

برنامج إرشادي مقترح للتخفيف من بعض المشكلات السلوكية لدى المراهق المتمدرس *Proposed mentoring program to alleviate some behavioral problems in an educated adolescent*

الزهرة بومهراس^{1*}، زينب أولاد هدار²

^{2 1} جامعة غرداية (الجزائر).

تاريخ الاستلام: 16 جويلية 2022 ؛ تاريخ المراجعة: 06 نوفمبر 2022 ؛ تاريخ القبول: 19 ديسمبر 2022

ملخص:

تهدف الدراسة الحالية إلى مساعدة المراهقين المتمدرسين على التخلص من بعض المشكلات السلوكية التي يعانون منها داخل الوسط المدرسي، وذلك من خلال برنامج إرشادي مقترح، أجريت الدراسة على عينة مكونة من 34 مراهق متمدرس بالطور المتوسط موزعين على مجموعتين: ضابطة و تجريبية بالتساوي، وتم تطبيق جلسات البرنامج الإرشادي عليهم.

الكلمات المفتاحية: برنامج إرشادي ؛ مشكلات سلوكية ؛ مراهق متمدرس؛ مرحلة التعليم المتوسط.

Abstract:

The current study aimed to help educated adolescents eliminate some of their behavioral problems within the school community through a proposed mentoring program. The study was conducted on a sample of 34 educated adolescents divided into control and experimental groups equally. The mentoring sessions were applied to them.

Keywords: Mentoring Program; Behavioral Problems; Educated adolescent; Intermediate education stage.

1- مقدمة

تعد مرحلة المراهقة من المراحل الأكثر حساسية في حياة الفرد، حيث تتميز بالتغيرات النمائية والتطور في نضج بعض أعضاء الجسم التي تتأثر بالمتطلبات النفسية الداخلية، والتكيف بالثقافة أو البيئة التي يركز عليها المجتمع.

إن التربية والتعليم لا يمكن أن يكتفيا في تأدية الوظائف المناطة بهما بدون ضبط السلوكات غير السوية، والتي قد تصدر من بعض الطلاب في جميع المراحل الدراسية، وبشكل أكثر وضوحاً وأقوى تأثيراً في مرحلة المراهقة، والتي تقابل المرحلتين الدراسيتين "المتوسطة والثانوية"، وخلال مرحلة المتوسط يمر التلميذ بفترات نمو حرجة، فهو أحوج ما يكون فيها للمساعدة والعون، لذلك نجد أنماطاً عديدة انبثقت من سلوك تلاميذ مرحلة المتوسط توصف في بعض الأحيان بالسلبية نتيجة لتلك الظروف الجديدة.

تنوعت المشكلات السلوكية بين التلاميذ، وأصبحت تشكل تحدياً لجميع المنتسبين للعملية التربوية والتعليمية، ولاشك أن الاهتمام بدراسة هذه مشكلات يعد أمراً في غاية الضرورة والأهمية.

*Corresponding author: e-mail: zahra310378@mail.com.

وهناك ما يشير إلى أن المراهقين في الوقت الحاضر خاصة، يتعرضون لمشكلات أكثر تعقيدا وعددا مما عرف لدى المراهقين في الأزمنة السابقة (الصراف، 1986)، ويلاحظ المتتبع للمشكلات المرتبطة بالمراهقين في معظم أنحاء العالم أن هذه المشكلات في تزايد مستمر وأن مجالها أخذ في الاتساع. فقد لوحظ في بعض المجتمعات الغربية، على سبيل المثال، أن هذه المشكلات لم تعد مقصورة على فئة معينة من الأطفال، أو الشباب أو على أماكن معينة، كما أنها لم تعد مشكلة الجهة التي تتعامل مع المراهقين بل إنها أصبحت مشكلة لدى المجتمع كله تسترعى انتباه كل مؤسساته بدءا بالأسرة وانتهاء بالجهات المسؤولة عن الحفاظ على أمن المجتمع عامة (Edwards.1996)

إن الاهتمام بدراسة مشكلات التلاميذ السلوكية في جميع المراحل التعليمية له ما يبرره فهم قادة المستقبل وأمل الأمة، لذلك فإن توجيه الدراسات والبحوث والمحاضرات في هذا الاتجاه هو تعبير صادق عن الاهتمام بهم ورعايتهم على أسس علمية سليمة.

فازدادت أهمية المدرسة في الوقت الحاضر، وازدادت مسؤوليتها في الاهتمام بمشكلات التلاميذ بعد أن فقدت الأسرة بعض أدوارها التقليدية، مما يلقي العبء على المدرسة فأصبح عليها أن تعوض التلميذ عما فقدته من فرصة التربية خارجها، حتى يكون من الممكن منع حدوث هذه المشكلات أو التعامل بشكل فعال معها. فالاهتمام بهذه المرحلة يجب أن يركز على مساعدة التلاميذ على مواصلة دراستهم بنجاح عن طريق تنظيم دراستهم وإرشادهم لحل مشكلاتهم بأنفسهم والسير في الحياة الدراسية وفي المجتمع بأمان وهدوء وكشف عن قابلية كل فرد وتوجيهه توجيها تربويا، نفسيا، مهنيا واجتماعيا، وهو أمر يعتبر من أهم أهداف التربية الحديثة، لذا فإنه ينبغي أن تستند جميع طرق التدريس وأساليبها والتخطيط التربوي للمناهج الدراسية ومناهج الإرشاد على التفهم الدقيق لطبيعة هذه المرحلة لكل تلميذ على حدى، ولا يمكن للمدرّس أو المرشد أن يؤدي رسالته بحق إلا إذا استند على معرفة طبيعة التلميذ في هذه المرحلة ويلم بجميع حاجاته ومشاكله (مصطفى حجازي، 1993، ص19)، فجاءت فكرة هذا البرنامج الإرشادي المقترح محاولة لتخفيف من بعض المشكلات السلوكية التي يعاني منها المراهق المتمدرس.

1.1- إشكالية الدراسة:

إن المدرسة كمؤسسة اجتماعية تضم ثلاث فئات هي: الطلبة - المدرسون - الإداريون، ويتم التفاعل بين هذه الفئات عبر التواصل اليومي، وكل ذلك يكون نظاماً اجتماعياً فريداً له سماته المستقلة. حيث تعتبر المدرسة المؤسسة الثانية بعد الأسرة أين يقضي المراهق المتمدرس (التلميذ) جزءاً كبيراً من وقته يتلقى فيها مختلف أنواع المعرفة، التربية، التعليم .

تعتبر فترة المراهقة من الفترات النمائية الهامة في حياة الإنسان، فهي فترة يعاني فيها المراهق والمحيطين به الكثير من الصعوبات السلوكية، ففي هذه المرحلة تحدث عدة تغيرات عضوية وتنشط الغدد الجنسية ويبدأ الفرد بمواجهة هذه التغيرات وما يترتب عليها من مطالب اجتماعية ونفسية، بالإضافة إلى الحاجات الجنسية،

وهذا يتطلب مساعدة المراهق على أن يتقبل هذه المرحلة بما فيها من مستجدات . وكيفية التوافق مع مجتمعه حتى يتحقق له التوافق العام .

