي تباطؤ الإيقاع المعرفي ونقص الانتباه (تلاميذ المجموعة الارشادية) والترحيب بهم.			-
التعارف وتكوين الألفة	- تكوين علاقة قائمة على الود والألفة بين الباحثة وبين تلاميذ المجموعة الارشادية. - التعريف بالبرنامج ومضمونه وأهدافه. - وضع القواعد التي ينبغي الالتزام بها أثناء تطبيق الجلسات الارشادية.	١	المحاضرة - المناقشة والحوار - التعزيز	
عبر عن نفسك	- زيادة الألفة بين الباحثة وتلاميذ المجموعة الارشادية وخلق بيئة خالية من الاجهاد	١	المناقشة والحوار - التعزيز - التنقيس الانفعالي	بنائي

			النفسي.	- تكلفة
			- أن يعبر تلاميذ المجموعة الإرشادية عن مشاعرهم وما يدور في أذهانهم	- الاستجابة- الواجب المنزلي
			- العمل على أن يكون تلاميذ المجموعة الإرشادية بنهاية الجلسة قادرين على:	
			- أن يستجيب تلاميذ المجموعة الإرشادية للانتباه عند مناداتهم.	بنائي
			- أن يحافظ تلاميذ المجموعة الإرشادية على التركيز والانتباه وعدم التأثر بالمثيرات الأخرى في الاعمال والأنشطة التي يقومون بها.	المناقشة والحوار - التعزيز- النمذجة - التعليم الذاتي- الواجب المنزلي
		اغرس سلوك الانتباه في حياتك	- أن ينظر تلاميذ المجموعة الإرشادية إلى أشياء محددة عندما يطلب منهم ذلك.	
			- أن يتدرب تلاميذ المجموعة الإرشادية على التركيز والانتباه وعلى زيادة مدة التركيز.	
			- أن يذكر تلاميذ المجموعة الإرشادية المشكلات الدراسية التي تواجههم.	بنائي
		كيف أواجه مشكلة تباطؤ الإيقاع المعرفي	- أن يتدرب تلاميذ المجموعة الإرشادية على خطوات حل المشكلات وتطبيقها على مشكلة تباطؤ الإيقاع المعرفي.	المناقشة والحوار- التعزيز- النمذجة - حل المشكلات

			<p>- أن يذكر تلاميذ المجموعة الإرشادية الآثار السلبية لأحلام اليقظة المفرطة</p> <p>- أن يعرف تلاميذ المجموعة الإرشادية العادات السلوكية الخاطئة التي تؤدي الى أحلام اليقظة</p>	
بنائي	المحاضرة - المناقشة والحوار			أحلام اليقظة
	- التعزيز - الحوار			مشكلتي
	الذاتي - صرف	٨	<p>- أن يتعلم تلاميذ المجموعة الإرشادية سلوكيات جديدة حتى يصبحوا قادرين على:</p> <p>- يوقفوا الأفكار السلبية التي تسبب أحلام اليقظة.</p> <p>- يحولوا الأفكار السلبية إلى أفكار إيجابية لدى تلاميذ المجموعة الإرشادية.</p>	
	النمذجة- الواجب المنزلي			
			<p>- أن يتمكن تلاميذ المجموعة الإرشادية من اكتساب سلوكيات تساعدهم على التركيز والانتباه والتخلص من الشرود الذهني.</p> <p>- أن يتدرب تلاميذ المجموعة الإرشادية على التركيز والانتباه في الأعمال والأنشطة.</p>	انتبه واجعل ذهنك حاضرا
بنائي	المحاضرة - المناقشة والحوار	٢		
	- التعزيز - النمذجة- التخيل			
			<p>- أن يتعرف تلاميذ المجموعة الإرشادية على مهارة التحكم وضبط الذات.</p> <p>- أن يتدرب تلاميذ المجموعة</p>	تحكم في نفسك
	المحاضرة - التعزيز - النمذجة	١		
بنائي	- التعليم الذاتي- المراقبة الذاتية-			

	الواجب المنزلي		الإرشادية على خطوات التحكم وضبط الذات للتغلب على الشرود الذهني خلال وقت محدد.
			- أن يمارس تلاميذ المجموعة الإرشادية سلوك الانتباه للتغلب على الشرود الذهني.
بنائي	التعزيز- النمذجة - لعب الدور- الواجب المنزلي	٤	- أن يتدرب تلاميذ المجموعة الإرشادية على التركيز والقدرة على إنجاز الأعمال في الوقت المحدد.
			- أن يتدرب تلاميذ المجموعة الإرشادية على زيادة مدة الانتباه والمرونة في نقل الانتباه.
			- أن يتمكن تلاميذ المجموعة الإرشادية من تحسين أداء الذاكرة لديهم.
بنائي	المحاضرة - المناقشة والحوار - التعزيز- النمذجة-التعليم الذاتي - التخييل	٢	- أن يتدرب تلاميذ المجموعة الإرشادية على أنشطة تساعد على التذكر.
			- أن يتمكن تلاميذ المجموعة الإرشادية من اكتساب سلوكيات تساعدهم على التخلص من التشوش العقلي والتوهان في الأفكار.
بنائي	المحاضرة - المناقشة والحوار - التعزيز- النمذجة	٢	- أن يتدرب تلاميذ المجموعة الإرشادية على فنية

