

## فعالية برنامج معرفى سلوكى فى تنمية بعض جوانب السلوك الاجتماعى الإيجابى لدى عينة من تلاميذ المرحلة الإعدادية

بحث للنشر كأحد متطلبات مناقشة رسالة الدكتوراه في التربية (صحة نفسية)

إعداد

جيهان عبد العظيم عبد اللطيف عبد الواحد

إشراف

أ.د. / محمد عبد العال الشيخ

أستاذ الصحة النفسية المتفرغ

كلية التربية - جامعة الفيوم

أ.د. / محمد ابراهيم عيد

أستاذ الصحة النفسية

كلية التربية - جامعة عين شمس

مقدمة:

إن السلوك البشري بصفة عامة يعبر تعبيراً محدداً عن محاولات الفرد لتحقيق حاجاته ومواجهة متطلباته، تلك الحاجات والمتطلبات التي تدفع به تارة إلى سلوك لا يرضاه المجتمع، وتارة أخرى إلى سلوك إيجابي يجذب له الرضا والحمد والثناء، وإن المجتمع ليستحسن من الفرد كل سلوك بناء، فإله سبحانه وتعالى وهب الإنسان نعمة العقل ليتحكم في دوافعه، وما الأسرة والمدرسة إلا مؤسسات اجتماعية وتربوية كفيلة بتهديب السلوك وتقويمه.

ويفسر علماء النفس السلوك الإنساني في المجتمع على أساس أن الفرد يسعى إلى الاحتفاظ بحالة من التوازن الداخلي، فهو إذا ما رأى نفسه يسلك سلوكاً لا يرضي الجماعة والمجتمع حاول العدول عنه حتى لا يشعر بالعزلة أو النفور من الآخرين.

وتشير الدراسات في علم النفس إلى أن انغماسنا وانتباهنا لنموذج الاضطراب جعلنا في تجاهل تام لفكرة الفرد القادر على الإنجاز وتحقيق الذات، بل وجعلنا نتجاهل أيضاً فكرة أن بناء القوة وتمكين الإنسان هو السلاح الأكثر قوة وفعالية في ترسانة العلاج النفسي.

ويلعب علم النفس الإيجابي دوراً بارزاً في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي للأفراد وذلك من خلال عدة مفاهيم منها مفهوم السلوك الاجتماعي الإيجابي Prosocial behavior بوصفه جزءاً لا يتجزأ من حياة الإنسان كما أنه يعد أحد المحاور الرئيسية التي

يركز عليها هذا العلم نظرا لاهتمامه بالجوانب الإيجابية في حياة الفرد وما يترتب على ذلك من إنجاح للعلاقات الإنسانية وتحقيق التوافق مع المحيطين. ( Kristen Dunfield. Et al.. 2011: 228 )

كما تعتبر الاضطرابات السلوكية من أصعب التحديات التي تواجه المعلم وإدارة المدرسة على وجه الخصوص، فعلى الرغم من أن مهمة المدرسة في المجتمع لا تقتصر على التعليم والتربية بل وتتجاوز ذلك لتجد الحلول لهذه المشاكل بصورة عامة، فكما أن الغالبية من التلاميذ يتمتعون بسلوك قيم عالي؛ إلا أن منهم البعض يتصرفون بشكل مضطرب، مما يؤثر سلبا على المناخ الصفّي، وزعزعة النظام المدرسي، إضافة إلى استنفاد الوقت والجهد من المعلمين والمديرين وشغلهم لإيجاد الحلول المناسبة لهذه الاضطرابات على حساب الاهتمام بالعملية التعليمية.

وتشير نتائج دراسات كل من (زياد أمين بركات غانم، ٢٠٠٦؛ Cooper. 2004؛ Fredrick. 2004) إلى أن تدني حالات الانضباط المدرسي والالتزام بالقيم والمبادئ التربوية يرجع إلى وجود اضطرابات سلوكية لدى التلاميذ. (زياد أمين بركات غانم، ٢٠٠٨: ٤)

وعلاجيا؛ يذهب كينيدي Kennedy إلى أن التدريب الصريح على المهارات الاجتماعية Social Skills والسلوك الاجتماعي الإيجابي Prosocial behavior من شأنه أن يسهم بقدر كبير في الوقاية من الوقوع في دائرة الاضطراب (كمنهج وقائي) أو التقليل منها (كمنحى علاجي)، وذلك من خلال التركيز على العائد، والتدعيم للسلوكيات الاجتماعية الإيجابية، والإجراءات الوقائية النفسية الخاصة بالنمو النفسي السوي، وعدم التمرکز حول الذات، كل ذلك من شأنه أن يسهم مع التربية في تكوين اتجاهات ومعايير السلوك والعادات السلوكية السليمة. (Kennedy. 2001: 171)

كما أن السلوك الاجتماعي الإيجابي سلوك مكتسب يتعلم خلاله الفرد معايير واتجاهات مناسبة لأدوار اجتماعية معينة، تمكنه من مسايرة جماعته والتوافق الاجتماعي معها، وتكسبه الطابع الاجتماعي، وتيسر له الاندماج في الحياة الاجتماعية، كما يؤدي دوراً مهماً أساسياً في سعادة الفرد ورفاهته، ويعد مؤشراً مهماً على نهضة الأمم ورفقيها وجودة حياتها، فبقدر ما يقوم

به أفراد المجتمع من سلوكيات اجتماعية إيجابية مرغوبة، فإنه في حقيقة الأمر بمثابة مرآة تعكس لنا العناصر الإيجابية للمجتمع، ودليل واضح يوحي ويعطي الانطباع بأن هذا المجتمع متماسك، ويتميز بسمات وخصال حميدة.

وأشارت نظرية التعلم الاجتماعي إلى أن أغلب أنواع السلوك الاجتماعي يتم تعلمه عن طريق ملاحظة الآخرين: أي عن طريق القدوة والنمذجة، وقدم باندورا (Bandura, 1966) نقلاً عن (النمر، ٢٠٠١) نموذجاً مقترحاً يتضمن أربع عمليات لتفسير سوك النموذج وهي كالاتي:

- الانتباه: Attention يجب أن يميل الفرد وينتبه للنموذج المقدم للسلوك ليحدث التعلم.
  - الحفظ والتذكر: Retention فالفرد بعد ملاحظته للنموذج يفسر السلوك باستخدام مهارته المعرفية، ثم يخزنها لحين استخدامها.
  - الإنتاج الحركي: Motor Reproduction فالفرد بعد تخزينه لسلوك النموذج لا بد من وجود قوة حركية مناسبة لديه لإعادة إنتاج هذا السلوك.
  - الدافعية: Motivation فالفرد بعد توافر القدرة الحركية لديه للتأكد من إمكانية إعادة سلوك النموذج، لا بد من توافر دوافع قوية تدفع الفرد لإنتاج هذا السلوك.
- قد أشارت العديد من الدراسات والكتب المتخصصة في مجال علم النفس والصحة النفسية إلى مجموعة من المعايير التي يمكن استخدامها للتمييز بين السلوك الإيجابي والسلوك السلبي، ومن أبرز هذه المعايير ما يأتي:
- المعيار الإحصائي: ويشير (منصور، ١٩٨٢) نقلاً عن (وافي، ٢٠٠٦) هذا المعيار يستند للحكم على نوع السلوك إلى قاعدة بالتوزيع الاعتدالي، والذي يركز على المتوسط العام لمجموعة السمات التي يتميز بها الفرد، وتجدر الإشارة إلى أن هذا المعيار لا يتمتع بكفاءة تضمن سلامة القياس،
  - المعيار القيمي: يشير (شاذلي، ١٩٩٩) إلى أن المنظور القيمي يستخدم لوصف مدى اتفاق السلوك مع المعايير الأخلاقية وقواعد السلوك السائد في المجتمع، وترى أن

الشخص السوي هو الذي يوافق سلوكه القيم الاجتماعية السائدة في جماعته، وتوافق سلوكه وتصرفاته مع مبادئ أخلاقية أو قواعد سلوكية تقرها ثقافة المجتمع.