ولأهمية هذه المرحلة وحساسيتها تمت العديد من الدراسات التي تهتم بالمراهقة والمراهقين في ميادين مختلفة . وركزت بعض هذه الدراسات على النواحي النفسية للمراهقين وخاصة الاضطرابات النفسية التي تصاحب هذه المرحلة نتيجة التغيرات الفسيولوجية، وكانت النتائج تؤكد على زيادة نسبة الاكتئاب في مرحلة المراهقة عنها في الطفولة، وظهور بعض الانحرافات السلوكية: كالعنف، وإدمان المخدرات والانحرافات الجنسية...إلخ. (نورة فيصل زاهر، 2011، ص05).

ويشير عبد الرزاق (2005) إن مرحلة المراهقة هي منعطف خطير في حياة الإنسان، وهي التي تؤثر على مدار حياته وسلوكه الاجتماعي والخلقي والنفسي، لذلك لا بد من تحليل ودراسة الظواهر النفسية والسلوكية التي تعترى الكائن البشري أثناء هذه الفترة العصبية . (عبد الرزاق، 2005، ص05)

وقد تعددت النظريات التي حاولت أن تفسر السلوك الإنساني حيث أشارت (ابو عيطة، 1997) إلى أن المدرسة السلوكية تعتقد بأن السلوك الإنساني ما هو إلا مجموعة من العادات تعلمها الفرد أو اكتسبها أثناء مراحل نموه المختلفة، وترى أن الاضطرابات السلوكية ناتجة عن سبب أو أكثر من الأسباب التالية: الفشل في اكتساب أو تعلم سلوك مناسب، و مواجهة الفرد لمواقف متناقضة لا يستطيع معها اتخاذ قرار مناسب .

كما يمكن أن نؤكد أن المشكلات السلوكية للمراهقين إنما هي مشكلات ترجع في المقام الأول إلى ظروف غير مواتية وغير مناسبة يعيشها المراهقين، تعصف بصحتهم النفسية وتؤثر على سلوكياتهم (إسماعيل، 2009، ص3).

وتشكل المشكلات السلوكية أبرز العقبات التي تواجه المراهق والأسرة على حد سواء، لما تمثله من تأثير على المراهق مستقبلا، وقد أثبتت الدراسات تزايد خطورة المشكلات السلوكية لدى المراهقين، فقد أشارت نتائج دراسة (فقيه، 2007) أن أكثر المشكلات السلوكية التي يعاني منها المراهقين تتمثل في السلوك السيئ، العدوان، مشكلات سلوكية مرتبطة بالذات، إضافة لمشكلات سلوكية تعليمية، كما أظهرت نتائج دراسة (الجبالي، 2009) أن أبرز المشكلات السلوكية لدى المراهقين تمثلت في السلوك العدواني، والحركة الزائدة، الخوف، إضافة للتشتت الانتباه.

ويجمع علماء النفس على أن ظاهرة الشباب أصبحت تمثل أحد المحاور الجوهرية داخل مجال البحث السيكولوجي الحديث، ويرجع سبب ذلك إلى ما تحمله هذه الظاهرة / المرحلة من الخصائص ومقومات المراحل السابقة و اللاحقة على حد سواء. (أحرشواو، 1994، ص89).

ويعد الطالب في المراحل التعليمية المختلفة عرضة للكثير من العوامل التي تؤثر عليه، وبالتالي تنعكس سلبا على مستوى تحصيله الدراسي. إذ أن من تلك العوامل المشكلات النفسية الناتجة عن ظروف التنشئة الاجتماعية، و الأسرية، والمواقف والأحداث المدرسية المتمثلة في المعلمين والإدارة والبيئة المدرسية.

وبالنظر إلى واقع المراهقين، فإننا نجد بأنهم يعانون العديد من المشكلات السلوكية وفي كافة النواحي النفسية والاجتماعية، وتتمثل أهمية مرحلة المراهقة كونها مرحلة حرجة من حياة الإنسان يحتاج فيها التوجيه والإرشاد، حيث يمر المراهق بالكثير من الاضطرابات والمشاكل الناتجة عن التغيرات النمائية المفاجئة وما يصاحبها من تغيرات نفسية واجتماعية تعوق من التكيف والتوافق النفسي والاجتماعي. (زهرا، 2003، ص 379).

فتعد برامج الإرشاد النفسي وما تحتويه من مبادئ وأسس ونظريات من الخدمات الضرورية التي ينبغي أن تقدم إلى هذه الفئة لمساعدتهم من أجل الوصول إلى مستوى أفضل من التوافق النفسي والاجتماعي، حيث أنّ الخبرات التربوية التي يكتسبها المراهق المتدرب تعد أحد المصادر ذات الأثر في تكيفه، وأنها تساهم في تنمية قدراته على إقامة علاقات إيجابية ناجحة في المواقف الاجتماعية المختلفة، لأن التوافق من المتطلبات الأساسية التي يسعى إليها الفرد لكي يكون إيجابياً ومنتجاً، فقد جاءت هذه الورقة البحثية محاولةً إلقاء الضوء على فئة خاصة وهم المراهقين المتدربين و مساعدتهم على التخلص من بعض المشكلات السلوكية التي يعانون منها و تعيق توافقهم مع أنفسهم ومع غيرهم، وعليه تأتي الدراسة الحالية محاولة تقديم برنامج إرشادي مقترح للتخفيف من حدة بعض المشكلات السلوكية لدى المراهق المتدرب، ومن خلال هذا البرنامج سنتطرق إلى النقاط التالية :

1- أهم مراحل التي ينطوي عليه البرنامج.

2- الوسائل والفنيات المستخدمة في تطبيق البرنامج.

3- عدد جلسات البرنامج مع ذكر إجراءات كل جلسة .

2.1- الأهمية: تكمن أهمية الدراسة فيما يلي:

- تناولت مرحلة عمرية مهمة وهي مرحلة المراهقة، وما يتخللها من تغيرات وتحولات بيولوجية، ونفسية، وجدانية، عقلية واجتماعية، حيث تعدُّ مرحلة انتقالية مهمة في حياة الإنسان.

- وضع برامج وقائية وتربوية وإرشادية مناسبة لمن يعانون من مشكلات سلوكية من المراهقين في المؤسسات التربوية.

- تفيد مستشاري التوجيه والإرشاد في كيفية التعامل مع هذه المشكلات السلوكية من أجل الوصول بالمراهق المتدرب إلى صحة نفسية جيدة.

- يعد هذا البحث إثراء للمعرفة النظرية لمجموعة البحث حول المشكلات السلوكية.

