

The Effectiveness of a Cognitive Behavioral Counseling Program in Reducing Future Anxiety among Delinquents at the Girls' Welfare Institution in Riyadh

فاعلية برنامج قائم على الإرشاد المعرفي السلوكي في خفض قلق المستقبل لدى الجانحات بمؤسسة رعاية الفتيات بمدينة الرياض

Haifa Al-Dosari ^{*1}, Yahya Khatatbeh¹.

¹Imam Mohammad Ibn Saud Islamic University, Riyadh, KSA.

ARTICLE INFO

Article history:

Received 27 Apr 2019

Accepted 10 Oct 2019

Published 01 Apr 2021.

*Corresponding author:

Imam Mohammad Ibn Saud Islamic University, Riyadh, KSA.

Email: Hsaldosre@imamu.edu.sa.

Abstract

This study aimed to examine the effectiveness of a cognitive-behavioral counseling-based program in reducing future anxiety among female juvenile delinquents at the Rehabilitation Institution for Females in Riyadh. The participants consisted of 28 female juvenile delinquents, who were randomly divided into two groups: an experimental group of 14 and a control group of 14. To achieve the study objectives, the researchers used the Future Anxiety Scale (2009), developed by Almoshaky, after verifying its psychometric properties, in addition to implementing the cognitive-behavioral program. The study findings indicated that there were statistically significant differences between the mean scores of the experimental and control groups on the future anxiety scale after the implementation of the counseling program, favoring the experimental group. Furthermore, there were significant differences in the experimental group's future anxiety scores between pre- and post-implementation, with post-measurements showing a reduction in anxiety. Moreover, the results revealed no statistically significant differences between the mean scores of the experimental group on the future anxiety scale between the post-implementation and follow-up measurements, suggesting that the effects of the program persisted for two months after the post-test. Finally, the study concluded that the cognitive-behavioral counseling-based program was effective in reducing future anxiety among female delinquents in Riyadh's female rehabilitation institution, and that this effect lasted for at least two months after the intervention. The study recommends considering the psychological needs of female delinquents, identifying their issues, and providing various counseling programs to support their rehabilitation.

Keywords: Cognitive, Behavioral, Counseling, Anxiety, Delinquents, Girls.

المخلص

هدفت هذه الدراسة إلى التحقق من فاعلية برنامج قائم على الإرشاد المعرفي السلوكي في خفض قلق المستقبل لدى الجانحات بمؤسسة رعاية الفتيات بمدينة الرياض. وتكونت المجموعة من (٢٨) جانحة تم تقسيمهم عشوائياً إلى

مجموعتين: مجموعة تجريبية مكونة من (١٤) جانحة، ومجموعة ضابطة مكونة من (١٤) جانحة، ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام مقياس قلق المستقبل (٢٠٠٩) الذي أعده المشيخي بعد التحقق من الخصائص السيكومترية، بالإضافة إلى البرنامج المعرفي السلوكي. أشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط المجموعة التجريبية والضابطة في قلق المستقبل بعد تطبيق برنامج قائم على الإرشاد المعرفي السلوكي لصالح أفراد المجموعة التجريبية، وكذلك وجود فروق دالة إحصائية في قلق المستقبل لدى المجموعة التجريبية قبل وبعد تطبيق برنامج قائم على الإرشاد المعرفي السلوكي لصالح القياس القبلي. وأيضاً أشارت نتائج الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية على مقياس قلق المستقبل بعد تطبيق البرنامج الإرشادي القائم على الإرشاد المعرفي السلوكي والقياس التبعي. وأخيراً أظهرت النتائج فعالية البرنامج القائم على الإرشاد المعرفي السلوكي في خفض قلق المستقبل لدى الفتيات الجانحات بمؤسسة رعاية الفتيات بمدينة الرياض واستمرار فاعليته لمدة شهرين من انتهاء القياس البعدي. وأوصت نتائج الدراسة بضرورة الاهتمام بالفتيات الجانحات، والوقوف على مشكلاتهن النفسية وتقديم برامج إرشادية متنوعة لتأهيلهن.

الكلمات المفتاحية: الإرشاد، المعرفي، السلوكي، القلق، الجانحات.

١. المقدمة

١.١ الإطار النظري والدراسات السابقة

يعد جنوح الأحداث من الظواهر التي احتلت مكانة بارزة في الدراسات النفسية والاجتماعية، حيث أهتم المسؤولون في بحث أسبابه وظروفه ووضع البرامج الوقائية والعلاجية له؛ بكونهم من أهم مصادر المجتمع التي يعتمد عليها في بنائه المستقبلي حيث يمر الأحداث بظروف صعبة، ومواقف مؤلمة تدفعهم إلى الانحراف، وبعض الممارسات السلوكية الخاطئة مثل: التفكك الأسري، وفقدان أحد الوالدين، وسوء المعاملة الوالدية، والعنف الأسري، إضافة إلى ما يرتكب ضدهم من جرائم مثل: الخطف، والاعتداء، والاعتصاب، والاستغلال، والتعذيب، وترويج المخدرات وغيرها من المشكلات (الوريكات ٢٠١٠).

هذا وتعد ظاهرة جنوح الفتيات من أخطر المشكلات؛ نظراً لمركز المرأة ودورها في المجتمع حيث يقع على عاتقها جملة من المهام بوصفها أمّاً ومربية للأجيال ولها ثمة أدوار متعددة؛ خاصة وأن هذه الظاهرة في ازدياد حيث تشير إحصائية وزارة الشؤون الاجتماعية في المملكة العربية السعودية أن عدد الفتيات الجانحات في مؤسسات رعاية الفتيات في عام (١٤٢٣/١٤٢٤هـ) بلغ (١١٠٩) جانحة، في حين بلغ عددهنّ (١١٧١) في عام (١٤٢٤/١٤٢٥هـ) (وزارة الشؤون الاجتماعية، ١٤٢٧هـ)؛ كما أشارت الإحصائيات الصادرة من وزارة الشؤون الاجتماعية في عام (٢٠١٤) إلى وجود أكثر من (٢٨٠٠) نزيلة بمؤسسات رعاية الفتيات في جميع مدن المملكة، وتسعى الوزارة في الوقت الحالي لفتح عددٍ من دور الرعاية في مختلف مواقع المملكة العربية السعودية، وقد تنوعت مشكلات جنوح الفتيات من جرائم أخلاقية وترويج للمخدرات والهروب من المنزل، وبعض جرائم القتل والسرقة وغيرها من الجرائم التي نص القانون على أنها جريمة (وزارة الشؤون الاجتماعية، ٢٠١٤).

وقد أشارت العديد من نتائج الدراسات المحلية والعربية التي تناولت انحراف الأحداث بشكل عام والفتيات بشكل خاص إلى زيادة الأرقام والنسب الإحصائية في الآونة الأخيرة كدراسة (السدحان، ٢٠١٢؛ السمهري، ٢٠٠٥) والتي عللت زيادة هذه الإحصائيات وتفاقم حجم المشكلة إلى جملة من الأسباب تمثلت في التغيير الثقافي والاجتماعي، واختلال التركيبة الاجتماعية، وظهور المشكلات الاجتماعية، وانتشار وسائل الاتصال وكذلك زيادة الدعايات الإعلامية والمواقع المضللة للانحراف.

وعند تتبع الباحثان للدراسات التي تناولت مشكلات الأحداث الجانحين بشكل عام ومشكلة الفتيات الجانحات بشكل خاص، لوحظ تعدد المشكلات النفسية والسلوكية التي تواجههن حيث إنهن يعانين من بعض المشكلات المعرفية والنفسية كالمخاوف المرضية والرهاب الاجتماعي والاضطرابات النفسية، والغضب والتمرد، والسلوكيات الفوضوية والقلق، وقلق المستقبل وبعض الاضطرابات والأمراض النفسية المتعددة (الوريكات، ٢٠١٠؛ ريشان، ٢٠١٣؛ كاندال، ٢٠١٤).

ويعد قلق المستقبل (Future Anxiety) من الاضطرابات النفسية التي تؤثر على الأفراد في مجالات حياتهم المختلفة، حيث يشعرون بالعجز والاضطراب والاكتئاب، والتشاؤم، والأفكار الوسواسية، واليأس، أو عدم الشعور بالأمن. كما لوحظ أن الشخص الذي يعاني من قلق المستقبل يتسم بالتشاؤم والانطواء، وعدم الشعور بالأمن، ونقص الثقة في الآخرين،

والانسحاب من الأنشطة البناءة، والتوقعات السلبية، والحزن والشك والتردد، واليأس، وقلق الموت، والاكتئاب (أبو النور ١٩٩٦). كما يتسم ببعض المفاهيم السلبية التي تشعر بها الفتيات الجانحات كالشعور بعدم الارتياح والتفكير السلبي تجاه المستقبل والنظرة السلبية للحياة، وعدم القدرة على مواجهة الأحداث الحياتية الضاغطة وتدن اعتبار الذات، وفقدان الشعور بالأمن مع عدم الثقة بالنفس (المشيخي، ٢٠٠٩).

وقد تعددت وتنوعت الأساليب الإرشادية التي تحاول خفض قلق المستقبل مثل برامج الإرشاد العقلاني الانفعالي، وبرامج الإرشاد الواقعي، والإرشاد السلوكي المعرفي، وقد تبني الباحثان برنامجاً قائماً على الإرشاد المعرفي السلوكي؛ لكونه من أهم الأساليب الإرشادية المتبعة في تعديل العديد من السلوكيات المضطربة، والاضطرابات المعرفية التي يعاني منها الأشخاص المصابون باضطراب قلق المستقبل؛ وبكونه يتناسب مع فئة الدراسة الحالية والأهداف التي تسعى الدراسة الحالية إلى تحقيقها، إضافة إلى كونه يساعد على التوافق النفسي والاجتماعي، والتخلص من الأفكار السلبية حول المستقبل، ويجعلهن أكثر قدرة على مواجهة السلوكيات الخاطئة والتخلص منها.

ونظراً لخطورة قلق المستقبل وما قد يترتب عليه من آثار ومضاعفات سلبية، وبالرغم من تعدد الدراسات التي تناولت برامج لخفض قلق المستقبل في البيئة العربية والعالمية، والتي أثبتت فاعليتها ودورها في خفض قلق المستقبل وغيره من الاضطرابات التي تعاني منها الفتيات الجانحات بشكل عام. إلا أنه تم تبني البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي بكونه الأنسب لفئة الدراسة وخصوصيتها في المجتمع السعودي.

لذا؛ تسعى الدراسة الحالية إلى معرفة فاعلية برنامج قائم على الإرشاد المعرفي السلوكي في خفض قلق المستقبل لدى الفتيات الجانحات في مؤسسة رعاية الفتيات في مدينة الرياض.

١,١,١ الدراسات السابقة

أجرى الوريكات (٢٠١٠) دراسة هدفت إلى معرفة أثر برنامج إرشادي معرفي سلوكي في ضبط الغضب وتنمية الاهتمام الاجتماعي وخفض الاكتئاب لدى الأحداث الجانحين في المملكة الأردنية الهاشمية، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم الباحث المنهج التجريبي، وتكونت عينة الدراسة من (٤٠) حدثاً جانحاً، تم توزيعهم عشوائياً إلى مجموعتين: مجموعة تجريبية وأخرى ضابطة، وبلغ عدد جلسات البرنامج (٢٠) جلسة تدريبية مدة كل جلسة (٤٥) دقيقة. أشارت نتائج الدراسة إلى فاعلية برامج الإرشاد المعرفي السلوكي في خفض الغضب والاكتئاب وتنمية الاهتمام الاجتماعي لدى أفراد الدراسة، وأوصت نتائج الدراسة بوضع برامج تربوية لأسر الأحداث الجانحين، وتدريبهم على التحكم والسيطرة على الغضب.

