

بناء برنامج إرشادي علاجي معرفي لمعالجة الاضطرابات الانفعالية (القلق و الاكتئاب نموذجاً)

م.د.سفيان صائب المعاضيدي / مركز الدراسات التربوية والأبحاث النفسية

ملخص البحث :

يعد الإرشاد التربوي إحدى عمليات مساعدة الفرد على رسم الخطط التربوية التي تتلاءم مع قدراته وميوله وأهدافه.

ويهدف البحث الحالي بناء برنامج إرشادي علاجي معرفي لمعالجة الاضطرابات الانفعالية. و قد قام الباحث ببناء البرنامج وفقاً للنظريات المهمة و المختصة بالإرشاد التربوي و قد أطلع على عدد كبير من الدراسات المتوفرة في هذا الميدان ، كما تم عرض البرنامج على عدد من المختصين في التربية و علم النفس و أخذت آرائهم . و بعد ذلك تم اعتماد الصيغة النهائية للبرنامج الإرشادي ، بما يتوافق مع العينة التي تم بناؤه عليها .. و سيتم في العام الدراسي الحالي ٢٠١٠ - ٢٠١١ تطبيقه

**guidance program Structured to address therapeutic cognitive
emotional disorders**

(Anxiety and depression model)

Abstract:

Is one of the processes of educational guidance to help the individual to design educational plans that fit with the abilities and inclinations and goals.

And research aims the current instruction program heuristic therapeutic knowledge to deal with emotional disorders. And may the researcher instruct a program according to the theories of interested and competent guidance to education and has studied the large number of studies available in this field, as has been the program on a number of specialists in education and Psychology and took their views. And then was adopted the final version of the indicative program, consistent with the sample, which was built it .. And will be at a later stage of the current academic year 2010 - 2011 application.

مشكلة البحث و أهميته :

يعد الإرشاد التربوي إحدى عمليات مساعدة الفرد على رسم الخطط التربوية التي تتلاءم مع قدراته وميوله وأهدافه، ويهدف إلى تحقيق النجاح التربوي عن طريق فهم سلوكه ومساعدته في الاختيار السليم لنوع الدراسة ومناهجها وتحقيق الاستمرار، والنجاح. وحل المشكلات التربوية التي تتعلق بالمتفوقين والأخرى الخاصة بضعاف العقول المتأخرين دراسياً فضلاً عن المشكلات المتعلقة بالنمو واختيار نوع الدراسة، ومشكلات سوء التوافق ومشكلات سوء النظام... الخ، (الداهري، ٢٠٠٥: ٤١٤).

و من الممكن أن نقسم الإرشاد إلى :

١. الإرشاد العلاجي: هو عملية مساعدة الفرد في اكتشاف وفهم وتحليل نفسه ومشكلاته الشخصية والانفعالية والسلوكية التي تؤدي إلى سوء توافقه النفسي وحل مشكلاته ، والحاجة إلى الإرشاد العلاجي ماسة فهناك مشكلات قد تحدث للفرد فتؤثر على تكيفه وعلاقاته وقد تؤدي إلى الإصابة بالأمراض العصبية والذهان مما يوجب حل تلك المشكلات قبل الإصابة بالأمراض (الداهري، ٢٠٠٥ : ٤١٤).

٢. الإرشاد المهني: هو مساعدة الفرد في اختيار مهنته بما يتلاءم مع استعداداته وقدراته وميوله ومطامحه وظروفه الاجتماعية وجنسه والإعداد والتأهيل لها والدخول في العمل والتقدم فيه، وبعبارة أخرى يهدف إلى وضع الشخص المناسب في المكان المناسب بما يحقق التوافق المهني ويعود على الفرد والمجتمع بالخير.

٣. الإرشاد الزواجي: هو عملية مساعدة الفرد على اختيار الزوجة للاستعداد للحياة الزوجية والدخول فيها والاستقرار والسعادة وتحقيق التوافق الزواجي وحل ما قد يطرأ من مشكلات زوجية قبل الزواج وإثاءه وبعده.

٤. الإرشاد الاسري: وهو عملية مساعدة أفراد الأسرة أفراداً وجماعات على فهم الحياة الأسرية ومسئولياتها لتحقيق الاستقرار والتوافق الاسري وحل المشكلات وتتبع الحاجة إليه من مشكلات الأبناء والوالدين بوصفها عينة من المشكلات الأسرية.

٥. إرشاد الأطفال: وهو عملية المساعدة في رعاية نمو الأطفال نفسياً وتربيتهم اجتماعياً وحل مشكلاتهم اليومية بهدف مساعدتهم لتحقيق نمو سليم متكامل وتوافق سوي. والحاجة إلى إرشاد الأطفال تعود إلى خصائص نمو الأطفال المميزة وهي سرعة النمو الكلي والحاجات النفسية التي ينبغي إشباعها، كما تتبع الحاجة لهذا النوع من الإرشاد من كون مرحلة الطفولة مرحلة أساسية في نمو الشخصية (الداهري، ٢٠٠٥ : ٤١٥).

وتتنوع أساليب الإرشاد وتباين بحسب طبيعة المشكلة ومتغيراتها وبحسب حاجات المسترشد، فضلاً عن مدى انتشار وشيوع المشكلة من حيث أنها مشكلة فردية أو عامة وبهذا يمكن تصنيف أساليب الإرشاد تبعاً لمدى شيوع المشكلة إلى ما يأتي:

١. أسلوب الإرشاد الفردي: وهذا النوع من الإرشاد يقدم إلى مسترشد واحد وجهاً لوجه في مكان خاص (زهران، ١٩٧٧: ٢٤٢)، حيث يعمل المرشد على تبادل المعلومات وإثارة الدافعية لدى

المسترشد وتفسير المشكلات ووضع خطط العمل المناسبة، ويشترط أن يسود جو المقابلة الثقة المتبادلة والتسامح والاحترام كما يكون من حق المسترشد الخيار في التعبير عن جميع مشاعره دون تردد أو خوف من النقد

(ظاهر والجرادي، ١٩٨٦: ٦٤) (Clanze, 1964: 75) ويجب أن يكون للمرشد الخبرة والمهارة في التعامل مع المسترشد لتوضيح المشكلة وحلها (Omer , Mohamed , 1986 : 94).

٢. أسلوب الإرشاد الجماعي: ويتبع هذا الأسلوب في إرشاد عدد من المسترشدين الذين تتشابه مشكلاتهم واضطراباتهم في جماعة صغيرة كما يحدث في جماعة إرشادية أو في فصل دراسي.

ويعد الإرشاد الجماعي عملية تربوية، إذ يقوم أساساً على موقف تربوي وتضم الجماعة الإرشادية عدداً من المسترشدين، وهي أما طبيعية كجماعة طلاب الصف الدراسي أو مصطنعة يكوئها المرشد (زهران، ١٩٧٧: ٣٤٤) ويقوم الإرشاد الجماعي على أسس نفسية واجتماعية أهمها ما يأتي:

أ- أهمية الحاجات الثانوية (النفسية) للإنسان بوصفه كائناً اجتماعياً لذلك كان ينبغي إشباعها في إطار اجتماعي كالحاجة للأمن والنجاح والاعتراف والتقدير والمكانة والشعور بالانتماء والمسؤولية (صالح، ١٩٨٥: ٢٥).