- قد تتيح هذه الدراسة المجال لاستحداث برامج ذات فعالية في مجال المشكلات السلوكية

3.1- الأهداف: تهدف الدراسة إلى:

- تحديد أهم المهارات الاجتماعية التي يفتقر إليها الأعضاء المشاركون في البرنامج، كعدم القدرة على تأكيد الذات، وعدم القدرة على التواصل البناء مع الآخرين.

- العمل على تعديل سلوك من خلال جلسات البرنامج الإرشادي .
- عرض بعض الاستراتيجيات الإرشادية التي ينبغي أن يتضمنها البرنامج الإرشادي.
- التعرف على مستوى انتشار المشكلات السلوكية لدى المراهقين المتدربين

2- الإطار النظري للدراسة:

1.2-تعريف المشكلات السلوكية

تقول سلامة (1984) أنه يقصد بالمشكلات السلوكية أنماط من السلوك العادي المبالغ فيه (بمعنى أنه سلوك خارج عن حد المؤلف أو حد السواء) لا يرضى عنه المجتمع يعكس خوفا لقاعدة اجتماعية ما وتوقعات الآخرين، أي سلوك غير تكيفي تجاه البيئة سواء المادية بما تتضمنه من ممتلكات، أو الاجتماعية بما تتضمنه من أفراد. (سلامة، 1984، ص133).

بينما تعرفها خولة(2003) بأنها شكل من أشكال السلوك غير السوي يصدر عن نتيجة وجود خلل في عملية التعلم وغالبا ما يكون ذلك على شكل تعزيز السلوك غير التكيفي وعدم تعزيز السلوك التكيفي. وتؤكد (يحيى، 2003) على تعدد التعريفات لتحديد ماهية المشكلات السلوكية، فكل يُعرفها حسب اختصاصه أو حسب المدرسة التي ينتمي إليها (السلوكية، التحليلية، البيئية)، وكذلك حسب المعيار أو المحك (الاجتماعي، الإحصائي النفسي، الذاتي). (يحيى، 2003، ص15)

2.2- أسباب المشكلات السلوكية:

لا نستطيع تحديد سبب واحد للمشكلات السلوكية بل هي مجموعة من التفاعلات المعقدة والتي تشمل الأسرة والبيئة والعوامل البيولوجية، وهي على النحو التالي:

1-2-2- المجال الجسمي والبيولوجي: يتأثر السلوك بالعوامل الجينية والعوامل العصبية وكذلك البيوكيميائية أو بتلك العوامل مجتمعة، ومن غير شك فإن هناك علاقة وثيقة بين جسم الإنسان وسلوكه. وهناك كثير من الدلائل والبراهين ما يثبت وجود علاقة للعوامل البيولوجية بالمشكلات السلوكية والانفعالية الشديدة للأطفال، ومن هذه العوامل البيولوجية فقدان الشهية، والشره.

2-2-2-العوامل الأسرية:

وقد أكدت يحيى (2003) على أن الأسرة هي العامل الأول والأساسي في تشكيل الطفل، وكل ما يتم اكتسابه من الأسرة من خبرات مؤلمة ترجع إلى أساليب خاطئة في التنشئة، وتؤدي لاضطرابات في شخصيته، وأن بعض العوامل قد تسهم في ظهور المشكلات السلوكية مثل مشاكل الوالدين والحرمان . (يحيى، 2003، ص55).

3-2-2- العوامل المدرسية:

المدرسة هي المؤسسة العلمية التي تقوم بصقل وتربية وتعديل سلوك الطفل من خلال التنشئة في الأسرة (الخطيب، 2011، ص 22)، حيث يختلط سلوك الطفل مع الأصدقاء والمدرسة، وعند دخول طفل المدرسة ولديه اضطراب سلوكي، وقليل من المهارات الاجتماعية والأكاديمية، فإنه سيحصل على اتجاهات سلبية من قبل رفاقه ومدرسيه. (يحيي، 2003، ص 56).

3.2- الخصائص السلوكية لذوي المشكلات السلوكية:

أشارت (يحيي، 2003، ص 93-100) لمجموعة من الخصائص السلوكية لذوي المشكلات السلوكية وتمثل فيما يلي:

1-3-2- السلوك الهادف إلى جذب الانتباه أو السلوك الفوضوي: حيث يكون السلوك غير مناسب للنشاط الذي يقوم به الطفل، ويستخدمه لجذب الانتباه، وقد يكون لفظية أو غير لفظي، بينما يتمثل السلوك الفوضوي بسلوكيات تعيق النشاط القائم، كذلك وتتضمن العجز عن القيام بالأنشطة.

2-3-2- العدوان الجسدي واللفظي: أي العنف الموجه نحو الذات أو نحو الآخرين، ويوجد شعورا بالخوف مثل الضرب والركل، بينما يتمثل العدوان اللفظي في الكلام المرافق للغضب والعنف، ووصف عبارات تحطيم الذات وإلحاق الأذى بها.

3-3-2- عدم الاستقرار: أي سرعة التهيج وعدم القدرة على التنبؤ بالسلوك، ويعود إلى التقلبات المزاجية السريعة، حيث الانتقال من حالة الفرح إلى الحزن، ومن الهدوء إلى الحركة بدون سبب محدد ولا يمكن التنبؤ به. (خلف الله، 2004، ص 110).

4-3-2- النشاط الحركي الزائد أو قلة النشاط: حركة جسدية زائدة عن الحد المعقول، ولا تتناسب مع عمره الزمني وهو غير متنبا به وغير موجه، ويقابله ضعف بالنشاط الحركي عند الاستجابة للمثيرات، وتعد قلة النشاط عرض من أعراض الخوف والقلق الذي يؤثر على سلوك الفرد ونشاطه. (مصطفى، 2011، ص 55).

5-3-2- السلبية والانسحاب: وهي حالة وجدانية تعبر عن عدم الاهتمام واللامبالاة، وعدم الرغبة بالقيام بأي نشاط، وفي حال القيام به فإنه لا يستمتع به، في حين أن الانسحاب سلوك يميل فيه الأفراد إلى تجنب التفاعل الاجتماعي، وعدم الرغبة بالمشاركة في المواقف الاجتماعية.

6-3-2- التمرد المستمر: وهو سلوك يرفض القوانين والمعايير الاجتماعية، حيث يظهر المراهق سلوك متمردا على سلطة الوالدين والمحيطين به وكسر القواعد الاجتماعية. (أبو منديل، 2016، ص 27).

3- أهمية البرنامج:

إن الإرشاد التربوي جزءاً من العملية التربوية، فهو يمثل معها سلسلة من النشاطات المتكاملة الهادفة إلى تحقيق أغراضها المرسومة، بل لا يمكن التفكير في التربية والتعليم من دون الإرشاد فالحاجات الإرشادية هي تلك

الخدمات التي من شأنها توفير الجو الأفضل والمناخ الملائم، بحيث تجعل التلميذ يفهم نفسه بنفسه وبمساعده على حل مشكلاته وإشباع حاجاته حتى يتمكن من التكيف مع مجتمعه وبيئته، باعتبار أن نمو الفرد لا يقاس بمدى خلوه من مشاكل بقدر ما يقاس بمدى قدرته على التكيف.