كما قام ريشان (٢٠١٣) بدراسة هدفت إلى معرفة أثر برنامج إرشادي عقلائي انفعالي في تعديل الأفكار الداعمة للعدوان لدى الأحداث المودعين في سجن البصرة بالجمهورية العربية العراقية، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم الباحث المنهج التجريبي وتكونت العينة من (٥٠) حدثاً جانحاً ممن حصلوا على أعلى درجات على مقياس الأفكار الداعمة للعدوان تم توزيعهم عشوائياً إلى مجموعتين: مجموعة تجريبية وأخرى ضابطة وبلغ عدد جلسات البرنامج (١٨) جلسة تدريبية لمدة (٦٠) دقيقة لكل جلسة. أظهرت نتائج الدراسة فاعلية برامج الإرشاد العقلاني الانفعالي في تعديل الأفكار الداعمة للعدوان لدى الأحداث الجانحين، وأوصت نتائج الدراسة بأهمية قياس الأفكار الداعمة للعدوان بشكل دوري لدى هذه الفئة.

في حين أجرى الرشدي (٢٠١٣) دراسة هدفت إلى التعرف على فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في تحسين الكفاية الذاتية المدركة وخفض الغضب والاكتئاب لدى الأحداث الجانحين في المملكة الأردنية الهاشمية، تكونت عينة الدراسة من (٦٠) حدثاً جانحاً، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم الباحث المنهج التجريبي حيث تم توزيعهم عشوائياً إلى أربع مجموعات متساوية مجموعتين تجريبيتين ومجموعتين ضابطتين وبلغ عدد الجلسات (١٥) جلسة تدريبية لمدة (٥٠) دقيقة. أشارت نتائج الدراسة إلى فاعلية برامج الإرشاد المعرفي السلوكي في تحسين الكفاية الذاتية وخفض الغضب والاكتئاب لدى الأحداث الجانحين. وأوصت نتائج الدراسة بإجراء دراسة مقارنة بين أساليب الإرشاد الفردي والإرشاد الجمعي في التعامل مع مشكلات الكفاية الذاتية والاكتئاب والغضب لدى الأحداث الجانحين، وفئات أخرى من المجتمع.

وهدف دراسة القطانة (٢٠١٤) إلى التعرف على فاعلية برنامج إرشادي جمعي معرفي سلوكي في تنمية بعض المهارات الاجتماعية لدى عينة من الأحداث الجانحين في المملكة الأردنية الهاشمية ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم الباحث المنهج التجريبي. تكونت عينة الدراسة من (٣٠) حدثاً جانحاً تم تقسيمهم عشوائياً إلى مجموعتين: مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة وبلغ عدد الجلسات (١٠) جلسات تدريبية مده كل منها (٤٥) دقيقة، وأظهرت النتائج فاعلية برنامج إرشادي معرفي

سلوكي في تنمية المهارات الاجتماعية لدى الأحداث الجانحين، وأوصت نتائج الدراسة بإجراء دراسات بحثية تتضمن مهارات أخرى غير المهارات الاجتماعية كمهارات التواصل والتفاعل الاجتماعي.

أما دراسة كاندال (Kendall, 2014) فهدفت إلى التعرف على فاعلية برنامج معرفي سلوكي للتعامل مع القلق وقلق المستقبل لدى الأحداث الجانحين في الولايات المتحدة الأمريكية، والمساعدة في تحليل مشاعر القلق لديهم، ووضع استراتيجيات للتعامل معها من خلال التركيز على أربعة عناصر تمثلت في: الاعتراف بمشاعر القلق، توضيح مصادر القلق، ووضع خطة لمواجهة وتخفيفه، وتقييم الأداء والإدارة الذاتية، وذلك من خلال دمج المهارات التكيفية لخفض مشاعر القلق، وتطوير الإيجابية لدى الفرد. ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم الباحث المنهج التجريبي وتكونت عينة الدراسة من (٣٠) حدثاً جانحاً من الجنسين في، تراوحت أعمارهم بين (١٥-١٧) سنة تم تقسيمهم عشوائياً إلى مجموعتين: مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة، واستخدم الباحث فنيات الإرشاد والتدريب المعرفي السلوكي والتي تمثلت في التدريب على: (المحاكاة، النمذجة، إعادة البناء المعرفي، التخيل الموجه، مهارات التعامل مع واقع الحياة، لعب الأدوار، التدريب على الاسترخاء، مهارات التكيف) وبلغ عدد الجلسات (١٤) جلسة تدريبية لمدة (٤٥) دقيقة. وأظهرت نتائج الدراسة فروقاً بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في انخفاض القلق ومقلق المستقبل لصالح المجموعة التجريبية. وأوصت نتائج الدراسة بإجراء دراسات تجريبية حول البرامج الوقائية لمواجهة وخفض القلق العام وقلق المستقبل.

وأجرى كل من شن وآخرون (Chen, et al., 2014) بدراسة هدفت إلى التعرف على فاعلية برنامج معرفي سلوكي في خفض السلوك العدواني لدى الأحداث الجانحين في الصين، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم فريق البحث المنهج التجريبي وتكونت عينة الدراسة من (٦٦) حدثاً جانحاً تم توزيعهم عشوائياً إلى مجموعتين ضابطة استخدمت للمقارنة وأخرى تجريبية. كما تمت المقارنة بين المجموعتين على القياسين القبلي والبعدي للكشف عن درجة السلوك العدواني لدى أفراد المجموعتين، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين (الضابطة، التجريبية) في انخفاض درجة السلوك العدواني لصالح أفراد المجموعة التجريبية التي طبقت عليها إجراءات وفنيات الإرشاد المعرفي السلوكي خلال (١٤) جلسة تدريبية مدة كل جلسة (٥٠) دقيقة، كما بينت نتائج الدراسة فاعلية البرنامج المعرفي السلوكي في خفض السلوك العدواني لدى أفراد العينة. وأخيراً أوصت نتائج الدراسة بأهمية بوضع برامج إرشادية وقائية لخفض العدوان لدى الأحداث الجانحين، وغيرها من السلوكيات اللاسوية.

وفي المملكة الأردنية الهاشمية أجرت الشريف (٢٠١٤) دراسة هدفت إلى التعرف على فاعلية برنامج إرشادي جمعي معرفي سلوكي في تعديل مفهوم الذات وخفض مستوى الغضب لدى الأحداث الجانحين، ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام المنهج التجريبي، تكونت عينة الدراسة من (٦٠) حدثاً جانحاً من الجنسين، عمدت الباحثان إلى تقسيمهم إلى أربع مجموعات بطريقه عشوائية، حيث خضعت المجموعتان التجريبيتان لبرنامج إرشادي جمعي لتعديل مفهوم الذات السلبي، وخفض مستوى الغضب، فيما لم تخضع المجموعتان الضابطتان إلى أي برامج إرشادية وبلغ عدد الجلسات (١٠) جلسات لكل مجموعة تدريبية لمدة (٦٠) دقيقة، وأشارت النتائج إلى فعالية برامج الإرشاد المعرفي السلوكي في تعديل مفهوم الذات وانخفاض مستوى الغضب لدى الأحداث الجانحين وأوصت نتائج الدراسة بأهمية وضع برامج إرشادية لتعديل مفهوم الذات السلبي وتطوير المهارات الذاتية لديهم.

كما قام كل من بارنز وآخرون (Barnes, et al., 2014) بدراسة هدفت إلى اختبار فاعلية التدخلات الإرشادية المعرفية السلوكية في خفض القلق العام لدى الأحداث الجانحين الذكور في أستراليا. وقد تم إعداد برنامج إرشادي يتضمن فنيات تدخلية للأساليب السلوكية والفنيات المعرفية، حيث شملت على عدد من الفنيات منها: الحديث مع الذات (Self-Talk)، والتي تعتبر نوعاً من التدخلات التي تستخدم لخفض مستوى القلق لدى الأحداث الجانحين. ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم فريق البحث المنهج التجريبي وبلغ عدد أفراد عينة الدراسة (٤٠) حدثاً جانحاً من الذكور. تم توزيعهم عشوائياً إلى مجموعتين: مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة، وبلغ عدد الجلسات (١٢) جلسة تدريبية لمدة (٦٠) دقيقة، بينت نتائج الدراسة فاعلية للتدخلات الإرشادية المعرفية السلوكية في خفض درجة القلق لدى الذكور الجانحين. وأوصت نتائج الدراسة بأهمية إجراء برامج علاجية لاضطراب القلق باستخدام فنية الاسترخاء.

وهدف الدراسة التي قام بها كلاً من ماك جيليفري وباكر (McGillivray, & Baker, 2015)، إلى اختبار فاعلية الإرشاد المعرفي السلوكي المختصر لخفض كل من القلق والاكتئاب لدى الأحداث الجانحين من الجنسين في بلغاريا. تكونت عينة الدراسة من (٣٠) جانحاً وجانحة لديهم اضطراب القلق والاكتئاب، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم الباحثان المنهج التجريبي وتم توزيع أفراد الدراسة عشوائياً على

(ضابطة، تجريبية)، وبلغت عدد جلسات البرنامج (١٨) جلسة تدريبية تمثلت في المهارات والأساليب السلوكية والفنيات المعرفية لمدة (٥٠) دقيقة، كما تمت المقارنة بين استجابة أفراد الدراسة على الأدوات المستخدمة بين التطبيقين (القبلي، البعدي) وأشارت نتائج الدراسة إلى فاعلية البرنامج المعرفي السلوكي لخفض القلق والاكتئاب لدى الأحداث الجانحين من الجنسين، وأوصت نتائج الدراسة بأهمية وضع برامج إرشادية فردية لخفض القلق والاكتئاب لدى الأحداث الجانحين.

كما قام كل من جونز وآخرون (Jones, et al., 2015) بدراسة هدفت إلى اختبار فاعلية العلاج المعرفي السلوكي لخفض القلق والرهاب الاجتماعي وتنمية كل من مفهوم الذات والمهارات الاجتماعية لدى الأحداث الجانحين في إنجلترا، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم فريق البحث المنهج التجريبي وتكونت عينة الدراسة من (٣٠) حدثاً جانحاً. تم توزيعهم عشوائياً إلى مجموعتين: مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة حيث بلغ عدد الجلسات (١٦) جلسة تدريبية لمدة (٥٠) دقيقة، وبعد ثلاثة أشهر أجرى اختبار المتابعة للتحقق من فاعلية البرنامج الإرشادي. أشارت نتائج الدراسة إلى فاعلية العلاج المعرفي السلوكي لخفض أعراض القلق العام والرهاب الاجتماعي، وتنمية مفهوم الذات لدى أفراد الدراسة من الجانحين. وأوصى فريق البحث بأهمية إجراء دراسات حول برامج إرشادية للمشكلات النفسية والانفعالية لدى الأحداث الجانحين.

وفي مدينة أسيوط أجرت منى محمد (٢٠١٥) دراسة هدفت إلى التحقق من فاعلية برنامج معرفي سلوكي لتعديل الاتجاهات السلبية المضادة للمجتمع لدى الأحداث الجانحين، تكونت عينة الدراسة (٢٠) حدثاً جانحاً من أفراد المجموعة التجريبية فقط، ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام المنهج شبه التجريبي ذو المجموعة التدريبية الإرشادي سات (١٨) جلسة تدريبية لمدة (٦٠) دقيقة، وأظهرت نتائج الدراسة وجود أثر للبرنامج التدريبي الإرشادي القائم على الإرشاد المعرفي السلوكي في خفض السلوك العدواني المضاد للمجتمع لدى الأحداث الجانحين. وأوصت نتائج الدراسة بأهمية إجراء برامج إرشادية للتحكم وضبط الغضب لدى الأحداث الجانحين.