ب- أهمية المعايير الاجتماعية في تحديد سلوك الفرد.

ج- تعتمد الحياة في العصر الحاضر على العمل في جماعات وتتطلب ممارسة اساليب اجتماعية مقبولة واكتساب مهارات التعامل مع الجماعة.

د- يعد تحقيق التوافق الاجتماعي هدفاً من اهداف الارشاد.

هـ- تعدُّ العزلة الاجتماعية سبباً من اسباب المشكلات والاضطرابات النفسية (زهران، ١٩٧٧: ٣٤٤-٣٤٥).

وهناك اسلوبان في الارشاد يمكن الاعتماد على احدهما في تقديم الخدمات الارشادية وذلك بحسب طبيعة المسترشد وطبيعة المشكلة المراد حلها وهما:-

١- الارشاد المباشر (Directive Counseling):

هو الارشاد الموجه الممركز حول المرشد او الممركز حول الحقيقة، وفيه يقوم المرشد بدور ايجابي نشط في كشف الصراعات وتفسير المعلومات وتوجيه المسترشد نحو السلوك الموجب المخطط مما يؤدي الى التأثير المباشر في تغيير الشخصية والسلوك وفيه يتحمل المرشد مسؤولية اكبر من تلك التي يتحملها المسترشد ليعدَّ بهذا نوعاً من الارشاد المفروض (الداهري، ٢٠٠٥: ٣٢٨).

ويهدف الارشاد المباشر الى حل مشكلات المسترشد وإعادة الفرد الى مواقفه تدريجياً، وإنَّ الاشباع والرضا اللذان يتحققان نتيجة حل مشكلات المسترشد يزيد من ثقته بنفسه وبالمُرشد ويعملية الارشاد. ويرتبط الارشاد المباشر بميدان التربية والتعليم إذ يتبع المرشد اسلوباً معيناً لتعليم المسترشد كيفية حل مشكلاته، أي أنَّ الاجراء الخاص بالتعليم وإعادة التعليم والخبرة والنمو في عملية الارشاد اجراء اساسي في الارشاد المباشر، ويعد ولياسون راند هذه الطريقة (زهران ، ١٩٨١: ٢٦٢) .

٢- الإرشاد غير المباشر (Non Directive Counseling):

صاحب هذه الطريقة (Rogers)، ويرى ان طريقته تُعدُّ طريقةً مستقلةً وليست مستمدة من نظريات او طرق معدلة، ويعتقد أنَّ الانسان خَيْرٌ بطبعه ويملك القدرة على حل مشكلاته الشخصية، وهذه الطريقة تؤكد أنَّ الافراد يملكون القدرة على فهم المواقف المسببة لعدم سعادتهم، ويظهر دور المرشد هنا في قدرته على تعزيز هذه القدرات اذا كان قد اسس لعلاقة سليمة مع المسترشد فغالباً تتسم هذه العلاقة بالتقبل والدفء والتفهم والمشاركة الوجدانية والحب غير المشروط (صالح ابو عبادة، ٢٠٠١) في (الداهري، ٢٠٠٥: ٤٣٣)، ويقوم الارشاد غير المباشر على اساس أنَّه لا يستطيع احدٌ أن يعرف وجهة نظر الاخرين وبماذا يفكرون وماذا يفعلون. ويحترم التوجيه والارشاد غير المباشر الحلول الشخصية للمشكلة ويعطي للمسترشد الحق المطلق في اتخاذ قراراته الخاصة (زهران، ١٩٩٥: ٢٦٩).

الارشاد الخياري: وفيه لا يتحيز المرشد لأسلوب معين من اساليب الارشاد، ولا يفضل طريقة على اخرى، بل يكون مرناً ويختار وينتقي الاسلوب الذي يتناسب مع الحالة (المصدر السابق، نفسه: ٢٦٩).

مما تجدر الإشارة إليه أنَّ علماء النفس البريطانيين يفضلون الإرشاد المباشر على عكس علماء النفس الأمريكيين. (Vernon, 1964) في (زهران، ١٩٧٤: ٢٦٨).

و تبرز مشكلة البحث الحالي و اهميته من الكم الهائل من المشكلات الأرشادية التي يعيشها المرشدون التربويون و التي تحتاج الى حلول عملية واقعية و كذلك من الحاجة الفعلية الى بناء برنامج ارشادي علاجي معرفي لبعض الاضطرابات النفسية .

نظريات الإرشاد النفسي :* أولاً: الإرشاد النفسي الظاهراتي:

تنطلق هذه النظرية من الاتجاه الانساني في علم النفس الذي يركز على قدرة الفرد على النمو الايجابي واكتساب السلوك الاجتماعي بتعرضه لمواقف اجتماعية متعددة وخبرات مختلفة (ابو عطية، ١٩٩٧: ١٣٧)، إذ يتميز الفرد في الظاهراتية بالعقل والقدرة على تكوين العلاقات الاجتماعية ومن ثم اكتساب السلوك السوي والتحكم بالغايز الفسيولوجية، فهو يولد وله القدرة على التخلص من السلوك غير السوي (ابو عطية ، ١٩٩٧ : ١٣٨) وترى هذه النظرية أن السبب الاساسي لتعرض الأفراد للاضطرابات النفسية هو شعورهم بأنهم ليسوا ذا قيمة (worthlessness) وهو شعور مؤرق، ولذلك فأنَّ معظم قراراتهم تتخذ من قبل الاخرين وهم يواجهون صعوبات كبيرة بسبب الفارق الكبير بين النظرة التي يحملونها عن ذواتهم وبين الواقع ، فالذات تأخذ عندهم تأخذ صوراً مختلفة، إذ هي تختلف عن الواقع وتختلف ايضاً عنها لدى الاخرين أو كما يراها الآخرون (الرشيدي والسهل ، ٢٠٠٠ : ٤١٤) .

ومن اصحاب نظرية الارشاد الظاهراتي (Carl Rogers) صاحب نظرية الذات (الارشاد المتمركز حول الذات) .

