

THE EFFECTIVENESS OF COGNITIVE-BEHAVIORAL COUNSELING IN REDUCING ANGER LEVELS IN JUVENILE OFFENDERS

Fatima JABRI¹

Researcher, Université Sidi Mohamed Ben Abdellah Fès, Morocco

Abstract:

Cognitive Behavioural Therapy (CBT) is based on the assumption that adaptive behavior and thoughts can be changed. Therefore, this study aims to analyze and examine the effectiveness of cognitive behavioral counseling in enabling the juvenile delinquent to develop ways to deal with anger by providing them with the necessary skills to successfully handle various anger provoking situations.

The study sample consisted of 20 male juveniles who were divided into two groups:

- The experimental group consists of 10 individuals
- The control group consists of 10 individuals


First the anger scale was applied to the totality of the sample (20 juvenile delinquents)

In the second phase a collective cognitive-behavioral program was implemented in the experimental sample group.

In the third and final phase, the anger scale was again applied to the entire sample, i.e., the experimental and control group.

The results found that there was a noticeable decrease in the anger levels in the experimental group compared to the control group which did not experience any change.

Key words: Cognitive Behavioral Group Program, Anger, Juvenile Delinquents.

 <http://dx.doi.org/10.47832/2757-5403.18.7>

¹  fatimajabri35@gmail.com

فعالية الإرشاد المعرفي السلوكي في خفض مستوى الغضب لدى الأحداث الجانحين

فاطمة الجابري

الباحثة، جامعة سيدي محمد ابن عبد الله فاس، المغرب

الملخص:

يعتمد العلاج المعرفي السلوكي على افتراض مؤداه أن السلوك التكيفي يمكن تغييره، لهذا هدفت الدراسة إلى معرفة مدى فعالية الإرشاد المعرفي السلوكي في تمكين الحدث الجانح من تطوير طرق التعامل مع مواقف الغضب بتزويدهم بالمهارات اللازمة للتعامل بنجاح في المواقف المختلفة المثيرة للغضب، في أفق إعادة إدماجهم من جديد في المجتمع. وتتجلى أهمية الدراسة في تناول ظاهرة الغضب لدى الأحداث الجانحين في المغرب، - خصوصاً إذا علمنا أن لهذه الظاهرة انعكاس سلبي يتمظهر في سلوك العنف والاعتداء وأحياناً يصل الامر إلى إحداث الفتن داخل المؤسسات التي يتواجدون فيها - وكذلك التعرف على مدى فعالية البرنامج الإرشادي الجماعي المعرفي السلوكي في خفض مستوى الغضب لدى هذه الشريحة من المجتمع. لهذا تمحورت إشكالتنا حول الإجابة عن السؤال التالي: ما مدى فعالية برنامج إرشادي جماعي معرفي سلوكي في خفض مستوى الغضب لدى الأحداث الجانحين؟ وهل هناك فروق في خفض مستوى الغضب بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي؟

تكونت عينة الدراسة من 20 حدثاً من الذكور تم تقسيمهم إلى مجموعتين:

- المجموعة التجريبية مكونة من 10 أفراد
- المجموعة الضابطة مكونة من 10 أفراد

كمرحلة أولى تم تطبيق مقياس الغضب على مجموع العينة (20 حدثاً جانحاً) في المرحلة الثانية تم تطبيق البرنامج المعرفي السلوكي الجماعي على العينة التجريبية وفي المرحلة الثالثة والأخيرة تم تطبيق مقياس الغضب مرة أخرى على مجموع العين أي المجموعة التجريبية والضابطة. وقد توصلت النتائج إلى أن هناك انخفاض ملحوظ في مستوى الغضب لدى أفراد المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة التي لم يطرأ عليها أي تغيير.

الكلمات المفتاحية: برنامج جماعي معرفي سلوكي، الغضب، الأحداث الجانحون.

المقدمة:

تعد ظاهرة جنوح الأحداث من الظواهر التي تعاني منها معظم المجتمعات المتقدمة منها والنامية. والتي أصبحت في تزايد مستمر نتيجة التغيرات التي تشهدها المجتمعات على مر العصور. ويعتبر الطفل الحلقة الرئيسية في هذه الظاهرة سواء كان جانبياً أو مجنياً عليه. إن ظاهرة انحراف الأحداث تنعكس سلباً على المجتمع، الشيء الذي يتطلب اهتمام المجتمع ككل بهذه الفئة وبذل الجهود لإيجاد الحلول الكفيلة للتخفيف منها، من خلال وضع مجموعة من التدابير الوقائية والعلاجية لتقويم سلوك الأحداث الجانحين.

وتمثل الرعاية النفسية محوراً مهماً في البرامج التربوية والإصلاحية لهذه الفئة. فمنذ ولوجهم إلى الإصلاحية تجرى لهم الاختبارات النفسية من أجل التعرف على ملامح شخصيتهم وإمكانياتهم الذهنية وقدراتهم البدنية ومدى انعكاسها على تصرفاتهم وسلوكهم. فالحدث الجانح من الوجهة النفسية هو الشخص الذي يرتكب فعلاً يخالف أنماط السلوك المتفق عليها بالنسبة للأسوياء في مثل سنه وفي البيئة ذاتها نتيجة الصراعات النفسية التي تدفعه لارتكاب أفعال مثل السرقة والعدوان وغيرها (البسطامي، 2003). فجنوح الأحداث هو عبارة عن سوء تكيف الحدث مع النظام الاجتماعي الذي يعيش فيه ومع المعايير الاجتماعية، حيث يؤدي إلى إلحاق الضرر بنفسه، وحياته، ومجتمعه، لأنه يعاني اضطراباً نفسياً ونقصاً في الوعي الاجتماعي وخبرات طفولية غير سارة وصعوبة في بناء العلاقات مع الآخرين ونقص في كيفية التعامل مع المواقف (Sharp ;2003)

الإشكالية:

إن الحدث الجانح يواجه ضغوطات متعددة منذ إيداعه في مركز حماية الطفولة، فتنتابه مشاعر الخوف والقلق وصعوبة التكيف في الوسط الجديد والإحساس بفقدان الحرية بالإضافة إلى انقطاع علاقة الحدث بأسرته وأصدقائه حيث لا يراهم إلا على فترات متباعدة ولأوقات محددة من خلال الزيارات، هذا ما يولد لديه بعض السلوكيات السلبية كالغضب (أمال صبري، 2012). ولا تكمن مشكلة الغضب في الغضب ذاته بقدر ما يكمن في آثاره السلبية. ويعد الأخصائي النفسي والاجتماعي من الأشخاص الذين تتوفر لديهم المهارة للتعامل مع مشاكل الأحداث الجانحين وخصوصاً في مواقف الغضب. وذلك عن طريق الإرشاد المعرفي السلوكي الذي يعتبر من المداخل التي استخدمت في تعديل المعارف والسلوكيات بالنسبة للأحداث الجانحين. وقد أكد "شرمان" على إمكانية استخدام الأساليب المعرفية السلوكية مع الأطفال والمراهقين من الجانحين الذين لديهم اضطرابات ويعانون من انفعال الغضب. وأنه يمكن استخدام أساليب وتقنيات العلاج المعرفي السلوكي في خفض مستوى الغضب ومساعدتهم على التصرف في المواقف وإيجاد حل للمشكلات التي تعترضهم. ويهدف الإرشاد المعرفي السلوكي إلى استبدال السلوكيات والانفعالات والأفكار غير التكيفية بأخرى أكثر تكيفاً (Craske, 2010). فمن أجل فهم استجابات الحدث الجانح الانفعالية (الغضب) لحدث معين فمن المهم اكتشاف المعنى الذي يسقطه على الأحداث في حياته أي تفسيره الذاتي للواقع.

