

فاعلية تقنية حلم اليقظة الموجّه في ضبط السلوك العدوانى لدى المراهقين

The effectiveness of the directed waking dream technique in reducing aggressive behavior in adolescents

نبيل بورحلة¹، علي بن مصمودي²

مخبر البحوث الاجتماعية والتاريخية

¹ جامعة مصطفى اسطمبولي، معسكر، الجزائر nabil.bourahla@univ-mascara.dz

² جامعة مصطفى اسطمبولي، معسكر، الجزائر ali.benmasmoudi@univ-mascara.dz

تاريخ الاستلام: 2021/06/18 تاريخ القبول: 2022/11/13 تاريخ النشر: 2022/12/31

Abstract

ملخص

The study aimed to reveal the effectiveness of Directed Waking Dream Technique in reducing aggressive behavior among school-adolescents, who were exposed to a therapeutic intervention with the D.W.D.T using an experimental design with the individual case AB model and its tools.

The results were: the therapeutic technique - D.W.D.T - had an effective impact on the study cases in helping them reduce their aggressive behavior and significantly reduce its level, and their ability to function their aggressive desires in other fields increased.

Keywords: directed waking dream technique; aggressive behavior; adolescent.

هدفت الدراسة إلى الكشف عن مدى فاعلية وتأثير تقنية حلم اليقظة الموجّه في خفض السلوك العدوانى لدى المراهقين المتدربين، تم تعريضهم للتدخل العلاجي بتقنية حلم اليقظة الموجّه باستخدام تصميم تجريبي مع الحالة الفردية نموذج AB وأدواته (مقياس السلوك العدوانى، التمثيل البياني، المقابلة العيادية)، توصلت الدراسة إلى أن للتقنية العلاجية-حلم اليقظة الموجّه- تأثير فعال على حالات الدراسة في مساعدتهم على الحد من سلوكهم العدوانى وخفض مستواه بشكل كبير، وازدادت قدرتهم على توظيف الرغبات العدوانية لديهم في مواضيع أخرى.

كلمات مفتاحية: تقنية حلم يقظة موجّه؛ سلوك عدوانى؛ مراهق.

1. مقدمة

يعتبر السلوك العدواني في طور التعليم الثانوي من أكثر المشكلات السلوكية انتشارا نظرا لحساسية مرحلة المراهقة التي يعيشها التلميذ، وقد سجلت وزارة التربية الوطنية في هذا الصدد ازديادا مطردا في حالات العنف والعدوانية في الوسط المدرسي، دفع الوصاية وكافة الفاعلين التربويين لدق ناقوس الخطر والمناداة بضرورة التصدي لهذه المشكلة المتنامية، وفي المقابل نجد عدة دراسات وأبحاث تناولت المشكلة من زوايا شتى، لمعرفة أسبابها وعواملها أو للكشف عن التلاميذ العدوانيين إحصائيا واستخدام برامج إرشادية للتخفيف من حدتها وتحقيق الصحة النفسية عامة.

لكن المدقق في مشكلة المراهق العدواني يجد أنها مرتبطة بعوامل موضوعية (الحرمان، سوء المعاملة الوالدية والتربوية، صعوبة التواصل والتفاعل...) تكون بمثابة عامل مفجر لعدوانيته، كما ترتبط بذاتية ممارسة السلوك العدواني نفسه، كون أن المراهق العدواني كثيرا ما يشعر بالإحباط والعجز والقلق ومشاعر النقص والغضب، ناهيك عن بنية معرفية مشوهة تبلورت مع نموه النفسي منذ الطفولة، وعليه يحتاج المراهق العدواني لفهم مشاعره والانسداد الحاصل في تصوراتهِ (تثبيطات) والمساعدة على تعديل تفكيره، بفهم متطلبات مرحلته الحساسة ثم ما الذي يمكن أن يدفع المراهق لانتهاج سلوك عدواني.

تأسيسا لما سبق فإنه يقع على عاتق الوصاية التربوية والمختصين توفير فضاء تنفيس انفعالي ومرافقة دائمة للمراهق أين يمكنه من إشباع دوافعه وحاجاته النفسية خاصة في التواصل والانتماء للمؤسسة وهذا ما ذكره بوشاشي (2013)، وهي أولى خطوات العون للمراهق العدواني، بحيث تتيح له التعبير عن مشاعره بمرونة وحرية أكبر، وهذا ما تستهدفه الدراسة الحالية من خلال تبني تقنية علاجية تجعل المراهق العدواني محوراً، وشريكا في حل مشكلته، بما يحقق توافقه النفسي والمدرسي.

