

فعالية برنامج إرشادي قائم على تقنية الجمباز العقلي للخفض من حدة العنف لدى المراهقين الممارسين للعنف في المرحلة المتوسطة

The Effectiveness Of Counseling Program Based On The Technique Of Brain Gymnastics To Reduce The Intensity Of Violence Among Violent Adolescents In The Middle School."-

د. فريدة رجاح بوروبي

أستاذة محاضرة "أ"

جامعة مولود معمري تيزي وزو - الجزائر -

الملخص:

هدف البحث إلى التحقق من فعالية برنامج إرشادي قائم على تقنية الجمباز العقلي للخفض من حدة العنف في الوسط المدرسي لدى المراهقين في المرحلة المتوسطة. لتحقيق هدف الدراسة تم بناء برنامج إرشادي قائم على تقنية الجمباز العقلي وتطبيقه لمدة شهرين أي أربعة وعشرون(24) جلسة بمعدل 3 جلسات كل أسبوع، بالإضافة إلى جلستين على 15 مراهق من ممارسي العنف المتمدرسين في المرحلة المتوسطة بولاية تيزي وزو . كما تم تطبيق مقياس العنف لدى المراهقين المصمم من طرف إيمان جمال الدين (2008) لقياس هذا المتغير في مرحلة قبل و بعد التطبيق. أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) بين القياس القبلي والقياس البعدي في العنف للمجموعة التجريبية، وهذا يعني أن البرنامج الإرشادي المقترح في هذه الدراسة قد ساهم في خفض من حدة العنف لدى هذه المجموعة، إذ أتاح لهم فرصة للتنفيس الانفعالي و الاستبصار الذاتي وطرح الحلول للمشكلة من خلال معاشتها ومناقشتها في الجلسات الإرشادية. علاوة على ذلك، بينت النتائج أن للحركات (الجمباز العقلي) أثر إيجابي، وقد ساهمت إلى حد كبير في التخفيف من حدة العنف لديهم، لأنها أثارت النشاطات الذهنية وساعدت على التحكم في الانفعالات والقلق لديهم.

الكلمات المفتاحية: العنف في الوسط المدرسي، التلاميذ المتمدربين، بالتعليم المتوسط، البرنامج الإرشادي، تقنية الجمباز العقلي.

:Abstract

The aim of this study was to verify the effectiveness of counseling program based on the technique of Brain gymnastics to reduce the intensity of violence in the school among violent adolescents in the middle school. To achieve the objective of the study, a counseling program based on Brain gymnastics was developed and applied for 2 months, (24) sessions at a rate of 3 sessions per week, in addition to two sessions, on 15 violent adolescents educated in middle school in Tizi Ouzou State. The measure of violence in adolescents designed by Iman Jamal al-Din (2008) was also applied to measure this variable in the pre- and post-implementation phase. The results showed statistically significant differences at the level of $(0.05\alpha =)$ between the pre- and post-measurement of violence in the experimental group. This means that the guidance program proposed in this study has contributed to reducing the violence in this group, providing them with an opportunity for emotional venting, Self-insight and solutions to the problem by living and discussing them in the guidance sessions. Furthermore, the results showed that the movements (brain gymnastics) have a positive effect, and have contributed to a large extent in the mitigation of violence, since it stimulated mental activity and helped to control their emotions and anxiety.

Keywords: violence in school, Pupils with intermediate education, Mentoring program, Mental gymnastics technique.

المدخل:

قد أوضحت الكثير من الدراسات في علم النفس أن إعداد برامج إرشادية قد تساهم في الحد من مشكلة العنف في الوسط المدرسي، وذلك عن طريق تعليم التلاميذ خاصة في مرحلة المراهقة سلوكا أكثر إتزاناً. لهذا جاء هذا البحث بهدف التحقق من فعالية برنامج إرشادي قائم على تقنية الجمباز العقلي من أجل مساعد التلاميذ العنيفين في تعلم سلوكيات سوية بديلة تساعدهم على الخفض من العنف لديهم. وكذلك لمعرفة مدى وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية على مقياس العنف لدى التلاميذ بعد تطبيق البرنامج الإرشادي، وأيضا التعرف على تقنية الجمباز العقلي من أجل اقتراح إدماجها كرياضة مدرسية. وتم الاعتماد في هذا البحث على المنهج الشبه التجريبي، بالضبط على التصميم التجريبي في المجموعة الواحدة قياس قبلي وبعدي،

وإتباع مجموعة من الإجراءات المنهجية التي بفضلها تم التوصل إلى عدة نتائج، التي سوف يتم التعرض لها بالتفصيل في هذا البحث.