* نظرية الارشاد المتمركز حول الذات: يعد (Carl Rogers) صاحب نظرية الارشاد غير المباشر (Non Direct Theory) والتي سميت باسم الارشاد المتمركز حول المسترشد (Client - centered Theory) اول من عمل على تطوير نظرية الذات، اذ يقدم روجرز نظريته في الشخصية بناءً على مفهومات اساسية هي (الكائن العضوي (organism) وهو الكل المنظم في كل لحظة من لحظات حياته، والمجال الظاهري (Phenomenal field) وهو الواقع المحيط بالفرد ، والذي يدرك اهميته، والذات (The self) وهي سلسلة من المدركات والقيم تنشأ من تفاعل الكائن العضوي مع البيئة (ابو عطية ، ١٩٩٧ : ١٤٢) ، والخبرة ، وهي مواقف حياتية متعددة يعيشها الفرد نتيجة لتفاعله معها، والسلوك: وهو النشاط الموجه نحو هدف معين تقوم به الكائنات العضوية لاشباع حاجاتها كما تدركها هذه العضوية (العزة وعبد الهادي، ١٩٩٩ : ١١٠) . ويرتبط تحديد الشخصية بمفهومات الادراك والقدرة الادراكية والحاجة الى تقدير الاخرين (تقدير الذات) (ابو عطية ١٩٩٧ : ١٤٢)، وان اهداف الارشاد في نظرية الذات تتركز في:-

١. مساعدة المسترشد على ادراك خبراته المهتدة لذاته وغير المهتدة بطريقة يستطيع معها ترميزها ووعيها وادماجها في مفهومه عن ذاته .

٢. مساعدة المسترشد على التوفيق بين مفهومة عن ذاته وخبراته ليستطيع ان يقوم بأعماله.

٣. مساعدة المسترشد على النضج وازالة العوائق التي تقف امام تحقيقه لذاته (العزة وعبد الهادي ، ١٩٩٩ : ١١٤) .

أ- لذا فان العملية الارشادية تعمل اساساً على مساعدة المسترشد في الكشف عن ذاته الواقعية وتقبلها، ومن ثم محاولة تنميتها في ضوء قدراته التي كانت خافية عليه (الرشيدي والسهل، ٢٠٠٠ ، ٤٢٠)، وبخلاف العديد من النظريات الارشادية الاخرى نجد انها تهدف اساساً الى زيادة الاستقلالية والتكامل عنده، ولهذا فان التركيز هنا يكون على المسترشد وليس على مشكلته (الرشيدي والسهل، ٢٠٠٠ : ٤٣٠)

ثانياً: الإرشاد النفسي الوجودي

ينطلق أصحاب المذهب الوجودي من رفض مفهوم تجزئة النظرة للانسان، فهم يرون ان فهم حقيقة الانسان وجوهره ينبع من النظرة اليه نظرة كلية بوصفه أحد الظواهر الطبيعية في هذا العالم، إلا أنه مخلوق معقد وهو الوحيد الذي يستطيع أن يعبر عن العالم وأن يفهمه وأن يعكس وجوده ويصدر قراراته بحرية ويحدد اهدافه ويحققها (ابو عطية، ١٩٩٧ : ١٧٨) ويعد الارشاد النفسي الوجودي خليطاً من اللاهوت والفلسفة والطب النفسي وعلم النفس الذي يدرس سلوك الانسان ومشاعره ، اذ ينظر الوجوديون الى ان الانسان يعيش في عوالم ثلاثة هي (العالم المحيط بالفرد كله (Mwelt) والذي يشترك فيه مع جميع الكائنات وهذه حتمية العالم البيولوجي، و(العالم الذاتي او الشخصي

"العالم الخاص (Eigenwelt)" ويتمثل بالمواصفات الداخلية للفرد التي تميزه عن الآخرين والتي يستطيع الفرد من خلالها أن يفهم ذاته وأن يصدر عليها أحكامه.

١. (الرشيدي والسهل ، ٢٠٠٠ ، ٣٨٠) .

ثالثا : الارشاد النفسي السلوكي

ترجع اصول النظرية السلوكية الى الفلاسفة الاغريقين (فيثاغورس وهرقليس) ، الذين نظروا الى الانسان على انه الجسد المادي ولا شيء غير ذلك ، والسلوكية التقليدية ترجع التعلم الارتباطي للواقع المادي الملموس للعلاقة بين المثير والاستجابة ، واول دراسة علمية تجريبية لسلوك الانسان ظهرت في روسيا على يد (بافلوف) بأسم الاستجابة الانعكاسية (Reflection Response) . أن المدرسة السلوكية تعتقد بان السلوك الانساني ما هو الا مجموعة من العادات التي تعلمها الفرد او اكتسبها في اثناء مراحل نموه المختلفة، وان الاضطراب السلوكي عند الفرد يتكون ناتجا لاحد العوامل الاتية:

١. الفشل في اكتساب او تعلم سلوك مناسب .
٢. تعلم اساليب سلوكية غير مناسبة .
٣. مواجهة الفرد لمواقف متناقضة لا يستطيع اتخاذ القرار المناسب لها .
٤. ربط استجابات الفرد بمنبهات جديدة لاستثارة الاستجابة (ابو عطية، ١٩٩٧ : ١٥٢) .

ويرى كل من (Rimbolt and Thereson) ان الارشاد السلوكي ما هو الا عملية مساعدة تعلم اساليب حل المشاكل الشخصية والعاطفية عن طريق اعادة الظروف التي تحقق السلوك المنشود (ابو عطية ، ١٩٩٧ : ١٥٤) .

رابعا : الارشاد النفسي المعرفي

بدأ الاهتمام بالارشاد المعرفي في بداية السبعينات بعد أن تزايد الاهتمام بدراسة العمليات المعرفية وعلاقتها بالجوانب والوظائف النفسية التي تقوم اساساً على علم النفس المعرفي (cognitive psychology) الذي يهتم بالعمليات المعرفية من (الاحساس والادراك والذاكرة والتفكير واللغة) (الشناوي ، ١٩٩٦ : ٤١١) .

ان الفرضية الاساسية التي تقوم عليها النظرية المعرفية السلوكية هي: " ان الناس هم انفسهم الذين يوجدون مشكلات نتيجة للطريقة التي يفسرون بها الاحداث والمواقف التي تواجههم " لذلك يقوم الارشاد السلوكي المعرفي بعملية اعادة للتنظيم عند المسترشد بما ينتج عنه اعادة للتنظيم السلوكي (الرشيدي والسهل ، ٢٠٠٠ : ٤٧٩) . ويؤكد كل من (Craighead , Dazdrn , Mohoney) على اربعة عوامل معرفية اساسية تؤثر على نحو كبير

على السلوك الانساني وهي :

- أ- الانتباه : ويعني به وعي المسترشد للاحداث البيئية المحطة به .

ب- العمليات الوسيطة : وهي تلك العمليات الإدراكية التي تشمل التمثيل المعرفي للأحداث البيئية .

ج- المكونات السلوكية : وهي الأجزاء السلوكية التي يحددها المرشد للوصول إلى إجراء تغيير أو تعديل معين للسلوك .

