



أثر أسلوب العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي في تنمية الوعي البيئي لدى

تلاميذ الصف السادس الابتدائي

م.د. حسام ياسين علي شناوة التميمي^{1*}
¹مركز البحوث التربوية والنفسية, جامعة بغداد, العراق

الملخص

يهدف البحث الحالي التعرف على الوعي البيئي لدى تلاميذ الصف السادس الابتدائي ، إذ قام الباحث بإعداد أداة المقياس على وفق النظرية المعرفية (Simmons,2003) ، تكون المقياس في صيغته النهائية من (16) فقرة موزعة على ثلاث مجالات، تم التحقق من الخصائص السايكومترية للمقياس، فضلاً عن ذلك صمّم الباحث البرنامج الإرشادي لأغراض التحقق من أهداف البحث بأسلوب العلاج الانفعالي العقلاني السلوكي لـ (ALiCe) ، تم تطبيق البرنامج على المجموعة التجريبية موزعة على (11) جلسة ، بواقع جلستين أسبوعياً مدة الجلسة (45) دقيقة ، تمت معالجة البيانات باستعمال البرنامج الاحصائي (spss)، ظهرت النتائج أنّ للبرنامج تأثيراً في تنمية الوعي البيئي لدى أفراد المجموعة التجريبية وتأسيساً على النتائج توصل الباحث إلى عدد من التوصيات والمقترحات .

الكلمات المفتاحية: العلاج الانفعالي ، العقلاني ، السلوكي ،تلاميذ الصف السادس ابتدائي

The Effect of the Rational Emotive Behavioral Therapy Method in Developing Environmental Awareness among Sixth-Grade Primary School Students

Lecturer .Dr. Hossam Yassin Ali Shanawa Al-Tamimi^{1*}

¹ Center for Educational and Psychological Research, University of Baghdad, Iraq

Abstract:

The current research aims to identify environmental awareness among sixth-grade primary school students. The researcher built the scale according to cognitive theory (Simmons, 2003). The scale consists of (18) items distributed over three areas, then it was verified the psychometric properties of the scale, the researcher designed the counseling program for the purposes of verifying the research objectives in the style of rational emotive behavioral therapy for (Alice). The program was applied to the experimental group, distributed over (11) sessions, two sessions on each week. The duration of the session was (45) minutes. Processing the data using the statistical program (SPSS). The results indicated that the program has an impact on developing environmental awareness among members of the experimental group. Based on the results, the researcher presented a number of recommendations and conclusions.

Keywords: emotional, rational, behavioral therapy, sixth grade students.

* Email address: hussam.y@perc.uobaghad.edu.iq

الفصل الاول

التعريف بالبحث

اولاً: مشكلة البحث

يُعدّ الوعي البيئي جزءاً أساسياً في تقديم المساعدة للتلاميذ لمواجهة المشكلات التي يتعرضون لها في حياتهم اليومية ؛ ليكونوا على قدر تحمل المسؤولية في عالم تتعاظم فيه مشكلة التلوث الذي أصبح يتربّص بها وبمن حولها (Simmons, 2003: 22).

يهدف الوعي البيئي إلى تنمية وعي التلاميذ بالمشكلات المتعلقة بالبيئة ، وتزويدهم بالمعرفة والمهارات ، ومنع ظهور مشكلات جديدة لضمان تنمية العملية التعليمية (Singh,2013:1-5) ، وهذا ما أكدته دراسة (عزت، 2016) التي توصلت إلى فاعلية البرنامج التدريبي في تنمية الوعي البيئي لدى تلاميذ الابتدائية، وما أكدته دراسة (67:سعيد ، خضر، 2020) إلى فاعلية أسلوب العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي في حل المشكلات .

يساعد الوعي البيئي الفرد المتعلم الكشف عن نوع الارتباطات والاعتقادات الشخصية في القبول أو الرفض اتجاه مشكلة بيئية قد تواجههم ؛ لذلك وجد الباحث من خلال عمله في المجال التربوي والنفسي تدني في مستويات الوعي البيئي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية من خلال تمسكهم بالأفكار غير العقلانية ، والشعور السلبي نحو الذات ، والشك في الآخرين، ممّا يترك تأثيراً على تحصيلهم الدراسي ، ومكانتهم الاجتماعية ؛ ولهذا تكمن مشكلة البحث الحالي في البحث عن برامج تساهم في تنمية الوعي البيئي.

ثانياً: أهمية البحث:

إنّ حماية البيئة والاهتمام بها لم تكن حاجزاً بين الإنسان وتقدمه التكنولوجي ، وإنما يُعدّ الحافز له على رعايتها وعدم إحداث خلل فيها، إذ إنّ بقاء البيئة سليمة يدلّ على استمرار الحياة والتقدم العلمي والتكنولوجي؛ لذا لا بدّ من عدّ حماية البيئة واجباً يجب على الفرد القيام به، وكذلك من الضروري أن يسارع النظام التعليمي لنشر الوعي البيئي من حيث (التلوث، السكان، الطاقة، تأثيرات الأفراد على البيئة) ، وإنّ الآراء والأفكار التي يتعرض لها الأفراد في حياتهم والسمات المرغوبة وغير المرغوبة ، ربما يبدأ تأثيرها من الصغر ، وتستمر خلال مراحل النمو المختلفة بهدف مساعدتهم على اتخاذ القرارات السليمة؛ لذلك ينبغي أن تكون التربية البيئية بُعداً من أبعاد النظام التربوي الشامل لغرس السلوكيات الإيجابية (ربيع وآخرون، 2010: 119).

وتتبع أهمية الوعي البيئي من أنّه سبيل للتخلص من المشكلات البيئية ، ومدخل لإكساب الإنسان الخلق والسلوك البيئي السليم ، وتنميته عند كل فرد بالمجتمع ليتكيف من أجل البيئة ويمكن تنمية الوعي البيئي من خلال تزويد التلميذ بالمعارف والمهارات والقيم والاتجاهات التي تمكنه من التفاعل مع بيئته بما يساهم حمايتها وحل مشكلاتها، إذ يكون الجزء الأكبر من عملية التعلم في مرحلة الطفولة المبكرة يتم اكتسابه من خلال الأنشطة اليومية في الحفاظ على البيئة، وهذا ما أكدته دراسة (انصاف ، 2003) إلى فاعلية الأنشطة في تنمية الاتجاهات البيئية ، ودراسة (النتشة، 2006) التي توصلت إلى أنّ الأنشطة التربوية البيئية ساعدت التلاميذ إلى تنمية الوعي البيئي وفهم التلوث البيئي وإدراكه.

لذلك تزايد الاهتمام في السنوات الأخيرة بالبرامج الإرشادية الوقائية والعلاجية التي من الممكن تحسين الصحة الانفعالية ، ووقاية التلاميذ والتخفيف من حدة انفعالاتهم غير التكيفية التي يعانون منها ، ومساعدة أنفسهم في التكيف مع الحياة بشكل أفضل ومن سن مبكر.

وتعتمد نظرية العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي على تصحيح الأفكار غير العقلانية لدى الأفراد وتبصيرهم بها ، وعلاجها عن طريق نبد تلك الأفكار تلقائياً، وقد ثبت في تجربة أنه من خلال سلسلة من الدروس التعليمية القائمة بصورة منظمة على الخبرة والمشاركة ، ويمكن تعليم التلاميذ المبادئ العامة للصحة الانفعالية والتفكير العقلاني وتطبيقها على أنفسهم وعلى الآخرين ، وكل ذلك يتحقق من خلال دمج البيئة ومفاهيمها مع العملية التربوية ضمن ما يسمى بالوعي البيئي(Rivard, 2003: 40) ..

وهذا ما أكدته دراسة (Wilde,1996) التي توصلت إلى فاعلية العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي لدى تلاميذ الصف الرابع الابتدائي، وكذلك ما أكدته دراسة Liannefisman (2005) أن البرنامج العقلاني والانفعالي أدى إلى فهم علاقاتهم وتعاملهم مع البيئة وتنمية اتجاهات التلاميذ في الوعي البيئي ، وتحسن قدرتهم في بناء علاقات شخصية إيجابية من خلال برامج تدريبية تنموية تربوية وعلاجية (LianneFisman,2005: 39) .

ولأن مرحلة الطفولة المبكرة هي من أكثر مراحل النمو الإنساني تأثيراً في تكوين شخصية الأفراد، إذ إن معدل التطور أو النمو في تلك المرحلة هي من أعلى المعدلات على الإطلاق ؛ لذلك من الضروري توفير مناخ تربوي متميز لتدريب التلاميذ على الوعي البيئي؛ ونظراً لأهمية الوعي البيئي فقد تناول الباحث في البحث الحالي ؛ وذلك من أجل إبراز أهميته وإبراز تأثير استعمال الأساليب والأنشطة المختلفة لتنميته.