1.1 إشكالية الدراسة:

إن المرافقة النفسية للمراهق العدواني لطالما ركزت على سلوكه العدواني بذاته كنتيجة، واهتمت بإيجاد طرق وبرامج إرشادية أو علاجية دون إشراك المراهق العدواني في كثير من التدخلات، ودون جعل المراهق بنفسه نواة ومصدر للحل العلاجي، أي أن الجانب السيكودينامي والمعرفي الذي يعتبر المتحكم في الأداء السلوكي للفرد لم يحظ بالاهتمام الكافي، فمن المعلوم أن العمل على العمليات الأولية (المعرفية) لدى الفرد له الدور الحاسم في تعديل وضبط سلوكياته وتوجيهه، ومن هنا تبادر لتفكيرنا إعطاء عملية التخيل في مستوى حلم اليقظة لدى المراهق اهتماما كبيرا ضمن إطار علاجي إرشادي باعتبار أن التخيل أرضية لمجموعة تصورات تكون فيها مراقبة الأنا متراخية، ويستعمله المراهق في كثير من الأحيان من أجل إشباع ما قد امتنع عنه في الواقع، أو للهروب من مشاكل وصعوبات تواجهه لكن دون أن يوجهها نحو اتجاه يسمح له بحل مشكلاته أو استبصار إمكاناته الكامنة.

ومن التقنيات العلاجية التي ظهرت حديثا وتكفل للفرد إطلاق العنان لخياله وما يخلق وعيه من تصورات بشكل موجّه ومركز على مجموعة نقاط تسمح له بادراك أوسع لمشكلاته وتصور حلول يستطيع أن يستخدمها في واقعه المعاش، نجد تقنية حلم اليقظة الموجّه، التي تعتبر تقنية تعتمد على تحرير الخيال في حالة من الاسترخاء الكلي تسمح له بالتعبير عن ما يتخيله من رغبات، مخاوف، آماله، تناقضاته الوجدانية، ضمن سيناريو يكون هو العنصر الرئيسي فيه، مما يجعله فيما بعد يتعرف على مصادر مشاعره، وسلوكاته، وذلك في إطار مرافقة موجهة له، هذا التطور يؤدي به إلى تكوين قدرة على استبصار حل مشكلاته ذاتيا، وتعتبر التقنية العلاجية حاسمة في العلاج القصير المدى والفعال للمشكلات الحياتية والسلوكية على غرار العدوانية والرهابات والقلق والوسواس القهري... ورغم أنها ذات بيئة فرنسية باعتبار مؤسسها فرنسي وروادها فيما بعد فرنسيين إلا أنها انتشرت في البلدان الأنجلوفونية وكيفت على سياق ثقافة المجتمع باعتبارها تقنية جد مرنة، كما أخذت الكثير من مبادئ التحليل النفسي وأعمال يونغ خاصة اللاوعي الجمعي، لكن في حدود اطلاقنا لم تطبق في العالم العربي ولا المجتمع الجزائري خاصة، وانطلاقا مما ذكرناه تبادر إلى ذهننا التساؤل الآتي:

ما مدى فاعلية تقنية حلم اليقظة الموجّه في تخفيض السلوك العدواني لدى المراهقين المتدربين بالثانوية؟

2.1 فرضية الدراسة:

لتقنية حلم اليقظة الموجّه أثر فعال في خفض السلوك العدواني لدى المراهقين.

3.1 أهمية الدراسة:

تكم أهمية الدراسة في إمطة اللثام عن تقنية علاجية نفسية جديدة في الوسط العلاجي النفسي في الجزائر، وبالتالي التعريف بها وتوظيفها في العيادات النفسية والمؤسسات التربوية ومراكز الأحداث للحد من بعض المشكلات السلوكية والاضطرابات النفسية بما يتوافق مع شخصية الفرد الجزائري ويكفل تحقيق الصحة النفسية عامة.

4.1 هدف الدراسة:

معرفة تأثير وفعالية تقنية حلم اليقظة الموجّه المرتكزة على تحرير خيال العميل ضمن إطار علاجي في خفض سلوك المراهق العدواني.

2. مصطلحات الدراسة

1.2 فاعلية

اصطلاحاً: نقصد بها مقدار التغير والتحسّن الذي أحدثته عملية التدخل العلاجي لتقنية حلم اليقظة الموجّه، والتي تسعى لخفض السلوك العدواني لدى المراهقين المتمدرسين من خلال وصولهم لفهم وإعلاء رغباتهم العدوانية في حياتهم المدرسية واليومية.

إجراءياً: تقاس هذه الفاعلية بواسطة القياسات المتكررة للسلوك العدواني على مقياس السلوك العدواني، بحيث تكون الدرجات المتحصل عليها تقترب من المجال المتوسط والمنخفض، بالإضافة لملاحظات الطاقم التربوي والأسري وهذا أثناء وبعد التدخل العلاجي مباشرة لمدة 3 أشهر.

2.2 السلوك العدواني

اصطلاحاً: يعرفه الخالدي بأنه سلوك يوجّه نحو الغير الغرض منه إلحاق الأذى والضرر النفسي والمادي وقد يوجه نحو الذات فيلحق الضرر بها (الخالدي، 2001). كما عرفه قوماز "Gomez" بأنه "قيم أو اعتقادات تشجع الناس على إيقاع الضرر بالآخرين وذلك بالاعتداء عليهم أو على ممتلكاتهم". (Gomez, 2007, p19)

إجراءياً: في هذه الدراسة يقصد بالسلوك العدواني لدى المراهق المتمدرس بالثانوية الدرجة التي يتحصل عليها في مقياس السلوك العدواني ببعديه المادي واللفظي قبل وبعد التدخل العلاجي، وكذلك مدى بروز النزعة العدوانية في معاشه التخيلي والرمزي أثناء حلم اليقظة الموجّه.

