

الإرشاد المعرفي السلوكي وتقنياته في التعامل مع بعض المشكلات النفسية والسلوكية في الوسط المدرسي

دراسة ميدانية في بعض المؤسسات التعليمية بمدينة باتنة

Cognitive-Behavioral Counseling and Its Techniques in Addressing Psychological and Behavioral Problems in the School Environment: A Field Study in Selected Educational Institutions in the City of Batna

نجاة بن لغريب*

مخبر التطبيقات النفسية في الوسط العقابي

جامعة الحاج لخضر باتنة 1

Nadjet.benleghib@univ-batna.dz

تاريخ القبول: 2025-11-30

تاريخ الإرسال: 2025-09-30

ملخص:

تتناول هذه الدراسة دراسة وصفية حول تطبيق تقنيات الإرشاد المعرفي السلوكي في التعامل مع بعض المشكلات النفسية و السلوكية في الوسط المدرسي، اعتمد على المنهج الوصفي و كذا على استبيانين من تصميم الباحثة تم التأكد من خصائصهما السيكمترية، وتم تطبيقهما على عينة من مستشاري التربية والتوجيه قدرت بثلاثين (30)، توصلت النتائج إلى أن التلاميذ يعانون من مشكلات نفسية وسلوكية بنسب متفاوتة، وقد أقر الأخصائيون أن تقنيات الإرشاد المعرفي السلوكي تعد أدوات ناجعة في معالجة هذه المشكلات، كما تبين وجود تفاوت بين الأخصائيين النفسيين المدرسين في المعرفة بالتقنيات، أظهرت النتائج أيضا أن استخدامات التقنيات المعرفية السلوكية تختلف باختلاف طبيعة المشكلة السلوكية. الكلمات المفتاحية: إرشاد معرفي سلوكي؛ مشكلات نفسية وسلوكية؛ وسط مدرسي.

Abstract:

This descriptive study examines the use of cognitive-behavioral counseling techniques to address psychological and behavioral problems in the school setting. Using validated researcher-designed questionnaires, data were collected from a sample of 30 educational and guidance counselors. Results showed that students suffer from varying levels of anxiety, aggression, and low self-esteem. Specialists confirmed the effectiveness of cognitive-behavioral techniques in addressing these issues. However, differences were observed in the counselors' knowledge of such techniques, and their use varied according to the nature of the problem.

Keywords: Cognitive-behavioral counseling; psychological and behavioral problems; a school environment

*- المؤلف المراسل.

تشهد المدارس الحديثة تزايداً في تعقيدات المشكلات النفسية والسلوكية التي يعاني منها الطلاب، والتي أصبحت تمثل حاجزاً حقيقياً أمام تحقيق الأهداف التعليمية والتربوية إضافة إلى إحداث تأثير سلبي على المناخ المدرسي العام¹، فقد أصبح التلميذ اليوم يواجه تحديات عديدة، منها التوتر، والقلق، وضعف الدافعية، والعنف المدرسي، ومشكلات التوافق الاجتماعي، والتسرب المدرسي، مما يتطلب تدخلات نفسية متخصصة تخرج عن الإطار التقليدي للدعم التربوي.

وفي خضم هذا الواقع يبرز دور الإرشاد النفسي المدرسي بوصفه آلية فعالة للحماية والتشخيص والتدخل العلاجي، خاصة مع تطور النظريات النفسية التي أفرزت نماذج علاجية متعددة أثبتت نجاعتها في التعامل مع المشكلات النفسية والسلوكية في مختلف السياقات، ويعد الإرشاد المعرفي السلوكي من أبرز هذه النماذج، نظراً لشموليته وتركيزه على التفاعل بين الجوانب المعرفية والسلوكية والانفعالية لدى الفرد.

يؤسس هذا النموذج الإرشادي على مبدأ أن الأفكار غير المنطقية وغير الواقعية تؤدي إلى مشاعر وسلوكيات غير توافقية، وأن تعديل هذه الأفكار باستخدام تقنيات مثل إعادة البناء المعرفي ولعب الأدوار والواجبات المنزلية وأساليب التعزيز يمكن أن يؤدي إلى تغييرات إيجابية في السلوك والمشاعر².

وتشير عدة دراسات إلى نجاعة الإرشاد المعرفي السلوكي في الوسط المدرسي، لا سيما في معالجة بعض المشكلات الشائعة مثل: اضطرابات القلق، وانخفاض التقدير الذاتي، والسلوك العدواني، وضعف التحصيل الدراسي، ومشكلات التكيف الاجتماعي، إلا أن نجاح هذه المقاربة الإرشادية يظل مرهوناً بمدى معرفة الأخصائي النفسي المدرسي بفنياتها وتقنياتها، وقدرته على تكييفها وفق خصوصية السياق المدرسي.

¹ - حسن سامي، (2018)، الصحة النفسية في البيئة المدرسية دار الفكر العربي، القاهرة، ص 19.

² - السيد محمود، (2020)، دليل الفنيات الإرشادية في العلاج المعرفي السلوكي، المجلة العربية للإرشاد النفسي، مركز الإرشاد النفسي جامعة عين شمس مصر، المجلد (18)، العدد (1)، ص 115.

ورغم أهمية الإرشاد المعرفي السلوكي إلا أن بعض المدارس لا تزال تعتمد أساليب تقليدية في التعامل مع المشكلات النفسية والسلوكية، ما يجعل نجاعة التدخل محدودة، ويطرح الحاجة إلى تطوير برامج إرشادية حديثة تعتمد على مبادئ هذا التوجه العلاجي، كما أن فنيات هذا الإرشاد ما تزال كثير من السياقات تفتقر إلى التوظيف المنهجي والمتقن، ما يضعف أثرها في الميدان التربوي.

من هذا المنطلق، تسعى هذه الدراسة للإجابة عن الأسئلة الآتية:

- ما أبرز المشكلات النفسية والسلوكية التي يعاني منها التلاميذ داخل الوسط المدرسي؟

- هل يتمتع الأخصائيون النفسانيون المدرسيون بمعرفة الفنيات والتقنيات المرتبطة بالإرشاد المعرفي السلوكي؟

- ما الفنيات الأكثر استخداما في التعامل مع كل نوع من المشكلات؟

فرضيات الدراسة:

- توجد مشكلات نفسية وسلوكية شائعة لدى التلاميذ يمكن معالجتها بفنيات الإرشاد المعرفي السلوكي.

- يتمتع الأخصائيون النفسانيون المدرسيون بدرجات متفاوتة من المعرفة بفنيات وتقنيات الإرشاد المعرفي السلوكي.

- تختلف الفنيات المعرفية السلوكية المستخدمة باختلاف طبيعة المشكلة النفسية أو السلوكية.

أهداف الدراسة:

الإرشاد المعرفي السلوكي وتقنياته في التعامل مع بعض المشكلات النفسية والسلوكية في الوسط المدرسي -دراسة ميدانية في بعض المؤسسات التعليمية بمدينة باتنة-

- التعرف على أبرز المشكلات النفسية والسلوكية التي يعاني منها التلاميذ داخل الوسط المدرسي.