ومما تقدم يمكن بيان أهمية البحث الحالي:

1. يسّط البحث الحالي الضوء على مفهوم الوعي البيئي ، إذ يعبر عن المظاهر النفسية والاجتماعية في مجال الإرشاد النفسي والصحة النفسية والطب النفسي.
2. لم يعثر الباحث على أي دراسة تناولت هذا الأسلوب في تنمية الوعي البيئي ؛ لذا تكمن الاستفادة منها في المكتبة العراقية خاصة في مجال الإرشاد النفسي والصحة النفسية.
3. اعتمد البحث الحالي شريحة مهمة من شرائح المجتمع وهي مرحلة التعليم الابتدائي، وفيها يتمتع التلاميذ بقابلية عالية لتشكيل ، واكتساب العادات والسلوكيات البيئية الصحيحة.
4. سيوفر البحث الحالي أداة للتعرف على الوعي البيئي ، وبرنامجاً في تنمية الوعي البيئي الذي قد يسهم في تسهيل مهمة الباحثين في هذا المجال.

ثالثاً: أهداف البحث

يسعى البحث الحالي إلى التحقق من صحة الفرضيات الصفرية الاتية وهي:

1. لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات المجموعة التجريبية قبل وبعد تطبيق البرامج التدريبي عند مستوى (0.05).

2. لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الاختبار القبلي والبعدي لمقياس الوعي البيئي للمجموعة الضابطة عند مستوى (0.05).

3. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين رتب درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي.

رابعاً: حدود البحث

يتحدد البحث الحالي بدراسة أثر برنامج تدريبي في تنمية الوعي البيئي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية الصف السادس الابتدائي لكلا الجنسين (ذكور, إناث) المديرية العامة لتربية بغداد الرصافة الثانية للعام الدراسي 2023_2024.

خامساً: تحديد المصطلحات

أولاً: العلاج العقلاني الانفعالي

عرّف (اليس) Ellis1995 العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي بأنه العملية التي يجب فيها تغيير المعتقدات والأفكار غير العقلانية لدى المسترشد ؛ حتى يصل إلى مستوى من إدراكه تلك الأفكار التي تسبّب له التعاسة وحدث المشكلات(Ellis,1995).

التعريف النظري للعلاج العقلاني الانفعالي : بأنه أسلوب من أساليب العلاج العقلاني الانفعالي الذي يتضمن دحض الأفكار غير المنطقية لدى المسترشد ، واستبدالها بأفكار عقلانية من خلال استخدام الفنيات المعرفية والسلوكية والانفعالية ؛ لإحداث تغيير في السلوك غير المرغوب.

التعريف الاجرائي للعلاج العقلاني الانفعالي: بأنه مجموعة من الفعاليات والأنشطة المستعملة خلال جلسات البرنامج التي تهدف إلى التحقق من نتائج الأساليب المستعملة ، وإلى انجاز أهداف البحث.

ثانياً: الوعي البيئي Environmental awareness :

عرّفه (سايمون، 2003) بأنه : حالة عقلية تستند إلى المعرفة الواسعة بالقضايا البيئية التي ينتج عنها سلوك واع إيجابي" (simmons& others 2003: 36).

التعريف النظري للوعي البيئي: استعان الباحث بتعريف Simmons(2003) "بأنه حالة عقلية تستند إلى المعرفة الواسعة بالقضايا البيئية التي ينتج عنها سلوك واع إيجابي"

التعريف الإجرائي: "الدرجة التي يحصل عليها التلميذ على مقياس الوعي البيئي المستعمل لأغراض البحث الحالي".

ثالثاً: المرحلة الابتدائية: Primary stage

عرّفها وزارة التربية (2006) " هي إحدى مراحل السلم التعليمي في العراق ، والتي تستقبل الأطفال من الذكور والاناث الذين قد أكملوا سن السادسة من العمر، تكون مدة الدراسة فيها ست سنوات ، والتعليم فيها إلزامي" (وزارة التربية،2006:47).

الفصل الثاني

الإطار نظرية

أولاً: الوعي البيئي

تُعد العلاقة بين الفرد والبيئة علاقة ايجابية إذا كانت لا تؤدي إلى اختلال التوازن البيئي واستقراره ، بالإضافة إلى العنثات المختلفة والسلوكيات غير السليمة على البيئة التي قد تهدد مستقبل الأفراد ووجودهم؛ لذلك تم عقد ندوات ومؤتمرات إقليمية وعالمية تركز على كيفية حماية وإنقاذ الأمن البيئي، أكد اجتماع برنامج الأمم المتحدة للبيئة 1981 على أنّ التعليم البيئي عملية تهدف إلى تنمية فهم الأفراد للبيئة ، وتزويدهم بالمعرفة والمهارات والمواقف تجاه القضايا المعاصرة ، ثم عُقدت مؤتمرات عدة للتعليم البيئي في واشنطن ، ونيودلهي 1985 للاتفاق على ضرورة إدخال التعليم البيئي في المناهج الدراسية ، وفي 1989 عقدت ندوة بروكسل للتعليم البيئي (قطامي وقطامي، 1998: 168)..

ثانياً: الوعي البيئي في ضوء النظرية المعرفية

يفترض المنحى المعرفي أنّ الأفراد يدركون ما يواجهونه بصورة مختلفة ومرتبطة بالطريقة التي يدركونها ، ويحدد ذلك بما لدى المتعلم من معارف واستراتيجيات معرفية في خزن المعرفة واستيعابها، إذ يشير التعلم إلى اكتساب المعاني وتعديل الأبنية المعرفية التي يتمّ غرسها وتثبيتها من تفاعل الخبرة السابقة مع الخبرة الجديدة ؛ ليتم معرفة ما يمكن ادراكه او فهمه ؛ ويتمّ التوصل إلى أنّ النمو العقلي هو اكتساب انماط هرمية مترابطة ومعقدة ، أو مجردة قوامها المعاني والدوافع والاتجاهات والمهارات (Simmons,2003: 36)

إذ أكد بياحيه أنّ تعديل التمثيلات والتصويرات الداخلية للأشياء المتعلقة بالبيئة يطلق عليها الخطط التصويرية (Schemas) ، تعتمد على عمليات التفكير ، وأنّ الوصول إلى خطط رسومية جديدة يسمى مخطط الصورة بالتكيف (Adaptation) ، إذ يمثل رد فعل على حاجات جديدة تسمى عملية تغيير ، إذ تتكون من جانبين يعزز كل منهما الآخر، الاستيعاب (Assimilation) والتكيف (Accommodation) ؛ لذا عندما يواجه الفرد تجربة جديدة فإنه يشكّل تمثيلاً داخلياً ، أو صورة ذهنية لها . إنّ إعادة تنظيم محتويات العقل جزء لا يتجزأ من المخزون المعرفي الذي يتطلب عملية تكيف وتنسيق في تحقق التوازن (Equilibration) (Simmons,2003: 36).

- اقسام الوعي البيئي

إذ حدّد Simmons ثلاثة أقسام أساسية للوعي البيئي هي :

1- المعلومات البيئية: "التي يتمّ الحصول عليها في أثناء تعلم التلاميذ الحقائق والمفاهيم والمصطلحات البيئية".
إذ يكتسب الفرد المعرفة اعتماداً على الخبرات التي تم الحصول عليها من الآخرين، من خلال بعض المضامين المتصلة باكتساب المعرفة من أهمها:

(أ) بناء الفرد المعرفة التي يتمّ الحصول عليها بناء على خبرته ونشاطه في التعامل مع البيئة المحيطة.

(ب) لا تنتقل المفاهيم والأفكار في البنية المعرفية من فرد لآخر بالتساوي وإنما تتفاوت من فرد لآخر .

2-الاتجاه نحو البيئة: "وهو الموقف الذي يتخذه الفرد نحو بيئته من حيث استشعاره لمشكلاتها واستعداده لحلها"

وقد يتعلق الفرد بوظيفة المعرفة وصحتها إذ إنّ وظيفة العملية المعرفية هي التكيف مع تنظيم العالم التجريبي وخدمته،
وليس اكتشاف الحقيقة الوجودية المطلقة، إذ يعكس ذلك ملامح البنائية في التعلم المعرفي الذي أكد الاتي:

- إنّ التعلم يمثل عملية بناء نشيطة بصورة مستمرة لتحقيق غرض معين .

- توفير الظروف الملائمة عند مواجهة المتعلم مشكلة.

- تتم عملية التعلم من خلال التفاعل الاجتماعي مع الآخرين لتحقيق بناء الفرد بصورة صحيحة.

- تعدّ المعرفة السابقة بالمهمة شرطاً من شروط التعلم العقلي والمعرفي الايجابي للفرد الذي يتطور عن طريق الخبرة
والنضج والتفاعل النشط مع البيئة.

