



كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية - جامعة غرداية

مجلة إسهامات للبحوث والدراسات

E-ISSN.2543-3636 / P-ISSN.2543- 3539

<http://ishamat.univ-ghardaia.dz/index>



مجلة إسهامات للبحوث والدراسات

## البرامج الإرشادية \_ استراتيجيات لعلاج وخفض المشكلات النفسية والتربوية \_

د. قدوري الحاج جامعة قاصدي مرباح ورقلة

د.رويم فائزة جامعة قاصدي مرباح ورقلة

### الملخص :

تعد الصحة النفسية والتربوية للمتعلم ركيزة أساسية في عملية التعلم وفي تحديد مساره الدراسي، حيث يمكن التأثير في ذلك بشكل مباشر من خلال عملية الإرشاد النفسي والإرشاد الجماعي بشكل خاص، حيث يعتبر الإرشاد النفسي في شكل البرامج الإرشادية التي تتجسد في الإجراءات الهادفة والتدريبات الفعلية خدمة هامة في مساعدة الأفراد في حل مشكلاتهم عن طريق إكسابهم المهارات الشخصية والاجتماعية والتربوية ومنحهم القدرة على اتخاذ القرارات التي تحقق توافقهم النفسي والاجتماعي و الدراسي. لذلك سنحاول من خلال هذه الورقة استعراض بعض من الدراسات حول فعالية البرامج الإرشادية في علاج وخفض المشكلات النفسية والتربوية منها دراسات محلية وأخرى أجنبية ومعرفة مدى فعالية هذه البرامج الإرشادية وما تم التوصل إليه من نتائج فعلية على مستوى المتعلمين سواء تلاميذ أو طلبة جامعيين .

الكلمات المفتاحية: الإرشاد النفسي; البرنامج الإرشادي; المشكلات النفسية; المشكلات التربوية.

### Abstract:

The mental and educational health of the learner is an essential pillar in the learning process and in determining its academic path, as this can be directly influenced by the psychological and group counseling process in particular, where psychological and group counseling is considered in the form of a counseling program that is embodied in Meaningful procedures and actual exercises are an important service in helping individuals solve their problems by giving them personal, social and educational skills and giving them the ability to make decisions that achieve their psychological, social and academic compatibility. Therefore, we will try through this paper to review some of the studies on The effectiveness of counseling

programs in treating and reducing psychological and educational problems, including local and other non-local studies, and knowledge of the effectiveness of these advisory programs and the actual results reached at the level of learners, whether students or university students.

**Key words:** psychological counseling, counseling program, psychological problems, educational problems.

### مقدمة:

يبرز دور الإرشاد النفسي والتربوي في تمكين الأفراد من التوافق النفسي والاجتماعي مع متطلبات الحياة اليومية، حيث يقوم بهذا الدور مجموعة الخبراء والمختصين بتقديم الخدمات الإرشادية لهؤلاء بوسائل وأشكال وطرق عدة من أجل الوصول إلى الأهداف المنشودة، ولعل من أساليب التدخل الإرشادي نجد البرامج الإرشادية الفاعلة في تحقيق التغير على مستوى السلوك لدى المسترشدين والتدريب على الكثير من المهارات بشكل يساعد على معرفة التغيرات التي حدثت لدى المسترشدين نتيجة للخطة الإرشادية المتبعة، بالإضافة إلى إمكانية حل المشكلات أولاً بأول حتى لا تتفاقم وتزداد حدتها وتتطور عندما لا تجد الحلول المناسبة في الوقت المناسب فكثيراً من البرامج الإرشادية تبنت في مناهجها طرائق عدة لمواجهة العديد من المشكلات النمائية والوقائية والعلاجية..