الظروف المحفزة : وهي اهتمام المرشد السلوكي بالتركيز على ما يتوقعه المرشد من سلوك يقوم به ، وليس على نتائج هذا السلوك فقط (الرشيدي والسهل ، ٢٠٠٠ : ٤٨٠) .
مراحل العملية الإرشادية:

هناك عدة مراحل للعملية الإرشادية من أجل مساعدة المرشد على التخلص من الأفكار والاتجاهات غير الانفعالية واستبدالها بأفكار واتجاهات معقولة وهي:

المرحلة الأولى: في هذه العملية نثبت للمرشد أنه غير منطقي ثم نساعد على أن يفهم لماذا هو كذلك، والمرحلة الثانية: هي أن نوضح له العلاقة بين أفكاره غير المنطقية وبين ما يشعر به من تعاسة واضطراب، أما المرحلة الثالثة: فتتمثل بأن يطلع المرشد على كيفية احتفاظه بالاضطراب لكي يغير تفكيره ويترك التفكير غير المنطقي، وأما المرحلة الأخيرة: فتتمثل بالتعامل مع الأفكار الأكثر عمومية ومع فلسفة المرشد ونظرته إلى الحياة، ونتيجة لهذه العملية يكتسب المرشد فلسفة عقلية ويستبدل الأفكار والاتجاهات غير المنطقية بأخرى منطقية وعندما يتحقق ذلك فإنه يتخلص من الانفعالات ومن السلوك المهدد للذات المبني على تلك الانفعالات (باترسون.س.هـ. ١٩٨١ : ١٨٥).

ويمكن أن نستخلص من ذلك: أن الإرشاد النفسي العقلاني يستخدم آليات رئيسة لتحقيق أهدافه وهي: الطرق المعرفية، وتتم من خلال التحليل المنطقي للأفكار غير المنطقية، والأبحاث والتثبيت المعرفي وتقديم الخيارات البديلة، والدقة اللفظية، ووسائل التسلية واستخدام المرح (الظاهر، الطيب، ١٩٩٤ : ١٢٤) في (الداهري، ٢٠٠٥ : ٥٢٥) فضلاً عن ذلك استخدام استراتيجيات الهجوم عن طريق الدعاية المضادة ودور الإقناع والتشجيع، وكذلك الأساليب الانفعالية كالتقبل غير المشروط وأسلوب النموذج وتمثيل الأدوار وأسلوب معالجة الشعور بالخزي والدونية واستخدام الوسائل السلوكية الفعالة الموجهة ومنها الوظائف البيئية والتعزيز والعقاب وتدريب المهارات والتخيل والاسترخاء. (الشناوي، ١٩٩٤) في (الداهري، ٢٠٠٥ : ٥٢٦).

ويحدد (Ellis) درجة الاضطراب الانفعالي السلوكي بدرجة اتجاهه نحو هذه الأفكار الأخلاقية غير المنطقية وهو يرى أن لدى الفرد القدرة على أن يغير اتجاهاته الخاطئة إذا أصبحت واضحة لديه ويمكن للمرشد أن يقوم بتوضيح الاتجاهات والمعتقدات لدى المرشد بتحليل أسباب الاضطراب الانفعالي،

ويتم هذا بتحليل الخطوات التالية والتي اطلق عليها اسم نظرية (A B C D E theory) تعني (A) العامل المنشط للاضطراب الانفعالي والتي تتمثل في حدث او موقف او خبرة، وتعني (B) نظام المعتقدات او تصور الفرد لهذا الموقف، أما (C) فتعني الحالة الانفعالية التي يمر بها المسترشد، وأما (D) فتعني دور المرشد في تحديد تفكير المسترشد والافكار اللامنطقية ومحاولة تعديلها (العملية الارشادية)، بينما تدل (E) على احداث التغيير (وصول المسترشد لحالة التغيير في الافكار اللامنطقية) (الشاذلي، ٢٠٠١: ١٩٩).

مفهوم الاضطرابات السلوكية

يتضمن مصطلح الاضطرابات السلوكية (Behavioral Disorder) أنماطا واسعة ومختلفة من السلوكيات التي تعد غير متكيفة، او منحرفة، او شاذة عما هو مألوف من الفرد الذي يقوم بها نسبة الى عمره، وما هو متوقع منه في موقف معين. (Apter, 1982: 113) وتمثل الاضطرابات السلوكية مشكلة اجتماعية خطيرة، وتعد الأنماط السلوكية التي تعد اضطراباً سلوكياً ذات تكرار، كما انها المسؤول الأساسي عن عدد كبير من الحالات المرضية (كازدين، ٢٠٠٠: ١١).

وعلى الرغم من ان مصطلح الاضطرابات السلوكية (Behavioral Disorder) من المصطلحات الحديثة الا انه مرادف لمصطلح الاضطراب الانفعالي والاضطراب العاطفي او المشكلات السلوكية التي اشارت اليها بعض الأدبيات والتي كان أول ظهور لها في عام ١٩٠٠ م. (يحيى، ٢٠٠٠: ١٥)

ويعد ويكمان (Wikhman)، أول من استخدم مصطلح الاضطراب السلوكي عام ١٩٢٨م لذلك بدأت بعد هذا التاريخ دراسات عديدة استهدفت تحديد أسبابه وحجمه وأساليب علاجه.

(Rubin Ballw, 1978 : 166)

ويبدو أن الاضطرابات السلوكية بالمعنى العام شائعة الحدوث عند الأفراد، وعند ذوي الحاجات الخاصة منهم أيضا، لكنها لا تعد خطيرة أو حادة وتحتاج الى تدخل علاجي ونفسي سريع الا إذا تكررت واشتدت وأدت الى أنماط سلوكية غير تكيفية (Schwartz & Johnson, 1980: 225). ويشمل مصطلح الاضطرابات السلوكية أنماطا متعددة ومتنوعة من السلوكيات التي تعد غير سوية أو منحرفة أو شاذة عما هو مألوف في سلوك الفرد نسبة الى عمره والى ما هو متوقع منه في موقف معين، مثل القلق المرضي، الأكتئاب، الرهاب المرضي..... وغيرها (Apter, 1982: 113)

ويحدد لابرث وباور (Lampert & Bower ١٩٦١) مفهوم الاضطراب السلوكي عند الأطفال بأنه انخفاض ملحوظ في الحرية السلوكية التي تؤدي الى انخفاض في قدرته على اداء وظيفته في الجوانب الآتية :-

- أ. ضعف القدرة على التعلم، التي لا ترجع الى أسباب عقلية أو جسمية أو فسلجية أو صحية
- ب. ظهور أنماط سلوكية غير ملائمة أو غير ناضجة أدنى من متطلبات التكيف الطبيعي.
- ج. ضعف القدرة على بناء علاقات شخصية مقبولة مع الآخرين.

د. ظهور الاستعداد الى الإصابة باضطرابات الكلام والخوف.

هـ. ظهور حالات المزاج النفسي السلبي. (Berdie, 1959 : 320)

أما كواي (Quay) فقد وضع تصنيفاً للاضطرابات السلوكية من خلال البيانات التي

جمعها السلوك و اضطراباته ، تكون هذا التصنيف من أربع فئات هي :-

١- اضطرابات التصرف (Conduct Disorder)

٢- اضطرابات الشخصية: (Personality Disorder)

٣- الجنوح الاجتماعي (Socialized Delinquency)

٤- عدم النضج: (Immaturity) (Heward & Orlansky , 1980 : 216)

بينما صنف " وولكر Walker " الاضطرابات السلوكية الى خمس فئات هي :

١- النشاط الموجه نحو الخارج (Acting - Out)

٢- الانسحاب (Withdrawal)

٣- تشتت الانتباه (Distractibility)

٤- اضطرابات العلاقات مع الآخرين (Disturbed Relation)

٥- عدم النضج (Immaturity) . (Shea ,1978 : 301)

كما حدد (يحيى ، ٢٠٠٠) الخصائص العامة للمضطربين سلوكياً على مختلف فئاتهم بما

يأتي :

١. إن بعضهم غير قادر على فهم المعلومات التي ترد من البيئة .