وقام الشمري (٢٠١٦) بدراسة هدفت إلى التعرف على فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض المشكلات النفسية والسلوكية لدى الأحداث الجانحين، وتكونت عينة الدراسة من (٢٤) حدثاً جانحاً، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم الباحث المنهج التجريبي كما تم تقسيم العينة إلى مجموعتين (١٢) حدثاً جانحاً كمجموعة تجريبية و (١٢) حدثاً جانحاً لمجموعة ضابطة، وأشارت نتائج الدراسة إلى فاعلية الإرشاد المعرفي السلوكي في خفض السلوك العدواني والقلق والغضب لدى الأحداث الجانحين، وأوصت نتائج الدراسة بتعميم البرنامج والاستفادة منه في دور الملاحظة الاجتماعية بالمملكة العربية السعودية، وضرورة إيجاد برامج لأسر الأحداث الجانحين لتبصيرهم بدورهم التربوي في خفض المشكلات النفسية والسلوكية الواقعة على أبنائهم.

كما أجرى كل من بولو وآخرون (Puleo, et al., 2016) دراسة هدفت إلى اختبار فاعلية الإرشاد المعرفي السلوكي لخفض القلق والسلوك العدواني لدى الأحداث الجانحين الصينيين ذوي السلوك العدواني. وقد تكونت عينة الدراسة من (٦٠) حدثاً جانحاً تراوحت أعمارهم بين (١٥-٢٢) عاماً. ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم الباحثون المنهج التجريبي وتم تقسيم أفراد عينة الدراسة إلى مجموعتين: مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة، وبعد إجراء (٢٠) جلسة تدريبية لمدة (٤٥) دقيقة ومتابعة فاعلية البرنامج أشارت نتائج الدراسة إلى فاعلية الإرشاد المعرفي السلوكي في خفض القلق والسلوك العدواني لدى الأحداث الجانحين الصينيين، وأوصت نتائج الدراسة بضرورة عقد برامج تدريبية لخفض السلوكيات العدوانية.

وعمد كل من ستروم وآخرون (Strom, et al., 2013) إلى اختبار فاعلية الإرشاد المعرفي السلوكي لخفض الغضب والعدوان لدى الأحداث الجانحين من الجنسين في كولومبيا، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم فريق البحث المنهج التجريبي وتكونت عدد جلسات البرنامج من (١٦) جلسة تدريبية بواقع (٥٠) دقيقة تكونت عينة الدراسة من (٤٠) حدثاً جانحاً تم توزيعهم عشوائياً إلى مجموعتين: مجموعة تجريبية، ومجموعة ضابطة، وأوضحت نتائج الدراسة فاعلية الإرشاد المعرفي السلوكي لخفض الغضب لدى الأحداث الجانحين. وأوصت نتائج الدراسة بأهمية وضع برامج إرشادية للتحكم بالغضب لدى فئة الدراسة.

كما قام كل من سوتكو وآخرون (Sutcu, et al., 2016) بدراسة هدفت إلى التعرف على فاعلية الإرشاد السلوكي المعرفي لخفض الغضب والعدوان لدى الأحداث الجانحين في نيجيريا. ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم فريق البحث المنهج التجريبي وتكونت عينة الدراسة من (٤٠) حدثاً جانحاً في شمال نيجيريا تم توزيعهم عشوائياً إلى مجموعتين: مجموعة تجريبية طبق عليها البرنامج مكونه من (٢٠) جانحاً، ومجموعة ضابطة مكونه من (٢٠) جانحاً، وبلغ عدد الجلسات (٢٠) جلسة تدريبية لمدة (٥٥) دقيقة تم فيها تطبيق فنيات إرشادية ومنها: الاسترخاء، وإعادة البناء المعرفي، والحديث الذاتي. وأشارت

نتائج الدراسة إلى فاعلية البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي في خفض الغضب والعدوان لدى الجانحين. وأوصت نتائج الدراسة بأهمية إجراء برامج إرشادية متنوعة لخفض العدوان لدى الجانحين.

كما قام موريس (Morris, 2018) بدراسة هدفت إلى التعرف على فاعلية الإرشاد المعرفي السلوكي لخفض درجة العدائية والقلق لدى الأحداث الجانحين من الجنسين في سويسرا، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم الباحث المنهج التجريبي وتكونت عينة الدراسة من مجموعتين تجريبيتين: الأولى عددها (١٧) تلقت العلاج المعرفي والتي تمت مقارنة نتائجها مع المجموعة الثانية البالغ عددها (١٧)، والتي استخدم معها فنية التحصين التدريجي. وبعد تطبيق فنيات البرنامج على أفراد المجموعتين الإرشاديتين، تم تحليل بيانات الدراسة إحصائياً، وأشارت النتائج إلى فاعلية كل من الإرشاد المعرفي والإرشاد السلوكي في خفض العدائية والقلق، ولكن تبين أن الإرشاد المعرفي كان أكثر فاعلية من العلاج السلوكي في خفض درجة العدائية والقلق لدى أفراد العينة الكلية للدراسة، وأوصت نتائج الدراسة بأهمية وضع برامج إرشادية لخفض العدائية والقلق لدى الجانحين.

يتضح من عرض الدراسات السابقة أنها تناولت عدة برامج وأساليب علاجية لمعالجة عدة اضطرابات وأمراض نفسية لدى فئات مختلفة، وفي بيئات متعددة، في حين أن الدراسة الحالية تتفق من حيث المنهج المستخدم، والمتغيرات التي تتناولها الدراسة الحالية (قلق المستقبل) وفئة الدراسة المستهدفة (الفتيات الجانحات)، والبرنامج الإرشادي لمعالجة مثل هذه الحالات (الإرشاد المعرفي السلوكي) كأحد البرامج الإرشادية لعلاج مثل هذه الاضطرابات لدى هذه الفئات على وجه الخصوص، في حين أنها تختلف عن الدراسات السابقة من حيث فئة الدراسة، ومجتمعها، وأدوات الدراسة المستخدمة (البرنامج الإرشادي القائم على الإرشاد المعرفي السلوكي) كما أن الباحثان استفادا من عرض الدراسات السابقة من الأدوات المستخدمة (مقياس قلق المستقبل) الفنن والمستخدم في البيئة السعودية بعد التحقق من خصائصه السيكو مترية.

٢. مشكلة الدراسة وأسئلتها

تُعد مشكلة جنوح الأحداث من أهم المشاكل التي تواجه المجتمعات المعاصرة، وفي الآونة الأخيرة تفاقمت هذه المشكلة بسبب ضعف الرقابة الأسرية، وانشغال الآباء والأمهات بالإضافة إلى التطور العلمي التكنولوجي وتفاقم الثورة الإلكترونية وسوء استخدام لبعض منتجاتها، وهي كظاهرة اجتماعية موجودة في مختلف المجتمعات، بيد أن حجمها والعوامل المؤثرة فيها يختلف من مجتمع إلى آخر، ولا يكاد مجتمع من المجتمعات يخلو من جنوح الأحداث (الشريف، ٢٠١٤). ويُعاني الأحداث عامةً والجانحون منهم خاصةً من مشكلات متعددة منها: النفسية والسلوكية والمعرفية والعقلانية وبعض الاضطرابات النفسية، مثل الاكتئاب والعدوان وقائمة من المشكلات النفسية والسلوكية، وهم أكثر خروجاً على قواعد الضبط الاجتماعي من غيرهم، وتزداد مشكلاتهم النفسية والسلوكية كلما ضعفت الروابط الأسرية لديهم (الحارثي ٢٠١٥).

وقد تعددت الأساليب والبرامج الإرشادية التي طُبقت للتخلص من المشكلات النفسية والسلوكية للجانحين حيث أجرى (الرشدي، ٢٠١٣؛ McGilivray, & Baker, 2015؛ Strom, et al., 2013؛ Puleo, et al., 2016؛ Sutcu, et al., 2016). وتوصلت إلى نتائج مهمة في خفض عددٍ من المشكلات النفسية والسلوكية والوقاية منها.

وعند الوقوف على دراسات الباحثين في وضع برامج إرشادية لخفض قلق المستقبل والآثار النفسية والمعرفية والسلوكية الناتجة عنها لدى هذه الفئة كدراسة (الرشدي، ٢٠١٣؛ والشريف، ٢٠١٤؛ والشمرى، ٢٠١٦؛ والزيتاوي، ٢٠١٦) لوحظ أنها حققت نتائج مهمة لخفض قلق المستقبل، والوقاية من الأعراض التي يتعرض لها المصابون بهذا النوع من الاضطرابات والقلق، وتقديم بعض الإرشادات خاصة لهذه الفئة التي تحتاج إلى الاهتمام والرعاية لتتمكن من رسم خطط المستقبل بنجاح واستقرار.

وقد تبلورت مشكلة الدراسة الحالية من طبيعة عمل الباحثين كمحاضرين جامعيين يعينان بتدريس مقررات ذات صلة بالاضطرابات المعرفية والسلوكية والنفسية لهذه الفئة على وجه الخصوص، وبرزت فكرة المشكلة كذلك من خلال زيارتهما لعدد من المراكز الخاصة بدور الإيواء التي تعنى برعاية هذه الفئة بمدينة الرياض لإعطاء محاضرات توعوية ودورات تأهيلية لهذه الفئة، وكذلك من خلال الإشراف ومتابعة الطالبات المتدربات في مقرر التدريب الميداني خلال عدد من الفصول الدراسية والاستماع إلى أبرز المشكلات والقضايا التي تعاني منها هذه الفئة؛ مما دفع لاختيار هذا الموضوع لمساعدة الجانحات في خفض قلق المستقبل لديهنّ ومساعدتهنّ على التكيف النفسي والاجتماعي وتحقيق التوازن وخفض قلق المستقبل من خلال برنامج إرشادي يهدف إلى خفض قلق المستقبل؛ وصولاً إلى تحقيق الصحة النفسية والتوافق لديهنّ؛ نظراً لزيادة عدد الجانحات في المملكة العربية السعودية في الآونة الأخيرة.

وتشير آخر إحصائية تم الحصول عليها في عام (٢٠١٤) إلى وجود أكثر من (٢٨٠٠) نزيلة وما زالت الحاجة إلى فهم أعمق للمشكلات النفسية والسلوكية التي تعاني منها الفتيات الجانحات خاصة مشكلة قلق المستقبل، ووضع برامج إرشادية لعلاجها؛ ولهذا جاءت الدراسة الحالية للإسهام في خفض قلق المستقبل لدى الجانحات من خلال برنامج إرشادي معرفي سلوكي، حيث تسعى الدراسة الحالية إلى الإجابة عن السؤال الرئيس: ما فاعلية برنامج قائم على الإرشاد المعرفي السلوكي في خفض قلق المستقبل لدى الجانحات بمؤسسة رعاية الفتيات بمدينة الرياض.

