

فاعلية برنامج إرشادي قائم على العلاج بالواقع في تنمية وجهة الضبط الداخلي لدى عينة من طلبة المرحلة الثانوية بدولة الكويت

أمّ فاروق عبدالله العوضي  
ماجستير إرشاد نفسي مدرسي كلية التربية جامعة الكويت

#### الملخص

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة فاعلية برنامج إرشادي قائم على أسلوب العلاج بالواقع في تنمية وجهة الضبط الداخلي لدى طلبة وطالبات المرحلة الثانوية، وعينة الدراسة مكونة من ٣٩ طالب وطالبة من طلبة الصف العاشر تم اختيارهم بالطريقة العشوائية العنقودية وتم تقسيمهم إلى أربعة مجاميع، مجموعتان تجريبيتان ٩ ذكور، ١٠ إناث، ومجموعتان ضابطتان ١٠ ذكور، ١٠ إناث، اتبعت الباحثة المنهج شبه التجريبي، وقبل البدء في الجلسات الإرشادية طبقت مقياس وجهة الضبط لجوليان روتر (١٩٦٦). تكون البرنامج الإرشادي من ١٢ جلسة بواقع جلستين في الأسبوع على مدى ستة أسابيع، وبعد الانتهاء من الجلسات طبقت المقياس مرة أخرى على المجموعتين التجريبيتين والضابطتين لمعرفة فاعلية البرنامج في تنمية وجهة الضبط، وبعدها بشهر أعادت تطبيق المقياس (قياس تنبئي) على المجموعة التجريبية، أشارت نتائج الدراسة إلى فاعلية البرنامج الإرشادي في تنمية وجهة الضبط الداخلي، وعدم وجود فروق دالة إحصائية بين القياس البعدي والقياس التنبئي للمجموعة التجريبية، مما يدل على احتفاظ المجموعة بمفاهيم نظرية الاختيار والعلاج بالواقع التي اكتسبوها في البرنامج، واقترحت الباحثة تفعيل دور الإخصائي النفسي في مدارس البنين والبنات لعمل برامج إرشادية جماعية بهدف الوقاية من مشكلات متوقعة.

**الكلمات المفتاحية:** وجهة الضبط، نظرية الاختيار، العلاج بالواقع، الإرشاد الجمعي، المراهقة.

#### The effectiveness of a Reality Therapy Counseling Program

##### Locus of Control among High School students to Develop Internal

This study aims at knowing the effectiveness of a Reality Therapy Counselling Program to Develop Internal Controls among Secondary School Students. The sample consisted of 39 students males and females from the 10th grade, randomly selected and divided into four groups, two experimental groups consisting of 9 males 10 females, and control groups consisting of 10 males and 10 females. The researcher followed the quasi- experimental method. Before starting the guidance sessions, the researcher implemented the Locus of Control scale by Julian Rotter, the guidance program consisted of 12 sessions, two sessions per week over a period of six weeks. After the sessions were completed, the scale was applied to the experimental and control groups to determine the effect of the program on the development of the Locus of Control, then it was re-implemented (follow- up measurement) on experimental group. The results indicated the effectiveness of the guidance program in the development of the internal locus of control, and the absence of statistically significant differences between the post- measurement and the follow-up measurement of the experimental group, indicating the group's retention of the concepts of selection theory and reality therapy which they acquired in the program. The researcher suggested re- conducting the study on teachers with external control to know the effectiveness of the method of reality therapy in the development of internal controls and the impact on their relationship with students, and activating the role of psychologist in boys and girls schools to make group guidance programs to prevent the expected problems.

**Keywords:** Locus of Control, Selection Theory, Reality Therapy, Group Counseling, Adolescence.

التربية إلى أن أهم المشكلات السلوكية بين الطلاب تتمثل في: العدوان والعنف (بديني ولفظي)، الكذب، السرقة والتدخين، ونظرا لخطورة هذه المشكلات وتناقضها مع غايات التربية، فقد شكلت الوزارة لجنة متخصصة لرصد ومتابعة الحالات المعرضة للانحراف، ونقضى ظروفهم الأسرية والاجتماعية، ومراقبة سلوكهم في المدرسة، ووضع الحلول المناسبة لوقايتهم من الانحراف، وخلال عام ٢٠١٧ تم التعامل مع ٣٤٠ طالب وطالبة موزعين على جميع المناطق التعليمية. (إدارة الخدمات النفسية والاجتماعية، ٢٠١٦/ ٢٠١٧).

لا شك في أن اهتمام وزارة التربية الكويتية برصد ومحاصرة المشكلات السلوكية لدى الطلاب إنما يتفق مع متطلبات تحقيق أهداف التربية وغاياتها، غير أن تشكل لجنة متخصصة لمواجهة هذه المشكلات يمثل جانبا واحدا من جوانب التعامل، فهناك جوانب أخرى يأتي في مقدمتها استخدام برامج الإرشاد النفسي في تنمية وجهة الضبط الداخلي لدى هؤلاء الطلاب بحيث يكتسبون مهارات التحكم في سلوكهم وفق مفاهيم المسؤولية والواقعية والصواب، وهي المفاهيم الجوهرية في العلاج بالواقع. في هذا الإطار تتمثل مشكلة الدراسة الحالية في تساؤل أساسي: مامدى فاعلية العلاج بالواقع في تنمية وجهة الضبط الداخلي لدى طلاب المرحلة الثانوية؟ وهل تختلف هذه الفاعلية باختلاف الجنس؟ إن تنمية وجهة الضبط الداخلي تعنى أن يدرك الطلاب أن سلوكهم تحت سيطرتهم هم، وأنه من اختيارهم، وأنهم مسؤولون عن هذا الاختيار، وعليهم أن يضبطوا سلوكهم لأن بإمكانهم ذلك، فالمرهق المتمرد غالبا ما يشعر بأن مشاكله سببها مصادر خارجية، وينكر اختياره للسلوك العدوانى أو المتمرد (Wubbolding, 1988). وبناء على ذلك تهتم الدراسة الحالية بالتحقق من فاعلية برنامج إرشادى مرتكز على العلاج بالواقع في تنمية وجهة الضبط الداخلي لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية بدولة الكويت.

#### فرض الدراسة وأهدافها:

تهتم هذه الدراسة بمعرفة أثر تطبيق برنامج إرشادى قائم على العلاج بالواقع في تنمية الضبط الداخلي لدى عينة من الطلاب الكويتيين، وذلك بالتطبيق على طلاب الصف العاشر بالمرحلة الثانوية. في هذا الإطار تتمثل أهداف الدراسة في:

١. الكشف عن وجهة الضبط (داخلية- خارجية) لدى الطلاب في المرحلة الثانوية.
٢. معرفة الفروق بين الجنسين من حيث وجهة الضبط (داخلية- خارجية).
٣. الرصد والتحليل الكمي للتغير في وجهة الضبط الداخلي (بعد) تلقى البرنامج الإرشادى مقارنة بما كانت عليه (قبل) تلقى هذا البرنامج.

#### أهمية الدراسة:

ترجع أهمية الدراسة إلى التأثير البالغ للصحة النفسية على شخصية الفرد وسلوكه تجاه ذاته ومجمعه، ويحتاج المجتمع إلى أفراد يتسمون بالإيجابية والمسؤولية والثقة في النفس والاستقلالية وتكامل الشخصية ليسهموا في تنميته وتقدمه، ولاشك في أن تنمية وجهة ضبط داخلية لدى الشباب تتفق وهذا التوجه، لأنها تساعدهم في التعرف على قدراتهم وإمكاناتهم وضبط سلوكهم بما يتفق ومفاهيم المسؤولية والواقعية والصواب، ويزيد من أهمية الدراسة إلقاء الضوء على أسلوب العلاج بالواقع Realy Therapy الذى يعطى أهمية كبيرة لقدرة الإنسان على تحديد أهدافه واختيار السلوكيات المسؤولة، وتم تطبيق العلاج بالواقع في النظام التربوى فحقق نتائج إيجابية ملموسة، وأكد على ضرورة الوقاية من السلوكيات المنحرفة حتى تتمكن التربية من تحقيق غاياتها وأهدافها (Glasser, 1969)، ومن هذا التوجه تبنت الباحثة فكرة عمل برنامج وقائى لتطوير إمكانات الطلاب وسلوكياتهم، بهدف تجنب وقوعه في المشكلات، وبالتالي تحسين قدرته على تحقيق ذاته والتوافق مع الآخرين والتعامل مع المواقف الحياتية المختلفة بمسؤولية ووعي.

#### مصطلحات الدراسة:

تتضمن هذه الدراسة ثلاثة مصطلحات مركزية هي وجهة الضبط، العلاج بالواقع، الإرشاد الجمعي، وفيما يلي تعريف إجرائى لكل منها:

١- وجهة الضبط: يشرح روتر (Rotter, 1966) وجهة الضبط كما يلي "عندما يدرك

يوصف الإنسان بأنه كائن اجتماعى يؤثر في بيئته ويتأثر بها ويكتسب منها العادات والقيم والخبرات والاتجاهات والمعتقدات التي تشكل شخصيته، وتأتى الأسرة باعتبارها الحضان الأولى الذى يتربع فيه الطفل ويكتسب منها وجهة الضبط الداخلى أو الخارجية، ويتأثر هذا الاكتساب بأساليب الأسرة في التربية، فقد يكون الساند في الأسرة استخدام الأسلوب الديمقراطي الذى يتمثل في الحرية والتشاور والتقبل والحزم المقترن باللين والاستقلالية وتحمل المسؤولية، وهناك الأسلوب الديكتاتورى الذى يتمثل في العقاب والتشدد والقسوة والزجر كلما أراد الطفل أن يعبر عن رأيه، مما يجعله يشعر بأنه غير مسؤول عن نتائج تصرفاته وليس له سيطرة وتحكم في حياته (حمود، ٢٠١٠)، وقد ثبت أن هذه الأساليب في التربية تؤثر في وجهة الضبط التي تتكون في شخصية الطفل، فالفرد الذى ينشأ في أسرة تستخدم الأسلوب الديمقراطي قد تتكون لديه وجهة ضبط داخلية، أما الفرد الذى ينشأ في أسرة تتبع الأسلوب الديكتاتورى فقد تتكون لديه وجهة ضبط خارجية (Ahline & Lobo, 2015) بالإضافة إلى ذلك، هناك أسلوب الحرمان وأسلوب الحماية الوالدية الزائدة والتدليل إلى حد الإفراط الذى يجعل الطفل إنكاليا وغير معتمد على نفسه (حمود، ٢٠١٠)، والفرد الذى يعيش في أسرة تستخدم أحد هذه الأساليب في التنشئة تتكون لديه وجهة ضبط خارجية (Nowicki, 2016).