		الاسترخاء عن طريق تقنية التنفس.	
المحاضرة -		- أن يتدرب تلاميذ المجموعة الإرشادية على اكتساب مهارة التخطيط في حياته.	
بنائي	المناقشة والحوار		
- التعزيز - لعب			
الدور - المراقبة	١	- أن يتعلم تلاميذ المجموعة الإرشادية الاعتماد على مهارة التخطيط في انجاز مهامه الدراسية.	خطط ليومك
الذاتية - جدولة الأنشطة - التعليم الذاتي			
		- أن يكتسب تلاميذ المجموعة الإرشادية مهارة التنظيم في حياته.	
بنائي	المحاضرة -		
- التعزيز -			
النمذجة - المراقبة الذاتية	١	- أن يتعلم تلاميذ المجموعة الإرشادية الاعتماد على مهارة التنظيم في انجاز المهام والأنشطة.	نظم حياتك
		- التغلب على الشرود الذهني وتنمية سلوك الانتباه لدى تلاميذ المجموعة الإرشادية من خلال مواقف تعليمية واقعية.	
بنائي	المناقشة والحوار		انتبه في مواقف تعليمية حقيقية
- التعزيز -			
النمذجة - المراقبة الذاتية - الواجب المنزلي	١	- العمل على بث الثقة بالنفس لدى تلاميذ المجموعة الإرشادية من خلال مواقف تعليمية واقعية.	
		- أن يذكر تلاميذ المجموعة الإرشادية مشكلات نومهم.	
المحاضرة -			ما هي مشكلتك مع نومك
بنائي	المناقشة والحوار		
- التعزيز -			
	٧	- أن يمارس تلاميذ المجموعة	

بنائي	الواجب المنزلي	الإرشادية الحديث عن الذات - أن يتعرف تلاميذ المجموعة الإرشادية على السلوكيات الخاطئة التي تؤثر على جودة النوم. - أن يتعرف تلاميذ المجموعة الإرشادية على الآثار السلبية للنوم غير الجيد على الأداء السلوكي والمدرسي.
بنائي	المحاضرة - المناقشة والحوار - التعزيز - الواجب المنزلي - النمذجة	1 - أن يمارس التلاميذ المهارات الحركية لتحسين البطيء الحركي لديهم . - أن يتدرب تلاميذ المجموعة الإرشادية على أنشطة حركية مفيدة.
بنائي	المحاضرة - المناقشة والحوار - التعزيز - الواجب المنزلي	1 - أن يتعرف تلاميذ المجموعة الإرشادية على أهمية الرياضة وأثرها في حياتهم. - أن يتعرف تلاميذ المجموعة الإرشادية على فوائد الرياضة وأثرها في التخلص من الضعف والتعب وضعف النشاط وافتقاد الطاقة.
بنائي	المحاضرة - المناقشة والحوار - التعزيز - الواجب المنزلي - لعب الدور	1 - أن يتعرف تلاميذ المجموعة الإرشادية على العادات الغذائية الضارة وتأثيرها على نشاطهم. - أن يتعرف تلاميذ المجموعة

		الإرشادية على الأطعمة الغذائية المفيدة التي تساعدهم على التخلص من الضعف والخمول.
		- أن يتعرف تلاميذ المجموعة الإرشادية على صفاتهم الحسنة ويعملوا على تنميتها ويتخلوا من الصفة السيئة.
بنائي	المحاضرة - التعزيز- الواجب المنزلي-التخيل - النمذجة- لعب الدور	1 - أن يتمكن تلاميذ المجموعة الإرشادية من التغلب على الارتباك.
		- أن يكون تلاميذ المجموعة الإرشادية أفكار إيجابية عن أنفسهم.
		- أن يتعرف تلاميذ المجموعة الإرشادية أهمية توكيد الذات للتغلب على الارتباك.
بنائي	لعب الدور - المحاضرة - المناقشة والحوار - التعزيز - الواجب المنزلي - الحديث الايجابي مع الذات - النمذجة	1 - أن يكتسب تلاميذ المجموعة الإرشادية مهارات توكيد الذات بحيث يصبح التلميذ قادرا على : - أن يكتشف ذاته ويعبر عن نفسه . - أن يتصرف بطريقة توكيدية بدلا من الارتباك في المواقف الضاغطة.
		- أن يتدرب تلاميذ المجموعة الإرشادية على التغلب على
	المحاضرة - المناقشة والحوار	1 - أن يتدرب تلاميذ المجموعة الإرشادية على التغلب على