- الهدف من عملية التعلم احداث تكيفات تتواءم مع الضغوط المعرفية الممارسة على خبرة الفرد.

3- السلوك البيئي الإيجابي: هو أي فعل أو تصرف فردي أو جماعي موجه مباشرةً لعلاج أو حل القضايا والمشكلات
البيئية.

يفترض المنحى المعرفي أنّ التعلم يتمّ من استعمال استراتيجيات التفكير المتاحة للفرد نتيجة المحاولات الجادة لفهم
العالم المحيط ، إذ إنّ ترجمة الحدث وفهمه يؤثر في كيفية تعلمه ، إذ إنّ تنظيم الطالب لموقف التعلم واعادة بنائه يؤدي إلى
تحقيق الهدف المرجو من التعلم (Simmons, 2003: 22).

وبناء على ذلك اعتمد الباحثون على النظرية المعرفية ، إذ وجد الباحث أنّ هذه النظرية تعد أساساً لتوضيح الوعي
البيئي ، إذ أكدت أنّ السلوك يعتمد على طريقة ادراك الفرد للبيئة للتفاعل بين المعرفة والسلوك الذي يُعدّ جزءاً من بنيته
المعرفية ، وبذلك فإنّ قيام الفرد بتكوين اتجاهات خاطئة عن طريق خطأ تفاعل العمليات المعرفية التي تعتمد على تنظيم
السلوك أم لا، فإنّ تغييرها يحتاج إلى معالجة عناصرها وجمع المعلومات بشكل مفصل ودقيق ؛ لتصحيح التشوهات
المخزنة واستبدالها بمعلومات أكثر صحة ؛ وتطوير موقف إيجابي ، وبالتالي يكون لدى الفرد الوعي البيئي.

ثانياً: أسلوب العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي

Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)

يرجع تاريخ الإرشاد والعلاج العقلاني الانفعالي السلوكي إلى الفلسفة الرواقية ، إذ كان أصحاب هذه المدرسة من
ابيكيتيوس Epictetu، اوريليوس Aurclius، وماركوس Marcus ، كما أنّ البوذيين الطاويين TAOISTS القدماء
يقولون : إنّ الانفعالات تنشأ من طريقة تفكير الأفراد، ولكن تغيير الانفعالات يجب أن نغير تفكيره أولاً ، ويرى بيرندان
راسيل RUSSELL أنّ مواجهة الخوف يكون بهدوء وعقل ، أمّا الفريد ADLER فيرى أنّ سلوك الإنسان ينبع من
أفكاره ، لقد بدأ الأسلوب العلاجي في الظهور على يد ألبيرت أليس Ellis مؤسس هذا العلاج حصل على الماجستير في
علم النفس الاكلينيكي من جامعة كولومبيا ، وحصل على شهادة الدكتوراه عام 1947 ، إذ قرّر العمل في التحليل النفسي
في بداية الخمسينات ، وبدأ أليس قناعته في نظرية التحليل النفسي ؛ مما دفعه إلى البحث عن طريق المدرسة الفرويدية
الحديثة، إلاّ أنّه لم يشعر بالرضا عن هذه المدرسة، في عام 1945 بدأ طريقه نحو الأسلوب المنطقي للعلاج النفسي، إذ بدأ
هذا الأسلوب العلاجي في الظهور على يد (البرت أليس Ellis) في عام 1950، سُميت هذه الطريقة (العلاج العقلاني)،
وفي عام 1954، بدأ إليس في جمع المعلومات عن فلسفة النفس بهدف تقديم شيء جديد، مختلف عما كان معروفاً من

نظريات العلاج النفسي الكلاسيكي والحديث، وهو استخدام العلاج العقلاني الانفعالي بدلاً من التحليل النفسي الذي أثار كثيراً في علاج بعض الحالات ، وقد وضع إيليس الأساس لمفهوم العلاج العاطفي وكيف يمكن القيام به بفعالية في عام 1961 (Ellis, 1990). والعلاج العقلاني الانفعالي هو أحدث علاج أطلقه ألبرت إيليس عام 1962 حتى عام 1995. وبعد التأكيد على الطبيعة المنطقية والمعرفية لعلاجه، أدى ذلك إلى إساءة فهم علاجه، حيث اعتقد الكثير من الناس أنه يتعلّق بالمعرفة (Cognition) فقط ، ومع ذلك اعتقدت أليس منذ البداية أنّ الأفكار والانفعالات والسلوك هما علاقتان متفاعلتان ومتراپبتان، وتناول منهجها العلاجي كل هذه الجوانب لدحض الاتهامات بأنّها أهملت الانفعال ، وإعادة تسمية أسلوب العلاج (1961) باسم العلاج العقلاني الانفعالي

RATIONAL EMOTIVE THERAPY ، ثم طوّرت النظرية في عام (1991) واضيف مصطلح (السلوكي) وأكد أنّ أسلوبه ومنهجه في العلاج يمكن أن نطلق عليه العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي (REBT)، ويشير أنّ التفكير والانفعال والسلوك لدى الفرد جوانب لا تنفصل عن بعضها البعض ، بل أنّها جوانب تتفاعل جميعها بصورة ذات دلالة ، إذ عرض إيليس عام 1995 أفكاره في عدة كتب ومقالات منها (العقل والانفعال في العلاج النفسي، العلاج النفسي الإنساني، المدخل العقلاني الانفعالي ، كما تأثر إيليس بعالم النفس التحليلي ادلر (ALDER) من خلال الايمان بأنّ الانفعالات العاطفية للفرد مرتبطة ارتباطاً عضوياً بمعتقداته وأفكاره، وأنّ سلوك الأفراد ينبع من آرائهم ، وينسب لأدلر قوله: (لا يرتبط الأفراد بالعالم الخارجي من خلال سلوك محدد سابقاً، كما يفترض دائماً ولكنهم يرتبطون أنفسهم بالعالم الخارجي تبعاً لتصورهم عن أنفسهم وعن مشاكلهم الحالية، وموقفهم من الحياة الذي يحدد علاقتهم وصلاتهم بالعالم الخارجي Ellis, (1992).

- أهداف العلاج العقلاني العاطفي السلوكي

حدد "إيليس" أهدافاً للعلاج العقلاني العاطفي السلوكي على النحو التالي :

1. الاهتمام بالذات (SELF_INTEREST) إذ يهدف الإرشاد العقلاني العاطفي السلوكي إلى مساعدة المسترشد على أن يهتم بنفسه أولاً دون أن يصبح انانياً ومتمركزاً حول الذات بالكامل ودون أن يخطأ بحق الآخرين.
2. التوجه الذاتي (SELF_DIRECTION) يرى على الفرد تحمل المسؤولية الشخصية ، وان يعمل باستقلاليه ، وقد يحتاج إلى مساعدة الآخرين ، إلا أنّ ذلك ليس مطلباً الزامياً أو مطلقاً.
3. التحمل (TOLERANCE) يرى إيليس أنّ على الإنسان أن يتحمل أخطاء الآخرين فهو ليس بحاجة إلى أن يدخل في شجار معهم بسبب ذلك.
4. تقبل عدم اليقين (ACCEPTANCE OF UNCERTING) يرى أن على الفرد أن يتقبل حقيقة أنّه يعيش في عالم من الاحتمالات ليس هناك مطلق.
5. المرونة FLEXIBILITY يرى إيليس أنّ الفرد العادي يتصف بمرونة التفكير وتقبل التغيير.
6. القدرة على التفكير العلمي SCIENTIFIC THINKING يرى أنّ الفرد العادي يتصف بكونه موضوعياً وعلمياً ومنطقياً ، وهو قادر على تطبيق مبادئ المنطق والعلم على نفسه وعلى علاقته مع الآخرين (الخطيب, 1995).

7. الالتزام (COMMITMENT) يرى أنّ الأفراد العاديين يهتمون بأشياء مختلفة خارج نطاق أنفسهم، وهذه الأشياء قد تشمل العلاقات مع الآخرين أو الأفكار، وما إلى ذلك.
8. روح المغامرة (RISK TAKING) يرى أنّ الفرد العادي يتمتع بقدره معينة حسب الروح المغامرة، إذ إنّه يفعل الأشياء التي يعتقد انها مهمه بالنسبة له حتى لو فشل في تأديتها.
9. تقبل الذاتي (SELF_ACCEPTAN) يرى الفرد العادي أنّه قانع بحياته وراضٍ عن نفسه، وهذا الرضا لا يتوقف على انجازاته او تقدير الآخرين له.
10. الامتنالية (NONUTOPIANISM) يرى أنّ جميع الأفراد يواجهون الاحباط او الشعور بالندم، وبذلك لا يستطيع الغاء ما يشعر إزاءها (الخطيب, 1995: 256-257).