وسؤال إشكاليتنا يتمحور حول: ما مدى فعالية برنامج إرشادي جماعي معرفي سلوكي في خفض مستوى الغضب لدى الأحداث الجانحين؟ وهل هناك فروق في خفض مستوى الغضب بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي؟

أهمية الدراسة:

تتجلى أهمية الدراسة في تناول ظاهرة الغضب لدى الأحداث الجانحين في المغرب، خصوصاً إذا علمنا أن له انعكاس سلبي يتجلى في العنف والاعتداء والتشاجر. وأحياناً يصل الأمر إلى إحداث الفتن داخل المؤسسات التي يتواجدون فيها.

هدف الدراسة:

هدفت الدراسة إلى التعرف على فعالية البرنامج الإرشادي الجماعي المعرفي السلوكي في خفض مستوى الغضب عند الأحداث الجانحين وتدريبهم على التحكم الذاتي وأسلوب حل المشكلات في خفض مستوى الغضب. حيث أننا نعتقد أنه كلما زاد عدد الأحداث الجانحين الذين يتم تأهيلهم كلما انخفضت حالة العود إلى المؤسسات الإصلاحية وبالتالي انخفاض عدد الأحداث الجانحين.

فرضيات الدراسة:

الفرضية الأولى:

توجد فروق دالة في خفض مستوى الغضب بين المجموعة التجريبية (خضعت لبرنامج إرشادي جماعي في خفض مستوى الغضب) والمجموعة الضابطة (لم تخضع لأي برنامج إرشادي) في القياس البعدي

الفرضية الثانية:

توجد فروق دالة في خفض مستوى الغضب بين أفراد المجموعة التجريبية بين القياس القبلي والقياس البعدي

التعريف الإجرائي للمصطلحات:

برنامج الإرشاد الجماعي المعرفي السلوكي:

هو أحد أساليب الإرشاد النفسي الذي يستخدم مع مجموعة صغيرة من الأفراد حددنا عددهم في 10 أفراد من الأحداث الجانحين يشتركون في انفعال الغضب. والبرنامج عبارة عن مجموعة من الإجراءات الإرشادية المترابطة تنجز في جلسات إرشادية تدريبية على شكل أنشطة ومهارات تهدف إلى خفض مستوى الغضب (أمال صبري, 2011)

الغضب: يعرفه (Spielberger et al., 1995) من خلال مصطلحين:

حالة الغضب: ويعرفها بأنها حالة عاطفية تتركب من أحاسيس ذاتية تتضمن التوتر والانزعاج والإثارة والغيض.

سمة الغضب: وتعرف بلغة الكم، بعدد المرات التي يشعر فيها المفحوص بحالة الغضب في وقت محدد والشخص مرتفع سمة الغضب يميل للاستجابة لكل المواقف أو غالبيتها بالغضب (عثمان حمود الخضر، 2004)

ويعرف إجرائياً من خلال هذه الدراسة بأنه الدرجة التي يحصل عليها الحدث الجانح في مقياس الغضب الذي يستخدم في هذه الدراسة.

الحدث الجانح:

يعرف مصطلح جنوح الأحداث لغوياً بأنه الفشل في أداء الواجب، أو أنه ارتكاب الخطأ أو العمل السيء أو خرق للقانون عند الأطفال الصغار.

الحدث الجانح من وجهة القانونية: هو الحدث في الفترة بين سن التمييز وسن الرشد الجنائي الذي يثبت أمام السلطة القضائية المغربية أو أي سلطة أخرى مختصة وأنه قد ارتكب إحدى الجرائم أو تواجد في إحدى الحالات الخطرة التي يحددها القانون.

فالجنوح لدى الحدث هو سلوك اجتماعي يعبر عن رد فعل سلبي وعن انتفاضة الحدث الجانح ضد سلطة الكبار وغضبه من الأسرة والمجتمع معاً وبهذا المعنى يعتبر الجنوح وسيلة وآلية دفاعية ضد نمط الحياة الذي يعيشه وقد ترتبط مشكلة الجنوح بالظروف النفسية والاجتماعية لسن المراهقة وإشكالية تأسيس الذات وتكوين الهوية والمكانة الاجتماعية. وإجرائياً هو الفرد الذي لم يكمل سن الثامنة عشر وارتكب عملاً يخالف المعايير الاجتماعية السائدة في المجتمع المغربي وعوقب عليه حسب قانون الأحداث المغربي ويعتبر نزيفاً في أحد مراكز حماية الطفولة أو المؤسسات الإصلاحية.

الإطار النظري:

مقدمة:

تعتبر ظاهرة انحراف الأحداث من الظواهر التي تؤرق المجتمع المغربي والمجتمعات الأخرى على حد سواء. الشيء الذي يتطلب اهتمام المجتمع ككل بهذه الفئة وبذل الجهود لإيجاد الحلول الكفيلة للحد منها أو التقليل منها على الأقل من خلال وضع مجموعة من التدابير الوقائية والعلاجية لتقويم سلوك الأحداث الجانحين.

وتتعدد أسباب الجنوح وتختلف، لكنها تؤدي في النهاية إلى سوء علاقة الذات بالآخر والمحيط. فالجنوح هو حصيلة علاقة مركبة يتداخل فيها النفسي والاجتماعي والاقتصادي والثقافي.

ويمكن القول إن التواجد داخل المؤسسات السجنية أو مؤسسات حماية الطفولة -خصوصاً إذا كانت مكتظة - يؤدي إلى انفعالات سلبية تتمظهر في انفعالات الغضب الذي بدوره ينتج عنه العنف والعنف المضاد. إن هذا العنف الناتج عن انفعال الغضب لدى الحدث الجانح يعتبر شكلاً تواصلياً لتدبير العلاقة بين الذات والمحيط.

الشيء الذي يتطلب تأهيلاً نفسياً واجتماعياً في البداية، في إطار مصالح إعادة الإدماج الموجودة في هذه المؤسسات، حيث يكون الهدف من هذا التأهيل هو تغيير تمثيلات الحدث الجانح عن ذاته وعن محيطه، لكي يتمكن بشكل من الأشكال "من إعادة الترميم النفسي" ويصبح يثق في المستقبل.

ويعتبر المدخل المعرفي السلوكي في الخدمة النفسية والاجتماعية من المداخل الهامة التي استخدمت في التعديل المعرفي السلوكي للأحداث المنحرفين وقد أكد (Sherman, 1986) على أنه تم استخدام الإرشاد المعرفي السلوكي مع الأطفال والكبار الذين لديهم اضطرابات أو يعانون من الانفعالات السلبية المؤدية للعنف، في خفض مستوى الغضب ومساعدتهم على المواجهة الواقعية للحياة.

