

فاعلية برنامج معرفي بيئي لتنمية المهارات الاجتماعية والسلوك

التوافقي لدى عينة من مدمني المخدرات المتعافين

أ/شرف البيومي عبد العظيم (أخصائي إجتماعي-مستشفيات جامعة عين شمس)

أ.د/احمد مصطفى العتيق

استاذ علم النفس البيئي ورئيس قسم العلوم الانسانية بمعهد الدراسات والبحوث البيئية)

أ.م.د/حنان هانى حسن الرصاص

(استاذ مساعد مركز الطب النفسي والادمان بمستشفيات جامعة عين شمس)

أجريت هذه الدراسة لمعرفة مدى فاعلية برنامج معرفي بيئي لتنمية المهارات الاجتماعية والسلوك التوافقي لدى عينة من مدمني المخدرات المتعافين.

أجريت هذه الدراسة على (30) فرد (15) منهم فئة تجريبية و(15) فئة ضابطة، اعتمدت هذه الدراسة على المنهج الوصفي، كما استخدمت هذه الدراسة مقياس المهارات الاجتماعية ومقياس السلوك التوافقي مع تطبيق برنامج معرفي بيئي مكون من (16) جلسة مدة كل جلسة (45) دقيقة وكانت نتائجها كالتالي:

1. توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطى رتب درجات عينة المدمنين المتعافين (المجموعة التجريبية) فى القياسين القبلى والتتبعى للمهارات الاجتماعية والسلوك التوافقي بعد تعرضهم للبرنامج المعرفى البيئى .

2. توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطى رتب درجات عينة المدمنين المتعافين (المجموعة التجريبية) فى القياسين التتبعى / البعدى لكل من المهارات الاجتماعية والسلوك التوافقي بعد تعرضهم للبرنامج المعرفى البيئى.

3. توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطى رتب درجات عينة من المدمنين المتعافين (المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة) فى القياس البعدى لكل من المهارات الاجتماعية والسلوك التوافقي بعد تعرض المجموعة التجريبية للبرنامج المعرفى البيئى .

الكلمات المفتاحية: برنامج - معرفي بيئي - التنمية - المهارات الإجتماعية - سلوك توافقي - مدمن المخدرات - المتعافين.

The effectiveness of an environmental knowledge program for developing social skills and consensual behavior among a sample of recovered drug addicts

Ahmed Mustafa Al-Ateeq (Professor of Environmental Psychology - Ain Shams University)

Dr. Hanan Hani Hassan Al-Rasas (Assistant of psychiatry - Center of Psychiatry and Addiction - Ain Shams University Hospitals)

Ashraf El-Bayoumi Abdel-Azim Taha (Ain Shams University Hospitals)

Summary of the Study

This study was conducted to identify the effectiveness of an environmental cognitive program to develop the social skills and adaptive behavior among a sample of recovering drug addicts.

This study was conducted on (30) individuals (15) of them served as experimental group and (15) served as control group. This study adopted the descriptive method and experimental one, and used the social skills scale and adaptive behavior scale alongside with applying an environmental cognitive program consisting of (16) sessions, each session takes (45) minutes and their results were as follows:

1. There are statistically significant differences among rank means of sample of recovering drug addicts (experimental group) in the pretest and consecutive test for social skills and adaptive behavior when they responded to an environmental cognitive program.
2. There are statistically significant differences among rank means of sample of recovering drug addicts (experimental group) in the consecutive test and posttest for social skills and adaptive

behavior when they responded to an environmental cognitive program.

3. There are statistically significant differences among rank means of sample of recovering drug addicts (experimental group & control group) in the pretest for social skills and adaptive behavior when the experimental group responded to an environmental cognitive program.

Key Words: Programme - environmental cognitive – development – adaptive behavior - drug addicts – recovering.

فاعلية برنامج معرفي بيئي لتنمية المهارات الاجتماعية والسلوك التوافقي لدى عينة من
مدمني المخدرات المتعافين

فاعلية برنامج معرفي بيئي لتنمية المهارات الاجتماعية والسلوك التوافقي لدى عينة من مدمني المخدرات المتعافين

أ/أشرف البيومي عبد العظيم (أخصائي إجتماعي-مستشفيات جامعة عين شمس)

أ.د/احمد مصطفى العتيق

(استاذ علم النفس البيئي ورئيس قسم العلوم الانسانية بمعهد الدراسات والبحوث البيئية)

أ.م.د/حنان هانى حسن الرصاص

(استاذ مساعد مركز الطب النفسى والادمان مستشفيات جامعة عين شمس)

مقدمة الدراسة:

إن تعاطي المخدرات والإدمان عليها تعد من أهم الأمراض المحلية والاقليمية العالمية التي تواجه العديد من المجتمعات في الوقت الحاضر، وهي آفة تنتشر بين الشباب والفتيات، الكبار والصغار، الفقراء والأغنياء، وما من دولة في وقتنا الحاضر تستطيع أن تكف أذى الإدمان عن أبنائها. ويترتب على هذه المشكلة تكاليف باهظة، منها تكاليف على الفرد نفسه وعلى أسرته وكذلك على خزينة الدولة وعلى مؤسسات الرعاية الصحية والنفسية والاجتماعية، وهذه المشكلة غالبا ما تبدأ في فترة المراهقة. (Merith. 2001).

وعلى الرغم من التزايد الكبير في عدد البرامج العلاجية والتأهيلية والوقائية في دول العالم لمعالجة مدمني المخدرات، فإننا نجد أن الإحصائيات العالمية مازالت تشير إلى أن هناك نسبة كبيرة من المدمنين المتعافين عادوا إلى الإدمان خلال فترات زمنية متفاوتة في مختلف دول العالم خاصة الدول المتقدمة التي تخصص موازنات هائلة، تقدر بملايين الدولارات لمكافحة الإدمان وعلاج المدمنين في مستشفيات خاصة ومراكز تأهيلية، إلا أن نسبة الإدمان والانتكاسة مازالت في تزايد مستمر؛ فقد أشارت إحصائية حديثة صادرة عن مكتب المخدرات والجريمة التابع لمنظمة الأمم المتحدة

(United Nations Office on Drugs and Crime, 2017) (تقرير المخدرات العالمي 2017) إلى وجود ما يقارب من ربع بليون نسمة، أو نحو 5 في المائة من سكان العالم البالغين، يتعاطون المخدرات بشتى أنواعها في مختلف دول العالم خلال عام 2015، والأكثر مدعاه للقلق أن نحو 29 مليون من متعاطي المخدرات يعانون من اضطرابات ولذلك فان عدد الوفيات المتصلة بالمخدرات في عام 2014 بلغ 207400 حالة، اي ما يعادل 34.5 حالة وفاة لكل مليون شخص ممن تتراوح أعمارهم بين 15 - 64 عاما (مكتب الامم المتحدة: 2017).

مشكلة الدراسة:

من خلال الخبرة العملية للباحث في مجال علاج حالات التسمم والإدمان للمرضى المترددين على مركز علاج السموم بمستشفيات جامعة عين شمس، تبين وجود أعداد كبيرة من المدمنين والمدمنين المتعافين والمدمنين المنتكسين والذين يحضرون لمركز علاج السموم نتيجة تعاطيهم جرعات زائدة من المخدرات إثر تعرضهم للعديد من الظروف السيئة والأحوال السلبية المختلفة.

مصر - كسائر دول العالم - تواجه صعوبات كبيرة في خفض نسبة الإدمان بين الفئات العمرية المختلفة. فعلى الرغم من إنتشار المراكز والمؤسسات العلاجية والوقائية (الحكومية والخيرية والخاصة) في المجتمع، التي تهتم برعاية المدمنين ومتابعة المدمنين المتعافين من كلا الجنسين فان الأعداد تتزايد بشكل ملحوظ وملفت للنظر (قاعدة البيانات بمركز علاج السموم: 2018).

كما تكمن المشكلة في أن الإدمان على المخدرات يؤثر سلبا على صاحبه ويؤدي الى توترات نفسية ونقص في المهارات الإجتماعية لديه، لذا فان تنمية المهارات الإجتماعية وخفض القلق والإكتئاب وكيفية التغلب على هذه الضغوطات النفسية لدى مدمني المخدرات المتعافين لابد ان يكون من خلال برامج معرفية وبيئية.

فاعلية برنامج معرفي يبني لتنمية المهارات الاجتماعية والسلوك التوافقي لدى عينة من مدمني المخدرات المتعافين

أهداف الدراسة:

تستهدف هذه الدراسة تحسين وتنمية المهارات الاجتماعية والسلوك التوافقي للمدمنين المتعافين وذلك من خلال تفعيل وإستثمار للبرنامج العلاجي المعرفي البيئي في تنمية المهارات الاجتماعية والسلوك التوافقي لدى مدمني المخدرات المتعافين وتحقق الأهداف من خلال الأثار الإيجابية لدى مدمني المخدرات المتعافين.

أهمية الدراسة:

تتمثل أهمية الدراسة فى الآتى:

- 1- إكساب مهارات جديدة تساعدهم فى تحقيق تكيف أفضل فى حياتهم اليومية.
- 2- تعديل بعض السلوكيات من خلال تحديد الافكار غير العقلانية.
- 3- كما تفيد نتائج هذه الدراسة المراكز التأهيلية المتخصصة فى علاج المدمنين المتعافين وكذلك المؤسسات الأخرى المعنية بهذه الفئة.
- 4- وكذلك إستفادة المهتمين بقضايا الإدمان من نتائج هذه الدراسة.
- 5- تزويد المهتمين بالصحة النفسية ومراكز علاج الإدمان ببرنامج يمكن تطبيقه مع حالات الإدمان، لمساعدة المدمنين على إستعادة قدر من التوافق النفسى والإجتماعى، أى العمل على دعم فكرة إعادة تأهيل المدمنين المتعافين نفسيا وإجتماعيا ومهنيا من خلال تنمية مهاراتهم الاجتماعية والسلوك التوافقي.

فروض الدراسة:

4. توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطى رتب درجات عينة المدمنين المتعافين (المجموعة التجريبية) فى القياسين القبلى والتتبعى للمهارات الاجتماعية والسلوك التوافقي بعد تعرضهم للبرنامج المعرفي البيئي .

5. توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطى رتب درجات عينة المدمنين المتعافين (المجموعة التجريبية) فى القياسين التتبعى / البعدى لكل من المهارات الاجتماعية والسلوك التوافقى بعد تعرضهم للبرنامج المعرفى البيئى.
6. توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطى رتب درجات عينة من المدمنين المتعافين (المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة) فى القياس البعدى لكل من المهارات الاجتماعية والسلوك التوافقى بعد تعرض المجموعة التجريبية للبرنامج المعرفى البيئى.

الإطار النظرى والدراسات السابقة

مفاهيم الدراسة:

مفهوم المدمن:

يعرف المدمن على أنه تعود الشخص على عقار معين، بحيث تتعود خلايا الجسم على هذا العقار ولو اختفى هذا العقار فجأة أدى إلى ظهور تغيرات نفسية لذا يضطر المتعاطي إلى البحث عنه بكل وسيلة لو أدى ذلك إلى تحطيم حياته كلها وحيث أن مفعول المادة المسببة للإدمان يقل مع الزمن فإن ذلك يؤدي بالمتعاطي إلى زيادة الجرعة كي يحصل على نفس الأثر (ممتاز عبدالوهاب: 2003، ص 19).

المدمن المتعافى:

يعرف المدمن المتعافى على أنه: الشخص الذى سبق له أن أدمن على استخدام المخدرات ثم خضع لبرنامج علاجى متخصص وتمائل للشفاء من داء الادمان على المخدرات سواء كان ذلك الادمان على مواد أفيونية، أو منشطات، أو مهلوسات، أو خمور (عبد العزيز بن محمد احمد بن حسين، 2004).

مفهوم المهارات الاجتماعية:

تعد المهارات الاجتماعية من دعائم التوافق النفسى على المستوى الشخصى والاجتماعى، وذلك من منطلق أن إقامة علاقات ودية من بين المؤشرات الهامة للكفاءة

فاعلية برنامج معرفي ببنى لتنمية المهارات الاجتماعية والسلوك التوافقي لدى عينة من مدمني المخدرات المتعافين

فى العلاقات الشخصية، فالفرد يحيا فى كنف شبكة من العلاقات الاجتماعية، وبالتالي فان نمو هذه المهارات أمرا حتميا بغية تكوين علاقات شخصية ناجحة ودائمة معه. (W.D: Attribution Retraining 26, 1997, p 68)

تتجه الإتجاهات الحديثة بالمهارات الاجتماعية إلى إعتبار أنها تمثل مع القدرة العقلية جانبى الكفاءة والفاعلية فى مواقف الحياة والتفاعلات اليومية للفرد مع المحيطين به، وتفسر ذلك الاخفاق الذى يعانیه البعض فى تلك المواقف، ممن يملكون قدرا منخفضا منها على الرغم من إرتفاع قدراتهم العقلية، حيث يتمثل الإخفاق فى عدم إستثمار الفرص المتاحة لإقامة علاقة ودية مع المحيطين بهم، وعدم الحصول على المكانة الملائمة فى العمل، كما يظهر أيضا فى عزله الاجتماعية والخجل فى مواقف التفاعل الاجتماعى، مما يشكل عائقا عن التعبير والإفصاح عن الذات (طريف شوقى فرج، 2003، ص 44).