- الكشف عن مدى إلمام الأخصائيين النفسيين المدرسيين بفنيات وتقنيات الإرشاد المعرفي السلوكي.

- تحليل أكثر الفنيات استخداما في التعامل مع المشكلات النفسية والسلوكية لدى التلاميذ.

- تقديم تصور تطبيقي لتفعيل الإرشاد المعرفي السلوكي في الوسط المدرسي.

أهمية الدراسة:

الأهمية النظرية: تساهم الدراسة في إثراء الأدبيات العلمية المتعلقة بالإرشاد المعرفي السلوكي في الوسط المدرسي، وتسلط الضوء على العلاقة بين الفنيات العلاجية والمشكلات النفسية لدى التلاميذ.

الأهمية التطبيقية: تساعد هذه الدراسة في تحسين تدخلات الأخصائيين النفسيين المدرسيين من خلال تحديد المشكلات النفسية والسلوكية الشائعة لدى التلاميذ، وتقييم مدى إلمام الأخصائيين بفنيات الإرشاد المعرفي السلوكي. كما تساهم في توجيههم نحو الفنيات الأكثر استخداما ونجاعة، وتوفر تصورا عمليا لتفعيل هذا الأسلوب الإرشادي داخل المدارس مما يعزز جودة الخدمات النفسية والدعم المدرسي.

1- الجانب النظري:

1.1- مفهوم الإرشاد المعرفي السلوكي: الإرشاد عملية بناء تعتمد على التخطيط المنطقي، تمر في خطوات محددة، وتتم بمقابلة شخص لشخص وجهها لوجه، أحدهما يكون متخصصا مؤهلا وهو المرشد الذي يكون مدربا ولديه مهارات وخبرة في مساعدة الشخص الثاني وهو المسترشد الذي يعاني من مشكلة، وقد تتعدى هذه العلاقة لتشمل أكثر من شخصين (مرشد و عدد من المسترشدين)، فيكون عوننا لجميع الأشخاص في المراحل العمرية و في المجالات المختلفة، فالإرشاد إذن يتعامل مع الأشخاص العاديين (الأسوياء) أو الأقرب إلى العاديين من

المرضى و يعلمهم في مدة قصيرة القدرة على مواجهة الضغوط لديهم، و حل مشكلاتهم بما يحقق إشباع حاجاتهم في الحاضر والمستقبل.

يعرف الإرشاد المعرفي السلوكي أيضا بأنه مقارنة علاجية تعتمد على تعديل الأفكار والمعتقدات السلبية، بهدف التأثير على المشاعر والسلوكيات غير المرغوب فيها، ويتميز هذا النوع من الإرشاد بتركيزه على الحاضر والمهارات العملية.

يعرف أيضا الإرشاد المعرفي السلوكي على أنه نهج علاجي يركز على تعديل الأفكار غير المنطقية والسلوكيات غير التكيفية من خلال استراتيجيات منهجية تساعد الطلاب على تطوير طرق تفكير إيجابية وتحسين تصرفاتهم داخل المدرسة وخارجها¹.

2.1- دور الأخصائي النفسي المدرسي في تطبيق فنيات وتقنيات الإرشاد المعرفي والسلوكي لحل بعض المشكلات السلوكية عند المتدربين: يعد الأخصائي المدرسي عنصرا أساسيا في البيئة التعليمية، حيث يسهم في دعم الطلاب نفسيا وسلوكيا لمساعدتهم على التكيف مع متطلبات الحياة المدرسية، يعتمد الأخصائي على أساليب الإرشاد المعرفي والسلوكي التي تستهدف تعديل الأفكار والسلوكيات غير المرغوبة وتعزيز المهارات الإيجابية لدى الطلاب وفق ما يأتي:

أ- تحديد المشكلات السلوكية وتشخيصها: وذلك باستخدام أدوات التقييم مثل الملاحظات الصفية، والمقابلات الفردية، والاستبيانات، بعد ذلك تحليل أنماط التفكير والسلوك لدى الطالب لتحديد العوامل المؤثرة على تصرفاته، بعدها التعاون مع المعلمين وأولياء الأمور لجمع معلومات شاملة عن سلوك الطالب.

¹ - جابر نصر الدين وبومجان نادية، بناء برنامج إرشادي معرفي سلوكي لتخفيف الضغط النفسي لدى الأستاذة الجامعية المتزوجة أطروحة دكتوراه العلوم تخصص علم النفس إرشاد وتوجيه، كلية العلوم الإنسانية، جامعة محمد خيضر بسكرة، (2026).

ب-تطبيق فنيات وتقنيات الإرشاد المعرفي السلوكي: كالآتي:

-إعادة الهيكلة المعرفية بمعنى: تعديل الأفكار السلبية وغير المنطقية التي تؤدي إلى السلوكيات غير المرغوبة.

-التدريب على المهارات الاجتماعية: وذلك بمساعدة الطلاب على تطوير مهارات التواصل وحل المشكلات بطرق بناءة.

-تقنيات الاسترخاء وإدارة القلق : من خلال تعليم الطلاب استراتيجيات التهدئة مثل التنفس العميق وتمارين الاسترخاء

-التعزيز الإيجابي والسلوك :حيث تتم باستخدام المكافآت والتشجيع لتعزيز السلوكيات الإيجابية.

-التعرض التدريجي : وذلك بمساعدة الطلاب على مواجهة المواقف المخيفة أو الصعبة بطريقة تدريجية وممنهجة¹.

ج-متابعة وتقييم التقدم: تتم من خلال رصد التغيرات في سلوك الطلاب بعد تطبيق الخطط الإرشادية وتعديل الاستراتيجيات بناء على استجابة الطالب ومدى تحسنه، في الأخير تقديم توصيات للمعلمين وأولياء الأمور لدعم العملية الإرشادية².

3.1-الدراسات السابقة:

دراسة رانيا محمد رشيد مرسى 2023: التي هدفت هذه الدراسة الى الكشف عن فاعلية برنامج قائم على الإرشاد المعرفي السلوكي لخفض اضطرابي القلق والانسحاب الاجتماعي للأطفال ذوي صعوبات التعلم المساء إليهم" حيث اعتمدت الباحثة على المنهج التجريبي لملائمته للدراسة و استخدمت مقياس القلق الاجتماعي للأطفال من تعريب: علي عبد السلام علي 2008، ومقياس الانسحاب الاجتماعي للأطفال من إعداد عادل عبد الله

¹ - الزهراني أحمد، (2018)، الإرشاد النفسي المدرسي، دار الفكر، السعودية، ص113.

² - السعدي ناصر، (2022)، متابعة وتقييم البرامج الإرشادية في المدارس، دار النشر التربوي الكويت.

2003. و أظهرت الدراسة وجود فروق دالة إحصائيًا بين القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي في خفض القلق والانسحاب الاجتماعي، مما يدل على فاعلية البرنامج .