• المعيار الطبيعي: يشير (طه، ١٩٨٠) إلى أن الشخص السوي ضمن هذا المعيار هو من لديه إحساس بالمسؤولية الاجتماعية، ويعد اكتساب المثل والقدرة على ضبط الذات طبقاً للمفهوم الطبيعي والذي يشتق من حقيقة الإنسان الطبيعية، ويمكن الاستدلال عليها من البيولوجيا وعلم النفس، وليس من نظرية القيم مباشرة.

• المعيار النظري: ويعتمد على تحديد السلوك من إطار مرجعي نظري يستند إلى تصور خاص، فنظرية التحليل النفسي ترى أن السلوك غير السوي ناتج عن الصراعات الداخلية بين الرغبات والغرائز الأنانية والمتطلبات الاجتماعية، بينما ترى النظرية السلوكية أن السلوك غير السوي ينتج بسبب بيئات التعلم التي تعزز السلوكيات المشككة. وتشير النظرية الإنسانية إلى أن السلوك غير السوي ناجم عن النقد السلبي للذات، وعدم الجدارة، أما النظرية المعرفية فتشير إلى أن السلوك غير السوي ينتج عن الأفكار المشوهة أو اللاعقلانية. (جامعة القدس المفتوحة، ٢٠١١)

• المعيار الإكلينيكي: يتحدد السلوك غير السوي في ضوء المعايير الإكلينيكية لتشخيص الأعراض المرضية، ويعد الشخص سويًا استناداً إلى أساس غياب الأعراض والخلو من مظاهر المرض. (راجح، ١٩٩٥)

وتتبدى جوانب السلوك الاجتماعي وصوره في الدراسة الحالية بالمفاهيم الفرعية الآتية: (الإيثار، والتعاطف، والتعاون، والتسامح).

ويعتبر العلاج المعرفي السلوكي اتجاهاً علاجياً حديثاً نسبياً يعمل على الدمج بين العلاج المعرفي بفنياته المتعددة، والعلاج السلوكي بما يضمنه من فنيات، ويعتمد إلى التعامل مع الاضطرابات المختلفة من منظور ثلاثي الأبعاد إذ يتعامل معها معرفياً وانفعالياً وسلوكياً، ويعتمد هذا الاتجاه العلاجي على الإقناع الجدلي التعليمي، وتوضيح العلاقة بين الأفكار المشوهة والاعتقادات اللاعقلانية، وما يترتب عليها من مشاعر سلبية تحد من أداء الفرد الوظيفي في مختلف المجالات (عادل عبد الله محمد، ٢٠٠٠: ١٧).

فيقدم العلاج المعرفي السلوكي العديد من الطرق العلاجية والاستراتيجيات المعرفية ووجهات النظر المختلفة عن الدور المعرفي في تغيير سلوك الفرد فهو أسلوب علاجي تتم فيه مساعدة الشخص للحصول على اكتساب مهارات جديدة للتعامل مع المواقف والأشخاص وذلك من خلال اعتماده على العديد من الاستراتيجيات العلاجية، على سبيل المثال قائمة المعتقدات ومهارات التعامل والتعليمات الذاتية وسلوك حل المشكلات.... وغيرها، وتركز كل هذه الإجراءات العلاجية على الاستراتيجيات المعرفية للعمل (Meichenbaum ,D.1999,55-58).

ولهذا تهدف الباحثة إلى إعداد برنامج معرفي سلوكي لتنمية بعض جوانب السلوك الاجتماعي الإيجابي والتي تتمثل في : الإيثار، التعاطف، التعاون، والتسامح لدى عينة من طلاب المرحلة الإعدادية والذي يهدف البحث إلى إعدادهم نفسياً واجتماعياً وانفعالياً وسلوكياً لكي يستطيعوا أن يندمجوا في المجتمع.

**مشكلة الدراسة وأسئلتها:**

تُعد المرحلة الإعدادية من المراحل المهمة والحساسة في حياة الفرد؛ حيث يمتاز الطلاب في هذه المرحلة بالتغير والنمو السريعين في جميع الجوانب بما فيها الجانب البيولوجي والجانب الاجتماعي، والنمو الانفعالي والجوانب المزاجية ، كما أن هناك العديد من المشكلات النفسية والسلوكية التي يعاني منها أغلب الطلاب في هذه المرحلة في مدارسنا.

وقد أكدت بعض الدراسات الحديثة مثل دراسة كل من (حمود والشماس، ٢٠١١) و(العبدلي، ٢٠١٢) على ضرورة العناية والاهتمام بفئة المراهقين من جوانب مختلفة، فمرحلة المراهقة مشكلاتها كثيرة، وتزخر بالأزمات والمشكلات النفسية السلوكية، التي من أخطرها التعصب والعدوان، والجمود الانفعالي، والأناثية، والعدا، والانسحابية، والانطواء، أو قد يعاني المراهق من سوء العلاقات الأسرية، أو مشكلات متعلقة بجماعة الرفاق، مما يشكل عائقاً في تكيف المراهق وتوافقه النفسي والاجتماعي.

كما انبثقت مشكلة الدراسة من خلال ملاحظة الباحثة للسلوك الأناني الذي يتسم به بعض الطلبة في تعاملاتهم مع زملائهم، وكذلك انتقاء وتراجع بعض السلوكيات الاجتماعية الإيجابية كالتعاون والتعاطف والتسامح، وتحاول هذه الدراسة طرح برنامج معرفي سلوكي يعالج الخلل الراهن في منظومة بعض أشكال السلوكيات الاجتماعية والعمل على تنميتها. وعليه ترى الباحثة أن الاعتناء بالعنصر البشري في تربيته وتكوينه السيكولوجي والاجتماعي أولوية أولى لزراع شتائل النهضة والاستقرار والرفاهية والمحبة والوئام والسلام الداخلي. وتتبلور مشكلة الدراسة من خلال السؤال الرئيس الآتي:

ما فاعلية برنامج معرفي سلوكي في تنمية بعض جوانب السلوك الاجتماعي الإيجابي لدى عينة من طلاب المرحلة الإعدادية ؟  
هدف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى :-

التحقق من مدى فاعلية برنامج معرفي سلوكي لتنمية بعض جوانب السلوك الاجتماعي الإيجابي لدى الطلاب بالمرحلة الإعدادية.  
أهمية الدراسة :

تتضح أهمية الدراسة الحالية بأنها تسعى لدراسة فاعلية برنامج معرفي سلوكي في تنمية بعض جوانب السلوك الاجتماعي الإيجابي لدى عينة من طلاب المرحلة الإعدادية. وتتحد هذه الأهمية في جانبين أساسيين أحدهما نظري والآخر تطبيقي :-  
أولاً : الجانب النظري :-

• تكمن أهمية الدراسة في تقديم ما يفيد لتنمية السلوك الاجتماعي الإيجابي لدى الطلاب مما يساعدهم على الاندماج وتحسين تفاعلهم داخل المجتمع.