1- إشكالية البحث:

تعد ظاهرة العنف في يومنا هذا واحدة من أبرز الظواهر التي تثير إهتمام الباحثين والعلماء في العلوم الإنسانية والاجتماعية بشكل عام، والمؤكد أن مثل هذا الاهتمام الكبير بها ليس من فعل الصدفة، إنما هو راجع لكون هذه الظاهرة جد معقدة وتعددت أسبابها وأشكالها، ولكونها كذلك من أبرز المشكلات النفسية والسلوكية الواسعة الانتشار والتي تكاد تميز هذا العصر نتيجة لمختلف الصراعات والتوترات التي تعصف بالحياة اليومية للإنسان لأن لها آثار خطيرة على حياة الأفراد وممتلكات المجتمع بصفة عامة. وتعاني كل المجتمعات من إنتشار العنف حتى في البيئة المدرسية ومنها المجتمع الجزائري، حيث يتخذ العنف الممارس في المدرسة الجزائرية أشكالا ومظاهر متعددة، فبعض التلاميذ يتخذون من اللامبالاة إتجاه ما يحدث في الصف الدراسي وسيلة لإثارة غضب الأساتذة، كما يتخذ بعضهم الآخر مظهر التخريب لأثاث الحجرات الدراسية، أو أشجار الساحات الخضراء، أو تحطيم سيارات الأساتذة وإلحاق الضرر. وقد أعلنت وزارة التربية الجزائرية خلال 2012-2013 عبر مختلف وسائل الإعلام عن خطورة ظاهرة العنف واستفحاحها في الوسط المدرسي بجميع مراحلها بعد النتائج التي قدمها الملتقى المغاربي حول الشباب والعنف في المدارس الذي نظمته وزارة التربية الوطنية في الجزائر، فجاءت الإحصائيات مخيفة ومرعبة؛ فقد جاء في التقرير أن 4555 أستاذ تعرض إلى العنف من قبل التلاميذ مقابل 1942 تلميذ تعرضوا للعنف من طرف الأساتذة وموظفي الإدارة، وبلغت حالات العنف ما بين التلاميذ أنفسهم 17645 حالة بالإضافة إلى تسجيل 16 حالة انتحار بين التلاميذ في ظرف أقل من أربعة أشهر (كمال بوطورة، 2017، ص6).

وينتشر العنف حتى في البيئة المدرسية حيث يعد آفة العصر أين يسود داخل المحيط المدرسي كل أنواع العدوان، وله أثر عميق في مدى تحرك التلميذ وتفاعله وتحصيله، فقد يشعر بالتعاسة بسبب موقف التلاميذ الآخرين كالسخرية منه أو الاعتداء عليه بقسوة أو شعوره بعدم الانتماء فإذا لم يلقى المراهق

المعاملة التربوية الحسنة في المدرسة فإن حياته سيصيبها الفشل ويخلق علاقات عدوانية سواء مع أقرانه أم مع المدرسين (محمد بيومي علي حسن ، 1990، ص162).