مفهوم السلوك التوافقي:

أولا: ما هو السلوك وكيف يتشكل؟

الاجابة هنا من خلال ما يقصد بالسلوك من الناحية الاصطلاحية فهو عبارة عن ردود الأفعال الإنعكاسية الأولية ويتمثل فى سيرة الإنسان ومذهبه وإتجاهه، فأى إنسان ممكن أن يكون سئ السلوك أو حسن السلوك، أى قد يكون إندفاعيا بمعنى سلوك قسرى إضطرارى أو قد يكون إختياريا يتم بعد تفكير وإدراك وإنفعال ونزوع، لذلك يتحمل الإنسان مسئولية نتائج سلوكه.

وبوجه عام يشير السلوك إلى كل الإستجابات الصادرة عن الكائن الحى أو الغدد الموجودة فى جسمه، أى أن مفهوم السلوك يتضمن المناشط العقلية ومظاهره (التفكير - التعلم - الإدراك - التذكر)، كما يشتمل النشاطات الفسيولوجية كالتنفس والدورة الدموية والنبض وإفراز الغدد، وبذلك يشمل السلوك جميع مناشط الكائن الحى الداخلية والخارجية (مهرة سالم محمد القاسمى دار الفكر العربى).

لا نستطيع أن ندرك معنى السلوك أو مفهومه على وجه التحديد إلا في ضوء العلاقة الديناميكية بين الكائن الحي وبيئته. فمنذ اللحظة الأولى التي يبدأ فيها الكائن الحي حياة مستقلة، تبدأ مع هذه الحياة علاقة ديناميكية بين الكائن الحي من ناحية وبين البيئة المحيطة من ناحية أخرى. أو بمعنى آخر تبدأ عملية تفاعل مستمرة بين الكائن الحي والبيئة. والكائن الحي يصدر منه نشاط يؤثر في البيئة. ونحن نسمى أي نشاط يصدر من الكائن الحي في أثناء عملية التفاعل هذه، بالسلوك. فالسلوك إذن باختصار هو أي نشاط يصدر من الكائن الحي (محمد عماد الدين اسماعيل، 1987: 115).

تعريفات السلوك التوافقى:

والتوافق حالة "state" تظهر في تآلف أفراد الأسرة وتقاربهم واجتماع كلمتهم وارتباطهم معاً بروابط المودة والمحبة والرحمة، ويقابلها عدم التوافق الذي يظهر في عدم التآلف والاختلاف والتنافر وعدم اجتماع الكلمة حول أمور الأسرة وعدم الرضا عنها ، والذي نجده واضحاً داخل المؤسسات الإيوائية وعدم تآلف مجهولي النسب المقيمين بتلك المؤسسات سواء مع بعضهم البعض أو مع الإشراف و الأخصائيين أو الإدارة القائمة علي رعايتهم وشعورهم الدائم بالوحدة والانعزال وعدم التوافق (كمال إبراهيم مرسى، 2008 ، ص99).

كما أن التوافق عملية يسعى من خلالها الفرد إلى تعديل في نشاطه ليصدر في النهاية أنماط سلوكية أكثر توافقاً مع ذاته من حيث الشعور بالسعادة والرضا عن النفس وإشباع الرغبات والحاجات الداخلية إلى جانب قدرته على ضبط النفس والتحرر النسبي من الصراع والقلق، أيضاً قدرته على التفاعل مع البيئة من حوله وتحقيق أهدافه وطموحاته وفقاً لظروف البيئة المتغيرة من حوله.

وأشارت دائرة معارف علم النفس: أن التوافق هو حالة تكون فيها حاجات الفرد من ناحية ومتطلبات البيئة من ناحية أخرى مشبعة من خلال علاقات منسجمة بين الفرد وبيئته الاجتماعية (Eysenk,H & Arnold, W.1995,p.49)

فاعلية برنامج معرفي ببنى لتنمية المهارات الاجتماعية والسلوك التوافقي لدى عينة من مدمنى المخدرات المتعافين

تعريف منظمة الصحة العالمية: هو حالة من التكامل البدنى والنفسى والاجتماعى الافضل وليس بمعنى إنتقاء المرض تماما والبعدان اللذان يركز عليهما التعريف هما:
أ- التكامل بين جوانب الشخصية جسيما ونفسيا واجتماعيا كشرط للتوافق.

ب- الخلو النسبى من المرض النفسى وليس الخلو التام منه.

تعريف دائرة المعارف البريطانية: التوافق هو مجموعة من العمليات السلوكية التى يقوم بها الشخص أو الكائن الحى لتحقيق نوع من التوازن بين الحاجات المتنوعة والمتباينة للأفراد أو بين مطالبهم ومتطلبات بيئتهم ويبدأ حين يكون هناك حاجة وينتهى بإشباع تلك الحاجة.

وعرف المعجم الفلسفى التوافق: انه العملية التى تقتضى من الفرد حين يواجه مشكلة خلقية أو يعانى صراعا نفسيا أن يغير من عاداته واتجاهاته ليتواءم مع الجماعة التى يعيش فى كنفها (يوسف قطامى: 2008).

أما موسوعة علم النفس والتحليل النفسى: فيعنى التوافق أن يحقق الفرد نجاحا فى مواقف حياته المختلفة فيستفيد منها أو يتحاشى بقدر الإمكان ضررها (محمد نبيل: 2007).

فاعلية برنامج:

تعريف الفاعلية بأنها "مدى الأثر الذى يمكن أن تحدثه المعالجة التجريبية باعتبارها متغيرا مستقلا فى أحد المتغيرات التابعة، (سالم ومصطفى، 2006: 94).

مفهوم البرنامج:

هناك العديد من البرامج المختلفة التى تهدف إلى تنمية وتحسين السلوك أو العمل على تعديلها بما يتناسب مع العادات والتقاليد وبما لا يتعارض مع الأنظمة والقوانين فى المجتمع، وإختلاف هذه البرامج من خلال النظريات المفسرة لكل ظاهرة كما يلاحظ أن البرامج العلاجية وتعديل السلوك لها دور كبير فى تنميتها. هذا وتسعى البرامج العلاجية إلى تحقيق أهداف الإرشاد والتوجيه بصفة عامه من تحقيق الصحة النفسية

والتوافق، وتحقيق الذات، وصنع القرارات، وإكساب الأفراد مهارة الضبط والتوجيه الذاتي وتعني وصول الفرد إلى درجة من الوعي بذاته وإمكاناته، حيث ينتقل من الضبط الخارجي لسلوكه إلى الضبط الداخلي فيتحكم بسلوكه ويضبطه برغبة ذاتية ومراقبة داخلية وبالتالي يتمكن الفرد من مواجهة مشكلاته بنفسه دون الاعتماد على الآخرين، وهذه الأهداف تساعد على إكساب الأفراد للمهارات الاجتماعية، فلكل برنامج علاجي أهداف عامه وأهداف خاصة تنبثق من طبيعة المشكلة؛ فالإنسان يولد ولديه نزعتان: النزعة الفردية والتي تدفع الفرد إلى تحقيق ذاته وتأكيداها وانه شخص مميز له شخصيته الفريدة التي يعتز بها، ويسعى إلى تطويرها، والنزعة الاجتماعية التي تدفعه لأن يكون عضوا في الجماعة، فهو كائن بيولوجي إجتماعي إلا انه أحيانا تواجهه بعض المعوقات في تحقيق توافقه الاجتماعي مع الآخرين (السفاسفة، 2010).

مفهوم البرنامج المعرفي:

يعرف البرنامج المعرفي على أنه: نموذجاً تعليمياً يكتسب الأفراد من خلاله المعرفة والمهارات ليتمكنوا من تغيير معرفتهم وسلوكياتهم وإنفعالاتهم.

يعرف البرنامج المعرفي في هذه الدراسة على أنه: الأسلوب الوقائي والعلاجي الذي سيتم تطبيقه بهدف تنمية المهارات الاجتماعية والسلوك التوافقي لدى مدمني المخدرات المتعافين، وفق الأساليب المعرفية السلوكية التالية (التعلم الذاتي - الضبط الذاتي - إعادة البناء المعرفي - التحصين ضد الاكتئاب والتوتر والاضطرابات المختلفة) (حازم محمد صالح، 2007).

مفهوم البرنامج المعرفي البيئي: هو عملية منظمة مخططة في إطار النظرية المعرفية السلوكية تهدف إلى مساعدة الجهات المستهدفة على إكتساب بعض الحقائق والمعلومات عن الذاتوية وسماتها، بالإضافة إلى إكسابهم بعض المهارات اللازمة للتعامل مع المدمنين المتعافين وتدريبهم بهدف تحقيق قدر معقول من التواصلية والاجتماعية من خلال تدريبهم على إقامة علاقات إجتماعية ناجحة مع الآخرين، ومن ثم الحد من

فاعلية برنامج معرفي يبني لتنمية المهارات الاجتماعية والسلوك التوافقي لدى عينة من
مدمنى المخدرات المتعافين

سلوكهم غير اللائق ومساعدتهم على تحقيق التفاعلات الاجتماعية المرغوبة (هلا نعيم
السعيد - 2010).

تنمية المهارات:

أولاً: مفهوم التنمية: تعد التنمية من أكثر المفاهيم السياسية والاجتماعية والإقتصادية
والبشرية إتساعاً في عصرنا الحالي، ولا سيما في دول العالم الثالث التي اتخذت منها
منهجاً للتقدم والرقى والتخلص من التخلف، واللاحق بركب حضارة العصر، فهي تعنى
التطوير العمدى المقصود والهادف، وتحسين الأشياء، والرفع من جودتها، والعمل على
تقدمها وحسن تطورها وإزدهارها (عبد الرحمن محمد العيسوى: 2001، ص 42-44).

كما عرفت التنمية بأنها تلك العمليات التي تبذل بقصد ووفق سياسة عامة لإحداث
تطور إجتماعى وإقتصادى وسياسى للناس فى بيئاتهم، وذلك بالإعتماد أساساً على
الجهود الأهلية والحكومية المنسقة والمتكاملة، على أن تكتسب كل منها قدراً أكبر فى
مواجهة مشكلات المجتمع نتيجة لهذه العمليات (ابراهيم عصمت مطاوع - ص 10).

ثانياً: مفهوم المهارة:

يتفق هذا التعريف مع تعريف معجم علم النفس والطب النفسى من حيث أن المهارة
لها جانب فطرى وجانب مكتسب، اذ يشير التعريف إلى أن المهارة قدرة غالباً مكتسبة
على أداء أفعال حركية لتحقيق هدف ما، وعلى الرغم من اللفظ ينصب أساساً على
النشاط الحركى، فإنه يشيع الآن الحديث عن مهارات لفظية، ومهارات إجتماعية، وفى
الحالات الأخيرة هناك ميل لإستخدام اللفظ، بحيث يعنى أن المهارة جزء من نمط
السلوك يستهدف التأثير فى الآخرين والتصرف معهم (جابر عبد الحميد، علاء الدين
كفاى، 1993).

على جانب آخر هناك من يرى المهارة تتمثل في القدرة على القيام بعمل ما يحدده مقياس مطور لهذا الغرض، وذلك على أساس من الفهم والسرعة والدقة (جودة احمد سعادة، 2006).

وتعتبر نظرية التعلم الإجتماعى كما صاغها باندورا إحدى النظريات المعاصرة التى أثرت فى تطور حركة العلاج السلوكى، وقد بين أن التعلم الإجتماعى عملية نشطة وتحتاج إلى شروط تضمن نجاحها منها، إعطاء تعليمات لفظية خلال ملاحظة النموذج ومنها العمل على إثارة الدوافع والإتجاهات والإهتمامات الشخصية التى تحت على تعلم الأشياء بسرعة. وهو ما يتسق مع عينة الدراسة وتطبيق برنامج علاجى سلوكى والقاء المحاضرة والتعليمات اللفظية وكذلك تطبيق مقياسى المهارات الاجتماعية والسلوك التوافقى على العينة المستهدفة (عبد الستار ابراهيم وآخرون: 1993).