وتعتبر وجهة الضبط إحدى متغيرات الشخصية التي تتعلق باعتقاد الفرد في العوامل التي تتحكم وتؤثر في حياته وسلوكه، فالفرد ذو وجهة الضبط الداخلى يدرك أن نجاحه أو فشله يعزى لسلوكه هو أو لقرائنه الشخصية، أما الفرد ذو وجهة الضبط الخارجية، فإنه يدرك أن نجاحه أو فشله يرجع لعوامل خارجية كالحظ والقدر وأصحاب النفوذ (أحمد، ٢٠١٢)، وتؤكد الدراسات العلمية الحديثة على أن تنمية وجهة الضبط الداخلي من مستلزمات نمو الشخصية نمو متكامل بحيث يسلك الفرد على النحو الذى يمكنه من إشباع حاجاته وفق مفاهيم المسؤولية والواقعية والصواب، فليس غريبا أن تنشط مدارس الإرشاد النفسى في هذا الاتجاه، ويأتى العلاج بالواقع باعتباره أحد أهم المداخل الحديثة في الإرشاد، والذى ينحو إلى تأكيد أن الفرد مسؤول عن سلوكه، وبإمكانه التحكم في هذا السلوك، فهو الذى يختاره لإشباع حاجات داخلية لديه ولا يوجد مثير خارجى يحدد استجابة الفرد (Alzamel, 2008).

#### مشكلة الدراسة:

من المنظور التربوى فإن العملية التربوية تهدف إلى تنمية شخصية الطالب وإحداث تغييرات إيجابية في سلوكه، ليصبح فردا صالحا ومنجنا ومسؤولا في المجتمع، لذا فإن تنمية وجهة الضبط الداخلي عن طريق تقديم برامج إرشادية تسهم في نمو شخصيات الطلاب بحيث يكون لديهم الإحساس بالمسؤولية والقدرة على التحكم في سلوكياتهم، وهذا يساعدهم على التفاعل بشكل إيجابى مع الآخرين (عبدالعال، ٢٠١٧)، وإذا كان هذا منظور التربية، فإن وجود المشكلات السلوكية لدى الطلاب يتناقض مع أهداف التربية وغاياتها، وتوضح إحصاءات منظمة الصحة العالمية أن ٢٠% من الأطفال والمرهقين لديهم مشكلات سلوكية بدرجة أو بأخرى (WHO, 2012)، وعلى الرغم من تزايد الاضطرابات السلوكية لدى المرهقين، إلا أن هذه الاضطرابات قابلة للعلاج، هذه المسألة تقتضى اهتمام واضعى السياسات التربوية والصحية بتشخيص وعلاج هذه الاضطرابات لأن استمرارها دون علاج يؤثر سلبا في الشخصية والسلوك بما في ذلك التحصيل الأكاديمى والتوافق الذاتى والاجتماعى، بل إنه في بعض الحالات تصل على مستوى الأزمة (Al-Sharbaty, 2003) وفي الكويت توضح التقارير الرسمية الصادرة عن وزارة التربية بدولة الكويت، حيث تبين وجود مشكلات سلوكية لدى بعض الطلاب، من تلك المشكلات العدوانية والعنف والسرقة وغيرها، وقد بلغ عدد الحالات الموثقة والتي تعاملت معها مكاتب الخدمة الاجتماعية بالوزارة (٣٣٢٩٤ حالة)، وترتفع حالات المشكلات السلوكية بين البنين والبنات في جميع المراحل، وفي المرحلة الثانوية بلغ عددها ٨١١٢ حالة (بنين ٣٦١٣، بنات ٤٤٩٩)، وتشير تقارير وزارة

(Pedigo et.al, 2018)، وقد قدم علماء النفس نظريات عدة تشرح قدرة الفرد على ضبط سلوكه في تفاعله مع المواقف والأحداث المختلفة، ومن أبرز تلك النظريات نظرية التعلم الاجتماعي Social learning Theory ونظرية العزو Attribution Theory.

١. نظرية التعلم الاجتماعي: هي إحدى النظريات التي يمكن من خلالها محاولة فهم السلوك الاجتماعي للإنسان في الظروف أو المواقف المختلفة، وقد ظهر مفهوم وجهة الضبط ضمن هذه النظرية وهي تصف احتمالية اختيار الأفراد لسلوكيات محددة في مواقف معينة، أي أنها تنتبأ بأكثر السلوكيات المحتمل ظهورها في مواقف معينة. (Phares, 1976) وفي نظرية التعلم الاجتماعي تبرز أربعة مفاهيم أساسية للتنبؤ بالسلوك هي:

أ. إمكانية السلوك: تعني إمكانية حدوث سلوك ما في موقف ما من أجل الحصول على تعزيز معين أو مجموعة من التعزيزات (Rotter et.al., 1972)

ب. التوقع: وهو "الاحتمال الذي يضعه الفرد بأن تعزيزا معيناً سيحدث نتيجة لسلوكه في موقف معين" (Rotter, 1980, 107)، وفي نظرية التعلم الاجتماعي يشار إلى مفهوم السيطرة على أنه توقع عام للضبط الداخلي أو الخارجي للتعزيز، ويشير التوقع العام للضبط الداخلي إلى إدراك الأحداث الإيجابية أو السلبية باعتبارها نتيجة لسلوكيات واختيارات الفرد، وبالتالي تقع تحت سيطرة الفرد، بينما يشير التوقع العام للضبط الخارجي إلى إدراك الأحداث الإيجابية أو السلبية بأنها ليست مرتبطة بسلوك الفرد، وبالتالي فإنها تقع خارج سيطرته (Lefcourt, 1976, 29).

ج. قيمة التعزيز: وتعني "درجة تفضيل الفرد أن يحصل على تعزيز معين إذا كانت احتمالات الحصول على التعزيزات الأخرى البديلة متساوية" (Rotter, 1980, 107)، ويرجع تفضيل الفرد لتعزيز معين إلى أن هذا التعزيز يؤدي إلى إشباع الحاجة، وبذلك فإن قوة التعزيز مرتبطة بشدة الحاجة (Rotter, 1980). وقد أوضح روتر أن الحاجات النفسية هي القوى الدافعة للسلوك، بالإضافة إلى التوقعات والتعزيزات في موقف معين، فالفرد يستجيب بالسلوك الذي تعلم أنه سيؤدي إلى أعلى حد من الإشباع في موقف معين (Rotter et.al., 1972)، وعلى الرغم من أهمية التعزيز في تعديل أو توجيه السلوك، إلا أن المعزز وحده غير كاف، ما لم يتضمن إدراك الفرد للعلاقة السببية بين سلوكه والتعزيز الذي يحصل عليه (Rotter, 1966)، فالأفراد الذين يدركون العلاقة بين التعزيز وسلوكهم هم ذوو ضبط داخلي، بينما الذين لا يرون أن هناك علاقة بين التعزيز وسلوكهم هم ذوو ضبط خارجي.

د. الموقف النفسي: وهو الموقف الذي يدعم توقعات الفرد بأنه سوف يتم تعزيز سلوكه بناء على تفاعله مع بيئته وخبراته السابقة، وهذا يعني أن إمكانية حدوث أي سلوك في أي موقف نفسي يرجع إلى توقع الفرد بأن هذا السلوك سيؤدي إلى تعزيز معين، وأن التنبؤ بإمكانية حدوث السلوك يعتمد على وجود المفاهيم الثلاثة معا (التوقع وقيمة التعزيز والموقف النفسي) (Rotter et.al., 1972)، فالإدراك عملية معرفية تتوسط القيام بالسلوك والحصول على تعزيز، وقد يتعلم الفرد ذو الضبط الداخلي من خبراته السابقة لأنه يتوقع أن سلوكه هو الذي تسبب في التعزيز، أما الفرد ذو الضبط الخارجي الذي لا يعتقد بوجود علاقة بين سلوكه والتعزيز فإنه لن يتعلم من خبراته السابقة.

٢. نظرية العزو Attribution Theory: أول من وضع نظرية العزو هو فريتز هيدر Fritz Heider وقد حاول من خلالها التعرف على الكيفية التي يدرك بها الفرد سلوكه، ثم قام بيرنارد وينر Bernard Weiner بتطوير النظرية وشرح كيف يفسر الفرد أحداث الحياة وكيف يتسبب فيها (Weiner, 1981). قام وينر

الفرد أن التعزيز الذي يتبع سلوكه باعتباره أمراً غير مرتبط كلياً بتصرفاته، فإنه (في حدود ثقافتنا) يدرسه كنتيجة للحظ والصدفة والقدر أو لتأثير الآخرين من ذوي النفوذ أو كأمر لا يمكن التنبؤ به لتعدد الظروف المحيطة به، وعندما يفسر الفرد الحدث بهذه الطريقة فإننا نسمي هذا اعتقاداً في الضبط الخارجي، أما إذا كان إدراك الفرد للحدث مرهوناً بسلوكه أو بخصائصه الشخصية الثابتة نسبياً فإننا نسمي هذا اعتقاداً في الضبط الداخلي". بموجب ذلك، فإن التعريف الإجرائي لوجهة الضبط هو مدى اعتقاد الفرد بقدرته على التحكم في سلوكه، أي فيما يصدر عنه من أفعال وانفعالات وتفكير، ومدى اعتقاده بأن العوامل الخارجية ليس لها تأثير في توجيه سلوكه، وذلك بدلالة القيمة الكمية التي تعكس استجاباته على مقياس وجهة الضبط.

٣. العلاج بالواقع: يعرف جلاسر (Glasser, 2001) العلاج بالواقع بأنه أسلوب علاج قائم على نظرية الاختيار يتم فيه إقامة علاقة مشبعة Satisfied بين المرشد والمسترشد، ويهدف إلى مساعدة هذا المسترشد على تحقيق الفاعلية في علاقاته، وتعلم أساليب أكثر فاعلية في سلوكياته لإشباع حاجاته. وبناء على ذلك، يمكن تعريف العلاج بالواقع إجرائياً بأنه طريقة إرشادية تتضمن إجراءات منهجية منظمة تهدف إلى مساعدة الأفراد على الوعي بقدرتهم على التحكم في اختيار سلوكهم وتحمل مسؤولية هذا الاختيار، وإشباع حاجاتهم وفق مفاهيم المسؤولية والواقعية والصواب.

٤. الإرشاد الجمعي: "عملية ديناميكية اجتماعية منظمة تفاعلية وتبادلية ينتظم فيها مجموعة من الأفراد يعانون من صعوبات أو مشكلات نفسية أو اجتماعية أو سلوكية ويحملون هموماً مشتركة، يحاولون بالتعاون مع قائدهم (المرشد) الوصول إلى تحقيق أهداف مشتركة لتجاوز ما يعانون منه من خلال لقاءات يتم الإعداد لها مسبقاً" (الرشيدى والسهيل، ٢٠٠٠، ٢٠٤). ومن منظور الدراسة الحالية فإن التعريف الإجرائي للإرشاد الجمعي هو أنه مجموعة من اللقاءات التفاعلية المخطط لها بين المرشد ومجموعة من المسترشد، بهدف تبصير هؤلاء المسترشد بمشكلاتهم السلوكية وكيفية التغلب على تلك المشكلات بحيث يعيشون حياة طبيعية متوافقة.