٢,١ أسئلة الدراسة

تتركز الدراسة الحالية في الإجابة على الأسئلة الآتية:

١. ما الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في قلق المستقبل بعد تطبيق برنامج قائم على الإرشاد المعرفي السلوكي؟
٢. ما الفروق لدى المجموعة التجريبية في قلق المستقبل قبل وبعد تطبيق برنامج قائم على الإرشاد المعرفي السلوكي؟
٣. ما الفروق بين المجموعة التجريبية في قلق المستقبل بعد تطبيق البرنامج وبعد فترة زمنية من تطبيق البرنامج القائم على الإرشاد المعرفي السلوكي؟

٣. أهداف الدراسة وأهميتها

٣,١ أهداف الدراسة

تهدف الدراسة الحالية إلى ما يلي:

١. التعرف على فاعلية الإرشاد المعرفي السلوكي في خفض قلق المستقبل لدى الفتيات الجانحات بمدينة الرياض.
٢. التعرف على الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في قلق المستقبل بعد تطبيق برنامج قائم على الإرشاد المعرفي السلوكي.
٣. التعرف على الفروق بين المجموعة التجريبية في قلق المستقبل قبل وبعد تطبيق برنامج قائم على الإرشاد المعرفي السلوكي.

٣,٢ أهمية الدراسة

تكمن أهمية الدراسة الحالية في جانبين نظري-تطبيقي كما يلي:

١. الأهمية النظرية:

- تكمن أهمية الدراسة في أهدافها التي تسعى إلى تحقيقها والمتغيرات التي تناولتها (قلق المستقبل والإرشاد المعرفي السلوكي).
- ترجع أهمية الدراسة إلى طبيعة أفراد العينة والمتمثلة بالفتيات الجانحات حيث إن هذه الفئة تحتاج إلى إجراء البرامج الإرشادية لمساعدتها وتأهيلها.
- هناك الكثير من الدراسات العربية التي تناولت فئات أخرى كفئة الأحداث الجانحين، لكنها لم تتناول قلق المستقبل على وجه الخصوص؛ وبذا فإن هذه الدراسة تُعد إضافة في المجال النفسي في المجتمع الذي أُجريت فيه الدراسة في حدود إطلاع الباحثين.

٢. الأهمية التطبيقية:

تتمثل أهمية الدراسة التطبيقية فيما يلي:

- يمكن الاستفادة من نتائج الدراسة الحالية في تقديم الخدمات النفسية للفتيات الجانحات المقيمات في مؤسسات الرعاية الاجتماعية.

- قد تسهم نتائج هذه الدراسة في تطبيق برامج الإرشاد المعرفي السلوكي وفتياته في خفض قلق المستقبل لدى الجانحات، وتطبيق مثل هذه البرامج مع الجانحات في خفض بعض المشكلات النفسية أو السلوكية التي تظهر لديهن.
- تهتم نتائج الدراسة الحالية في تدريب الفتيات الجانحات على استخدام فنيات الإرشاد المعرفي السلوكي في تنمية قدراتهن ومهاراتهن المعرفية والسلوكية على التصدي للمشكلات التي تواجههن في مختلف مجالات الحياة، وتحقيق لديهن مهارات التنمية الذاتية.
- قد تساعد نتائج هذه الدراسة على لفت أنظار المسؤولين ومتخذي القرار على تبني بعض البرامج الإرشادية والوقائية وتطبيقها لتحسين صحة الفتيات الجانحات النفسية، ومساعدتهن على التخلص من بعض الاضطرابات النفسية التي تواجههن.

٤. محددات الدراسة

- تتمثل حدود الدراسة الحالية بما يلي:
- **محددات الموضوعية:** اقتصرت محددات الدراسة الموضوعية على إعداد برنامج إرشادي معرفي سلوكي لخفض قلق المستقبل لدى الفتيات الجانحات.
- **محددات مكانية:** تتمثل محددات الدراسة المكانية في المؤسسات الإيوائية التابعة لوزارة العمل والتنمية الاجتماعية بمدينة الرياض.
- **محددات زمنية:** تم تطبيق أدوات الدراسة خلال العام الجامعي ١٤٣٩/١٤٤٠ هـ.
- **منهج الدراسة:** لتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام التصميم التجريبي، من خلال المنهج شبه التجريبي.

٥. مصطلحات الدراسة

قلق المستقبل (Future Anxiety)

تبني الباحثان تعريف قلق المستقبل إجرائياً من خلال تعريف معد الأداة المشيخي (٢٠٠٩) بأنه " الشعور بعدم الارتياح والتفكير السلبي تجاه المستقبل والنظرة السلبية للحياة، وعدم القدرة على مواجهة الأحداث الحياتية الضاغطة، وتدني اعتبار الذات، وفقدان الشعور بالأمن مع عدم الثقة بالنفس". ويقاس بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص على المقياس المستخدم في الدراسة الحالية.

الإرشاد المعرفي السلوكي (Cognitive Behavioral Counseling)

يعرف العلاج المعرفي السلوكي بأنه أحد الأساليب العلاجية الحديثة التي تهتم بصفة أساسية بالمدخل المعرفي للاضطرابات النفسية، ويهدف لإزالة الألم النفسي وما يشعر به الفرد من ضيق وكرب من خلال التعرف على المفاهيم والإشارات الذاتية الخاطئة وتحديد المعالج بتدريب أفراد المجموعة وتعليمهم كيفية التعرف على المشكلات وحلها، وعلى مكوناتها الأساسية وأسبابها وعلاقتها بالاضطراب (المحارب، ٢٠٠٠). ويُعرف الإرشاد المعرفي السلوكي إجرائياً بأنه برنامج إرشادي مكون من (٢١) جلسة إرشادية، بواقع جلستين أسبوعياً، مدة كل جلسة (٥٥) دقيقة، حيث تتضمن كل جلسة مجموعة من الفنيات المعرفية والسلوكية المستقاة من الأسس والمبادئ النظرية التي تؤكد على عدد من المهارات والفنيات المعرفية والسلوكية التي تم تطبيقها على أفراد المجموعة التجريبية. ويُقاس من خلال النتائج الإيجابية للبرنامج الإرشادي القائم على الإرشاد المعرفي السلوكي الذي تم تطبيقه.

الجانحات (The Delinquents)

تُعرف عوض (٢٠٠٣، ص ٢٤) "الجانحات بأنهن الفتيات اللاتي لم يبلغن سن الرشد وتم إيداعهن بالمؤسسات الإيوائية نتيجة قيامهن بسلوك يخالف الشريعة وينافي المبادئ الأخلاقية والاجتماعية والقانونية في المجتمع". وتُعرف الفتيات الجانحات في الدراسة الحالية إجرائياً بأنهن الفتيات المراهقات اللاتي صدرت بحقهن أحكاماً شرعية أو قانونية وبالغة

أعمارهم من (١٥-١٨) عاماً، واللاتي أودعن في المؤسسات الإصلاحية بمدينة الرياض، نظراً لعدم بلوغهن السن القانونية للإيداع في السجون، واللاتي يتواجدن بالفعل خلال مدة إجراء الدراسة والانتهاؤها منها.

٦. الطريقة والإجراءات

٦,١ فروض الدراسة

استناداً إلى نتائج الدراسات السابقة تتمثل الفروض بما يلي:

١. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط المجموعة التجريبية والضابطة، في قلق المستقبل، بعد تطبيق برنامج قائم على الإرشاد المعرفي السلوكي، لصالح أفراد المجموعة التجريبية.
٢. توجد فروق دالة إحصائية في قلق المستقبل لدى المجموعة التجريبية، قبل وبعد تطبيق برنامج قائم على الإرشاد المعرفي السلوكي لجانب القياس القبلي.
٣. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية على مقياس قلق المستقبل، بعد تطبيق البرنامج الإرشادي القائم على الإرشاد المعرفي السلوكي والقياس التتبعي.

٦,٢ منهج الدراسة

لتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام التصميم شبه التجريبي من خلال المنهج شبه التجريبي؛ للتعرف على فاعلية الإرشاد المعرفي السلوكي في خفض قلق المستقبل لدى الفتيات الجانحات في درا الرعاية الاجتماعية في مدينة الرياض.

٦,٣ مجتمع الدراسة

تكون مجتمع الدراسة الحالية من جميع الفتيات الجانحات المقيمات في درا الرعاية الاجتماعية في مدينة الرياض والبالغ عددهن (٢٨٠٠) نزيلة في مختلف مناطق المملكة وفقاً لإحصائية وزارة الشؤون الاجتماعية (٢٠١٤).

٦,٤ عينة الدراسة

تم اختيار عينة الدراسة بطريقة قصدية، حُصرت في الفتيات الجانحات المقيمات في دار الرعاية الاجتماعية في مدينة الرياض، حيث تكونت عينة الدراسة الحالية من (٢٨) فتاة جانحة من الفتيات اللاتي حصلن على أعلى درجة في مقياس قلق المستقبل، ووافقت على المشاركة في البرنامج التدريبي، كما تم توزيعهن إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية عشوائياً لاستكمال التصميم المستخدم في الدراسة الحالية

٦,٥ أدوات الدراسة

لتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام الأدوات التالية:

مقياس قلق المستقبل

لتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام مقياس قلق المستقبل الذي أعده المشيخي (٢٠٠٩) وطبق في البيئة السعودية، والمكون من (٤٣) عبارة موزعة على خمسة أبعاد رئيسية وهي: التفكير السلبي تجاه المستقبل ويتكون من (٨) فقرات، النظرة السلبية للحياة، يتكون من (٩) فقرات، القلق من الأحداث الحياتية الضاغطة، يتكون من (٩) فقرات، المظاهر النفسية لقلق المستقبل، يتكون من (٨) فقرات، المظاهر الجسمية لقلق المستقبل، يتكون من (٩) فقرات.

ولغايات تصحيح المقياس تكون الإجابة على فقرات المقياس باختيار بديل من البدائل المتاحة وهي (تنطبق علي وتعطى ثلاث درجات، أحياناً تنطبق علي وتعطى درجتين، والخيار لا تنطبق علي وتعطى درجة واحدة)، وقد تم التحقق لأغراض الدراسة الحالية من خصائص الأداة السيكومترية كما يلي:

الصدق

تم التحقق من صدق المقياس من خلال ما يلي:

صدق المحتوى

تم عرض المقياس على مجموعة من المحكمين والذين بلغ عددهم (١٥) محكماً من المتخصصين في علم النفس، فقد طلب منهم تحكيم المقياس والإطلاع عليه وتعديل ما يرونه مناسباً لبيئة الدراسة وأهدافها. حيث كان المقياس مكوناً من (٤٣) فقرة موزعة على خمسة أبعاد رئيسية. وبعد الأخذ بآراء المحكمين فقد تم إعادة الصياغة اللغوية لبعض العبارات، مثل (أخشى الفشل من المستقبل، أشعر بقلق شديد نتيجة الأخطاء التي ارتكبتها، أعاني من بعض الآلام في المعدة كلما فكرت في مستقبلي) وبناء على ملحوظات المحكمين بلغ عدد فقرات المقياس بصورته النهائية من (٤٣) فقرة موزعة على خمسة أبعاد رئيسية.

صدق الاتساق الداخلي

تم حساب معاملات ارتباط بيرسون بين فقرات قلق المستقبل لارتباط الفقرة مع البعد على عينة استطلاعية ماثلة لعينة الدراسة الحالية مكونة من (٥٠) فتاة جانحة من الفتيات الجانحات في مراكز مختلفة في المملكة، للتأكد من معاملات الارتباط بين درجة المفردة والدرجة الكلية للبعد، كما في الجدول (١).