3.2 المراهقين

اصطلاحاً: والمراقبة هي المرحلة التي ينتقل فيها الفرد من الطفولة إلى الرشد، أي أن المراقبة هي الانتقال من الإتكالية إلى الاعتماد على الذات (سليم، 2002، ص358)

إجراءياً: في هذه الدراسة هم التلاميذ الذين تتراوح أعمارهم بين (16-19) سنة، ويدرسون في مرحلة التعليم الثانوي بمستوياتها الثلاثة وبشعبها الأدبية والعلمية خلال السنة الدراسية الحالية 2021/2020.

4.2 تقنية حلم اليقظة الموجّه

تقنية حلم اليقظة الموجّه "Rêve Éveillé Dirigé" هي طريقة علاج نفسي طورها روبرت ديسويل (1890-1966 ROBERT DESOILLE) في ثلاثينيات القرن العشرين وتستند هذه الطريقة على الوظيفة الخيالية من خلال تخيل قصة أو وضعية ما في حالة استرخاء عضلي كلي، حيث يكون منتوجها التخيلي واللفظي (المعاش الخيالي) عبارة عن رموز (تمثل الانسداد والتصورات المكبوتة التي تبحث عن الطفو في ساحة الوعي) يمكن تفعيلها بواسطة إشارة صوتية، بصرية، أو أي مثير حسي آخر، حيث يكون المعالج بمثابة مرافق للحالة (Mercier, 2001, p191)

ويتم تنشيط الوظيفة التخيلية لدى الفرد من خلال مواضيع تعد وضعيات انطلاقاً للحلم اليقظ، وهي كما يلي بالترتيب الذي وضعه R. Desoille:

- السيف للرجل والمزهية للمرأة.
- الغوص في قاع البحر.
- اكتشاف كهف الساحرة للرجل واكتشاف كهف الساحر للمرأة.
- اكتشاف كهف الساحر للرجل واكتشاف كهف الساحرة للمرأة.
- الوحش حارس الكنز.

حيث تتميز هذه المواضيع بقدرتها على استثارة المعاش الخيالي والرمزي للحالم، وأكدت على تجديد قدرتنا وإمكانيتنا على التغيير الإيجابي (التطور)، كما توجد مواضيع ونماذج أخرى للدخول في حلم اليقظة الموجّه، قد يقترحها المعالج وأحياناً باقتراح من الحالة نفسها، ويهدف كل موضوع لإعطاء حرية أكبر للحالم في التعبير عن مكوناته، صراعاته، مخاوفه، ومشاكله بشكل مباشر أو رمزي، وبعد نهاية كل قصة يمكن ملاحظة التغييرات التي حدثت، ثم تؤولها بالتشارك بين المعالج والحالة للوصول في الختام لتخطي ما كان يعتبر عائقاً أو مشكلة في حياة المريض.

وفي دراستنا نستعمل تقنية R.E.D، وفق برنامج عيادي علاجي محدد الأهداف، مقابلات عيادية على مدار ثلاثة أشهر تبدأ بمقابلة الاستقبال وتنتهي بمقابلة إنهاء العلاج وأخذ بعض القياسات أثناء وبعد التدخل العلاجي. (Dayan, 2004, p336)

3. خطوات الدراسة:

1.3 الإجراءات المنهجية للدراسة:

ارتأينا في خدمة موضوع دراستنا استخدام منهج تجربة الحالة الفردية ذو تصميم مجموعة تجريبية واحدة وفق نموذج AB (A يمثل خط الأساس الذي يمثل مستوى مرتفع من السلوك العدوانى و B يمثل فترة التدخل العلاجي) والذي يمزج بين ضبطية المنهج التجريبي وعمق المنهج العيادي، بهدف كشف النزعة العدوانية للمراهق ثم خفضها من خلال تقنية علاجية تحتاج لعمل عيادي والتحقق من أثرها بأخذ قياسات متكررة للسلوك العدوانى.

2.3 أدوات الدراسة:

أ. المقابلة العيادية:

اعتمدنا في دراستنا على المقابلة العيادية كأداة رئيسية ملائمة لما لها من أهمية في تحقيق الأهداف، حيث قمنا بتقسيم المقابلات العيادية حسب روح المنهج المستخدم وكذا حسب أهداف تقنية حلم اليقظة الموجّه إلى محاور رئيسية تبدأ من مقابلة الاستقبال التي تهدف لتقويم مشكلات الحالة وتحضيره لتجربة العلاج، ثم مقابلات العلاج النفسى (بداية الحلم)، تليها مقابلات لتفسير المعاش التخيلي الرمزي من طرف الحالة نفسه بمساعدة المعالج وإعطائها معنى، بعدها ندخل في مقابلات الاستبصار اعتمادا على ما فسره الحالة لمعاشه التخيلي وهذا هدف التقنية الرئيسي، وأخيرا نقوم بالدخول لمقابلات إنهاء العلاج (ضد التحويل) وأخذ القياسات البعدية، والشكل الموالي يوضح دليل المقابلات المستعمل في الدراسة:

الجدول رقم 01 يوضح دليل المقابلات المستعمل في تطبيق تقنية حلم اليقظة الموجّه

المحاور	الهدف	عدد الجلسات
المحور 01	الاستقبال	02 إلى 03
المحور 02	بداية الحلم	02 إلى، 04، 03
المحور 03	تأويل رمزية الأحلام (المعاش التخيلي)	02 إلى 03
المحور 04	استبصار الحالات بانسدادهم	02 إلى 03
المحور 05	إنهاء التدخل العلاجي وأخذ القياسات البعدية	02 إلى 03

ب. الملاحظة العيادية:

من أهم العناصر التي لوحظت في الدراسة الحالية عن طريق المعالج: طريقة الحديث، والعلاقة بالزملاء الآخرين والمشرفين، والأساتذة والمظهر الخارجي، والرغبة في تغيير السلوك، ودافعية المراهق العدوانية نحو العلاج، والسلوك الشخصي داخل المؤسسة، وفي المقابلات العيادية، والنشاط اليومي.

ج. التقنية العلاجية (حلم اليقظة الموجّه):

* الطريقة:

يكون الحالة في حالة استرخاء ألفا، مغمورا في عالمه الداخلي مستلقي بشكل أفقي في مكان هادئ وضوء خافت، حتى يتجنب كل ضجة أو مثيرات أخرى تؤثر على حالة استرخائه، يقوم المعالج بطلب منه أن ينسج سيناريو أو بداية قصة يكون فيها الحالة بطلا رئيسيا حيث يمكن للمعالج أن يتدخل أحيانا لتوضيح مقطع ما من التخيلات أو لتفريغ السيناريو من محتواه إن أمكن، ومع توالي الحصص تصبح التقنية تجربة للتعبير، فيقدم كل حلم يقظة على أنه تعبير مجازي عن حياته الحقيقية بكل رغباته، مخاوفه، تناقضاته الوجدانية، أماله... التي تشكل حياته اليومية، ومن خلال زوايا الصور التي يحلم بها سيتمكن من العودة إلى مصادر مشاعره ويسلط الضوء على طرق توظيفه المعتاد.

وهنا يجب إعطاء أهمية أكثر للتجربة المعاشة (المعاش التخلي) نفسها بكل شواهدا واكتشافاتها

أكثر من محاولة تفسير المحتوى للحلم (Desoille, Fabre, 2000, p171)

* أول هدف هو وضع الحالة أمام أصل المشاكل لكي نكشف معناها:

فالمشاعر الرمزية التي تظهر أثناء الحصص شخصية جدا فهي تعبر عن مشاعر وأحاسيس عميقة لا يكون الحالة واعيا بها دائما، وبالتالي يقوم الخيال هنا بوظيفة الكشف عن هذه المشاعر والأحاسيس بطريقة تجعلها تظهر إلى الوعي.

اللحظات القوية لوجود هذه المشاعر ودورها في وعي الحالة تجعله يجد أو يعيد إيجاد طريقة لقولها والتعبير عنها... الحالة يكتشف مصادر ومعنى أعراضه، فيحيي أجزاء من نفسه كانت ملغاة أو لم يكن على وعي بها.

* الهدف الثاني هو استغلال وتطوير القدرة الكامنة التي نحتاجها من أجل حل مشاكلنا:

الشخص الذي يكون في حالة حلم يقظة يتعلم مواجهة مواقف مختلفة، وأخذ المبادرة فيها، وتجربة سلوكات جديدة، حيث أن التعلمات المكتسبة في حلم اليقظة يتم نقلها للحياة اليومية، بشكل يسمح لها أن تأخذ مكانها الفعلي (Desoille, Fabre, 1973, p286).

المعالج يستعمل تقنيات محددة لاستغلال الخيال بحيث يكيف تدخلاته لكل حالة ودون أن يفرض شيء، فهو يرافق، يشجع، يقترح، دائماً في إطار احترام مبدأ حرية الشخص، لأنها هي من توجه حلمه وطريقه في الحلم.

*المقاربة العلاجية لحلم اليقظة الموجه:

هي عبارة عن تقنية علاجية ومساعدة على التطور الشخصي، تأسست على يد روبرت ديزوال (ROBERT DESOILLE 1890-1966) في الثلاثينات وقد طورت هذه التقنية بإدماجها لمفاهيم التحليل النفسي لكنها وجدت نفسها حالياً في تيار علم النفس الإنساني لأنها ركزت وأكدت على تجديد قدرتنا وإمكانيتنا على التغيير الإيجابي (التطور)، تعتمد الطريقة على تقاليد التحليل النفسي لكارل جوستاف يونج لكنها تحرف عنها طالما أنها لا تزال عملية وفي أنها تفضل الخبرة والملاحظة بدلاً من الجانب النظري، وبدون أن تكون نهجاً علاجياً مكتملاً، كان الهدف من حلم اليقظة في البداية هو تعزيز تنمية القدرات المدفونة أو المكبوتة ولكن تدريجياً، اكتشف "ديسويل" الجانب العلاجي الذي يمكن أن يكون للتقنية التي طورها، ثم يظهر تيار حلم اليقظة الموجّه لأن روبرت ديسويل يمارس ويرى أن الممارس يفرض على المريض موضوعاً لاستكشافه وتوجيهه، لكن سرعان ما طور تلاميذته في مفهوم كلمة الموجّه على أنها توجيه المعالج لتأويلات وتفسيرات العميل لأحلامه التي اختارها بنفسه، وعلى الرغم من استخدام مصطلح "الحلم"، إلا أن المريض لا ينام على الإطلاق خلال الجلسات، ولهذا السبب نتحدث عن حلم اليقظة (Desoille, Fabre, 1973, p286).