لقد أصبح مجال الإرشاد النفسي من التخصصات الهامة، بسبب ما تعج به الحياة المعاصرة من تعقيدات ومشكلات تعصف بالفرد، فكانت البرامج الإرشادية لتحويل دون وقوع الفرد فريسة للاضطرابات النفسية والانحرافات السلوكية، بالإضافة لما لها من أهمية في تعزيز ثقة الفرد بنفسه وبالمحيطين، ومساعدته على حل المشكلات في كافة المجالات، ليصل الفرد في النهاية للتوافق النفسي والاجتماعي، والتمتع بالصحة النفسية. (حسين، 2004، ص 35).

لعل من أنسب وأسرع وسائل وطرق التدخل لمواجهة المشكلات السلوكية عند المراهقين هو ما يكون محببة ومقبولا لديهم، والمتمثل بالبرامج الإرشادية التي تتضمن جلساتها العديد من الأنشطة التي تساهم في التخفيف من حدة الضغوطات النفسية، والخبرات الصادمة التي واجهها المراهقين، وأثرت بشكل مباشر على توافقهم النفسي والاجتماعي، لما فيها من أنشطة تساهم في تفرغ الشحنات المكبوتة، من خلال أساليب وفنيات كاللعب الجماعي، والاسترخاء، ولعب الأدوار، والنمذجة.

وبالتالي فإن هناك ضرورة هامة للبرامج الإرشادية في المدرسة خاصة أن المتدربين يعانون الكثير من المشكلات السلوكية، نتيجة لما يعترض له المراهق من خبرات سارة وغير سارة، سلبية، مؤلمة ومشاعر متدفقة، وأحياناً قد تكون حادة، من هنا يحتاج المراهق إلى من يأخذ بيده ليتجاوز هذه المواقف وليوازن جميع أمور حياته ويواجه الصعوبات والتحديات الحياتية، ولكي يتم تحقيق هذه الأهداف والغايات لابد من وضع خطة عمل هادفة منظمه، مخططة، محددة زمانياً يتبناها مختص مؤهل ومدرب ولديه الرغبة والقدرة على إعداد وتطبيق ذلك.

ولهذا الهدف كانت هذه الدراسة والمتمثلة في بناء برنامج ارشادي مقترح للتخفيف من بعض المشكلات السلوكية لدى المراهقين المتدربين، نظرا للحاجة الماسة التي يعاني منها المراهق داخل وسطه المدرسي.

4- مصطلحات الدراسة :

يعرف حامد زهران البرنامج الإرشادي: بأنه مجموعة من الإجراءات المنظمة المخطط لها في ضوء أسس علمية وتربوية تستند إلى مبادئ وفنيات معينة تهدف إلى تقديم المساعدة المتكاملة للفرد حتى يستطيع حل المشكلات التي يقابلها في حياته أو التوافق معها. (حامد زهران، 2002، ص499)

وتعرف سعدي بهادر (1987) البرنامج: هو جميع الأنشطة والممارسات والألعاب والمواقف والزيارات والرحلات التي يقوم بها الطفل في الانتقال التدريجي من دائرة الذات إلى الخارج". (طه عبد العظيم حسين، 2004، ص282).

ويمكن أن نعرف البرنامج إجرائياً : على أنه نسق من الخطوات والنشاطات والفعاليات المخطط لها على أسس نفسية، اجتماعية تربوية، تستند إلى مبادئ وفنيات معينة تهدف إلى تقديم المساعدة لتلاميذ المراهقين لحل مشكلاتهم وتجاوز صعوباتهم وتحقيق الأهداف المرجوة.

أما المشكلات السلوكية فتعرف إجرائياً: بأنها كل مظهر من مظاهر السلوك غير السوي المخالف لنظم وقواعد المجتمع، الذي يلاحظ على المراهق المتمدرس، ويعيق من تكيفه وتوافقه مع نفسه ومع المحيطين به ، مما ينتج سلوكيات لا تتناسب مع المرحلة النمائية التي يمر بها. وهي عبارة عن الدرجة التي يحصل عليها المراهق المتمدرس على مقياس المشكلات السلوكية المطبق بالدراسة.

5- التخطيط للبرنامج:

استغرق إعداد البرنامج التدريبي الخطوات التالية:

- الاطلاع على الدراسات والكتابات النظرية ذات العلاقة بموضوع الدراسة.
- الاطلاع على بعض البرامج التدريبية والإرشادية وورشات العمل التي صممت في مجال المشكلات السلوكية
- التعرف على خصائص العينة
- تحديد أهداف البرنامج وصياغتها
- تحديد المهارات التي سيتم تدريب أفراد المجموعة التجريبية عليها وإكسابهم لهم .
- صياغة محتوى البرنامج في عدد من الجلسات تحتوي على أهم المعلومات والمهارات التي ينبغي تزويد أفراد المجموعة التجريبية بها والفنيات المستخدمة في هذه الجلسات
- مراعاة التدرج في محتوى البرنامج.
- تحديد بعض الإجراءات والأساليب التدخل
- أن يراعي البرنامج التسلسل المنطقي في جلساته متتابعة وحرص أن يكون هناك ارتباط بين الجلسات

6- الأسلوب الإرشادي المستخدم :

تم الاعتماد على الأسلوب الإرشاد الجماعي في جلسات البرنامج الإرشادي . ويعرفه حامد زهران (1980) بأنه إرشاد عدد من العملاء الذين يحسن أن تتشابه مشكلاتهم واضطراباتهم معاً في جماعات صغيرة كما يحدث في جماعة إرشادية أو في فصل. (حامد زهران ، 1980، ص 297)

7- محتويات البرنامج:

يتضمن البرنامج إحدى عشر(11) جلسة، لمدة شهرين بواقع جلسة في الأسبوع، مدة الجلسة خمس وأربعون دقيقة.

8-مراحل البرنامج: على ثلاثة مراحل :

8. المرحلة الأولى: مرحلة البدء أو التصميم، وبها يتم جمع البيانات والمعلومات التي تخص البرنامج من خلال الفئة المستهدفة، خصائصها، ماهية البرنامج وخدماته وجلساته والمهارات المقدمة فيه.

9. المرحلة الثانية: مرحلة التنفيذ، وبها يتم تنفيذ البرنامج على الفئة المستهدفة مع ضمان شروط الزمان والمكان والوسائل والإمكانيات المتاحة.

10. المرحلة الثالثة: مرحلة التقويم ويكون بتقويم مدى فاعلية البرنامج في علاج هذا المشكل ويتجلى ذلك من خلال مراقبة سلوك المتعلمين المراهق داخل المدرسة.