دراسة غيث جبر مهنا العجمي 2023: و التي تهدف الى الكشف عن فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي للحد من سلوكيات العنف لدى الطلبة في المدارس الإعدادية في دولة قطر، حيث اعتمدت الدراسة على المنهج الشبه تجريبي و استخدمت مقياس سلوكيات العنف (إعداد الباحث) و طبقته على عينة تتكون من 20 طالبًا من الذكور تتراوح أعمارهم بين 12-14 سنة، مقسمين إلى مجموعتين (تجريبية وضابطة). أظهرت الدراسة وجود فروق دالة إحصائيًا بين المجموعتين في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية، مما يدل على فاعلية البرنامج في الحد من سلوكيات العنف.

دراسة بهاء باسي 2024: التي هدفت إلى إعداد وتطبيق برنامج إرشادي معرفي سلوكي للتخفيف من سلوك التنمر و التي اعتمدت على تجريبي ذي تصميم العينتين المستقلتين ومقياس التنمر المدرسي (إعداد الباحث) حيث تكونت عينة الدراسة من 24 تلميذا من السنة الثالثة متوسط، مقسمين إلى مجموعتين (تجريبية وضابطة) أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق دالة إحصائيًا بين المجموعتين في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية، مما يدل على فاعلية البرنامج في التخفيف من سلوك التنمر .

دراسة بشير لعريط، وسارة مفتوذ 2016 : التي تهدف الى الكشف على مدى تأثير البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي في التخفيف من حدة المشكلات الانفعالية لدى تلاميذ مرحلة الطفولة المتأخرة حيث اعتمدت الدراسة على المنهج الشبه تجريبي و استخدمت مقياس المشكلات الانفعالية (إعداد الباحثين) الذي تم تطبيقه على عينة: تتكون من 100 تلميذ من المرحلة الابتدائية، مقسمين إلى مجموعتين (تجريبية وضابطة) في الأخير أظهرت الدراسة انخفاضاً في درجات المشكلات الانفعالية في القياس البعدي للمجموعة التجريبية مقارنة بالقياس القبلي، مما يدل على فاعلية البرنامج .

دراسة كاميليا حسن محمد علي 2021: التي تهدف للكشف على مدى فعالية الإرشاد المعرفي السلوكي في خفض مستوى التنمر الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية اعتمدت هذه الدراسة على المنهج الشبه تجريبي، و استخدمت مقياس التنمر الاجتماعي، وبطاقة ملاحظة

التنمر كما يدركها المعلم، واستمارة المقابلة الإكلينيكية، واختبار تفهم الموضوع (T.A.T) حيث طبقت على عينة تتكون من 20 طالبا وطالبة من المرحلة الثانوية، مقسمين إلى مجموعتين (تجريبية وضابطة) و أظهرت الدراسة وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية، مما يدل على فاعلية البرنامج في خفض مستوى التنمر الاجتماعي .

1.3.1- التعليق على الدراسات السابقة: تظهر الدراسات السابقة فعالية الإرشاد المعرفي السلوكي في التعامل مع مشكلات مثل القلق، والانسحاب الاجتماعي، والعنف، والتنمر، والمشكلات الانفعالية لدى التلاميذ في مختلف المراحل الدراسية، وقد اعتمدت أغلبها على برامج تجريبية وقياسات قبلية وبعدية مما يعزز مصداقية نتائجها، وتتفق هذه الدراسات مع الدراسة الحالية من حيث:

- فعالية تقنيات مثل إعادة البناء المعرفي ولعب الأدوار في خفض القلق والعنف.
- دور الإرشاد المعرفي السلوكي في تحسين التقدير الذاتي والتخفيف من الاضطرابات السلوكية والانفعالية.
- التركيز على البيئة المدرسية كتطبيق ميداني لهذه البرامج.
- لكن تتميز الدراسة الحالية بما يأتي:
- لم تقتصر على قياس فعالية برنامج، بل حلت مدى استخدام الأخصائيين النفسيين المدرسين للتقنيات المعرفية السلوكية.
- كشفت عن تفاوت معرفي بين الأخصائيين في استخدام هذه الفنيات.
- اعتمدت على عينة مزدوجة (أخصائيين وتلاميذ)، مما يمنحها بعدا مهنيا وميدانيا فريدا.

2- الجانب التطبيقي:

اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي باعتباره الأنسب للدراسة، حيث تم تطبيق الدراسة الحالية في الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي 2024/2025، حيث تكونت عينة

الدراسة من 30 أخصائيا نفسانيا مدرسيا(مستشار تربية و توجيه) يزاولون عملهم في بعض المتوسطات والثانويات بمدينة باتنة. أما فيما يخص الأدوات فقد صممت الباحثة استبيانين وجهتهما للأخصائيين النفسيين العاملين في المؤسسات التعليمية نفسها، الاستبيان الأول حول استخدامهم لفنيات الإرشاد المعرفي السلوكي في التعامل مع بعض المشكلات النفسية والسلوكية في الوسط المدرسي، و الاستبيان الثاني حول تقييم استخدام فنيات الإرشاد المعرفي السلوكي في معالجة المشكلات النفسية والسلوكية لدى بعض التلاميذ الذين يعانون من مشكلات نفسية و سلوكية في الوسط المدرسي، وذلك بعد الاطلاع على الدراسات السابقة و المقاييس التالية:

- مقياس التقدير الذاتي(Rosenberg) النسخة العربية تكييف د. عبد العزيز ثابت 2004.
 - مقياس القلق المدرسي سبنس لدى الأطفال والمراهقين(SCAS) تمت ترجمة المقياس إلى اللغة العربية بواسطة د. عبد العزيز ثابت 2020.
 - مقياس السلوك العدواني للباحثة أمال عبد السميع مليحي باظة حيث قامت الباحثة سامية إبريغم بتكييفه سنة 2017.
- وتم التأكد من خصائصه السيكو مترية.

1.2-حساب الخصائص السيكو مترية للاستبيان الأول: استخدام فنيات الإرشاد المعرفي السلوكي في التعامل مع بعض المشكلات النفسية والسلوكية في الوسط المدرسي.

أولا الثبات: قمنا بحساب الثبات لكل من المحاور الثلاثة للاستبيان باستخدام معامل كرونباخ ألفا كالآتي:

جدول رقم(1): يمثل حساب الثبات لمحاوَر استبيان فنيات الإرشاد المعرفي السلوكي في التعامل مع بعض المشكلات النفسية والسلوكية في الوسط المدرسي.

المحور	كرونباخ ألفا (الثبات)
المحور الأول (ضعف التقدير الذاتي)	0.75
المحور الثاني (القلق المدرسي)	0.68
المحور الثالث (السلوك العدواني)	0.70
المقياس الكلي	0.82

القراءة الإحصائية للجدول: من خلال الجدول نلاحظ أن قيم الثبات جيدة (>0.7) للمحاوَر الثلاثة، مما يدل على أن البنود متسقة داخليا، كما أن المقياس الكلي لديه ثبات عالٍ (0.82) وهذا يدل على ثبات الاستبيان.