ثانياً : الجانب التطبيقي :

♦ تكمن أهمية الدراسة في تقديم برنامج معرفي سلوكي لتنمية السلوك الاجتماعي الإيجابي لدى الطلاب بالمرحلة الإعدادية.  
♦ تقديم أداة لقياس بعض جوانب السلوك الاجتماعي الإيجابي لدى الطلاب بالمرحلة الإعدادية.

## مصطلحات البحث :

- البرنامج المعرفي السلوكي: Cognitive Behavioral Program

يقصد بالبرنامج المعرفي السلوكي في الدراسة الحالية: بأنه عبارة عن مجموعة من الأنشطة والإجراءات التدريبية المنظمة التي تقدم لأفراد العينة التجريبية بهدف تزويدهم بالخبرات والمفاهيم والمهارات التي من شأنها المساهمة في تنمية بعض أشكال السلوك الاجتماعي الإيجابي المتضمنة في هذه الدراسة هي: (الإيثار، والتعاطف، والتعاون، والتسامح).

- السلوك الاجتماعي الإيجابي:

هو سلوك تفاعلي إيجابي، يتصف صاحبه بشخصية مؤثرة تفضل المصلحة العامة علي الخاصة، والتعاون والشعور بالتعاطف والشفقة علي الغير، وقبول الآخرين واحترامهم وتقديرهم، والتخلي عن مشاعر التعصب والكرهية، ويتخذ السلوك الاجتماعي الإيجابي في هذه الدراسة الأشكال الآتية

- الإيثار: هو سلوك إيجابي يهدف إلي تحقيق إفادة الغير، والابتعاد عن الطمع وحب الذات والأنانية، ويتضمن مجموعة من السلوكيات مثل: (الاهتمام، والكرم، والمسئولية، والتضحية، والتطوع، والتنازل، وسعادة الآخرين).
- التعاطف: شعور داخلي إيجابي يضع الفرد نفسه مكان الآخرين، ويتسم هذا الشعور بالشفقة والرأفة تجاه من وقع في مصيبة أعيته عن تأدية مهماته وممارستها بشكل طبيعي.
- التعاون: هو أن يشترك شخصان أو أكثر في إنجاز هدف ما، بحيث يعود على الجميع بالمنفعة، ودون انتظار مقابل أو عائد خارجي.
- التسامح: يشير إلي الإرادة والرغبة بالصفح والعفو ونسيان الماضي وعدم إيذاء الآخرين ومحاكمتهم وإدانتهم والتخلي عن مشاعر الكراهية والتعصب، واستبدالها بمشاعر القبول والاحترام والتقدير والمحبة، ويعرف الباحثان السلوك الاجتماعي إجرائياً: بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص على المقياس المستخدم في الدراسة الحالية.

**فروض البحث :**

١- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطى درجات أفراد المجموعة التجريبية فى القياسين القبلى والبعدى على مقياس السلوك الاجتماعى الايجابى تعزى للبرنامج المعرفى السلوكى .

٢- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطى درجات أفراد المجموعتين الضابطة و التجريبية فى القياس البعدى على مقياس السلوك الاجتماعى الايجابى بعد تطبيق البرنامج المعرفى السلوكى لصالح المجموعة التجريبية.

**حدود البحث:**

تتحدد الدراسة الحالية بما يلي :-

**أولاً : منهج البحث**

تتبع الدراسة الحالية المنهج شبه التجريبي، حيث يمثل البرنامج المعرفى السلوكى المتغير المستقل، ويمثل السلوك الاجتماعى الايجابى المتغير التابع .

**ثانياً : العينة :-**

طبقت الباحثة مقياس السلوك الاجتماعى الايجابى على عينة عشوائية مكونة من (١٥٠) طالباً من طلاب الصف الثانى الإعدادى، وذلك كعملية تشخيصية للوصول إلى الطلاب الذين حصلوا على أدنى الدرجات على مقياس السلوك الاجتماعى الايجابى، وقد اختير عدد (٤٠) طالباً ممن حصلوا على درجات منخفضة على مقياس السلوك الاجتماعى الايجابى، وتقسيمهم بالتساوى إلى مجموعتين الأولى تجريبية تعرض أفرادها للبرنامج المعرفى السلوكى، والأخرى مجموعة المحك وهي الضابطة، وقد تحققت الباحثة من تجانس المجموعتين، وذلك من خلال استخدام الأسلوب الإحصائى اختبار مان وتي Mann Whitney Test لحساب دلالة الفروق بين المجموعات المستقلة للكشف عن دلالة الفروق بين متوسطات درجات المجموعتين على مقياس السلوك الاجتماعى الايجابى.



**ثالثاً: الأدوات**

١. مقياس السلوك الاجتماعي الإيجابي (إعداد الباحثة).
  ٢. برنامج معرفي سلوكي لتنمية السلوك الاجتماعي الإيجابي (إعداد الباحثة).
- خطوات البحث وإجراءاته:**
- للتحقق من فروض البحث تم إتباع الخطوات والإجراءات التالية:**
١. إعداد مقياس السلوك الاجتماعي الإيجابي.
  ٢. إختيار مجموعة البحث عشوائياً من طلاب الصف الثاني الإعدادي وتقسيمهم إلى مجموعتين (تجريبية، وضابطة).
  ٣. تطبيق المقياس على مجموعة البحث تطبيقاً قديماً، للتأكد من تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة .
  ٤. تطبيق البرنامج المعرفي السلوكي على طلاب المجموعة التجريبية.
  ٥. تطبيق المقياس على المجموعتين التجريبية والضابطة بعد الإنتهاء من تطبيق البرنامج المعرفي السلوكي تطبيقاً قديماً.
  ٦. استخدام الأساليب الإحصائية المناسبة في معالجة البيانات التي تم الحصول عليها للتحقق من صحة فروض البحث.
  ٧. عرض النتائج وتفسيرها وتقديم التوصيات والمقترحات المناسبة.

**الإطار النظري للبحث:****المحور الأول : السلوك الاجتماعي الإيجابي:**

يتضمن هذا المحور عرضاً للمفاهيم الأساسية للسلوك الاجتماعي الإيجابي وتتمثل في :-

- تعريف السلوك الاجتماعي الإيجابي
- العلاقة بين السلوك الاجتماعي الإيجابي والسلوك الاجتماعي والمهارات الاجتماعية.
- أشكال السلوك الاجتماعي

## تعريف السلوك الإيجابي:

ينفق كل من شحاته محمد زيان وعبد الرحمن سماحة ( ٢٠٠١) في تعريف السلوك

الإجتماعي الإيجابي بأنه مجموعة من الاشكال السلوكية الإيجابية كالمشاركة والتسامح والإيثار التي تهدف لإفادة الآخر (أفراد- أقرباء- غرباء) والاهتمام بمصلحته وإيثار مصلحته علي مصلحة الفرد، سواء كانت هذه المصلحة مادية أو نفسية أو اجتماعية، شريطة أن يتم ذلك بلا توقع مكافأة أو تدعيم ما من وراء تلك وأن يتم تطوعياً. وتعرفه أمال منسي على أنه سلوك تطوعي دوافعه خيرية تبغي إفادة الغير، ولا ينتظر صاحبه مكافأة خارجية ويتمثل هذا السلوك في ثلاث مستويات (المستوى التعاوني- المستوى المساعد- المستوى الإيثاري)(أمال منسي، ٢٠٠١: ٨).