ويعتبر العلاج المعرفي السلوكي مصطلح شامل يتضمن عدداً من الأساليب العلاجية، مثل العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي والتدريب على حل المشكلات والعلاج المعرفي والعلاج ما وراء المعرفي والعلاج بالقبول والالتزام والعلاج الجدلي السلوكي، تختلف هذه الأنواع العلاجية في التركيز المتباين على المبادئ والتقنيات المعرفية في مقابل السلوكية ولكنها تسعى جميعها إلى استبدال السلوكات والانفعالات والأفكار غير التكيفية بأخرى أكثر تكيفاً (Craske, 2010)

إن حجر الزاوية في النظرية المعرفية وفي علاج الاضطرابات الانفعالية باستخدام العلاج المعرفي السلوكي يتجلى في العبارة البسيطة التالية " تؤثر الطريقة التي نفكر بها على الطريقة التي نشعر بها" (Clark & Beck, 2011)

يعد العلاج المعرفي السلوكي أحد العلاجات النفسية التي نمت وتطورت من خلال البحوث العلمية، وأظهرت تلك البحوث أن العلاج المعرفي السلوكي من أكثر العلاجات النفسية فعالية في علاج كثير من الاضطرابات النفسية مثل القلق والغضب والمخاوف والاكتئاب واضطرابات الشخصية، وعدد متنوع من الاضطرابات النفسية الأخرى. ويهدف هذا النوع من العلاج حالياً إلى تعلم مهارات متنوعة، وطرق تفكير جديدة، والتدريب على حل المشكلات وعلى أهمية الواجبات المنزلية.

العلاج المعرفي السلوكي:

فمفهوم العلاج هنا ليس موجهاً نحو المرض بقدر ما هو موجه نحو مساعدة الأشخاص على إيجاد حلول واتجاهات جديدة في الحياة. ويسعى العلاج المعرفي السلوكي إلى استبدال السلوكات، والانفعالات، والأفكار غير التكيفية بأخرى أكثر تكيفاً، وذلك من خلال إعادة البناء المعرفي.

فالطريقة التي نفسر بها الأحداث هي التي تحدد مشاعرنا وليست الأحداث في حد ذاتها فحينما يمر الشخص بتجربة نفسية سيئة، تصبح الأحكام مطلقة ومفرطة في العمومية، وتصبح المعتقدات الأساسية للشخص عن ذاته وعن العالم ثابتة (Weishaar & Beck, 1986) وعادة ما يقوم هذا الشخص بتشويه المعلومات الواردة إليه عن طريق تحيز فكري سلبي ثابت، فالتفكير المشوه يقف خلف جميع الاضطرابات النفسية. أن الاضطرابات النفسية إذاً تعتمد إلى حد بعيد على وجود معتقدات فكرية وافتراضات خاطئة يبنيها الفرد عن نفسه وعن العالم المحيط به. ومن أجل فهم استجابة الفرد الانفعالية لحدث معين، يكون من المهم اكتشاف المعنى الذي يسقطه الفرد على الأحداث في حياته، أي تفسيره الذاتي للواقع. لهذا إذا أردنا أن نغير ما نشعر به علينا أن نغير طريقة تفكيرنا فيه.

يفترض العلاج المعرفي السلوكي أن ردود الفعل الانفعالية تجاه أحداث الحياة تقع على متصل يبدأ من ردود الفعل الانفعالية الطبيعية وينتهي بردود الفعل الانفعالية المتطرفة الوارد في علم النفس المرضي (اضطراب الأفكار، والمشاعر، والسلوك) كما يفسرها (Weishaar & Beck, 1986) ويشيران على أنه: "يتضمن المحتوى المعرفي للاضطرابات (مثل اضطراب القلق والاكتئاب) نفس الفكرة الأساسية (على سبيل المثال: الخطر، والخسارة، على التوالي) كما هو الحال في الخبرة العادية، ولكن التشوهات المعرفية تكون شديدة، ومن ثم تؤثر في المشاعر والسلوك". (Weishaar & Beck, 1986)

الفنيات المستخدمة في العلاج المعرفي السلوكي :

لقد بات الاهتمام بالتقييم وعلاج الاضطرابات الانفعالية كالقلق والغضب، الخ، لدى الأطفال والمراهقين، في تزايد مستمر في العقد الأخير من القرن الحالي.

وتتضمن برامج الإرشاد المعرفي السلوكي المقدمة للمراهقين العديد من الفنيات المعرفية والسلوكية، حيث يرى (Kendall, 1993) بأن هناك مهارات متنوعة فعالة للتعامل والتحكم في الغضب، كمهارات الاسترخاء، والتخيل، ومكافأة الذات، والتحكم الذاتي، و التعزيز والنمذجة ولعب الدور. كفنيات سلوكية يتم تقديمها في البرامج المعرفية السلوكية لخفض مستوى الغضب لدى هؤلاء المراهقين، والتي تهدف إلى تدريب الطفل على بعض المهارات الحياتية اللازمة للتعامل مع انفعال الغضب. يتبين إذاً أهمية التركيز على توظيف الإرشاد المعرفي السلوكي الجماعي في خفض مستوى الغضب لدى الأحداث والأحداث الجانحين، فأغلبية برامج معالجة الغضب والعدوان المصاحب له تكون في إطار مجموعات في المؤسسات التأهيلية.

دور الأخصائي في العلاج المعرفي السلوكي:

مما لا شك فيه أن الأخصائي في العلاج المعرفي السلوكي، يؤدي عدداً من المهام في الجلسات العلاجية المخصصة لهذا الشأن، فهو يمكن أن يكون مرشداً، ومشخصاً، ومعلماً.

فدوره كمرشد يتمثل في مساعدة المراهق على تنمية مهارات التفكير بشكل مستقل والتعاون معه لحل مشكلته وذلك عن طريق مساعدته على إنتاج الأفكار وتزويده بالافتراحتات، وخلق الفرص المناسبة لتدريبه.

أما دوره كمشخص فيتجلى في مهمة التقييم عن طريق جمع المعلومات عن المراهق (والمراهق الجانح) من مصادر متنوعة، من المراهق نفسه ومن الوالدين وكذلك من المشرفين على المؤسسات الإصلاحية أو حماية الطفولة، وذلك لتحديد نوعية انفعال الغضب، حتى يتسنى له التدخل بكيفية منهجية لخفض هذا الانفعال، ويفترض (Taylor, 2006) "أن التقييم الجيد يمهد لعلاقة علاجية سليمة"

ودوره كمعلم يتمثل في تعليم المراهق الأفكار اللاعقلانية ويضع مكانها أفكار عقلانية فدوره هنا يكمن في تعليمه التفكير الصحيح، وذلك بكيفية تصحيح الأخطاء لكي تسهل عملية إعادة معالجة المعلومات بطريقة تستند إلى الأدلة والمرونة. ويسمى (Beck et al., 1979) العمل الذي يتم بين المعالج والمريض كعاملين يعملان معاً في فحص وصياغة واختبار أفكار المريض أي أن هناك عمل تعاوني بين المعالج والمريض (او المسترشد) وهذه الشراكة في حل المشكلات هي التي تحقق النجاح في العلاج وليس المعالج، وبذلك يكون العلاج المعرفي السلوكي علاجاً نشطاً، تعاونياً، توجيهياً، تعليمياً، قصير الأمد أهدافه واضحة ومحددة.

التفكير غير التكيفي ودوره في الاضطراب الانفعالي:

العلاج المعرفي السلوكي لا يعتبر التفكير غير التكيفي وحده سبب الاضطراب الانفعالي، فهو يشكل جزءاً من هذا الاضطراب، وأن الاضطرابات النفسية تحددها عوامل كثيرة، مثل العوامل الجينية، والبيئية، والاسرية، والثقافية

والشخصية، والنمائية أيضاً، فالتفاعل بين هذه العوامل يساعد في تكوين المعتقدات الأساسية والقواعد الخاصة بالأفراد التي تدور حول الذات والآخرين والعالم وتتفاعل هذه العوامل المهيئة للإصابة بالاضطراب مع الأحداث الحالية ذات الصلة أو الضغوط لأحداث الاضطراب الانفعالي.