٢. تكون مهارات الذاكرة لديهم ضعيفة .

٣. يظهر القلق في السلوك الملاحظ لديهم الذي يوصف بالخوف والتوتر والاضطراب

٤. يستخدم سلوكيات لفظية أو غير لفظية لجذب انتباه الآخرين.

٥. يبدو على الطفل المضطرب سلوكاً فوضوياً مثل الكلام غير الملائم والضحك والتصفيق والضرب

بالقدم .

٦. القيام بسلوكيات جديّة أو لفظية عدائية ضد الذات والآخرين .

٧. التقلب في المزاج من حزن الى سرور ومن سلوك عدواني الى سلوك انسحابي.

٨. الميل للمنافسة .

٩. ضعف القدرة على التركيز لوقت كاف لإنهاء مهمة ما .

١٠. الاندفاعية أي الاستجابة الفورية لأي مثير.

١١. النزعة الى الاستمرار بنشاط معين على الرغم من انتهاء الوقت المناسب لهذا النشاط.

١٢. مفهوم ذات سيئ أو متدنٍ .

١٣. المقاومة المستمرة والمتطرفة للاقتراحات والنصائح والتوجيهات المقدمة إليه من الآخرين .

١٤. النشاط الزائد من دون تنظيم و توجيه .

١٥. البلادة والبطء في السلوك .

١٦. الميل للانسحاب والهروب من موقف .

١٧. مسايرة الآخرين في بعض الأنماط السلوكية دون تفكير بعواقب ذلك السلوك.

١٨. النشاط المناقض للثوابت والاتجاهات . (يحيى، ٢٠٠٠: ٩٢- ١٠٠)

يبدو مما تقدم أن هناك مواصفات أو خصائص متعددة للمضطربين سلوكياً إذ يمكن توزيع هذه المواصفات بين أنماط الاضطرابات السلوكية ، إذ إن الاضطرابات السلوكية متعددة، قد لا يمكن حصرها بسهولة . (يحيى ، ٢٠٠٠ : ١٦)

وهناك عوامل أو أسباب قد تسهم في نشوء الاضطرابات السلوكية عند الأفراد ومن هذه العوامل ما يتعلق بالجوانب البيولوجية، إذ هناك علاقة بين جسم الفرد وسلوكه على الرغم من عدم وجود تأكيد قوي على تأثير العوامل البيولوجية في الإصابة بالاضطرابات السلوكية لاسيما البسيطة منها ولكن قد يظهر تأثير هذه العوامل بوضوح في حالات الاضطرابات السلوكية الشديدة . (Hallahan & Kanffman , 1982 :2030) ، ويرى ديلاالا وجوستمان ، (Dilalla & Gottesman,1989) ١٩٨٩ ان نتائج العديد من الدراسات توضح ان العوامل الوراثية تلعب دوراً مهماً في تعرض الأفراد للاضطرابات السلوكية ، ويظهر ذلك بشكل فاعل من خلال تأثير العوامل الجينية والعصبية والبيوكيميائية لاسيما عمليات الايض . (كازدين، ٢٠٠٠: ١١٣) وهناك عوامل أسرية لها تأثير فاعل في تكوين الاضطرابات السلوكية لدى الفرد لأن الأسرة تؤدي دوراً مهماً في تنشئة الطفل وتشكيل سلوكه . (الريحاني ، ١٩٨٥ : ٧١) .منها القيم السائدة في الأسرة، وتعدد مصادر الضغوطات على الأسرة ، والمعاملات العنيفة في داخلها (كازدين، ٢٠٠٠ : ٤٤-٤٥) ، لذا فإن أساليب التنشئة الأسرية وتحديد أساليب تكوينهم فضلاً عن طبيعة العلاقة بين الآباء والأمهات ، وبينهما وبين الأطفال قد تؤدي الى حدوث اضطرابات سلوكية عند الأطفال عندما تكون هذه العلاقة مضطربة ومفككة. (Bruch , 1989 : 68) (السرطاوي وسالم، ١٩٨٧ : ٧٦) وقد توصلت بعض الدراسات إلى أن اضطراب سلوك الآباء قد يؤدي إلى اضطراب في سلوك الأبناء لاسيما إذا كانت لدى الطفل بعض الخصائص التي تساعد على هذا الانحراف أو الاضطراب. (Texlor,1969 :312)

فضلاً عما تقدم من عوامل بيولوجية وعوامل أسرية فهناك بعض العوامل المتعلقة بالمدرسة والتي لها بعض التأثير في تكوين بعض الاضطرابات السلوكية لدى الأفراد في المجتمع (Heward , 79 : 1980) . فإذا كان التفاعل مع الطفل في المدرسة خالياً من الاهتمام ويتسم بالقسوة وعدم الثبات وان الضغوط عليه قد تكون عالية ولاسيما في الانحياز منه كل هذا يؤدي به الى الاضطراب (Tolbert,1980 : 312) وكذلك موقع المدرسة، ونسبة المعلمين الى التلاميذ، والوضع الاجتماعي لأسر التلاميذ (كازدين، ٢٠٠٠: ١٢٢-١٢٣)

النظريات التي فسرت الاضطرابات السلوكية

يبدو أن الاضطرابات السلوكية ظاهرة موجودة لدى الكثيرين، ولكن هذا الوجود يكون بنسب مختلفة، وتظهر بأساليب متعددة ومتنوعة، ونظراً لخطورتها وأثارها السلبية على الفرد والمجتمع على حد سواء، لذا فإن موضوع الاضطرابات السلوكية نالت اهتمام علماء النفس وحاولوا تفسيرها كما اختلفوا الى حد ما في هذا التفسير نتيجة اختلاف الأطر النظرية التي انطلقوا منها، ومن اهم النظريات التي حاولت تفسير الاضطرابات السلوكية هي :

اولاً- النظرية السلوكية (Behavioral Theory):

ترى النظرية السلوكية أن معظم السلوكيات متعلمة باستثناء الأفعال الانعكاسية وعندما تحدث العلاقة الوظيفية بين البيئة واستجابة الفرد يحدث التعلم، لذا فإن السلوك المضطرب هو سلوك متعلم وتعارض النظرية السلوكية إطلاق تسميات على الطفل بأنه مريض أو شاذ، لأن السلوك اللاتكيفي لا يحدث بسبب عملية الايض (يحيى، ٢٠٠٠ : ٤٠)

وأشار نيوكومر (Newcomer) إلى بعض الافتراضات في النموذج السلوكي وهي:-

١. معظم السلوك متعلم .
٢. يمكن استبدال السلوكيات غير المناسبة عن طريق التعزيز للسلوكيات المناسبة.
٣. يمكن التنبؤ بالسلوك وضبطه إذ تمت معرفة الخصائص البيئية المؤثرة فيه