9- جلسات البرنامج:

1-9- الجلسة الأولى: كسب ثقة والتعريف بالبرنامج الإرشادي ونظام الجلسات.

أهداف الجلسة: كسب ثقة المراهقين المتعلمين وتعليمهم البرنامج الإرشادي والهدف منه ونظام الجلسات والاتفاق على مواعيد الجلسات وحثهم على ضرورة الالتزام
مدة الجلسة: 45 د

فنيات الجلسة: المحاضرة، المناقشة

إجراءات الجلسة: اتبعت الخطوات التالية:

- الترحيب بالتلاميذ المشاركين في البرنامج الإرشادي.

- أن يعرف الباحث نفسه.

- أن يتعرف أفراد المجموعة التجريبية على بعضهم البعض.

- شرح البرنامج الإرشادي من حيث الهدف ونظام الجلسات والموضوعات التي تتضمنها.

- مناقشة المراهقين والإجابة عن بعض انشغالاتهم ثم الاتفاق معهم على مواعيد الجلسات بما يتناسب مع ظروفهم وحثهم على ضرورة الالتزام بها.

2-9- الجلسة الثانية: معرفة مفهوم المشكلات السلوكية.

أهداف الجلسة: ان يعرف المراهقين مفهوم المشكلات السلوكية، ويتعرفون على أنواعها وأن يفرقوا بين السلوكيات السوية وغير السوية .

مدة الجلسة: 45 د

فنيات الجلسة: المحاضرة، المناقشة

إجراءات الجلسة:

تقوم الباحثتين بالترحيب بالمراهقين والاطمئنان عليهم، والثناء على الحضور والالتزام. ثم القيام بعرض

ماهية المشكلات السلوكية، التي يمر بها المراهقين مع إعطاء التوجيهات لهم حتى تساعد في كيفية التعامل

مع هذه المشكلات، ثم يتم إلقاء الضوء حول المشكلات الشائعة لدى المراهقين والتي كانت من خلال الدراسة

المسحية التي قامت بها الباحثتين، وهي كالتالي (تدني التحصيل، العدوان، سرعة الانفعال، الحرمان العاطفي)، و

بعدها يتم عرض أهم أسباب المشكلات السلوكية بصفة عامة.

3-9- الجلسة الثالثة: التعرف على مشكلة سرعة الانفعال

أهداف الجلسة: أن يتعرف المراهقين على ماهية مشكلة سرعة الانفعال، وإكساب أفراد المجموعة التجريبية كيفية التعامل معها للتخلص من هذه المشكلة .

- أن يتعرف المراهقين المتمدرسين على الأسباب وراء ظهور هذه المشكلة.
- أن يتعرف المراهقين المتمدرسين على الآثار السلبية لمشكلة سرعة الانفعال .
- أن تتعرف الباحثين من أفراد المجموعة التجريبية على مقترحات وحلول لتجنب مشكلة سرعة الانفعال.
- أن يتعرف المراهقين المتمدرسين على طرق وأساليب فعالة للتعامل مع مشكلة سرعة الانفعال

مدة الجلسة: 45 د

فنيات الجلسة: المحاضرة، المناقشة

إجراءات الجلسة :

تقوم الباحثين بالترحيب بالمراهقين المتمدرسين والاطمئنان عليهم، وشكرهم على الالتزام بالحضور.

- مراجعة الجلسة السابقة.

- تقديم حول المشكلة.

- يعرض فيديو عن مشكلة سرعة الانفعال ومناقشة أفراد المجموعة التجريبية.

- تقوم الباحثين بالتعرف على التصرفات التي تصدر من طرف المراهقين المتمدرسين عندما يتعرضون لمواقف تكون فيها حدة انفعال .

- تقديم عرض power point حول ماهية المشكلة وأسبابها ، والأساليب العلاجية للمشكلة.

- الرد على تساؤلات المراهقين.

- تلخيص وتقييم ما دار بالجلسة والتأكيد على موعد الجلسة القادمة

- واجب منزلي إنهاء الجلسة.

4-9- الجلسة الرابعة: عنوانها مشكلة تدني التحصيل الدراسي

أهداف الجلسة:

- أن يتعرف المراهق المتمدرس على ماهية التحصيل الدراسي
- أن يتعرف المراهق المتمدرس على العلاقة ما بين الذكاء والتحصيل الدراسي.
- أن يتعرف المراهق المتمدرس على أنواع التأخر الدراسي.
- أن يميز المراهق المتمدرس ما بين صعوبات التعلم والتأخر الدراسي وبطء التعلم.
- أن يتعرف المراهق المتمدرس على خصائص المتأخرين دراسية .
- أن يتعرف المراهق المتمدرس على أسباب تدني التحصيل.

مدة الجلسة: 45 د

الفنيات المستخدمة: المناقشة والحوار، التعزيز، المحاضرة.

إجراءات الجلسة:

- الترحيب بالمراهقين المتمدرسين والاطمئنان عليهم
- مراجعة الجلسة السابقة
- مراجعة الواجب المنزلي.
- تقوم الباحثتين بعرض نتائج المتمدرسين للفصل الدراسي السابق.
- تقوم الباحثتين بتعريف مشكلة تدني التحصيل، وتوضح الفرق بين صعوبات التعلم والتأخر الدراسي وبطء التعلم.
- تقديم عرض power point للتعرف على أنواع التأخر الدراسي وخصائص المتأخرين دراسية وأسباب تدني التحصيل.
- من خلال المجموعات المركزة تقوم الباحثتين بمناقشة المتمدرسين بالعلاقة بين نسبة الذكاء وتدني التحصيل، وتطبيق عليهم مقياس الذكاء لأحمد زكي صالح.
- تقوم الباحثتين بإجمال الموضوع وعرض الطرق والحلول لهذه المشكلة.
- من خلال المناقشة والحوار تقوم الباحثين بتقوية نقاط القوة من اجل تحسين مستوى التحصيل الدراسي لأفراد المجموعة.
- تلخيص وتقييم ما دار بالجلسة والتأكيد على موعد الجلسة القادمة.
- إنهاء الجلسة.

5-9- الجلسة الخامسة: مشكلة الحرمان العاطفي.

أهداف الجلسة:

- أن يتعرف المراهق المتمدرس على ماهية مشكلة الحرمان العاطفي
- أن يتعرف المراهق المتمدرس على أسباب مشكلة الحرمان العاطفي والآثار التي تنجم عنها.
- مدة الجلسة: 45 د.

الفنيات المستخدمة: المناقشة والحوار، التعزيز، المحاضرة.

إجراءات الجلسة:

- الترحيب بالمراهقين المتمدرسين والاطمئنان عليهم
- مراجعة الجلسة السابقة
- تقوم الباحثتين بعرض مقدمة حول الموضوع من خلال سرد قصة من سيرة النبي صلى الله عليه وسلم.
- تقييم ذاتي للمراهق المتمدرس من خلال المناقشة والحوار حول مدى الرضا عن الحب والحنان الذي يتلقاه من الوالدين.
- تلخيص وتقييم ما دار بالجلسة والتأكيد على موعد الجلسة القادمة واجب منزلي.