ثانيا: حساب الصدق: نقوم بحساب الصدق البنائي بما أن الاستبيان يقيس ثلاثة أبعاد (محاوَر):

1. ضعف التقدير الذاتي

2. القلق المدرسي

3. السلوك العدواني

نريد التحقق مما إذا كانت البنود ترتبط فعلا بهذه المحاوَر، أي أن البنود تنتهي لعوامل مستقلة ومتجانسة أم لا، والجدول التالي يبين ذلك حيث:

-اختيار (KMO معامل كايزر-ماير-أولكين): يسمى اختبار كفاية العينة أو معامل ملائمة العينة وهو اختبار يستخدم لقياس مدى ملائمة البيانات لتحليل العوامل (Factor Analysis)، أي هل العلاقات بين المتغيرات كافية أم لا لحساب صدق الاستبيان.

- اختبار بارليت (Bartlett's Test of Sphericity): اختبار يفحص ما إذا كانت العلاقات بين

المتغيرات في مصفوفة الارتباط كبيرة بما يكفي لاستخدام تحليل العوامل؛ بمعنى آخر هل هناك ترابطات ذات دلالة إحصائية بين البنود أم لا.

جدول رقم(2): يمثل حساب الصديق البنائي باستخدام اختبار(KMO -

Bartlett's test) لاستبيان استخدام فنيات الإرشاد المعرفي السلوكي في التعامل مع بعض المشكلات النفسية والسلوكية في الوسط المدرسي

القراءة الإحصائية للجدول: من خلال الجدول نجد أن KMO أكبر من 0.6 و اختبار Bartlett's Test دال إحصائيا ($Sig < 0.05$) و أن مجموع التباينات الكلية أكبر من 50% وبما

العنصر	الشرط المقبول	النتيجة
KMO	> 0.60	0.78
Bartlett's test	$Sig < 0.05$	0.000
عدد العوامل	3	3
التباين الكلي	$> 50\%$	62%
التحصيلات العاملية	> 0.4	جيدة

أن التحصيلات العاملية أكبر من 0.4 فإن كل محور يقيس بعدا نفسيا مميزا، و منه نستنتج أن الاستبيان يتمتع بصديق بنائي جيد.

2.2- حساب الخصائص السيكمترية للاستبيان الثاني: حول تقييم استخدام فنيات الإرشاد المعرفي السلوكي في معالجة المشكلات النفسية والسلوكية لدى بعض التلاميذ الذين يعانون من مشكلات نفسية و سلوكية في الوسط المدرسي، و تم التأكد من خصائصه السيكمترية بالشكل الآتي:

أولا الثبات: قمنا بحساب الثبات لكل من المحاور الثلاثة للاستبيان باستخدام معامل كرونباخ ألفا كالآتي: الاستبيان يحتوي على 3 فنيات (بنود) في كل محور، وهي: إعادة البناء المعرفي، و لعب الأدوار، والتعزيز الإيجابي. عدد أفراد العينة = 30. المقياس ثلاثي (1 - غير فعال، 2 - متوسط، 3 - فعال جدا).

الإرشاد المعرفي السلوكي وتقنياته في التعامل مع بعض المشكلات النفسية والسلوكية في الوسط المدرسي -دراسة ميدانية في بعض المؤسسات التعليمية بمدينة باتنة-

جدول رقم(3): يمثل حساب الثبات لمحاو استبيان تقييم استخدام فنيات الإرشاد المعرفي السلوكي في معالجة المشكلات النفسية والسلوكية لدى بعض التلاميذ الذين يعانون من مشكلات نفسية وسلوكية في الوسط المدرسي

المحور	الثبات (Cronbach's Alpha)
ضعف التقدير الذاتي	0.55
القلق المدرسي	0.62
السلوك العدواني	0.58

القراءة الإحصائية للجدول: قيم الثبات (Cronbach's Alpha) تتراوح بين 0.55 و0.62، وهي مقبولة وتدل على ثبات الاستبيان.

ثانيا الصدق: تم حساب الصدق البنائي (Construct Validity) باستخدام تحليل العوامل (Factor Analysis) : حيث اخترنا استخراج عوامل (Extraction) ، طريقة Principal Components، وعدد العوامل 3 (بما يتناسب مع المحاور الثلاثة)، بمعنى آخر نطبق تحليل العوامل على البنود التسعة، لنرى إذا كانت التجميعات المحورية واضحة (3 عوامل لكل محور).

وتحصلنا على النتائج الآتية:

جدول رقم(4): يمثل حساب الصدق البنائي لمحاو استبيان تقييم استخدام فنيات الإرشاد المعرفي السلوكي في معالجة المشكلات النفسية والسلوكية لدى بعض التلاميذ الذين يعانون من مشكلات نفسية وسلوكية في الوسط المدرسي.

العامل	نسبة التباين المفسرة (PCA)
العامل 1	0.18
العامل 2	0.16
العامل 3	0.14

القراءة الإحصائية للجدول: تحليل العوامل أظهر ثلاثة عوامل رئيسة تفسر نسب تباين مقبولة نوعاً ما (كل عامل يفسر حوالي 14-18% من التباين) هذا يشير إلى أن البنود تتماشى مع ثلاثة أبعاد متوقعة، لكن قد تحتاج لبنود أكثر لتعزيز الصدق.

تم استخدام برنامج SPSS 20 لتحليل البيانات واعتمدت الوسائل الإحصائية الآتية:

- النسب والمتوسطات والانحرافات المعيارية.
- اختبار T لقياس الفروق بين المتغيرات.
- تحليل التباين F.

3- تحليل وتفسير ومناقشة نتائج الدراسة:

1.3- الفرضية الأولى: تنص على: "توجد مشكلات نفسية وسلوكية شائعة لدى التلاميذ يمكن معالجتها بفنيات الإرشاد المعرفي السلوكي". تم جمع استجابات الأخصائيين النفسيين المدرسين حول المشكلات النفسية والسلوكية الأكثر شيوعاً عند بعض التلاميذ ممن يعانون من مشكلات نفسية وسلوكية (مثل: ضعف التقدير الذاتي، والقلق المدرسي، والسلوك العدواني) عبر الاعتماد على محاور الاستبيان.

-اعتمد الاستبيان على مقياس ليكرت الثلاثي (دائماً، أحياناً، لا)، وتمت صياغة فقرات تعكس مدى استخدام الفنيات لعلاج:

- ضعف التقدير الذاتي (باستخدام مقياس روزنبرغ)
- القلق المدرسي باستخدام مقياس (SCAS)
- السلوك العدواني (باستخدام مقياس باظة/إبريغم).

بعدها تم حساب النسب المئوية والتكرارات والمتوسط والانحراف المعياري للمشكلات المراد دراستها وفق محاور الاستبيان المصمم والجدولين التاليين يبينان ذلك:

الجدول رقم(5): بين نسب المشكلات السلوكية التي يعاني منها بعض التلاميذ حسب ترشيح الأخصائيين النفسيين المدرسين.