بنائي	- التعزيز - الواجب المنزلي - النمذجة- التعرض بالتدرج- الحديث الذاتي	مشاعر الخوف والقلق المسببة للارتباك. - التعرف على المظاهر الجسمية المصاحبة للخوف.
بنائي	- المحاضرة - المناقشة والحوار - التعزيز - الواجب المنزلي النمذجة - أسلوب حل المشكلات.	- أن يتعرف تلاميذ المجموعة الإرشادية على مفهوم الانسحاب الاجتماعي. - أن يتعرف تلاميذ المجموعة الإرشادية على المظاهر المرتبطة بالانسحاب الاجتماعي. - زيادة وعي تلاميذ المجموعة الإرشادية بالآثار السلبية للانسحاب الاجتماعي وتأثيره على حياتهم أن يطبق تلاميذ المجموعة الإرشادية أسلوب حل المشكلات لمواجهة سلوك الانسحاب.
بنائي	- المحاضرة - المناقشة والحوار - التعزيز - الواجب المنزلي النمذجة - التحصين التدريجي.	- تدريب تلاميذ المجموعة الإرشادية على التحصين التدريجي - مراجعة ما تم التدرب عليه من مهارات في الجلسات السابقة.
نهائي	التعزيز	- مراجعة عامة على جلسات البرنامج والتي تناولها

البرنامج.	
- توزيع بعض الهدايا على أفراد المجموعة.	
- أن يقوم ولي أمر التلميذ بتقدير مقياس تباطؤ الإيقاع المعرفي (القياس البعدي).	مقابلة مع أولياء الأمور
- توزيع شهادات تقدير لتلاميذ المجموعة الإرشادية.	

رابعاً : الأساليب الإحصائية المستخدمة:

تم استخدام الأساليب الإحصائية التالية:

- اختبار ويلكوكسون Wilcoxon Test (الحالة الثانية " ن < ١٠ ") لدلالة الفرق بين متوسطات الرتب.

نتائج الدراسة وتفسيرها:

نتائج الفرض الأول :

ينص الفرض الأول على: " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية ذوي نقص الانتباه على مقياس تقدير تباطؤ الإيقاع المعرفي وأبعاده في القياسين القبلي والبعدي بعد تطبيق البرنامج لصالح القياس البعدي".

تم تطبيق مقياس تقدير تباطؤ الإيقاع المعرفي قبل تطبيق البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي وبعد تطبيقه على تلاميذ المجموعة التجريبية ذوي تباطؤ الإيقاع المعرفي ونقص الانتباه والبالغ قوامها (١٨)

تلميذ وتلميذة ، وتم استخدام اختبار "ولكوكسون" (الحالة الثانية " ن < ١٠ ") لدلالة الفرق بين متوسطات الرتب ويوضح جدول (٨) دلالة تلك الفرق.

جدول (٨)

دلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات تلاميذ المجموعة التجريبية ذوي نقص الانتباه
 على مقياس تقدير تباطؤ الإيقاع المعرفي وأبعاده في القياسين القبلي والبعدي

(ن=١٨)

القياس	الأبعاد الفرعية	اتجاه الرتب	عدد الحالات	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z (*)	مستوى الدلالة	حجم التأثير (**)
تقدير تباطؤ الإيقاع المعرفي	أحلام اليقظة	موجبة	٠,٠٠	٠,٠٠	٠,٠٠	٧٢٢,٣	٠,٠١	٠,٠١
		سالبة	١٨	٩,٥٠	١٧١,٠٠			
		التساوي	-	-	-			
	التباطؤ	موجبة	٠,٠٠	٠,٠٠	٠,٠٠	٧٦٥,٣	٠,٠١	٠,٨٨
		سالبة	١٨	٩,٥٠	١٧١,٠٠			
		التساوي	-	-	-			
	الدرجة الكلية	موجبة	٠,٠٠	٠,٠٠	٠,٠٠	٧٤٠,٣	٠,٨٨	٠,٠١
		سالبة	١٨	٩,٥٠	١٧١,٠٠			
		التساوي	-	-	-			

(*) علما بأن قيمة Z الجدولية عند مستوى ٠,١٠ تساوي (٢,٥٨).