- إنهاء الجلسة.

6-9- الجلسة السادسة: مشكلة العدوان.

مدة الجلسة: 45 د.

أهداف الجلسة:

- أن يتعرف المراهق المتمدرس على سمات التي يمتاز بها العدوانية وما ينجم عنها من آثار سلبية.

- أن يتعرف المراهق المتمدرس على مهارات التعامل مع مشكلة العدوان.

العمليات المستخدمة: المناقشة والحوار، التعزيز، المحاضرة.

إجراءات الجلسة:

- الترحيب بالمراهقين المتمدرسين والاطمئنان عليهم

- مراجعة الجلسة السابقة

- مراجعة الواجب المنزلي.

- تقوم الباحثتين بعرض فيديو حول السلوك العدواني، ومن ثم تفتح الباحثتين باب للمناقشة والحوار

- تقدم الباحثتين شرحا حول دوافع التي تجعل من الفرد عدواني من خلال عرض power point

- شرح تقنيات التعامل مع الطفل العنيد.

- إعطاء التوجيهات للتخلص من مشكلة العدوان

- تلخيص وتقييم ما دار بالجلسة والتأكيد على موعد الجلسة القادمة.

- إنهاء الجلسة

7-9- الجلسة السابعة: استخدام مهارة خفض الحساسية التدريجي.

أهداف الجلسة: خفض التوتر والحساسية من خلال تعريض أفراد العينة لمواقف التوتر بالتدرج، وإكسابهم

مهارة ضبط النفس والتصرف بحكمة وهدوء في المواقف المثيرة للقلق، وكذا إكسابهم القدرة على مواجهة مواقف

الحياة باتزان وثقة بالنفس.

مدة الجلسة: 45 د.

عمليات الجلسة: خفض الحساسية التدريجي، الحوار، تخيل، النمذجة (تطبيق عملي لخفض الحساسية

التدريجي).

إجراءات الجلسة: طلب من المشاركين الجلوس بشكل مريح، وأخذ نفس عميق، وإغماض أعينهم، ثم طرح

السؤال التالي: ما أكثر المواقف التي شعرت فيها بالألم في حياتك؟ ثم تسجيل الإيماءات الملاحظة على التلاميذ

(كان هناك من التلاميذ من يبكي، ومن يظهر عليه الألم ومنهم من قطب حواجبه) بحيث يتم ترك المشاركين لفترة

(03) دقائق، ثم توجيه السؤال التالي: ما المواقف التي شعرت فيها بدرجة متوسطة من الألم؟ تلخيص الإيماءات

من التلاميذ وتدوينها مرة أخرى، مع ترك التلاميذ مرة أخرى (05) دقائق. ثم توجيه السؤال التالي: ما هي المواقف

التي شعرت فيها بالسعادة؟ ثم تدوين الملاحظات التي بدت على وجوه التلاميذ خلال التمرين، وإنهاء النشاط

(شهيق / زفير) ثم طلب منهم أن يفتحوا أعينهم، وطلب منهم التحدث عن شعورهم خلال المواقف حسب الرغبة. القيام بتعريض أحد المشاركين تدريجياً للمثير، أو الموقف المسبب للقلق بينما يكون في هذه الحالة مرتاح، مسترخي، مع مساعدة على زيادة المشاعر الإيجابية في ذهنه بدلا من المشاعر السلبية عبر الحوارات مع النفس، والتخيل السار، و عرض مشكلة داخل المدرسة وتمثيلها مع التلاميذ، عن كيفية خفض التوتر، ثم تطبيق مرة أخرى مع مجموعة أخرى من التلاميذ، ثم مناقشة المشكلة معهم بتشجيع التلاميذ على التحسين التصوري للتوافق، وذلك بأن يعيشوا المواقف المثيرة للألم تدريجياً في الخيال، إلى أن يتكيفوا معها. و إعطاء نشاطا آخر، هو تمرين الاسترخاء التأملي للتلاميذ (رحلة بالخيال) مبتدئة بالتنفس العميق ومنتية بمشاعر الفرح والسعادة.

8-9- الجلسة الثامنة: استخدام أسلوب توكيد الذات.

أهداف الجلسة: تعزيز مبدأ الثقة بالنفس عند أفراد المجموعة، وتعزيز القدرات والإمكانيات لدى أفراد المجموعة.

مدة الجلسة: 45 د.

فنيات الجلسة:

- الحوار والنقاش.

- النمذجة (مثال توضيحي).

- مجموعات عمل صغيرة.

إجراءات الجلسة: قيام باستطلاع آراء المشاركين في البرنامج حول مفهوم الذات ومناقشتهم في هذا الموضوع واخذ الآراء والتعليقات من أفراد المجموعة، ومن ثم طرح سؤال واحد علي مجموعات العمل الصغيرة وهو كالتالي: كيف تستطيع أن تحقق وتوكيد ذاتك؟ ومن ثم قام كل مشارك من المشاركين بالإجابة على السؤال الرئيسي للجلسة ومن ثم الحوار والنقاش بعد ذلك مع جميع المشاركين. ثم عرض شريط فيديو يوضح فيه نموذج لشخص استطاع أن يحقق ذاته وما هي المراحل التي مر بها والخطوات التي قام بها من أجل أن يؤكد ذاته، ثم المناقشة والحوار بعد انتهاء العرض، ثم تكليف أفراد المجموعة الإرشادية بعدد من المهام الدراسية (واجب بيتي) أو القيام بعدد من المهارات وتنفيذها بما يتناسب مع قدرات وإمكانيات كل مشارك وقام بتعزيز قدرات التلاميذ وزيادة ثقتهم بأنفسهم كذلك يصب في مصلحة خفض التوتر والقلق.

9-9- الجلسة التاسعة: مهارة الاتصال والتواصل.

أهداف الجلسة: التعرف إلى مفهوم الاتصال والتواصل، و آثاره الجيدة في الأسرة والمدرسة، وأهمية الحوار في الحياة.

مدة الجلسة: 45 د.

فنيات الجلسة:

- الحوار، والنقاش.

- ولعب الأدوار

إجراءات الجلسة:

في البداية الترحيب بالمشاركين وشكرتهم على القيام بالواجب البيتي، وطلب من أحدهم تلخيص الجلسة السابقة، ثم قيام بتمهيد لموضوع الجلسة الحالية، واطلاعهم على الخطوط الرئيسية للجلسة، ثم تقسيم التلاميذ إلى ثلاث مجموعات ثم توزيع أسئلة لاستئثار أفكارهم ومنها:

- ما مفهوم الاتصال والتواصل؟

- ماهي الآثار السلبية والإيجابية للاتصال والتواصل مع الأسرة و الزملاء و الأساتذة؟

وبعد انتهاء المجموعات من مناقشة الموضوع مع التلاميذ عرض الموضوع بشرائح بوربوينت وعرض على التلاميذ مجموعة من الصور، تمثل أنماط التواصل بين أفراد الأسرة، وطلب منهم التعليق على الصور، ثم التحدث عن أهمية لغة الحوار بين أفراد الأسرة و الزملاء و الأساتذة، ثم تقديم واجب بيتي حول أنماط التواصل المشارك مع أفراد أسرته و زملائه و أساتذته و تدوين ذلك.