#### الإطار النظري:

٥. الإطار النظري للدراسة (وجهة الضبط في ضوء نظريات علم النفس): يأتي مفهوم وجهة الضبط Locus of Control باعتباره من أهم المفاهيم الشائعة في علم النفس بمجالاته المختلفة بما في ذلك علم النفس التربوي، وقد ظهر هذا المفهوم أولاً في إطار علم نفس الشخصية، ويعني درجة اعتقاد الناس أنهم متحكمون في حياتهم، مقابل اعتقادهم أن المتحكم في تلك الأحداث قوى خارجية (خارجة عن سيطرتهم). وقد تطورت المعرفة بهذا المفهوم منذ النصف الأول من خمسينيات القرن العشرين من خلال دراسات جوليان بي. روتر، ويوصف الشخص إما بأنه داخلي Internal أو خارجي External فالشخص الداخلي هو الذي لديه الاعتقاد بأنه يتحكم في سلوكه وحياته، أما الشخص الخارجي فهو الذي يعتقد بأن مجرى حياته يتحكم فيه عوامل خارجية، وأنه لا يمكنه التأثير فيها، وأن الحظ أو القدر يتحكم بمجرى الحياة، بمعنى أوضح، فإن الأفراد ذوو وجهة الضبط الداخلي يعتقدون أن الأحداث في حياتهم تنتج بشكل أساسي عن أفعالهم، فالطالب ذو وجهة الضبط الداخلي ويحصل على علامات منخفضة يفسر هذا الانخفاض بعوامل تتعلق به هو، كعدم الاهتمام الكافي بالدروس، أو سوء تنظيمه للوقت، أو عدم الاهتمام بموضوعات معينة في المقررات الدراسية. أما الطالب ذو وجهة الضبط الخارجية ويحصل على علامات منخفضة، فإنه يفسر هذا الانخفاض بعوامل خارجية (كضعف مستوى المعلمين أو صعوبة الامتحان، أو إهمال الإدارة المدرسية). ونظراً لأهمية مفهوم وجهة الضبط، فقد حظي باهتمام مكثف من الدراسات النفسية والتربوية، كما أن وجهة الضبط أحد الأبعاد الأربعة لتقييم الذات، فجاناب وجهة الضبط هناك العصائية، الكفاءة الذاتية، تقدير الذات

(Thatcher, 1983) حيث تم استخدام العلاج بالواقع، ودراسة (عبدالله، ٢٠١٦)، و(العزمي، ٢٠١٥) حيث تم استخدام العلاج المعرفي السلوكي، ودراسة (محمد، أبوسعد والضلعين، ٢٠١٤) حيث تم استخدام برنامج إرشادي متعدد الأساليب (متعدد النماذج)، و(الصمادي والغدران، ٢٠١٤) وفيها تم استخدام برنامج إرشادي يركز على التعلم الاجتماعي، هذا النوع في البرامج الإرشادية يعنى إمكانية تنمية وجهة ضبط داخلية باستخدام أكثر من نظرية من نظريات الإرشاد النفسي.

العلاج بالواقع ووجهة الضبط: تنلقى وجهة الضبط الداخلي Internal Locus Of Control مع الفكرة الأساسية في العلاج بالواقع Reality Therapy والذي يقوم على نظرية الاختيار Choice Theory بما توضحه من أن الفرد هو المتحكم في سلوكه، وهو المسيطر عليه، وأنه لا يوجد مثير خارجي يحدد استجابة الإنسان، فكل السلوكيات التي يقوم بها هو الذي يختارها سواء كانت سلوكيات بناءة أو سلوكيات مدمرة، وقد أثبتت الدراسات العلمية أن العلاج بالواقع أحد المداخل الإرشادية الأساسية التي تمكن المسترشدين من ضبط سلوكهم على مستوى الأفعال والانفعالات والتفكير، ويتم تطبيقه على نطاق واسع في المجال التربوي بما في ذلك التحصيل الدراسي والسلوك داخل المدرسة (Stupnisky et al., 2007)، كما اهتمت الدراسات العلمية بتأثير البرامج الإرشادية التي تركز على العلاج بالواقع في مساعدة الشباب على ضبط سلوكهم باتجاه المسؤولية والواقعية والصواب بحيث يسيطرون على سلوكهم من حيث الأفعال والانفعالات والتفكير، واهتمت تلك البرامج بعلاج ووقاية الشباب من الانحرافات السلوكية بما في ذلك السلوك العدواني والعنف وإدمان المخدرات وإدمان الإنترنت (Yuan et al., 2017) وتتضمن نظرية العلاج بالواقع مبدأ الاختيار، بمعنى أن كل سلوك يقوم به الإنسان هو سلوك مختار، حيث يختار الإنسان السلوك الذي يشبع حاجاته، وأن الإنسان يملك السيطرة على سلوكه، وأن كل ما يحدث في العالم الخارجي عبارة عن معلومات يستطيع أن يقبلها أو يرفضها، وهذا المبدأ "الاختيار" يتضمن مسؤولية الفرد عن سلوكه وما يترتب على هذا السلوك من نتائج (Glasser, 2010; Asroful, 2017)، وعندما يدرك الفرد أن بإمكانه السيطرة على سلوكه، فإن هذا الإدراك يقترن بالشعور بالمسؤولية (Phares, 1976). وتؤكد الدراسات الحديثة على أن مشكلات الأفراد ناتجة عن نقص في تحمل المسؤولية وضعف القدرة على الاختيار، والاعتقاد في سيطرة الآخرين، والظروف الخارجية (Fulkness, 2018; Pedigo et al., 2015)، وإذا كان العلاج بالواقع يركز على أفكار نظرية الاختيار، فإن هذه النظرية في جوهرها هي نظرية الضبط الداخلي، وتعارض بشدة الضبط الخارجي لأنه يجعل الفرد ضحية للآخرين يلقي باللوم عليهم لما يشعر به من أذى، بدلا من أن يركز على سلوكياته التي يقوم بها، ويكون الأفراد أكثر سعادة إذا أدركوا أن لديهم خيارات، وتعلموا تحمل مسؤولية نتائج سلوكهم، وتحرروا من الضبط الخارجي الذي يصنعونه لأنفسهم، إما بإلقاء اللوم على الآخرين أو بمحاولتهم جاهدين السيطرة على الآخرين (Wubbolding, 2017).

ويوضح روتر (Rotter, 1966) أن الأفراد ذوي الإحساس بمسؤوليتهم عما يحدث لهم هم ذوو ضبط داخلي، بينما الأفراد الذين لا يتحملون مسؤولية ما يحدث لهم فهم ذوو ضبط خارجي، هذه الرؤية التي طرحها روتر تتفق مع رؤية جلاس صاحب العلاج بالواقع في أن الإنسان لديه اعتقاد في الضبط الداخلي والخارجي معاً، وأن الفرد لا يستطيع التحكم في المواقف ولكنه يستطيع التحكم في سلوكه، لذلك يؤكد العلاج بالواقع على تحمل الفرد مسؤولية سلوكه وقدرته على التحكم في حياته من خلال الاختيار الأمثل للسلوكيات الفعالة، وهذا من شأنه أن ينمي عنده وجهة ضبط داخلية (Wubbolding, 2011).

ويهتم العلاج بالواقع بمساعدة الناس على التحكم في حياتهم، ويتحقق هذا التحكم من خلال الاندماج واستخدام الإجراءات الأربعة WDEP حيث يتعلم الأفراد ضبط التفكير والتصرفات والضبط الانفعالي، وبالتالي السلوك الفعال لإشباع

بوضع ثلاثة أبعاد لتفسير السلوك هي:

أ. البعد الأول وجهة الضبط Locus of Control: افترض وينر أن الناس يعزون نجاحهم وفشلهم إلى أربعة متغيرات وهي الجهد Effort، الحظ Luck، القدرة Ability، صعوبة المهمة Difficulty of task، ولربط المتغيرات الأربعة بمفهوم وجهة الضبط لروتر أشار وينر إلى أن القدرة والجهد يمثلان الضبط الداخلي، بينما الحظ وصعوبة المهمة يمثلان الضبط الخارجي، فعندما يعزو الفرد نجاحه أو فشله إلى قدرته أو جهده فإنه يكون ذا ضبط داخلي، أما عندما يعزو نجاحه وفشله إلى الحظ الجيد أو السيئ وصعوبة أو سهولة المهمة فإنه يكون ذا ضبط خارجي (Weiner et al., 1969).

ب. البعد الثاني الثبات Stability: هناك أسباب ثابتة وأسباب متغيرة للسلوك، الأسباب الثابتة تشمل صعوبة المهمة المناط بها الشخص وهي ضبط خارجي، وتشمل قدرات الفرد المختلفة كالقدرات البدنية والمعرفية والنفسية والتي تعينه على القيام بمهمة ما وهي ضبط داخلي، بينما تشمل الأسباب المتغيرة كلا من المجهود الذي يبذله الفرد وهو ضبط داخلي وكذلك الاعتقاد بالحظ وهو ضبط خارجي (Weiner et al., 1969).

ج. البعد الثالث التحكم Controllability: هناك أشخاص يعتقدون بأن بعض نتائج السلوك تقع تحت مسؤوليتهم، وبعضها الآخر خارج نطاق مسؤوليتهم، فالنظر إلى الفشل على أنه نتيجة لعدم بذل الجهد، يعنى النظر إلى الموقف على أنه قابل للتحكم فيه من خلال بذل مزيد من الجهد، أما النظر إلى الموقف على أنه نتيجة للحظ، فيعنى بأنه غير قابل للتحكم فيه، ويذكر وينر أن النجاح الناتج عن القدرة العالية أو سهولة المهمة يؤدي إلى زيادة توقع النجاح في المستقبل أكثر من النجاح الناتج عن الاعتقاد في الحظ الجيد، وأن الفرد لا يشعر بالفخر عندما يحصل على تقدير ممتاز لإنجازه إذا كان ضبطه خارجياً أي عندما يعزو ذلك الإنجاز إلى الآخرين (Weiner, 1981; Weiner et al., 1969). وفي بعض الأحيان تظهر سلوكيات غير نمطية كانهخفاض مستوى الطموح بعد النجاح، أو زيادة مستوى التطلع بعد الفشل، ومن المرجح أن تظهر هذه السلوكيات نتيجة للحظ الجيد أو السيئ بدلا من القدرة العالية أو المنخفضة، بالإضافة إلى ذلك فإنه من المتوقع أن تكون الاستجابات غير النمطية أكثر عرضة للظهور عندما يعزو الفرد نتيجة الحدث إلى جهد مرتفع أو منخفض، وليس بسبب عامل ثابت كصعوبة المهمة (Weiner et al., 1969)، بموجب ذلك فإن وجهة الضبط كما يشرحها روتر تختلف بعض الشيء عن وجهة الضبط كما يشرحها وينر في أنها أعم وأشمل، بحيث تتضمن احتياجات متنوعة للإنسان ولا تركز فقط على الإنجاز، كما أنها تحتوى على مجموعة من السلوكيات أكثر بكثير من نظرية العزو (Phares, 1976).