## العلاقة بين السلوك الإيجابي والسلوك الإجتماعي والمهارات الإجتماعية

أجمع كل من بارتال Bartal, 1979 ونانسي ايزنبرج Eisenberg, 1982 وكلابسلي Klabsley, 1996 وشحاته زيان (٢٠٠١) وأمّال حسني (٢٠٠١) على تعريف السلوك الاجتماعي الإيجابي بأنه سلوك الهدف الاساسي منه هو لإفادة الغير سواء أكان فرد أو مجموعة من الافراد. أما السلوك الاجتماعي Social Behavior فقد عرف في قاموس التربية على أنه سلوك يتأثر بوجود أو بسلوك أشخاص آخرين.

ويتفق عادل الأشول (١٩٨٧) مع ما سبق فيما يتعلق بأن السلوك الاجتماعي يتضمن تفاعلاً اجتماعياً فهو سلوك يتأثر بسلوك الأشخاص الآخرين أو يؤثر فيه، وهو السلوك الذي يشتمل على تواصل بين الافراد بعضهم مع بعض أو بين الجماعات مع بعضها (عادل الأشول ١٩٨٧: ٨٨)

أما المهارات الإجتماعية Social Skills فقد عرفها Rigoo 1987:- بأنها قدرة الفرد على التعبير الانفعالي والاجتماعي ومهاراته في ضبط وتنظيم تعبيراته غير اللفظية أو قدرته على أداء الدور وتهيئة الذات اجتماعياً(شبل بدران ٢٠٠٠: ٢٥٢). ومما سبق نجد أن كل سلوك اجتماعي إيجابي هو مهارة إجتماعية أو سلوك إجتماعي

والعكس غير صحيح بمعنى أنه لا نستطيع ان نعتبر كل مهارة اجتماعية أو سلوك اجتماعي سلوكاً اجتماعياً ايجابياً.

### أشكال السلوك الاجتماعي:

هناك عدة تصنيفات لأشكال السلوك الاجتماعي منها تصنيف لورين ويسبي ١٩٧٢ والذي أوضح اشكال السلوك الاجتماعي في التالي: التعاون ، التعاطف ، المساعدة ، العطاء ، الإيثار .

- العطاء: Donating وهو يشير إلى تبرع الفرد، ويكون ذلك في أغلب الأحيان للإحسان.
- التعاون: Co-operation وهو رغبة الفرد للعمل مع الآخرين، ويكون ذلك لفائدة عامة.
- التعاطف: Sympathy وهو يعبر عن مشاركة الفرد ألم أو حزن شخص آخر.
- المساعدة: هو سلوك مقصود لإفادة الآخرين يعطي فيه الفرد الأولوية لرضاهم ودفح الضرر
- الإيثار: Altruism ويشير إلى سلوكيات المساعدة التي تتضمن تكلفة مرتفعة ( Wispé , 1972 ) .

وتناولت العديد من البحوث والدراسات مفهوم المساعدة ضمن مفهوم الإيثار ، والحقيقة أن هناك تداخلاً كبيراً بين المفهومين، فيرى هوفمان Hoffman أن الإيثار بشكل عام مثل سلوك المساعدة يزيد من رفاهية الآخرين دون اهتمام ملموس بالمصلحة الذاتية للشخص نفسه ، بينما يرى ميدلارسكي Midlarsky أن الإيثار فئة فرعية من المساعدة تشير إلى أفعال المساعدة التي تعرض الفرد لبعض التكلفة وقد لا تحقق له أي مكسب (نقلاً عن العناني ، ٢٠٠٧)

### - السلوك الاجتماعي الإيجابي وسلوك الطلاب:

تعد السلوكيات الاجتماعية هي الأساس لبناء العلاقات الاجتماعية والحفاظ عليها ومن المتوقع ان يكون للسلوكيات الايجابية التكافؤ الإيجابي والمستمر بين المجموعات الدراسية (Chang , 2004).

## الفروق الجنسية والسلوك الاجتماعي الإيجابي :

تشير القوالب النمطية الشائعة والثقافة الشعبية إلى أن الإناث لديهم قدرة أكبر على فهم أفكار ومشاعر الآخرين أكثر من الذكور (Fiske , 2004 & Gilbert) ، كما وجد الباحثون التجريبيون أن الفروق بين الجنسين في التعاطف تشير عادة إلى أن الإناث لديهن مستويات أعلى من الذكور في التعاطف (Shaw , 1991 & Batson) ، كما ان هناك بعض الفروق بين الجنسين في الإيثار والمساعدة ، إذ تشير الدراسات إلى أن الفتيات لديهن ميل للمساعدة أكثر من الذكور (Franzoi , 2006) وعلاوة على ذلك، تشير الأبحاث إلى احتمال أن تكون هذه الاختلافات نتيجة الدافع بدلا من القدرة (Powell , 2003 & Batson).

## المحور الثاني: العلاج المعرفي السلوكي : Cognitive Behavior Therapy

ويتضمن هذا المحور عرضاً للمفاهيم الأساسية للعلاج المعرفي السلوكي وتتمثل في :-

- ◆ مفهوم العلاج المعرفي السلوكي
- ◆ أهداف العلاج المعرفي السلوكي
- ◆ مبادئ العلاج المعرفي السلوكي

وفيما يلي توضيح لكل عنصر من العناصر سالفة الذكر

### أولاً : مفهوم العلاج (الإرشاد) المعرفي السلوكي

يُعرف بيك وستيفن Steven , Beck (١٩٩٥ : ٤٤٢) الإرشاد المعرفي السلوكي بأنه عبارة عن المدخل الذي يسعى إلى تعديل الاضطرابات النفسية ، وذلك من خلال تعديل المفاهيم الذهنية الخاطئة

ويرى أيزنك Eysenck (٢٠٠٠ : ٣٢٠) أن العلاج المعرفي السلوكي هو تطور للعلاج المعرفي في محاولته لتغيير السلوك من خلال تغيير محتوى التفكير وإعادة بناء القناعات من خلال الإجراءات المعرفية .

ويشير عادل عبد الله محمد (٢٠٠٠ : ٢٣) إلى أن العلاج المعرفي السلوكي هو عبارة عن مجموعة من المبادئ والإجراءات التي تشترك في افتراض أن العمليات المعرفية تؤثر في السلوك ، وأن هذه العمليات تتغير من خلال الفنيات المعرفية والسلوكية .