ويعد الارشاد الجماعي المعرفي السلوكي من أهم الأساليب الإرشادية التي تناولت مشاكل المراهقين والتصدي لها ومعالجتها، حيث يفترض هذا العلاج من خلال نظرياته أن الاضطرابات النفسية تنشأ من أنماط التفكير الخاطئة وغير المنطقية التي تم التطرق إليها سابقاً. وهناك دراسات عديدة أشارت إلى أهمية البرامج الإرشادية في تخفيف حدة الغضب لدى المراهقين، ويشير (Sherman, 1986) إلى ضرورة تزويد المراهقين بمهارات يحتاجونها للعيش بسلام في بيئتهم وهي إدارة الغضب والسيطرة على الدوافع الشخصية.

ومما لا شك فيه أن الغضب أصبح يعتبر مشكلة نفسية واجتماعية على هامش كبير من الأهمية لذلك يستوجب الانتباه والبحث المنظم، وبخاصة انفعال الغضب -الذي يوجد داخل الإصلاحيات ومراكز حماية الطفولة - الذي هو في تزايد مستمر في هذه المراكز.

ويعتبر الغضب انفعال يصدر عن الفرد حينما يشعر بالإحباط في تحقيق أهدافه أو يتعرض لمواقف فيها إهانة من شأنها أن تحط من قدره. فهو شعور بالاستياء أو عدم الرضا، وهو أيضاً من أكثر الاستجابات الإنسانية المعروفة انتشاراً بين الافراد. فهو استجابة نفسية طبيعية تنبه الجسم لوجود تهديد معين.

والغضب انفعال يتميز بالسلبية، يشعر الفرد من خلاله بحالة من النفور والعداء نحو شخص ما أو حدث ما، يعتبره مصدرراً لإيذائه. ويختلف الأفراد في استجاباتهم لمثيرات الغضب، فمنهم من ينكر الغضب ويقوم بكبته الشيء الذي يؤدي إلى الاكتئاب والأمراض النفسية، ويتمظهر على شكل انسحاب وعزلة عن الآخرين أو على شكل لوم للذات وللآخرين أو عن طريق الانفجار واستخدام العنف ضد الذات وضد الآخرين. ومن المعروف أن للغضب آثار سلبية عديدة على الفرد سواء الجسمية منها كارتفاع ضغط الدم، والتشنجات العضلية المصاحبة بالألم إلى غير ذلك من الامراض، أو النفسية مثل عدم القدرة على التفكير وصعوبة على مستوى حل المشكلات والتوتر والكبت، أو الاجتماعية كالمشاحنات بين الأفراد وسوء التواصل الاجتماعي. فالغضب الحاد والمستمر في حياة الفرد له انعكاسات سيئة على ذاته وعلى التعبير عن انفعالاته نحو المواقف التي يتعرض لها في حياته اليومية ونحو الأشخاص الذين يتعامل معهم ويكون لهذا نتائج سلبية على المهارات الاجتماعية المختلفة.

ولقد بينت بعض الدراسات أهمية الدور الذي يلعبه الأشخاص الذين يتعاملون مع المراهقين الجانحين في هذه المرحلة العمرية الحرجة وشديدة الحساسية وخصوصاً في التعامل مع غضبهم وانفعالاتهم، حيث أن هناك علاقة بين الغضب والسلوكيات العدوانية، وأن هناك مهارات حياتية يجب أن يكتسبها هؤلاء الجانحين تمكن من الضبط الذاتي وتخفف من نوبات الغضب. ويعرف (محي الدين حسين، 1987) السلوك العدواني على أنه "سلوك يصدر عن الفرد لفظياً أو مادياً، صريحاً أو ضمنياً، مباشراً أو غير مباشر أملتة عليه مواقف الغضب والإحباط من قبل الآخرين وترتب عن هذا السلوك أذى بدني أو مادي أو نفسي للشخص نفسه أو للآخرين"

ويعتبر الحدث الجانح من الأشخاص الذين لديهم استعداد عال للغضب، لأنهم تعرضوا في حياتهم لظروف اجتماعية وبيئية صعبة فخرج الحدث عن قوانين الضبط الاجتماعي ومعارضته لها إنما هو سلوك يعكس الصراع النفسي

والعلائقي الذي يعوق تكيفه مع الجماعة لأسباب مختلفة قد تكون نفسية، عضوية، اجتماعية، اقتصادية وثقافية تقوده إلى الانحراف الذي غالباً ما يرتبط بمشاكل سلوكية أخرى كالإدمان مثلاً. فالدراسات وخاصة في المغرب لم تعط اهتماماً كافياً لمدى فعالية الإرشاد الجماعي المعرفي السلوكي في خفض مستوى الغضب لدى الأحداث الجانحين، الشيء الذي يستوجب مزيداً من الدراسات حول هذا الموضوع لزيادة فهمنا (مربين أو مرشدين) بالأساليب التي تؤدي إلى خفض مستوى الغضب عند هؤلاء المراهقين الجانحين.

الدراسات السابقة التي تناولت مواضيع مرتبطة بالبحث:

- دراسة (هنادي محمود إبراهيم، 2016) هدفت الدراسة إلى الكشف عن أثر البرنامج الإرشادي الجماعي المعرفي السلوكي في خفض أعراض الغضب والوحدة لدى عينة الإناث أطفال اللاجئين السوريين القاطنين بمحافظة الزرقاء الأردن، وتألفت عينة الدراسة (23) طفلة تراوحت أعمارهم ما بين (10-13) سنة، أشارت التحليلات الإحصائية إلى النتائج التالية: وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى 0.005 بين متوسط المجموعة التجريبية ودرجات المجموعة الضابطة على مقياس الغضب بأبعاده الستة في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية مما يشير إلى فعالية البرنامج الإرشادي الجماعي المعرفي السلوكي المستخدم في الدراسة. كما تبين أن هناك غياب وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.005) بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي على الدرجات الكلية والفرعية لمقياس الغضب.

- دراسة (أحمد عبد الكريم حمزة، 2005) هدفت إلى معرفة مدى فعالية البرنامج الإرشادي في خفض مستوى الغضب وتدريب المراهقين على كيفية ضبط الغضب على عينة بلغ عددها (20) طالباً من المراهقين الذكور من طلاب الصف الأول ثانوي، تم تقسيمهم إلى مجموعتين تجريبية وضابطة وبعد تطبيق مقياس الغضب ومقياس المستوى الاجتماعي والاقتصادي، وبعد تطبيق البرنامج الإرشادي وبعد حساب دلالة الفروق بين المتوسطات، أظهرت نتائج الدراسة فاعلية البرنامج الإرشادي المستخدم في خفض الغضب لدى المراهقين وكيفية ضبطه لديهم.