التوافق:

حالة وقتيه تنزن فيها قوى المجال بما فيه الشخص ذاته فكل مجال إنساني يتضمن عديدا من القوى المتوافرة المتنازعة ويتضمن الإنسان الذي سينجو سلوكه اتجاها خاصا حسب نظام هذه القوى حيث ينعكس عليه تأثير هذا الاتجاه، فعندما يوجد إنسان فى مجال جديد كالدراسة الجامعية فأن القوى التى تتنازع فى هذا المجال لا تستقر بسرعة ولا توجد أصلا على استقرار.

(سهير كامل أحمد، 2007)

العوامل المؤثرة فى التوافق:

1- التنشئة الاجتماعية:

تعتبر عملية التنشئة الاجتماعية هى العملية التى يتحول فيها الإنسان من طفل إلى شخص بالغ تستطيع العيش فى المجتمع والتفاعل معه، وتلعب الأسرة دورا كبيرا فى عملية التنشئة حيث تساهم فى جعل الابن أكثر توافقا وذلك من خلال قبول الوالدين لأولادهم وإشراكهم فى إتخاذ القرار وقبول الذات، وعلى العكس قد تكون الأسرة لها دور فى جعل الطفل سيئ التوافق وذلك نظرا للعلاقات المضطربة بين الوالدين

فاعلية برنامج معرفي يبني لتنمية المهارات الاجتماعية والسلوك التوافقي لدى عينة من مدمنى المخدرات المتعافين

والمعاملة السلبية لهم، إلى جانب البيئة المدرسية والتي تعمل بشكل كبير فى تنمية شخصية الطالب وتزويده بمهارات وتمكنهم من مواجهة المجتمع ولذلك يكون لنفسه قدرة على التوافق الحسن مع نفسه ومع الأفراد من حوله.

لذلك يتضح لنا أهمية التنشئة الاجتماعية للفرد منذ الصغر وتكوين قدرات ومهارات شخصية وأنماط سلوكية وتنمو لديه بذور التوافق السليم أو عدمه حيث خبرة الطفل تحدد بدرجة كبيرة الرضا الذي يتمتع به الفرد فى حياته المستقبلية وقدرته على التوافق. (علاء الدين كفاي، 1987، نعيم الرفاعي، 1982)

- استعدادات وقدرات الفرد:

حيث أن كلما كان الفرد أكثر ذكاءً أو إبداعاً، كلما استطاع تحديد أهدافه وفق البيئة المحيطة به وإمكانياته المتاحة وبذلك يستطيع تحقيق أهداف أبعد وأكثر صعوبة، بالإضافة إلى قدرة الفرد الأكثر ذكاءً على تحديد نقاط قوته وضعفه وأكثر إدراكاً للعوائق التي ستقابلة فى بيئته وتعيق تحقيق أهدافه، وعلى عكس ذلك فالشخص ذو القدرات العقلية والطموح المتقدم يجعل الفرد ينساق وراء رغباته غير الواقعية مما يصيبه ذلك بالفشل فى تحقيق التوافق المنشود، إلى جانب وجدت بعض الأبحاث والدراسات أن الأفراد ممن لديهم اضطراباً انفعالياً يميلون إلى تقدير أهدافهم بشكل غير واقعي مما يجعلهم يتأثرون برغباتهم أو مخاوفهم ولكن الأفراد ممن يتمتعون بصحة نفسية جيدة يستطيعون الموازنة بين الواقع والآمال وذلك نتيجة لعدم اضطرابهم النفسي. (رمزية محمد، 1974، ؛ محمد عطا، 1978)

الدراسات السابقة:

- المحور الأول: دراسات تناولت العلاج المعرفى السلوكى.
- المحور الثانى: دراسات تناولت التدخل البيئى.
- المحور الثالث: دراسات تناولت المهارات الاجتماعية والسلوك التوافقي وعلاقتها بالتعافى من الادمان.

أولاً: الدراسات التي تناولت العلاج المعرفى السلوكى:

دراسة فاطمة خليفة السيد: 2017

هدفت الدراسة إلى التعرف على مدى فعالية برنامج علاج سلوكى معرفى فى تنمية الصلابة النفسية والوقاية من الانتكاسة لدى عينة من مرضى الإدمان السعوديين بجهة، وتشمل الدراسة (10) من مرضى الإدمان، وطبق عليهم مقياس الصلابة النفسية إعداد الباحثة، ومقياس مواقف الانتكاسة إعداد رشا عبد الفتاح الديدى، ورأفت السيد عسكر بالإضافة الى البرنامج العلاجى السلوكى إعداد الباحثة وتوصلت النتائج الى فعالية البرنامج المستخدم فى تنمية الصلابة النفسية، وخفض معدل الانتكاسة لدى مرضى الإدمان السعوديين بجهة. وإستخدمت الدراسة المنهج التجريبي وهو عبارة عن معالجة للمتغيرات المستقلة ورصد أثر هذه المعالجة على المتغيرات التابعة، وتوصلت الدراسة الى النتائج التالية:

توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلى والقياس البعدى على مقياس الانتكاسة لدى المجموعة التجريبية لصالح القياس البعدى.

لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطى درجات مقياس الصلابة النفسية والانتكاسة لدى المجموعة التجريبية فى القياسين البعدى والتبعى

دراسة نانسى جورج زكى: 2018.

هدفت الدراسة إلى التحقق من فاعلية برنامج معرفى سلوكى لتنمية التوافق البيئى النفسى لدى عينة من الاطفال المصابين بمرض السرطان.

وتكونت عينة الدراسة من 40 طفل تم تقسيمهم لمجموعة ضابطة ومجموعة تجريبية، وتم استخدام مقياس التوافق البيئى النفسى قبل وبعد تطبيق البرنامج وأيضاً كمقياس تتبعى.

فاعلية برنامج معرفي بيئي لتنمية المهارات الاجتماعية والسلوك التوافقي لدى عينة من مدمني المخدرات المتعافين

ولقد توصلت الدراسة الى النتائج التالية:

إيجابية فاعلية البرنامج المعرفي السلوكي في تنمية التوافق البيئي النفسى لدى الاطفال المصابين بالسرطان وذلك للمجموعة التجريبية التي قامت الباحثة بتطبيق البرنامج عليهم بينما لم يحقق أطفال المجموعة الضابطة والذين لم يتم تطبيق البرنامج عليهم اى تحسن ملحوظ وذلك على مقياس التوافق البيئي والنفسى.

ولقد نجحت الدراسة فى تحسين ملحوظ فى الجوانب البيئية الفيزيقية للعينة التجريبية من خلال التعامل مع الاسرة والاهل والاصدقاء والزلاء والمدرسين والجيران.

ثانيا: الدراسات التي تناولت العلاج البيئي:

دراسة انالو شيوما: 2007 Anelo Chioma.

ومن أهداف هذه الدراسة: توضيح العلاقة بين جودة البيئة المبيئة والتأهيل الإجتماعى ووصمة العار الإجتماعية. وقد أشارت هذه الدراسة على أنه يمكن أن تلعب الهندسة المعمارية دورا فى مواجهة قضايا ألتهميش الإجتماعى لمدمني المخدرات فى مرحلة التعافى، كما أشارت الدراسة أيضا على أنه ليس هناك علاج ناجح لإدمان المخدرات، لذلك فإن التعافى من الإدمان عملية طويلة تتضمن تعلم مهارات جديدة ومقبولة إجتماعيا ومهارات للمواجهة، وقد أكدت الدراسة على أن الدعم الإجتماعى من أسرة وأصدقاء المدمن والمجتمع ككل ذا أهمية قصوى فى هذه العملية.

كما خلصت الدراسة إلى نتيجة مؤداها أن الهندسة المعمارية يمكن أن تسهم فى عملية التعافى هذه من خلال تسهيل إعداد مرفق سكنى إنتقالى ذات تسلسل هرمى لمساحات إجتماعية بطريقة تخلق بيئة داعمة وغير مهددة. أهم ما استفادت به الدراسة الراهنة من هذه الدراسة هو تأكيدها على العلاقة المتبادلة بين مكونات البيئة المكانية وعلاقتها بالانسان فى حالة الصحة والمرض وهذا ما تؤكّد عليه أدبيات علم النفس البيئى، وأن الهندسة المعمارية والدعم الإجتماعى من أسرة وأصدقاء المدمن والمجتمع

ككل يمكن أن تسهم في عملية التعافى المنشودة للمدمن. إلا أن هذه الدراسة لم توضح حجم العينة وكذلك لم تتضح الأدوات المستخدمة في هذه الدراسة. دراسة فانت نجوين: 2008 Vant.Naguyen .

وقد تمثل الهدف من هذه الدراسة الإستكشافية في فحص تأثير الأسر والأقران والمجتمع في التفاعلات مع العوامل الشخصية لتعاطى المخدرات و(67) ممن لم يتعاطوها.

وقد أشارت الدراسة بوضوح إلى أن هناك عوامل مخاطرة متعددة لتعاطى المخدرات بين الشباب في فيتنام، وهي تضم خاصية شخصية (مستوى التعليم) وتأثير الأقران (وجود الأصدقاء، زميل عمل يتعاطى المخدرات) والدعم المجتمعي (البيئة المجتمعية) وعوامل التوتر (التسرب من المدرسة). بينما كان تأثير مستوى التعليم والدعم المجتمعي هو الأقل على تعاطى المخدرات.

وقد جاء تأثير الأقران والتسرب من المدرسة بمثابة مؤشرين قويين لمخاطر تعاطى المخدرات بين الشباب في فيتنام. على عكس فروض الدراسة حيث لم تكن العوامل الأسرية بمثابة مؤشرات هامة لتعاطى المخدرات بين الشباب في فيتنام، وقد قدمت الدراسة بطبيعتها الإستكشافية نتائج أساسية وأولية عن العلاقات بين العوامل الشخصية والعائلية ومع الأقران والمجتمع على تعاطى المخدرات بين الشباب في فيتنام، وإنتهت هذه الدراسة إلى نتيجة مؤداها أنه قد تسهم نتائج هذه الدراسة في وضع وتنفيذ برنامج فعال للوقاية من المخدرات.

ورغم أن هذه الدراسة لم يتضح فيها الأدوات المستخدمة إلا أنها أكدت على أن العوامل الأسرية بمثابة مؤشرات هامة لتعاطى المخدرات.

دراسة رانيا حسن عبد الفتاح: 2017.

هدفت الدراسة الى تحسين حالات إدمان المخدرات باستثمار العلاج المعرفى والعلاج البيئى لانماط متباينة من الشخصية وذلك من خلال الاتى:

فاعلية برنامج معرفي بيئي لتنمية المهارات الاجتماعية والسلوك التوافقي لدى عينة من
مدمنى المخدرات المتعافين

1- التعرف على فاعلية برنامج للعلاج المعرفى السلوكى فى تحسن حالات إدمان
المخدرات لأنماط متباينة من الشخصية.

2- التعرف على فاعلية برنامج للعلاج البيئى (الاسرى) فى تحسن حالات إدمان
المخدرات.

3- التعرف على أنماط متباينة من الشخصية المنخرطين فى إدمان المخدرات
وتكونت عينة الدراسة من (18) فرد من المنقطعين عن المخدر، و (18) فرد مثلهم
ولكن يتم تطبيق البرنامج عليهم بالاضافة إلى (15) أسرة يطبق عليهم برنامج العلاج
البيئى.

ولقد أظهرت النتائج ما يلى:

- يوجد فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس التحسن النفسى بين عينتين أحدهما
يطبق عليها العلاج الدوائى والأخرى يطبق عليها العلاج الدوائى وبرنامج معرفى
سلوكى.

- يوجد فروق ذات دلالة إحصائية نتيجة تطبيق عليها العلاج الدوائى والأخرى يطبق
عليها العلاج الدوائى وبرنامج معرفى سلوكى.

- يوجد فروق ذات دلالة إحصائية نتيجة تطبيق برنامج معرفى سلوكى على عينة من
المدمنين المتوقعين قبل تطبيق البرنامج وبعد التطبيق.

- يوجد فروق ذات دلالة إحصائية نتيجة تطبيق برنامج إرشادى على عينة من أسر
المدمنين المتوقعين قبل تطبيق البرنامج وبعد التطبيق.

دراسة رباب عادل عبد العظيم: 2019.

إستهدفت الدراسة الاتى:

خفض أعراض القلق الاجتماعى باستخدام العلاج المعرفى السلوكى لدى مدمنى
المخدرات حيث تكونت العينة من (10) من مدمنى المخدرات ترواحت اعمارهم من
(30-40) سنة من الذكور غير المتزوجين، واستخدمت الدراسة مقياس القلق

الاجتماعى اعداد الباحثة، وبرنامج العلاج المعرفى السلوكى، وتمثل جلساته (18) جلسة بواقع جلستين فى الاسبوع ومدة كل جلسة ترواح من (60-90) دقيقة، وأسفرت النتائج عن انخفاض مستوى القلق الاجتماعى، كما إستمر إنخفاض مستوى القلق الاجتماعى فى القياس التتبعى وجميعها قيم دالة إحصائياً.