٣. تنمية وجهة الضبط: وجهة الضبط ليست سمة شخصية فطرية ثابتة، بل هي من متغيرات الشخصية الممكن اكتسابها وتطويرها (Rotter, 1966)، كما أن تنمية وجهة الضبط الداخلي كانت ولا تزال موضع اهتمام كثير من الأخصائيين النفسيين الذين يهدفون إلى توعية مرضاهم اليائسين بما لديهم من خيارات متاحة وقدرة على السيطرة على السلوك (Lefcourt, 1976)، ويلعب الإرشاد النفسي دورا مهما في توعية الأفراد من ذوي الضبط الخارجي لتنمية مدركاتهم للعلاقة الوثيقة بين السلوك والنتائج المترتبة عليه، إذ من الصعب أن يتغير الشخص إذا لم يعتقد بقدرته على السيطرة على سلوكه (Phares, 1976)، وترى الباحثة أن هذه هي نقطة البداية لتغيير السلوك غير المرغوب فيه، وهناك عدة دراسات أثبتت فاعلية البرامج الإرشادية في تنمية وجهة الضبط الداخلي كدراسة (Bean, 1988) & (Alzamel, 2009)

دراسة على عينة من طلاب الجامعات التايوانية (ن= ٢١٧)، وتم تقسيم العينة إلى مجموعتين، الأولى درست نظرية الاختيار، أما الثانية فقد تلقت استشارات جماعية تركز على العلاج بالواقع، وقد أظهرت نتائج الدراسة أن كلتا الطريقتين كانت فعالة في إكساب المستهدفين مفاهيم إيجابية عن الذات والتحكم في السلوك (Arlin et.al, 1998)، كما توضح دراسات علمية أن بعض برامج الإرشاد النفسي استفادت من العلاج بالواقع لتمكين المصابين بإصابات بليغة من السيطرة على الوظائف العضوية الداخلية لتقليل من الألم الناتج عن تلك الإصابات، وخلصت إلى أن هذا الأسلوب يستمر في تقليل الألم عند استخدامه بشكل متكرر خلال فترة العلاج الطبي (Albertus et.al, 2013; G. Tartarisco, 2015). وكثيراً ما يتم تطبيق العلاج بالواقع في الإرشاد الجمعي، وتكون العلاقة بين المرشد والمسترشدين علاقة تعاونية، ويتم الاتفاق على الأهداف وخطط العمل، كما يقوم المشاركون بتقييم سلوكهم وتغييره بأنفسهم، ويقرون طبيعة الواجبات المنزلية التي ينجزونها، ويركز المرشد على تعليم المشاركين مبادئ ومفاهيم نظرية الاختيار، وأن باستطاعتهم السيطرة والتحكم في حياتهم فقط، وذلك من خلال تغيير أفعالهم وتفكيرهم (كوري، ٢٠١١).

يتضح مما سبق أن برامج الإرشاد النفسي المرتكزة على العلاج بالواقع كان لها تأثير إيجابي في وجهة الضبط لدى المستهدفين، وفي هذا الإطار تأتي الدراسة الحالية التي تستهدف معرفة أثر تطبيق برنامج إرشادي قائم على العلاج بالواقع في تنمية الضبط الداخلي لدى عينة من طلاب الصف العاشر الثانوي بولاية الكويت.

#### منهجية الدراسة الحالية وإجراءاتها:

ترتكز هذه الدراسة على المنهج التجريبي Experimental Method وذلك لرصد وتحليل أثر تطبيق برنامج إرشادي قائم على العلاج بالواقع في تنمية الضبط الداخلي لدى طلبة المرحلة الثانوية، وفي إطار هذا المنهج تم استخدام تصميم المجموعتين Two Groups Design إحداهما ضابطة Control Group (لم تتعرض للبرنامج الإرشادي)، والثانية تجريبية (تعرضت للبرنامج)، وفيما يلي توضيح إجراءات الدراسة من حيث: العينة، الأدوات، المثير (البرنامج الإرشادي):

#### فروض الدراسة:

لقد تبين من الدراسات العلمية أن برامج الإرشاد النفسي المرتكزة على العلاج بالواقع تحدث تأثيراً إيجابياً في وجهة الضبط، بمعنى أنها تعمل على تنمية وجهة الضبط الداخلية، ومن الناحية الإمبريقية فإن ذلك يكون بدلالة انخفاض متوسط الدرجة على مقياس وجهة الضبط في القياس البعدي مقارنة بمتوسط الدرجة على المقياس نفسه في القياس القبلي. هذا الانخفاض يعبر عنه إحصائياً بوجود فروق دالة Significant differences وفي هذا السياق تحديداً فإن هذه الفروق تعني انخفاض متوسط درجة القياس البعدي، أخذاً ذلك بالاعتبار، فإن لفروض الدراسة هي:

١. توجد فروق جوهرية بين القياسين القبلي والبعدي لوجهة الضبط للمجموعة التجريبية.
٢. توجد فروق جوهرية بين القياسين القبلي والبعدي لوجهة الضبط في المجموعة التجريبية على مستوى الذكور، وعلى مستوى الإناث.
٣. لا توجد فروق جوهرية بين القياسين القبلي والبعدي لوجهة الضبط للمجموعة الضابطة.
٤. توجد فروق جوهرية بين متوسط المجموعة التجريبية ومتوسط المجموعة الضابطة في وجهة الضبط على القياس البعدي.
٥. توجد فروق دالة إحصائية بين متوسط المجموعة التجريبية في وجهة الضبط على القياس القبلي والبعدي والتتبعي.

#### عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة من ٣٩ طالب وطالبة من المسجلين بالصف العاشر، تم اختيارهم بالطريقة للطريقة العشوائية العنقودية، حيث تم الاختيار العشوائي لمنطقة

حاجاتهم (Glasser, 2010)، وقد أوضح لافكورت (Lefcourt, 1981) أن المسؤولية في اتخاذ القرار والاندماج بين المرشد والمسترشدين هما مكونان أساسيان لتعديل وجهة الضبط. وتوصلت دراسات عديدة إلى نتائج توضح أن العلاج بالواقع له على وجهة الضبط، والكثير من تلك الدراسات أجريت على طلبة الجامعة بعد تلقينهم برامج إرشادية تقوم على العلاج بالواقع (Peterson, 1997) Chang & Collins. وفي دراسة قام بها كيم وهوانج (Kim & Migu, 2001) كان الاهتمام بتقييم فاعلية برنامج إرشادي قائم على العلاج بالواقع مستهدفاً تنمية وجهة ضبط داخلية عند طالبات المرحلة المتوسطة، وقد تبين من الدراسة أن البرنامج الإرشادي ساعد الطالبات على اتخاذ قراراتهن الحاسمة بأنفسهن، وتصرفن بمسؤولية. ويذكر جلاسر أنه عندما يمتلك المرء الإحساس بالسيطرة على حياته، فإنه قادر على اتخاذ قرارات مهمة بمفرده ويكون مسؤولاً عن اختياره (Glasser, 2010)، كما أن ووبولدنج (Wubbolding, 2011) يعرض نتائج دراسة علمية تثبت فاعلية برنامج قائم على العلاج بالواقع على مجموعة من الراشدين العاطلين عن العمل في زيادة ضبطهم الداخلي وتدعيم ثقتهم بأنفسهم. وفي دراسة متممة لتقييم فاعلية برنامج إرشاد جماعي يرتكز على العلاج بالواقع كان الهدف تخليص طلاب الجامعة من سلوك التسويف الأكاديمي باعتباره سلوكاً غير مسؤول ويتناقض مع غايات التربية (Cigdem & Hatice, 2018)، كان البرنامج الإرشادي يتكون من عشر جلسات، وكان به مجموعتان إحداهما تجريبية (تعرضت للبرنامج) والثانية ضابطة (لم تتعرض للبرنامج)، ولكن من أجل المقارنة بينها وبين المجموعة التجريبية، ومن خلال تحليل القياسين القبلي والبعدي، والتتبعي، مع استخدام تحليل التباين ثنائي الاتجاه، توصلت الدراسة إلى أن البرنامج الإرشادي كان له تأثير في تقليل السلوك غير المرغوب (التسويف الأكاديمي) لدى المجموعة التجريبية (التي تلقت البرنامج)، وقد تأكدت النتيجة نفسها من واقع دراسة حديثة اهتمت بتقييم برنامج إرشادي يرتكز على العلاج بالواقع لمساعدة الدارسين في التغلب على مشكلاتهم السلوكية والانفعالية، وتم تطبيق هذا البرنامج في غرفة الدعم المدرسي، وكشفت نتائج الدراسة عن أن البرنامج ساعد الدارسين على تطوير اختيارات سلوكية فعالة، وأحدث تغييرات سلوكية ومعرفية، بل إنه أزال التناقضات وجوانب الغموض التي كانت تعرقل توافقهم الذاتي والاجتماعي (Perry et.al, 2004). كما استخدمت برامج العلاج بالواقع في تمكين الشباب من السيطرة على سلوك إدمان الكحوليات من خلال تخفيض جرعة الكحول المستهلكة، وكذلك تقليل تكرار مرات التعاطي والغياب عن الوعي، باعتبار أن ذلك له تأثير قوي في الحد من الإصابات المرتبطة بالكحول، وأمراض القلب والأوعية الدموية والوفيات المرتبطة بالتعاطي المفرط والمتكرر (H. Allio, 2014)، وفي المدارس أثبت العلاج بالواقع الجمعي فاعليته في ضبط سلوك الطلاب، فقد كان فعالاً في التخفيف من السلوك العدواني لدى طالبات المرحلة الثانوية (الخرافي والقحطاني، ٢٠١٦)، كما أثبتت دراسة المطيري (٢٠١٨) فاعلية البرنامج الإرشادي الجمعي القائم على العلاج بالواقع في تعديل سلوك التمر لدى طالبات المرحلة المتوسطة، بالإضافة إلى دراسة دينج ويانج (Ding & Yang, 2015) التي تضمنت تقييم برنامج إرشادي يرتكز على العلاج بالواقع لتنمية وجهة ضبط داخلية ومفهوم إيجابي عن الذات لدى طلاب الثانوي الذين يعانون من صعوبات التعلم، وتوضح الدراسة فاعلية البرنامج الإرشادي في تنمية وجهة ضبط داخلية لدى الطلاب، وكذلك في تنمية عن إيجابي عن الذات. وفي تايوان ظهر توجه في التربية يرى أن التوقعات الثقافية والضعف الأكاديمية المستمرة لها آثار سلبية على مفهوم الذات لدى الطلاب، الأمر الذي ينتج عنه مشكلات سلوكية بما يعكس سلباً على أهداف التربية وغاياتها، ولمواجهة هذه المشكلة تم النظر في تدريس نظرية الاختيار واستخدام العلاج بالواقع كتدخلات لمساعدة الطلاب في تطوير مفهوم الذات الإيجابي والحفاظ عليه بما يضمن التصرف بمسؤولية، وللتحقق من ذلك تم إجراء

(CFI) Index والذي يجب أن يصل إلى قيمة ٠,٩٠ فأعلى (Bentler, 1995)، وفي الدراسة المذكورة تم الحصول على قيمة ٠,٩٥، وبناء على هذه القيمة يعتبر النموذج مناسباً ويمكن الاعتماد عليه، أما المؤشر الآخر فهو جذر مربع البواقي المعيارية (RMR) Root Mean- Square Residual والذي يجب أن لا تتعدى قيمته ٠,٠٥. وتكون الملاءمة أفضل كلما كانت القيمة أقل عن ٠,٠٥، والملاحظ أنه في الدراسة المذكورة انخفضت القيمة إلى ٠,٠٠٠، وهذا يعكس مرة أخرى صدق المقياس، كما كانت تشبعات البنود بالعوامل ٠,٧٤ للبعد الخارجي، ٠,٧١ للبعد الداخلي وهي تشبعات مناسبة. وعلى الرغم من أن تلك المؤشرات تؤكد صدق المقياس، إلا أنه تم التحقق من هذا الصدق من خلال عرض المقياس على ٤ محكمين في قسم علم النفس التربوي كلية التربية بجامعة الكويت وقسم علم النفس بكلية التربية الأساسية للتحقق من مدى مناسبة البنود لأهداف الدراسة من حيث انتمائها للأبعاد التي أدرجت فيها وصياغتها، استخدمت الباحثة طريقة كمية، حيث طلبت من المحكمين تقدير كل بند بناء على مدرج رقمي من ١ إلى ٥ بحيث يعبر الرقم ٥ عن أعلى مراتب القوة والرقم ١ عن أضعفها من حيث الانتماء إلى البعد، وجمعت الباحثة درجات كل بند ثم قسمت الدرجة على عدد المحكمين، للحصول على متوسط أرائهم في كل بند، وتم استبعاد البند الذي متوسطه ٢,٥ فأقل، في حين تم قبول البنود التي متوسطها يزيد عن ذلك. وبعد جمع البيانات تم حساب قيمة معامل ألفا كرونباخ للمقياس، وقد بلغت قيمة هذا المعامل ٠,٨٠١، من ذلك يتضح كفاءة المقياس المستخدم في الدراسة الحالية.