- دراسة (Estampilla, 2000) التي قامت بتصميم برنامج إرشادي جماعي سلوكي معرفي من أجل إثبات فعاليته في إدارة الغضب لدى الأحداث الجانحين، تكونت عينة الدراسة من (51) حدثاً جانحاً، تم تقسيمهم إلى مجموعتين: تجريبية وضابطة. واستخدمت الباحثة مقياس الغضب، ومقياس ضبط الغضب لجمع البيانات. وقد أشارت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائية على مقياس الغضب ومقياس ضبط الغضب بين المجموعة التجريبية التي تلقت البرنامج الإرشادي والمجموعة الضابطة التي لم تتلقى أي تدريب لصالح المجموعة التجريبية.

- دراسة (Deffenbacher ; Lynch ; Otting et Kemper ;1996) تحت عنوان تخفيض الغضب عند المراهقين في مرحلة المراهقة المبكرة، على عينة بلغ عددها (120) من تلاميذ صفوف السادس والسابع والثامن، الذين يعانون من مستويات مرتفعة من الغضب على مقياس سبيلبرج لسمة الغضب

حيث تم توزيعهم عشوائياً إلى مجموعة بلغ عددها (39) تم تدريبهم على مهارات المواجهة بالاسترخاء المعرفي، ومجموعة بلغ عددها (40) تم تدريبهم على المهارات الاجتماعية والمجموعة الضابطة بلغ عددها (41) لم تتلقى أي

تدريب. وأظهرت النتائج أن المجموعتين العلاجيتين مقارنة مع المجموعة الضابطة استجابا استجابة جيدة للبرنامج الإرشادي الجماعي في تخفيض سمة الغضب والغضب العام.

- وأجرت (Ellis, 2008) دراسة بعنوان "فعاليات الإرشاد بمجموعات التعليم النفسي على الغضب لدى طلاب الصف السادس" حيث اهتمت هذه الدراسة بالغضب عند الأطفال والمراهقين وتأثير الإرشاد بمجموعات التعليم النفسي على تخفيض الغضب لدى عينة بلغ عددها (6) من الأطفال الأمريكيين في سن الثانية عشر. افترضت الباحثة أن ست جلسات أسبوعية من الإرشاد الجماعي بالتعليم النفسي الجماعي لضبط وإدارة الغضب سوف تخفض المكونات الإدراكية والعاطفية والسلوكية للغضب. وأجري الاختباران القبلي والبعدي باستخدام قائمة المدرسة المتعددة الأبعاد. وقد أشارت النتائج إلى وجود تغيير إيجابي في القياس البعدي على المقاييس المستعملة في الدراسة.

- كما قامت (Coonerty, 2008) بدراسة هدفت إلى التعرف على مدى فعالية التدخل لإدارة الغضب لدى الأطفال حيث اعتمدت على الأسلوب العلاجي المعرفي الذي استخدم في إدارة الغضب سابقاً، حيث كانت أعمار المشاركين تتراوح ما بين 13 – 14 سنة وكانت لديهم مشاكل في التعبير عن انفعال الغضب، وتوصلت النتائج إلى أن المشاركين قد تمكنوا من معرفة مشاعر الغضب بشكل ملحوظ وتعلموا مهارات مكنتهم من التعامل مع الغضب بشكل ملحوظ أيضاً.

-هدفت دراسة أجراها (Ontaz, 2015) إلى التعرف على فعالية برنامج علاجي عقلائي انفعالي على إدارة الغضب. تكونت عينة الدراسة من (12) تلميذاً، تم تقسيمهم إلى مجموعتين، مجموعة تجريبية وأخرى ضابطة، حيث تكونت كل مجموعة من (6) تلاميذ. وقد أظهرت نتائج الدراسة انخفاض ذو دلالة إحصائية في مستوى الغضب لدى المجموعة التجريبية، واكتساب أفراد المجموعة التجريبية مهارات للتعامل والتحكم في الغضب مقارنة بالمجموعة التي لم تتلقى أي تدريب.

-دراسة (Gold, 2007) هدفت إلى معرفة مدى فعالية التدريب على إدارة الغضب لدى المراهقين الذين يتلقون العلاج. تكونت عينة الدراسة من (10) من المراهقين بأحد مراكز الخدمة النفسية في ريف أريزونا. وقد قسمت الدراسة إلى ثلاث مراحل:

1-مرحلة جمع البيانات

2-إجراء الاختبارات التمهيدية

3-التدخل الذي يحدث مرتين أسبوعياً لمدة أربعة أسابيع متتالية للتدريب على إدارة الغضب.

وقد أسفرت النتائج على أن التدريب على إدارة الغضب قد أحدث تغييراً لدى المشاركين في كيفية رؤية أنفسهم وقدراتهم يلاحظ مما تم عرضه من الدراسات أن المدخل الإرشادي المعرفي السلوكي يعتبر أحد الاتجاهات العلاجية والإرشادية الهامة التي يتم استخدامها في خفض مستوى الغضب لدى المراهقين (والمراهقين الجانحين) مع ملاحظة تنوع البرامج المستخدمة في علاج هذا النوع من المشاكل. فكل هذه البرامج الإرشادية أظهرت تحسناً في خفض مستوى الغضب.

حدود الدراسة:

الحدود المكانية:

اقتصرت الدراسة على الأحداث الموجودين في مركز حماية الطفولة بمدينة مكناس.

الحدود الزمانية: أجريت الدراسة سنة 2017 خلال شهر شهري (11-12).

منهج الدراسة:

تم استخدام المنهج التجريبي، حيث تستهدف الدراسة التجريبية جمع المعلومات وتنظيمها بشكل يؤدي إلى إلقاء الضوء على مدى صحة الفروض، ولتحقيق المنهج التجريبي كان لابد من استخدام عينتين متساويتين هما المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة وتعرضت المجموعة التجريبية للمتغير المستقل أي برنامج الإرشاد الجماعي بينما لم تتعرض المجموعة الضابطة لأي برنامج إرشادي.

عينة الدراسة:

عينة الدراسة تكونت من الأحداث الجانحين المتواجدين بمركز حماية الطفولة والبالغ عددهم 20 حدثاً تم تطبيق مقياس الغضب عليهم جميعاً ثم قسمت العينة إلى مجموعتين متساويتين 10 أفراد في المجموعة التجريبية و10 أفراد في المجموعة الضابطة حسب الدرجة التي حصلوا عليها في المقياس أي حصلوا على درجة تبين أنهم يعانون من مستوى مرتفع من الغضب.

المجموعة التجريبية: تكونت من 10 أفراد من الأحداث الجانحين تلقوا برنامجاً إرشادي جماعي معرفي سلوكي لخفض مستوى الغضب

البرنامج طبق مرتين في الأسبوع لمدة شهر ونصف مدة كل جلسة 50 دقيقة

المجموعة الضابطة: تكونت من 10 أفراد من الأحداث الجانحين لم يتلقوا برنامج إرشادي جماعي معرفي سلوكي لخفض مستوى الغضب.

ونذكر أنه تم استخدام مقياس الغضب على المجموعتين التجريبية والضابطة بطريقة قبلية وسيتم تطبيق المقياس بطريقة بعدية على المجموعتين.

أدوات الدراسة:

تم استخدام مقياس الغضب الذي وضعه (Spielberger et al., 1995) والذي قام بتعريبه وتقنينه على البيئة المصرية (محمد & فوقية, 1998) وقد تألف المقياس من (30) فقرة تقيس الغضب.

الخصائص السيكومترية للمقياس:

صدق وثبات المقياس:

يتمتع المقياس في صورته الأجنبية بدرجة ممتازة من الصدق والثبات.