ما تبقى من طريقة Desoille هو الاهتمام بالإمكانات العلاجية لـ "مجموعة خيالية في الحركة" لأن الديناميكية النفسية التي تشير إليها المادة الرمزية، التي جلبها العميل، غالباً ما تكون جزءاً من منظور التحليل النفسي الفرويدي، مفتوح أحياناً لمساهمات يونج، ويعتبر جاك لوناى تقنية "Rêve Éveillée Dirigé" اليوم، نهجاً تحليلياً حقيقياً يسمح للعميل بتعديل أفكاره مع الواقع. (Desoille, Fabre, 2000, p171)

يختلف RED عن العلاج التحليلي بالمكان الذي يشغله التحويل هذا الأخير ليس غائباً بالتأكيد، لكن لا يفضل المعالج الذي لا يسعى إلى ظهور عصاب التحويل، بدلاً من ذلك يحاول تقليل آثاره، ويتوسط حلم اليقظة العلاقة بين المريض والمعالج حيث يمكن للعناصر التحويلية التعبير عن نفسها بشكل رمزي والاقتراب من مسافة أكبر، وبالتالي فإن المعالج هو أكثر من محاور ورفيق يمشي بجانب المريض طوال رحلته في المناطق المنسية من نفسه (Lemaire, 1993, p 267)

حدد روبرت ديزويل في ممارسته ستة مواضيع استكشافية تتضمن أشياء أو شخصيات رمزية وتمثل مواقف مختلفة يواجهها الجميع: السيف، المزهريّة، الساحرة، الساحر، التتين، الجمال النائمت تمت إضافة

مواضيع أخرى لاحقاً مثل الهبوط إلى قاع البحر، والمرأة، والقناع... ومع ذلك فإن الممارسة الحالية تتجه نحو استخدام أقل منهجية لهذه الموضوعات إذ يتعلق الأمر في المقام الأول بالسماح للمريض، من خلال وساطة لغة RED والمعنى الثانوي لمواده الرمزية بالعثور على حقيقته اللاواعية، دون فكرة مسبقة وبدون توجيهات محددة مسبقاً (Maurey, 1995, p127)

د. مقياس السلوك العدواني:

استخدمنا في هذه الدراسة اختبار السلوك العدواني للمراهقين في بعديه المادي واللفظي "لأمال أباطه" (النسخة المصرية) والذي قنن على البيئة الجزائرية من طرف الباحثة د. سامية أبرييم والذي أبان عن دلالات صدق وثبات جيدة على البيئة الجزائرية.

حيث يتكون الاختبار من أربعة مقاييس فرعية، كل مقياس يحتوي على (14) فقرة أو بند يجيب عليها المفحوص في خمسة بدائل (0.1.2.3.4)، والمقاييس الأربعة الفرعية للاختبار هي: 1. السلوك العدواني المادي، 2. السلوك العدواني اللفظي، 3. العدائية، 4. الغضب، وقد قمنا بتطبيق الاختبار في بعديه المادي واللفظي (أنظر الملحق رقم 01)، حيث تتراوح مستويات الدرجات على كل مقياس بأربع مستويات موضحة في الجدول الآتي:

الجدول رقم (01) يوضح مستويات الدرجات على كل مقياس

الدرجات	المستوى
43 - 56	الأول
39 - 42	الثاني
15 - 28	الثالث
0 - 14	الرابع

*الخصائص السيكومترية للمقياس:

للتحقق من صدق وثبات المقياس قمنا بحسابهما بالطرق الآتية:

صدق المقياس:

الصدق التمييزي: بحساب المقارنة الطرفية بين درجات المجموعة الدنيا والمجموعة العليا، وقد تميز المقياس بدرجة عالية من الصدق.

الصدق الذاتي: استخدمنا طريقة أخرى لحساب صدق المقياس ككل وهي طريقة الصدق الذاتي، حيث أنه يساوي الجذر التربيعي لمعامل الثبات الذي تم حسابه بطريقة ألفا كرومباخ، فكان الجذر التربيعي ل 0.89 يساوي 0.94 وهي قيمة دالة عند مستوى الدلالة 0.01 وعليه فمعامل الصدق مرتفع.

ثبات المقياس:

تم حساب معامل الثبات بطريقة إعادة تطبيق الاختبار بفواصل زمني قدره أسبوعان، وتم حساب معامل الارتباط بيرسون بين نتائج التطبيقين فكان معامل الارتباط يساوي 0.95 وهو معامل ارتباط مرتفع. طريقة ألفا كرومباخ: كان معامل ألفا كرومباخ $\alpha(0.89)$ وهو معامل ثبات مرتفع، مما يتيح لنا استعمال المقياس في هذه الدراسة (أبريم، 2017، ص372)

ه. حدود الدراسة:

*الحدود المكانية:

أجريت الدراسة في ولاية الشلف باختيار ثانويتين من وسط حضاري وأخرى من وسط ريفي، أما الحدود المكانية للتقنية العلاجية فكانت مكتب مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والذي يعتبر مكان وظيفي مناسب وهادئ.