1\_ مفهوم البرنامج الإرشادي: يقدم حمدي عبد العظيم تعريف شامل ودقيق حيث يعرف البرنامج الإرشادي بأنه " مجموعة من الإجراءات المنظمة المخطط لها في ضوء أسس علمية وتربوية تستند إلى مبادئ و فنيات معينة تهدف إلى تقييم المساعدة المتكاملة للفرد حتى يستطيع حل المشكلات التي يقابلها في حياته أو التوافق معها ". (حمدي عبد العظيم، 2013، ص 48)

ويضيف تعريف آخر: للبرنامج الإرشادي هو "مجموعة من الخطوات المنظمة والقائمة على أسس علمية تهدف إلى تقديم الخدمات لمساعدة الفرد أو الجماعات لفهم مشاكلهم والتوصل إلى حلول بشأنها، وتنمية مهاراتهم وقدراتهم لتحقيق النمو السوي في شتى مجالات حياتهم، ويتم في صورة جلسات منظمة في إطار من علاقة متبادلة متفهمة بين المرشد والمسترشد. وهو تعريف أكثر دقة وشمولية حيث يركز فيه على الهدف من البرنامج وكذلك طريقتة بالإضافة إلى أنه يختص بالفرد الواحد وبالجماعات أيضاً(حمدي عبد العظيم، 2013، ص48)

إذن البرنامج الإرشادي هو الممارسة الإرشادية المنظمة والمخططة مسبقاً والمستمدة من مبادئ وأسس نظريات الإرشاد النفسي يتم تنفيذه في شكل أنشطة وإجراءات متسلسلة زمنياً في صورة جلسات إرشادية فردية أو جماعية في جو نفسي آمن وعلاقة إرشادية تتيح المشاركة والتفاعل بين المرشد والمسترشدين لتحقيق الأهداف وتقديم المساعدة الإرشادية بشكل جيد.



## 2\_ أهداف البرنامج الإرشادي:

إن تحديد أهداف البرنامج خطوة أساسية يتم في ضوءها تحديد المحتوى للبرنامج والفنيات الإرشادية المستخدمة فيه، حيث تسعى البرامج الإرشادية بصفة عامة إلى تحقيق نوعين من الأهداف أحدهما عام من خلال تحقيق التوافق النفسي وتحقيق الذات والتمتع بالصحة النفسية والنوع الآخر أهداف خاصة حيث تختلف باختلاف المستفيدين من البرنامج، وبناء على ما سبق يمكن تحديد الأهداف الخاصة للبرامج الإرشادية التي تقدم للطلاب، فكما أشار حسين (2004) على سبيل المثال وليس الحصر ما يلي:

1- مساعدة الطلاب على التفاعل الاجتماعي وبناء علاقات اجتماعية ناجحة مع الآخرين.

2- تعزيز السلوكيات الإيجابية لدى الطلاب.

3- ترسيخ بعض القيم الدينية والخلقية والاجتماعية السوية.

4- التدريب على ضبط الانفعالات والتحكم فيها.

5- مساعدة الطلاب على الاستبصار بمشكلاتهم وإيجاد الحلول الملائمة لها.

6- تعديل أنماط أساليب التفكير الخاطئة التي تؤدي إلى سوء التوافق النفسي.

7- اكتساب الطلاب عادات استذكار سليمة.

8- اكتساب الطلاب الطمأنينة والثقة بالنفس.

وما يلاحظ أن البرامج الإرشادية أثبتت فعاليتها في القضاء وخفض العديد من المشكلات النفسية المدرسية وسنحاول عرض بعض هذه النماذج من البرامج الإرشادية ودورها في خفض المشكلات النفسية والتربوية من خلال مراجعة واستعراض بعض الدراسات في هذا الإطار.

3\_ نماذج لبعض الدراسات: هناك دراسات عديدة حول البرامج الإرشادية ومدى فعاليتها بالنسبة لعدة متغيرات نفسية و أخرى تربوية محلية وأخرى غير محلية، وفيما يلي بعضها كعينة منها:

### 1\_ برامج إرشادية لخفض مستوى قلق الامتحان:

#### 1.1\_ دراسة "سليمة سايجي (2003):

سعت هذه الدراسة إلى معرفة مدى فاعلية برنامج إرشادي "مهارات الامتحان" في تخفيض مستوى قلق الامتحان لدى عينة من تلميذات السنة الثانية ثانوي، ومن ثم فاعليته في تحسين مستوى التحصيل الدراسي وبعد تحليل النتائج إحصائياً تم التوصل إلى ما يلي:

1- توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى (0.01) بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على أبعاد مقياس قلق الامتحان، والفروق لصالح القياس البعدي.

2- لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتبقي على أبعاد مقياس قلق الامتحان.

3- توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى ( 0.01 ) بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي على أبعاد مقياس قلق الامتحان ، والفروق لصالح المجموعة التجريبية .

4- توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى ( 0.01 ) بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس التبعي على أبعاد مقياس قلق الامتحان، والفروق لصالح المجموعة التجريبية.

وخلصت النتائج إلى أهمية البرنامج الإرشادي "مهارات الامتحان" في خفض مستوى قلق الامتحان لدى التلميذات، وعلى أهمية أساليبه ومحتوياته في اكتساب مهارات الامتحان وتنميتها.

### 2.1\_ دراسة برهان حمادنة (2017):

هدف هذه الدراسة هو الكشف عن فاعلية برنامج إرشادي جماعي في خفض مستوى قلق الاختبار وتحسين عادات الاستذكار لدى عينة من الطلاب المتفوقين في كلية التربية بجامعة نجران، وقد تكونت عينة الدراسة من (20) طالباً وزعوا بالتساوي في مجموعتين، هما: المجموعة الضابطة تكونت من (10) طلاب لم تخضع للمعالجة، والمجموعة التجريبية تكونت من (10) طلاب خضعت لبرنامج إرشادي جماعي، واستخدم في جمع البيانات مقياس قلق الاختبار، ومقياس عادات الاستذكار اللذان أعدهما الباحث بعد التحقق من دلالات صدقهما وثباتهما في البيئة السعودية، وكانت أبرز النتائج وجود فاعلية للبرنامج الإرشادي الجماعي في خفض مستوى قلق الاختبار وتحسين عادات الاستذكار لدى أفراد المجموعة التجريبية.(حمادنة: 2017، ص119)

### 3.1\_ دراسة زينب حياوي بديوي (2018):

هدفت الدراسة التعرف إلى فاعلية برنامج إرشادي سلوكي معرفي في خفض قلق الامتحان لدى طالبات جامعة البصرة، وتكونت عينة الدراسة من 30 طالبة من كلية التربية للعلوم الإنسانية، وتم توزيعهن على مجموعتين متساويتين، مجموعة ضابطة وأخرى تجريبية بواقع 15 طالبة في كل مجموعة.

وأظهرت نتائج الدراسة أن طالبات المجموعة اللواتي تعرضن للبرنامج الإرشادي قد انخفض قلق الامتحان لديهن بدلالة إحصائية، مقارنة بالطالبات اللواتي لم يتعرضن للبرنامج الإرشادي وفقاً لنتائج الفرضيات الإحصائية التي أظهرت تغييراً واضحاً في خفض قلق الامتحان لدى طالبات المجموعة التجريبية بينما لم يتغير قلق الامتحان لدى المجموعة الضابطة وفقاً للقيم المحسوبة لاختبار ولكوكسن ومان وتني التي أظهرت وجود فروق دالة إحصائية لصالح المجموعة التجريبية في الاختبار البعدي بعد تطبيق البرنامج الإرشادي (بديوي: 2018، ص753)

### 2\_ برامج إرشادية لرفع تقدير الذات:

#### 1.2\_ دراسة الحاج قدوري (2015) :

هدفت الدراسة إلى التأكد من فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي لرفع مستوى تقدير الذات لدى التلاميذ المعيّدين (المخففين في اجتياز امتحان شهادة البكالوريا) وقد طبقت هذه الدراسة على 30 من التلاميذ المعيّدين، وتوصلت هذه الدراسة إلى تحقق جميع فرضياتها بمعنى اثبات البرنامج الإرشادي لفاعليته في رفع مستوى تقدير الذات لدى التلاميذ المعيّدين عينة الدراسة.

## 2.2\_ دراسة الزهرة الأسود وشرقي حياة (2017):

هدفت الدراسة إلى التحقق من مدى فاعلية برنامج إرشادي عقلاني انفعالي في تحسين مستوى تقدير الذات لدى عينة من التلاميذ معيدي السنة الرابعة متوسط، وقد تكونت عينة الدراسة من 20 تلميذا وتلميذة معيدة تلقت البرنامج الإرشادي العقلاني الانفعالي حيث تمّ التوصل إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات في القياس البعدي بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة لصالح المجموعة التجريبية، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات لدى المجموعة التجريبية بين القياس القبلي والقياس البعدي لصالح القياس البعدي، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات لدى المجموعة الضابطة بين القياس القبلي والبعدي، كما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات في الاختبار البعدي داخل المجموعة التجريبية باختلاف الجنس (الأسود، شرقي: 2017، ص120)