(Steven & conoley, 1984:85)

وعليه فإن السلوكيات الطبيعية والمنحرفة تحدث من خلال معطيات عملية التعلم وما يرافقها من تعزيز أو عقاب، لذلك إذا كوفئ الطفل على السلوك المضطرب مثل ثورات الغضب والعدوان فإنه يتعلم هذا السلوك (Kauffman, 1981: 272)

ثانياً- النظرية المعرفية (Cognitive Theory):

تفسر النظرية المعرفية الاضطرابات السلوكية من خلال التصور المعرفي للبناء الانفعالي للإنسان وعلاقته بالعمليات العقلية، لذا فإن حدوث خلل أو اضطراب من ذلك التيار يؤثر في جوانب الشخصية الأخرى مثل العمليات المعرفية كالإدراك والتذكر والتفكير بالإضافة الى المهارات (النفسحركية)، كما ان الشخص المضطرب هو شخص يعاني من عدم القدرة على إشباع حاجياته الإنسانية الأساسية المتمثلة بالإيثار والاحترام، ويتسم بإنكاره للواقع الذي يعيش فيه سواء كان الإنكار جزئياً أو كلياً . (الجبوري، ١٩٩٤ : ٤٧)

وينظر بياجيه (Piaget) إلى الإنسان نظرة ايكولوجية، أي بوصفه جزءاً لا يتجزأ من البيئة فهو يتأثر فيها ويؤثر فيها وان تفاعله مع البيئة يعتمد على المخططات (السكيما، Schema) التي تكونها بنى معرفية موروثية، وهي تعمل بمثابة ادراكات توجهه للاتصال مع البيئة، والتي تتأثر بخبرات الطفولة، فإذا كانت هذه الخبرات سلبية تكون نظرة (السكيما) للذات والعالم والمستقبل نظرة

سلبية مما تولد لديه استعدادا للإصابة بالاضطرابات لاسيما عندما يواجه ضغوطا، لأن الضغوط يمكن أن تنشط المخطط السلبي لديه فتصبح منظومته المعرفية السلبية هي أكثر سيطرة عليه فتسمح بظهور اعراض الاضطرابات. (الداود، ٢٠٠١ : ٣٤)

ثالثا- النظرية البيئية (Environmentalism Theory)

تفسر هذه النظرية الاضطرابات السلوكية على وفق مبدأ أن الاضطرابات التي تحدث للأطفال لا تحدث من العدم أو من الطفل وحده، بل هي التفاعل الذي يحدث بين الطفل والبيئة المحيطة به ، لذا تؤكد هذه النظرية ان حدوث الاضطراب السلوكي يعتمد على نوع البيئة التي ينمو فيها الطفل. (Swanson , 1981: 113)

ويرى (هارنج وفيليبس Haring & Philips) إن المضطرب سلوكياً هو الذي لديه مشكلات شديدة مع الأشخاص الآخرين مثل الأصدقاء والزملاء أو الآباء أو المعلمين. (يحيى ، ٢٠٠٠ : ٤٠)

ويمكن معالجة الاضطراب السلوكي من خلال تغيير البيئة التي يعيش فيها الطفل وسببت له هذا الاضطراب ، فهو يحتاج لنوع معين من البيئات التي تساعد على النمو بشكل طبيعي وتوفر له خبرات تساعد على تعلم امور حياته العامة بشكل طبيعي . (Shea , 1978: 232).

ولا تعد النظرية البيئية الاضطراب السلوكي مرضاً للطفل بل تنظر إليه معوقاً يمكن معالجته من خلال تقدير المؤثرات البيئية في بيئته. (Paul & Espanchin , 1992 : 87)

فالنظرية البيئية تميل إلى ربط الفرد بالبيئة، فالفرد لا ينفصل عن بيئته، ومن ثم فإن مشاكل الفرد تصبح شائعة لدى المجتمع، ولا يتم التعامل مع المشاكل بشكل فردي، وكنتيجة إذا كان هناك اضطرابات لدى المجتمع فإن الفرد سيتأثر بالبيئة، فالنظام البيئي يقدم لنا نموذجاً يقول ((لقد أسأت لي ، وأنا سوف أسيء لك)). (الساعدي ، ٢٠٠٢ : ٣٧)

رابعا- النظرية البيولوجية (Biological Theory)

تؤكد هذه النظرية دور العوامل البيولوجية في تكوين بعض الاضطرابات السلوكية على الرغم من صعوبة اظهار العلاقة السببية بين أنواع معينة من العوامل البيولوجية والاضطراب السلوكي ، لكن هذه العوامل تظهر بوضوح في بعض حالات الاضطرابات السلوكية الشديدة . (Kauffman,1981:203)

ويعزو الاتجاه البيولوجي الاضطرابات السلوكية الى العوامل الجينية والعصبية والبيوكيميائية وبخاصة عمليات الأيض. (New Comet ,1980:113) فأى اختلال في هذه الجوانب قد يجعل الطفل غير قادر على ان يتفهم معايير الفرق بين السلوك السوي والسلوك غير السوي (يحيى ، ٢٠٠٠ : ٩٧) .

أ- القلق

يعد من المشكلات الشائعة و تتعدد صورته و مظاهره كما أنه يعد من العوامل المصاحبة لكافة أو معظم الاضطرابات النفسية .

ب - الاكتئاب (Depression)

ينشأ الاكتئاب نتيجة للتعب الانفعالي ، ويمكن ان تكون خبرة محطمة ، وقد تكون تعبير عما يعانیه الفرد من إرهاق . (ويكس ، ١٩٨٥ : ٩٨) .

والوحدة النفسية تُعد أحد أسباب الاكتئاب وتمثل عرضاً من أعراضه . (زهران ، ١٩٧٧ : ٤٣)

ومن مظاهره (انخفاض الإيقاع المزاجي ومشاعر الامتعاض المؤلم وصعوبة التفكير، والتأخير النفسحركي وقد يختفي إذا كان الفرد يعاني من قلق أو وسواس) ، وهو حالة باثولوجية (Pathology) تدل على معاناة في الجهاز النفسي وشعور بالذنب مصحوب بنقص ملحوظ في الإحساس بالقيمة الشخصية والنشاط العضوي دون وجود نواقص حقيقية . (خضر والشناوي ، ١٩٨٨ : ٦٤٠) .

وصنف كندال (١٩٦٨) الاكتئاب إلى أربعة أصناف رئيسية هي الكآبة النفسية ، الكآبة الذاتية ، اكتئاب سن اليأس (السوداء) والاكتئاب الدوري . (العوادي ، ١٩٩٢ : ٦٨) .