**التأثير الضعيف = (٠,١ > : ٠,٣)، التأثير المتوسط = (٠,٣ > : ٠,٥)، التأثير القوي = (٠,٥ > : ٠,٨) فأكثر).

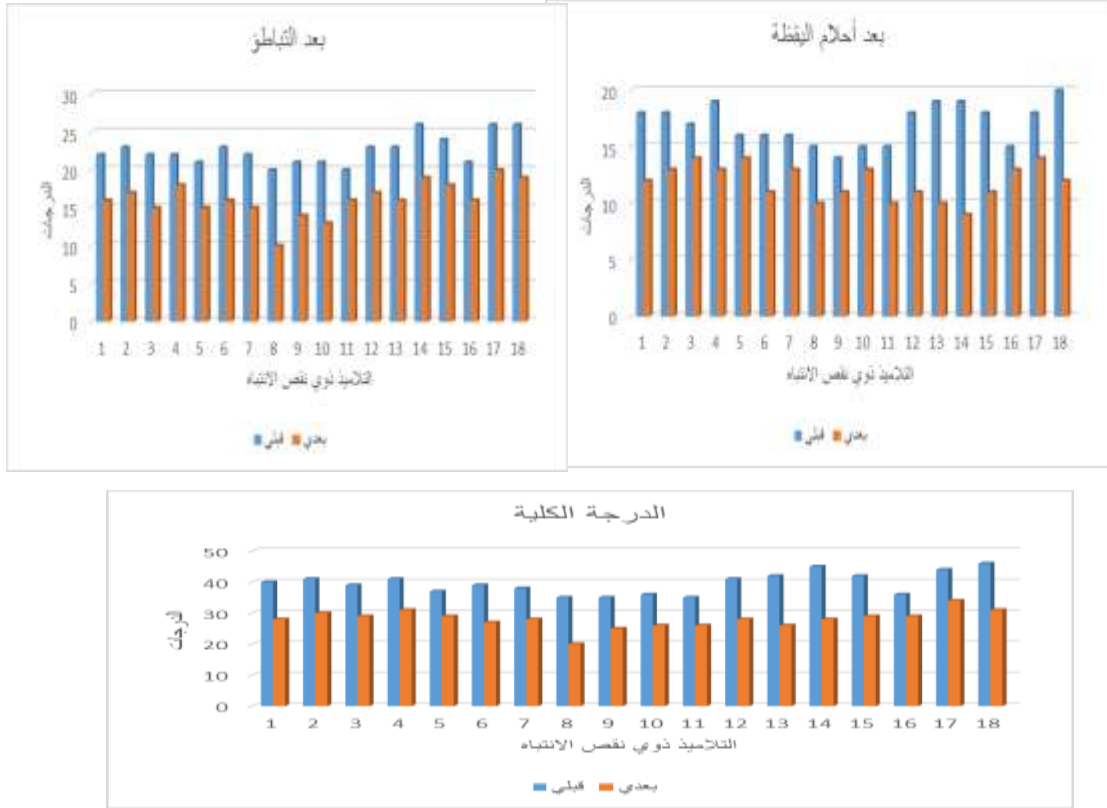
يتضح من نتائج الجدول (٨) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية ذوي تباطؤ الإيقاع المعرفي ونقص الانتباه علي مقياس تقدير تباطؤ الإيقاع المعرفي وأبعاده في القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي، حيث انخفضت درجات تلاميذ المجموعة التجريبية ذوي تباطؤ الإيقاع المعرفي ونقص الانتباه في القياس البعدي بالنسبة لأحلام اليقظة والتباطؤ المعرفي، وذلك بعد تطبيق البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي، كما يتضح أن أحجام التأثير لبعدي المقياس والدرجة الكلية له تراوحت ما بين (٠,٨٧-٠,٨٨) وهي قيم ذات تأثيرات قوية مما يدل على فعالية مما يدل على فعالية البرنامج

فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض تباطؤ الإيقاع المعرفي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي نقص الانتباه

أ.د/ مصطفى أبوالمجد سليمان مفضل أ.م.د/ علي ثابت إبراهيم حفني / هالة صلاح أحمد سيد

الإرشادي وتأثيره الإيجابي في خفض تباطؤ الإيقاع المعرفي لدى تلاميذ المجموعة التجريبية ذوي نقص.

ويوضح شكل (٢) وجود فروق بين درجات تلاميذ المجموعة التجريبية ذوي تباطؤ الإيقاع المعرفي ونقص الانتباه تقدير تباطؤ الإيقاع المعرفي وأبعاده في القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي بعد تطبيق البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي.



شكل (٢)

وجود فروق بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية على مقياس تباطؤ الإيقاع المعرفي وأبعاده في القياسين القبلي والبعدي

نلاحظ من جدول (٨) وشكل (٢) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي (٠,٠١) بين متوسطات رتب درجات طلاب المجموعة التجريبية على مقياس تباطؤ الإيقاع المعرفي وأبعاده في القياسين القبلي والبعدي وذلك لصالح القياس البعدي بعد تطبيق البرنامج الإرشادي

فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض تباطؤ الإيقاع المعرفي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي نقص الانتباه

أ.د/ مصطفى أبوالمجد سليمان مفضل / أ.م.د/ علي ثابت إبراهيم حفني / أ/ هالة صلاح أحمد سيد

المعرفي السلوكي ، كما أنه بالنظر إلي الجدول السابق نجد أن أحجام التأثير لأبعاد المقياس الثلاثة والدرجة الكلية تراوحت ما بين (٠,٨٨-٠,٨٩) وهي تأثيرات قوية، مما يدل علي فعالية البرنامج الإرشادي وأثره الإيجابي في خفض تباطؤ الإيقاع المعرفي لدي أفراد المجموعة التجريبية.