*الحدود الزمنية:

بدأت الدراسة بعد الدخول المدرسي للسنة الدراسية الحالية 2021/2020 (أكتوبر)، حيث كانت فترة شهرين (حتى شهر نوفمبر) فترة تحديد واختيار حالات الدراسة والتأكد من ثبات مستوى السلوك العدواني لدى المراهقين (خط الأساس A)، ثم بعدها مرحلة تطبيق تقنية حلم اليقظة الموجّه والتي استمرت حتى بداية الفصل الثاني (فيفري) أي لمدة 3 أشهر (مرحلة التدخل العلاجي B)، بواقع 16 جلسة، مدة كل جلسة 60 دقيقة حسب أهداف كل محور، وقد استغرقت الجلسات 12 أسبوعا بواقع جلسة لجلستين في الأسبوع.

*الحدود البشرية:

اشتملت حالات الدراسة في البداية على 10 مراهقين يتميزون بسلوك عدواني مرتفع، تم اختيار 06 منهم بناء على موافقتهم لتقبل التدخل العلاجي وكذا قمنا باختيار 03 مراهقين عدوانيين من كل ثانوية، أظهروا ثباتا في سلوكهم العدواني لمدة شهر بعد قياسات وملاحظات متكررة.

4. عرض وتفسير النتائج:

نصت فرضية الدراسة الأساسية على أن لتقنية حلم اليقظة الموجّه فاعلية في خفض السلوك العدواني لدى المراهق المتمدرس بالثانوية، وقد بينت نتائج الدراسة صحة الفرضية والجدول الموالي يوضح تحليل المعاش التخيلي للحالات:

الجدول رقم 02 يوضح تحليل المعاش التخلي للحالات

الاستبصار	تأويل المعاش التخلي	الحلم (رموزه)	المشكلة	الحالة
توصل الحالة للتعبير بحرية عن رغباته ومشاعر ناقصه دون لفت انتباهه والتصرف بعدوانية ضد الآخرين	يفسر الحالة حلمه بأنه يريد تجربة علاقة عاطفية لكنه يخاف من الرفض أو الفشل بسبب "حوّل عيناه"	حلم المرأة تركيز على الجنس الآخر، وعلى صورة الذات أمام الآخرين...	عدوانية، خجل	ب.ك
توصل الحالة للتعبير عن أحداث مؤلمة عايشها وفهمها وإعادة تفسيرها بإعطائها معنى آخر	يفسر الحالة حلمه بأنه تعرض في صغره لمحاولة قتل من طرف ابن عمه عند دفعه من أعلى كهف.	حلم النزول لقاع البحر وتركيز على رموز الحزن، الألم، والخوف....	عدوانية	ح.م
استطاع الحالة في حلمه الثالث أن يعبر عن شعوره بالذنب متسائلا هل يستحق هذا الأمر كل هذه العدوانية؟	فسر الحالة أحلامه بأنها تعود لشعوره بالذنب والدونية من العادة السرية...	حلم القناع الذي يخفيه من الناس وتركيزه على المحرمات التي يفعلونها (إسقاط)...	عدوانية تقدير ذات منخفض	ل.خ
توصل الحالة بعد تعمقه في حلمه أنه يشعر بكرهية ضد الوالدين وكل من يمثل سلطة، ثم توصل لتجربة سلوك ايجابي	ربط الحالة أحلامه المتمركزة حول الصراع والعقاب بتفضيل أوليائه لأخوته عليه منذ الصغر	حلم المعركة، وتركيزه على رموز الصراع والقتال وأشكال العقاب المستحقة	عدوانية	ب.م
توصل الحالة للتعبير عن كره الأستاذات لكنه تساءل عن جدوى هذه الكراهية وهل حقا يستحقن منه الكراهية...	فسر الحالة صور الموت في أحلامه بأنها تعود لاضطهاد زوجة أبوه له وطردها له خاصة في الليل...	حلم التيه في الغابة، ومواجهة الموت أمام "الغولة" ونجاته بفضل أبوه الذي أنقذه...	عدوانية	ع.ج

يلاحظ من الجدول أن معظم الحالات قد تأثروا بتقنية حلم اليقظة الموجّه بمرافقة المعالج، وتجاوبوا معها بشكل ايجابي حيث لم يبدوا مقاومة صلبة في تخيل قصة يكونون فيها الممثلين والمشاهدين والمفسرين لأحداثها والتعبير عن محتواها التخيلي، الوجداني والحركي ثم تأويله، وبعد ثلاث جلسات أو أكثر استطاعت الحالات أن تستبصر بانسدادها وتحاول إعادة فهمها وإعطائها معنى أكثر منطقي بطرح تساؤلات جوهرية تكون أجوبتها عبارة عن حلول في معظم الأحيان، إلا أن حالة كل من "ب.ك"، "ح.م" و "ل.خ" الذين أبدوا صعوبة في بداية الحلم واختيار موضوع تخيلي ذاتي، حيث تدخل المعالج من أجل اقتراح موضوع للحلم وكانت المواضيع كما سماها "روبار ديزوال" بالمواقف العالمية التي قد يصادفها الجميع ويتعلق الأمر بحلم المرأة والنزول لقاع البحر والقناع.