- أسس العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي

يقوم العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي على أساس عدة مسلمات خاصة بطبيعة الأفراد وتفسير سلوكهم، وتحديد اضطراباتهم، وهي (الفكرة والانفعال والسلوك)، إذ تمثل هذه الأضلاع مثلثاً، وكل ضلع يصاحب بعضها بعضاً، وبذلك يكون تأثيرها على السلوك عقلائي او غير عقلائي، إذ يؤدي السلوك العقلائي إلى الصحة والسعادة، أما السلوك غير العقلائي الذي ينتج عنه العجز الانفعالي التعلم اللاعقلاني من الأسرة والثقافة، واذا كان الفكر مضطرباً صاحبه انفعال مضطرب، وسلوك مضطرب، وتفكير الإنسان هو الذي يلون المدركات ويجعلها حسنة أو رديئة، نافعة أو ضارة، مطمئنة أو مهددة، الحقائق ليست هي التي تؤثر على سلوك الإنسان لكن الذي يؤثر هو تفسيره لهذه الحقائق الأفكار السالبة والتي تقوم على أساس لا عقلائي يمكن مناقشتها ودحضها وتعديلها إلى موجبة وإعادة تنظيمها عقلائياً (زهرا ن, 2009:33).

ويعتمد الإرشاد والعلاج العقلاني الانفعالي السلوكي على مسلمات عدة هي:

1. الإنسان حين يفكر ويسلك بطريقة عقلائية يشعر بسعادة.
 2. التفكير والانفعال ليسا منفصلين.
 3. التفكير اللاعقلاني يرجع إلى استعداد الفرد للتعلم من والديه بصفة خاصة، ومن الثقافة السائدة بصفات عامة.
 4. يستمر الاضطراب طالما أستمر التفكير اللاعقلاني.
 5. الاتجاه نحو الأحداث وكيفية أدراكها والتفكير فيها هو الذي يحدد الاضطراب الانفعالي.
 6. قدرة الفرد على مهاجمة الأفكار اللاعقلاني والانفعالات السلبية المهددة للذات، عن طريق إعادة تنظيم الأفكار؛ حتى يصبح التفكير العقلائي أكثر منطقية (الشناوي, 1994:19).
- وطبقاً لنظريه أليس فإنّ الاضطراب الانفعالي يحدث حين يصر الفرد على أن يحقق رغباته أو طلباته، فإذا كانت طلبات الفرد هي التي توقعه في المتاعب الانفعالية فإنّه يمكن التخفيف من الالم بعدة طرق، بعضها ذكي والبعض الآخر غير ذكي، ومن هذه الطرق :

1- التحويل : Diversion يمكن تحويل اهتمامات الأفراد تحويلاً مؤقتاً ، فالمرشد في تعامله مع المسترشد يطلب تقبل الآخرين، ويمكن أن يحول اهتمام هذا المسترشد إلى أنشطة العمل والرياضة والابداع الفني، أو العمل السياسي ، وبذلك لا يجد المسترشد الوقت الكافي لأن يطلب تقبل الآخرين، أو يجعله قلقاً ، ولكن هذه تحويلات ذات تأثير وقي (زهران, 2009: 74) .

2- اشباع المطالب :- satisfying demands هذا النوع من الحلول يوفر للمعالج الحب والتأييد ، وان يمدد بالمشاعر السارة، كأن يلحقه بجماعة لقاء مواجهه إذ يحتضنه الآخرون.

3- السحر Magic يمكن ايهام الأفراد ممن يصرون على طلباتهم عن طريق المعالج أو غيره بأنه قوه خارقة يساعدهم، وأنهم كانوا مرفوضين من قبل البعض ، فإبهم أحسن من هذا البعض ، ولذلك يمكنهم تحمل هذا الرفض، كما يمكن ايهامهم، وأن المرشد سوف يريحهم من متاعبهم بمجرد اخباره بما يعانون منه. ، ولكن هذا النوع من الحلول فاعليته لا تمتد لأكثر من وقت محدود، وغالباً ما ينتهي بالارتباك والخلط .

4- التخلي عن المطالب civingup pem andingness اذ يعد أذكى الحلول لمشكلة الاصرار على طلبات معينة ، وما يعقبها من اضطرابات معينة ؛ وذلك بأقناع الفرد بأن يكون أقل اصراراً، وأن يكون لديه أقل حد ممكن من مطالبه ، وأقصى حد من تحمل ذاته والآخرين والاحباطات التي يطرحها العالم حوله ويمكن تحقق ذلك بثلاثة طرق:

أ -العلاج المعرفي : cognitive therapy يسعى هذا العلاج إلى أن يعيش الفرد حياة سعيدة ، وكيف يميز المسترشد عن معتقداته العقلانية واللاعقلانية ، وكيف يستعمل الطرائق المنطقية في العلم بالنسبة لذاته ومشكلاته، وكيف يمثل الواقع حتى إذا كان سيئاً.

ب -العلاج الانفعالي الازهاري : Emotive _ Evocative therapy يسعى هذا العلاج إلى مساعدة المسترشد في تغيير قيمة المحورية ، ويستعين برسائل مختلفة للمبالغة في إظهار الحقائق والاكاذيب ؛ كي يستطيع المسترشد التمييز بينهما بوضوح عن طريق لعب الأدوار والنمذجة والفكاهة ، وحثّ المسترشد واقناعه للتخلي عن أفكاره الخاطئة.

ج -العلاج السلوكي pehavioural therapy يمكن استعمال هذا العلاج لمساعدة المسترشد على تغيير اعراضه غير المجدية ، والتعود على طرق الاداء ليكون أكثر فاعلية على مساعدته على التغيير الجذري لمعارفه عن ذاته ، وعن الآخرين، وعن العالم (زهران , 2009 :74).

- مرتكز العلاج العقلاني الانفعالي

تسمى نظرية (إليس) (A. B. C)

اذ يمثل (A) الحرف الأول لمصطلح (Activating events) الذي يدلّ على ما يواجهه الأفراد في حياتهم اليومية في الاستيقاظ في وقت مبكر أو متأخر.... النظر إلى الساعة ملاحظة ضيق الوقت اللازم لكي نعد أنفسنا للذهاب إلى العمل – النظر من النافذة – ملاحظة شخصين يتشاجران في الطريق ، زميلنا يمرّ دون أن يلقي التحية تحرك التفكير وتؤدي إلى حالة انفعالية .

○ الخطوة الثالثة: أن يحث المعالج المراجع على تغيير تفكيره، وأن يترك الأفكار اللاعقلانية على الرغم من العلاج العقلاني الانفعالي يدرك أنّ التفكير غير المنطقي يعتبر طبعاً من طباع المراجع الثابتة التي لا يمكنه التخلص منها أو تغييرها من تلقاء نفسه.

○ الخطوة الرابعة: إذ ليس من السهل التعامل مع مجموعه من الأفكار غير المنطقية إلى التعامل مع الأفكار الأكثر عمومية ومع فلسفة المراجع ونظرته إلى الحياة، وبذلك تعده لتجنب الوقوع ضحية للأفكار الخاطئة مرة ثانية، ونتيجة لهذه العملية يكتسب المراجع فلسفة عملية من الحياة ويستبدل الأفكار والاتجاهات غير المنطقية بأفكار منطقية.

يتقلد فيه المرشد دوراً تعليمياً إيجابياً من خلال تعليم المراجع، ويوضع له الأساس غير المنطقي لما يعانيه من الاضطرابات، وكيف أنّ هذه الاضطرابات سوف تستمر طالما استمرت أحاديث الذات الداخلية، إذ إنّ اعتماد المراجع على نفسه لن يوصله إلى النتائج التي يمكن أن يصل إليها بواسطة المرشد الذي يتبع العلاج العقلاني الانفعالي، ويرجع ذلك أنّ العلاج العقلاني الانفعالي يتضمن تلقين عدد كبير من الأفكار والمفاهيم التي لا يستطيع المراجع العادي أن ينميها بنفسه؛ ولذلك يشير اليس إلى أنّ اتجاهات المراجع القائمة على أساس غير عقلي وغير منطقي يتم الكشف عن عدم منطقيتها.

وخلاصة وتعقيب على ذلك اعتمد الباحث على أسلوب العلاج الانفعالي العقلاني السلوكي، ووجد الباحث بأنّ هذا الأسلوب يمثل الأساس في تفسير الوعي البيئي وطريقة تنميته، إذ يعتمد بصفة أساسية على عملية التربية أو التعليم التي من خلالها يتم التعرف على التفكير، وعلى آراء غير عقلانية وتحديدها، ومن ثمّ توضيح علاقتها بالاضطراب الذي يعانيه منه المراجع، ويؤدي ذلك إلى تغيير التفكير عن طريق المنطق والتعلقل، وعن طريق الايحاء وإقناع، وتعيين أنشطه معينه يمارسها المراجع .