ثالثاً: الدراسات تناولت المهارات الاجتماعية والسلوك التوافقى وعلاقتها بالتعافى

من الإدمان

دراسة محمد احمد خدام: 2013.

هدفت الدراسة للتعرف على فاعلية برنامج لتطوير المهارات الاجتماعية وخفض سلوك الادمان لدى المدمنين على المخدرات.

وتكونت عين الدراسة من جميع النزلاء فى المركز الوطنى لتاهيل المدمنين فى عمان، بينما تكونت عينة البحث من 20 فرداً من المدمنين، وهم الافراد المتواجدين فى المركز اثناء فترة اجراء البحث.

وقد أهتمت الدراسة بمعرفة أثر برنامج جمعى سلوكى كمتغير مستقل، وسلوك الإدمان والمهارات الاجتماعية كمتغيرات تابعة، ولتحقيق هذا الهدف تم استخدام مقياس سلوك الادمان ومقياس المهارات الاجتماعية.

وقد أظهرت نتائج إختبار (ت) وجود فروق ذات دلالة إحصائية فى سلوك الإدمان والمهارات الاجتماعية بين المجموعة التجريبية والضابطة، وبينت النتائج وجود فروق فى سلوك الادمان والمهارات الاجتماعية لصالح المجموعة التجريبية التى تلقت تدريباً على البرنامج، حيث إنخفض سلوك الإدمان وتحسنت المهارات الاجتماعية للمجموعة التجريبية.

دراسة كريسبين - إكسندر: 2014 Krys-pin-Exner.

إستهدفت الدراسة التعرف على برنامج تدريب على المهارات الاجتماعية والعاطفية للمجرمين المدمنين على المخدرات بأحد السجون بمدينة سبرينغ بربلين - المانيا.

فاعلية برنامج معرفي بيئي لتنمية المهارات الاجتماعية والسلوك التوافقي لدى عينة من مدمني المخدرات المتعافين

وقد بينت دراسات بحثية مختلفة أن هناك صلة قوية بين المهارات الاجتماعية والعاطفية، وتعاطي المخدرات والسلوك الإجرامي. وقد أظهرت العديد من الدراسات أن تعزيز المهارات الاجتماعية والعاطفية يمكن أن تكون عاملاً هاماً للحماية للحد من تعاطي المخدرات والكحوليات. وقد تم تكييف بعض برامج التدريب على المهارات الاجتماعية القائمة من أجل معاملة مرتكبي جرائم المخدرات، وقد ثبتت فعاليتها في وضع السجون. في المقابل، أظهرت برامج التدريب الأخرى آثاراً صغيرة فقط. وكان الهدف من هذه الدراسة هو تقييم قابلية تطبيق وفعالية برنامج التدريب على المهارات الاجتماعية الذي هو جزء من العلاج في سجن متخصص لمدمني المخدرات المدانين. وأظهرت نتائج التقييم أن هناك القليل من الأدلة على فعالية برنامج التدريب على المهارات الاجتماعية المنفذة. وأظهرت مواضيع الدراسة أعلى تقدير الذات العام ولكن القليل من التحسن في المهارات الاجتماعية والعاطفية الأساسية. وبناءً على هذه التجربة، يناقش تطوير برنامج جديد للعلاج يستهدف مهارات الحياة المهمة، مثل إدارة الغضب والتعاطف.

الإجراءات:

أولاً: المنهج:

المنهج الوصفي هو المنهج المستخدم في هذه الدراسة كما تعتمد على التصميم بقياس قبلي وقياس تتبعي أثناء البرنامج وبعدي لمجموعة واحدة (التجريبية) ثم يتم إدخال المتغير المستقل (برنامج الدراسة) ثم قياس القياس البعدي لنفس المجموعة (التجريبية)، ويتم حساب درجات القياسين القبلي والبعدي ويكون أي تغيير في درجات القياس البعدي سببه هو المتغير المستقل (البرنامج)، ويتم تطبيق القياس القبلي والبعدي على المجموعة الثانية (الضابطة) فقط.

ثانياً: العينة

تم اختيار عينة تتكون من (30 فرد) مقسمة إلى مجموعتين إحداهما ضابطة والأخرى تجريبية من مدمني المخدرات المتعافين حيث يتم خضوع عدد (15 فرد مجموعة تجريبية) لبرنامج معرفي بيئي مما أمضوا على فترة التعافي ستة أشهر فأكثر، بينما لم يتم خضوع عدد (15 فرد مجموعة ضابطة) الأخرى للبرنامج وذلك من المرضى المدمنين المترددين على عيادة مركز الطب النفسي والإدمان - بمستشفى الخانكة يتراوح متوسط أعمار المجموعتين من (25-40) عام.

شروط إختيار العينة:

تم تحديد الشروط الآتية عند إختيار العينة لتحقيق الدراسة:

1. أن يكون المدمن لديه الإستعداد للمشاركة في البرنامج بعد إعلامه به نصياً.
 2. أن يكون في مرحلة التعافي في مدة لا تقل عن ستة شهور.
 3. أن يكون مدمناً متعافياً للمواد والعقاقير المخدرة.
 4. أن يكون من المرضى المتابعين بعيادة الإدمان بمستشفى الخانكة للطب النفسي والإدمان.
 5. أن يكون ممأ لديهم مسكن أسرى أو عائلي.
- لقد توافرت هذه العينة لدى الباحث بشكل مستقر في عيادة الطب النفسي والإدمان بمستشفى الخانكة.
- (وهذه الشروط خاصة فقط (بالمجموعة التجريبية) التي تخضع للبرنامج المعرفي البيئي).

فاعلية برنامج معرفي يبني لتنمية المهارات الاجتماعية والسلوك التوافقي لدى عينة من
مدمنى المخدرات المتعافين

تكافؤ العينة:

جدول رقم (1) نتائج اختبار (ت) لحساب التكافؤ بين متوسطي المجموعة الضابطة
والمجموعة التجريبية في الأداء القبلي لمقياس المهارات الاجتماعية

مستوى الدلالة 0.05	قيمة (ت)	المجموعة التجريبية (ن = 15)		المجموعة الضابطة (ن = 15)		المتغيرات
		الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	
0.07 غير دالة	1.859	2.8	27.8	5.6	24.8	التعبير الإنفعالي
0.97 غير دالة	0.036	2.1	24.9	6.9	24.9	الحساسية الإنفعالية
0.5 غير دالة	0.719	2.4	23.6	6.4	22.3	الضبط الإنفعالي
0.4 غير دالة	0.836	2.1	20.5	7.8	22.2	التعبير الاجتماعي
0.8 غير دالة	0.212	1.4	26.5	7.2	26.1	الحساسية الاجتماعية
0.1 غير دالة	1.677	2.7	27.2	6.1	24.3	الضبط الاجتماعي
0.1 غير دالة	1.482	6.4	31.1	6.9	27.5	المراوغة الاجتماعية
0.5 غير دالة	0.786	14.6	181.5	43.6	172.2	إجمالي مقياس المهارات الاجتماعية

اتضح من نتائج اختبار ت لحساب دلالة الفروق بين متوسطي المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في الأداء القبلي لمقياس المهارات الاجتماعية عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في الأداء القبلي لمقياس المهارات الاجتماعية حيث كانت قيم ت جميعها غير دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (0.05) ما يشير لتكافؤ العينة.

جدول رقم (2) نتائج اختبار (ت) لحساب الفروق بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في الأداء القبلي لمقياس التوافق النفسي

مستوى الدلالة 0.05	قيمة (ت)	المجموعة التجريبية (ن = 15)		المجموعة الضابطة (ن = 15)		المتغيرات
		الانحراف المتوسط المعياري	المتوسط	الانحراف المتوسط المعياري	المتوسط	
0.1 غير دالة	1.659	0.6	10.2	7.1	13.3	المحور الأول: التوافق الشخصي والانفعالي
0.9 غير دالة	0.132	1.1	16.6	5.8	16.8	المحور الثاني: التوافق الصحي/الجسمي
0.9 غير دالة	0.146	1.7	17.3	6.9	17.6	المحور الثالث: التوافق الأسري
0.6 غير دالة	0.477	0.9	21.4	6.16	20.27	المحور الرابع: التوافق الاجتماعي
0.5 غير دالة	0.675	2.4	65.5	25.1	69.9	إجمالي مقياس التوافق النفسي

اتضح من نتائج اختبار ت لحساب دلالة الفروق بين متوسطي المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في الأداء القبلي لمقياس التوافق النفسي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في الأداء القبلي

فاعلية برنامج معرفي يبني لتنمية المهارات الاجتماعية والسلوك التوافقي لدى عينة من
مدمنى المخدرات المتعافين

لمقياس التوافق النفسي حيث كانت قيم تجميعها غير دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (0.05) ما يشير لتكافؤ العينة.

ثالثاً: الأدوات (التصميم – الكفاءة السيكمترية)

هي الأدوات التي سيقوم الباحث باستخدامها وإعدادها للحصول على المعلومات اللازمة من (العينة) مجتمع الدراسة وهي عبارة عن مجموعة من الأدوات السيكمترية والتي قام الباحث بإعدادها من خلال إتساقها مع أهداف الدراسة وفروضها من خلال الآتى:

1. مقياس المهارات الاجتماعية (د./ السيد ابراهيم السمدوني - كلية التربية - جامعة طنطا): يتكون من 7 مهارات هي (الحساسية الاجتماعية، الضبط الاجتماعي، المراوغة الاجتماعية) مهارة (15 عبارة) بإجمالي 104 عبارة.
2. مقياس السلوك التوافقي (د. زينب شقير - رئيس قسم الصحة النفسية بتربية طنطا): يتكون من 4 محاور هي (المحور الأول: التوافق الشخصي والانفعالي، المحور الثاني: التوافق الصحي/الجسمي، المحور الثالث: التوافق الأسري، المحور الرابع: التوافق الاجتماعي) لكل محور (20 عبارة) بإجمالي 80 عبارة.
3. برنامج معرفي سلوكي وبيئي (من إعداد الباحث) يتم تطبيقه جماعياً.

رقم الجلسة	عنوان الجلسة	هدف الجلسة	الأساليب والفنيات المستخدمة	الوسائل المستخدمة في الجلسة	زمن الجلسة
الجلسة الأولى	تمهيد وتعارف	- إقامة علاقة بين الباحث ومجموعة الاعضاء وتتحقق من خلال الألفة - الإتفاق على تحديد مواعيد والجلسات	المحاضرة القصيرة والمناقشة	- الاجابة على اى استفسارات	45 دقيقة

أ/ اشرف البيومي عبد العظيم

رقم الجلسة	عنوان الجلسة	هدف الجلسة	الأساليب والفنيات المستخدمة	الوسائل المستخدمة في الجلسة	زمن الجلسة
		- إجراء التطبيق القبلى. - رؤية واضحة عن البرنامج			
الجلسة الثانية	تعريف بالعلاج المعرفى لسلوكى	- تعريف الاعضاء على مفهوم البرنامج العلاجى - تعريف المدمن المتعافى على المهارات الاجتماعية. - تعريف اعضاء المجموعة على العلاقة بين العلاج المعرفى السلوكى وتنمية المهارت الاجتماعية.	المحاضرة المناقشة الواجبات المنزلية	- مقياس المهارات الاجتماعية - مقياس السلوك التوافقى	45 دقيقة
الجلسة الثالثة	المهارات المعرفية	*تعريف المدمن المتعافى بأنواع التفكير العقلانى *التدريب على مراقبة السلوكيات الغير مرغوبة *معلومات علن خطر الاذمان على الاسرة والمجتمع	المحاضرة المناقشة والاسترخاء الواجبات المنزلية	* الشرح وتطبيق المقاييس القبيلية	45 دقيقة
الجلسة الرابعة	التفكير الناقد	*مفهوم التفكير الناقد والحاجة اليه. *مهارات التفكير الناقد ومعاييره	المناقشة. المحاضرة	* الشرح	45 دقيقة
الجلسة	حل	مفهوم المواجهة والقدرة على	المحاضرة-	- الشرح	45

فاعلية برنامج معرفي ببنى لتنمية المهارات الاجتماعية والسلوك التوافقي لدى عينة من
مدمنى المخدرات المتعافين