## ثانيا : أهداف العلاج المعرفي السلوكي

لا شك أن نظرية عميقة بأفكارها، واسعة بأدواتها وفنيتها كالنظرية المعرفية السلوكية لها من الأهداف التي ترقى إلى مكانتها ودورها، وتتمثل هذه الأهداف في تدريب الفرد على الآتي:

- ◆ أن يصبح الشخص واعياً بأفكاره الآلية.
  - ◆ التعامل مع التفكير غير المنطقي.
  - ◆ تحسين المهارات الاجتماعية من خلال تعليم أساليب التعامل مع الآخرين .
  - ◆ استخدام استجابات سلوكية ومعرفية في نفس الوقت لمواجهة المثيرات المزعجة ففي الجانب السلوكي يوضع جدول واضح ومحدد من المهام نسعى من خلالها إلى تزويد العميل بخبرات ناجحة، أما الجانب المعرفي فيشتمل على عملية التفرقة ما بين "أنا أظن" وهي الفكرة التي تقبل التشكيك وبين أنا أعرف وهي حقائق لا تحمل الرفض.
  - ◆ كيفية حل المشكلة وذلك بإشراك المسترشد في حل المشكلة بمساعدة المرشد حيث يتعلم المسترشد بدوره كيف يحل المشكلات (أحمد عبد اللطيف أبو أسعد، ٢٠١١: ١٤٦).
- ويوضح عادل عبد الله محمد ( ٢٠٠٠ : ٥١ ) أن الإرشاد المعرفي السلوكي يسعى إلى تحقيق ثلاثة أهداف هي :

- ◆ العمل على تقليل ما يشعر به الفرد من كرب وعجز والذي يرجع في الواقع إلي الاضطرابات التي يعاني منها الفرد.
  - ◆ تدعيم مشاركته الفعالة في المواقف الاجتماعية المختلفة، وكما يعمل علي منع حدوث انتكاسة بعد انتهاء البرنامج العلاجي، ويعمل المعالج في سبيل تحقيق ذلك بقوة ثلاثية تضم استراتيجيات معرفية، وأخري سلوكية، وثالثة انفعالية.
  - ◆ التقليل من حدة الاضطرابات الانفعالية التي تعترى الفرد.
- كما يشير محمد محروس الشناوي ( ١٩٩٤ ) أن أهداف الإرشاد المعرفي السلوكي تكمن فيما يلي:
- تنمية السلوك الاجتماعي لدى الأفراد .
  - تعديل سلوك الأفراد الذين يعانون من اضطرابات سلوكية
  - وقاية الأفراد من ارتكاب بعض التصرفات الخاطئة .

- تنمية القيم والمثل العليا والأخلاق والمثل العليا من خلال تعديل أنماط السلوك الخاطئة المرتبطة بها .
- بناء شخصيات الأفراد من خلال تعلمهم أنماط سلوكية جديدة تزيد من قدرتهم على القيادة وتحمل المسؤولية. (نقلاً عن : محمد سيد عبد اللطيف ، ٢٠١٥ : ١٣)

### ثالثاً: مبادئ العلاج المعرفي السلوكي:

يشير كروين Crwen (٢٠٠٠ : ٨) أن المبدأ الأساسي للعلاج المعرفي السلوكي هو أن الأفكار ، والانفعالات ، والسلوكيات ، يعتبر كل منها جانباً من نظام موحد ، بحيث أن التغيير الحادث في أي جانب منها يكون مصحوباً بتغيرات في الجوانب الأخرى.

ويوضح عادل عبد الله محمد (٢٠٠٠) أن هناك مجموعة من المبادئ التي تمثل الاتجاه المعرفي السلوكي في العلاج تتضمن المعالج والعميل والخبرة العلاجية وما يرتبط بكل منها من جوانب . وتتمثل تلك المبادئ فيما يلي :

- ١- إن العميل والمعالج يعملان معاً في تقييم المشكلات والتوصل إلى الحلول .
- ٢- إن المعرفة لها دوراً أساسياً في معظم التعلم الإنساني
- ٣- إن المعرفة والوجدان والسلوك تربطهم علاقة متبادلة على نحو سببي.
- ٤- إن الاتجاهات والتوقعات والأنشطة المعرفية الأخرى لها دوراً أساسياً في إنتاج وفهم كل من السلوك وتأثيرات العلاج والتنبؤ بهما.
- ٥- إن العمليات المعرفية تتدمج معاً في نماذج سلوكية . (عادل عبد الله محمد ، ٢٠٠٠ : ٢٣).
- ٦- يُعلم العلاج المعرفي السلوكي المريض كيف يتعرف على الآثار والاعتقادات غير الفعالة وكيف يقومها ويستجيب لها .
- ٧- يستخدم فنيات ومهارات متعددة الأحداث تغيير في التفكير والمزاج والسلوك.
- ٨- يؤكد العلاج المعرفي السلوكي على أن يكون المعالج صريحاً مع المريض ، يناقش معه وجهة نظره حول المشكلة ، ويتعرف إلى أخطائه ويسمح للمريض بمعارضته ومناقشته.

٩- العلاج المعرفي السلوكي علاج تعليمي يهدف لجعل المريض معالجا نفسياً.  
 ١٠- الافتراض المستمر: بمعنى أن السلوك الخفي غير الظاهر يخضع لنفس قوانين التعلم التي يخضع لها السلوك الظاهر والملاحظ، فحتى المعارف يتم نقلها من خلال النمذجة ولعب الدور والتشكيل. ( أحمد عبد اللطيف أبو أسعد ، أحمد عبد الحليم عريبات ، ٢٠١٢ : ٢٢٦ )

#### أدوات البحث:

أولاً- مقياس السلوك الاجتماعي الإيجابي (إعداد الباحثة) :

#### ♦الهدف من المقياس:

يتحدد الهدف من المقياس في مقارنة نتائج القياس القبلي والبعدي لأفراد عينة الدراسة، وذلك بغية الكشف عن أثر البرنامج المعرفي السلوكي وفعاليته في تنمية بعض جوانب السلوك الاجتماعي الإيجابي.

#### ♦وصف المقياس:

اتبعت الباحثة الخطوات الآتية عند تصميم المقياس:

١. تحديد الأبعاد الرئيسة لمفهوم السلوك الاجتماعي المراد تتميتها في هذا البحث وهي: (الإيثار، والتعاطف، والتعاون، والتسامح) .
٢. الاطلاع على المراجع والمصادر ذات الصلة بموضوع البحث، وذلك من قبيل الدراسات والبحوث السابقة والمذكورة في هذه الدراسة.
٣. الاطلاع على مجموعة من المقاييس ذات العلاقة ببعض أشكال السلوك الاجتماعي مثل مقياس كل من (عبد الحفيظ، ١٩٩٣) ،و(صالح، ١٩٩٤)،و(النمر، ٢٠٠١)، (زيان، ٢٠٠١)،و(السيد، ٢٠٠٧)
٤. إعداد المقياس في صورته الأولية، وذلك من خلال وضع تعريف إجرائي لكل بعد من إبعاد المقياس، ومن ثم إدراج الفقرات التي تنطوي تحت كل بعد.
٥. عرض المقياس على مجموعة من المحكمين المتخصصين في الدراسات السيكولوجية لإبداء الرأي في مدى مناسبة العبارات من حيث انتماؤها للبعد الذي ولقياسه، في ضوء

التعريف الإجرائي، والتعرف إلى مدى وضوح العبارات وسهولتها، وقدم الباحثان بإجراء تعديل لبعض العبارات التي احتاجت إلى إعادة صياغة.

ثانياً - البرنامج المعرفي السلوكي:

• تعريف البرنامج المعرفي السلوكي:

هو عبارة عن مجموعة من الأنشطة والإجراءات التدريبية المنظمة التي تقدم لأفراد العينة التجريبية بهدف تزويدهم بالخبرات والمفاهيم والمهارات التي من شأنها المساهمة في تنمية بعض أشكال السلوك الاجتماعي الإيجابي المتضمنة في هذه الدراسة هي: (الإيثار، والتعاطف، والتعاون، والتسامح).