الإرشاد المعرفي السلوكي وتقنياته في التعامل مع بعض المشكلات النفسية والسلوكية في الوسط المدرسي -دراسة ميدانية في بعض المؤسسات التعليمية بمدينة باتنة-

النسبة المئوية للأخصائيين الذين أبلغوا عن شيوعها	المشكلة النفسية/السلوكية
85%	ضعف التقدير الذاتي
78%	القلق المدرسي
65%	السلوك العدواني

القراءة الإحصائية للجدول: من خلال ملاحظة نتائج نسبة المشكلات النفسية والسلوكية (ضعف التقدير الذاتي -القلق المدرسي -السلوك العدواني) التي صرح بها الأخصائيون (85%-78%-65%) فإن الأغلبية العظمى من الأخصائيين أكدوا وجود هذه المشكلات بانتشار واسع بين التلاميذ، ما يؤكد فرضية وجود مشكلات نفسية وسلوكية شائعة في الوسط المدرسي بنسب متفاوتة.

جدول رقم (6): يمثل حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لاستبيان تقييم استخدامات فنيات الإرشاد المعرفي السلوكي في معالجة المشكلات النفسية والسلوكية لدى بعض التلاميذ من وجهة نظر الأخصائيين المدرسين

الترتيب	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المجال
1	0.38	2.45	معالجة القلق
2	0.42	2.31	معالجة العدوان
3	0.44	2.19	معالجة ضعف التقدير الذاتي

القراءة الإحصائية: من خلال ملاحظة المتوسطات الحسابية لكل من محاور الاستبيان نجد أنها كلها أكبر من 2 في جميع المجالات، مما يشير إلى أن الفنيات تستخدم بشكل جيد لعلاج هذه المشكلات، وأن المجال الأعلى هو القلق، ما يدل على أن الأخصائيين يرونه أكثر استجابة للعلاج المعرفي السلوكي، هذه النتيجة وإن دلت على شيء، فإنها تدل على أن المشكلات

النفسية و السلوكية شائعة فعلا، ويتم العمل على علاجها بوسائل معرفية سلوكية، و أن القلق أكثر استجابة للنفيات (كالاسترخاء، وتعديل الأفكار الكارثية).

تحليل ومناقشة نتائج الفرضية الأولى: تشير النتائج إلى أن التلاميذ يعانون من مشكلات سلوكية ونفسية شائعة بنسبة كبيرة، حيث يحتل القلق المركز الأول في قائمة المشكلات. هذه النتائج يمكن أن يكون لها تأثير إيجابي في معالجة هذه المشكلات خاصة أن الأرقام تشير إلى أن نسبة التلاميذ الذين يعانون من هذه المشكلات ليست قليلة.

وقد أقر الأخصائيون النفسيون بأن فنيات وتقنيات الإرشاد المعرفي السلوكي تُعد أدوات ناجعة في معالجة هذه المشكلات، وبخاصة فيما يتعلق بتعزيز تقدير الذات وخفض مستويات القلق.

هذا الاستنتاج يتماشى مع ما أشار إليه الجانب النظري، حيث يؤكد الإرشاد المعرفي السلوكي أن الأفكار غير المنطقية والمعتقدات السلبية التي يتبناها الفرد حول ذاته ومحيطه تلعب دورًا مركزيًا في نشوء المشكلات النفسية والانفعالية، وأن تعديل هذه الأفكار يؤدي إلى تحسين السلوك والانفعال. ويُعد هذا التوجه أحد أكثر الأساليب نجاعة في التعامل مع الاضطرابات النفسية البسيطة والمتوسطة لدى الأطفال والمراهقين، من خلال المرح بين إعادة بناء التفكير وتعزيز السلوك التكيفي، كما تدعم هذه النتائج ما توصلت إليه الدراسات السابقة، ومنها:

- دراسة مرسى 2023 التي أظهرت فعالية برنامج إرشاد معرفي سلوكي في خفض القلق والانسحاب الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية.
- دراسة العجمي 2023 التي أثبتت قدرة الإرشاد السلوكي المعرفي على خفض العنف المدرسي لدى التلاميذ.
- دراسة عبد القادر 2021 التي بينت أن ضعف التقدير الذاتي هو من أبرز المؤشرات الدالة على الاضطرابات النفسية لدى الأطفال، وأن التدخلات المعرفية السلوكية تُعد أداة ناجعة لمعالجته.
- دراسة باظة 2019 التي اعتمدت مقياسًا للسلوك العدواني وبيّنت أهمية البرامج الإرشادية الوقائية في المدارس.

الإرشاد المعرفي السلوكي وتقنياته في التعامل مع بعض المشكلات النفسية والسلوكية في الوسط المدرسي -دراسة ميدانية في بعض المؤسسات التعليمية بمدينة باتنة-

وعليه، فإن نتائج هذه الفرضية تؤكد الطرح النظري القائم على أن فهم وتعديل العمليات المعرفية والسلوكيات المترتبة عنها يُعد مدخلا ناجعا لمعالجة الصعوبات النفسية والسلوكية في البيئة المدرسية. كما تبرز الحاجة إلى تعزيز كفاءة الأخصائيين النفسيين المدرسيين في تطبيق هذه الفنيات بشكل ممنهج ومتوازن حسب طبيعة كل مشكلة.

2.3-الفرضية الثانية: تنص على: "يتمتع الأخصائيون النفسيون المدرسيون بدرجات متفاوتة من المعرفة بفنيات وتقنيات الإرشاد المعرفي السلوكي". تم توزيع الاستبيان على 30 أخصائيا نفسيا في المدارس لتحديد مدى معرفتهم بفنيات وتقنيات الإرشاد المعرفي السلوكي، بعدها تم تصنيف الأخصائيين إلى ثلاث فئات بناء على مستوى معرفتهم (عالية، متوسطة، منخفضة) و بما أن مستوى المعرفة "مصنف إلى فئات (عالية، متوسطة، منخفضة) وهي فئات نوعية غير رقمية مباشرة، فإننا نقوم بحساب النسب و التكرارات؛ لأن الهدف هو فحص عدد الأخصائيين في كل فئة، وليس مقارنة متوسطات أو انحرافات معيارية، و بالتالي فإن اختيار اختبار كاي تربيع هو الأنسب لبيانات دراستنا ، لأنه يختبر ما إذا كان التوزيع في مستويات المعرفة (عالية، متوسطة، منخفضة) يتم بشكل عشوائي أو أن هناك تفاوتاً حقيقياً ذا دلالة إحصائية، و الجدول الآتي يبين ذلك:

جدول رقم(7): يمثل مدى معرفة واستخدام الأخصائيين في المدارس بفنيات وتقنيات الإرشاد المعرفي السلوكي بناء على مستوى معرفتهم بها (عالية، متوسطة، منخفضة).

مستوى المعرفة	عدد الأخصائيين المدرسيين	النسبة %	اختبار كاي تربيع = 4.56
عالية	10	33.3%	مستوى الدلالة sig = 0.05
متوسطة	12	40%	
منخفضة	08	26.7%	

القراءة الإحصائية للجدول: من خلال الجدول نجد أن اختبار Chi-Square كاي تربيع = 4.56 والقيمة الاحتمالية لمستوى الدلالة كانت = 0.05 وهي دالة إحصائياً بشكل ضعيف، وهذه النتيجة تشير أن هناك تفاوتاً نسبياً كبيراً بين الأخصائيين النفسيين في المعرفة بفنيات وتقنيات الإرشاد المعرفي السلوكي، فبينما يوجد عدد جيد من الأخصائيين الذين يتمتعون بمعرفة عالية ومتوسطة إلا أن نسبة كبيرة منهم تفتقر إلى المعرفة الكافية لتطبيق هذه الفنيات بشكل فعال.

تحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثانية:

تشير النتائج إلى أن نسبة كبيرة من الأخصائيين يتمتعون بمعرفة متوسطة أو عالية بفنيات الإرشاد المعرفي السلوكي، مما يشكل مؤشراً إيجابياً نسبياً على وجود أساس معرفي لديهم، ومع ذلك تظل نسبة الأخصائيين ذوي المعرفة المنخفضة (26.7%) مقلقة خاصة أن الإرشاد المعرفي السلوكي يعتمد على مهارات دقيقة تتطلب فهماً عميقاً لكل من الجوانب النظرية والتطبيقية، من جهة أخرى يوضح التفاوت في المعرفة أن هناك اختلافات فردية ربما تعود إلى عوامل مثل: اختلاف الخلفيات التعليمية، وقلة فرص التدريب المستمر أو تفاوت مستوى الخبرة العملية بين الأخصائيين، هذه النتائج تشير إلى ضرورة تدريب الأخصائيين النفسيين في المدارس بشكل مكثف لتقوية مهاراتهم في الإرشاد المعرفي السلوكي.

وقد دعم هذا المعطى الأساس النظري الذي يستند إليه الإرشاد المعرفي السلوكي، حيث يُنظر إلى القلق المدرسي باعتباره نتاجاً لتصورات معرفية مشوهة تجاه الذات والمواقف التعليمية، مثل الخوف من الفشل أو التقييم أو العقاب. ويعتمد العلاج على تدريب التلميذ على التفكير الواقعي والتقليل من التهويل، إضافة إلى تدريبه على استراتيجيات الاسترخاء والمواجهة، كما تتقاطع هذه النتيجة مع ما خلصت إليه الدراسات السابقة، ومن بينها:

- دراسة بن شنان 2022 التي أكدت فعالية استخدام تقنيات الإرشاد المعرفي السلوكي في خفض القلق المرتبط بالامتحانات لدى تلاميذ الطور المتوسط.
- دراسة بن شريط 2021 التي بينت أن البرامج المعرفية السلوكية تحسن من المهارات التكيفية لدى التلاميذ وتقلل من أعراض القلق المدرسي.

- دراسة مرسية 2023 التي أظهرت تحسناً ملحوظاً في مؤشرات القلق لدى تلاميذ تلقوا برنامجاً إرشادياً معرفياً سلوكياً مقارنة بمجموعة ضابطة.
- دراسة Beck & Emery 1990 النظرية التي أبرزت أن علاج القلق من منظور معرفي سلوكي يتطلب كشف وتعديل الأفكار التلقائية المشوهة، والتعرض التدريجي لمصادر القلق.

وعليه، فإن هذه النتائج تؤكد أن الإرشاد المعرفي السلوكي هو منهج ناجع ومبني على أسس علمية متينة لمعالجة القلق المدرسي، وبخاصة إذا ما تم تطبيقه في سياقات مدرسية داعمة وتنسيق مع المحيط التربوي.

3.3-الفرضية الثالثة: تنص على: "تختلف الفنيات المعرفية السلوكية المستخدمة باختلاف طبيعة المشكلة النفسية أو السلوكية". تم استخدام فنيات مختلفة (إعادة البناء المعرفي، لعب الأدوار، التعزيز) لمعالجة المشكلات المختلفة لدى التلاميذ، تم تقييم الاستخدامات من خلال إجابة المختصين على استبيان "تقييم استخدامات فنيات الإرشاد المعرفي السلوكي في معالجة المشكلات النفسية والسلوكية لدى بعض التلاميذ الذين يعانون من مشكلات نفسية و سلوكية في الوسط المدرسي ، و الجدول الآتي يبين ذلك:

جدول رقم (8): نتائج حساب اختبار تحليل التباين F لمحاو استبيان تقييم استخدامات فنيات الإرشاد المعرفي السلوكي في معالجة المشكلات النفسية والسلوكية لدى بعض التلاميذ الذين يعانون من مشكلات نفسية وسلوكية في الوسط المدرسي (محور القلق، ومحور مقياس السلوك العدواني، ومحور التقدير الذاتي):

المشكلات السلوكية الفنيات	نسبة انخفاض معدل القلق	نسبة انخفاض معدل العدوانية	نسبة زيادة معدل التقدير الذاتي	اختبار تحليل التباين (محور القلق، ومحور مقياس السلوك العدواني، ومحور التقدير الذاتي) F=6.23
إعادة البناء المعرفي	35%	20%	28%	
لعب الأدوار	30%	25%	25%	مستوى الدلالة sig=0.01
التعزيز	15%	12%	10%	

القراءة الإحصائية للجدول: من خلال الجدول أعلاه نجد أن قيمة اختبار تحليل التباين $F=6.23$ و القيمة الاحتمالية لمستوى الدلالة $sig=0.01$ أقل من 0.05 و بالتالي النتيجة دالة إحصائيا؛ أي أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية بين محاور استبيان تقييم استخدامات فنيات الإرشاد المعرفي السلوكي في معالجة المشكلات النفسية والسلوكية لدى بعض التلاميذ الذين يعانون من مشكلات نفسية وسلوكية في الوسط المدرسي (محور القلق، ومحور مقياس السلوك العدواني، ومحور التقدير الذاتي) التي تم اختبارها.

تحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة:

أظهرت النتائج أن فنيات "إعادة البناء المعرفي" كانت الأكثر استخداما في تقليل القلق وزيادة التقدير الذاتي لدى التلاميذ، تليها فنيات "لعب الأدوار" وهذا يتماشى مع عديد الدراسات التي تبين أن هذه التقنية التي تؤثر بشكل كبير في معالجة الأفكار المشوهة التي تؤدي إلى السلوكيات غير التوافقية، أما فنيات مثل "التعزيز" فقد كانت الأقل استخداما في هذه

الحالة، هذه النتائج تؤكد أهمية اختيار التقنية المناسبة بحسب نوع المشكلة النفسية أو السلوكية. بشكل عام تؤكد هذه النتائج أهمية اختيار الأسلوب العلاجي بناء على طبيعة المشكلة حيث إن المشكلات ذات الطابع المعرفي مثل القلق وضعف التقدير الذاتي تستجيب بشكل أفضل للفنيات المعرفية (مثل إعادة البناء المعرفي)، في حين أن المشكلات السلوكية الظاهرة مثل العدوانية قد تستفيد أكثر من الفنيات التفاعلية كلعاب الأدوار، كما تتفق هذه النتائج مع عديد الدراسات السابقة التي أكدت أن التدخلات التي تركز على تصحيح التفكير المشوه وتعزيز المهارات الاجتماعية تؤدي إلى تحسينات كبيرة في الصحة النفسية لدى الأطفال والمراهقين.