رقم الجلسة	عنوان الجلسة	هدف الجلسة	الأساليب والفنيات المستخدمة	الوسائل المستخدمة في الجلسة	زمن الجلسة
الخامسة	المشكلات	حل المشكلات أسباب أنخفاض المواجهة والقدرة على حل المشكلات	المناقشة الجماعية - الاسترخاء		دقيقة
الجلسة السادسة	القدرة على اتخاذ القرار	* أهمية القدرة على إتخاذ القرار * مفهوم التروى كوسيط افضل لاتخاذ القرار المناسب.	المحاضرة- المناقشة الواجب المنزلى.	* الحوار .	45 دقيقة
الجلسة السابعة	السلوك التوكيدي	* مفهوم التوكيدية، والافراد غير التوكيديين. * المشكلات التى تواجه الافراد غير التوكيديين.	اعادة البناء المعرفى الواجب المنزلى	* الحوار *	45 دقيقة
الجلسة الثامنة	مواجهة الضغوط	* مفهوم المواجهة والقدرة على مواجهة الضغوط. * أسباب انخفاض المواجهة وضعف القدرة	المحاضرة، المناقشة الجماعية	* اجراء القياس التتبعى.	45 دقيقة
الجلسة التاسعة	التواصل مع الآخرين	* المهارات الأساسية للتواصل مع الآخرين. * الفكرة اللاعقلانية من خلال لوم الآخرين.	المناقشة والحوار والواجب المنزلى	* لعب الدور.	45 دقيقة
الجلسة	التعلم	* بعض إجراءات التعلم الذاتى.	المناقشة	مقياس	45 دقيقة

أ/ اشرف البيومي عبد العظيم

رقم الجلسة	عنوان الجلسة	هدف الجلسة	الأساليب والفنيات المستخدمة	الوسائل المستخدمة في الجلسة	زمن الجلسة
العاشرة	الذاتي	* مفهوم الاعتماد على الذات في التعلم	والمحاضرة والواجب المنزلي	السلوك التوافقي والمناقشة	
الجلسة الحادية عشر	إعادة صورة الجسم	* تكوين صورة سليمة عن الجسم. * الاهتمام بالنظافة. * الاهتمام بالصحة.	المحاضرة، المناقشة الجماعية	* دليل قوة الارادة لدى الانسان	45 دقيقة
الجلسة الثانية عشر	تنمية القوة البدنية	* تنمية القوة الارادية والعمل على الاهتمام بالصحة النفسية * الاهتمام بالنشاط والحيوية وممارسة الرياضة	والمحاضرة والواجب المنزلي	دليل التوافق النفسي	45 دقيقة
الجلسة الثالثة عشر	التواصل والعلاقات الاجتماعية	* تنمية الارادة الشخصية لدى الفرد لزيادة فاعلية العلاقات الاجتماعية والتواصل مع الاخرين	والمحاضرة والواجب المنزلي	لعبة الدور	45 دقيقة
الجلسة الرابعة عشر	ضبط الذات من خلال التحكم في الانفعالات	* مفهوم: التحكم في المشاعر * كيفية التحكم في المشاعر	المحاضرة، المناقشة الجماعية	الشرح	45 دقيقة
الجلسة الخامسة	الوعي بالذات	* كيفية معرفة النفس واكتشافها والتعرف على الذات	المحاضرة، المناقشة	الشرح	45 دقيقة

فاعلية برنامج معرفي بيئي لتنمية المهارات الاجتماعية والسلوك التوافقي لدى عينة من
مدمنى المخدرات المتعافين

رقم الجلسة	عنوان الجلسة	هدف الجلسة	الأساليب والفنيات المستخدمة	الوسائل المستخدمة في الجلسة	زمن الجلسة
عشر		* كيفية التمييز بين المشاعر	الجماعية		
الجلسة السادسة عشر	ختام البرنامج	*مراجعة شاملة للأفكار الإيجابية *تطبيق المقاييس (البعدي)	المحاضرة، المناقشة الجماعية	الشرح والاستماع ومعرفة الاراء	45 دقيقة

الثبات والصدق

❖ ثبات المقاييس:

يتبين ثبات عبارات مقياس المهارات الاجتماعية أن قيم معامل ألفا (0.614)، 0.802، 0.652، 0.940، 0.699، 0.674، 0.600، 0.922) لكل من (التعبير الإنفعالي، الحساسية الإنفعالية، الضبط الإنفعالي، التعبير الاجتماعي، الحساسية الاجتماعية، الضبط الاجتماعي، المراوغة الاجتماعية، إجمالي مقياس المهارات الاجتماعية) على التوالي، وهي قيم جميعها تؤكد على ثبات المقياس لكونها أعلى من (0.5).

للتحقق من ثبات مقياس التوافق النفسي استخدم الباحث معادلة ألفا كرونباخ (Alpha Cronbach)، تبين أن قيم معامل ألفا (0.963، 0.949، 0.930، 0.860، 0.982) لكل من (المحور الاول: التوافق الشخصي والانفعالي، المحور الثاني: التوافق الصحي/الجسمي، المحور الثالث: التوافق الأسري، المحور الرابع: التوافق الاجتماعي، إجمالي مقياس التوافق البيئي) على التوالي، وهي قيم جميعها تؤكد على ثبات المقياس لكونها قيم مرتفعة أعلى من (0.5).

❖ صدق المقاييس:

- تم حساب الإرتباطات الداخلية لأبعاد مقياس المهارات الاجتماعية وبين الدرجة الكلية للمقياس.

جدول رقم (3) صدق التكوين لمقياس المهارات الاجتماعية

أبعاد المقياس	معامل الارتباط	الدالة المعنوية
التعبير الإنفعالي	0.916	0.001
الحساسية الإنفعالية	0.920	0.001
الضبط الإنفعالي	0.979	0.001
التعبير الاجتماعي	0.925	0.001
الحساسية الاجتماعية	0.980	0.001
الضبط الاجتماعي	0.975	0.001
المراوغة الاجتماعية	0.838	0.001

يوضح الجدول السابق صدق التكوين لمقياس المهارات الاجتماعية وجد أن قيم معامل الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (0.05)، مما يؤكد على صدق التكوين لكل من التعبير الإنفعالي، الحساسية الإنفعالية، الضبط الإنفعالي، التعبير الاجتماعي، الحساسية الاجتماعية، الضبط الاجتماعي، المراوغة الاجتماعية)، وبلغت قيم معامل الإرتباط (0.916، 0.920، 0.979، 0.925، 0.980، 0.975، 0.838) على التوالي وهي قيم تؤكد على صدق المقاييس.

- تم حساب الإرتباطات الداخلية لأبعاد مقياس التوافق البيئي وبين الدرجة الكلية للمقياس.

فاعلية برنامج معرفي يبني لتنمية المهارات الاجتماعية والسلوك التوافقي لدى عينة من
مدمني المخدرات المتعافين

جدول رقم (4) صدق التكوين لمقياس التوافق البيئي

الدلالة المعنوية	معامل الارتباط	أبعاد المقياس
0.001	0.978	المحور الاول: التوافق الشخصي والانفعالي
0.001	0.973	المحور الثاني: التوافق الصحي/الجسمي
0.001	0.986	المحور الثالث: التوافق الأسري
0.001	0.905	المحور الرابع: التوافق الاجتماعي

يوضح الجدول السابق صدق التكوين لمقياس التوافق البيئي وجد أن قيم
معامل الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (0.05)، مما يؤكد على صدق
التكوين لكل من (المحور الاول: التوافق الشخصي والانفعالي، المحور الثاني: التوافق
الصحي/الجسمي، المحور الثالث: التوافق الأسري، المحور الرابع: التوافق
الاجتماعي)، وبلغت قيم معامل الارتباط (0.978، 0.973، 0.986، 0.905) على
التوالي وهي قيم تؤكد على صدق المقياس.

أهداف العلاج المعرفي السلوكي:

يلخص كل من بيك وفريمان وبيلاك وميكنياوم وباترسون أهداف العلاج
المعرفي السلوكي بالنقاط التالية:

- 1- تعليم المتعالج كيف يلاحظ ويحدد الافكار التلقائية التي يقررها لنفسه.
- 2- مساعدة المتعالج على ان يكون واعيا بما يفكر فيه.
- 3- مساعدة المتعالج على ادراك العلاقة بين التفكير والمشاعر والسلوك.
- 4- تعديل الافكار التلقائية والمخططات أو المعتقدات غير المنطقية المسببة
للالضطراب
- 5- تعليم المتعالجين كيفية تقييم أفكارهم وتخييلاتهم وخاصة تلك التي ترتبط
بالاحداث والسلوكيات المضطربة أو المؤلمة.

- 6- تعليم المتعالجين تصحيح ما لديهم من أفكار خاطئة وتشوهات معرفية.
- 7- تحسين المهارت الاجتماعية للمتعالجين من خلال تعليمهم حل المشكلات.
- 8- تدريب المتعالجين على توجيه التعليمات للذات، ومن ثم تعديل سلوكهم وطريقتهم المعتادة في التفكير باستخدام الحار الداخلي.
- 9- تدريب المتعالجين على استراتيجيات وفتيات سلوكية ومعرفية متباينة مماثلة لتلك التي تطبق في الواقع خلال مواقف حياتية أو عند مواجهة ضغوط طارئة.

الاسس النظرية التي يقوم عليها برنامج للعلاج المعرفي:

- 1- علاج يدمج بين العلاج المعرفي بفتياته المتعددة، والعلاج السلوكي بفتياته.
- 2- يتعامل مع الاضطرابات المختلفة من منظور ثلاثي الابعاد (معرفياً، سلوكياً، إنفعالياً).
- 3- يعتمد على اقامة علاقة علاجية تعاونية بين المرشد والمسترشد تتحدد في ضوئها المسؤولية الشخصية للمسترشد عن كل ما يعتقد فيه من افكار مشوهة واعتقادات لا عقلانية مختلفة وظيفياً التي تعد هي المسؤولية في المقام الاول عما يعانيه المسترشد من اضطرابات.
- 4- يتحمل المريض مسؤولية شخصية في احداث التغيير العلاجي من خلال تصحيح الافكار المشوهة والاعتقادات اللاعقلانية، وتعديلها واستبدالها بأفكار عقلانية توافمية.
- 5- يعتمد هذا الاتجاه العلاجي على الاقناع الجدلي التعليمي، وذلك بتقديم منطق العلاج للمريض، وشرحه، وإقناعه بضرورة الالتزام بالعلاج وقيامه بالدور لمطلوب منه في تحديد الافكار وتوضيح علاقتها بما يعانيه من الام.
- 6- يهتم هذا الاتجاه بتحليل أنماط التفكير لدى الإنسان كشرط لتطوير البرامج العلاجية الفاعلة بمشاركة من المسترشد.
- 7- يهتم هذا الاتجاه بتعديل العمليات المعرفية وأنماط التفكير وذلك بعملية علاجية تسمى إعادة البناء المعرفي.

فاعلية برنامج معرفي يبني لتنمية المهارات الاجتماعية والسلوك التوافقي لدى عينة من
مدمنى المخدرات المتعافين

8- السلوك غير التكيفي يعامل بوصفه نتاج التفكير غير الوظيفي وبناء على ذلك ينظر للعلاج على انه عملية تعلم داخلية تشمل إعادة تنظيم المجال الإدراكي، وإعادة تنظيم الأفكار المرتبطة بالعلاقات بين الاحداث والمؤثرات البيئية المختلفة.

ويحدث تعديل السلوك من خلال تغيير المعرفيات (الإتجاهات - الأفكار - مفهوم الذات)

فنيات العلاج المعرفى السلوكى:

(1) إعادة التقييم المعرفى:

يعتمد المعالج على فنية إعادة التقييم المعرفى على أساس إحدى فنيات العلاج المعرفى وهذه الفنية تتألف بشكل أساسى من تحديد المعارف أو الإتجاهات اللاتوافقية وهذا التفكير يتم تقييمة بعد ذلك من جانب المدمن المتعافى والمعالج لإختيار صدقه وذلك من خلال الخطوات التالية:

- 1- تحديد التابع بين المعرفية الإكتئابية والحزن.
- 2- تحديد التابع بين المعارف والدفعات الإكتئابية مثل عدم الإهتمام والإحساس بالفشل وكراهية الذات.
- 3- فحص المعارف الإكتئابية.
- 4- فحص وتقييم وتعديل هذه المعارف.
- 5- تحديد التعميم الخاطىء.
- 6- تحديد المقدمات والمعارف البديلة.

(2) التدريب المعرفى:

تستخدم هذه الفنية للكشف عن المشاكل التى تعوق المدمن المتعافى من أن ينفذ أنشطة موجهة الهدف. وعن طريق تخيل ذاته يتقدم من خلال الخطوات

المتضمنة للنشاط وجعله يقرر العقبات النوعية التي يتوقعها والصراعات التي تكون مستثارة أثناء تخيله النشاط.