و من المظاهر المصاحبة للقلق و الأكتئاب الآتي :

١ - الانعزال (Isolation)

هو عدم الاتصال بالجماعات البشرية بسبب عوامل جغرافية أو اجتماعية ويعني عدم مشاركة الفرد في شؤون الجماعة لعدم قدرته أو رغبته في ذلك . (سليم ، ١٩٨١ : ٤)

وتتمثل حاجة الفرد لاختلاء بنفسه حاجة ملحة أخرى ، وقد يشعر الفرد المنعزل بالقلق المفرط إذا نظر إليه الآخرون ، ويؤدي الاكتفاء بالذات والاختلاء بالنفس إلى تظمين حاجته البارزة في الاستقلال التام بذاته .

وهو نفسه يعتبر استقلاله شيئاً ذا قيمة إيجابية . وتشير بعض خصائص المنعزل إلى مزايا خاصة اشدها بروزاً هي الاغتراب عن الناس ، والميزة الأخرى التي تعتبر غالباً مقصورة على العزلة هي الاغتراب عن الذات ، وان حاجة المنعزل هي عدم التورط . وتكون الحاجة إلى الكفاية الذاتية من أبرزها . (هورني ، ١٩٨٨ : ٥٦) .

وتمثل العزلة النواحي الأكثر إيجابية لكون الشخص وحيداً . فالوحدة أما أن تكون حالة كيانية مرتبطة بحضور الشخص نفسه أو حالة عقلية .

. (Diamant., & Windholz., 1981, p.462)

٢- الانطواء

هو نمط من أنماط الشخصية ، والمنطوي فردٌ يُؤثر العزلة والاعتكاف ويجد صعوبة في الاختلاط بالناس يقابل الغرياء بحذر وتحفظ وهو خجول ، شديد الحساسية ، يجرح شعوره بسهولة ، وكثير الشك ، ويكلم نفسه ، يستسلم لأحلام اليقظة ، يهتم بالتفاصيل ويضخم الصغائر ، دائم التأمل

في نفسه وتحليلها . (بيرس ، ١٩٨٧ : ٧) ، ولديه رغبة في الانعزال والوحدة ، ويتجنب التماس مع الواقع إلا بأقل قدر لازم . (كمال ، ١٩٨٣ : ٦٤٧) .

والانطواء النفسي والانطواء الذاتي أكثر أشكال التكيف للصعوبات انتشاراً ، وهو تكيف عقلي بحت ، فهو استسلام وإقلاع عن الكفاح الخارجي . (برنهارت ، ١٩٨٤ : ٥٨) .
ومما سبق ذكره يتضح أن هناك تداخل بين مفهوم الوحدة النفسية وكل من مفهوم الاغتراب والانعزال والاكتئاب والانطواء .

وان لكل من هذه المفاهيم عناصر مكونة أو تسهم في تكوين الوحدة ، وان من الخطأ استعمال أي من هذه المفاهيم منفصلة للتعبير عن الوحدة النفسية .

بناء البرنامج الإرشادي

بعد قيام الباحث بالخطوات السابقة قام بإعداد البرنامج الإرشادي بصيغته الأولية مستندا إلى النظريات التي تخص موضوع البحث ، فقد مرَّ إعداد البرنامج بالخطوات الآتية :

- ١- الاطلاع على ما توفر من أدبيات وأطر نظرية ودراسات سابقة في مجال بناء وتطبيق البرامج الإرشادية والتربوية والنفسية للإفادة منها في بناء البرنامج الحالي .
- ٢- قام الباحث بتوزيع مفردات الجلسات الإرشادية للبرنامج على مدار مدة البرنامج ، إذ بلغ عدد الجلسات (١٤) جلسة وتراوحت مدة هذه الجلسات من (٤٥-٦٠) دقيقة .
- ٣- قام الباحث بإعداد مقترح محتوى جلسات البرنامج الإرشادي لخفض الاضطرابات النفسية لدى طلبة المرحلة الإعدادية (بصيغته الأولية) . وتم عرضه على الخبراء المختصين بالعلوم التربوية والنفسية والإرشاد التربوي من جامعة بغداد والمستنصرية والبالغ عددهم (١٠) خبراء* . وتم الاتفاق من قبل الخبراء بعد تحليل استجاباتهم وآرائهم العلمية على عدد الجلسات وحاجة كل جلسة .
- ٤- بعد الأخذ بملاحظات وآراء السادة الخبراء على مقترح محتوى جلسات البرنامج الإرشادي وتحليل استجاباتهم وآرائهم العلمية وما يروونه مناسباً وإجراء تعديل عليه ، تم تحديد عدد جلسات البرنامج ب (١٢) جلسة بعد حذف جلستين فأصبح البرنامج الإرشادي ومحتوياته جاهزاً للتطبيق بصيغته النهائية

١ . الأستاذ الدكتور . صالح مهدي صالح/الجامعة المستنصرية/كلية الآداب .

٢ . الأستاذ الدكتور محمود كاظم محمود / الجامعة المستنصرية / كلية الآداب .

٣ . الأستاذ الدكتور صاحب عبد الجناحي / جامعة بغداد / كلية التربية (ابن رشد) .

٤ . الأستاذ الدكتور صفاء طارق حبيب / جامعة بغداد / كلية التربية (ابن رشد) .

٥ . الأستاذ المساعد الدكتورة إيمان الخفاف / الجامعة المستنصرية/ كلية التربية الأساسية .

٦ . الأستاذ المساعد الدكتور حسن حمود الفلاح/جامعة الأنبار / كلية التربية .

٧ . الأستاذ المساعد الدكتور محمد أنور محمود /جامعة بغداد/ كلية التربية(ابن رشد) .

٨ . المدرس الدكتور إبراهيم الأعرجي/ جامعة بغداد / كلية الآداب .

٩ . المدرس الدكتور حسن الزامل/ جامعة بغداد / كلية التربية (ابن رشد) .

١٠ . المدرس الدكتور غالب محمد رشيد / الجامعة المستنصرية/كلية التربية الأساسية .

ج-الإجراءات العملية لتنفيذ البرنامج الإرشادي

سيتم تنفيذ البرنامج الإرشادي من خلال الخطوات الآتية :

- ١- سيوجه الباحث دعوة إلى مجموعة تجريبية ،ممن لديهم اضطرابات سلوكية و سيستغرق البرنامج (١٢) جلسة ، وبواقع جلستين في الأسبوع و قد اتفق رأي الباحث مع آراء السادة الخبراء في اتفاهم على عدد الجلسات و كيفية تطبيقها لمدة يومين في الاسبوع .
- ٢- بعد أن يطبق الباحث الاختبار القبلي على طلبة المجموعتين التجريبية والضابطة سيقوم بتنفيذ جلسات البرنامج الإرشادي ، وحسب الجدول الزمني للجلسات الإرشادية .. علما أن الباحث لن يقوم بنشر البرنامج الإرشادي قبل القيام بتطبيقه

المصادر العربية :