في ضوء العرض السابق للنتائج الإحصائية الخاصة بالفرض الأول يتضح التأثير الفعال للبرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي المستخدم في الدراسة في خفض تباطؤ الإيقاع المعرفي لدي تلاميذ المجموعة التجريبية، وتتفق تلك النتائج مع نتائج الدراسات السابقة التي استخدمت برامج إرشادية لخفض لخفض تباطؤ الإيقاع المعرفي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية كدراسة ، والتي أشارت (Pfiffner, et al(2007)؛ ؛ (kim, lee & lee(2020)؛ (kim et al (2017)؛ Hamivand , Alizadeh, Farohki , Kazemi(2020)؛ **Firat, Gul , and Aysev(2021)** .

الفرض الثاني: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية ذوي نقص الانتباه في القياسين البعدي والتبقي علي مقياس تباطؤ الإيقاع المعرفي وأبعاده".

للتحقق من صحة هذا الفرض:

تم تطبيق مقياس تقدير تباطؤ الإيقاع المعرفي للأبعاد (أحلام اليقظة - التباطؤ) بعد شهر ونصف من انتهاء تطبيق البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي علي تلاميذ المجموعة التجريبية ذوي نقص الانتباه والبالغ قوامها (١٨ تلميذا وتلميذة ، و تم استخدام اختبار " ولكوكسون " (الحالة الثانية ن < ١٠) " دلالة فروق متوسطات الرتب، بين القياسين البعدي والتبقي ويوضح جدول (٩) دلالة تلك الفروق دلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات تلاميذ المجموعة التجريبية ذوي نقص الانتباه علي مقياس تباطؤ الإيقاع المعرفي وأبعاده في القياسين البعدي والتبقي

جدول (٩)

دلالة تلك الفروق دلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات تلاميذ المجموعة التجريبية ذوي نقص الانتباه علي مقياس تباطؤ الإيقاع المعرفي وأبعاده في القياسين البعدي والتتبعي
 (ن = ١٨)

المقياس	الأبعاد الفرعية	اتجاه الرتب	عدد الحالات	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z^*	مستوى الدلالة
تقدير تباطؤ الإيقاع المعرفي	أحلام اليقظة	موجبة	٢	٤.٠٠	٨.٠٠	١.١٣٤	غير دالة
		سالبة	٥	٤.٠٠	٢٠.٠٠		
		التساوي	١١	-	-		
	التباطؤ	موجبة	٤	٤.٠٠	١٦.٠٠	١.٢١٨	غير دالة
		سالبة	٦	٦.٥٠	٣٩.٠٠		
		التساوي	٨	-	-		
	الدرجة الكلية	موجبة	٥	٦.٠٠	٣٠.٠٠	١.١٢٦	غير دالة
		سالبة	٨	٧.٦٣	٦١.٠٠		
		التساوي	١٨	-	-		

* علماً بأن قيمة (Z) الجدولية عند مستوى ٠.٠١ تساوي ٢.٥٨ .

فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض تباطؤ الإيقاع المعرفي لدي تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي نقص الانتباه

أ.د/ مصطفى أبوالمجد سليمان مفضل / أ.م.د/ علي ثابت إبراهيم حفني / أ/ هالة صلاح أحمد سيد

يتضح من جدول (٩) أنه لا توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات رتب درجات تلاميذ المجموعة التجريبية ذوي نقص الانتباه على مقياس تقدير تباطؤ الإيقاع المعرفي وأبعاده في القياسين البعدي والتتبعي ، مما يدل على استمرارية فاعلية البرنامج المقدم للتلاميذ ذوي نقص الانتباه والذين يواجهون كلا من أحلام اليقظة والتباطؤ المعرفي والحركي ويلاحظ ذلك من خلال ثبات درجات تلاميذ المجموعة التجريبية على مقياس تقدير نقص الانتباه في القياس التتبعي ويتضح من شكل (٣) عدم وجود فروق بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية ذوي نقص الانتباه في القياسين البعدي والتتبعي ، حيث ظلت درجات تلاميذ المجموعة الارشادية ثابتة مما يدل على استمرارية أثر فعالية البرنامج الارشادي المستخدم معهم مما يشير إلى استمرار أثر فعالية البرنامج الارشادي المعرفي السلوكي واحداثه تغيرات إيجابية مستمرة في لدي تلاميذ المجموعة التجريبية ذوي نقص الانتباه بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج بشهر ونصف .