(3) العلاج البديلي:

حيث يشجع المدمن المتعافى على إقرار أكبر قدر ممكن من الحلول، وإمكانية تطبيق أو دعم هذا الأسلوب من التفكير، عندما يتعرض لمشكلات أخرى.

(4) لعب الدور:

يقوم المعالج بدور المدمن المتعافى نفسه. حزين، ضعيف ويتعلم المدمن المتعافى أن يقوم بدور الناقد فإن الإتجاه الجديد سيتحول إلى خاصة دائمة مما يساعد المدمن المتعافى على الدخول في مواقف جديدة بثقة أكبر، بالإضافة إلى المشاعر الإيجابية التي سوف تسيطر عليه يتضمن تمثيل الدور بطريقة إنفعالية وسلوكية مناسبة.

فنية الاسترخاء الذهني:

وهو من أنواع الاسترخاء القديمة التي كانت وما زالت تُستخدم لعلاج التوتر والقلق النفسي والعصبي، ويمكن تعريف الاسترخاء بصفة عامة على أنه محاولة لإراحة الأعصاب من خلال مجموعة من التمارين، وفي الغالب يمكن أن تستغرق تمارين الاسترخاء الذهني ما يقارب العشرين دقيقة، ويمكن إضافة ربع ساعة أخرى لممارسة تمارين الاسترخاء الذهني عملياً. للاسترخاء بشكل عام العديد من الفوائد الصحية التي تعود بالنفع على جسم الإنسان.

النمذجة:

وهي فنية تنتمي لنظرية التعلم الإجتماعي ومن أساليب العلاج المعرفي السلوكي القائم على مراقبة نموذج سلوكي من أجل إيصال معلومات أو صور أو مهارات تساهم في إحداث تغيير في الأنماط السلوكية إما باكتساب سلوك جديد، أو تنمية لسلوك حالي، أو إنقاص سلوك غير مناسب

فاعلية برنامج معرفي يبني لتنمية المهارات الاجتماعية والسلوك التوافقي لدى عينة من
مدمنى المخدرات المتعافين

عدد الجلسات ومعدلاتها:

يتكون البرنامج من ستة عشر جلسة (مجمعة) بواقع جلستين في الاسبوع، مدة كل
جلسة خمسة واربعون دقيقة.

وفيما يلي عرض مقترح لكل جلسة من جلسات البرنامج وعددهم ستة عشر جلسة:
الجلسة الأولى: ومحورها التعارف وكسر الحاجز النفسي بين الأعضاء، وتعريف
أعضاء المجموعة وبالبرنامج، وصياغة الأنظمة، وتحديد مواعيد اللقاءات.
الجلسة الثانية: تعريف بالعلاج المعرفى السلوكى، والمهارات الاجتماعية والعلاقة بين
العلاج المعرفى السلوكى وتنمية المهارات الاجتماعية.
الجلسة الثالثة: مهارات خاصة بالنواحى المعرفية (شرح العلاقة بين التفكير العقلانى
والإنفعال).

الجلسة الرابعة: الموضوع: مهارات خاصة بالنواحى المعرفية (التفكير الناقد).
الجلسة الخامسة: الموضوع: مهارات خاصة بالنواحى المعرفية (حل المشكلات)
الجلسة السادسة: الموضوع: مهارات خاصة بالنواحى المعرفية (القدرة على اتخاذ
القرار)

الجلسة السابعة: الموضوع: مهارات خاصة بالنواحى السلوكية (السلوك التوكيدى)
ومحورها تنمية مهارة السلوك التوكيدى والاستقلال الذاتى،
الجلسة الثامنة: الموضوع: مهارات خاصة بالنواحى السلوكية (مواجهة الضغوط)
الجلسة التاسعة: الموضوع: مهارات خاصة بالنواحى السلوكية (التواصل مع
الآخرين)

الجلسة العاشرة: الموضوع: مهارات خاصة بالنواحى السلوكية (التعلم الذاتى)
الجلسة الحادية عشرة: الموضوع: مهارات خاصة بالتوافق الجسمى (إعادة تكوين
صورة سليمة عن الجسم).

الجلسة الثانية عشرة: الموضوع: مهارات خاصة بالتوافق الجسمي (تنمية القوة البدنية والوقاية من الامراض الجسمية)
الجلسة الثالثة عشرة: الموضوع: مهارات خاصة بالتوافق الاجتماعي (اهمية التواصل من خلال العلاقات الاجتماعية)
الجلسة الرابعة عشرة: الموضوع: مهارات خاصة بالتوافق الذاتي (ضبط الذات من خلال التحكم فى الانفعالات)
الجلسة الخامسة عشرة: الموضوع: مهارات خاصة بالتوافق الذاتي (الوعى بالذات)
الجلسة السادسة عشر: الموضوع: ختام البرنامج
حدود الدراسة (المجال الجغرافى والزمنى):

تم تطبيق جلسات البرنامج المعرفى السلوكى وعددها ستة عشر جلسة على المرضى المتعافين من ادمان المخدرات وذلك فى إحدى غرف العيادات الخارجية بمركز الطب النفسى والادمان بمستشفى الخانكة.
مدة تطبيق البرنامج:

تم تطبيق جلسات البرنامج المعرفى السلوكى لمدة ثلاثة شهور من اول شهر يوليو 2019 حتى نهاية سبتمبر 2019 بواقع جلستين اسبوعياً بإجمالى عدد الجلسات 16 جلسة مع المدمنين المتعافين مدة كل جلسة (45) دقيقة.
نتائج الدراسة الميدانية ومناقشتها:
نتائج فروض الدراسة:

الفرض الأول: توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطى رتب درجات عينة المدمنين المتعافين (المجموعة التجريبية) فى القياسين القبلى والتتبعى للمهارات الاجتماعية والسلوك التوافقى بعد تعرضهم للبرنامج المعرفى البيئى.

فاعلية برنامج معرفي يبني لتنمية المهارات الاجتماعية والسلوك التوافقي لدى عينة من
مدمنى المخدرات المتعافين

جدول رقم (5) نتائج اختبار (ويلكوكسون) لحساب الفروق بين متوسطي رتب درجات
المجموعة التجريبية في الأداء القبلي والتتبعي لمقياس المهارات الاجتماعية

أبعاد المقياس	الأداء	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	ويلكوكسون (W)	الدلالة المعنوية
التعبير الإنفعالي	القبلي	15	0.00	0.00	3.303	0.001 دالة عند 0.01
	التتبعي	15	7.50	105.0		
الحساسية الإنفعالية	القبلي	15	9.38	37.5	1.282	0.2 غير دالة
	التتبعي	15	7.50	82.5		
الضبط الإنفعالي	القبلي	15	3.33	10.00	2.680	0.007 دالة عند 0.01
	التتبعي	15	8.64	95.0		
التعبير الاجتماعي	القبلي	15	4.38	17.5	2.421	0.02 دالة عند 0.05
	التتبعي	15	9.32	102.50		
الحساسية الاجتماعية	القبلي	15	7.10	35.50	0.223	0.8 غير دالة
	التتبعي	15	5.08	30.50		
الضبط الاجتماعي	القبلي	15	6.25	25.00	1.731	0.08 غير دالة
	التتبعي	15	8.00	80.00		
المراوغة الاجتماعية	القبلي	15	6.31	50.5	0.918	0.4 غير دالة
	التتبعي	15	6.88	27.50		
إجمالي مقياس المهارات الاجتماعية	القبلي	15	6.17	18.50	2.358	0.02 دالة عند 0.05
	التتبعي	15	8.46	101.5		

جدول رقم (6) نتائج اختبار (ويلكوكسون) لحساب الفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في الأداء القبلي والتتبعي لمقياس السلوك التوافقي

أبعاد المقياس	الأداء	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	ويلكوكسون (W)	الدلالة المعنوية
التوافق الشخصي والانفعالي	القبلي	15	2.50	10.00	2.847	0.004 دالة دالة عند 0.01
	التتبعي	15	10.00	110.0		
التوافق الصحي/ الجسدي	القبلي	15	0.00	0.00	3.326	0.001 دالة دالة عند 0.01
	التتبعي	15	7.50	105.0		
التوافق الأسري	القبلي	15	10.50	21.00	2.254	0.02 دالة دالة عند 0.05
	التتبعي	15	7.62	99.0		
التوافق الاجتماعي	القبلي	15	4.50	36.00	1.606	0.1 غير دالة
	التتبعي	15	9.00	9.0		
إجمالي مقياس التوافق النفسي	القبلي	15	2.50	10.00	2.844	0.004 دالة دالة عند 0.01
	التتبعي	15	10.00	110.0		

توضح من الجدولين (5) و(6) السابق لحساب دلالة الفروق بين درجات المجموعة التجريبية في الأداء القبلي والأداء التتبعي لمقياس المهارات الاجتماعية والسلوك التوافقي على الترتيب ما يلي:

مما سبق تحقق صحة الفرض الأول: توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات عينة المدمنين المتعافين (المجموعة التجريبية) في القياسين القبلي والتتبعي للمهارات الاجتماعية والسلوك التوافقي بعد تعرضهم للبرنامج المعرفي البيئي.

هو ما أشارت إليه دراسة حازم محمد صالح قوقنة: 2007 والتي أكدت على أثر فاعلية العلاج المعرفي السلوكي في تنمية المهارات الاجتماعية وخفض القلق والإكتئاب لدى مدمنى المخدرات حيث توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تنمية المهارات الاجتماعية، لدى مدمنى المخدرات نتيجة لبرنامج العلاج المعرفي السلوكي كما تتسق

فاعلية برنامج معرفي بيئي لتنمية المهارات الاجتماعية والسلوك التوافقي لدى عينة من
مدمنى المخدرات المتعافين

النتائج أيضا مع دراسة محمد احمد خدام: 2013 والتي أكدت في نتائجها على أن هناك وجود لفروق ذات دلالة إحصائية في سلوك الإدمان والمهارات الاجتماعية بين المجموعة التجريبية والضابطة وهو ما أكدته أيضا دراسة رباب عادل عبد العظيم: 2019. حيث إستهدفت الدراسة خفض أعراض القلق الاجتماعي باستخدام العلاج المعرفي السلوكي لدى مدمنى المخدرات حيث تكونت العينة من (10) من مدمنى المخدرات تراوحت اعمارهم من (30-40) سنة من الذكور غير المتزوجين، واستخدمت الدراسة مقياس القلق الاجتماعي اعداد الباحثة، وبرنامج العلاج المعرفي السلوكي، وتمثل جلسات (18) جلسة بواقع جلستين في الاسبوع ومدة كل جلسة تراوح من (60-90) دقيقة، وأسفرت النتائج عن انخفاض مستوى القلق الاجتماعي، كما استمر انخفاض مستوى القلق الاجتماعي في القياس التتبعي وجميعها قيم دالة احصائيا

الفرض الثاني: توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات عينة المدمنين المتعافين (المجموعة التجريبية) في القياسين التتبعي / البعدي لكل من المهارات الاجتماعية والسلوك التوافقي بعد تعرضهم للبرنامج المعرفي البيئي.