- ابو عطية، سهام درويش (١٩٩٧)، مبادئ الإرشاد والتوجيه، ط١، عمان، الاردن، دار الفكر للطباعة والنشر.
- الداهري ، صالح أحمد ، ١٩٩٨ : مبادئ الإرشاد النفسي والتربوي ، ط ١ ، دار الكتب والوثائق ، بغداد .
- الدرجي ، حسن علي سيد ، ٢٠٠٢ أثر برنامج إرشادي في تنمية السلوك الاجتماعي لدى طلبة المرحلة المتوسطة ، جامعة بغداد ، كلية التربية ، رسالة غير منشورة .
- الشناوي ، محمد محروس ، ١٩٩٦ : العملية الإرشادية والعلاجية ، موسوعة الإرشاد والعلاج النفسي ط ١ ، دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع ، الأردن .
- الشناوي ، محمد محروس ، وعبد الرحمن ، محمد السيد ، ١٩٩٤ : المساندة الاجتماعية والصحة النفسية (مراجعة نظرية ودراسات تطبيقية) ط ١ مكتبة الأنجلو المصرية ، القاهرة .
- العزة، سعيد حسين وعبد الهادي، جودة عزت (١٩٩٩)، نظريات الإرشاد والعلاج النفسي، ط١، عمان، الاردن، دارالنشر والتوزيع.
- العوادي ، قاسم حمادي ، ١٩٩٢ العصاب ، ط١ ، دار الشؤون الثقافية العامة، بغداد .
- العيصوي ، عبد الرحمن محمد ، ١٩٩٩ : فن الإرشاد والعلاج النفسي ، ط١، دار الراتب الجامعية ، بيروت ، لبنان .
- باترسون ، س ، ه ، ١٩٨١ : نظريات الإرشاد والعلاج النفسي ، ط١ ، ترجمة : حامد عبد العزيز الفقي ، دار العلم ، الكويت .
- الداود ، علاء عادل ناجي ، ١٩٩٧ : أثر برنامج إرشادي في تخفيف الإنطوائية، عند طلاب المرحلة الثانوية في الأردن ، جامعة بغداد ، كلية التربية، رسالة ماجستير غير منشورة .
- دسوقي،كمال،١٩٨٨:ذخيرة علم النفس,المجلد الاول,الدار الدولية للنشر والتوزيع,القاهرة.
- الرشدي، بشير صالح والسهل علي (٢٠٠٠)، مقدمة في الإرشاد النفسي، ط١، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع ، الكويت.
- الرفاعي ، نعيم ، ١٩٧٢ : الصحة النفسية ، دراسة سيكولوجية التكيف دمشق ، المطبعة الجديدة .
- الزبيدي، كامل علوان،الشمري،جاسم فياض،١٩٩٩:علم نفس التوافق,دارالكتب
- زهران ، حامد عبد السلام ، ١٩٧٧ : التوجيه والإرشاد النفسي ، ط ، مطبعة التقدم ، القاهرة
- زهران،حامد عبد السلام ،١٩٧٤:علم النفس الاجتماعي،ط١،مطبعة الفكر ، القاهرة .
- الساعدي،سلوى محمد،٢٠٠٢: اثر برنامج ارشادي في خفض بعض الاضطرابات السلوكية لدى تلامذة المرحلة الابتدائية، (رسالة ماجستير غير منشورة) كلية التربية ابن رشد،جامعة بغداد.

- سمارة ، عزيز وآخرون ، ١٩٨٩ : مبادئ القياس والتقويم في التربية ، دار الفكر للنشر والتوزيع ، عمان - الأردن .
- شلتز ، دوان ، ١٩٨٣ : نظريات الشخصية ، حمد دلي الكر بولي وعبد الرحمن القيسي ، مطبعة جامعة بغداد .
- صالح ، محمود عبد الله ، ١٩٨٥ : أساسيات في الإرشاد التربوي ، دار المريخ ، الرياض .
- غازادا ، جورج وكريستي ، ريموندجي ، ١٩٨٦ : نظريات التعلم دراسة مقارنة ، ترجمة علي حسين الحجاج ، ج/٢ ن عالم المعرفة ، الكويت .
- كازدين ، الان ، ٢٠٠٠ : الاضطرابات السلوكية للأطفال والمراهقين ، ترجمة عادل عبد الله محمد ، القاهرة ، دار الرشاد .
- كمال ، علي ، ١٩٨٣ : النفس انفعالاتها وأمراضها وعلاجها ، ط ١ طبع الدار العربية ، بغداد .
- للطباعة والنشر،الموصل.
- نشواتي ، عبد المجيد ، ١٩٩٧ : علم النفس التربوي ، ط ٩ ، مؤسسة الرسالة للطباعة والنشر ، عمان - الاردن .
- هورني ، كارين ، ١٩٨٨ : صراعاتنا الباطنية نظرية بناءه عن مرض العصاب ، ط ١ ، دار الشؤون الثقافية العامة ، بغداد .

المصادر الأجنبية

- Berdie, R, (1959) : Counseling Principles and presumptions, journal of Counseling Psychology , (3) .
- Brown ,F. G. , 1983: principles of Education and psychological testing .New –York .
- Bruch Field .R.W, (1989) : The Oxford English Dictionary , Vol, VIII .
- Conger, j & Paterson, A, (1984). Adolescence and Youth (3rd-ed), Harqor and Row .
- Davies ,Alan etal (1999) “ Dictionary of Language Testing” , Cambridge University : Local Examination Syndicate.
- Diamant, L.& Windholz, G. (1981) . “Loneliness in College student : Some - Theoretical, Empirical, and Therapatic Consideration” . Journal of College student Personnel, Vol.22, No.6 .
- Dollard,J & Miller, N.1960 :Personality and Psychotherapy, McGrow Hill Co,New York.
- Ebel, Robert. (1972) “Essentials of Educational Measurement” Nj Premtic – Hall inc .
- Haglund, C.L. & Collison, B.B. (1989). “Loneliness and Irrational beliefs among college student” , Journal of college student development, Vol.30 .
- Kauffman, J. 1981: characteristics of children’s Behavior diso- rdres, Ed. Virginia, University of Virginia.
- Morgan .t. king .A. R., 1989: Introduction to psychology .U.S.A Mc-Graw –Hill .
- Neely, m (1971) : Counseling and Guidance practices for Special Educational W.X the Dorsay .
- Nunnally, j (1978), Psychometric Theory. N.Y Mc Craw-Hill Oakes, William. f and Curtis . N(1982) .
- Russel, D; Peplau, L.A and M.L. (1978), Developing of Ameasure of Loneliness. Journal of personality Assessment, Vol.42, No.3 .
- Semart, V. (1978) : Sources of Loneliness . Essences 2 (4) .
- Shertzer, B. & Stone, S, (1980) “Fundamentals of Counseling, 3rd ed, Boston, Houghton mifflin co.
- Tolbert, (1980) : “Counseling for Ganeer Development” Houghton Mifflin Company , P.20 , Boston .
- Txlor, L.E. (1969), The Work of the Counselor, (3rd ed) , Newyork: Meredit Corporation, INC .
- Windmiller ,M.& Others ,1987: Moral Development and Soci-alization, Allyn and Bacon,Inc, Boston.
- Wispe , L. 1986 :The Distinction between Sympathy and Emp- athy,Journal of Personality and Social Psychology,Vol.50 .