جدول (١): معاملات ارتباط (بيرسون) بين الفقرة والدرجة الكلية للبعد والأداة ككل (ن = ٥٠)

رقم الفقرة	معامل الارتباط مع البعد	معامل الارتباط مع الأداة ككل	رقم الفقرة	معامل الارتباط مع البعد	معامل الارتباط مع الأداة ككل
١	٠,٧٨٩**	٠,٥٣٠**	٢٣	٠,٦٦٥**	٠,٥٥٣**
٢	٠,٧٣٣**	٠,٥٢٣**	٢٤	٠,٥٠٩**	٠,٤٨٦**
٣	٠,٦٤٤**	٠,٣٠٢*	٢٥	٠,٦٢٩**	٠,٥١٥**
٤	٠,٧٥٥**	٠,٤٩٩**	٢٦	٠,٦٨٨**	٠,٦٤٧**
٥	٠,٦٩٨**	٠,٥٠٤**	٢٧	٠,٤٢٢**	٠,٤٧٤**
٦	٠,٦٩١**	٠,٤١٥**	٢٨	٠,٥٨٩**	٠,٥٩١**
٧	٠,٦٣٥**	٠,٤٧٨**	٢٩	٠,٨٠٢**	٠,٧٦٦**
٨	٠,٥٠٦**	٠,٣٣٣*	٣٠	٠,٧٣٤**	٠,٦١١**
٩	٠,٦٢٧**	٠,٥٤٢**	٣١	٠,٧٨٢**	٠,٦٥٧**
١٠	٠,٦٧٣**	٠,٥٠٥**	٣٢	٠,٧٢٤**	٠,٥٢٠**
١١	٠,٥٣٧**	٠,٢٨٠*	٣٣	٠,٥٤٩**	٠,٣٥٨*
١٢	٠,٧٥٦**	٠,٦٠٣**	٣٤	٠,٥٥٩**	٠,٤٤٠**
١٣	٠,٧٦٩**	٠,٤٥٠**	٣٥	٠,٦٦٨**	٠,٥١١**
١٤	٠,٧٠٥**	٠,٤٧٢**	٣٦	٠,٦٠٦**	٠,٤٨٧**
١٥	٠,٧٧٥**	٠,٦٢٠**	٣٧	٠,٦٦٥**	٠,٤٧٢**
١٦	٠,٥٩٧**	٠,٤٩٨**	٣٨	٠,٧٨٤**	٠,٤٥١**
١٧	٠,٦٢٧**	٠,٥٩٤**	٣٩	٠,٨٠٩**	٠,٤٨٨**
١٨	٠,٦٥١**	٠,٥٠٤**	٤٠	٠,٣٥٤**	٠,٤٦٩**
١٩	٠,٧٦٢**	٠,٥٦٧**	٤١	٠,٨١٠**	٠,٤٩٩**
٢٠	٠,٨٠١**	٠,٦٥١**	٤٢	٠,٦٣٤**	٠,٣٠٢*
٢١	٠,٧٨٩**	٠,٥٩٣**	٤٣	٠,٦٢٥**	٠,٤٩٧**
٢٢	٠,٨٠٨**	٠,٦٤٨**			

**دال عند مستوى (٠,٠١)

* دال عند مستوى (٠,٠٥)

يتضح من خلال الجدول (١) أن جميع العبارات دالة عند مستوى (٠,٠١)، حيث تراوحت قيم معاملات الارتباط للعبارات مع الأبعاد التي تنتمي إليها ما بين (٠,٨١٠** - ٠,٣٥٤**)، وتراوحت معاملات الارتباط للعبارة مع الدرجة الكلية للأداة (٠,٦٥١** - ٠,٢٨٠*)، مما يشير إلى ارتفاع معاملات الاتساق الداخلي، بما يشير إلى مؤشرات صدق مرتفعة وكافية في جميع أبعاد المقياس يمكن الوثوق بها في لغايات تطبيق الدراسة الحالية.

ثبات مقياس قلق المستقبل

للتحقق من ثبات أداة الدراسة، تم حساب معامل كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha) للتأكد من ثبات المقياس، من خلال حساب معامل ثبات الاتساق الداخلي، كما تم استخدام التجزئة النصفية بمعامل سييرمان للتأكد من ثبات مقياس قلق المستقبل، كما في الجدول (٢).

جدول (٢): يوضح نتائج ثبات أبعاد مقياس قلق المستقبل (ن=٥٠)

أبعاد المقياس	عدد العبارات	ألفا كرونباخ	معامل سييرمان براون للتجزئة النصفية
البعد الأول: التفكير السلبي تجاه المستقبل	٨	٠,٧٦٩	٠,٩٢٢
البعد الثاني: النظرة السلبية للحياة	٩	٠,٧٦٥	٠,٨٨٦
البعد الثالث: القلق من الأحداث الحياتية الضاغطة	٩	٠,٧٧١	٠,٩٢٢
البعد الرابع: المظاهر النفسية لقلق المستقبل	٨	٠,٧٥٨	٠,٨٦١
البعد الخامس: المظاهر الجسمية لقلق المستقبل	٩	٠,٧٦٩	٠,٨٧٥
الدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل	٤٣	٠,٧٩٢	٠,٩١٨

يظهر الجدول (٢) أن معاملات ثبات ألفا كرونباخ لمقياس قلق المستقبل قد تراوحت ما بين (٠.٦١٤ - ٠.٧٠٨)، وقد بلغت قيمة ثبات ألفا كرونباخ للمقياس الكلي (٠,٧٩) بينما تراوحت قيم ثبات معامل سييرمان براون للتجزئة النصفية بين (٠,٨٦ - ٠,٩٢)، وقد بلغت قيم ثبات معامل سييرمان براون للمقياس الكلي (٠,٩١) وهذا يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة ثبات مقبولة يمكن الاعتماد عليها في الدراسة الحالية.

البرنامج الإرشادي السلوكي المعرفي

مفهوم البرنامج الإرشادي: يُعرف البرنامج الإرشادي إجرائياً بأنه برنامج مبني على عدة جلسات إرشادية قائم على أسس علمية يتضمن مجموعة من الفنيات والأساليب في الإرشاد المعرفي السلوكي تقدم لأفراد العينة الذين يتميزون بالقلق المرتفع بهدف مساعدتهم على خفض قلق المستقبل، وتبني طريقة تفكير إيجابية مما يؤدي إلى خفض قلق المستقبل لديهم.

المصادر المعرفية والفلسفية لبناء البرنامج: تم بناء البرنامج بعد الاطلاع على عددٍ من الدراسات النظرية والأطر المعرفية حول الأسس النظرية لبناء البرنامج؛ كدراسة (Strom, et al., 2013؛ Puleo, et al., 2016). وفي مجال الإرشاد المعرفي السلوكي مثل دراسة (عبد الستار، ١٩٩٤؛ محمد، ٢٠٠٠؛ عبد الرحمن، ٢٠١٥) والرجوع إلى البحوث والدراسات التي اهتمت بمجال الإرشاد المعرفي السلوكي في خفض قلق المستقبل، مثل دراسة (معوض، ١٩٩٦؛ سعود، ٢٠٠٥؛ إبراهيم، ٢٠٠٦). والاطلاع على الكتب العلمية العربية والأجنبية ذات الصلة بموضوع الدراسة الحالي والعمل على تحكيم البرنامج من خلال عرضه على عدد من المتخصصين في الإرشاد وعلم النفس.

الإطار العام للبرنامج وأهدافه: تنحصر أهداف البرنامج العامة في كونه يهدف إلى خفض قلق المستقبل لأفراد المجموعة التجريبية من الجانحات المودعات بمؤسسة رعاية الفتيات بمدينة الرياض في ضوء أسس وركائز نظرية الإرشاد المعرفي السلوكي، بالإضافة إلى تعريف أفراد المجموعة التجريبية على مفهوم قلق المستقبل، وأسبابه ومظاهره، وتعريفها على مفهوم الإرشاد المعرفي السلوكي وفنائه وتدريبهن عليها.

الأهداف الإجرائية للبرنامج: تشمل أهداف البرنامج الإجرائية فيما يلي:

- تدريب الفتيات الجانحات على الاستبصار بطبيعة قلق المستقبل وخفضه.
- إكساب الجانحات بعض المهارات المعرفية التي تساعدن على مواجهة المواقف التي تثير قلق المستقبل والتغلب عليها.
- تنمية الجوانب الإيجابية في شخصية الفتيات الجانحات وزيادة القدرة على تحمل الإحباطات.
- التدريب على التفكير الإيجابي في حل المشكلات.
- تحسين مفهوم الذات لدى الفتيات الجانحات وزيادة الثقة بأنفسهن.

- تحسين عملية التوافق النفسي والاجتماعي والمهني لدى الفتيات الجانحات.
- التدريب على الاسترخاء للتحكم في التوتر المصاحب للقلق.
- محتوى البرنامج التدريبي: تكون عدد جلسات البرنامج الإرشادي من (١٧) جلسة موزعة على النحو الآتي:
- جلسة تعريفية (تشمل بناء ثقة، التعرف على محاور وعناوين جلسات البرنامج الإرشادي).
- جلسة تمهيدية للتعرف على طبيعة المشكلة، والتطبيق القبلي لمقياس قلق المستقبل
- (١٥) جلسة لتطبيق فنيات الإرشاد المعرفي السلوكي وفقاً لأهداف كل جلسة.
- جلسة الإنهاء والتقييم والتطبيق البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة.
- جلسة للمتابعة وتطبيق المقياس التتبعي للمجموعة التجريبية.
- استغرقت مدة كل جلسة (٦٠) دقيقة بواقع مرتين في الأسبوع ولمدة عشرة أسابيع متتالية.
- **الفنيات والمهارات التي تم استخدامها في البرنامج:** تم الاعتماد بصفة أساسية عند بنائها لجلسات البرنامج على عدد من الفنيات الإرشادية التي يقوم عليها الإرشاد المعرفي السلوكي، مثل لعب الدور، المحاضرة، والمناقشة الجماعية، والواجبات المنزلية، مراقبة الذات، مهارات الاسترخاء البدني والذهني، إعادة البناء المعرفي، النمذجة، التعزيز، التحصين التدريجي، التدريب على حل المشكلات، فنية العمود الثلاثي، تعديل التشوهات المعرفية، حديث الذات الإيجابي، الاستبصار الذاتي، وبعض الفنيات المستخدمة في الإرشاد المعرفي السلوكي الجمعي مثل الأنشطة الذهنية، الحوار الجماعي، تقنيات المناقشة الجماعية، والعصف الذهني، تبادل الأدوار، فنية المتصل المعرفي، فنية المواجهة، التمارين المعرفية، التخيل، وقف الأفكار، الأنشطة المعرفية، الاستنتاج المعرفي، والجدول (٣) يبين محتوى الجلسات الإرشادية للبرنامج.

جدول (٣): محتوى الجلسات الإرشادية للبرنامج

رقم الجلسة	محتوى الجلسة	رقم الجلسة	محتوى الجلسة
الجلسة التعريفية	الجلسة التعريفية وعقد الاختبار القبلي	٩	القدرة على الضبط الذاتي في المواقف المسببة للقلق
١	التعارف والتمهيد	١٠	التدريب على مهارة حل المشكلات
٢	مفهوم القلق وأنواعه	١١	التدريب على الإيجابية والتفاؤل
٣	أسباب القلق	١٢	التدريب على العلاقات الاجتماعية
٤	مظاهر القلق النفسية والجسدية	١٣	التدريب على مهارة الاسترخاء
٥	قلق الأحداث الضاغطة	١٤	التوجه الإيجابي نحو المستقبل
٦	تحديد الأفكار السلبية نحو المستقبل	١٥	التدريب على مهارات التكيف النفسي والاجتماعي
٧	تعديل النظرة السلبية للحياة	١٦	إنهاء البرنامج
٨	تعزيز الثقة بالنفس	جلسة المتابعة	عقد الاختبار بعد فترة من انتهاء تطبيق البرنامج

٦,٦ إجراءات الدراسة

لتحقيق أهداف الدراسة تم التحقق من أدوات الدراسة السيكومترية صدق المحتوى: عن طريق عرض البرنامج على مجموعة من المحكمين المتخصصين في علم النفس، والحصول على الموافقات الرسمية من الجهات المختصة، ثم توزيع أدوات الدراسة للفئة المستهدفة بعد توضيح أهمية وأهداف وسرية بياناتها، وبعد انتهاء أفراد الدراسة من البرنامج والاستجابة على أدواته المستخدمة؛ تم إجراء المعالجات الإحصائية المناسبة.