• هدف البرنامج الإرشادي:

يتمحور الهدف العام للبرنامج الإرشادي في تنمية بعض أشكال السلوك الاجتماعي الإيجابي، والتحقق من أثره في تحسين جودة الحياة لدى طلاب المرحلة الإعدادية.

• مراحل إعداد البرنامج المعرفي السلوكي وخطواته:

اعتمدت الباحثة عند تصميم البرنامج المعرفي السلوكي على المصادر الآتية:

١. الاطلاع على التراث السيكلوجي في مجال السلوك الإنساني عامة، والسلوك الاجتماعي الإيجابي بصفة ، وكذلك الاطلاع على العديد من الكتب ذات الصلة بالإرشاد النفسي.

٢. الاطلاع على العديد من الدراسات التجريبية التي اهتمت بإعداد برامج معرفية سلوكية لتنمية أشكال السلوك الاجتماعي.

٣. التحقق من مدى صحة صدق محتوى البرنامج المعرفي السلوكي، وذلك بعرضه على مجموعة مكونة من من المتخصصين في المجال السيكلوجي ، وذلك للحكم على البرنامج المعرفي السلوكي، وإبداء الملاحظات والمقترحات.

• أسس تصميم البرنامج المعرفي السلوكي:

تم الاستناد على مجموعة من الأسس عند تصميم البرنامج المعرفي السلوكي وهي على النحو الآتي :



- الأسس العامة: الأخذ بالحسبان أن السلوك الإنساني ثابت نسبياً ويتسم بالمرونة، الأمر الذي يساعد على إمكانية التنبؤ به، وقابلية الفرد للتوجيه والإرشاد وحقه في تقرير مصيره.
- الأسس النفسية والتربوية والمعرفية: مراعاة قوانين ونظريات ومبادئ التعلم والتعليم، ومدى انسجام هذه النظريات مع المعتقدات الفكرية، والعادات والتقاليد للفئة المستهدفة، ومراعاة مطالب النمو والفروق الفردية في العديد من المظاهر الجسدية والنفسية والاجتماعية والانفعالية، والعمل على إشباع الحاجات المختلفة، وان يكون البناء المعرفي للأنشطة والإجراءات التدريبية واضحة ومترابطة ومتكاملة وذات معنى. ومراعاة التنوع والتمايز في الأساليب والطرق التدريبية، وإتاحة الفرصة للطلاب للمشاركة، والمزج والتكامل بين الجانب النظري والتطبيقي، وان تثير المادة التعليمية رغبة الطلاب في التعلم، وأن تؤدي الهدف منها.
- الأسس الفسيولوجية: مراعاة التغيرات الفسيولوجية، التي تعترى المشاركين، التي تؤثر على سلوكهم، وبخاصة أن المشاركين في بداية الدخول إلى مرحلة المراهقة، وهي مرحلة عاصفة بالتغيرات.
- الأسس الاجتماعية: ضرورة الاهتمام بالفرد كعضو في جماعة، والاستفادة من مصادر المجتمع وطاقاته كلها، كما يجب الأخذ بالحسبان الواقع المجتمعي والمؤثرات الثقافية السائدة في المجتمع.
- الأسس الدينية: اعتمدت الباحثة في إعداد البرنامج على مجموعة من الآيات القرآنية والأحاديث النبوية الشريفة، وبعض المواقف والقصص الإسلامية التي تبين مظاهر السلوك الاجتماعي الإيجابي.
- الأسس الفلسفية: مراعاة الالتزام بأخلاقيات عملية الإرشاد النفسي، ومراعاة الطبيعة الإنسانية واحترامها، والنظر إلى الإنسان أن الله ميزه عن سائر المخلوقات بالعقل والتفكير، وخلق في أحسن تقويم.
- دقة المعلومات والبيانات: ينبغي أن تكون البيانات والمعلومات المتضمنة في الإجراءات والأنشطة على درجة عالية من الصدق والدقة.

## • حدود البرنامج

يتحدد البرنامج بالحدود الآتية:

• الحد الزمني: طبق البرنامج المعرفى السلوكى مع بداية الفصل الدراسي الأول بداية ٢٠ أكتوبر ٢٠٢٠ وانتهت إجراءات التطبيق ٢٣ نوفمبر ٢٠٢٠.

• الحد البشري: تتكون العينة التجريبية من (٢٠) طالباً من طلاب الصف الثانى الإعدادى.

• وسائل تقويم البرنامج:

استخدمت مجموعة من الوسائل لتقويم البرنامج المعرفى السلوكى وهي:-

تقويم تشخيصي وقبلي: طبق مقياس السلوك الاجتماعي الإيجابي، على عينة عشوائية مكونة من (١٥٠) طالباً من طلاب الصف الثانى الإعدادى، بهدف تشخيص الطلبة الذين حصلوا على أدنى الدرجات في السلوك الاجتماعي الإيجابي، وانتقاء عينة الدراسة البالغة (٤٠) طالبا من منخفضي السلوك الاجتماعي الإيجابي من العينة الكلية، وتقسيمهم إلى مجموعتين متساويتين الأولى تجريبية والأخرى ضابطة. وتأكدت الباحثة من تجانس المجموعتين من خلال استخدام اختبار مان وتني، لحساب دلالة الفروق بين المجموعات المستقلة للكشف عن دلالة الفروق بين متوسطات درجات المجموعتين على مقياس السلوك الاجتماعي الإيجابي.

• تقويم بعدي: طبق مقياس ( السلوك الاجتماعي الإيجابي) على أفراد المجموعة التجريبية والضابطة، للتأكد من أن البرنامج المعرفى السلوكى قد حقق أهدافه المرجوة.

**نتائج البحث:**

تهدف الدراسة الحالية لتنمية السلوك الاجتماعي الإيجابي لدي عينة من طلبة الصف التاسع الأساسى، من خلال برنامج معرفى سلوكى يستند إلي مجموعة من الأنشطة والإجراءات التدريبية، وقد استخدمت الباحثة معادلات التحليل الإحصائي اللابارامتري، والمتمثل في اختبار مان وتني Mann Whitney Test لحساب دلالة الفروق بين المجموعات المستقلة وكذلك اختبار ويلكوكسون Test Wilcoxon Signed Ranks لحساب دلالة الفروق بين المجموعات المرتبطة، كما استخدمت معادلة مربع إيتا للتعرف على حجم تأثير البرنامج الإرشادي.

• اختبار نتائج الفرض الأول :

ينص الفرض الأول من فروض البحث على أنه: توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطى درجات أفراد المجموعة التجريبية فى القياسين القبلى والبعدى على مقياس السلوك الاجتماعى الايجابى تعزى للبرنامج المعرفى السلوكى. وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدمت الباحثة اختبار Wilcoxon Signed Ranks Test والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول (١)

دلالة الفروق في متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس السلوك الاجتماعي الإيجابي