شكل (٣)

عدم وجود فروق بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية ذوي نقص الانتباه على

مقياس تقدير تباطؤ الإيقاع المعرفي في القياسين البعدي والتتبعي

يتضح من جدول (٩) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات طلاب المجموعة التجريبية على مقياس تباطؤ الإيقاع المعرفي وأبعاده في القياسين البعدي والتتبعي، ويشير شكل (٣) إلى ثبات درجات تلاميذ المجموعة التجريبية على مقياس تباطؤ الإيقاع المعرفي في القياس التتبعي.

أظهرت النتائج وجود فقد تحسنت درجات التلاميذ أعضاء المجموعة التجريبية في القياس التتبعي على مقياس تباطؤ الإيقاع المعرفي وأبعاده، ولكن لم يكن هذا التحسن دالاً إحصائياً، ووفقاً لذلك تحقق صحة الفرض الثاني، ويفسر استمرار فعالية البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي إلى تنوع الفنيات والأساليب الإرشادية التي تم استخدامها خلال جلسات البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي فالانتقاء والاختيار بين الفنيات والأساليب المختلفة بما يتناسب مع أهداف جلسات البرنامج وبما يتناسب مع احتياجات تلاميذ المجموعة التجريبية والتدريب الجيد على استخدام تلك الفنيات ونقل ما تم تعلمه إلى البيئة الحقيقية والتعامل بها خلال مواقفهم الحياتية كان له الأثر في استمرار تحسن التلاميذ.

توصيات الدراسة:

وفي ضوء ما توصلت إليه نتائج هذه الدراسة، يمكن تقديم التوصيات الآتية:

- ١- إجراء دراسات للكشف عن درجة ومستوى تباطؤ الإيقاع المعرفي ، ومن ثم اقتراح تدخلات إرشادية وعلاجية تسهم في التخفيف من مستوى تباطؤ الإيقاع المعرفي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية.
- ٢-حث الوالدين علي معرفة السلوكيات التي تؤدي الي نقص الانتباه لدي أبنائهم منذ الصغر.
- ٣- توعية الوالدين بضرورة مراقبة سلوكيات أبنائهم واكتشاف مظاهر تباطؤ الإيقاع المعرفي والعمل علي علاج تلك السلوكيات قبل تطورها.
- ٤- التوسع في الدراسات والبحوث التي تهتم بالإرشاد المعرفي السلوكي للتعامل مع مشكلة تباطؤ الإيقاع المعرفي بصفة خاصة والاضطرابات السلوكية المختلفة بصفة عامة.

المراجع:

- أبو أسعد ، أحمد عبد اللطيف.(٢٠٠٩) . المهارات الإرشادية . دار المسيرة للنشر والتوزيع.
أبو أسعد ، أحمد ، الأزيادة ، رياض.(٢٠١٥). الأساليب الحديثة في الإرشاد النفسي والتربوي (الجزء الثاني). مركز ديبينو لتعليم التفكير.
الخواجة ، عبد الفتاح.(٢٠١٠).أساليب الإرشاد النفسي. دار البداية ناشرون وموزعون.
الشناوي ، محمد محروس .(١٩٩٦). العملية الإرشادية . دار غريب.
الزريقات، عبدالله إبراهيم.(٢٠٠٧) . تعدي سلوك الأطفال والمرافقين – المفاهيم والتطبيقات . عمان . دار الفكر.
الفحل، نبيل محمد .(٢٠١٤). دليلك لبرامج الإرشاد النفسي من التصميم إلى التطبيق في البحوث والإرشاد الطلابي . دار العلوم للنشر والتوزيع.
بشر ، شعبان محمد فضل .(٢٠٠٨). العلاج المعرفي السلوكي ، الاستراتيجيات والتقنيات . الدار الجامعية للنشر والتوزيع .
عبد المجيد الشريف، عبد الفتاح.(٢٠١١). التربية الخاصة وبرامجها العلاجية . القاهرة. مكتبة الأنجلو المصرية.
محمد، عادل عبدالله .(٢٠٠٠).العلاج المعرفي السلوكي (أسس وتطبيقات) . القاهرة . دار الرشد .
محمد ، عماد.(٢٠١٣). تقنيات الإرشاد الجماعي . مكتبة الرشد ناشرون .
هوفمان إس جي (٢٠١٢) . العلاج المعرفي السلوكي المعاصر (الحلول النفسية لمشكلات الصحة العقلية) . ترجمة مراد على، ترجمة؛ ط. ١). دار الفجر للنشر والتوزيع.(٢٠١٢).

American Psychological Association (APA). (2013). *Diagnostic and Statistical manual of mental disorders* (5th ed). Washington ,DC . American Psychiatric Association.

American Psychological Association(APA).(2015). *Dictionary of Psychology* . Washington ,DC . American Psychiatric Association.