## 3.2\_ دراسة الشعبي 2015:

هدفت هذه الدراسة إلى قياس فاعلية برنامج إرشادي لإدارة الغضب قائم على الاتجاه المعرفي السلوكي في تحسين تقدير الذات والمهارات الاجتماعية لدى طالبات الصف الثامن، حيث اعتمد في دراسته على المنهج التجريبي، وتكونت عينة الدراسة من 30 طالبة تم اختيارهن بشكل قصدي حيث تم تقسيمهن إلى مجموعتين تجريبية وضابطة، وخضعت المجموعة التجريبية للبرنامج الإرشادي المكون من 16 جلسة بواقع جلستين أسبوعياً ومدة الجلسة 40 دقيقة، حيث أظهرت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس تقدير الذات والمهارات الاجتماعية، حيث أظهر أفراد المجموعة التجريبية ارتفاعاً في الدرجة على مقياس تقدير الذات والمهارات الاجتماعية مقارنة مع أفراد المجموعة الضابطة، مما يشير إلى فاعلية البرنامج

## 3\_ برامج إرشادية لرفع مستوى الطموح:

### 1.3\_ دراسة "دلال يوسف (2016):

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على فاعلية برنامج إرشادي مقترح في تنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، حيث تكونت عينة الدراسة من (40) تلميذا وتلميذة للسنة الدراسية بثنائية حي القطب بالمسيلة (2015-2016) وتم التوصل إلى:

-وجود فاعلية للبرنامج الإرشادي المقترح لتنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي على مقياس مستوى الطموح الأكاديمي.

### 2.3\_ دراسة "سنا آل أطميش (2006):

هدفت الدراسة إلى الكشف عن أثر برنامج إرشادي في رفع مستوى الطموح لدى طلبة المرحلة الإعدادية ببغداد واستخدمت الدراسة مقياس مستوى الطموح إعداد الباحثة البرنامج الإرشادي لرفع مستوى الطموح إعداد الباحثة، وتألفت عينة الدراسة من (30) طالبا وطالبة وقد توصلت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح بين الطلبة في المدارس المشمولة بالإرشاد والطلبة في المدارس غير المشمولة بالإرشاد، وكذا فاعلية البرنامج الإرشادي في رفع مستوى الطموح لدى أفراد العينة.

### 3.3\_ دراسة نفوذ سعود أبوسعدة (2012):

هدفت الدراسة إلى التعرف على فاعلية برنامج إرشادي لتنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى طالبات المرحلة الثانوية بمحافظة خان يونس، وقد شملت عينة الدراسة 40 طالبة من طالبات الصف الحادي عشر آداب بمدرسة الخنساء الثانوية بنات في محافظة خان يونس، وقد تراوحت أعمارهم بين (16\_17 سنة) وقد استخدمت الباحثة البرنامج الإرشادي لتنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى طالبات المرحلة الثانوية إعداد الباحثة وقد أسفرت النتائج إلى أن مستوى الطموح الأكاديمي متدن نسبيا، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية ومتوسط درجات أفراد المجموعة الضابطة نفسها في القياس البعدي على مقياس مستوى الطموح الأكاديمي وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي ومتوسط درجات أفراد المجموعة نفسها في القياس التتبعي على مقياس مستوى الطموح الأكاديمي، ووجود فاعلية للبرنامج الإرشادي لتنمية مستوى الطموح لدى أفراد المجموعة التجريبية (يوسف: 2016، ص18)

### 4\_ برامج إرشادية لتنمية اتخاذ القرار الدراسي المناسب:

#### 1.4\_ دراسة بنين أمال وترزولت حورية (2018):

وقد هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على فاعلية برنامج إرشادي مقترح في تنمية القدرة على اتخاذ القرار الدراسي لدى عينة من تلاميذ السنة الرابعة متوسط بمدينة الوادي، أجريت الدراسة على عينة مكونة من 28 تلميذا موزعين بالتساوي وبطريقة عشوائية بين مجموعتين: تجريبية (14 تلميذا) وضابطة (14 تلميذا) وقد توصلت الدراسة إلى عدة نتائج تؤكد جميعها فاعلية البرنامج الإرشادي المقترح في تنمية القدرة على اتخاذ القرار الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط، كما تؤكد استمرار فاعلية البرنامج بعد شهر من تطبيقه.