الفصل الثالث

منهج البحث واجراءاته

أولاً: منهجية البحث:

يعتبر البحث شبه التجريبي بحثاً علمياً دقيقاً يعمل على معالجة المشكلات التربوية والنفسية لما يتمتع به من دقة النتائج والتعرف على العلاقات بين المتغيرات التي تحكم الظاهرة المراد دراستها (عدس وتوق، 2024: 184).

ثانياً: التصميم التجريبي :

يقصد بالتصميم التجريبي وضع الأساسي لوصف التجربة وموضوعاتها، وتحديد الأساليب التي سيتم استخدامها على العينة (العيسوي، 2000، 80)؛ لذا اتبع الباحث في الدراسة الحالية تصميم المجموعة الضابطة العشوائية ذات الاختبارين (قبلي وبعدي)، إذ يتحكم هذا التصميم في معظم العوامل التي تهدد الأمن الخارجي والأمن الداخلي (نيل وليبرت، 1982، 76) والجدول (1) يوضح ذلك .

جدول (1) تصميم التجريبي

مجموعه تجريبيه	اختبار قبلي	المتغير المستقل أسلوب العلاج الانفعالي العقلاني السلوكي	اختبار بعدي
المجموعة الضابطة	اختبار قبلي	_____	اختبار بعدي

ثالثاً :- مجتمع البحث :

يشمل مجتمع البحث الحالي طلاب المرحلة السادس الابتدائية في محافظة بغداد الرصافة الثانية التابعة لمركز بغداد الجديدة والبالغ عددها (111) مدرسة، وقد بلغ عدد التلاميذ الذكور فقط (19400)* تلميذاً يشمل مجتمع البحث مدارس الحكومية فقط.

قام الباحث باختيار المدارس في محافظة بغداد الرصافة الثانية، مركز بغداد الجديدة وذلك للأسباب الآتية :-

- 1- أبدت إدارة المدارس والهيئة التدريسية في تقديم المساعدة والتسهيلات الإدارية.
- 2- وجود المدرسة في مكان مناسب لتطبيق البرنامج الإرشادي.
- 3- وسهولة الوصول إليها لقربها من سكنى الباحث.

رابعاً: عينة البحث:

1. عينة الاستطلاعية:

لمعرفة من مدى وضوح تعليمات وفقرات المقياس وبدائله ، وكذلك معرفة الوقت اللازم والمستغرق للاستجابة فقد طبق الباحث الاستبانة على عينه بلغ عددها (30) تلميذاً للصف السادس الابتدائي من اسوان وبيادر الخير (15) تلميذاً لكل مدرسة، وقد اتضح بأن فقرات وتعليماته المقياس واضحة ووقت الاجابة هو (15) دقيقة.

2. عينة التحليل الإحصائي:

اختار الباحث العينة على وفق محك نانلي Nunnally لغرض التحليل الإحصائي لمقياس الوعي البيئي, إذ يرى ان اختيار العينة بأن لا تقل نسبة الأفراد في التُّحليل الاحصائي إلى عدد الفقرات (5:1) (Nunnally, 1978,p:262)، فإن اختيار أفراد العينة بطريقه عشوائية فإن الباحث ادخل كل المدارس في كيس ، وبعدها تم سحب مدرسة بشكل قرعة فبلغت عينه البحث (300) تلميذاً موزعين على ست مدارس في محافظة بغداد الرصافة الثانية للمرحلة الابتدائية، والجدول (3) يوضح ذلك :

جدول (2) توزيع عينة التحليل الإحصائي

ت	المدارس	العدد
1	مدرسة رام الله الابتدائية	40
2	اسوان الابتدائية	50

3	بيادر الخير	70
4	رقل عامر	50
5	الفجر الجديد	40
6	الرازي	50
	مُجموع	300

2- العينة التطبيقية :- أختيرت العينة التطبيقية بطريقه قَصدية من تلاميذ السادس الابتدائي في مدارس بغداد الرصافة الثانية والبالغ عددهم (60) طالباً، من أجل اختيار العينة التطبيقية باتباع الخطوات التالية:

- مقياس الوعي البيئي طبق على مجموعة تلاميذ الصف السادس الابتدائي في تربية بغداد الرصافة الثانية مركز بغداد الجديدة.

- تم تحديد التلاميذ الحاصلين على درجات أقل درجة من المتوسط الفرضي على مقياس الوعي البيئي، أصبحت العينة تتضمن (20) تلميذاً، موزعين عشوائياً على شكل مجموعتين ، الأولى تجريبية والثانية ضابطة ، وبواقع (10) تلاميذ لكل مجموعة، من مدرسة بيادر الخير ومدرسة اسوان والجدول (3) يوضح ذلك.

الجدول (3) تتوزع عينة البحث التطبيقية إلى مجموعتين (تجريبية وضابطة)

المجموع	السادس ابتدائي	المجموعة
10	10	المجموعة التجريبية
10	10	المجموعة الضابطة
20	20	لمجموع

خامساً: التكافؤ أفراد المجموعتين:

أمر مهم وضروري بأن يسعى الباحث ليكون هناك توافق بين مجموعات البحث بأن لا تكون هناك فروق بين المجموعات (ابو علام، 1989، 14:1)، وتم تصميم استمارة تحوي على المعلومات خاصة بالمتغيرات ، وجرى التكافؤ بين تلاميذ المجموعتين الضابطة والتجريبية في المتغيرات الاتية: درجات تلاميذ على مقياس الوعي البيئي، التحصيل الدراسي للأم، التحصيل الدراسي للأب، التسلسل الولادي للتلميذ، العمر.

ومن أجل ضمان المساواة بين المجموعتين وتقليل أي تأثير محتمل على الوعي البيئي، قام الباحث بتقسيم المشاركين بشكل عشوائي إلى المجموعة التجريبية أو الضابطة، بالإضافة إلى ذلك، تم أيضاً أخذ المتغيرات الأخرى التي يمكن أن تؤثر على الشعور بالوعي البيئي في الاعتبار عند تحقيق المساواة الجماعية.

سادساً: أداة البحث:

1- مقياس الوعي البيئي:

لتحقيق هدف البحث الحالي تم بناء مقياس الوعي البيئي ، إذ حدّد مفهوم الوعي البيئي بناء على النظرية المعرفية ، وقد عرّفه (simmons) بأنه (حالة عقلية تستند إلى المعرفة الواسعة بالقضايا البيئية والتي ينتج عنها سلوك واع إيجابي)، ضم المقياس (15) فقرة توزعت على ثلاث أبعاد ، هي المعلومات البيئية 5 فقرات (1,2,3,4,5)، الاتجاه نحو البيئة 5

فقرات (6,7,8,9,10) ، السلوك البيئي الايجابي 6 فقرات (11,12,13,14,15,16)، وبذلك تم تعريف المتغير ومجالاته لبيان مدى صلاحية الفقرات وسلامة صياغتها وملاءمتها للمجال الذي وضعت من أجله ؛ ولغرض التعرف على مدى صلاحية الفقرات التي تقيس الظاهرة النفسية المدروسة ؛ فقد تم عرض المقياس بعد صياغته الاولية على مجموعة من المحكمين المتخصصين في مجال الإرشاد النفسي وعلم النفس والقياس والتقويم ، وعلى ضوء آرائهم تم الإبقاء على الفقرات جميعها ؛ لأنها صالحة ومناسبة لكل مجال من مجالات المقياس الثلاث ، وأمام كل فقرة (4) بدائل على وفق مقياس ليكرت هي (ابداً، نادراً، احياناً، غالباً) للفقرات المصاغة بصورة ايجابية ، ويعكس التصحيح للفقرات المصاغة بصورة سلبية، وبعد أن وضع الباحث تعليمات المقياس تم إجراء التجربة الاستطلاعية لمعرفة مدى وضوح التعليمات والبدائل ، إذ تم تطبيق المقياس على عينة عشوائية البالغ عددها (30) تلميذاً، وقد تبين أن التعليمات والبدائل والفقرات واضحة ومفهومة دون أي التباس أو خلط ، والوقت الذي استغرقه أفراد العينة في استجاباتهم على المقياس تتراوح بين (10 - 15) دقيقة.

ولغرض حساب القوة التمييزية لفقرات المقياس اذ يتم المحافظة على الفقرات المميزة واستبعاد الفقرات غير المميزة (392 :Eble,1972) ؛ ولتحقيق ذلك تم تطبيق المقياس على العينة البالغة 300 تلميذاً اختيرت نسبة 27% المجموعة العليا من الاستمارات الحاصلة على الدرجات العليا ، تراوحت حدود الدرجات للمجموعة العليا من (63-70) ونسبة 27% المجموعة الدنيا من الاستمارات الحاصلة على الدرجات الدنيا تراوحت حدود المجموعة الدنيا من (35-56) ، وبذلك بلغ عدد الاستمارات (81) استمارة لكل مجموعة ، ويكون مجموع العدد الكلي للاستمارات 162 استمارة، ثم تم استعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لاختبار الفرق بين متوسطي المجموعتين العليا والدنيا لكل فقرة من فقرات المقياس، وأظهرت النتائج أن جميع الفقرات مميزة (انظر الجدول 4) .