- Arthur, F., Stephanie, H., Arthur, M., Christine, M., & Mark, A. (2005). *Encyclopedia of cognitive behavior therapy*. New York.
- Bauermeister, J., Barkley, R., Martinez, J., Cumba, E., Ramirez, R., Reina, G., Matos, M., & Salas, C. (2005). Time estimation and performance on reproduction tasks in subtypes of children with attention deficit hyperactivity disorder. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, **34**(1), 151–162.
- Barkley, R. (1998). *AD/HD in Children, Adolescents, and Adults: Diagnosis, Assessment and Treatment*. New England Educational Institute, Cape Cod Symposium. Pittsfield, MA.
- Barkley, R. (2006). *Attention-Deficit Hyperactivity Disorder* (3rd ed). New York, NY. Guilford.
- Barkley, R. (2013) Distinguishing Sluggish Cognitive Tempo from ADHD in Children and Adolescents: Executive Functioning, Impairment, and Comorbidity, *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, **42** (2), 161–173.
- Barkley, R. (2015). *Sluggish cognitive tempo / concentration deficit disorder*. Retrieved from <https://www.oxfordhandbooks.com>.
- Barkley, R. (2018). *Barkley Sluggish Cognitive Tempo, Children and Adolescents (BSCTS- CA)*. New York. Guilford Publications.
- Becker, P. (2013). Topical Review: Sluggish Cognitive Tempo: Research Findings and Relevance for Pediatric Psychology. *Journal of Pediatric Psychology*, **38**(10), 1051–1057.
- Becker, S., Burns, G., Leopold, D., Olson, R., & Willcutt, E. (2018). Differential impact of trait sluggish cognitive tempo and ADHD inattention in early childhood on adolescent functioning. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, **59**(10), 1094–1104.

- Becker, S. Dvorsky, M. Tamm , L. & Willoughby , M. (2021).
Preschool Neuropsychological Predictors of School-aged
Sluggish Cognitive Tempo and Inattentive Behaviors. *Res Child
Adolesc Psychopathol*, **49(2)**, 197- 210.
- Calkins, A., Park, J., Wilhelm, S., & Sprich, S. (2016). *Basic
Principles and Practice of Cognitive Behavioral Therapy*. In
Petersen, T. J, Sprich, S. E., & Wilhelm, S.(Eds.). The
Massachusetts General Hospital Handbook of Cognitive
Behavioral Therapy ,(pp. 5-14). New York. Springer Science
Business Media.
- Carlson, C. & Mann, M. (2002). Sluggish Cognitive Tempo Predicts a
Different Pattern of Impairment in the Attention Deficit
Hyperactivity Disorder, Predominantly Inattentive Type. *Journal
of Clinical Child & Adolescent Psychology*, **31(1)**, 123-129 .
- Ellis, A.(1997).REBT with obsessive disorder in yankora ,J.,&Dryden
,W.(Eds) using Rwith common psychological problem :A
therapist casebook ,New York : **Springer publishing co'inc**
,**3(25)**.197-222.
- Faraone, S., Wilens, T. (2003). Does stimulant treatment lead to
substance use disorders. *Journal of Clin Psychiatry*, **64 (11)**,
9-13.
- Firat, S. Gul, H. ,& Aysev, A. (2021)**. An Open-Label Trial of
Methylphenidate Treating Sluggish Cognitive Tempo,
Inattention, and Hyperactivity/Impulsivity Symptoms Among 6-
to 12-Year-Old ADHD Children: What Are the Predictors of
Treatment Response at Home and School? .*Journal of Attention
Disorders* ,**25(9)**, 1321-1330.
- Garner, A., Marceaux, J., Mrug, S., Patterson, C., & Hodgens, B.
(2010). Dimensions and correlates of attention deficit

- hyperactivity disorder and sluggish cognitive tempo. *Journal of Abnormal Child Psychology*, **38(8)**, 1097–1107.
- Girwan , K.(2015). *External correlates of sluggish cognitive tempo and ADHD – inattention symptom dimensions of teachers 'ratings of Nepali children*. Washington State University, ProQuest Dissertations Publishing, . **3732686** .
- Gul , A & Gul ,H. (**2019**) . Evaluation of childhood Sluggish Cognitive Tempo among patients with substance use disorder, substance-induced psychosis and childhood ADHD. *Journal of Psychiatry and Neurological Sciences* ,**32**,51–142.
- Gul, U., Muharrem Burcu, B., Kardas Burcu, k., Melis,I., Sevim Berrin,I., Onur, O., Mehmet Cem ,C., &Eyup Sabri, .E. (2020). Diffusion tensor imaging findings in children with sluggish cognitive tempo comorbid attention deficit hyperactivity disorder. *Nordic Journal of Psychiatry*, **74(8)**, 620–626.
- Hamivand, L. Alizadeh, H. Farohki, N. ,& Kazemi, F.(2018). Psycho-Social Program Designing for Students with Sluggish Cognitive Tempo and its Effectiveness on Socio-Emotional Difficulties. *Journal of Disability Studies*,**8**,4–36
- Hamivand, L. Alizadeh, H. Farohki, N. ,& Kazemi, F.(2020). The Effectiveness of Psychosocial Program on Speed and Accuracy of Information Processing in Students with Sluggish Cognitive Tempo (SCT). *Quarterly Journal of Child Mental Health*,**7(2)**, 108–119.
- Hartman , C ., Willcutt , E. , Rhee, S & Pennington, B (**2004**) . The Relation between Sluggish cognitive tempo and DSM – IV ADHD . *Journal of Abnormal Child Psychology* , **32** (5) . 491- 503 .