#### 2.4\_ دراسة زبدي ناصر الدين وأسماء لشهب:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي لتحسين مستوى النضج المهني في مساعدة التلميذ السنة الأولى ثانوي جندع مشترك علوم وتكنولوجيا الذي عجز عن الموازنة ملمحه الدراسي ورغبته لحظة اتخاذه قرار الدراسي لأحد الشعب الدراسية للسنة الثانية ثانوي وطبق البرنامج على 30 تلميذ وبعد التطبيق تحسن مستوى النضج المهني لدى أفراد المجموعة التجريبية التي تعرضت للبرنامج وعدم

تحسن النضج المهني للمجموعة الضابطة.

### 3.4\_ دراسة العنزي والشرعة (2018):

هدف هذه الدراسة هو التعرف على فعالية برنامج إرشادي مهني يستند إلى الاتجاه النظري التطوري لاكتساب مهارات اتخاذ القرار لدى طلاب الكليات التقنية بالمملكة العربية السعودية، تكونت عينة الدراسة من 32 طالب من طلاب الكلية التقنية، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق بين أعضاء المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي لمهارات اتخاذ القرار بدلالاته الكلية وأبعاده، وهذا يعني أن البرنامج الإرشادي كان فعالاً في اكتساب مهارات اتخاذ القرار المهني للطلاب، كما توصلت الدراسة إلى أن للبرنامج الإرشادي استمرارية في احتفاظ أعضاء المجموعة التجريبية بمهارات اكتساب اتخاذ القرار بعد شهر من التطبيق البعدي

### 5\_ برامج إرشادية لتنمية الدافعية للتعلم:

#### 1.5\_ دراسة سومية قدي (2019):

تهدف هذه الدراسة للكشف عن فاعلية برنامج إرشادي في تحسين الدافعية للتعلم لدى الطلبة الجامعيين الراسبين دراسياً بجامعة مستغانم للسنة الجامعية 2015\_2016، وتمثلت الأداة الرئيسية للدراسة في البرنامج الإرشادي من تصميم الباحثين، ومقياس الدافعية للتعلم لأحمد دوق، وتكونت عينة الدراسة من (30) طالباً موزعين على مجموعتين إحداهما تجريبية مكونة من (15) طالباً والتي تلقى أفرادها تدريباً على البرنامج، وأخرى ضابطة مكونة أيضاً من (15) طالباً لم يتلق أفرادها تدريباً على البرنامج، وتم إخضاع أفراد المجموعتين لتطبيق قبلي وآخر بعدي للكشف عن مدى فاعلية البرنامج، وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الدافعية للتعلم وفي التحصيل الدراسي بعد تطبيق البرنامج ولصالح المجموعة التجريبية، وبالتالي فاعلية البرنامج الإرشادي في تحسين الدافعية للتعلم لدى طلبة الجامعة الراسبين دراسياً.

#### 2.5\_ دراسة فاطمة الزهراء سيسبان (2017)

هدفت الدراسة إلى الكشف عن فاعلية برنامج إرشادي في تحسين الدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط المعرضين للتسرب المدرسي بمتوسطة " الرائد زغلول " بولاية مستغانم للسنة الدراسية 2013\_2014، وتكونت عينة الراسة من (22) تلميذاً وتلميذة، وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

1\_ توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعة الضابطة ومتوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس الدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط المعرضين للتسرب المدرسي بعد تطبيق البرنامج الإرشادي، ولصالح المجموعة التجريبية.

2\_ توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياس القبلي ومتوسطات درجات القياس



البعدي للمجموعة التجريبية على مقياس الدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط المعرضين للتسرب المدرسي ولصالح القياس البعدي.

3\_ توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعة الضابطة ومتوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في درجات التحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط المعرضين للتسرب المدرسي بعد تطبيق البرنامج الإرشادي، ولصالح المجموعة التجريبية.

4\_ توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياس القبلي ومتوسطات درجات القياس البعدي للمجموعة التجريبية في درجات التحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط المعرضين للتسرب المدرسي، ولصالح القياس البعدي.

وأشارت النتائج بوجه عام إلى فاعلية برنامج إرشادي في تحسين الدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط المعرضين للتسرب المدرسي.