٦,٧ أساليب تحليل البيانات

لتحقيق الهدف من الدراسة، والسعي للتحقق من صحة الفروض، تم تحليل بيانات الدراسة باستخدام الأساليب الإحصائية الآتية:

- معامل ألفا كرونباخ، للتحقق من ثبات الأدوات.
- معامل ارتباط بيرسون للتحقق من معامل ارتباط الفقرة بالأداة.
- المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية
- معامل ارتباط بيرسون وألفا كرونباخ لحساب الخصائص السيكو مترية للأدوات.
- اختبار ويلكوكسون لمعرفة الفروق بين القياس القبلي والبعدي وقياس المتابعة في المجموعة التجريبية.
- اختبار مان وتي (Mann Whitney) لمعرفة الفروق بين القياس البعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية.

٧. نتائج الدراسة ومناقشتها

نتائج الفرض الأول

للتحقق من فرض الدراسة الأول والذي نصّ على " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط المجموعة التجريبية والضابطة في قلق المستقبل بعد تطبيق برنامج قائم على الإرشاد المعرفي السلوكي لصالح أفراد المجموعة التجريبية". تم استخدام اختبار مان وتي (Mann Whitney) للتعرف على الفروق بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياسات البعدية لمقياس قلق المستقبل، والجدول (٤) يوضح النتائج.

جدول (٤): اختبار مان وتي لدلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية والضابطة في التطبيق البعدي لمقياس قلق المستقبل

البعد	المجموعة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة (z)	الدلالة الإحصائية
البعد الأول: التفكير السلبي تجاه المستقبل	المجموعة التجريبية	١٤	١١,٥٠	١٦١,٠٠	١,٩٣٨	٠,٠٥٣
	المجموعة الضابطة	١٤	١٧,٥٠	٢٤٥,٠٠		
البعد الثاني: النظرة السلبية للحياة	المجموعة التجريبية	١٤	٨,٦٨	١٢١,٥٠	٣,٧٦٤	٠,٠٠٠
	المجموعة الضابطة	١٤	٢٠,٣٢	٢٨٤,٥٠		
البعد الثالث: القلق من الأحداث الحياتية الضاغطة	المجموعة التجريبية	١٤	٨,٥٤	١١٩,٥٠	٣,٨٥٤	٠,٠٠٠
	المجموعة الضابطة	١٤	٢٠,٤٦	٢٨٦,٥٠		
البعد الرابع: المظاهر النفسية لقلق المستقبل	المجموعة التجريبية	١٤	٨,٣٢	١١٦,٥٠	٤,٠٠٣	٠,٠٠٠
	المجموعة الضابطة	١٤	٢٠,٦٨	٢٨٩,٥٠		
البعد الخامس: المظاهر الجسمية لقلق المستقبل	المجموعة التجريبية	١٤	٨,٥٧	١٢٠,٠٠	٣,٨٣٢	٠,٠٠٠
	المجموعة الضابطة	١٤	٢٠,٤٣	٢٨٦,٠٠		
الدرجة الكلية للمقياس	المجموعة التجريبية	١٤	٨,١٨	١١٤,٥٠	٤,٠٦٩	٠,٠٠٠
	المجموعة الضابطة	١٤	٢٠,٨٢	٢٩١,٥٠		

يتضح من الجدول (٤) أن قيم (z) دالة عند مستوى دلالة (٠,٠٥) فأقل في أبعاد مقياس قلق المستقبل (البعد الثاني: النظرة السلبية للحياة، البعد الثالث: القلق من الأحداث الحياتية الضاغطة، البعد الرابع: المظاهر النفسية لقلق المستقبل، البعد الخامس: المظاهر الجسمية لقلق المستقبل) والدرجة الكلية للمقياس؛ مما يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في درجات القياس البعدي على مقياس قلق المستقبل وأبعاده الفرعية، وكذلك في الدرجة الكلية للمقياس في اتجاه المجموعة الضابطة كما يتبين من مقارنة متوسطات الرتب، وكما يظهر من خلال مقارنة المتوسطات الحسابية في الجدول (٤) وهذا يعني ارتفاع درجات أفراد المجموعة الضابطة في قلق المستقبل بعد تطبيق البرنامج الإرشادي وإجراء القياس البعدي في قلق المستقبل؛ مما يؤكد فاعلية البرنامج الإرشادي في خفض قلق المستقبل لدى أفراد المجموعة التجريبية. كما يتضح من الجدول أعلاه باستثناء عدم وجود فروق حيث بلغت دالاته الإحصائية (٠,٠٥٣)، في البعد الأول البعد الأول (التفكير السلبي تجاه المستقبل)

من خلال عرض الإطار النظري والدراسات السابقة يلحظ أن هناك بعض الدراسات التي اهتمت بقلق المستقبل لدى الجانحين مثل دراسة (Kendall, 2014) التي توصلت لنتائج الدراسة إلى أن هناك فروقاً بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في انخفاض القلق وقلق المستقبل لصالح المجموعة التجريبية. وكذلك تتفق نتائج هذا الفرض مع دراسة (الوريكات، ٢٠١٠؛ الرشيد، ٢٠١٣؛ القطاونه، ٢٠١٤) والتي أثبتت جميعها فعالية البرامج الإرشادية المعرفية السلوكية مع الجانحين في عدة اضطرابات.

وتعزى هذه النتيجة من خلال طبيعة عينة الدراسة وهنّ الجانحات المصابات بقلق المستقبل حيث تؤكد الدراسات كدراسة (الوريكات، ٢٠١٠؛ ريشان، ٢٠١٣) التي تناولت الأحداث الجانحين بأن ليس لديهم سجلاً حافلاً بالمشكلات والمعوقات التي ظهرت في حياتهم المبكرة، وأن غالبيتهم مندفع وليس لديه القدرة على ضبط نفسه، وأنهم قلما يشعرون بالراحة النفسية، كما أنهم قابلون للإيحاء وشخصياتهم غير متسقة ويعانون من الاضطرابات الانفعالية (عتوم، ٢٠١٢).

ويرجع التحسن لأفراد المجموعة التجريبية من خلال طبيعة البرنامج الإرشادي الذي تعرض له أفراد المجموعة التجريبية في حين لم يتعرض له أفراد المجموعة الضابطة، وما تضمنه البرنامج من أنشطة ومهارات ساعدت المشتركات في خفض قلق المستقبل المتمثلة في عدم القدرة على تحمل المسؤولية، والعزلة والشعور بعدم السعادة، انعدام الشعور بالذنب أو الخجل، التقلب الانفعالي والشعور بالنقص، الميل للاستغراق في أحلام اليقظة والشعور بالقلق وسوء التكيف الاجتماعي، البحث عن المواقف المثيرة التي تظهر قدراتهم، عدم الاستفادة من الأخطاء السابقة، ومن خلال البرنامج الإرشادي تم خفض قلق المستقبل لديهم مقارنة بالمجموعة الضابطة التي لم تتلق مثل هذه الأنشطة والمهارات.

كما يمكن تفسير ذلك من خلال جلسات البرنامج الإرشادي القائم على مهارات الإرشاد السلوكي المعرفي في طريقة الإرشاد الجماعي حيث تكتشف كل جانحة إنها ليست الوحيدة التي تعاني مثل هذه المشكلات حيث تتشابه مشكلات الجانحات، مما يساعدهم على التخفيف من معاناتهم والألم النفسي، كما سهمت فنية الحوار والمناقشة والواجبات المنزلية ومتابعتها ومناقشتها أثناء الجلسات عن بعض المشكلات التي تتشابه فيها الجانحات مثل الميل للسيطرة والعدوان، عدم الاستفادة من الأخطاء السابقة، وأن لديهم مفهوم ذات سيء، مما يجعل قلق المستقبل يؤثر على تفاعل الفرد وصحته النفسية وعلى أنماط التفكير والتشوه المعرفي.

ويعزو الباحثان فاعلية البرنامج في خفض قلق المستقبل لدى الجانحات في دار رعاية الفتيات بالرياض الى التجاوب الذي وجد منهم في أثناء الجلسات الإرشادية المقدمة لهم، حيث تناولت الباحثان في الجلسات التعريف بالقلق ومظاهر القلق النفسية والفسيولوجية وكيف يؤثر القلق على تفاعل الفرد وصحته النفسية وعلى أنماط التفكير والتشوه المعرفي ومن ثم إكساب المشاركات المهارات المعرفية التي تساعدهن على خفض قلق المستقبل بتحسين الانفعالات السلبية والتي ترتبط بتصويب التشوه المعرفي، حيث وعي الفرد بأنه يصاب باضطراب قلق المستقبل بسبب أفكاره وليس بسبب الأحداث نفسها والمواقف التي يمر بها ويتفاعل معها، وكذلك ادراك العلاقة بين أفكاره ومشاعره وسلوكياته، ودور الأفكار التلقائية السلبية وحديث الذات السلبي في ترسيخ المعتقدات الجوهرية المشوهة، وهو ما تركز عليه النظرية المعرفية حيث معتقدات وأفكار والاحاديث الذاتية والأفكار التلقائية خاضعة لسيطرة الفرد نفسه وانه قادر على تغييرها وتعديلها والتخلص منها، وهذا الأمر يساهم في دفع الفرد نحو التخطيط المنطقي الواقعي للمستقبل ويقلل مستوى الانفعالات السلبية لديه تم تدريبهن على إعادة البناء المعرفي وحديث الذات الإيجابي وتعديل الأفكار السلبية والاسترخاء والكثير من الفنيات المستخدمة في البرنامج.

كما تتفق نتائج الدراسة الحالية مع النظرية المعرفية التي ترى أن النشاط المعرفي يؤثر في السلوك. كما أن النشاط المعرفي يمكن قياسه واختباره وتغييره. وأنه من الممكن استبدال السلوك السلبي عن طريق تغيير الأفكار الخاطئة.

ومن وجهة نظر الباحثان من خلال أداء جلسات البرنامج الإرشادي أصبح لدى أفراد المجموعة التجريبية استبصار بطبيعة قلق المستقبل ومظاهره النفسية والجسمية وأسبابه وأثاره السلبية، وعرض فيديو لمظاهر القلق الجسدية، وكذلك من خلال توزيع مطويات عن أسباب القلق، ومن خلال سماع تسجيلات صوتيه لأشخاص تخلصوا من قلق المستقبل بالتابع فنية الاسترخاء.

وقد اتفقت هذه النتيجة في فاعلية الإرشاد المعرفي السلوكي كدراسة (الوريكات، ٢٠١٠؛ الرشدي، ٢٠١٣؛ القطاونه، ٢٠١٤؛ Kendall, 2014) والتي بينت نتائج دراستهم فعالية البرنامج الإرشادي القائم على الإرشاد المعرفي السلوكي في خفض عدد من الاضطرابات السلوكية لدى للجناحين ومنها قلق المستقبل.