- Hynd, G. (2002, November 16). *ADHD and Its Association with Dyslexia: Diagnostic and Treatment Challenges*. the 53rd Annual International Dyslexia Association Conference, Atlanta, GA.
- Jaclyn, R. (2001). *Psychology and Mental Health . Abnormality – Grief and Guilt*. California . Salem Press Inc.
- Jacobson, L & Mahone , E .(2019) . Sluggish Cognitive Tempo Predicts Academic Fluency, Beyond Contributions of Core Academic Skills, Attention, and Motor Speed. *Journal of Attention Disorders*, **23** (14), 1703–1710 .
- Joyce-Beaulieu, D., & Sulkowski, M.L. (2015). *Cognitive behavioral therapy in K–12 school settings : A Practitioner’s toolkit*. New York . Springer Publishing Company, LLC .
- Keith, S.(2010). *Handbook of cognitive – behavioral therapies*. New York. The Guilford Press.
- Kingery ,K .(2013). *Investigation Neuropsychological ,Academic and Behavioral Correlates of Sluggish Cognitive Tempo in ADHD* .M.A., faculty of Arts and Sciences. Butler University.
- Kim, .K (2017). *Sluggish Cognitive Tempo and Working Memory Training, Doctoral thesis Faculty of the Graduate School of Psychology*. ProQuest Number: **10606868**.
- Kim, K., Lee, Y., & Lee, J. (2020). *The Effect of Eye-Feedback Training on Orienting Attention in Young Adults With Sluggish Cognitive Tempo*. *Frontiers in Psychiatry*, **11**. doi:[10.3389/fpsy.2020.00184](https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.00184).

- Kofler, M., Sarver, D., & . Becker, S. (2019). What Cognitive Processes Are "Sluggish" in Sluggish Cognitive Tempo? *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, **87**(11), 1030-1042..
- Lee , S ., Burns , J. Snell ,J & McBurnett, K. (2014) . Validity of the sluggish cognitive Tempo symptom Dimension in Children : sluggish cognitive tempo and ADHD – Inattention as Distinct symptom dimensions . *Journal of Abnormal Child Psychology* , **42**, (1), 7-19 .
- McBurnett, K., Pffifner, L., & Frick, p.(2001). Symptom properties as a function of ADHD type : An argument for continued study of sluggish cognitive tempo. *Journal of Abnormal Child Psychology*, **29**(3), 207- 213 .
- Pffifner, L., Mikami, A., Huang-Pollock, C., Easterlin, B., Zalecki, C. &McBurnett, K. (2007). A Randomized Controlled Trial of Integrated Home-School Behavioral Treatment for ADHD, Predominately Inattentive Type. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, **46**(8), 1041-1050.
- Tamm, L., Garner, A., Loren, R., Epstein, J., Vaughn, A., Ciesielski, H., Becker, S.(2016). Slow sluggish cognitive tempo symptoms are associated with poorer academic performance in children with ADHD. *Journal of Psychiatry Research*, **30**(242) ,251-259.
- Van der ,B., Smits, G., Van Someren, J., Gunning, B. (2005). Idiopathic chronic sleep onset insomnia in attention-

فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض تباطؤ الإيقاع المعرفي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي نقص الانتباه
أ.د/ مصطفى أبوالمجد سليمان مفضل أ.م.د/ علي ثابت إبراهيم حفني / أ / هالة صلاح أحمد سيد

deficit/hyperactivity disorder: a circadian rhythm sleep disorder.
Chronobiology International ,**22** (3), 70-559.

Wiener, J. (2003). *textbook of child & adolescent psychiatry & printsecfrontcover Textbook of Child & Adolescent Psychiatry*.
Washington, DC. American Psychiatric Association.

Willcutt, E., Chhabildas, N., & Pennington, B.(2001). Validity of the
DSM-IV Subtypes of ADHD. *ADHD Report*, **9** (1), 2-5.

Willcutt ,E. Chhabildas ,N. Kinnear, M. DeFries ,J. Richard K. Olson ,
R. Leopold ,D. Keenan, J., & Pennington, B.(2014). The
Internal and External Validity of Sluggish Cognitive Tempo and
its Relation with DSM-IV ADHD. *Journal of Abnormal Child
Psychol*, **42**(1),21-35.