حجم التأثير	إيتا تربيع $\eta^2$	مستوي الدلالة	قيمة Z	متوسط الرتب	مجموع الرتب	العدد	الرتب	البعد																														
كبير	٠,٧٨	٠,٠١	٣,٧٨	٤,٠٠	٤,٠٠	١	الرتب السالبة	الإيثار																														
				١٠,٨٥	٢٠٦,١٥	١٩	الرتب الموجبة		كبير	٠,٧٢	٠,٠١	٣,٢٨	٥,٨٤	١٧,٥٢	٣	الرتب السالبة	التعاطف	١١,٣٣	١٩٢,٦١	١٧	الرتب الموجبة	كبير	٠,٧٥	٠,٠١	٣,٥٢	٥,٥٠	١١,٠٠	٢	الرتب السالبة	التعاون	١١,٠٦	١٩٩,٠٨	١٨	الرتب الموجبة	كبير	٠,٧٢	٠,٠١	٣,٢٤
كبير	٠,٧٢	٠,٠١	٣,٢٨	٥,٨٤	١٧,٥٢	٣	الرتب السالبة	التعاطف																														
				١١,٣٣	١٩٢,٦١	١٧	الرتب الموجبة		كبير	٠,٧٥	٠,٠١	٣,٥٢	٥,٥٠	١١,٠٠	٢	الرتب السالبة	التعاون	١١,٠٦	١٩٩,٠٨	١٨	الرتب الموجبة	كبير	٠,٧٢	٠,٠١	٣,٢٤	٦,١٧	١٨,٥١	٣	الرتب السالبة	التسامح								
كبير	٠,٧٥	٠,٠١	٣,٥٢	٥,٥٠	١١,٠٠	٢	الرتب السالبة	التعاون																														
				١١,٠٦	١٩٩,٠٨	١٨	الرتب الموجبة		كبير	٠,٧٢	٠,٠١	٣,٢٤	٦,١٧	١٨,٥١	٣	الرتب السالبة	التسامح																					
كبير	٠,٧٢	٠,٠١	٣,٢٤	٦,١٧	١٨,٥١	٣	الرتب السالبة	التسامح																														

حجم التأثير	إيتا تربيع $\eta^2$	مستوي الدلالة	قيمة Z	متوسط الرتب	مجموع الرتب	العدد	الرتب	البعد
				١١,٢٧	١٩١,٥٩	١٧	الرتب الموجبة	
كبير	٠,٧٩	٠,٠١	٣,٨٧	٣,٧٦	٧,٥٢	٢	الرتب السالبة	الدرجة الكلية
				١١,٢٥	٢٠٢,٥٠	١٨	الرتب الموجبة	

يتضح من الجدول السابق أن قيم "Z" المحسوبة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١) في جميع أبعاد مقياس السلوك الاجتماعي الإيجابي والدرجة الكلية، وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية لدى أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي، لصالح القياس البعدي، حيث ظهر تحسن في متوسط درجات الطلاب أي أن هناك أثراً إيجابياً واضحاً للبرنامج المعرفي السلوكي. وفيما يتعلق بحجم التأثير قامت الباحثة بحساب مربع إيتا " $\eta^2$ " باستخدام المعادلة الآتية:-

$$\eta^2 = \frac{Z^2}{Z^2 + 4}$$

## جدول (٢)

### الجدول المرجعي لبيان حجم الأثر لقيمة مربع إيتا

قيمة مربع إيتا	$0,14 < \eta^2$	$0,06 > \eta^2 > 0,14$	$0,01 > \eta^2 > 0,06$
حجم الأثر	كبير	متوسط	صغير

### • اختبار نتائج الفرض الثاني:

وينص على أنه: " توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات أفراد المجموعتين الضابطة و التجريبية في القياس البعدي على مقياس السلوك الاجتماعي الإيجابي بعد تطبيق البرنامج المعرفي السلوكي لصالح المجموعة التجريبية". وللتحقق من صحة هذا

الفرض استخدمت الباحثة اختبار مان وتتي Mann Whitney Test لدلالة الفروق لعينتين مستقلتين والجدول الآتي يوضح ذلك:

### جدول (٣)

يبين دلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية وأفراد المجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياس السلوك الاجتماعي الإيجابي

مستوي الدلالة	قيمة Z	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		البعد
		متوسط الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب	
٠.٠١	٢,٨٣	١٥	٣٠٣	٢٦	٥١٥	الإيثار
٠.٠١	٢,٩٢	١٦	٣٢٠	٢٥	٥٠٠	التعاطف
٠.٠١	٢,٨٣	١٥	٣٠٠	٢٦	٥١٨	التعاون
٠.٠١	٢,٨٤	١٥	٣٠٢	٢٦	٥١٦	التسامح
٠.٠١	٣,٧٩	١٤	٢٧٠	٢٧	٥٤٩	الدرجة الكلية

يتضح من الجدول السابق أن قيمة "Z" دالة عند مستوي دلالة (٠,٠١) في جميع أبعاد مقياس السلوك الإيجابي والدرجة الكلية، وهذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على مقياس السلوك الاجتماعي الإيجابي لصالح أفراد المجموعة التجريبية، وهذا يعني أن للبرنامج أثراً إيجابياً على المجموعة التجريبية.

**تفسير نتائج البحث:**

تشير نتائج الدراسة إلى تحقق فروض الدراسة، وهذا ما كشفت عنه نتائج اختبار ويلكوكسون أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية لدى أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي على مقياس السلوك الاجتماعي الإيجابي، أما فيما يتعلق بقياس حجم تأثير المتغير المستقل البرنامج المعرفي السلوكي على المتغير التابع السلوك الاجتماعي الإيجابي، فقد بينت النتائج أن هناك أثراً كبيراً للمتغير المستقل في تنمية السلوك الاجتماعي الإيجابي، من جانب آخر أظهرت نتائج اختبار مان وتتي أن هناك فروقاً

ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس السلوك الاجتماعي الإيجابي لصالح المجموعة التجريبية، تعزى الباحثة التحسن الحادث في تنمية بعض جوانب السلوك الاجتماعي الإيجابي لدى أفراد المجموعة التجريبية إلى الأنشطة والإجراءات التدريبية التي تضمنها البرنامج المعرفي السلوكي، وكذلك إلى البيئة النفسية الإيجابية التي وفرتها الباحثة لدى أفراد المجموعة التجريبية أنفسهم وبين المرشد مقدم البرنامج المعرفي السلوكي، الأمر الذي أدى إلى إقبال الطلبة على حضور الجلسات بانتظام، وإتباع أسلوب الحوار الهادف والمناقشة والإقناع حول كل موضوع من موضوعات البرنامج المعرفي السلوكي، كما تعزى الباحثة هذه النتائج في ضوء تعدد الفنيات والأساليب الإرشادية التي استخدمت في البرنامج المعرفي السلوكي بشكل مناسب وملئم في ضوء المواقف التي يواجهها أفراد المجموعة التجريبية، فلقد أسهمت فنية المحاضرات والمناقشات الجماعية التي استخدمت في زيادة التفاعل بين المرشد وأفراد المجموعة التجريبية، وزيادة الحصيلة المعرفية لدى أفراد المجموعة التجريبية من خلال إمدادهم بالتعليمات والإرشادات الضرورية التي يحتاجها أفراد المجموعة التجريبية، التي تسهم في تنمية أشكال السلوك الخيري والمتمثلة في الإيثار والتعاطف والتعاون والتسامح.

### توصيات البحث:

في ضوء ما خلص إليه البحث الحالي من نتائج أمكن التوصل إلي مجموعة من التوصيات نجلها فيما يأتي:

١. إعداد ندوات وورش عمل تتناول موضوعات ذات صلة بأشكال السلوك الاجتماعي الإيجابي.

٢. تضمين موضوع أشكال السلوك الاجتماعي الإيجابي في المقررات الدراسية التي تدرس للطلبة بمراحل التعليم المختلفة كافة.