نتائج الفرض الثاني

للتحقق من فرض الدراسة الثاني والذي نصّ على " توجد فروق دالة إحصائية في قلق المستقبل لدى المجموعة التجريبية قبل وبعد تطبيق برنامج قائم على الإرشاد المعرفي السلوكي لجانب القياس القبلي " تم استخدام اختبار ولكوكسون (wilcoxon) للتعرف على الفروق بين التطبيق القبلي والتطبيق البعدي للمجموعة التجريبية والأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل، ويوضح الجدول (٥) ذلك.

جدول (٥): اختبار ولكوكسون لدلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات التطبيق (القبلي، والبعدي) للمجموعة التجريبية على مقياس قلق المستقبل

البعد	الرتب	العدد متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة
البعد الأول: التفكير السلبي تجاه المستقبل	الرتب السالبة	١٠	٦,٨٥٠	٢,٣١٨	٠,٠٢٠
	الرتب الموجبة	٢	٤,٧٥٠		
	التداخلات	٢			
	الإجمالي	١٤			
البعد الثاني: النظرة السلبية للحياة	الرتب السالبة	١٢	٧,٩٦٠	٢,٧٠٢	٠,٠٠٧
	الرتب الموجبة	٢	٤,٧٥٠		
	التداخلات	٠			
	الإجمالي	١٤			
البعد الثالث: القلق من الأحداث الحياتية الضاغطة	الرتب السالبة	١٢	٧,٣٨٠	٣,٠١١	٠,٠٠٣
	الرتب الموجبة	١	٢,٥٠٠		
	التداخلات	١			
	الإجمالي	١٤			
البعد الرابع: المظاهر النفسية لقلق المستقبل	الرتب السالبة	١٢	٧,٤٦٠	٣,٠٧٩	٠,٠٠٢
	الرتب الموجبة	١	١,٥٠٠		
	التداخلات	١			
	الإجمالي	١٤			
البعد الخامس: المظاهر الجسمية لقلق المستقبل	الرتب السالبة	١٢	٧,٢٥٠	٢,٩٠٣	٠,٠٠٤
	الرتب الموجبة	١	٤,٠٠٠		
	التداخلات	١			
	الإجمالي	١٤			
الدرجة الكلية للمقياس	الرتب السالبة	١٤	٧,٥٠٠	٣,٢٩٦	٠,٠٠١
	الرتب الموجبة	٠	٠,٠٠٠		
	التداخلات	٠			
	الإجمالي	١٤			

يتضح من الجدول (٥) أن قيم (z) دالة عند مستوى دلالة (٠,٠٥) فأقل في جميع أبعاد مقياس قلق المستقبل (البعد الأول: التفكير السلبي تجاه المستقبل، البعد الثاني: النظرة السلبية للحياة، البعد الثالث: القلق من الأحداث الحياتية الضاغطة، البعد الرابع: المظاهر النفسية لقلق المستقبل، البعد الخامس: المظاهر الجسمية لقلق المستقبل) وكذلك في الدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل، مما يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس قلق المستقبل في اتجاه القياس القبلي؛ كما يظهر من خلال مقارنة المتوسطات الحسابية في الجدول (٤-١) وهذا يعني انخفاض درجات أفراد العينة في القياس البعدي بما يؤكد فاعلية البرنامج الإرشادي في خفض قلق المستقبل لدى الفتيات الجانحات في مدينة الرياض.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج بعض الدراسات السابقة التي اهتمت بالتدخل لخفض قلق المستقبل مثل دراسة (Kendall, 2014) التي أثبتت فعالية فنيات الإرشاد المعرفي السلوكي، كما تتفق نتيجة هذه الدراسة مع نتائج الدراسات التي تم التوصل إليها (الوريكات، ٢٠١٠؛ الرشيد، ٢٠١٣؛ القطاونة، ٢٠١٤؛ Kendall, 2014) التي أثبتت نتائج الدراسات عن فعالية البرامج الإرشادية القائمة على الإرشاد السلوكي المعرفي لخفض الاضطرابات السلوكية لدى الجانحين ومنها قلق المستقبل.

ويمكن تفسير هذه النتيجة في أنه كان للبرنامج الإرشادي القائم على الإرشاد السلوكي المعرفي فعالية في خفض قلق المستقبل لدى الجانحات، وبناء على ذلك فإن الإرشاد المعرفي السلوكي في ضوء فلسفته ونظرياته وفنائه المختلفة يعد من المناحي التداخلية التي تناسب مع مفهوم قلق المستقبل ومظاهره التي تم تناولها في الدراسة الحالية وهي تشويه وتحريف إدراكي معرفي للواقع وللذات من خلال استحضار للذكريات والخبرات الماضية غير السارة، مع تضخيم للسلبيات، ودحض للإيجابيات الخاصة بالذات والواقع، تجعل صاحبها في حالة من التوتر وعدم الأمن؛ مما قد يدفعه لتدمير الذات والعجز الواضح، وتعميم الفشل وتوقع الكوارث، وتؤدي به إلى حالة من التشاؤم من المستقبل، وقلق التفكير بالمستقبل، والخوف من المشكلات الاجتماعية والاقتصادية المستقبلية المتوقعة، والأفكار الوسواسية وقلق الموت واليأس. كما اعتمد البرنامج الإرشادي على فنيات متعددة ومنها إعادة البناء المعرفي للمواقف داخل الجلسات تعتبر وسيلة يستطيع الفرد من خلالها اكتساب مهارات معرفية مناسبة. والحديث الذاتي وتغيير الأفكار السلبية وكان لها الفضل في تغيير إدراك المشتركات للمواقف وتفسيرها.

وبذلك يمكن القول إن البرنامج الإرشادي وما تضمنه من جلسات وتطبيق للفنيات المختلفة مكن أعضاء المجموعة التجريبية من تحقيق مجموعة من الفوائد التي ساعدتهم على الاستمرار في السلوكيات الإيجابية مما يمكنهم من استمرار فعالية البرنامج الإرشادي.

ويعود السبب إلى كفاءة البرنامج الإرشادي وفاعليته في خفض قلق المستقبل، وإلى الفنيات الإرشادية المستخدمة في البرنامج ومناسبتها لطبيعة وخصائص الأحداث، وتوفير جو نفسي يُشعر الأفراد بالانتماء والأهمية وإتاحة الفرصة أمامهم في تعلم أنماط سلوكية جديدة، حيث أبدى أفراد المجموعة التجريبية الرغبة الكاملة في المشاركة بالبرنامج من أجل التوصل إلى نتائج إيجابية، ومن هنا قاموا بتنفيذ جميع التعليمات التي أعطيت لهم وخاصة القواعد التي أعطيت لهم وخاصة القواعد السلوكية التي تم الاتفاق عليها في الجلسة الأولى. كما أن هذه النتائج تعود إلى اعتماد البرنامج على النظرية السلوكية المعرفية في خفض قلق المستقبل، حيث تم إكساب الجانحات التفكير الإيجابي نحو المستقبل، والقدرة على التعامل مع قلق الأحداث الضاغطة.

كما أن استخدام إعادة البناء المعرفي للمواقف داخل الجلسات تعتبر وسيلة يستطيع الفرد من خلالها اكتساب مهارات معرفية مناسبة. وقد اتفقت هذه النتيجة مع دراسة (Kendall, 2014) في فاعلية الإرشاد المعرفي السلوكي لخفض قلق المستقبل لدى الجانحات.

نتائج الفرض الثالث

للتحقق من فرض الدراسة الثالث والذي نصّ على "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية على مقياس قلق المستقبل بعد تطبيق البرنامج الإرشادي القائم على الإرشاد المعرفي السلوكي والقياس التتبعي" تم استخدام اختبار ولوكسون (wilcoxon) للتعرف على الفروق بين التطبيق القبلي والتطبيق البعدي للمجموعة التجريبية في الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل، ويوضح الجدول (٦) ذلك.

جدول (٦): اختبار ولكوكسون لدلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات التطبيق (القياس البعدي وقياس المتابعة) للمجموعة التجريبية على مقياس قلق المستقبل

البعد	الرتب	العدد متوسط الرتب مجموع الرتب	قيمة (Z)	مستوى الدلالة
البعد الأول: التفكير السلبي تجاه المستقبل	الرتب السالبة	٥ ٥,٣٠٠ ٢٦,٥٠٠	١,١٩٨	٠,٢٣١
	الرتب الموجبة	٣ ٣,١٧٠ ٩,٥٠٠		
	التداخلات	٦		
	الإجمالي	١٤		
البعد الثاني: النظرة السلبية للحياة	الرتب السالبة	٦ ٣,٩٢٠ ٢٣,٥٠٠	٠,٧٧٣	٠,٤٤٠
	الرتب الموجبة	٢ ٦,٢٥٠ ١٢,٥٠٠		
	التداخلات	٦		
	الإجمالي	١٤		
البعد الثالث: القلق من الأحداث الحياتية الضاغطة	الرتب السالبة	٤ ٥,٧٥٠ ٢٣,٠٠٠	٠,٠٥٩	٠,٩٥٣
	الرتب الموجبة	٥ ٤,٤٠٠ ٢٢,٠٠٠		
	التداخلات	٥		
	الإجمالي	١٤		
البعد الرابع: المظاهر النفسية لقلق المستقبل	الرتب السالبة	٤ ٥,٧٥٠ ٢٣,٠٠٠	٠,٧٠٥	٠,٤٨١
	الرتب الموجبة	٤ ٣,٢٥٠ ١٣,٠٠٠		
	التداخلات	٦		
	الإجمالي	١٤		
البعد الخامس: المظاهر الجسمية لقلق المستقبل	الرتب السالبة	٥ ٤,٤٠٠ ٢٢,٠٠٠	٠,٥٦١	٠,٥٧٤
	الرتب الموجبة	٣ ٤,٦٧٠ ١٤,٠٠٠		
	التداخلات	٦		
	الإجمالي	١٤		
الدرجة الكلية للمقياس	الرتب السالبة	٦ ٥,٥٠٠ ٣٣,٠٠٠	١,٢٥٥	٠,٢٠٩
	الرتب الموجبة	٣ ٤,٠٠٠ ١٢,٠٠٠		
	التداخلات	٥		
	الإجمالي	١٤		

يتضح من الجدول (٦) أن قيم (z) غير دالة في جميع الأبعاد (البعد الأول: التفكير السلبي تجاه المستقبل، البعد الثاني: النظرة السلبية للحياة، البعد الثالث: القلق من الأحداث الحياتية الضاغطة، البعد الرابع: المظاهر النفسية لقلق المستقبل) وكذلك في الدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل؛ مما يشير إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية في المجموعة التجريبية في القياسين البعدي وقياس المتابعة على مقياس قلق المستقبل بما يؤكد استمرارية البرنامج الإرشادي وفعاليته لدى أفراد المجموعة التجريبية. باستثناء البعد الخامس: المظاهر الجسمية لقلق المستقبل والذي جاء دال إحصائياً.

وقد اتفقت نتائج هذه الدراسة مع دراسة (أبو هاشم، ٢٠٠٧) والتي أجريت على الأحداث في دار الملاحظة الاجتماعية وأشارت إلى استمرار أثر البرنامج حتى بعد توقف البرنامج، وأشارت إلى استمرار أثر البرنامج بعد مرور شهور من انتهاء البرنامج.