الجدول (4) القوة التمييزية لفقرات مقياس الوعي البيئي²

الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		الاختبار التائي	مستوى الدلالة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
1	3.57	.631	2.73	1.000	6.388	.000
2	3.69	.664	2.73	1.140	6.568	.000
3	3.88	.399	3.42	.878	4.260	.000
4	3.89	.447	3.33	.851	5.199	.000
5	3.91	.360	3.33	.935	5.209	.000
6	3.46	.613	2.69	.970	6.002	.000
7	3.64	.639	2.88	1.111	5.376	.000
8	3.58	.687	2.48	1.050	7.881	.000
9	2.78	1.140	2.28	1.186	2.702	.001
10	3.49	.924	2.72	1.063	4.970	.000
11	3.83	.519	3.16	.968	5.463	.000

• يتضح من الجدول ان القيمة التائية المحسوبة اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (1.98) بدرجة حرية (298) اي بمعنى ان جميع فقرات المقياس تتمتع بقوة تمييزية جيدة.

12	3.79	.493	3.14	1.058	5.046	.000
13	3.67	.524	2.53	1.205	7.778	.000
14	3.44	.806	2.72	1.028	5.019	.000
15	3.80	.459	3.17	.985	5.216	.000
16	3.84	.369	2.91	1.063	7.405	.000
17	3.72	.553	2.70	1.145	7.165	.000
18	3.68	.609	2.33	1.255	8.683	.000

ثم تم ايجاد ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية لإيجاد الصدق البنائي للمقياس ، والذي يعني أنّ الفقرة تقيس ما يقبسه
الدرجة الكلية ، إذ تم الابقاء على الفقرات التي تكون معاملات ارتباط درجاتها بالدرجة الكلية دالة احصائياً يدلّ أنّ المقياس
يمتلك صدق بنائي (A>nastasi. & U.rbina ,19,97: 174) ، إذ أظهرت أنّ كافة الفقرات ترتبط معنوياً
مع درجة الكلية المقياس (انظر الجدول 5).

جدول (5) معاملات ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس الوعي البيئي*

الدرجة	الارتباط	الفرقة	الارتباط	مستوى الدلالة
1	.448	10	.390	.000
2	.374	11	.485	.000
3	.316	12	.280	.000
4	.419	13	.398	.000
5	.393	14	.336	.000
6	.368	15	.414	.000
7	.355	16	.449	.000
8	.465	17	.378	.000
9	.325	18	.479	.000

ثم استخدم
ارتباط
درجة كل فقره

الكلية التي تنتمي إليه ووجدوا أن كل الفقرات كانت ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.01)؛ لأن قيم
معامل الارتباط المحسوبة كان أكبر من معامل ارتباط القيمة الجدولية والتي هي (0.16,9)، بدرجة الحرية
هي (398)، لمستوى الدلالة (0,001)، مما يعني أنّ كل فقرات المقياس مرتبطة بالدرجة الكلية للمقياس. (انظر الجدول 6).

الجدول (5) قيم معاملات ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية لكل مجال من مجالات مقياس الوعي البيئي*3

ت	المعلومات البيئية		اتجاه نحو البيئة			السلوك البيئي الايجابي	
	معام	مستوى الدلالة	معام	معام	معام	مستوى الدلالة	ت
	ل	د	الارتباط	الارتباط	ل	ل	ل

* القيمة التائية الجدولية بدرجة حريه (298) عند مستوى (0.05) = (0.161)

* القيم الجدولية لمعامل الارتباط بدرجة حرية (298) عند مستوى دلالة (0.05) هي (0.098) وعند مستوى دلالة (0.01) هي (0.128) وعند مستوى دلالة (0.001) هي (0.169).

	الارتباط						الارتباط	
1.	.537	.000	7	.535	.000	13	.574	.000
2	.572	0.05	8	.583	.000	14	.447	.000
3	.445	.000	9	.565	.000	15	.450	.000
4	.518	.000	10	.430	.000	16	.546	.000
5	.525	.000	11	.385	.000	17	.436	.000
6	.489	.000	12	.423	.000	18	.632	.000
معامل الثبات الفا كرونباخ		75	73		78			

ثم قام الباحث بالتحقق من معاملات الكلي للثبات بطريقة الفا كرونباخ بلغ (82)، وتم التحقق من ثبات المجالات (انظر الجدول 5) بعد الإجراءات والتأكد من الخطوات السابقة لإعداد مقياس الوعي البيئي، وقد تكون المقياس من (16) فقره بصيغته النهائية، إذ إن المقياس جاهز للتطبيق النهائي.

البرنامج الإرشادي Counseling Program

يقصد بالبرنامج الإرشادي سلسلة من الخطوات المتعلمة المترابطة حسب تسلسل الموقف، وتتيح للمسترشد اكتساب الخبرة والمهارات الجديدة التي تتيح له تلبية احتياجاته المختلفة، وتغيير رأيه والتغلب على مشاكله. يحل المشاكل وينمي الشخصية بما يناسب المرحلة العمرية (حمد، 2013: 160).

إذ اعتمد الباحث في تحديد الحاجات الإرشادية للبرنامج ووفقاً إلى العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي وهي (، Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) ومن أجل تحديد العدد المناسب والعناوين المناسبة للجلسات الإرشادية، استخدمت الباحثة الإطار النظري لـ "أليس". وبعد ذلك قام الباحث بالاستعانة بلجنة من الخبراء في القياس والتقييم والإرشاد النفسي والتوجيه التربوي، وقد طُلب من هؤلاء المختصين إبداء آرائهم حول مدى ملاءمة عناوين الجلسات الإرشادية من خلال مراجعة الفقرات والموضوعات، ومع الأخذ في الاعتبار التعليقات الواردة من اللجنة، توصل الباحث إلى استنتاج ووضع اللمسات الأخيرة على عناوين جلسات الإرشاد.

أولاً: بناء البرنامج

يستند البرنامج الحالي على العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي بهدف تنمية الوعي البيئي لدى تلاميذ الابتدائية، وهو عبارة عن برنامج علاجي نفسي وتدريب جمعي منظم قصير المدى معد لتدريب فئات الطفولة على بعض الأساليب التي تستند إلى العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي؛ لمساعدتهم في تنمية الوعي البيئي بما ينعكس على حياتهم الشخصية والاجتماعية.

الهدف العام من البرنامج الإرشادي: يهدف إلى التحقق من فاعلية برنامج الإرشادي ليسهم في تنمية الوعي البيئي والتأكد من أثره في تنمية الوعي البيئي بما ينعكس على حياتهم الشخصية والاجتماعية.

أهداف البرنامج

1. معرفه فاعلية العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي للاسترخاء في تنمية الوعي البيئي لدى المشاركين في البرنامج العلاجي.

2. تدريب التلاميذ على رؤية العلاقة بين الأفكار والمشاعر.

3. تدريب التلاميذ على المراقبة الذاتية للأفكار والتخيلات السلبية واخراجها إلى حيز التفكير.

خطوات تصميم البرنامج الإرشادي

تم اعداد البرنامج الإرشادي في ضوء الاطر النظرية والدراسات السابقة التي تناولت برامج تستند إلى العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي ، والتي ركزت على طبيعة هذه البرامج للوقوف على طبيعتها والمتغيرات المرتبطة بها والنتائج التي توصلت إليها ، وتم مراعاة خصائص الفئة المستهدفة في هذه الدراسة ، ثم تم عرض البرنامج على مجموعة محكمين من ذوي الاختصاص في الإرشاد النفسي والصحة النفسية ، وتم اخذ ملاحظاتهم بالاعتبار.

الفنيات المستخدمة في البرنامج

استخدم البرنامج الفنيات الخاصة بالعلاج العقلاني الانفعالي السلوكي من أجل تحقيق أهداف البرنامج وهي (مراقبة الذات ، الاسترخاء، التخيل، الحوار ، الواجبات البيتية، وقف التفكير ، الحديث الذاتي الايجابي، ادارة الغضب، المناقشة).

محتويات البرنامج

يتضمن البرنامج (11) جلسة تدريبية قد استغرق تنفيذ البرنامج نحو (6) أسابيع بواقع جلستين اسبوعياً مدرة كل جلسة حوالي 45 دقيقة ، وفيما يلي ملخص جلسات البرنامج الإرشادي والمستند للعلاج العقلاني الانفعالي السلوكي.