جدول رقم (7) نتائج اختبار (ويلكوكسون) لحساب دلالة الفروق بين متوسطي رتب متوسطي رتب درجات عينة الدراسة في الأداء التتبعي والبعدي لمقياس المهارات

الاجتماعية

أبعاد المقياس	الأداء	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	ويلكوكسون (W)	الدلالة المعنوية
التعبير الإنفعالي	البعدي	15	6.75	54.00	0.602	0.5 غير دالة
	التتبعي	15	7.40	37.00		
الحساسية الإنفعالية	البعدي	15	8.00	120.00	3.425	0.001 دالة عند 0.01
	التتبعي	15	0.00	0.00		
الضبط الإنفعالي	البعدي	15	8.92	107.0	2.702	0.007 دالة

أ/ اشرف البيومي عبد العظيم

أبعاد المقياس	الأداء	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	ويلكوكسون (W)	الدلالة المعنوية
التعبير الاجتماعي	المتبعي	15	4.33	13.00	3.434	عند 0.01 دالة
	البعدي	15	8.00	120.00		
الحساسية الاجتماعية	المتبعي	15	0.00	0.00	3.419	عند 0.01 دالة
	البعدي	15	8.00	120.00		
الضبط الاجتماعي	المتبعي	15	0.00	0.00	3.421	عند 0.01 دالة
	البعدي	15	8.00	120.00		
المراوغة الاجتماعية	المتبعي	15	6.92	41.50	0.206	0.8 غير دالة
	البعدي	15	6.08	36.50		
إجمالي مقياس المهارات الاجتماعية	المتبعي	15	0.00	0.00	4.414	عند 0.01 دالة
	البعدي	15	8.00	120.00		

جدول رقم (8) نتائج اختبار (ويلكوكسون) لحساب الفروق بين متوسطي رتب

درجات عينة الدراسة في الأداء المتبعي والبعدي لمقياس السلوك التوافقي

أبعاد المقياس	الأداء	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	(Z)	الدلالة المعنوية
التوافق الشخصي والانعفالي	المتبعي	15	0.00	0.00	3.426	عند 0.01 دالة
	القبلي	15	8.00	120.0		
التوافق الصحي/الجسمي	المتبعي	15	8.00	120.0	3.468	عند 0.01 دالة
	القبلي	15	0.00	0.00		
التوافق الأسري	المتبعي	15	8.00	120.0	3.424	عند 0.01 دالة
	القبلي	15	0.00	0.00		
التوافق الاجتماعي	المتبعي	15	8.00	120.0	3.424	عند 0.01 دالة
	القبلي	15	0.00	0.00		

فاعلية برنامج معرفي بيئي لتنمية المهارات الاجتماعية والسلوك التوافقي لدى عينة من
مدمني المخدرات المتعافين

أبعاد المقياس	الأداء	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	(Z)	الدلالة المعنوية
إجمالي مقياس التوافق النفسي	القبلي	15	0.00	0.00	3.420	0.001 دالة عند 0.01
	المتبعي	15	8.00	120.0		

اتضح من الجدولين (7) و(8) السابق لحساب دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في الأداء التتبعي والأداء البعدي لمقياس المهارات الاجتماعية والسلوك التوافقي على الترتيب ما يلي:

تحقق صحة الفرض الثاني: توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات عينة المدمنين المتعافين (المجموعة التجريبية) في القياسين التتبعي / البعدي لكل من المهارات الاجتماعية والسلوك التوافقي بعد تعرضهم للبرنامج المعرفي البيئي وهذا ما أكدته نظرية التعلم الاجتماعي فقد أصدر ألبرت باندورا (Albert Bandura, 2005) كتاب التعلم الاجتماعي الذي تناول فيه هذه النظرية عام 1977

كما تتسق نتائج الفرض الثالث أيضا مع دراسة عبير محمد على عبد السلام: ٢٠٠٩ والتي إستهدفت الدراسة التحقق من فاعلية برنامج معرفي سلوكي في تنمية مهارات الحياة لدى عينة من الشباب الجامعي.

الفرض الثالث: توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات عينة من المدمنين المتعافين (المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة) في القياس البعدي لكل من المهارات الاجتماعية والسلوك التوافقي بعد تعرض المجموعة التجريبية للبرنامج المعرفي البيئي.

جدول رقم (9) نتائج اختبار (مان ويتني) لحساب الفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في الأداء البعدي لمقياس المهارات الاجتماعية

أبعاد المقياس	العينة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	(Z)	الدلالة المعنوية
التعبير الإنفعالي	الضابطة	15	22.20	333.0	4.222	0.001 دالة عند 0.01
	التجريبية	15	8.80	132.0		
الحساسية الإنفعالية	الضابطة	15	23.00	345.0	4.718	0.001 دالة عند 0.01
	التجريبية	15	8.00	120.0		
الضبط الإنفعالي	الضابطة	15	22.30	334.5	4.335	0.001 دالة عند 0.01
	التجريبية	15	8.70	130.5		
التعبير الاجتماعي	الضابطة	15	23.00	345.0	4.783	0.001 دالة عند 0.01
	التجريبية	15	8.00	120.0		
الحساسية الاجتماعية	الضابطة	15	23.00	345.0	4.712	0.001 دالة عند 0.01
	التجريبية	15	8.00	120.0		
الضبط الاجتماعي	الضابطة	15	22.00	330.0	4.068	0.001 دالة عند 0.01
	التجريبية	15	9.00	135.0		
المراوغة الاجتماعية	الضابطة	15	12.10	181.5	2.182	0.03 دالة عند 0.01
	التجريبية	15	18.90	283.5		
إجمالي مقياس المهارات الاجتماعية	الضابطة	15	23.00	345.0	4.675	0.001 دالة عند 0.01
	التجريبية	15	8.00	120.0		

فاعلية برنامج معرفي بيئي لتنمية المهارات الاجتماعية والسلوك التوافقي لدى عينة من
مدمنى المخدرات المتعافين

جدول رقم (10) نتائج اختبار (مان ويتني) لحساب الفروق بين متوسطي رتب درجات
المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في الأداء البعدي لمقياس السلوك التوافقي

أبعاد المقياس	العينة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	(Z)	الدلالة المعنوية
التوافق الشخصي والانفعالي	الضابطة	15	23.00	345.0	4.807	0.001 دالة عند 0.01
	التجريبية	15	8.00	120.0		
التوافق الصحي/الجسمي	الضابطة	15	23.00	345.0	4.851	0.001 دالة عند 0.01
	التجريبية	15	8.00	120.0		
التوافق الأسري	الضابطة	15	23.00	345.0	4.891	0.001 دالة عند 0.01
	التجريبية	15	8.00	120.0		
التوافق الاجتماعي	الضابطة	15	23.00	345.0	4.808	0.001 دالة عند 0.01
	التجريبية	15	8.00	120.0		
إجمالي مقياس التوافق النفسي	الضابطة	15	23.00	345.0	4.722	0.001 دالة عند 0.01
	التجريبية	15	8.00	120.0		

اتضح من الجدولين (9) و(10) السابق لحساب دلالة الفروق بين متوسطي رتب
درجات المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في الأداء البعدي لمقياس المهارات
الاجتماعية والسلوك التوافقي على الترتيب ما يلي:

تحقق صحة الفرض الثالث: توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات
عينة من المدمنين المتعافين (المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة) في القياس
البعدي لكل من المهارات الاجتماعية والسلوك التوافقي بعد تعرض المجموعة التجريبية
للبرنامج المعرفي البيئي.

وهذا ما اكده دراسة فاطمة عبد العاطي: 2005. وقد إستهدفت هذه الدراسة
الكشف عن كثير من العوامل التي تسهم في إدمان الشباب الجامعي للمخدرات بما

تتضمنه من (إجتماعية، إقتصادية، نفسية، ثقافية، عوامل متعلقة بالمادة المخدرة المستخدمة)، ومدى مساهمة الأسرة ودورها في مواجهة هذه الظاهرة.

وهو ما يتسق ويتفق ايضا مع دراسة عبير محمد على عبد السلام: ٢٠٠٩ والتي إستهدفت الدراسة التحقق من فاعلية برنامج معرفى سلوكى فى تنمية مهارات الحىاة لدى عينة من الشباب الجامعى كما تتسق الدراسة الحالية مع نتائج دراسة دلامة محمد القطاونة: 2014 والتي استهدفت التعرف على فاعلية برنامج إرشادي جمعي سلوكي معرفي في تنمية بعض المهارات الإجتماعية لدى عينة من الأحداث في جنوب الأردن كذلك تتسق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة نانسى جورج زكى: 2018 والتي هدفت الدراسة إلى التحقق من فاعلية برنامج معرفى سلوكى لتنمية التوافق البيئى النفسى لدى عينة من الاطفال المصابين بمرض السرطان.

التفسير المنطقى من وجهة نظر الباحث وخبراته الميدانية:

مما لا شك فيه أن قوة الإرادة وضعفها من أصعب العوامل التي يمكن دراستها لأنها لا توجد باستمرار ولاوضوح في مركز معين ولا نعرف متى ينتهي ومتى يبدأ إدراكنا لها، لكنها باختصار هي المرحلة التي تلي الدافعية، فقد يكون الشخص مدفوعا لإيجاد طعام لسد جوعه أو ملابس لحمايته من البرد، لكن إرادته تبدأ في العمل فور أن يشرع في تحويل أفكاره إلى واقع خارجي ويتعامل مع بيئته للوصول إلى ما يريد.

ومن هذا المنطلق تم تطبيق هذا البرنامج بالإضافة إلى مقياسى المهارات الاجتماعية والسلوك التوافقى لمجابهة اعراض الانتكاسة لدى المدمنين المتعافين (مجتمع الدراسة) ومعالجة أخرى للشفاء من عدة أمراض مثل الاكتئاب أو الانتحار.

والجدير بالذكر أيضاً وإيماناً من الباحث ان العلاج المعرفى السلوكى اذا تم تقديمه الى الفئة المستهدفة بالطرق والأساليب العلمية فمن المتوقع انه سيؤثر تأثيرا ايجابيا على عنصرى المهارات الاجتماعية والسلوك التوافقى لدى عينة الدراسة وهذا ما يؤمن به الباحث إيماناً راسخاً من خلال تعاملى اليومى والمستمر فى مجالى العملى بمركز

فاعلية برنامج معرفي ببنى لتنمية المهارات الاجتماعية والسلوك التوافقي لدى عينة من مدمنى المخدرات المتعافين

علاج السموم بمستشفيات جامعة عين شمس وهو ما تم بالفعل من خلال ظهور مؤشرات فروض الدراسة ونتائجها.

تفسير النتائج ومناقشتها:

يتضح من تحليل نتائج الفرضية الاولى والثانية ان افراد المجموعتين التجريبية والضابطة من المدمنين المتعافين يعانون من القلق الاجتماعى وسوء التوافق ولديهم الكثير من الافكار الخاطئة والذى يعنى ان افراد المجموعتين التجريبية والضابطة يميلون الى تقييم انفسهم سلبيا مع الاهتمام بالتفاصيل السلبية واهمال العنصر الايجابى ويبدو ان مضمون الفكر السلبى من نقص المهارات الاجتماعية يتميز بمخاوف معينة من تقييم الاخرين السلبى والافكار السلبية المتعلقة بالمهارة الاجتماعية والقبول من الاخرين (عدا التطبيق التبعى والذى تم تطبيقه على المجموعة التجريبية فقط وهو ما اظهرته نتائج الفرضية الاولى).

ان تنمية المهارات الاجتماعية مهمة جدا عند الفئة المستهدفة فى هذه الدراسة حيث ان المعلومات الاجتماعية الصحيحة لدى الفرد تلعب دورا هاما فى تطور او استمرارية رفع المهارات الاجتماعية لدى الفرد.

واكدت نتائج الفرضية الثالثة على وجود تغييرات ايجابية على المدمنين المتعافين والذين تم تطبيق البرنامج المعرفى السلوكى عليهم وكذلك تطبيقى مقياسي المهارات الاجتماعية والسلوك التوافقي والمستخدمين فى الدراسة الحالية خلال السنة عشر جلسة وهى الفترة التى تم خلالها تطبيق الاختبارين القبلى والبعدى فى تنمية المهارات الاجتماعية والسلوك التوافقي.

ويمكن تفسير الفرق بين المجموعتين التجريبية والضابطة فى الاختبارات البعدية الى تطبيق فاعلية برنامج معرفى سلوكى المستخدم فى الدراسة ودوره المؤثر من خلال المعلومات والخبرات والانشطة التى تضمنها البرنامج والتى نجحت فى احداث تغييرات

فى تفكير المدمنين المتعافين من الافكار غير العقلانية الى الافكار العقلانية من خلال تقييم المواقف والتخلى عن السلبية كاحد اهم مواجهة الافكار الخاطئة او الاعقلانية.

وربما يعود ذلك ايضا الى جملة المميزات التى يتصف بها الارشاد العقلانى الانفعالى والذى اتبع اساليب معرفية سلوكية كالتدريب على الاسترخاء العضلى واجراء بعض التدريبات وتغيير الافكار اللاعقلانية واستخدام الحديث الايجابى مع الذات الذى يركز على تغيير ما يقوله الفرد لنفسه اذ يحدد ما لدى الفرد من احاديث داخلية سلبية وزيادة انتباهه للتركيز على افكاره ومشاعره وانفعالاته وسلوكياته الاجتماعية وتفسيرها مما يؤدى بالتالى الى تكوين ابنية معرفية جديدة، فتحل الافكار الجديد محل القديمة.

فضلا على ان التدريب على المهارات الاجتماعية التى يحتاج اليها المدمنين المتعافين فى التعامل مع الاخرين تزيد من فاعليتهم الاجتماعية وتسهل انخراطهم فى العلاقات الاجتماعية السليمة مما يؤدى الى توافقهم مع ذواتهم ومجتمعهم كمهارة الاستماع والمحادثة وتوكيد الذات الايجابى الذى يؤدى الى الشعور بالرضا وتقبل الذات والثقة بالنفس، والتكنيكات المستعملة من خلال التدريب على هذه المهارات كاعطاء التعليمات، والتعزيز، والنمذجة، والواجبات المنزلية.