وبالنظر إلى نتيجة الفرض يلحظ أن قلق المستقبل لدى أفراد المجموعة الإرشادية في القياسين البعدي والتتبعي لم تختلف، ويبدو هذا أمراً طبعياً نتيجة للبرنامج الإرشادي القائم على الإرشاد المعرفي السلوكي وفنائه مما يكون قد أسهم في التحسن الذي حدث لأفراد المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي، وأيضاً في التطبيق التتبعي، ويمكن تفسير هذه النتيجة في إطار ما تشير إليه الأدبيات من أن الإرشاد المعرفي السلوكي يقوم على الحديث بين المريض والمرشد، وذلك بهدف التغلب على المشاكل عن طريق تغيير طريقة التفكير والتصرف، ويستند على مساعدة المريض في إدراك وتفسير طريقة تفكيره السلبية؛ بهدف تغييرها إلى أفكار أو فئات إيجابية أكثر واقعية، كما يؤكد على استراتيجيات المواجهة المعرفية السلوكية وإعادة تدريب الفرد عليها من جديد، إذ أن القيام بذلك يفيد في منع حدوث انتكاسة بعد انتهاء البرنامج الإرشادي، وخلال فترة المتابعة (Ryle & Kerr 2003) حيث تم مساعدة أفراد المجموعة الإرشادية على الاستبصار بطبيعة قلق المستقبل وخفضه.

وإكسابهم بعض المهارات المعرفية التي تساعد على مواجهة المواقف التي تثير قلق المستقبل والتغلب عليها. وتنمية الجوانب الإيجابية في شخصياتهم وزيادة القدرة على تحمل الإحباطات. وتدريبهم على التفكير الإيجابي في حل المشكلات. وتحسين مفهوم الذات لديهم وزيادة الثقة بأنفسهم.

ويمكن تفسير هذه النتيجة في إطار ما تشير إليه الأدبيات والإطار النظري من أن الإرشاد المعرفي السلوكي يقوم على الحديث بين المسترشد والمرشد، وذلك بهدف التغلب على المشاكل عن طريق تغيير طريقة التفكير، ويستند على مساعدة المريض في إدراك وتفسير طريقة تفكيره السلبية؛ بهدف تغييرها إلى أفكار أو قناعات إيجابية أكثر واقعية، كما يؤكد على استراتيجيات المواجهة المعرفية السلوكية وإعادة تدريب الفرد عليها من جديد، إذ أن القيام بذلك يفيد في منع حدوث انتكاسة بعد انتهاء البرنامج الإرشادي، وخلال فترة المتابعة.

ويعزو الباحثان أن البرنامج الإرشادي أعطى الفرصة للأعضاء في ملاحظة أنفسهم داخل المجموعة وملاحظة سلوكياتهم و سلوكيات الآخرين بالتالي التوصل إلى تغيير السلوكيات السلبية بسلوكيات أخرى إيجابية تعود على الفرد بالنفع والفائدة وهذا يعني أن البرنامج حقق النتيجة المرجوة وهي استمرار أثره على المدى البعيد، كما أن فنية الواجبات المنزلية ساهمت بشكل كبير في مساعدة الجانحات على الاستفادة من تطبيق المهارات والخبرات والفنيات الإرشادية التي تعلموها من خلال الجلسات في المواقف الحياتية، أيضاً المناقشات الجماعية ساعدت الأفراد في التعبير عن ذواتهم ومشاعرهم وأفكارهم وخفف قلق المستقبل لديهم، وساهمت في تعديل الأفكار السلبية، ويؤكد الباحثان على أن أثر استخدام أسلوب لعب الدور والعصف الذهني كان له أثر بالغ في إثراء النقاش واقتناع الأفراد بأن ما تحويه المواقف أو الأمثلة من أحداث قد مروا به ولكن استجاباتهم كانت مختلفة.

8. التوصيات

استناداً إلى النتائج التي تم التوصل إليها، يمكن التوصية:

1. العمل على الاستفادة من برنامج الدراسة الحالية في خفض قلق المستقبل لدى الجانحات وتعميمه ليطبق في جميع دور رعاية الفتيات بالمملكة، حيث لاحظ الباحثان تجاوب الجانحات مع البرنامج الإرشادي وتفاعلهم معها.
2. إجراء دراسات تعنى بالفتيات بالجانحات والوقوف على مشكلاتهن النفسية، وتقديم برامج إرشادية متنوعة لتأهيلهم.
3. إجراء دراسات مقارنة لخفض قلق المستقبل باستخدام نماذج نظرية لبرامج إرشادية وفقاً لعدة اتجاهات نظرية كالإرشاد العقلاني الانفعالي، الانتقائي، المتمركز حول المسترشد، الإرشاد بالمعنى.

بيان تضارب المصالح

يقر جميع المؤلفين أنه ليس لديهم أي تضارب في المصالح.

المراجع

- إبراهيم، إسماعيل. (٢٠٠٦). *فاعلية الإرشاد العقلاني الانفعالي في خفض قلق المستقبل لدى طلاب التعليم المهني* [رسالة ماجستير غير منشورة]. كلية التربية، جامعة أسيوط.
- إبراهيم، عبد الستار. (١٩٩٨). *العلاج النفسي السلوكي المعرفي الحديث* (ط٢). القاهرة: الدار العربية للنشر.
- أبو النور، محمد عبد التواب. (١٩٩٦). *أثر كل من العلاج المعرفي والعلاج النفسي الديني في تخفيف قلق المستقبل لدى عينة من طلبة الجامعة* [رسالة دكتوراه غير منشورة]. كلية التربية، جامعة طنطا جمهورية مصر العربية.
- أبو هاشم، أسعد بن عبد الله. (٢٠٠٧). *فاعلية التدريب على الضبط الذاتي في خفض السلوك العدواني لدى عينة من الأحداث في دار الملاحظة الاجتماعية* [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة مؤتة، الأردن.
- الحارثي، عبد الله بندر. (٢٠١٥). *العوامل الكبرى للشخصية لدى الأحداث الجانحين بدار الملاحظة بالرياض* [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، الرياض.

- الرشدي، نواف نونان. (٢٠١٠). ضغوط الاجتماعية والاقتصادية وأثرها في جنوح الأحداث: دراسة ميدانية على دار الملاحظة في منطقة حائل [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة مؤتة، الأردن.
- ريشان، حامد قاسم. (٢٠١٣). أثر برنامج إرشادي عقلائي انفعالي في تعديل الأفكار الداعمة للعدوان لدى عينة من الأحداث الجانحين المودعين في سجن البصرة المركزي [مجلة العلوم التربوية والنفسية] ١٤ (١٠٠)، ٢٥٥-٢١٥.
- الزيتاوي، عبد الله محمود محمد. (٢٠١٦). فاعلية برنامج إرشادي معرفي في التخفيف من مستوى قلق المستقبل وتعديل السلوك الاجتماعي لدى عينة من المراهقين في محافظة إربد. مجلة المنارة للبحوث والدراسات، ١٦ (١٢)، ١٥٠-٢٠٥.
- السدحان، عبد الله بن ناصر. (٢٠١٢). العلاقة بين الترويج والانحراف بين الفتيات "دراسة ميدانية مقارنة بين الفتيات الزيلات بمؤسسة رعاية الفتيات والفتيات السويات بمدينة الرياض. مجلة البحوث الأمنية، ١٢ (٧)، ١١١-١٥١.
- سعود، ناهد شريف. (٢٠٠٥). قلق المستقبل وعلاقته بسمتي التفاؤل والتشاؤم [رسالة دكتوراه غير منشورة]. كلية التربية، جامعة دمشق.
- السمهري، هند بنت إبراهيم. (٢٠٠٥). الخصائص الاجتماعية والاقتصادية لأسر الفتيات المنحرفات، دراسة استطلاعية ميدانية مطبقة على عينة من الفتيات المنحرفات بمدينة الرياض [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة الملك سعود، الرياض.
- الشريف، بسمه عيد خليل. (٢٠١٤). فاعلية برنامج إرشادي دراسة تقييمية للأحداث الجانحين في الأردن. المجلة الأردنية في العلوم الاجتماعية، ١٣ (٢١)، ١٦٩-٢١١.
- الشمري، دحام. (٢٠١٦). فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض المشكلات النفسية والسلوكية لدى الأحداث الجانحين [رسالة دكتوراه غير منشورة]. جامعة الأمير نايف بالرياض.
- عبد الرحمن، محمد السيد. (٢٠١٥). نظريات الإرشاد والعلاج النفسي. مصر: مكتبة زهراء الشرق.
- عتوم، أحمد سلامة. (٢٠١٢). أثر برنامج إرشادي يستند إلى نظرية العلاج العقلاني العاطفي وبرنامج لتطوير المهارات الاجتماعية في تنمية المسؤولية الاجتماعية والحكم الأخلاقي لدى الأحداث الجانحين في الأردن [أطروحة دكتوراه غير منشورة]. الجامعة الأردنية، عمان.
- عوض، سامية بنت محمد. (٢٠٠٣م). دراسة مقارنة لبعض سمات الشخصية لدى الجانحات وغير الجانحات في مدينة مكة المكرمة. مجلة الإرشاد النفسي، ١١ (١٦)، ٩٤-٤١.
- القطاونه، دلالة محمد. (٢٠١٤). فاعلية برنامج إرشادي جمعي سلوكي معرفي في تنمية بعض المهارات الاجتماعية لدى عينة من ١١١ من الأحداث في جنوب الأردن [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة مؤتة، الأردن.
- المحارب، ناصر إبراهيم. (٢٠٠٠). المرشد في العلاج الاستعرافي السلوكي. الرياض: دار الزهراء.
- محمد، عادل عبد الله. (٢٠٠٠). العلاج المعرفي السلوكي، أسس وتطبيقات. الرياض: مطابع الحميدي.
- المشيخي، غالب بن محمد علي. (٢٠٠٩). قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى الطموح لدى عينة من طلاب جامعة الطائف [رسالة دكتوراه غير منشورة]. كلية التربية، جامعة أم القرى، المملكة العربية السعودية.
- الوريكات، عايد عواد. (٢٠٠٤). نظريات علم الجريمة. (ط ١)، عمان: دار الشروق للنشر والتوزيع.
- وزارة الشؤون الاجتماعية. (١٤٣٤). الكتاب الإحصائي السنوي. الرياض: إدارة التطوير الإداري.

References

- Barnes, T. N., Smith, S. W., & Miller, M. D. (2014). School-based cognitive-behavioral interventions in the treatment of aggression in the United States: A meta-analysis. *Aggression and violent behavior*, 19(4), 311-321.

-
- Chen, C., Li, C., Wang, H., Ou, J. J., Zhou, J. S., & Wang, X. P. (2014). Cognitive behavioral therapy to reduce overt aggression behavior in Chinese young male violent offenders. *Aggressive behavior*, 40(4), 329-336.
- Kendall, C. (2014). *Coping cat program "Cognitive behavior therapy in the treatment of anxiety disorders"*. promising practices network last modified.
- Mcgillivray, J. & Baker, K. (2015). "*Cognitive therapy and the emotional disorders*". New York: New American Library.
- Morris, N. (2018). "Cognition and desensitization in the group treatment of aggression". *Dis. Abs. Int*, 153(1), 2-18.
- Puleo, C. M., Conner, B. T., Benjamin, C. L., & Kendall, P. C. (2011). CBT for childhood anxiety and substance use at 7.4-year follow-up: a reassessment controlling for known predictors. *Journal of Anxiety Disorders*, 25(5), 690-696.
- Ryle, A & Kerr, I. (2003). Cognitive Analytic Therapy. *Journal of psychiatry*, 183(1), 75-81.
- Strom, T., Leskela, J., Possis, E., Thuras, P., Leuty, M. E., Doane, B. M., ... & Rosenzweig, L. (2013). Cognitive-behavioral group treatment for driving-related anger, aggression, and risky driving in combat veterans: A pilot study. *Journal of Traumatic Stress*, 26(3), 405-408.