تطبيق البرنامج الإرشادي The application of the Counseling Style

قام الباحث بعدد من الاجراءات من تحديد التصميم التجريبي، اختيار العينة، اعداد أدوات البرنامج الإرشادي ليطم تطبيق البرنامج و كما يلي:

1. قام الباحث باختيار(20) طالباً قسدياً ، من الطلاب الذين تم حصولهم على أقل درجة على مقياس الوعي البيئي، تم توزيعهم عشوائياً على مجموعتين بالتساوي مجموعة ضابطة ، وأخرى تجريبية بواقع (10) مسترشدين في كل مجموعة، إذ التقى الباحث بالمسترشدين للتعرف عليهم والتوضيح لهم بطبيعة البرنامج الإرشادي وما عليهم من واجبات.

2. تم تحديد الجلسات الإرشادية بعدد (11) جلسة للمجموعة التجريبية، وطلب المرشد المحافظة على سرية ما يدور في الجلسات الإرشادية.

3. تم تخصيص مكان وزمان الجلسات الإرشادية في (قاعة المناسبات) بالتعاون مع إدارة المدرسة والكاادر التدريسي في الساعة التاسعة صباحاً يومين في الأسبوع (الاثنين والخميس) ، ويتم تحويل موعد الجلسة إلى اليوم الذي يليه في حال كانت هناك عطلة رسمية في نفس المكان والزمان المتفق عليه.

4. عُدت الدرجات التي حصل عليها المسترشدين في المجموعة التجريبية أو للمجموعة الضابطة على مقياس الوعي البيئي قبل البدء بتطبيق الأسلوب الإرشادي بمثابة نتائج الاختبار القبلي.

5. حدد يوم الاثنين الموافق 2023 / 10 / 16 موعداً للجلسة الافتتاحية.
6. تم تحديد موعد لتطبيق الاختبار البعدي لقياس(الوعي البيئي) للمجموعتين التجريبية والضابطة في يوم الخميس الموافق 2023 / 12 / 14 .
7. حدد جلستين أسبوعياً لكل مجموعة وزمن الجلسة هو(45) دقيقة تماشياً مع طبيعة الإرشاد المعرفي، والجدول (6) يوضح ذلك.

جدول (6) يوضح مَوعِد جميع الجلسات ارشادية

ت	الجلسة	عنوانها	تاريخ الانعقاد	الزمن المستغرق
1	الافتتاحية	تهيئة البرنامج الإرشادي	2023/10/1.6	45 دقيقة
2	الثانية	التلوث البيئي	2023/10/1.9	45 دقيقة
3	الثالثة	تلوث المياه	2023/10/2.3/	45 دقيقة
4	الرابعة	النظافة الشخصية	2023/10/2.6	45 دقيقة
5	الخامسة	النظافة المدرسية	2023/10/3.0	45 دقيقة
6	السادسة	الضوضاء	2023/1.1/2	45 دقيقة
7	السابعة	التصحر	2023/1.1/6	45 دقيقة
8	الثامنة	التلوث البصري	2023/1.1/9	45 دقيقة
9	التاسعة	تلوث التربة	2023/1.1/13	45 دقيقة
10	العاشر	تلوث المياه	2023/1.1/16	45 دقيقة
11	الختامية	إنهاء البرنامج الإرشادي	2023/1.1/20	45 دقيقة

الفصل الرابع

عرض نتائج البحث ومناقشتها

تم تقديم هذا الفصل بشكل شامل من نتائج هذه الدراسة بعد اختبار الخاص بالوعي البيئي مع تلاميذ الصف السادس الابتدائي، ومناقشة هدف البحث وفرضياته ودرجة اتقاقها مع الدراسات السابقة والنظرية، سيتم عرض نتائج كل ما فرضية على النحو التالي:

الهدف الأول : عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات المجموعة التجريبية عند مستوى (0.05) قبل تطبيق البرنامج الإرشادي وبعده.

من أجل اختبار صحة الفرضية الأولى استعمل الباحث اختبار ولكوسون لعينتين مترابطتين لمعرفة الفرق بين أعضاء المجموعة التجريبية على مقياس الوعي البيئي في الاختبارين(القبلي والبعدي)، إذ بلغت القيمة المحسوبة (2.492) ، وهي ذات دلالة إحصائية مقارنة بالقيمة الجدولية (8) عند مستوى الدلالة (0.05). وذلك يدلّ رفض الفرضية الصفرية ، وقبول الفرضية البديلة، أي هناك فرق ذو دلالة إحصائية بين رتب أعضاء المجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج الإرشادي ولصالح الاختبار البعدي، والجدول (7) يوضح ذلك.

الجدول (7) درجات المجموعة التجريبية في الاختبار القبلي والبعدي وفروق الدرجات ورتبها

تسلسل	درجات	الفرق	الرتب	رتب	قيمة U	مستوى	دلالة
-------	-------	-------	-------	-----	--------	-------	-------

الفرق	الدالة			الإشارة السالبة	الإشارة الموجبة	للفرق	بين الاختبار القبلي والبعدي	المجموعة التجريبية		سل الأفراد
		الجدول	المحسوبة					اختبار قبلي	اختبار بعدي	
دالة	0.05	8	-2.809	5		5	-12	54	42	1
				8		8	-20	65	45	2
				6		6	-16	65	49	3
				7		7	-17	67	50	4
				1.5		1.5	-9	62	53	5
				5.5		5.5	-14	66	52	6
				3		3	-10	58	47	7
				5.5		5.5	-14	62	48	8
				1.5		1.5	-9	63	54	9
				4		4	-11	61	50	10

يؤكد الجدول أعلاه أنّ تلاميذ السادس الابتدائي يعانون من تدني الوعي البيئي ، وقد يعزى ذلك إلى ضعف دور الأسرة ، إذ تمثل الجماعة الإنسانية الأولى التي يتعامل معها الطفل والتي لها الأثر الكبير في تشكيل شخصية الطفل وتربيته للحفاظ على البيئة وحمايتها ، وبناء الاستعداد لديهم للنهوض بها ، ودرء المخاطر عنها وتمثل قيم النظافة، وترشيد الاستهلاك والتعاون وغيرها مما ينعكس إيجابياً على البيئة في حماية البيئة في التصدي لمشكلات البيئة الرئيسية الثلاث: التلوث واستنزاف موارد البيئة على أن ما ينبغي التذكير به هو أنّ دور الأسرة كغيرها من مؤسسات المجتمع الأخرى يتضمن بعدين البعد الوقائي (بهدف الحيلولة دون وقوع المشكلات البيئية ، والبعد العلاجي بهدف تخفيف حدة المشكلات البيئية والتصدي لها ومقاومتها وهذا ما أكدته دراسة وهذا ما أكدته دراسة كل من (عزت، 2016) (سعيد & خضر، 2020) إلى أن التلاميذ يعانون من ضعف الوعي البيئي.

الهدف الثاني: عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات المجموعة الضابطة عند مستوى (0.05) على مقياس الوعي البيئي في الاختبارين القبلي والبعدي.

من أجل اختبار صحة الفرضية الأولى، استعمل الباحث اختبار ولكوسون لعينتين مترابطتين لمعرفة الفرق بين أعضاء المجموعة الضابطة على مقياس الوعي البيئي في الاختبارين (القبلي والبعدي)، إذ بلغت القيمة المحسوبة (-0.071)، وهي ذات دلالة إحصائية مقارنة بالقيمة الجدولية (8) عند مستوى الدلالة (0.05). وهذا يدل على رفض الفرضية الصفرية ، وقبول الفرضية البديلة ، أي لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين رتب أعضاء المجموعة الضابطة قبل وبعد تطبيق البرنامج الإرشادي جدول (8) يوضح ذلك :

الجدول (8) درجات المجموعة الضابطة في الاختبار القبلي والبعدي وفروق الدرجات ورتبها

دلالة الفرق	مستوى الدلالة	قيمة U		رتب الإشارة السالبة	رتب الإشارة الموجبة	الرتب للفرق	الفرق بين الاختبار القبلي والبعدي	درجات المجموعة الضابطة		تسل الأفراد
		الجدول	المحسوبة					اختبار	اختبار	

		ة	بة	بة			بعدي	قبلي	
				3.5	3.5	-1	51	50	1
					5.5	5.5	0	53	2
				3.5	3.5	-1	57	56	3
				1.5	1.5	-2	62	60	4
					7.5	7.5	1	56	5
					7.5	7.5	1	63	6
					10	10	3	61	7
				1.5	1.5	-2	62	59	8
					9	9	2	59	9
					5.5	5.5	0	55	10

يؤكد الجدول أعلاه أنّ أسلوب العلاج الانفعالي العقلاني السلوكي كان له أثر واضح من خلال الفتيات المستعملة في البرنامج على المجموعة التجريبية على عكس المجموعة الضابطة التي لم تتعرض إلى البرنامج الإرشادي ، وهذا يؤكد على أنّ أسلوب العلاج من الأساليب التي اثبتت تأثيرها في تنمية الوعي البيئي لدى تلاميذ السادس الابتدائي ، وهذا ما أكدته دراسة كل من (Wilde,1996)(Hewit,1997) (انصاف،2003) (Liannefisman,2005)(النتشة، 2006) (عزت، 2016) (سعيد& خضر، 2020) .