### 3.5\_ دراسة عبد الوهاب بن موسى (2018):

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على فاعلية برنامج إرشادي في تنمية الدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي بثانوية بوشوشة بالوادي، وقد طبقت الدراسة على 26 تلميذ مقسمين إلى مجموعة ضابطة وأخرى تجريبية بواقع 13 تلميذ في كل مجموعة، وبعد تطبيق البرنامج توصلت الدراسة إلى فاعلية البرنامج الإرشادي في تنمية الدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي.

### 6\_ برامج إرشادية لتحقيق التوافق النفسي :

#### 1.6\_ دراسة عتوهجيرة (2015)

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على مدى فعالية برنامج إرشادي مقترح في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لدى عينة من تلاميذ السنة الأولى من التعليم الثانوي، أجريت الدراسة على عينة من تلاميذ السنة الأولى من التعليم الثانوي بمقاطعة ابن باديس ولاية سيدي بلعباس، حيث قدرت ب 28 تلميذ وتلميذة تخصص جند مشترك آداب وجند مشترك علوم وتكنولوجيا، وقد توصلت الباحثة إلى النتائج التالية:

1\_ لا توجد فروق في درجات التوافق النفسي والاجتماعي بين المجموعتين الضابطة والتجريبية على مقياس التوافق النفسي والاجتماعي في القياس القبلي

2\_ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات التوافق النفسي والاجتماعي بين المجموعتين الضابطة والتجريبية على مقياس التوافق النفسي والاجتماعي في القياس البعدي.

## 2.6\_ دراسة عبد العزيز وصباح (2016)

هدفت هذه الدراسة للتعرف إلى فاعلية برنامج إرشادي نفسي مدرسي في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لدى طالبات المرحلة المتوسطة بالمملكة العربية السعودية من ذوي التوافق المنخفض، وقد استخدم الباحثان مقياس هيو.م. بيل للتوافق النفسي والاجتماعي كاختبار قبلي وبعدي، كما أعد الباحثان برنامج إرشادي لتحسين التوافق النفسي والاجتماعي لدى طالبات المرحلة المتوسطة بمدينة الخبر بالمملكة العربية السعودية، وقد تم تطبيق الدراسة على 80 طالبة من ذوي الدرجات المنخفضة في مقياس هيو.م. بيل للتوافق النفسي والاجتماعي، اختير نصفهم كمجموعة تجريبية، والنصف الآخر كمجموعة ضابطة، وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

1\_ وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والضابطة في التوافق النفسي الاجتماعي بعد تطبيق البرنامج لصالح المجموعة التجريبية

2\_ وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والضابطة في أبعاد مقياس هيو.م. بيل (الانفعالي الاجتماعي، المتزلي) بعد تطبيق البرنامج الإرشادي لصالح المجموعة التجريبية بينما لا توجد فروق بين المجموعتين في بعد التوافق الصحي.

## 3.6\_ دراسة "فيصل الزهراني (2016)

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على فعالية البرنامج الإرشادي الانتقائي التكاملي في تحسين التوافق النفسي وتقدير الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية، تكونت عينة الدراسة من (24) طالبا بالمرحلة الثانوية – الصف الثاني ثانوي- منهم 12 بالمجموعة التجريبية و12 بالمجموعة الضابطة تراوحت أعمارهم بين 17\_19 سنة ممن حصلوا على درجات منخفضة في التوافق النفسي وتقدير الذات معا، وقد تم تطبيق البرنامج الإرشادي الانتقائي التكاملي والذي تكون من 15 جلسة إرشادية على المجموعة التجريبية، ثم بعد ذلك تم تطبيق مقياس التوافق النفسي وتقدير الذات أي القياس البعدي على المجموعتين ثم بعد ستة أسابيع تم تطبيق المقياسين للمرة الثالثة أي القياس التبعي، وقد أظهرت نتائج الدراسة فعالية البرنامج الإرشادي الانتقائي التكاملي في تنمية التوافق النفسي وتقدير الذات.