II البرنامج الإرشادي: تم تصميم البرنامج الإرشادي بناء على أفكار ومفاهيم وممارسات العلاج بالواقع بهدف تنمية وجهة الضبط الداخلي على المستهدفين، بحيث يكونون على إدراك لقدرتهم على التحكم في سلوكياتهم، وتعريفهم بالحاجات التي تحرك السلوك الإنساني، واستئثار وعيهم بالطرق الفعالة والمسئولة لإشباع هذه الحاجات، وتقييم سلوكياتهم من أجل الوصول للصور الذهنية التي يرغبون بها، ومن ذلك تتم بلورة مقترحات قابلة للتنفيذ بما يساعد على تنمية وجهة الضبط الداخلية لدى الطلاب. وقد تعددت مصادر تصميم البرنامج، وتتمثل هذه المصادر في:

١. الدراسات العربية والأجنبية التي طبقت برامج إرشادية قائمة على العلاج بالواقع، والبرامج الإرشادية التي تناولت مفهوم وجهة الضبط وهذه الدراسات تم التطرق لها في الإطار النظري.
٢. الاستعانة ببرنامجه Take Charge of Your Life (كن مسؤولاً عن حياتك) الذي ابتكرته نانسي هيرك عام ٢٠١٤ المبني على نظرية الاختيار والعلاج بالواقع والمعتمد من معهد وليام جلاس العالمي.
٣. الكتب الرصينة التي تناولت موضوع الإرشاد الجمعي وتطبيقاته (Brickell & Wubbolding, 2015)، (الرشيدى والسيل، ٢٠٠٠).

كما تم تحكيم البرنامج الإرشادي من خلال عرضه على ثلاثة محكمين متخصصين في الإرشاد النفسي، وذلك للتحقق من مناسبة أهداف البرنامج وعدد جلساته ومحتوى كل جلسة، وأفاد المحكمون بكفاءة البرنامج واتفاق محتوى الجلسات مع أهدافها والغرض الأساسي للبرنامج، وأن البرنامج ككل جيد ولا يحتاج إلى تعديلات.

الجلسات الإرشادية: كان البرنامج يضم ١٢ جلسة إرشادية توزعت بواقع جلستين في الأسبوع لكل من البنين والبنات، تم تحديد يومى الأحد والثلاثاء للبنين، ويومى الاثنين والخميس للبنات، وكانت الجلسات تتم في قاعة الاجتماعات في المدرسة ولمدة ٤٥ دقيقة للجلسة الواحدة، وفيما يلي توضيح هذه الجلسات بإيجاز:

١. الجلسة الأولى: هدفت الجلسة إلى بناء علاقة إرشادية ومساعدة المشاركين على معرفة قواعد وتعليمات العمل في المجموعات العلاجية، وخطة البرنامج الإرشادي.
٢. الجلسة الثانية: مساعدة المشاركين على التخلص من معتقداتهم حول سيطرة

تعليمية واحدة (منطقة حولي) وذلك من إجمالي ست مناطق تعليمية في الكويت، ومن المنطقة التعليمية التي تم اختيارها، تم الاختيار العشوائي لمدرستين: إحداهما للبنين والثانية للبنات، ومن كل مدرسة تم الاختيار العشوائي لفصلين دراسيين (فصل من كل مدرسة). بالاستعانة بقوائم أسماء الطلاب في الفصلين تم الاختيار العشوائي لمجموعتين من الطلاب مع مراعاة أن تضم كل مجموعة مفردات من الذكور ومفردات من الإناث، وتم توزيع المفردات على مجموعتين، إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة كالآتي:

جدول (١) عينة الدراسة حسب الجنس والمجموعة.

الجنس المجموعة	ذكور	إناث	المجموع
التجريبية	٩	١٠	١٩
الضابطة	١٠	١٠	٢٠
المجموع	١٩	٢٠	٣٩

أى أن عينة الإناث تضم ٢٠ مفردة تتوزع بالتساوي بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة (عشر مفردات لكل مجموعة)، أما عينة الذكور فتتضمن ١٩ مفردة، تتوزع بواقع تسع مفردات ضمن المجموعة التجريبية مقابل عشر مفردات ضمن المجموعة الضابطة. ومن الملاحظ توزيع المفردات توزيعاً متساوياً تقريباً من حيث النوع، وكذلك من حيث عدد المفردات في المجموعتين التجريبية والضابطة، وهذا التوزيع المتساوي تقريباً كان مقصوداً لضمان التكافؤ بين المجموعتين، ولتأكيد هذا التكافؤ تم توزيع المفردات على المجموعتين استناداً على قياس قبلي لوجه الضبط بحيث لا تكون هناك فروق جوهرية بينهما من حيث متوسط الدرجة على مقياس وجهة الضبط، حيث جاءت متوسطات المجموعتين على النحو المبين بالجدول الآتي:

جدول (٢) متوسط درجة مجموعتي العينة على مقياس وجهة الضبط في القياس القبلي.

المجموعة	ن	T. Value	Sig.	متوسط الدرجة	الانحراف المعياري
التجريبية	١٩	٩٩,٧	٤,٣٩	٠,١٦	٠,٨٧٤
الضابطة	٢٠	٩٩,٩	٤,٣		

(df= 37)

وكما هو واضح من الجدول، فإنه لا توجد فروق جوهرية بين المجموعتين من حيث متوسط الدرجة على مقياس وجهة الضبط من واقع القياس القبلي (t= 16, Sig.= 0.874)، وهذا من متطلبات الضبط الإحصائي لإجراءات الدراسة بحيث يكون التغير في القياس البعدي راجعاً إلى المثير (البرنامج الإرشادي)، وليس إلى حالة وجهة الضبط قبل التعرض للبرنامج.

#### أداة القياس:

تمثلت أداة هذه الدراسة في مقياس وجهة الضبط Locus of Control Scale والذي صممه روتر (Rotter, 1966)، وقد استخدم هذا المقياس في العديد من الدراسات العلمية، وفي الدراسة الحالية تمت ترجمة المقياس الأصلي إلى اللغة العربية، والتأكد من دقة الترجمة بحيث تعبر بدقة ووضوح عن جوهر معاني المقياس في نسخته الأصلية. يتكون المقياس من فقرات كل واحدة منها تتضمن عبارتين إحداهما تشير إلى الضبط الداخلي والأخرى تشير إلى الضبط الخارجي، وعلى المفحوص أن يقرأ العبارتين معا ويختار أيهما الأكثر انطباقاً عليه، وقامت الباحثة بتغيير صيغة البنود بحيث يتم التعامل مع كل بند بشكل مستقل، بالإضافة إلى إعادة صياغة بعض البنود وحذف البنود التي تتعلق بالسياسة والحروب لأنها لا تتناسب مع أعمار العينة ولا مع البيئة الكويتية. وجاء المقياس في صورته النهائية متضمناً ٣٢ بنداً موزعة على بعدين (الضبط الداخلي - الضبط الخارجي)، وقد تم استخدام السلم الخماسي (دائماً - غالباً - أحياناً - نادراً - أبداً)، أما نقطة القطع Cut Point فهي القيمة ٩٦ بحيث تعبر الدرجة الأدنى من ٩٦ عن وجهة ضبط داخلية، أما الدرجة المساوية ٩٦ فأكثر فتعبر عن وجهة ضبط خارجية. وقد أثبت المقياس صدقاً عالياً من واقع دراسة أجريت على ١١٩ طالباً من طلاب المرحلة الثانوية في الكويت، حيث تم استخدام طريقة (صدق المفهوم) من خلال التحليل العائلي التوكيدي، ومقارنة النموذج المستخدم بنموذج افتراضي، والاعتماد على مؤشر الملاءمة Comparative Fit

المتوسطات والانحرافات المعيارى لدرجات العينة على مقياس وجهة الضبط فى القياس القبلى والقياس البعدى، سواء على مستوى العينة ككل، أو على مستوى كل مجموعة على حدة وكذلك على مستوى الذكور والإناث فى كل مجموعة، وتم حساب معنوية الفروق الإحصائية بين متوسطات الدرجات على مقياس وجهة الضبط فى القياس البعدى Post و القياس البعدى Pre وهنا تم استخدام اختبار (T) سواء لمقارنة المتوسطات لمجموعات مقترنة Paired samples T. Test (كالمقارنة بين متوسط درجة المجموعة التجريبية فى القياس القبلى ومتوسط درجاتها فى القياس البعدى)، أو لمقارنة المتوسطات لمجموعات مستقلة Independent Samples T. test (كالمقارنة بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة من حيث متوسط الدرجة على مقياس وجهة الضبط فى القياس البعدى). أسفرت المعالجات الإحصائية عن معطيات كمية تمت جدولتها بما يحسم التحقق من الفروض التى تسعى الدراسة للتحقق منها، وهذا ما تتضمنه نتائج الدراسة.