ذلك فان نتائج هذه الدراسة تؤكد أهمية العمل مع الافراد المدمنين المتعافين والقلقين إجتماعيا والذين لديهم شعور بسوء التوافق نتيجة شعورهم بان المجتمع ينظر لهم على أنهم مجرمين ومن هنا كان هذا البرنامج المعرفى السلوكى والبيئى والذى اثبت أن المدمن المتعافى مريض وليس مجرماً كما اثبت قدرة المدمن المتعافى على تنمية مهاراته الاجتماعية من خلال تمسكة وقوة ارداته وكذلك الوصول الى السلوك المتوافق مع البيئة المحيطة به من خلال تغيير العديد من السلوكيات الخاطئة وتحويلها الى سلوكيات صحيحة.

ان هذه النتائج التى توصل اليها الباحث تتفق وتتسق مع العديد من النتائج فى الدراسات السابقة السالف ذكرها وكذلك للعديد من النظريات العلمية المفسرة للمهارات الاجتماعية والسلوك التوافقى محل الدراسة.

فاعلية برنامج معرفي يبني لتنمية المهارات الاجتماعية والسلوك التوافقي لدى عينة من
مدمنى المخدرات المتعافين

الاستنتاجات:

- التزام المدمنين المتعافين (الفئة المستهدفة بحضور جلسات البرنامج المعرفى السلوكى) مما يشير الى تقبل افراد المجموعة التجريبية الخاضعة لهذا البرنامج ورغبتهم الشديدة فى المشاركة من خلال التفاعل الذى يحدث داخل الجلسة
- عزز البرنامج من تنمية المهارات الاجتماعية لدى عينة من مدمنى المخدرات المتعافين مثل مهارة التحدث امام الآخرين كما عزز لديهم الثقة بالنفس ومعرفة أن القوة ليست بتعاطى المخدرات ولكن القوة بالخروج من هذا المأزق والاستمرار على التعافى الى الأبد.
- التواصل بعد الانتهاء من جلسات البرنامج وتطبيق المقاييس كأحد اهم العلاقات العلاقات الاجتماعية التى تربط المدرب بالمتدربين.

الخلاصة:

وتخلص الدراسة الى هناك اتساق وترابط بين نتائج فروض الدراسة الحالية مع بعضها البعض وذلك من خلال تطبيق البرنامج المعرفى السلوكى ومقايسى المهارات الاجتماعية والسلوك التوافقي على عينة من مدمنى المخدرات المتعافين (عينة الدراسة).

توصيات البحث:

- 1- توصى الدراسة بضرورة انشاء مراكز معتمدة لعلاج المدمنين، وتوفير أماكن للترفيه، مع زيادة نسبة أعداد العاملين فى المراكز، ليتمكنوا من القيام بواجباتهم، والتركيز على جانب العلاج النفسى والاجتماعى فى معالجة المدمنين،
- 2- كما لا بد من اهتمام الجهات المعنية أكثر بهذه الظاهرة، وتكليف أخصائى اجتماعى وأخصائى نفسى بمؤسسات الدولة للقيام بدراسة كيفية التغلب على المشكلات الاجتماعية والنفسية التى تواجه المدمنين نفاذاً للتفكك الأسري.

- 3- إعداد مؤتمرات وندوات وبرامج تنقيفية عبر كافة وسائل الإعلام المرئية والمسموعة والمقروءة ورجال الدين والجامعات والمدارس ومؤسسات المجتمع المدني للتوعية بالأضرار الصحية والنفسية والاجتماعية والاقتصادية التي تنجم عن تعاطي المخدرات وذلك من خلال التواصل مع المدمنين وذويهم. ولا بد من توجيه القائمين على وسائل الاعلام للتقليل من عرض الأفلام التي بها مشاهد لتناول المخدرات وخاصة مشاهد الدراما كأحد اهم توصيات الدراسة الحالية.
- 4- التركيز على دور الاسرة ودرجة ونوع الرعاية فهي المحور الرئيسي في قضية الإدمان على المخدرات مع مراعاة أن تستعمل الأسرة أساليب التنشئة السوية، وضرورة أن يكون هناك متابعة من الأسرة للمدرسة لملاحظة أى تغير سواء فى السلوك أو مستوى التحصيل لأنه يكون بداية للوقوع فى دائرة الإدمان. كما يجب على الأسرة ان تمنح الحب والاستقرار النفسى والعاطفى لأبنائها من شأنها أن تسهم فى بناء شخصية متوافقة ومرتنة لهم بعيدة عن الاضطرابات والتوتر، على العكس الأسرة التى يسودها التفكك وعدم الاطمئنان، وفقدان الجو العاطفى والنفسى لما له من آثار سلبية تلحق بالأبناء.
- 5- تفعيل القانون فى تجفيف منابع للمواد المخدرة وهذا يمثل اهم طرق المنع من الوقوع فى الادمان.
- 6- اقتراح عمل استطلاع رأى على مواقع الانترنت مضمونة (هل ترحب بفكرة صدور تشريع يحرم مشاهد بيع وتعاطي المخدرات بالدراما والسينما).

فاعلية برنامج معرفي ببنى لتنمية المهارات الاجتماعية والسلوك التوافقي لدى عينة من
مدمنى المخدرات المتعافين

المراجع

- ابراهيم عصمت مطاوع: 2002 - التنمية البشرية بالتعليم والتعلم فى الوطن العربى -
الطبعة الاولى - دار الفكر العربى - القاهرة - ص 10.
- جابر عبد الحميد، علاء الدين كفاى: 1993 - معجم علم النفس والطب النفسى، المجلد
السادس، دار النهضة العربية، القاهرة.
- جودة احمد سعادة: 2006 - تدريس مهارات التفكير، الطبعة الاولى، دار الشروق للنشر
والتوزيع، عمان، الاردن.
- حازم محمد صالح: 2007 - فاعلية العلاج المعرفى السلوكى فى تنمية المهارات
الاجتماعية وخفض القلق والاكتئاب، لدى عينة من مدمنى المخدرات - رسالة ماجستير -
الاردن.
- دلامة محمد القطاونة: 2014- بعنوان "فاعلية برنامج إرشادي جمعي سلوكي معرفي
فى تنمية بعض المهارات الاجتماعية لدى عينة من الأحداث فى جنوب الأردن - رسالة
ماجستير كلية عمادة الدراسات العليا - الاردن".
- رانيا حسن عبد الفتاح: 2017 - بعنوان "فاعلية العلاج المعرفى والعلاج البيئى فى
تحسين حالات إدمان المخدرات" رسالة دكتوراة - معهد الدراسات والبحوث البيئية، جامعة
عين شمس.
- رباب عادل عبد العظيم: 2019 - بعنوان خفض القلق الاجتماعى باستخدام العلاج
المعرفى السلوكى لدى مدمنى المخدرات- رسالة ماجستير - كلية البنات للاداب والعلوم
والتربية - قسم علم النفس.
- رمزية محمد الغريب: 1974 -القياس اللابارامترى - مكتبة الانجلو المصرية - القاهرة.
- سهير كامل أحمد: 2007 - الصحة النفسية والتوافق ط2 - مركز الاسكندرية للكتاب -
الاسكندرية.

- طريف شوقي فرج: 2003 - المهارات الاجتماعية في علم النفس الاجتماعي المعاصر،
ايتراك للنشر، القاهرة - ص 443. مهرة سالم محمد القاسمي - دور التنشئة الاجتماعية في
تشكيل السلوك السوي للابناء - دار الفكر العرب - مكتبة الكتب العربية
عبد الرحمن محمد العيسوي: 2001 - سيكولوجية التنمية والانتاج، دار الراتب الجامعية
- ص 42-44.
- عبد الستار ابراهيم، عبد العزيز بن عبد الله الدخيل، رضوان ابراهيم: 1993- العلاج
السلوكي للطفل اسالبيية - نماذج من حالته - عالم المعرفة - عدد 180 - ديسمبر - المجلس
الوطني للثقافة والفنون والادب - الكويت.
- عبد العزيز بن محمد احمد بن حسين: 2004 - المشكلات الاجتماعية التي يواجهها
المتعافى من الادمان على المخدرات - قسم علم النفس - كلية التربية. جامعة الملك سعود -
الرياض - المملكة العربية السعودية - بحوث ودراسات - العدد 82.
- عبدالله مصلط مفلح: 2017 - الأطر النظرية للمهارات الاجتماعية والبيئية في تحسين
السلوك البيئي - بحوث ومقالات - الناشر كلية التربية - جامعة عين شمس.
- عبير محمد على عبد السلام: ٢٠٠٩ - بعنوان "فاعلية برنامج معرفى سلوكى فى تنمية
مهارات الحياة لدى عينة من الشباب الجامعى - رسالة دكتوراة - كلية التربية - جامعة
عين شمس".
- علاء الدين كفاقي: 1987 - نعيم الرفاعي: 1982 الارشاد العلاجي النفسى الاسرى
والمنظور النسقى الاتصالى - دار الفكر العربى - القاهرة.
- فاطمة عبد العاطى: 2005. عوامل إدمان الشباب للمخدرات ودور الأسرة فى مواجهة
هذة الظاهرة، بحوث ودراسات، الناشر صندوق علاج ومكافحة الادمان.
قاعدة البيانات بمركز علاج السموم - بمستشفيات جامعة عين شمس 2018.
- كمال ابراهيم مرسى: 2008 - الاسرة والتوافق الاسرى - إعداد الهيئة العامة لدار
الكتب والوثائق القومية إدارة الشؤون الفنية - ص 99
- محمد ابراهيم السفاسفة: 2010 - أساسيات في الإرشاد والتوجيه النفسى والتربوي، مكتبة
الفلاح للنشر والتوزيع، الكويت.

فاعلية برنامج معرفي يبني لتنمية المهارات الاجتماعية والسلوك التوافقي لدى عينة من مدمنى المخدرات المتعافين

محمد أحمد خدام: 2013- فاعلية برنامج إرشادي في تطوير المهارات الاجتماعية و
خفض سلوك الإدمان لدى المدمنين على المخدرات المؤلف الرئيسي: المشاقبة- جامعة الحدود
الشمالية - المملكة العربية السعودية - مجلة الجامعة الاسلامية للدراسات التربوية والنفسية -
المجلد الحادى والعشرون.

محمد عماد الدين اسماعيل: 1987- المنهج العلمى وتفسير السلوك - دار نهضة مصر
للطباعة والنشر).

محمد نبيل القوصى: 2007 - الحديث عن القادة - بحوث ومقالات - التنمية الادارية -
مصر.

مصطفى عبد العظيم الطيب: (بدون تاريخ) فاعلية برنامج تدريبي لتنمية السلوك التوافق
لاطفال التوحد - العدد الثالث عشر- مجلة سائل - بحوث ومقالات - كلية التربية - جامعة
طرابلس).

ممتاز عبدالوهاب: 2003 - تجربة الجمعية المصرية العامة لمنع المسكرات ومكافحة
المخدرات فى مؤتمر المخدرات: مشكلة اقتصادية، ص 19
منظمة اليونسكو: 2017 - مكتب الامم المتحدة المعنى بالمخدرات والجريمة - تقرير
المخدرات العالمى.

منظمة الصحة العالمية: 2000- موقع W.H.O، نظرة شاملة حول سؤ استخدام المواد
النفسية - جنيف.

مهرة سالم محمد القاسمى: 2010 - دور التنشئة الاجتماعية في تشكيل السلوك السوي
للأبناء - دار الفكر العربى - الطبعة الأولى.

نانسى جورج زكى: 2018 - بعنوان فاعلية برنامج معرفى سلوكى لتنمية التوافق البيئى
النفسى لدى عينة من الاطفال المصابين بمرض السرطان - رسالة ماجستير، كلية الاداب -
جامعة القاهرة.

هلا نعيم السعيد: 2010 - حول "فاعلية برنامج معرفى بيئى لتعديل بيئة الاطفال
الذاتويين " دراسة مقارنة على عينتين من أسر اطفال الريف و الحضر.

يوسف قطامي: 2008 - فاعلية برنامج تدريب مستند للنظرية المعرفية الاجتماعية والثقافية لتشكيل الهوية في تطوير الوعي الذاتي والمفاهيم السياسية لدى طالبات الصف الخامس في مدراس وكالة الغوث الدولية - بحوث ومقالات - الكويت.

Bandura A. (2005). The evolution of social cognitive theory. In K. G. Smith & M. A. Hitt (Eds.) Great Minds in Management. (pp. 9-35) Oxford: Oxford University Press

Eysenk, H& Arnold, W. 1995, Spinal\muscular atrophy, Diagnosis Motor neurondiseases, Bloodplasma, Biochemical markers, Homozygosity, Genetc aspects p.49.

Merith, Cosden., Risk and resilience for substance abuse among adolescents and adults with LD. Journal of Learning Disabilities, vol. 34 Issue 4, P:352 (2001) .

W.H.O: Attribution Retraining 26, 1997, p 68.