ثبات المقياس:

من أجل استخراج الثبات، طبق المقياس مرتين على عينة مكونة من 20 حدثاً جانحاً من خارج عينة الدراسة للتأكد من مناسبة فقرات المقياس لأفراد العينة وتم التوصل إلى معامل الثبات بإعادة الاختبار بفواصل زمني مدته (شهر) وقد وصل معامل الارتباط بيرسون على المقياس (0.85) أما معامل الاتساق الداخلي للمقياس بطريقة ألفا كرونباخ بلغ (0.87) ويعتبر الثبات الذي تم التوصل إليه ملائم لاعتماد المقياس في هذه الدراسة

البرنامج الإرشادي الجماعي المعرفي السلوكي:

يخاطب هذا البرنامج أفكار ومشاعر وسلوك الحدث الجانح بدمج بعض الأساليب والفنيات المعرفية المتمثلة في أسلوب حل المشكلة والتحكم الذاتي والواجبات المنزلية مع بعض الفنيات السلوكية كالاسترخاء والتعزيز والتي يتم التدريب عليها باستخدام فنيات سلوكية أخرى كالنمذجة ولعب الدور.

أهمية البرنامج:

تتضح أهمية البرنامج في النقاط التالية:

1. يساعد البرنامج الإرشادي على مواجهة المواقف المثيرة للغضب لدى الأحداث الجانحين
2. إسهام البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي في تعلم طريقة جديدة للتغلب على بعض المشكلات التي تواجه الأحداث الجانحين
3. يساعد هذا البرنامج أيضاً على خفض مستوى الغضب لديهم مما يحقق قدر من التوافق النفسي.

أهداف البرنامج:

الأهداف العامة: وتحدد في نقطتين

هدف علاجي: حيث يهدف إلى خفض مستوى الغضب لدى هؤلاء الجانحين من خلال تدريبهم على استخدام بعض الأساليب المعرفية والسلوكية المتضمنة في البرنامج
هدف وقائي: حيث يكتسب الأحداث بعض الفنيات المعرفية والسلوكية التي تساعدهم على مواجهة المواقف المثيرة للغضب في المستقبل

الأهداف الإجرائية:

وتتحقق الأهداف الإجرائية من خلال العمل المثمر داخل الجلسات ومن خلال القيام بأداء الأنشطة داخل الجلسة والواجبات المنزلية التي يكلف بها الحدث الجانح والمتعلقة بالمواقف المثيرة للغضب واستخدام الاسترخاء.

وتتلخص الأهداف الإجرائية فيما يلي:

- 1- التعرف على تأثير الغضب في الحياة وما يسببه من مشكلات.
- 2- اكتساب المهارات اللازمة للتعایش بنجاح مع المواقف المتنوعة المثيرة للغضب باستخدام بعض الاستراتيجيات المعرفية والسلوكية التي تم تعلمها في البرنامج.
- 3- التعرف على الدور الذي يؤديه الاسترخاء العضلي في خفض التوتر ومن تم التدريب على استخدامه في مواجهة المواقف المثيرة للغضب.

بعد الاطلاع على برنامج الإرشاد النفسي الجماعي المعرفي السلوكي مكون من (12) الجلسة وتتراوح مدة كل جلسة حوالي (50) دقيقة بمعدل جلستين كل أسبوع وقد استمر تنفيذ البرنامج (6) أسابيع. وتتضمن كل جلسة تمهيد ومقدمة نظرية عن المهارات التي تكون موضوع الجلسة وبعدها يتم عرضها بشكل تطبيقي ويتم إعطاء واجب منزلي في نهاية كل جلسة.

ملخص جلسات البرنامج الإرشادي:

- الجلسة الأولى: هدفت إلى إقامة علاقة تفاعلية بيني وبين الأحداث وبين الأحداث فيما بينهم. وتم من خلال هذه الجلسة التعريف بالبرنامج الإرشادي مع توضيح لأهداف البرنامج.
- الجلسة الثانية: في هذه الجلسة تم التعرف على مفهوم الغضب والمثيرات التي تؤدي حدوث استجابة الغضب عند المشاركين في البرنامج، وتعريف المشاركين بالتغيرات الفسيولوجية والجسمية أثناء انفعال الغضب. في نهاية الجلسة طلب منهم القيام بواجب منزلي.
- الجلسة الثالثة: كان الهدف منها تعريف المشاركين على تقنية الاسترخاء كتقنية وأسلوب يساعد على خفض مستوى الغضب، وكيف يتعاملون مع المواقف المثيرة للغضب، وكيف الانفعال الزائد يمكن أن يؤدي إلى سلوكيات قد تضاعف لهم العقوبة، كما يتم من خلال هذه الجلسة تدريب المشاركين على تقنية الاسترخاء العضلي، مع القيام بواجب منزلي.
- الجلسة الرابعة: تم فيها تدريب المشاركين على الاسترخاء العضلي وكيف يطبقونه في المواقف التي تثير الغضب بالنسبة لهم، مع تطبيق في الاسترخاء العضلي، الذي تم التدريب عليه في المنزل.
- الجلسة الخامسة: في هذه الجلسة حاولنا أن نوضح لهم الأفكار العقلانية واللاعقلانية والتميز بينهما بالاعتماد على أسلوب ألبرت اليس (Albert Ellis)، مع الواجب المنزلي.
- الجلسة السادسة: كان الهدف منها هو تغيير الأفكار اللاعقلانية من خلال استخدام أسلوب الحوار السقراطي بطرح أسئلة توضح للمشاركين عدم منطقية الأفكار اللاعقلانية.
- الجلسة السابعة: هدفت إلى تغيير الأفكار اللاعقلانية بأخرى عقلانية بديلة وتعميق الاقتناع بها.

- الجلسة الثامنة: اعتمدنا فيها إلى تعليم المشاركين مهارة الضبط الذاتي عن طريق مراقبة الذات وتعزيزها عند التعرض لمواقف تثير الغضب لديهم، بتطبيقات عملية داخل الجلسة مع إعطائهم تمرين منزلي في هذا الاتجاه.
- الجلسة التاسعة: تم من خلالها تدريب الأحداث المشاركين في البرنامج على استراتيجية التحصين ضد التوتر، بعدما يكون قد تعلم بعض المهارات التي تساعده على مواجهة التوتر، مع الواجب المنزلي لتطبيق هذه الاستراتيجية.
- الجلسة العاشرة: تم تدريب المشاركين على مهارات الحديث والإصغاء للآخرين وتم توزيع المشاركين إلى مجموعات للتدرب على مهارات الإصغاء وكيفية التعبير عن المشاعر السلبية والإيجابية وعلاقة كل هذا بانفعال الغضب، مع واجب منزلي يتم فيه التدريب على مهارات التواصل مع الآخرين.
- الجلسة الحادية عشر: تم من خلالها تدريب المشاركين على مهارات حل المشكلات من خلال القدرة على إيجاد بدائل متعددة وليس بديل واحد، مع إعطاء واجب منزلي يتضمن مواقف افتراضية قد يتعرض لها الحدث الجانح.
- الجلسة الثانية عشر: تمت مناقشة الواجب المنزلي، ثم تدريب المشاركين على حل المشكلات من خلال عرض المواقف التي يتعرضون لها وتم تدريبهم على كيفية تطبيق هذه المهارات في المواقف المثيرة للغضب في حياتهم اليومية، مع السماح للمشاركين بتقييم البرنامج الإرشادي وإبداء ملاحظاتهم عليه.