9-10- الجلسة العاشرة: المساندة الاجتماعية.

أهداف الجلسة: مساعدة المشاركين على التوافق النفسي والاجتماعي، و التعرف إلى أهمية وجود أشخاص يثقون بهم ويعتمدون عليهم.

مدة الجلسة: 45 د.

فنيات الجلسة:

- الحوار، المناقشة.

- النمذجة.

إجراءات الجلسة: بعد الترحيب بالمشاركين و أوليائهم و أساتذتهم، ثم مناقشتهم بالواجب وتعزيز المشاركين على إضهار أوليائهم للجلسة، والتحدث بشكل مختصر عن الجلسات الإرشادية، وبعدها ترك المجال للأولياء والأساتذة لإبداء آرائهم، وكذلك عن النتائج الملموسة للبرنامج في البيت و في حجرة الصف، عرض الموضوع وبدأ المناقشة بين التلاميذ من جهة والأولياء و الأساتذة من جهة أخرى، ثم عرض الموضوع بشرائح بوربوينت مظهرا أهمية التنشئة المبنية على الحوار الفعال، والاتصال والتواصل بين أفراد الأسرة، كما يتم توضيح أثر الخلافات الأسرية على الأبناء من الناحية النفسية والاجتماعية، ودور الوالدين بالمساندة والدعم وأثره في تنمية الشخصية، وبعد ذلك مناقشة المجموعات ما هو دور كل من الوالدين و الأساتذة وفي نهاية الجلسة توزيع إكراميات، وشكر الأولياء و الأساتذة على تلبية الدعوة.

9-11- الجلسة الحادية عشر: تقويم البرنامج الإرشادي، والإنهاء، وتطبيق القياس البعدي على المشاركين.

أهداف الجلسة: تقويم الجلسات الإرشادية والوقوف على نقاط القوة ونقاط الضعف في البرنامج، ومعرفة النتائج التي توصل إليها المشاركون من خلال التدريبات التي استخدمت خلال جلسات البرنامج. مدة الجلسة: 45 د.

فنيات الجلسة: مناقشة و التعزيز الايجابي، و ممارسة أسلوب الاسترخاء ، وإجراء تقويم لسلوك المشاركين والتأكد من استمرار التدريبات، والمناقشة والحوار، النماذج التوضيحية ، والتغذية الراجعة إجراءات الجلسة: شكر التلاميذ المشاركين في البرنامج الإرشادي على حضورهم والتزامهم وعدم تغييبهم. ومناقشة التلاميذ فيما اكتسبوه على مدار جلسات البرنامج في حياتهم وانعكاس ذلك بالإيجاب عليهم مع الإشادة بالأفكار والأساليب السوية وتعزيزها عن طريق الثناء والمدح والهدايا، وإرشاد المشاركين إلى ضرورة الاستمرار في تنفيذ ما تم اكتسابه وتوظيفه في حياتهم المدرسية، ثم تطبيق مقياس المشكلات السلوكية (قياس بعدى)، وتحديد لقاء مع عينة الدراسة بعد شهرين (فترة المتابعة) لتطبيق مقياس المشكلات السلوكية وفي الأخير القيام بشكر المشاركين في البرنامج على المجهود الذي بذلوه معه من أجل إنجاح هذا العمل، ويعرب لهم عن سعادة بالفترة التي تم قضاؤها معهم أثناء تنفيذ البرنامج.

10-عينة الدراسة :

عينة مقصودة من المراهقين المتمدرسين من مرحلة التعليم المتوسط الذين لديهم مشكلات سلوكية مختلفة وعددهم 34 متمدرس مراهق. وتم تقسيم العينة إلى مجموعتين المجموعة الضابطة وعددها 17 مراهق متمدرس لم يتم تعريضهم للبرنامج المجموعة التجريبية وعددها 17 مراهق متمدرس تم تعريضهم للبرنامج .

11-الأدوات المستخدمة :

- استمارة التعرف على التلاميذ المراهقين المتمدرسين

وتم تصميم البرنامج الإرشادي وفق النظرية المعرفية السلوكية التي تستخدم بعض من الاستراتيجيات الإرشادية والفنيات التالية :

- المناقشة الجماعية

- المحاضرات

- العلاج بالتمذجة

- لعب الدور

- إدارة الوقت

- الإنصات

- الواجب المنزلي

- كذلك تم استخدام أجهزة العرض Data show، أفلام ، قصص واقعية من أعضاء المجموعة .

12- تحكيم البرنامج

وقد تم تحكيم البرنامج بعرضه على (11) محكماً من أعضاء هيئة التدريس المتخصصين في مجال الإرشاد النفسي و تربوي و علم النفس المدرسي، و الصحة النفسية في الجامعات الجزائرية، للتأكد من صدق المحتوى، ولإبداء ملاحظاتهم ومقترحاتهم حول مدى مناسبة البرنامج، وإجراءاته، ومناسبة محتوى الجلسات التدريبية لهدف البرنامج الأساسي.

13-الخدمات التي يقدمها البرنامج :

13-1- خدمات نفسية :

ومن هنا تأتي أهمية توفير خدمات الإرشاد النفسي لهؤلاء المتدربين المراهقين وتوعيتهم بها من ناحية، وتشجيعهم على طلب المساعدة النفسية المتخصصة حال مرورهم بضغوطات أو معاناة نفسية أو انفعالية من ناحية أخرى. كما وأنهم يحتاجون لتطوير معتقدات صحية و ايجابية نحو سلوك طلب المساعدة النفسية مما يسهل عليهم تقديم الطلب الفعلي نحو هذه الخدمات النفسية، إن تقديم الخدمات الإرشادية من قبل مرشدين يعتمد في جزء كبير على اتجاهات واعتقادات المراهق المتدرب بفائدتها وفعاليتها وتحفزها لطلبها ، والسعي نحو الحصول على مثل هذه الخدمات النفسية والإرشادية المتخصصة والانفتاح النفسي والذهني عليها.

فالأحتياجات الواقعية لمثل هذه الفئة ، والتي من المؤمل أن تسهم في تحسين صحتهم النفسية، وزيادة نوعية حياتهم ذات المتطلبات الضاغطة، والأعباء المتعددة الملقاة على عاتقهم.