#### نتائج الدراسة:

فيما يلي عرض للنتائج التى توصلت إليها باتجاه التحقق من الفروض التى تسعى للتحقق منها، وذلك على النحو الآتى:

١. الفرض الأول: "توجد فروق جوهرية بين القياسين القبلى والبعدى لوجهة الضبط للمجموعة التجريبية"، وكشف التحليل الإحصائى للبيانات عن أن متوسط درجة المجموعة التجريبية على مقياس وجهة الضبط فى القياس القبلى يبلغ ٩٩,٦٨ بانحراف معيارى ٤,٣٩، أما فى القياس البعدى (بعد التعرض للبرنامج الإرشادى) فقد جاءت درجة هذه المجموعة على المقياس نفسه بمتوسط ٦٩,٢٦ وانحراف معيارى ١١,٤٣، وذلك على النحو المبين بالجدول الآتى:

القياس	متوسط الدرجة	الانحراف المعياري	T. Value	Sig.	حجم التأثير
القبلى	٩٩,٦٨	٤,٣٩	١١,٠٢	٠,٠٠٠	٠,٤٨٧
البعدى	٦٩,٢٦	١١,٤٣			

(df= 36)

تكشف النتيجة المبينة بالجدول عن وجود فروق دالة إحصائية بين متوسط درجة المجموعة التجريبية على القياس القبلى والبعدى لصالح القياس البعدى ( $t=11.02$ ;  $p=0.000$ ) وعليه فقد ثبتت صحة الفرض المذكور، وقد بلغت قيمة حجم التأثير بين القياس القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية ٤٨٧، وهى قيمة تقترب من الدرجة التى حددها كوهن باعتبارها حجم تأثير متوسط، فقد اقترح كوهن:  $0.2 \leq$  حجم تأثير  $0.5 >$  يعتبر ضعيفا،  $0.5 \geq$  حجم التأثير  $0.8 >$  يعتبر متوسطا، أما إذا كان حجم التأثير  $0.8 \leq$  فيعتبر مرتفعا (Cohen, 1988)، وهذه النتيجة تثبت فاعلية تطبيق برنامج العلاج بالواقع فى تنمية وجهة الضبط الداخلى، فقد تم خلال البرنامج تعريف المشاركين بمفاهيم نظرية الاختيار بدءا بمسؤوليتهم الشخصية عن سلوكهم ومعايشتهم واقعهم بما يتناسب مع المعايير المجتمعية، انتقالاتا إلى حاجاتهم التى يسعون لإشباعها والتى أثبتت النظرية أن التحكم ينبع من داخل الفرد وأن سلوكياتهم ما هى إلا محاولات لإشباع هذه الحاجات وليست استجابة للظروف الخارجية، انتهاء بالتعرف على أسلوب العلاج بالواقع الذى أسهم فى تنمية تحكمهم فى سلوكهم من خلال استخدام نظام WDEP، فمن خلال البرنامج تم تدريب المشاركين على نظام WDEP بما يوجه وينظم علاقاتهم بحيث يستطيعون التعايش مع أنفسهم ومع الأفراد المحيطين بهم، فتحديد الرغبات (W) ساعدهم على اكتشاف الحاجات التى لم يتم إشباعها وتحديد المشكلات الناتجة من عدم إشباعها أو من إشباعها بطريقة غير مسؤولة، كما ساعدهم على تكوين صور ذهنية إيجابية لما يريدون به إشباع هذه الحاجات بطريقة مسؤولة لا تتنافى مع عادات مجتمعهم، أما تحديد الأفعال (D) فزاد من وعيهم بقدرتهم على التحكم فى سلوكياتهم والاختيار الأمثل من بين البدائل المتاحة، ومن خلال التقييم (E) استطاع المشاركون فهم العلاقة بين السلوك ونتائجه، وساعدهم على تنظيم

البيئة المحيطة بهم على إرادتهم ومعرفة أن السلوك الوحيد الذى يمكنهم السيطرة عليه هو سلوكهم فقط وتقييم محاولاتهم فى تغيير طريقة تفكير الآخرين لتتناسب مع طريقة تفكيرهم وإدراك ما يحدث بداخلهم عند محاولة الآخرين التأثير عليهم أو التحكم بهم، بالإضافة إلى التعرف على الضبط الخارجى والضبط الداخلى.

٣. الجلسة الثالثة: مساعدة المشاركين على معرفة أن الإنسان هو الذى يختار سلوكه وهو الوحيد القادر على التحكم به وأن سلوكه ناتج عن نقص حاجة، ومساعدته على التعرف على قاعدة 3Rs (المسؤولية Responsibility، الواقع Reality، الصواب Right) لتقييم السلوك والتحكم فيه، ومفهوم الاندماج وأهميته فى حياتهم.

٤. الجلسة الرابعة: مساعدة المشاركين على معرفة الحاجات الأساسية والصور الذهنية فى العالم المثالى عند الإنسان وكيفية إشباع هذه الحاجات بنجاح.

٥. الجلسة الخامسة: مساعدة المشاركين على معرفة مفهوم السلوك الكلى وكيفية تكونه والفرق بين التنظيم وإعادة التنظيم (السلوكيات الجديدة التى تحقق الهدف بعد الوعى بها).

٦. الجلسة السادسة: مساعدة المشاركين على معرفة النظام الحسى وطريقة اكتساب المعلومات من العالم الخارجى وكيفية عمل الدماغ لتصفية المدخلات وفلترتها، بالإضافة للتعرف على أسباب اختلاف الإدراك من فرد لآخر.

٧. الجلسة السابعة والجلسة الثامنة (جلسة ممتدة): مساعدة المشاركين على تحديد العادات السبع (الدمرة) التى يستخدمها ذوو الضبط الخارجى فى علاقاتهم مع الآخرين وتقييم تأثير تلك العادات على أفكارهم ومشاعرهم، وتحديد العادات السبع (المعمرة) التى يستخدمها ذوو الضبط الداخلى فى علاقاتهم مع الآخرين وتقييم تأثيرها على أفكارهم ومشاعرهم وإدراك تأثيرها على الآخرين وتمييز العادات المدمرة التى يستخدمونها فى علاقاتهم وكيف يغيرونها إلى عادات معمرة.

٨. الجلسة التاسعة: مساعدة المشاركين على معرفة نظام WDEP وأهميته فى تنمية الضبط الداخلى.

٩. الجلسة العاشرة: تدريب المشاركين على نظام WDEP.

١٠. الجلسة الحادية عشر: مساعدة المشاركين على معرفة كيفية التخطيط للمستقبل.

١١. الجلسة الثانية عشر: تعريف المشاركين بقيمة ما تعلموه فى البرنامج.

#### جمع البيانات والمعالجة الإحصائية:

تم قياس وجهة الضبط لكل من المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة قبل تلقى البرنامج الإرشادى، وفى الخطوة التالية تم تنفيذ البرنامج الإرشادى على المجموعة التجريبية على النحو السابق توضيحه، وبعد الانتهاء من البرنامج تم قياس وجهة الضبط لدى المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة:

المجموعة (البرنامج الإرشادى)	القياس القبلى	القياس البعدى	التعرض للمثير
التجريبية	تم القياس	تعرضت	تم القياس
الضابطة	تم القياس	لم تتعرض	تم القياس

أى أن كلتا المجموعتين خضعت للقياس القبلى والقياس البعدى لوجهة الضبط، أما التعرض للبرنامج الإرشادى، فقد تم للمجموعة التجريبية فقط. بموجب ذلك توفرت البيانات المطلوبة عن وجهة الضبط لدى المجموعتين فى القياس القبلى والقياس البعدى، ومن ثم إدخال هذه البيانات فى الحاسوب باستخدام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS. خضعت تلك البيانات للمراجعة المدققة، وتم تنفيذ اختبار الاعتدالية الطبيعية Normality Test للدرجات الخام على مقياس وجهة الضبط، ونظرا لاعتدالية توزيع الدرجات فقد تم استخدام الإحصاء المعلمى Parametric Test وبذلك تمت معالجة البيانات وفق خطة إحصائية تتفق وأهداف الدراسة، حيث تم حساب

التأثير في وجهة الضبط.

الفرض الرابع: "توجد فروق جوهرية بين متوسط المجموعة التجريبية ومتوسط المجموعة الضابطة في وجهة الضبط على القياس البعدي". كشف التحليل الإحصائي للبيانات عن تباين شديد بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة من حيث الدرجة على مقياس وجهة الضبط في القياس البعدي، وإذا كان انخفاض متوسط الدرجة على المقياس يشير إلى وجهة ضبط داخلية Internal Locus Of Control فإن الجدول الآتي يلقي الضوء على متوسط درجة كلتا المجموعتين ومعنوية الفروق بينها:

جدول (٦) معنوية الفروق بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي لوجهة الضبط (ن=٣٩)

المجموعة	ن	متوسط الدرجة	الانحراف المعياري	T. Value	Sig.	حجم التأثير
التجريبية	١٩	٦٩,٢٦	١١,٤٣	١٠,٩٧	٠,٠٠٠	٠,٧٦٥
الضابطة	٢٠	٩٨,٩٠	٣,٨٢			

(df= 37)

واضح من هذا الجدول انخفاض متوسط درجة المجموعة التجريبية على مقياس وجهة الضبط (م= ٦٩,٢٦)، مقابل ارتفاع متوسط درجة المجموعة الضابطة على المقياس نفسه، والفروق بين المجموعتين دالة إحصائياً لصالح المجموعة التجريبية (t= 10.97; p= 0.000)، وهذا يعكس التأثير الإيجابي للبرنامج الإرشادي الذي تعرضت له المجموعة التجريبية، أي أن هذه النتيجة تثبت صحة الفرض المذكور، وقد بلغت قيمة حجم التأثير ٠,٧٦٥، وهي قيمة تقترب من الدرجة التي حددها كوهن باعتبارها حجم تأثير مرتفع، وهذه النتيجة توضح أثر تطبيق برنامج العلاج بالواقع على العينة، ويظهر ذلك في الفرق بين متوسط درجات المجموعة الضابطة التي لم تخضع للإرشاد ومتوسط درجة المجموعة التجريبية التي خضعت للإرشاد، ويمكن تفسير ذلك في ضوء التغيير الإيجابي الذي طرأ على سلوكيات المشاركين نتيجة للمفاهيم التي اكتسبها في البرنامج، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (قليوبي، ٢٠٠٩) و(عبدالعال، ٢٠١٧) بوجود علاقة بين المسؤولية ووجهة الضبط الداخلي، كما لاحظت الباحثة على المجموعة التجريبية زيادة تقائلهم بأن فرصهم لتحقيق طموحهم وأهدافهم بيدهم، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (أسباط، ٢٠١٧) التي تؤكد العلاقة بين التفاؤل ووجهة الضبط الداخلي. كما تتفق هذه النتيجة تتفق مع أفكار جلاسر (Glasser, 2001) في أن الإنسان قادر على تغيير ذاته بما في ذلك تنمية الضبط الداخلي لديه، وبالرجوع إلى الدراسات السابقة نجد أن نتيجة الدراسة تتفق مع ما توصلت إليه دراسات (عبود، ٢٠١٧) و(عبدالله، ٢٠١٦) و(العزمي، ٢٠١٥) و(Alzamel, 2009).

الفرض الخامس: "توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسط المجموعة التجريبية من حيث وجهة الضبط على القياس القبلي والبعدي والتتبعي".