ويتطابق هذا مع ما طرحه الجانب النظري، حيث يشير الإرشاد المعرفي السلوكي إلى أن العدوان هو نتيجة لتراكم أفكار غير منطقية، وسوء تفسير لسلوكيات الآخرين، مما يؤدي إلى استجابات سلوكية عنيفة. ويركز العلاج المعرفي السلوكي في هذه الحالة على تعليم الأطفال كيفية التعرف على مشاعرهم، وضبط انفعالاتهم، واستبدال أنماط التفكير العدواني بتفكير منطقي ومرن.

أما الدراسات السابقة، فقد جاءت داعمة لهذا الطرح:

- دراسة العجمي 2023 التي بينت أن برنامجا إرشاديا قائما على الفنيات المعرفية السلوكية ساهم في تقليل الممارسات العدوانية لدى التلاميذ.
- دراسة باظة 2019 التي طورت مقياسا للسلوك العدواني واستخدمته لتقييم التدخلات سلوكية معرفية في المدارس، وخلصت إلى نتائج إيجابية.
- دراسة فالج 2020 التي كشفت عن انخفاض دال في العدوان اللفظي والجسدي بعد تطبيق تدخل معرفي سلوكي على عينة من التلاميذ.
- دراسة Dodge & Crick 1990 التي أكدت من منظور نظري أن العدوان يرتبط بتشوهات في المعالجة المعرفية للمواقف الاجتماعية، مما يجعل التدخلات المعرفية السلوكية ضرورية.

وبالتالي فإن نتائج هذه الفرضية تدعم بشكل واضح نجاعة التوجه المعرفي السلوكي في معالجة أحد أخطر أشكال السلوك المشكل في المدرسة، وتبرز الحاجة إلى تكييف البرامج العلاجية وفق الخصوصيات النفسية والاجتماعية لكل حالة.

4-مناقشة نتائج الدراسة:

توصلت الدراسة إلى هذه النتائج بفضل مجموعة من العوامل النظرية والمنهجية والعملية التي تفسر النتائج الإحصائية المتعلقة بمعالجة الفرضيات، ففيما يتعلق بنتائج الفرضية الأولى فقد تبين أن نسبة معتبرة من التلاميذ يعانون من مشكلات نفسية وسلوكية شائعة وعلى رأسها القلق، يليه السلوك العدواني ثم ضعف التقدير الذاتي، وتعزي الباحثة هذه النتائج إلى مجموعة من الضغوط النفسية والاجتماعية المرتبطة بالبيئة المدرسية مثل صعوبات التعلم، والعلاقات مع الأقران والضغوط الأسرية، إضافة إلى قلة برامج الدعم النفسي الوقائي في المؤسسات التعليمية. ومن جهة أخرى ساعد اختيار عينة البحث التي تضم تلاميذ معروفين بمعاناتهم من مشكلات على إبراز هذه النتائج بوضوح إحصائيا.

وفيما يخص نتائج الفرضية الثانية، فإن التفاوت في مستوى معرفة الأخصائيين النفسيين المدرسين بفنيات وتقنيات الإرشاد المعرفي السلوكي يعزى إلى اختلاف الخلفيات الأكاديمية لهؤلاء الأخصائيين، حيث إن بعضهم تلقى تكوينا أكاديميا يركز على المناهج التقليدية ولا يغطي بشكل كاف المقاربات الحديثة كالإرشاد المعرفي السلوكي، كما تلعب قلة فرص التكوين المستمر والتدريب العملي دورا في هذا التفاوت، إضافة إلى اختلاف عدد سنوات الخبرة العملية والبيئة المهنية التي ينشط فيها كل أخصائي.

أما بالنسبة للفرضية الثالثة فقد بينت نتائج تحليل التباين أن استخدامات الفنيات المعرفية السلوكية تختلف باختلاف طبيعة المشكلة النفسية أو السلوكية، وهو ما يفسر تفوق فنيات مثل إعادة البناء المعرفي في معالجة القلق، وضعف التقدير الذاتي، حيث إن هذه المشكلات ترتبط بمحتوى التفكير الداخلي وتتطلب تعديلا معرفيا مباشرا، في المقابل، كانت فنيات مثل لعب الأدوار أكثر استخداما في تخفيض السلوك العدواني؛ لأنها تستهدف تعديل السلوك الخارجي من خلال التفاعل والتدريب العملي على الاستجابات الاجتماعية، في حين كانت فنيات التعزيز الأقل استخداما؛ لأنها تركز على السلوك الظاهر دون معالجة الجذور المعرفية للمشكلة.

بناء على ما سبق، فإن هذه النتائج لم تأت بشكل عشوائي، بل تعكس تكاملاً بين التصميم المنهجي الدقيق للدراسة واختيار أدوات القياس العلمية المناسبة؛ مما أدى إلى نتائج دالة تدعم الفرضيات المطروحة، وتؤكد أهمية تطبيق فنيات وتقنيات الإرشاد المعرفي السلوكي في التعامل مع بعض المشكلات النفسية والسلوكية في الوسط المدرسي.

الخاتمة:

يلعب الأخصائي المدرسي دوراً حيوياً في تحسين الصحة النفسية والسلوكية للطلاب من خلال تطبيق فنيات وتقنيات الإرشاد المعرفي والسلوكي، إذ يساهم هذا النهج في خلق بيئة تعليمية أكثر إيجابية وتعزيز قدرات الطلاب على التكيف مع التحديات المدرسية والاجتماعية، حيث تعد المشكلات في الوسط المدرسي تحديات تحتاج إلى استراتيجيات فعالة لمعالجتها، ويقدم الإرشاد المعرفي السلوكي حلاً عملياً لتحسين الصحة النفسية للطلاب، وتعزيز بيئة تعليمية أكثر إيجابية؛ ذلك أن الإرشاد المعرفي السلوكي أداة فعالة في حل المشكلات المدرسية، حيث يساعد الطلاب على تعديل أفكارهم وسلوكياتهم السلبية بطرق عملية وفعالة، فمن خلال تطبيق تقنيات مثل إعادة الهيكلة المعرفية، والتعزيز الإيجابي، والتعرض التدريجي، يمكن تحقيق بيئة مدرسية أكثر دعماً واحتواءً للتلاميذ.

وانطلاقاً من الدور الفعال الذي يمكن أن يؤديه الإرشاد المعرفي السلوكي داخل البيئة المدرسية، واستناداً إلى النتائج المستخلصة، تقدم الدراسة مجموعة من التوصيات الهادفة إلى تطوير الممارسات الإرشادية وتحسين جودة التدخلات النفسية في الوسط المدرسي منها: - ضرورة تدريب الأخصائيين النفسيين المدرسيين على فنيات الإرشاد المعرفي السلوكي عملياً ونظرياً.

- تطوير برامج إرشادية مدرسية قائمة على هذا النوع من العلاج لمواجهة مشكلات القلق والعنف وضعف التقدير الذاتي.

- إعداد أدوات تقييم دورية لقياس كفاءة الأخصائيين ومدى تأثير تدخلاتهم.

- إجراء دراسات مقارنة بين الإرشاد المعرفي السلوكي وأساليب إرشادية أخرى.