كما يهدف البرنامج إلى التخفيف التدريجي من المشكلات السلوكية من خلال تحسين التكيف عند المراهق المتدرب، حيث يساعده على التبصر بذاته ومعرفة قدراته وإمكاناته وجوانب الضعف والقوة بشخصيته كما يتضمن مراعاة الخصائص العامة للنمو في مرحلة المراهقة، وأشباع حاجاتها النفسية والاجتماعية و البيئية والدينية نجد أن المراهق المتدرب يستجيب لهذه السلوكيات بالشد والضغط النفسي كوسيلة لمنعها من الظهور، وبمرور الوقت تزداد محاولاته للتغلب على هذه السلوكيات فيكتسب عدداً من السلوكيات الثانوية التي تعزز من خلال الاشتراط الإجرائي وخلال هذه الفترة تكون السلوكيات السابقة مصحوبة بمشاعر سلبية مثل الإحباط والخجل والخوف ، ويمتد التعلم الشرطي إلى ارتباط هذه المشاعر والسلوكيات بموقف معين سرعان ما تزداد تدريجياً لتشمل مواقف بأكملها تثير الخوف من المواجهة ، وتزداد هذه المواقف مع تقدم الاضطراب و يبدأ المراهق المتدرب بتجنب هذه السلوكيات والمواقف ، وخلال هذه الفترة يبدأ المراهق المتدرب بتكوين تصور خاص عن ذاته وعن الآخرين وعن المناخ المدرسي.

13-2- خدمات تربوية

إن التلاميذ المراهقين المتدربين الذين تبدو عليهم مظاهر مشكلات سلوكية يستطيعوا من خلال البرنامج الإرشادي تخفيف الأثر النفسي والشعور بالأسى والقلق والخوف الناتج عن هذه المشكلات . كما يستطيعوا

مواجهة الواقع والتعامل معه بصورة أفضل . بدرجة تمكنهم من خلال التوجيه والتدريب وإكساب مهارات وخبرات تمكنهم من التكيف والتفاعل والتوافق مع المجتمع المدرسي.

كما أن الخدمات التربوية للبرنامج الإرشادي تتمثل في تقديم خبرات ومهارات أكاديمية مناسبة تؤدي في النهاية إلى تنمية قدرات المعرفية للمراهقين، وأن تتناسب هذه الخدمات مع احتياجاتهم واهتماماتهم من حيث المحتوى وأن تشتمل على طرق واستراتيجيات متعددة، ولهذه الخدمات أثر في زيادة تحصيلهم، كما تساهم أيضا في تطوير الدافعية، بالإضافة إلى تأثيرها الإيجابي في تحسين استراتيجيات الكفاية الذاتية، والتنظيم الذات.

13-3- خدمات إرشادية وقائية وعلاجية: دراسة حالة كل فرد من أعضاء المجموعة، وتقديم خدمات إرشادية جماعية لأعضاء المجموعة العلاجية من خلال الأدوات والفنيات والجلسات للبرنامج وعددها 11 جلسة إرشادية، وفي تطبيق البرنامج وتقديم خدمات نفسية للتخلص من هذه الأعراض المصاحبة للمشكلات السلوكية لديهم.

قائمة المراجع:

- حامد عبد السلام زهران (2002) ، التوجيه والإرشاد النفسي، عالم الكتب، القاهرة.
- طه عبد العظيم حسين(2004)، الإرشاد النفسي النظرية التطبيق التكنولوجيا، دار الفكر للنشر والتوزيع.
- عبد الوهاب بن مشرب عصام الدين الانديجاني (2009)، الفرق بين الموهوبين والعاديين في استخدام أجزاء المخ وحل المشكلات و التوافق الدراسي لدى عينة من طلاب المرحلتين المتوسط والثانوية بمدينة مكة المكرمة، دراسة مقدمة لقسم علم النفس بجامعة أم القرى متطلب تكميلي لنيل درجة الدكتوراه في علم النفس تخصص إشارد نفسي، مكة المكرمة، سعودية.
- علي سعد الأسمراري (1990)، العلاقة بين التوافق الدراسي وبعض المتغيرات الاجتماعية والأكاديمية لدى طلاب وطالبات جامعة أم القرى، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى، مكة المكرمة، السعودية.
- فقيهي، محمد (2007) المشكلات السلوكية لدى المراهقين المحرومين من الرعاية الأسرية في المملكة العربية السعودية(رسالة ماجستير غير منشورة)جامعة نايف العربية، السعودية.
- زهران حامد (2003) دراسات في الصحة النفسية والإرشاد النفسي .القاهرة :عالم الكتب نشر والتوزيع و طباعة.
- أحرشاوا الغالي،(1994)، واقع التجربة السيكولوجية في الوطن العربي، بيروت المركز الثقافي العربي.
- أبو عيطة ، سهام (1997) مفهوم الإرشاد التربوي لدى العاملين في الخدمة في دولة الكويت والمملكة الأردنية الهاشمية . رسالة ماجستير، منشورة ، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.

- نورة فيصل زاهر، (2011)، المشكلات النفسية والاجتماعية للمراهقات العاديات والمراهقات المعاقات عقليًا (فئة القابلين للتعليم في المملكة العربية السعودية في ظل المتغيرات الديموغرافية للأسرة)، رسالة ماجستير، منشورة، من قسم الإرشاد النفسي تخصص تربية خاصة، السعودية .
- سلامة، ممدوحة (1985) الإرشاد النفسي منظور إنمائي، القاهرة: مكتبة الأنجلو.
- يحيى، خولة (2003) الاضطرابات السلوكية والانفعالية. ط. 3. عمان: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.
- الخطيب، محمد (2011) المشكلات السلوكية عند الأطفال، غزة.
- أبو منديل وسام (2016) المشكلات السلوكية وعلاقتها بالتواصل الأسري لدى المراهقين مستخدمي الهواتف الذكية من وجهة نظر الوالدين (رسالة ماجستير منشورة)، الجامعة الإسلامية، غزة.
- خلف الله سليمان (2004)، التوجيه والإرشاد بين النظرية والتطبيق، غزة: مكتبة الأفق.
- مصطفى أسامة (2011)، مدخل إلى الاضطرابات السلوكية والانفعالية، عمان: دار الميسرة للنشر والتوزيع.
- مصطفى حجازي (1993)، الفحص النفسي، مبادئ الممارسة النفسية، ط1، دار الفكر اللبناني.
- Edwards, W. J., (1996): A Measurement of Delinquency Differences Between A Delinquent and Nondelinquent Sample: What are the Implication? . Adolescence, 31, 124, 973-989.

كيفية الاستشهاد بهذا المقال حسب أسلوب APA :

بومهراس الزهرة، أولاد هدار زينب (2022)، برنامج إرشادي مقترح للتخفيف من بعض المشكلات السلوكية لدى المراهق المتمدرس ، مجلة أنسنة للبحوث والدراسات، المجلد 13(العدد 2)، الجزائر: جامعة زيان عاشور الجلفة، ص.ص 145-128.