إحصائيا بينت نتائج القياس القبلي والبعدي لمقياس السلوك العدواني فرق في مستوى السلوك العدواني لدى المراهقين لصالح القياس القبلي، كما هو موضح في الجدول الآتي:

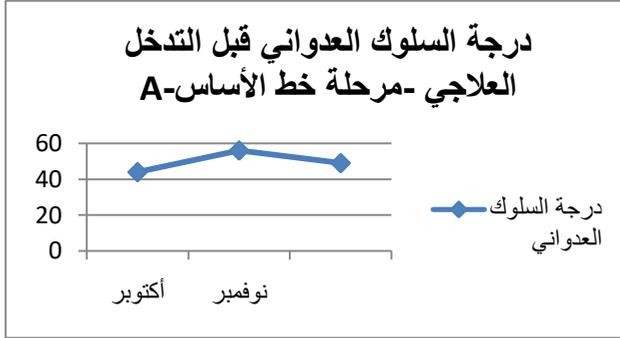
الجدول رقم 03 يوضح نتائج القياس القبلي والبعدي لمقياس السلوك العدواني لدى المراهقين.

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	عدد الأفراد	
4.24	47.66	06	القياس القبلي
6.96	22.83	06	القياس البعدي

ويلاحظ من خلال الجدول أن قيمة المتوسط الحسابي للقياس القبلي كانت مرتفعة وتعتبر عن مستوى مرتفع من السلوك العدواني لدى المراهقين، بينما انخفضت قيمته بعد العلاج وقد كان الفرق بعد تطبيق التقنية العلاجية يساوي 24.83 وهو فرق كبير يعبر عن مدى انخفاض مستوى السلوك العدواني بعد التدخل العلاجي.

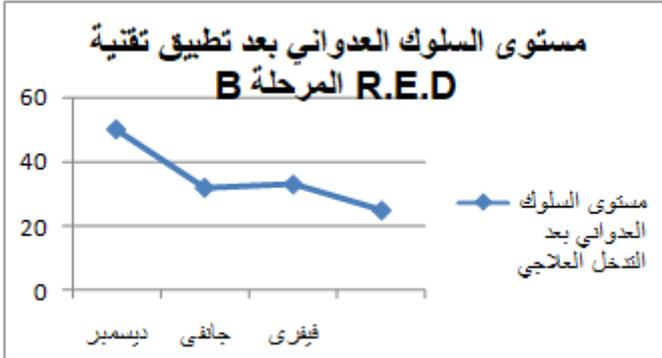
وقد أظهرت القياسات القبلية المتكررة لمدة شهرين عن ثبات نسبي وارتفاع في مستوى السلوك العدواني لدى حالات الدراسة، قبل التدخل العلاجي أي في مرحلة خط الأساس A كما هو مبين في الشكل رقم 01.

الشكل رقم 01 يوضح التمثيل البياني لمستوى السلوك العدواني للمراهقين قبل التدخل العلاجي.



وبعد التدخل العلاجي بتقنية حلم اليقظة الموجّه، أظهرت حالات الدراسة انخفاضا محسوسا في مستوى السلوك العدواني وهذا تزامن بعد بداية التعمق في حلم اليقظة الموجّه والتنفيس الانفعالي المصاحب للحلم ومعايشه التخيلي، ثم توجيه الحالة نحو محاولة تفسير رموز أحلامه التي ركز عليها جعلت الحالة تعبر بكل حرية عن رغباتها والانسداد الذي كان يرافقها وإسقاطه على الواقع المدرسي والأسري واستبصار الحلول الذاتية، وهذا ما تم ملاحظته من خلال الجلسات وكذلك من خلال ملاحظات الطاقم التربوي والأسري لسلوك الحالات.

الشكل رقم 02 يبين انخفاض مستوى السلوك العدواني بعد التدخل العلاجي أي المرحلة B.



5. الخاتمة

أظهرت نتائج الدراسة أن لتقنية حلم اليقظة الموجّه تأثير فعال في خفض السلوك العدواني لدى المراهقين المتمدرسين بالثانوية، وذلك من خلال فهم رغبات المراهقين العدوانيين وإطلاق عنان خيالهم في شكل موجّه من أجل مساعدتهم على فهم مخاوفهم وآمالهم ثم تفسيرها مع المعالج من أجل استبصار الحلول الذاتية، كل هذا في إطار تشاركي بين الحالة والمعالج المرافق له. (Kerforne, 2002)

وقد بينت نتائج المعاش التخليوي وتحليله توصل المراهقين العدوانيين لأساليب تفكير جديدة، كما أظهرت القياسات الإحصائية انخفاض في مستوى السلوك العدواني مقارنة بالقياسات القبلية وبالتالي أثبتت ما جاءت به النتائج الكيفية للدراسة، وكما ذكرنا في إشكالية الدراسة وأهدافها فان تقنية حلم اليقظة الموجّه قد جعلت من المراهق العدواني محور العملية العلاجية، وهذا ما نؤكد عليه وندعو الباحثين والمختصين لضرورة تطبيق البرامج والتقنيات التي تجعل من الحالات أو أفراد العينة مشاركين في إنتاج حلول ذاتية لمشكلاتهم، دون أي تحيز نظري أو منهجي.