الفرضية الثالثة: عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة عند مستوى (0.05) في الاختبار البعدي بعد تطبيق البرنامج الإرشادي.

استعمل الباحث اختبار (مان – وتني) للعينات متوسطة الحجم لمعرفة دلالة الفروق بين درجات استجابة أفراد المجموعتين (الضابطة والتجريبية) في الاختبار البعدي على مقياس الوعي البيئي بعد تطبيق البرنامج الإرشادي، إذ أظهرت النتائج أنّ القيمة المحسوبة هي (-1.971) وهي دالة إحصائياً عند مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (23) عند مستوى دلالة (0.05)، وبدل ذلك على رفض الفرضية الصفرية ونقبل الفرضية البديلة، أي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد المجموعتين (التجريبية و الضابطة) على مقياس الوعي البيئي بعد تطبيق برنامج الإرشاد ولصالح المجموعة التجريبية. والجدول (9) يوضح ذلك

الجدول (9) درجات أفراد المجموعتين (الضابطة والتجريبية) على مقياس الوعي البيئي بعد تطبيق البرنامج.

دلالة الفرق	مستوى الدلالة	قيمة U		الضابطة		التجريبية		ت
		الجدولية	المحسوبة	الرتبة	الدرجة	الرتبة	الدرجة	
دالة إحصائياً	.05	23	-1.971	5	51	5	54	1
				8	53	8	65	2
				6	57	6	65	3
				7	62	7	67	4
				1.5	56	1.5	62	5
				5.5	63	5.5	66	6
				3	61	3	58	7

				5.5	62	5.5	62	8
				1.5	59	1.5	63	9
				4	55	4	61	10

ولذلك يمكن إرجاع هذه النتيجة كدليل على فاعلية البرنامج الإرشادي المطبق للمجموعة التجريبية وتأثيره في تقليل الوعي البيئي، وكذلك نجاح الاستراتيجيات المستخدمة خلال الجلسات الإرشادية مع الطلاب ، على العكس من ذلك لم تظهر المجموعة الضابطة تقدماً ملحوظاً بسبب غياب تعرضهم لبرنامج التوجيه، والذي يتماشى مع ويدعم نتائج الدراسات السابقة لكل من (Wilde,1996) و (Liannefisman,2005) و (سعيد& خضر 2020).

- التوصيات

استناداً إلى النتائج التي تم التوصل إليها في البحث الحالي يوصي الباحث بما يأتي:

1. ضرورة اضافة التربية البيئية في المناهج وخاصة في المراحل الابتدائية.
2. تقديم الحوافز لأفضل عمل يعني في التنمية الوعي البيئي.
3. نشر الثقافة الوعي البيئي عن طريق القنوات التلفزيونية والاعلانات الالكترونية المتوفرة في الساحات العامة والندوات الخاصة.
4. تفعيل دور المرشد التربوي في تنمية الوعي البيئي عن طريق البوسترات والمحاضرات التوعوية والإرشاد الالكتروني لتقليل والحد من ظاهر التلوث البيئي.
5. تفعيل دور درس الفنية عن طريق رسم لوحات فنية توضح كيفية المحافظة على البيئة.

- المقترحات

وفي ضوء ما توصل اليه الباحث يوصي بما يأتي:

1. إجراء دراسات مشابهة للدراسة الحالية على عينات طلبة المرحلة المتوسطة.
2. دراسة فعالية طريقة برونر في رفع مستوى الوعي البيئي بمخاطر التلوث البيئي لمرحلة معينة من المراحل الدراسية.
3. إضافة مادة التربية البيئية والزراعية في المرحلة الابتدائية لتنمية الوعي البيئي لدى التلاميذ.

المصادر

- المصادر العربية:

- a. ابو عطية ، سهام درويش (1997). مبادئ الإرشاد النفس، الطبعة 1، دار الفكر للنشر، عمان.
- b. ابو علام، رجا محمود (1986). علم النفس التربوي ، دار القلم للنشر، الكويت.

2. باترسون ، س.هـ (1990). نظريات الإرشاد والعلاج النفسي، ترجمة د.حامد عبد العزيز الفقي، ج 2 ، ط 1 ، دار القلم للطباعة والنشر والتوزيع ، الكويت.
3. الحديدي، منى، الخطيب، جمال (2005). استراتيجيات تعليم الطلبة ذوي الاحتياجات الخاصة، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، المكتبة المركزية، جامعة صنعاء، عمان.
4. حمد، رشيد محمد، سعيد صبارين (1998). الآثار الاجتماعية للحرب العلمية الثانية، مجلة الحكمة عدد 1.
5. حمزة ، احمد عبد الكريم (2008). سيكولوجيا عسر القراءه الديسلكسيا، دار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان.
6. ربيع ، محمد شحاته؛ يوسف ، جمعة سيد؛ عبد اله، معتز مهند (2010). علم النفس الجنائي ، دار الغريب للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة.
7. زهران، حامد عبد السلام (2011). الصحة النفسية والعلاج النفسي، دار عالم الكتب للطباعة والنشر والتوزيع.
8. خضر، بتول جعفر؛ سعيد، ناسو صالح (2020). أثر برنامج ارشادي بأسلوب العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي في تنمية القيم الاجتماعية لدى تلاميذ مدرسة التعليم المسرع الابتدائية، مجلد 2 عدد 84 لسنة 2020 مجلة ديالى للبحوث الإنسانية الجزء الثاني.
9. الشناوي، محمد محروس (1994). نظريات الإرشاد والعلاج النفسي، موسوعة الإرشاد والعلاج النفسي دار الغريب للطباعة والنشر والتوزيع ، القاهرة.
10. ضمرة، جلال كايد مصطفى. (2008). فعالية برنامج العلاجي السلوكي على الشعور بالانطواء عند طلبة مرحلة المتوسطة، مكتبة دار المنظومة للمراجع الالكترونية .
11. الطنطاوي، عبد السلام ؛ عبد السلام، فوزي ؛ الطنطاوي ، غنت (1997). فعالية برنامج مقترح في التربية البيئية لطلاب كلية التربية بأسلوب التعلم الذاتي في تنمية الوعي البيئي والاتجاهات البيئية، المجلد الثاني، القاهرة: مكتبة الاتكلو مصرية.
12. عبد الرحمن ، عدس ؛ توق، محي الدين (1998). المدخل إلى علم النفس ، ط 5 ، دار الفكر للطباعة و النشر و التوزيع، الاردن.
13. عزت، احمد (2006). أصول علم النفس، دار الكاتب العربي للتوزيع والنشر، القاهرة، مصر.
14. العيسوي ، عبد الرحمن (2000). علم النفس العام ، دار المعرفة الجامعية.
15. قطامي، يوسف؛ قطامي، نايفة (1998). نماذج التدريس الصفي، مكتبة كلية التربية بالبيضاء، جامعة البيضاء ، دار الشروق للنشر والتوزيع، الاردن.
16. الننتشة، منى عمران (2006). أثر استخدام أنشطة في التربية البيئية في تنمية الوعي البيئي لدى طلبة الصف السادس في محافظة القدس، جامعة بيرزيت، مكتبة الكونجرس.
17. وزارة التربية (2006). برنامج التعليم المسرع، موجهات لقادة تدريب التعليم المسرع.

– المصادر الإنكليزية:

1. Ellis, A. , (1995). **Foundation of Rational Behavioral therapy** , In. Dryden .W.(Ed).

2. Ellis, A. , (1990). **Foundation of Rational Emotive Therapy: A reader** – London says publication .Ltd.
3. Ellis, A. , (1992). **Group Rational – Emotive and cognitive behavioral therapy**. International Journal of Group .
4. Fisman, Lianne (2005).**The Effects of Local Learning on Environmental Awareness in Children: An Empirical Investigation** The Journal of Environmental Education 36(3):39-5
5. Hewitt,Kenneth .(1997). **regions of risk Ageographiction to disasters** , Routledge taylor & Francis Group, 1stEdition.
6. Nunnally, J. C. (1979). **Psychometric Theory**. New York, NY: McGraw-Hill.
7. Rivard, C., et al. (2003). **étude de l'impact potentiel des changements climatiques sur les ressources en eau souterraine dans l'Est du Canada**. Division Québec, INRS-Eau, Terre et Environnement, Commission géologique du Canada, Québec.
8. Simmons, bora & others .(2003). **environmental education materials guide lines for excellence work book bridging theory, practice, north American, association(ERIC)**.
9. wilson,j (1993). **Reflection and practice** : Teacher education and the