المعالجة الإحصائية:

تصميم الدراسة: تصميم هذه الدراسة يتضمن مجموعتين
مجموعة التجريبية وأخرى ضابطة، اعتمد فيهما على التعيين العشوائي لأفرادها، وقد طبق على أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة مقياس الغضب كقياس قبلي وبعد ذلك طبق المتغير التجريبي الذي هو البرنامج الإرشادي الجماعي المعرفي السلوكي على المجموعة التجريبية فقط وتم استثناء المجموعة الضابطة، وبعدها أجرى القياس على المجموعتين كقياس بعدي. قبل تطبيق البرنامج على المجموعة التجريبية تم تهيئتهم للمشاركة في البرنامج الجماعي المعرفي السلوكي، حيث تم الالتقاء بهم وإخبارهم بأنهم سوف يشاركون في هذا البرنامج من أجل خفض مستوى الغضب وأهمية الحضور والقيام بالواجبات المنزلية.

الجدول رقم 1

القياس البعدي		القياس القبلي		العدد	النوع الاجتماعي	المجموعة
الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي			
3.97	22.8	5.2	47.1	10	ذكور	المجموعة التجريبية
6.43	51	6.9	50.7	10	ذكور	المجموعة الضابطة
6.07	36.9	6.01	48.9	20	الكلي	

المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري لدرجات الأحداث الجانحين في مقياس الغضب في القياس القبلي والبعدي وفقاً لمتغيري المجموعة

عرض ومناقشة النتائج:

النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى:

توجد فروق دالة في خفض مستوى الغضب بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي. والجدول التالي يوضح الفروق بين المتوسطات في خفض مستوى الغضب بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة

الدلالة	"ت" المحسوبة	درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	مستوى الغضب
0.018	5.47	9	3.97	22.8	المجموعة التجريبية
			6.43	51	المجموعة الضابطة

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية في خفض مستوى الغضب بين المجموعة التجريبية التي تلقت البرنامج الإرشادي الجماعي المعرفي السلوكي والمجموعة الضابطة التي لم تتلق برنامج الإرشاد الجماعي المعرفي السلوكي عند مستوى الدلالة 0.018 حيث كان متوسط المجموعة التجريبية في خفض مستوى الغضب 22.8 بينما بالنسبة للمجموعة الضابطة فقد كان 51 وتدلل هذه النتيجة على فعالية البرنامج الإرشادي الجماعي المعرفي السلوكي في خفض مستوى الغضب لدى الأحداث الجانحين. حيث يلاحظ تحسناً في مفهوم الضبط الذاتي عند التعرض لمواقف تثير الغضب كما ظهر أن الأحداث أصبحوا أكثر إيجابية في التعامل مع المواقف المثيرة للغضب. وهذا ما أكدت عليه كل من دراسة (أحمد عبد الكريم حمزة، 2005)، (Deffenbacher et al., 1996) (هنادي محمود إبراهيم، 2016) وآخرين .

وبهذه النتائج يمكننا القول أن الفرضية الأولى قد تحققت يعني أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية في خفض مستوى الغضب بين المجموعة التجريبية التي تلقت البرنامج الإرشادي الجماعي السلوكي المعرفي والمجموعة الضابطة التي لم تتلق البرنامج الإرشادي الجماعي في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية.

مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية:

توجد فروق دالة في خفض مستوى الغضب لدى أفراد المجموعة التجريبية في القياس القبلي والبعدي.

الغضب	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
القياس القبلي	47.1	5.2	5	0.009
القياس البعدي	22.8	3.97		

يتضح من الجدول السابق أن هناك فروق دالة إحصائية عند مستوى 0.009 ($0.05 \leq 0.009$) في خفض مستوى الغضب، كما أن المتوسط الحسابي قبل تطبيق البرنامج الإرشادي الجماعي المعرفي السلوكي على المجموعة التجريبية هو 47.1 وقد تغير بعد تطبيق البرنامج إلى 22.8 والفروق ذات دلالة إحصائية، تدل على الأثر الإيجابي لبرنامج الإرشاد الجماعي المعرفي السلوكي، وقد اتفقت هذه النتيجة مع كل من دراسة (Gold, 2007) و (Coonerty, 2008) حيث تحقق الهدف من البرامج الإرشادية في خفض انفعال الغضب لدى الأحداث الجانحين وذلك من خلال استخدام نظرية العلاج المعرفي السلوكي، بالاعتماد على بعض الفنيات المعرفية و الفنيات الانفعالية السلوكية في تغيير الأفكار اللاعقلانية لديهم.

نلاحظ وجود فروق دالة إحصائية بين أفراد المجموعة التجريبية بين القياس القبلي أي قبل تطبيق البرنامج الإرشادي وذلك لصالح القياس البعدي، وهذه النتيجة تبرز فعالية البرنامج المطبق على المشاركين من الأحداث الجانحين. قد تم الاعتماد في البرنامج الإرشادي الجماعي على تقنيات تمكن الحدث الجانح من التعايش بنجاح مع المواقف المتنوعة المثيرة للغضب، كتقنية الاسترخاء العضلي في خفض التوتر وضبط الذات عند مواجهته مثل هذه المواقف الضاغطة، وتقنية حل المشكلات بالاعتماد على مبادئ الإرشاد الجماعي المعرفي السلوكي الذي من خلاله استخدمت بعض الفنيات ك لعب الدور والتعزيز والتقييم ومكافأة الذات (مروه مندى عبد اللطيف أحمد، 2017) وقد أسهمت هذه التقنيات المعتمدة في برنامج الإرشاد الجماعي على مساعدة الأحداث الجانحين في ضبط ذاتهم ومحاولة التحكم في غضبهم والتعرف على الأفكار اللاعقلانية المسيطرة عليهم ومحاولة تغييرها بأفكار أكثر عقلانية، كما أن تقنية الاسترخاء أسهمت في جعل الحدث الجانح أكثر استرخاء و أقل توتراً في المواقف التي يتعرض لها داخل المركز كما أن تقنية حل المشكلات ساعدته في التعرف على الخطوات العملية لحل المشاكل . كل هذه التقنيات ساعدت في خفض مستوى الغضب لدى الأحداث الجانحين، حيث أسهمت في التأثير بشكل إيجابي على تفكير الحدث الجانح وبالتالي على مشاعره وسلوكاته.

من خلال النتائج المحصل عليها ومن خلال تحقق الفرضية الأولى والثانية يمكننا القول بأن المجموعة التجريبية المتكونة من الأحداث الجانحين الذين خضعوا لجلسات الإرشاد الجماعي قد انخفض مستوى الغضب لديهم مقارنة بالمجموعة الضابطة التي لم يخضع أفرادها للبرنامج الإرشادي الجماعي

وهذا يدل على فعالية البرنامج الإرشادي الجماعي المعرفي السلوكي في خفض مستوى الغضب لدى الأحداث الجانحين، في اتساق مع الدراسات السابقة.

الخاتمة:

تعد مشكلة جنوح الأحداث من المشاكل التي تمس كل المجتمعات لذلك فهي تحتاج إلى مجهودات كبيرة تشترك فيها جميع الأطراف للتخفيف منها ومن آثارها، ونعني هنا كل المؤسسات من اسرة ومدرسة ومؤسسات اجتماعية والمجتمع ككل.