جدول (٧) نتائج تحليل تباين القياس المتكرر الأحادي لدرجات وجهة الضبط في الفترات الثلاثة (قبلي-بعدي-تتبعي)

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسطات المربعات	قيمة (ف)	الدلالة
الفترات	١٢١٢٠,٢٤	٢	٦٠٦٠,١٢	١٠,٦٣٦	٠,٠٠٠
الخطأ	٢٠٥١,٠٨	٣٦	٥٦,٩٧٥		
الكل	١٤١٧١,٣٢	٣٨			

يتضح من هذا الجدول وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات الأفراد في المجموعة التجريبية في القياس (القبلي-البعدي-التتبعي) لصالح القياس البعدي والتتبعي حيث ظهر تحسن في وجهة الضبط الداخلي، ويوضح ذلك الرسم البياني التالي:

توقعاتهم، وقد ساهم ذلك في تنمية وجهة ضبطهم الداخلي الذي أسهم في تعديل سلوكهم، فاعتقاد المشاركين بقدرتهم وتحكمهم في سلوكهم دفعهم لتحديد السلوك المناسب الذي يسلكوه للوصول إلى الهدف الذي يسعون إليه، وتنمية وجهة الضبط الداخلي لديهم جعلهم يدركون أنهم المتسببون فيما يحدث لهم، وبالتالي لديهم الحرية في اختيار السلوك المناسب الذي ارتقى بقدرتهم على التخطيط السليم (P). وتتفق هذه النتيجة مع نتائج توصلت إليها دراسات أخرى أجريت في الكويت أو في مناطق متعددة، نذكر من أمثلة تلك الدراسات (Al-Zamel, 2001) (Kim & Hwang, 1997) (Peterson, Chang & Collins, 2009)، ومن هنا فإن أسلوب العلاج بالواقع يساهم في زيادة وعي المشاركين في قدرتهم على ضبط سلوكياتهم ونبت معتقداتهم بسيطرة العالم الخارجي عليهم.

الفرض الثاني: "توجد فروق جوهرية بين القياسين القبلي والبعدي لوجهة الضبط في المجموعة التجريبية على مستوى الذكور، وعلى مستوى الإناث"، وكشف التحليل الإحصائي للبيانات عن انخفاض متوسط درجة الذكور ومتوسط درجة الإناث في المجموعة التجريبية على مقياس وجهة الضبط في القياس البعدي مقارنة بالقياس القبلي، وهذا الانخفاض يعبر عن فروق جوهرية على النحو الممثل بالجدول الآتي:

جدول (٤) معنوية الفروق بين متوسط الدرجة على مقياس وجهة الضبط في القياسين القبلي والبعدي للذكور والإناث في المجموعة التجريبية.

الجنس	ن	القياس القبلي		القياس البعدي	
		المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري
ذكور	٩	٩٩,٢٢	٤,٥٧	٦٩,٢٢	١١,٩
إناث	١٠	١٠٠,١	٤,٤٣	٦٩,٣	١١,٦

يكشف هذا الجدول عن انخفاض جوهري في متوسط درجة الذكور في المجموعة التجريبية على مقياس وجهة الضبط في القياس البعدي (م= ٦٩,٢٢) بعد أن كان مرتفعاً في القياس القبلي (م= ٩٩,٢٢)، والفارق بين المتوسطين جوهري ولا يرجع إلى الصدفة (t= 7.8; Sig= 0.000) النتيجة نفسها فيما يخص الإناث في المجموعة التجريبية، فقد انخفض متوسط درجاتهن في القياس البعدي (م= ٦٩,٣) بعد أن كان مرتفعاً في القياس القبلي (م= ١٠٠,١)، والفارق بين المتوسطين جوهري ولا يرجع إلى الصدفة (t. value= 11.6; sig= 7.7). وعلى ذلك نقبل الفرض المذكور إن انخفاض متوسط الدرجة على مقياس وجهة الضبط بعد تلقى البرنامج الإرشادي يعني أن هذا البرنامج قد أحدث تحسناً جوهرياً في وجهة الضبط، وينطبق ذلك على الذكور والإناث في المجموعة التجريبية (التي تلقت البرنامج).

الفرض الثالث: "لا توجد فروق بين القياسين القبلي والبعدي لوجهة الضبط للمجموعة الضابطة"، وكشف التحليل الإحصائي للبيانات عن أن متوسط درجة المجموعة الضابطة على مقياس وجهة الضبط يبلغ ٩٩,٦٨ بانحراف معياري ٤,٣٩، أما في القياس البعدي فلم يختلف متوسط درجة هذه المجموعة على المقياس نفسه (م= ٩٨,٩٠ وانحراف معياري ٣,٨٢)، أي أن هناك تقارباً شديداً بين متوسط درجة المجموعة الضابطة على مقياس وجهة الضبط في القياسين القبلي والبعدي:

القياس	متوسط الدرجة	الانحراف المعياري	T. Value	Sig.
القبلي	٩٩,٦٨	٤,٠٣	٠,٨٩٣	٠,٣٨٣
البعدي	٩٨,٩٠	٣,٨٢		

(df= 19)

كما هو واضح من الجدول، فإنه لا توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجة المجموعة الضابطة على مقياس وجهة الضبط في القياس القبلي والبعدي (t= 0.893; p= 0.383)، وعلى ذلك نقبل الفرض المذكور. إن عدم وجود فروق بين القياسين القبلي والبعدي لوجهة الضبط لدى المجموعة الضابطة يرجع أن هذه المجموعة لم تتعرض للمثير (البرنامج الإرشادي)، وهو البرنامج الذي يستهدف

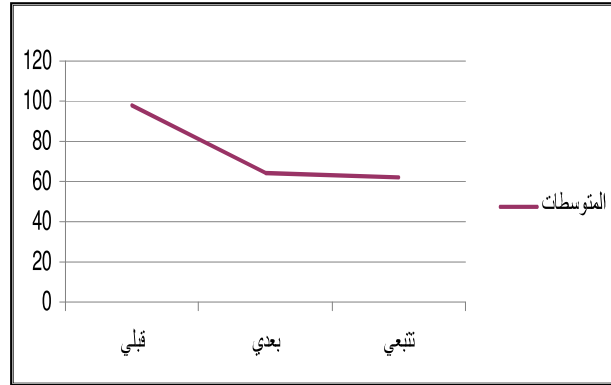


١. إعادة إجراء الدراسة على المعلمين من ذوي الضبط الخارجي لمعرفة فاعلية أسلوب العلاج بالواقع في تنمية ضبطهم الداخلي، إذ إن سلوك المعلمين يؤثر بالتأكيد في سلوك الطلاب.
٢. إجراء مزيد من الدراسات لتحديد المتغيرات التي تؤثر على وجهة الضبط لدى المراهقين، ذلك أن هناك متغيرات شخصية واجتماعية تؤثر في وجهة الضبط، ومن الضروري رصد وتحليل هذه المتغيرات لأخذها في الاعتبار عند تصميم برامج الإرشاد القائمة على العلاج بالواقع.
٣. تفعيل دور الأخصائي النفسي في مدارس الكويت، وتأهيل الأخصائيين مهنيًا لفهم العلاج بالواقع وإكسابهم مهارات تطبيقية سواء في التعامل مع الطلاب العاديين كوقاية لهم من الوقوع في المشكلات السلوكية، أو في التعامل مع حالات ذوي المشكلات السلوكية كعلاج لتلك المشكلات.
٤. إدخال مقررات مبسطة عن العلاج بالواقع ونظرية الاختيار ضمن المقررات الدراسية لطلاب المراحل المختلفة بما يناسب كل مرحلة، وهذا يتم بالفعل في إندونيسيا، حيث رأى التربويون هناك غياب المسؤولية في سلوك الطلاب، وللتغلب على هذه المشكلة تم إدخال برامج الإرشاد الواقعي الجماعي Reality Group Counseling من خلال دمج القيم الروحية (الإسلام) لتعزيز المسؤوليات الأكاديمية للطلاب، وكان لذلك أثره في تنمية المسؤولية الشخصية خاصة وأن ذلك يتماشى مع القيم الإسلامية التي تؤكد دائما على أن الفرد مسئول عن سلوكه سواء من حيث التفكير أو الأفعال أو الانفعالات، سواء تجاه ذاته أو تجاه الآخرين (Asroful, 2017).

#### المصادر والمراجع:

١. أحمد، صلاح (٢٠١٢) مركز الضبط (داخلي- خارجي) وعلاقته بالتحصيل الأكاديمي لطلاب كلية التربية بجامعة كسلا. مجلة جامعة كسلا، ١٠-٧.
٢. إدارة الخدمات النفسية والاجتماعية (٢٠١٦/٢٠١٧) التقرير السنوي، الكويت، وزارة التربية، ٤٣-٧٦.
٣. حمود، محمد. (٢٠١٠). أساليب المعاملة الوالدية كما يدركها الأبناء الأسوياء والجانحون (دراسة ميدانية مقارنة في محافظة دمشق). مجلة جامعة دمشق، ٢٦(٤)، ١٧-٥٦.
٤. الخرافي، نورية والقحطاني، هيفاء. (٢٠١٦). فعالية العلاج الواقعي في التخفيف من السلوك العدواني لدى طالبات المرحلة الثانوية في دولة الكويت. مجلة كلية التربية بأسبوط، ٣٢(٣)، ٤٧٩-٥١٢.
٥. الرشيد، بشير والسهيل، راشد. (٢٠٠٠). مقدمة في الإرشاد النفسي. الكويت: دار الفلاح.
٦. الصمادي، أحمد والغدران، وجيه. (٢٠١٤). فعالية برنامج إرشادي جمعي مستند إلى التعلم الاجتماعي في مفهوم الذات ومركز الضبط لدى أعضاء المراكز الشبابية. مجلة دراسات نفسية وتربوية، ١٣(١)، ٢٠-١.
٧. عبدالعال، ريهام. (٢٠١٧). تصور مقترح لبعض القصص المصورة لأميرات ديزني وأثره في تنمية السلوك البيئي المسؤول ووجهة الضبط الداخلي لدى تلميذات الصف الثاني الإعدادي. مجلة الجمعية التربوية للدراسات الاجتماعية، ٨٩(١)، ٦٥-١.
٨. عبدالله، يعقوب. (٢٠١٦). فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في تنمية تقدير الذات ومركز التحكم لدى الراشدين مستخدمين المواد النفسية في دولة الكويت (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة الكويت- كلية التربية، الكويت.
٩. عبود، سحر. (٢٠١٧). فاعلية برنامج إرشادي لتنمية وجهة الضبط الداخلي لدى عينة من المودعات بالمؤسسات الإيوائية. مجلة الإرشاد النفسي، ٥١(٥١)، ٥٥-١٠٧.
١٠. العزمي، يوسف. (٢٠١٥). فاعلية العلاج المعرفي- السلوكي في زيادة التوجه نحو الضبط الداخلي لدى المسترشدين الراضين للمدرسة. مجلة رابطة التربية

(فاعلية برنامج إرشاد ي قائم على العلاج ...)



رسم بياني يوضح المتوسطات

إن ثبات متوسطات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتنبئي يرجع إلى عمق وتركيز مفاهيم العلاج بالواقع، بالإضافة إلى وضوح هذه المفاهيم وبساطتها، الأمر الذي ساعد أفراد المجموعة التجريبية على استمرار أثر البرنامج في تنمية وجهة الضبط الداخلي لديهم، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة (عبود، ٢٠١٧) و(العزمي، ٢٠١٥) في القياس التنبئي، فقد توصلت تلك الدراسات إلى استمرارية أثر البرامج الإرشادية على وجهة الضبط الداخلي لدى أفراد العينة التجريبية.