٣. لابد من توعية الأباء والمؤسسات التربوية بأهمية السلوك الاجتماعي الإيجابي وتنميته. دراسات مستقبلية مقترحة:

١. إعادة تطبيق هذه الدراسة علي فئات أخرى في المجتمع.

٢. السلوك الاجتماعي الايجابي وعلاقته ببعض المتغيرات السياسية، والاقتصادية والاجتماعية، وسمات الشخصية، والمناخ المدرسي.
٣. فاعلية برنامج ارشادى لتنمية بعض أشكال السلوك الاجتماعي الايجابي

## المراجع:

## أولاً: المراجع العربية:

- (١) أحمد راجح (١٩٩٥). أصول علم النفس. مصر، القاهرة، دار المعارف، القاهرة.
- (٢) أحمد صالح (١٩٩٤). قابلية التعاطف وعلاقتها ببعض المتغيرات الأسرية لدى طفل رياض الأطفال. المجلة المصرية للدراسات النفسية، العدد (١٠)، ص ١٥٥-١٩٠.
- (٣) أمال حسني النمر (٢٠٠١): برنامج مقترح لتنمية بعض أشكال السلوك الاجتماعي الايجابي لدى أطفال الروضة، رسالة ماجستير معهد البحوث والدراسات التربوية جامعة القاهرة.
- (٤) أحمد عبد اللطيف أبو أسعد، أحمد عبد الحليم عريبات (٢٠١٢) : نظريات الإرشاد النفسي والتربوي. ط٢، عمان دار المسيرة للنشر والتوزيع .
- (٥) أحمد عبد اللطيف أبو أسعد (٢٠١١) : تعديل السلوك الإنساني النظرية والتطبيق. ط١ ، عمان : دار المسيرة للنشر .
- (٦) جامعة القدس المفتوحة (٢٠١١). مقرر مبادئ علم النفس، برنامج التنمية الاجتماعية والأسرية.
- (٧) حنان العناني (٢٠٠٧). المساعدة والإيثار لدى عينة من معلمي الأطفال في الأردن ، مجلة جامعة النجاح للأبحاث ، ٢١(٤) ، ١٠٥٥ - ١٠٧٨ .
- (٨) خالد العبدلي (٢٠١٢): الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسياً والعاديين بمدينة مكة المكرمة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى: كلية التربية.
- (٩) زياد أمين بركات غانم (٢٠٠٨): مظاهر السلوك السلبي لدى تلاميذ المرحلة الأساسية من وجهة نظر المعلمين وأساليب مواجهتهم لها، مجلة جامعة النجاح، العدد (٢٢)، كلية العلوم الإنسانية، جامعة القدس المفتوحة، فلسطين.
- (١٠) سحر السيد (٢٠٠٧)، المناخ الأسري وعلاقته ببعض أشكال السلوك الاجتماعي الإيجابي لدى الأطفال، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة القاهرة: معهد البحوث والدراسات التربوية.
- (١١) شبل بدران (٢٠٠٠): أفاق تربوية متجددة الاتجاهات الحديثة في التربية ط١، دار المصرية اللبنانية القاهرة.
- (١٢) شحاتة محمد زيان (٢٠٠١): روضة أشكال السلوك الاجتماعي الإيجابي وعلاقتها بمؤشرات الصحة النفسية، رسالة ماجستير، معهد الدراسات والبحوث التربوية، جامعة القاه.
- (١٣) \_\_\_\_\_ (٢٠٠١). بعض أشكال السلوك الاجتماعي الإيجابي وعلاقتها بمؤشرات الصحة النفسية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة القاهرة: معهد البحوث والدراسات التربوية.



- ١٤) عادل عبدالله محمد (٢٠٠٠): العلاج المعرفي السلوكي أسس وتطبيقات. القاهرة: دار الرشاد.
- ١٥) عبد الحميد الشاذلي (١٩٩٩). الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية ،مصر الإسكندرية، المكتب العلمي للكمبيوتر والنشر والتوزيع.
- ١٦) عزة عبد الحفيظ (١٩٩٣). السلوك الإيثاري لدي الأطفال في مرحلة الطفولة المتأخرة دراسة وصفية مقارنة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة عين شمس - قسم الدراسات النفسية والاجتماعية- معهد الدراسات العليا للطفولة.
- ١٧) فريال حمود، و عيسي الشماس، (٢٠١١). مستويات تشكيل كل الهوية الاجتماعية وعلاقتها بالمجالات الأساسية المكونة لها لدي عينة من طلبة الصف الأول الثانوي من الجنسين، مجلة جامعة دمشق- المجلد (٢٧)، ص ص ٥٥٣-٥٩٦.
- ١٨) محمد سيد عبد اللطيف (٢٠١٥): فاعلية الإرشاد المعرفي السلوكي في خفض قلق المستقبل لدى المراهقين الصم . رسالة دكتوراة (غير منشورة) ، كلية التربية ، جامعة الفيوم .
- ١٩) محمود طه (١٩٨٠). قراءات في علم النفس الصناعي، القاهرة، مكتبة الخافجي

### ثانياً: المراجع الأجنبية:

- 20) Batson , C . & Shaw , L.(1991). Evidence for altruism: Toward a pluralism of pro-social motives , Psychological Inquiry, 2(2) , 107-122.
- 21)Batson , C . & Powell , A .(2003). Altruism and pro-social behaviour. In Million , T . ; Lerner , M. & Weiner , I. (Eds.), Handbook of Psychology, 5 , 463-484. New Jersey: John Wiley and Sons Inc.
- 22)Chang , L .(2004). The role of classroom norms in contextualizing the relations of children's social behaviors to peer acceptance. Developmental Psychology, 40(5), 691-702
- 23)Cooper, M. (2004), "Variation among a children problem behaviors". Child Development, 91(1), p. 2032-2046.
- 24) Crwen ,B (2000): Brief Cognitive Behavior Therapy .London, GBR. Sage Publication Ltd .
- 25)Eysenck, H (2000): Cognitive Therapy. American Psychologist.Vol,(46). PP368-375.

- 26)Franzoi, S.L.(2006).Social Psychology , fourth edition , New York : McGraw– Hill , Pub.,
- 27)Frederic Luskin (2004): "Stanford Forgiveness Projects Research applications", Learning to forgive, Stanford University.
- 28)Gilbert , D . T . & Fiske , S . T. (2004). The Handbook of Social Psychology (4th ed) , Boston: McGraw–Hill .
- 29)Kennedy, C.H.; et al. (2001) Facilitatng General Educational participation for students with Behavior problems by Linking positive Behavior supports and person centered planning, journal of Emotional and Behavioral Disorders VOL (9) No (3) pp 161–171.
- 30)Klapsely,D. (1996) Moral Psychology, u.s.a, ewst View press.
- 31)Kristen Dunfield, Valerie A. Kuhlmeier, Laura O’Connell, and Elizabeth Kelley. (2011). Examining the Diversity of Prosocial Behavior: Helping, Sharing, and Comforting in Infancy, International Society on Infant Studies (ISIS), Queen s University, VOL 16 (3), 227–247.
- 32)Meichenbaum, D(1999) : Cognitive Behavior Modification ,New York, Plenum Press.
- 33)Steven, D.&Beck, A.(1995): Hand book of psychotherapy and behavior change .John Wiley ,Sons, New York.
- 34)Wispé, L. G . (1972): Positive forms of social behavior: An overview. Journal of social , Issues, 28(3) , 1– 19.