6. قائمة المراجع

- الخالدي أديب (2001): الصحة النفسية، الدار العربية للنشر والتوزيع، ليبيا، ط1.
- أبرييم سامية (2017): تقنين السلوك العدواني والعدائي للمراهقين لأمال أباطة (النسخة المصرية) على البيئة الجزائرية، مجلة العلوم النفسية والتربوية، العدد 01، ص 372، جامعة حمة لخضر، الوادي، الجزائر.
- مريم سليم(2002): علم النفس النمو، دار النهضة العربية، ط1، ص 358، بيروت.
- Buss,H, (1992) :The Aggression Questionnaire, J. of personality and Social Psychology, vol 63, N3, pp452.
- Dayan M.(2004) Le rêve nous pense-t-il ? Paris: Presses universitaires de France; 336 p. (Bibliothèque de psychanalyse).
- Desoille R, Delpech LJ, Fabre N.(1973) Entretiens sur le rêve éveillé dirigé en psychothérapie. Paris: Payot; 286 p : Collection Science de l'homme.
- Desoille R, Fabre N.(2000) Le rêve éveillé dirigé en psychothérapie: ces étranges chemins de l'imaginaire. Nouv. éd. actualisée. Ramonville Saint-Agne: Erès; 172 p : Relations.
- Fabre N.(2001) Au miroir des rêves: imaginaire et psychanalyse. Paris: Desclée de Brouwer; 183 p : Psychologie.
- Kerforne P, Questin M.(2002) En bonne santé grâce aux rêves: le bien-être par les rêves lucides. Paris: Éd. Trajectoire.
- Lemaire C.(1993) Rêves éveillés: l'âme sous le scalpel, Le Plessis-Robinson: Synthélabo; 267 p : Les Empêcheurs de penser en rond.
- Maurey G.(1995), Le Rêve-éveillé en psychanalyse: de l'imaginaire à l'inconscient. Paris: ESF; 127 p. :Collection des sciences humaines appliquées.
- Mercier E.(2001), Le rêve éveillé dirigé revisité: une thérapie de l'imagination Paris; 191p :Collection Psycho-logiques.

6. ملاحق

الملحق رقم (01) مقياس السلوك العدواني المادي:

التعليمية: عزيزي التلميذ: إليك مجموعة من السلوكيات المعتادة لدى كل فرد فحدد درجة انطباقها عليك في خمس مستويات، وليست هناك إجابة صحيحة وأخرى خاطئة، فهي تساعدك على فهم أكثر لشخصيتك، وشكرا على حسن تعاونك في تطبيق هذا الاختبار.

إطلاقا	نادرا	أحيانا	كثيرا	كثيرا جدا	العبارات
					1. في بعض الأحيان لا أستطيع ضبط اندفاعي لضرب شخص آخر
					2. إذا تم إثارتي من جانب شخص آخر تجنني مدفوعا لضربه
					3. أفضل مشاهدة المصارعة والملاكمة
					4. اندفع لتحطيم بعض الأشياء إذا أثرت
					5. أقدم على العنف لحماية حقوقي
					6. أستطيع تهديد الأفراد المحيطين بي
					7. أرد الإساءة البدنية بأقوى منها
					8. أندفع إلى مشاجرات وخصومات بدون سبب كافي
					9. أحيانا أفكر في إيذاء شخص ما بدون سبب كافي
					10. أضايق الحيوانات وأعذبها
					11. أشعر بالاندهاش نحو إتلاف ممتلكات الآخرين
					12. أشارك في المشاجرات بدون سبب
					13. أستمتع أحيانا بتعذيب من أحب
					14. لا أشعر براحة نفسية إلا إذا قمت بالرد سريعا على أي إساءة بأقوى منها

الملحق رقم (02) مقياس السلوك العدواني اللفظي:

إطلاقا	نادرا	أحيانا	كثيرا	كثيرا جدا	العبارات
					1.أسيء للمحيطين بألفاظ نابية عندما اختلف معهم
					2.أميل للمجادلة والنقاش
					3.عندما يضايقني أي فرد أخبره بما اعتقد في شخصه
					4.إذا ما أهانني شخص ما إهانة لفظية أرد عليه بأكثر منها
					5. يطلق عليا أصدقائي أنني مجادل
					6.في تعبيراتي اللفظية لا أراعي شعور المحيطين من حولي
					7.أستطيع إثارة من حولي لفظيا
					8.أميل للسخرية من آراء الآخرين
					9.عندما اختلف مع أصدقائي أخبر الجميع بأخطائهم
					10.إن مبدئي في الحياة هو رد الإهانة بالمثل
					11.أستطيع إثارة من حولي لفظيا بسهولة
					12.كثيرا ما اذكر الأفراد بأخطائهم علنيا
					13.أسيء لفظيا للآخرين بدون سبب كافي
					14. لا أعطي الفرصة لغيري في الحديث والحوار