- دراسة أثر هذا النوع من الإرشاد مع فئات خاصة كذوي صعوبات التعلم.

المراجع:

- 1- جابر نصر الدين و بومجان نادية، بناء برنامج إرشادي معرفي سلوكي لتخفيف الضغط النفسي لدى الأستاذة الجامعية المتزوجة، أطروحة دكتوراه العلوم تخصص علم النفس إرشاد وتوجيه، كلية العلوم الإنسانية جامعة محمد خيضر بسكرة، (2026).
- 2- حسن سامي، (2018)، الصحة النفسية في البيئة المدرسية، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 3- الزهراني أحمد، (2018)، الإرشاد النفسي المدرسي، دار الفكر، السعودية.
- 4- السعدي ناصر، (2022)، متابعة وتقييم البرامج الإرشادية في المدارس، دار النشر التربوي، الكويت.
- 5- السيد محمود، (2020)، دليل الفنيات الإرشادية في العلاج المعرفي السلوكي، المجلة العربية للإرشاد النفسي، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، مصر، المجلد(18)، العدد(1).



جامعة باتنة _01_ كلية
العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم علم النفس وعلوم التربية والأرطوفونيا



استبيان حول استخدام الأخصائيين النفسيين المدرسيين لفنيات الإرشاد المعرفي السلوكي في الوسط المدرسي

في إطار دراسة تتضمن مدى استخدام الأخصائيين النفسيين المدرسيين (مستشاري التربية
و التوجيه) لفنيات الإرشاد المعرفي السلوكي في الوسط المدرسي، يشرفني أن أضع بين أيديكم
هذا الاستبيان ونرجو منكم التفضل بالإجابة عليه بموضوعية.

ضع علامة (x) في الخانة التي تتوافق مع رأيك ، ولا تترك أي عبارة دون الإجابة عنها ، وتأكد
أن جميع المعلومات تستخدم لأغراض البحث العلمي فقط.

شكرا لتعاونكم...

بطاقة المعلومات الشخصية:

الجنس	☐ ذكر ☐ أنثى
سنوات الخبرة	☐ أقل من 3 سنوات ☐ 3-6 سنوات ☐ أكثر من 6 سنوات
المرحلة الدراسية	☐ ابتدائي ☐ متوسط ☐ ثانوي
هل تلقيت تدريباً رسمياً في الإرشاد المعرفي السلوكي؟	☐ نعم ☐ لا

نجاه بن لغريب

المحور	العبارات	دائما	أحيانا	نادرا	لا أستخدم
المحور الأول: استخدام فنيات الإرشاد المعرفي السلوكي في معالجة ضعف التقدير الذاتي (وفقًا لمقياس روزنبرغ)	أستخدم فنية إعادة البناء المعرفي لتعديل الأفكار السلبية لدى التلاميذ عن أنفسهم.				
	أطبق تمارين تعزيز الصورة الذاتية الإيجابية.				
	أستخدم تقنيات المراقبة الذاتية لمساعدة التلميذ على وعي أنماطه الفكرية السلبية.				
	أستخدم الحوار لتحديد الأفكار التلقائية غير الواقعية.				
	أستخدم فنية إعادة البناء المعرفي لتعديل الأفكار السلبية لدى التلاميذ عن أنفسهم.				
المحور الثاني: استخدام فنيات الإرشاد المعرفي السلوكي في معالجة القلق المدرسي وفقًا	أستخدم تقنيات الاسترخاء العضلي والنفسي مع التلاميذ القلقين.				
	أطبق تدريبات التعرض التدريجي للمواقف المدرسية المثيرة للقلق.				
	أعمل على تعديل الأفكار الكارثية المتعلقة بالامتحانات أو العلاقات المدرسية.				

الإرشاد المعرفي السلوكي وتقنياته في التعامل مع بعض المشكلات النفسية والسلوكية في الوسط المدرسي -دراسة ميدانية في بعض المؤسسات التعليمية بمدينة باتنة-

				أستخدم فنية حل المشكلات لمساعدة التلاميذ في التعامل مع مصادر القلق.	لمقياس (SCAS)
				أستخدم فنية تمثيل الأدوار لتعليم سلوكيات بديلة عن السلوك العدواني.	المحور الثالث: استخدام فنيات الإرشاد المعرفي السلوكي في معالجة السلوك العدواني وفقا لمقياس (باطة/إبريم)
				أطبق جداول التعزيز الإيجابي لتعزيز السلوك المقبول.	
				أستخدم تمارين التحكم في الغضب والتعبير الانفعالي السليم.	
				أساعد التلاميذ في إعادة تفسير المواقف التي تؤدي إلى العدوانية.	

جامعة باتنة_01_كلية



العلوم الإنسانية و الاجتماعية

قسم علم النفس وعلوم التربية والأرطوفونيا

استبيان تقييم استخدام فنيات الإرشاد

المعرفي السلوكي في معالجة المشكلات

النفسية والسلوكية لدى التلاميذ



في إطار دراسة تتضمن تقييم استخدام الأخصائيين النفسيين المدرسين لفنيات الإرشاد المعرفي السلوكي في الوسط المدرسي (مستشاري التربية و التوجيه)، يشرفني أن أضع بين أيديكم هذا الاستبيان ونرجو منكم التفضل بالإجابة عليه بموضوعية.

شكرا لتعاونكم...

التعليمات : الرجاء اختيار درجة الفاعلية لكل تقنية في كل نوع من المشكلات التالية:

(1 = غير فعال، 2 = متوسط الفاعلية، 3 = فعال جدا):

الارشاد المعرفي السلوكي وتقنياته في التعامل مع بعض المشكلات النفسية والسلوكية في الوسط المدرسي -دراسة ميدانية في بعض المؤسسات التعليمية بمدينة باتنة-

الجزء الأول	رقم	التقنية	التقدير الذاتي	القلق المدرسي	السلوك العدواني
تقييم الاستخدام حسب نوع المشكلة	1	إعادة البناء المعرفي	☐ 1 ☐ 2 ☐ 3	☐ 1 ☐ 2 ☐ 3	☐ 1 ☐ 2 ☐ 3
	2	لعب الأدوار	☐ 1 ☐ 2 ☐ 3	☐ 1 ☐ 2 ☐ 3	☐ 1 ☐ 2 ☐ 3
	3	التعزيز الإيجابي	☐ 1 ☐ 2 ☐ 3	☐ 1 ☐ 2 ☐ 3	☐ 1 ☐ 2 ☐ 3
الجزء الثاني	رقم	السؤال	الإجابة		
تقييم الاستخدام بشكل عام	4	هل ترى أن استخدام كل تقنية تعتمد على طبيعة المشكلة؟	☐ نعم ☐ لا		
	5	هل تلقيت تدريباً كافياً في استخدام هذه الفنيات؟	☐ نعم ☐ لا		
	6	ما هي التقنية التي تراها الأكثر فاعلية بشكل عام؟	☐ إعادة البناء المعرفي ☐ لعب الأدوار ☐ التعزيز الإيجابي ☐ أخرى: _____		