من جهة أخرى، فإن مطالعة الدراسات السابقة تكشف عن أن معظم البرامج الإرشادية تركز على تعديل السلوكيات الباثولوجية أو غير المسؤولة، وهذا وإن كان مطلوباً بل وضرورياً، فإن هناك حاجة ماسة إلى أن تهتم برامج الإرشاد بالوقاية من هذه السلوكيات أصلاً، بمعنى منع حدوثها، فالوقاية خير من العلاج، ففي ظل الثورة الرقمية وتسارع إيقاع الحياة وتزايد ضغوطها وأفعالها تزداد فرض حدوث الاضطرابات السلوكية، وبالتالي يحتاج الناس إلى البرامج الإرشادية التي تزيد وعيهم بقدرتهم على التحكم بسلوكياتهم (الأفعال، الانفعالات، التفكير)، وتحرير عقولهم من فكرة أن المثيرات الخارجية هي التي تحدد سلوكهم. لقد لاحظت الباحثة أثناء تطبيق البرنامج أن وجهة الضبط الخارجية تجعل المراهقين يلقون باللانتماء على الآخرين لما يتعرضون له من مشكلات وأن أغلبهم يرغب في تحسين علاقته بالآخرين بشكل عام وبوالديه بشكل خاص، لذلك كان الحرص على تزويد المشاركين بالمفاهيم والمهارات اللازمة التي تمكنهم من التفاعل الصحيح مع المواقف التي من المتوقع أن تصادفهم في المستقبل، بما يساعدهم على بناء علاقات إيجابية مع الغير وتم ذلك عن طريق تعليمهم كيفية استبدال لغة الضبط الخارجي الذي ذكرها جلاسر في نظرية الاختيار المتمثلة في العادات السبع المدمرة للعلاقة وهي النقد، اللوم، التهديد، الشكوى، التذمر، العقاب والمكافأة بهدف السيطرة، بالعادات المعمرة للعلاقة وهي التشجيع، التقبل، الاحترام، الثقة، الاستماع، التفاوض والدعم، وقد ناقش جلاسر بوضوح فكرة أن الأفراد الذين يستبدلون الضبط الخارجي بمفاهيم نظرية الاختيار في علاقاتهم يكونون أكثر سعادة وتوافقاً نفسياً (Glasser, 2001). وكان لتفاعل المشاركين وتطبيقهم لما تعلموه من البرنامج في حياتهم الواقعية الأثر الواضح في تنمية ضبطهم الداخلي، ويتفق ذلك مع رأي جلاسر بأن أسلوب العلاج بالواقع يصلح كوقاية بجانب كونه يصلح كعلاج.

#### خلاصة الدراسة ومقترحاتها:

توضح النتائج التي توصلت إليها تلك انخفاض متوسط درجة العينة على مقياس وجهة الضبط في القياس البعدي مقارنة بالقياس القبلي، هذا الانخفاض يعني أن البرنامج الإرشادي القائم على العلاج بالواقع قد أثر تأثيراً إيجابياً في وجهة الضبط الداخلية لدى الطلاب، وتتفق هذه النتيجة مع النتائج التي توصلت إليها دراسات أخرى في الكويت ومناطق مختلفة من العالم، وبناء على ذلك هناك عدة مقترحات للاستفادة من العلاج بالواقع في النظام التربوي بدولة الكويت، وتتلخص هذه المقترحات في:

- الحديثة، ٧(٢٢)، ٢٧٣-٢٨٧.
١١. كوري، ج. (٢٠١١). النظرية والتطبيق في الإرشاد والعلاج النفسي (سامح الخفش، مترجم). عمان: دار الفكر. (تاريخ النشر الأصلي ٢٠٠٩).
١٢. المطيري، تهاني. (٢٠١٨). فاعلية العلاج الواقعي في خفض سلوك التمر لدى طالبات المرحلة المتوسطة (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة الكويت- كلية التربية، الكويت.
١٣. نانسي هيرك. (٢٠١٤). برنامج كن مسؤولاً عن حياتك. استرجع في ٢٠ فبراير، ٢٠١٨ من موقع: <http://www.wgi-kuwait.org>.
14. Ahlin, E. M& LoboAntunes, M. J. (2015). Locus of Control Orientation: Parents, Peers and Place. **J. Youth Adolescence**, 44.1803- 1818. doi: 10.1007/s10964- 015- 0253- 9.
15. Albertus W. Faber et.al (2013) Repeated Use of Immersive Virtual Reality Therapy to Control Pain During Wound Dressing Changes in Pediatric and Adult Burn Patients, **Journal of Burn Care& Research**, Volume 34, Issue 5, pp. 563- 568, <https://doi.org/10.1097/BCR.0b013e3182777904>.
16. Al- sharbati MM& Al- Hussaini AA, Antony SX. (2003). Profile of child and adolescent psychiatry in Oman. **Saudi Med J** ; 24:391- 5.
17. Al- zamel, M. M. (2009). Effect "Dealing With Your Self" Programme Based on Reality Therapy on Locus of Control Among Kuwait Student (**Unpublished Doctoral Dissertation**). University of Bradford, UK.
18. Arlin V. Peterson, Chuanlin Chang& Perry L. Collins (1998) The effects of reality therapy and choice theory training on self concept among Taiwanese university students, **International Journal for the Advancement of Counselling** volume 20, pp. 79- 83.
19. Asroful Kadafi, M. Ramli (2017) Integrated Qs Al Mudatsir in the reality group counseling to grow the character of students academic responsibility, **Counsellia, Journal Binbingamdram Konseling**, Volume 7.
20. Bean, J. (1988). The Effect of Individualized Reality Therapy on the Recidivism Rates and Locus of Control Orientation of Male Juvenile Offenders (**Published Doctoral Dissertation**). University of Mississippi, Oxford.
21. Bentler, P. M. (1995). **EQS Structural Equations Program Manual**. Encino, CA: Multivariate Software, Inc.
22. Cigdem Berber Celik& Hatice Odaci (2018) Psycho- Educational Group Intervention Based on Reality Therapy to Cope with Academic Procrastination. **Journal of Rational- Emotive& Cognitive- Behavior Therapy**, Volume36, pp. 220- 230.
23. Cohen, J. (1988). **Statistical power analysis for the behavioral sciences** (2<sup>nd</sup> ed.). Hillsdale, NJ: Erlbaum Associates.
24. Fulkness, Michael H. (2015) **Treatment Planning From A reality Therapy Perspective**. USA, Bloomington, Pp. 8- 19.
25. G. Tartarisco, N. Carbonaro, (2015) Neuro- Fuzzy Physiological Computing to Assess Stress Levels in Virtual Reality Therapy, **Interacting with Computers**, Volume 27, Issue 5, September 2015, Pages 521- 533, <https://doi.org/10.1093/iwc/iwv010>.
26. Glasser, W. (1969) **Schools without failure**. New York: Harper Collins& Row.
27. Glasser, W. (2001). **Choice Theory: A New Psychology of Personal Freedom**. New York: Harper Perennial.
28. Glasser, W. (2010). **Warning: Psychiatry Can Be Hazardous to Your Mental Health**. New York: Harper Collins e- books.
29. H. Alho (2017) SY21- 1, Are There Any benefits From Reducing Alcohol Consumption? **Alcohol and Alcoholism**, Volume 49, Issue supp1- 1, pp, 1190 120, 4, <https://doi.org/10.1093/alcac/agu052.89>.
30. Kim, R.& MiGu, H. (2001). The Effect of Internal Control and Achievement Motivation in Group Counseling based on R. T. **Journal of Reality Therapy**, 20(2), 12- 16.
31. Lefcourt, H. (1976). **Locus Of Control: Current Trends in theory and Research**. Hillsdale, N. J: L. Erlbaum Associates.
32. Lefcourt, H. M. (1981). **Research with the Locus of Control Construct**. New York: Academic.
33. Nowicki, S. (2016). **Choice or Chance: Understanding Your Locus of Control and Why it Matters**. Amherst, NY, Prometheus Books.
34. Pedigo, T. W., Robey, P. A.& Tuskenis, A. D. (2018). Realizing health: The path of mindfulness and choice theory. **International Journal of Choice Theory and Reality Therapy**, 38(1), 63- 75.
35. Perry, D. Passaro, et.al. (2004) A model for school Psychology Practice: Addressing the needs of students with Emotional and behavioral Challenges through the use of an In- school Support room and Reality Therapy. **Adolescence**; Roslyn Heights, Volume 39, Issue 155, pp. 503- 517.
36. Peterson, A., Chang, C.& Collons, P. (1997). The Effects of Reality Therapy of Locus of Control among Students in Asian Universities. **Journal of Reality Therapy**, 16 (2), 80- 87.
37. Phares, E. (1976). **Locus Of Control in Personality**. Morristown, NJ: General Learning Press.
38. Rotter, J. (1966). **Generalized External Control of Reinforcement**. Psychological Monographs, 80(1), 1- 28.
39. Rotter, J. B, Chance, J. E& Phares, J. (1972). **Applications of a Social Learning Theory of Personality**. New York: Holt, Rinehart and Winston.
40. Rotter, J. B. (1980). **Social Learning and Clinical Psychology**. New York: Johnson Reprint.
41. Stupnisky R. et.al. (2007) Comparing self esteem and perceived and perceived control as predictors of first- year college students' academic achievement. **Soc Psychol Educ** 2007; 10:303- 30.
42. Thatcher, J. A. (1983). The Effects of Reality Therapy Upon Self- Concept and Locus of Control for Juvenile Delinquents (**Published Doctoral Dissertation**). Kent State University, Ohio.
43. Weiner, B, Frieze, I, Kukla, A, Reed, L, Rest, S& Rosenbaum, R. (1969) **An attributional (cognitive) model of motivation**. United States Office of Economic Opportunity.

44. Weiner, B. (1981). Pride, pity, anger, guilt: Thought- affect sequences in the classroom. Paper Presented at the **Annual Meeting of the Western Psychological Association**, Los Angeles.
45. World Health Organization (2012). **Adolescent Mental Health: Mapping Actions of Nongovernmental Organizations and Other International Development Organizations**. Geneva: World Health Organization.
46. Wu AM, Tang CS, Kwok TC. (2004) Self efficacy, health locus of control, and psychological distress in elderly Chinese women with chronic illnesses. **Aging Ment Health** 2004; 8: 21- 8.
47. Wubbolding, R. E. (1988). **Using Reality Therapy**. New York: Harper Perennial.
48. Wubbolding, R.& Brickell, J. (2015). **Counselling with Reality Therapy (2<sup>nd</sup> ed.)**. UK: Speech Mark.
49. Wubbolding, R. E. (2011). **Reality Therapy**. Washington, DC: American Psychological Association.
50. Wubbolding, R. E. (2017). **Reality Therapy and Self- Evaluation: The Key to Client Change**. Alexandria, VA: American Counseling Association.
51. Yang, C. T& Ding, Y. Y. (2015) The Effects of a Reality Therapy Counseling on Locus of Control and Self- Concept Learning for Junior High School Students with Learning Disabilities. **Bulletin of Educational Psychology**, 46.doi: 10.6251/BEP.20140827.
52. Yuan- Wei Yao et.al (2017) Combined Reality Therapy and mindfulness mediation decrease intertemporal decisional Impulsivity in young adults with internet gaming disorder, **Computers In Human Behaviour**, Volume 68, Pp. 2010-2016.

# مجلة دراسات الطفولة

[ipcs.shams.edu.eg](http://ipcs.shams.edu.eg)

[ChildhoodJournal@Chi.ASU.Edu.Eg](mailto:ChildhoodJournal@Chi.ASU.Edu.Eg)