7\_ برامج إرشادية لخفض مستوى السلوك العدواني:

## 1.7\_ دراسة جموعي بلعربي (2018):

هدفت هذه الدراسة إلى تجريب فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي للتخفيف من السلوك العدواني لدى تلاميذ المرحلة الثانوية من خلال الكشف عن حاجاتهم الإرشادية، وقد طبق الباحث البرنامج على مجموعة قوامها 12 تلميذ ذوي السلوك العواني المرتفع واستخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعة الواحدة وقد وتصل الباحث إلى نتائج مفادها فاعلية البرنامج الإرشادي في التخفيف من السلوك العدواني بحجم

أثر كبير في بعد العدوان اللفظي وحجم أثر متوسط في أبعاد العدوان الجسدي والغضب والعداوة.

### 2.7\_ دراسة سهاد محمد علي زهران (2011):

هدف هذا البحث إلى التعرف على السمة العامة للسلوك العدواني لدى تلاميذ المرحلة الأساسية المتوسطة في رام الله بفلسطين، ومدى فاعلية برنامج إرشادي جمعي سلوكي معرفي في خفض السلوك العدواني لدى تلاميذ المرحلة الأساسية المتوسطة في فلسطين، وقد عينة البحث من (60) تلميذا وتلميذة (30) ذكور، و(30) إناث من تلاميذ المرحلة الأساسية المتوسطة، وقامت الباحثة بإعداد البرنامج الإرشادي الجمعي (المتغير المستقل) وطبقته على المجموعة التجريبية، وقد أشارت نتائج البحث إلى أن السلوك العدواني يتميز بالارتفاع وسط تلاميذ مرحلة الأساس المتوسطة في رام الله بفلسطين، كما وجدت الباحثة أن البرنامج المصمم ذو فعالية في خفض السلوك العدواني لدى عينة البحث.

### 3.7\_ دراسة أحمد محمد نوري وايد محمد يحي (2011):

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على فاعلية برنامج إرشادي سلوكي في خفض مستوى السلوك العدواني لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، وقد طبقت هذه الدراسة على عينة مكونة من 10 تلاميذ من الصف الخامس في مدرسة الأزدي للبنين وأُعيدت في هذه الدراسة المنهج التجريبي بتصميم المجموعة الواحدة باختبار قبلي وبعدي للسلوك العدواني، وظهرت نتائج التجربة فاعلية البرنامج الإرشادي السلوكي المستخدم في تخفيف السلوك العدواني لدى التلاميذ بالنظر إلى الفروق بين متوسط درجات التلاميذ في السلوك العدواني قبل وبعد التطبيق

#### خلاصة:

بالنظر إلى جميع التدخلات الإرشادية التي تم عرضها كانت هناك فعالية إيجابية لتطبيق البرامج الإرشادية من حيث تخفيض مستوى قلق الامتحان وفي تنمية مستوى الطموح الأكاديمي، وكذلك في تنمية القدرة على اتخاذ القرار الدراسي لدى التلاميذ، وقد وكذ فعالية البرنامج الإرشادي في تنمية التوافق النفسي وتقدير الذات، كما للبرنامج الإرشادي فعالية أيضا في زيادة مستوى الطموح الأكاديمي، كما تؤكد جميعها استمرار هذه الفاعلية بعد فترة زمنية من تطبيقه.

ومن خلال ما سبق عرضه نلاحظ أن البرامج الإرشادية في جميع المجالات النفسية المدرسية أثبتت فعاليتها في التخفيف من المشكلات النفسية المدرسية، ذلك أن من أهداف الإرشاد النفسي مساعدة التلاميذ في تحقيق التوافق الدراسي والتحصيل العلمي من خلال اتخاذ القرارات المناسبة لإمكاناتهم وقدراتهم وإزالة كل العوائق التي تعترض مسارهم الدراسي والذي ينعكس إيجابيا على حياتهم الأسرية والأكاديمية ونستنتج من ذلك أن البرامج الإرشادية بمختلف توجهاتها النظرية وفي كل المجتمعات وبأختلاف أهدافها أصبحت تعتبر استراتيجية هامة لحل وخفض المشكلات النفسية المدرسية.