هناك تأكيد ملحوظ للنظريات التي تؤكد على العمليات المعرفية مثل المعتقدات والأفكار والقيم في التفسيرات النفسية للجنوح، حيث إن معتقداتنا وقيمنا وصورتنا عن أنفسنا تعد الموجه الأساسي لسلوكنا.

ولكن بالرغم مما تتضمنه نظرية العلاج المعرفي السلوكي من مميزات وما تشتمل عليه من فنيات علاجية ناجحة إلا أن هناك بعض الصعوبات تعترض هذا النوع من الإرشاد تتجلى في أنه أحيانا يستوجب الأمر تتبع الحدث الجانح عند خروجه من المؤسسة وهذا أمر صعب المنال على الأقل عندنا في المغرب، مما يعرض الحدث الجانح للانتكاسة في أغلب الأحيان. فالجهود التي تبذل من طرف المربين والأخصائيين النفسيين والاجتماعيين بالمراكز المخصصة لإعادة تأهيل الأحداث الجانحين، تظل أحيانا بلا معنى، مما يجعل الأمر يدور في حلقة مفرغة تفقد فيها كل الجهود والمبادرات الطامحة إلى إعادة تأهيل الجانحين.

غير أنه يمكن القول إن نتائج الدراسة التي أجرتها مؤسسة محمد الخامس لإعادة الإدماج، تؤكد أن الحدث الجانح الذي يجري تتبعه وتأهيله نفسياً واجتماعياً في إطار مصالحي التهييء لإعادة الإدماج، تتغير تمثلاته وصورته عن ذاته وعن المحيط. لهذا يكون من الأفضل أن تكون هناك تدخلات متعددة الأبعاد تنشغل بالوقائي وتقليل المخاطر وذلك بالاهتمام بهذه الشريحة من المراهقين.

التوصيات:

1. إجراء دراسات تعتمد أسلوب الإرشاد الجماعي ليطال شريحة كبيرة من الأحداث في مراكز مختلفة.
2. حتى نغير من سلوكيات الأحداث الجانحين لتصبح أكثر توافقاً فعلينا أن نغير من أفكارهم ومعتقداتهم وصورتهم عن أنفسهم.
3. الاهتمام بالدراسات التي تناولت البرامج الإرشادية العلاجية وخاصة العلاج الإرشادي الجماعي لما له من تأثير على الأحداث ومن توفير للجهد والوقت.
4. إنشاء وحدات نفسية خاصة بالإرشاد النفسي داخل الإصلاحيات ومراكز حماية الطفولة.

المراجع:

المراجع باللغة العربية:

- أحمد عبد الكريم حمزة. (2005). مدى فعالية برنامج إرشادي في خفض الغضب لدى المراهقين. Ph.D. dissertation, معهد الطفولة للدراسات النفسية والاجتماعية بجامعة عين شمس.
- البسطامي غانم جاسر محمد. (2003). أثر برنامج تدريبي مستند إلى النظرية المعرفية الاجتماعية في منظومة القيم لدى المراهقين الجانحين في الأردن. Ph.D. dissertation, عمان.
- امل صبري فرج سليمان. (2011). أثر برنامج تدريبي مستند إلى النظرية المعرفية الاجتماعية في فعالية برنامج قائم على العلاج العقلاني الانفعالي لإدارة الغضب لدى المراهقين العدوانيين. أثر برنامج تدريبي مستند إلى النظرية المعرفية الاجتماعية في فعالية برنامج قائم على العلاج العقلاني الانفعالي لإدارة الغضب لدى المراهقين العدوانيين. (عزة عبد الرحمن حسن، Ed). كلية التربية جامعة كفر الشيخ.
- عثمان حمود الخضر. (2004). الغضب وعلاقته بمتغيرات الصحة النفسية. مجلة العلوم الاجتماعية, 032.
- محمد عبد الرحمان & فوقية عبد الحميد. (1998). مقياس الغضب كحالة وكسمة.
- محي الدين حسين. (1987). التنشئة الأسرية و الأبناء الصغار. القاهرة. مطابع الهيئة المصرية العامة للكتاب، القاهرة.
- مروه مندى عبد اللطيف أحمد. (2017). سيكولوجية الغضب والأفكار اللاعقلانية.. برنامج علاجي لخفض حدة الغضب. Retrieved from المكتب العربي للمعارف. <https://books.google.de/books?id=aCSkwwEACAAJ>
- هنادي محمود إبراهيم. (2016). أثر الارشاد الجمعي المعرفي السلوكي في خفض أعراض الغضب والوحدة لدى الأطفال اللاجئين السوريين في الأردن. أثر الارشاد الجمعي المعرفي السلوكي في خفض أعراض الغضب والوحدة لدى الأطفال اللاجئين السوريين في الأردن.

المراجع باللغة الأجنبية:

- Beck, B., Rush, J., Shaw, B., & Emery, G. (1979). Cognitive Therapy for Depression. American Psychological Association (APA).
- Clark, D. A., & Beck, A. T. (2011). Cognitive therapy of anxiety disorders: Science and practice. Guilford Press.
- Coonerty, F. A. (2008). Developing and evaluating an anger management intervention for boys: What does gender have to do with it? Boston College Dissertations and Theses, AAI3327311.
- Craske, M. G. (2010). Cognitive-behavioral therapy. In Cognitive-behavioral therapy. (pp. 173, x, 173-x). American Psychological Association.

- Deffenbacher, J. L., Lynch, R. S., Oetting, E. R., & Kemper, C. C. (1996). Anger reduction in early adolescents. In *Journal of Counseling Psychology* (Vol. 43, pp. 149–157). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.43.2.149>
- Sherman, E. (1986). Cognitive therapy. A. Minahan (Ed.), *Encyclopedia of Social Work*.
- Spielberger, C. D., Reheiser, E. C., & Sydeman, S. J. (1995). Measuring the experience, expression, and control of anger. In *Anger disorders: Definition, diagnosis, and treatment*. (pp. 49–67–49–67). Taylor & Francis.
- Weishaar, M., & Beck, A. T. (1986). *Cognitive therapy* (W. Dryden & W. Golden (eds.)). Harper and Row.
- Escamilla, A. G. (2000). *Effects of self-instructional cognitive-behavioral techniques on anger management in juveniles*. The University of Texas at Austin.
- Gold, A. L. (2007). *Anger Management as a Component of Inpatient Residential Treatment with Adolescents: A Multiple Case Study*. Northern Arizona University. Retrieved from <https://books.google.de/books?id=Q7XAswEACAAJ>
- Kendall, P. C. (1993, April). Cognitive-behavioral therapies with youth: guiding theory, current status, and emerging developments. *Journal of consulting and clinical psychology*, 61(2), 235-47.
- Ontaz, T. (2015). Training and teaching cognitive behavioral strategy to anger management. *Intervention In School & Clinic*, 36, 204–220.
- Sharp, S. R. (2003). *Effectiveness of an Anger Management Training Program Based on Rational Emotive Behavior Theory (REBT) for Middle School Students with Behavior Problems*. *Effectiveness of an Anger Management Training Program Based on Rational Emotive Behavior Theory (REBT) for Middle School Students with Behavior Problems*.
- Taylor, S. (2006). *Clinician's guide to PTSD: A cognitive-behavioral approach*. Guilford Publications.
- Ellis, A. L. (2008). *The Effectiveness of Psycho-Educational Group Counseling on Sixth Grade Male Students' Anger*. Ph.D. dissertation. Retrieved from <http://hdl.handle.net/20.500.12648/4748>