### قائمة المراجع :

- \_ الأسود، الزهرة؛ شرقي، حياة: (2017)، فاعلية برنامج إرشادي عقلاني انفعالي في تحسين مستوى تقدير الذات لدى عينة من التلاميذ معيدي السنة الرابعة متوسط، مجلة البحوث النفسية والتربوية، جامعة الوادي، المجلد 5 العدد1، ص ص 120-141.
- \_ الزهراني، فيصل: (2016)، فاعلية برنامج إرشادي انتقائي تكاملي في تحسين التوافق النفسي وتقدير الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية. مجلة الإرشاد النفسي، (العدد49)، 259-333.
- \_ العززي، عياش عبدالله؛ الشرعة، حسين سالم: (2018)، فاعلية برنامج إرشادي مهني يستند إلى الاتجاه النظري التطوري في اكتساب مهارات اتخاذ القرار لدى طلاب الكليات التقنية بالمملكة العربية السعودية، دراسات، العلوم التربوية، المجلد 45 العدد4، ملحق5، ص ص 670\_686.
- \_ بديوي، زينب حياوي: (2018)، فاعلية برنامج إرشادي سلوكي معرفي في خفض قلق الامتحان لدى طالبات كلية التربية للعلوم الانسانية في جامعة البصرة، مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية جامعة بابل، العدد38، ص ص 731-757.
- \_ برهان، حمادنة: (2017)، فاعلية برنامج إرشادي جماعي في خفض مستوى قلق الاختبار وتحسين عادات الاستذكار لدى عينة من الطلاب المتفوقين في كلية التربية بجامعة نجران، المجلة الاردنية في العلوم التربوية مجلد 13 العدد1، ص ص 119-131.
- \_ بلعربي
- \_ بن موسى، عبد الوهاب: (2018)، فاعلية برنامج إرشادي في تنمية الدافعية للتعلم لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي دراسة ميدانية بثانوية بوشوشة بالوادي، أطروحة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراه العلوم في علم النفس، جامعة قاصدي مرباح بورقلة
- \_ بنين، أمال؛ ترزولت، حورية: (2018)، فاعلية برنامج إرشادي في تنمية القدرة على اتخاذ القرار الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط بمدينة الوادي. مجلة الباحث في العلوم الإنسانية و الاجتماعية، (33)، 897-906.
- \_ زهران، سهاد محمد علي(2011)، فاعلية برنامج إرشادي جماعي سلوكي معرفي في خفض السلوك العدواني لدى تلاميذ المرحلة الأساسية المتوسطة بفلسطين، أطروحة دكتوراه فلسفة في الإرشاد النفسي التربوي، جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا
- \_ سايعي، سليمة: (2003)، فاعلية برنامج إرشادي في خفض مستوى قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة قاصدي مرباح ورقلة، الجزائر.
- \_ عبد العزيز، أيمن محمد طه؛ صباح، رنا جمعة: (2016)، فاعلية برنامج إرشادي نفسي مدرسي في

تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لدى طالبات المرحلة المتوسطة بالمملكة العربية السعودية, مجلة أمارياك, الأكاديمية الأمريكية العربية للعلوم والتكنولوجيا, المجلد 7 العدد 21, ص 37\_52.

\_ عبد العظيم، حمدي عبد الله: (2013), البرامج الإرشادية. مصر: مكتبة أولاد الشيخ للتراث.

\_ عبد العظيم، طه حسين: (2004), الإرشاد النفسي (النظرية، التطبيق، التكنولوجيا), القاهرة : دار الفكر العربي.

\_ عتو، هجيرة: (2015), فعالية برنامج إرشادي مقترح في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لدى عينة من تلاميذ السنة الأولى من التعليم الثانوي, مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس تخصص انتقاء وتوجيه, جامعة أي بكر بلقايد بتلمسان.

\_ قدي, سومية: (2019), فاعلية برنامج إرشادي فيتحسين الدافعية للتعلم لدى طلبة الجامعة الراسيين دراسيا. مجلة متون, المجلد 11 العدد 02, جامعة الدكتور مولاي الطاهر سعيدة, ص 214\_224.

\_ نوري, أحمد محمد؛ يحي, اياد محمد: (2011), فاعلية برنامج ارشادي سلوكي في تخفيف السلوك العدواني لدى تلاميذ المدارس الابتدائية, مجلة جامعة تكريت للعلوم, المجلد 18, العدد 11, ص 528\_551.

\_ يوسفى، دلال: (2016), قياس فاعلية برنامج إرشادي مقترح لتنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية. دراسة ميدانية بثانوية حي القطب بالمسيلة (رسالة ماجستير غير منشورة).  
جامعة محمد خيضر، بسكرة، الجزائر.