وقد أوضحت الكثير من الدراسات في علم النفس أن إعداد برامج إرشادية قد تساهم في الحد من هذه المشكلة وذلك عن طريق تعليم الناشئة خاصة في مرحلة المراهقة سلوكا أكثر إتزاناً، و يحقق لهم طموحاتهم و حاجاتهم دون الاصطدام مع الآخرين، ولكن الأمر يحتاج إلى شيء من التوجيه والإرشاد لما له من عظيم الأثر في نفوسهم، لأنهم في حاجة إلى مساندة نفسية ومآزرة اجتماعية كي يتخطوا هذه المرحلة الحرجة. وهناك برامج إرشادية خصصت للحد من العنف داخل المدارس مثل: برنامج Olweus (اولويس) (1983) والذي يستهدف خفض سلوك المشاغبة من خلال تغيير الاعتقادات التي تدعم سلوك المشاغبة ومن خلال محاولة التقليل من الفوائد والمكاسب التي يحصل عليها المشاغب من وراء سلوكه، ولقد طبق في عدد من المدارس الابتدائية والمتوسطة و الثانوية في النرويج وثبتت فعاليته في خفض مشكلات المشاغبة بنسبة كبيرة. وكذلك برنامج(قوة المواجهة)الذي أعده Lochman (لوكمان) (1992) بهدف مساعدة الطلاب العدوانيين على مواجهة إحباطاتهم والتدريب على حل الصراعات بطريقة ايجابية دون اللجوء إلى المشاجرة، وقد تبنت جامعة دوك (DUKE) هذا البرنامج في خفض العنف لدى الطلاب (طه عبد العظيم، حسين، 2007، ص ص 320-324).

وقد أوضحت أيضا دراسة فاطمة فوزي عبد العاطي (2001) التي قامت بها حول عنف التلاميذ في التعليم الأساسي، والتي جاءت مقترحاتها على شكل إجراءات منها: تدريب التلاميذ على التحكم في الغضب-تهيئة مناخ مدرسي رافض للعنف-مواجهة عنف العصابات المدرسية-دعم وتفعيل الإطار القانوني السائد. كما بينت دراسة لمديرية التربية والتعليم بمصر (1999) والتي هدفت إلى معرفة اثر التدخل المهني في خفض حدة سلوك العنف باستخدام أداة تجريبية وهي نموذج (التركيز على المهام)، توصلت إلى وجود اثر إيجابي للتدخل المهني لأخصائي الاجتماعي على خفض حدة العنف لدى الطلاب المعروف عنهم هذا الميل، وذلك تبعا للمقياس المستخدم للقياس القبلي والبعدى، ودل هذا على أن هناك برامج فعالة ذات نتائج ايجابية لخفض عنف التلاميذ إذا ما طبقت بصدق وأمانة ورغبة (أميمة منير جادو، 2005، ص97).

لذا فإن محاولات التدخل بالبرامج الإرشادية من خلال تنفيذ أساليب إرشادية يمكن أن تعد وسيلة ناجحة تساعد التلاميذ العنيفين في تعلم سلوكيات سوية بديلة تساعدهم على الإدماج الاجتماعي وعلى زيادة من فرصهم في التعليم والتطوير؛ وقد تعتبر تقنية الجمباز العقلي أو الرياضة الذهنية، التي أسسها المختص في التربية الحسية الحركية الأمريكي (بول دينسون) وزوجته (1969) المعتمدة منذ ذلك الحين إلى حد الآن في علاج الاضطرابات السلوكية والانفعالية التي تؤدي إلى صعوبات في التعلم في أمريكا، أحد أهم التقنيات التي تساعد على ذلك، حيث يقول Paul Dennison (بول دينسون): "أن تقنية الجمباز العقلي موجهة للجميع، معلمين، مربين، آباء... الذين يريدون مساعدة الأطفال المعانين من الاضطرابات السلوكية وصعوبات التعلم، حيث تركز هذه التقنية على وجود علاقة بين الحركة والوظائف الدماغية والجسم خلال عملية التعلم، بحيث تستعمل بعض الحركات لتطوير مهارات التعلم. فهذه التقنية تعتمد على عمل فصي المخ الأيمن والأيسر المسؤولان عن كل الاتصالات الداخلية والخارجية. تتكون هذه التقنية من 26 نشاط حركي بعضها تؤدي نفس المهام، ولقد وافق كل من الأطباء والمختصين في طب الأعصاب مثل (Daniel, John Medina(2008), Bruce Perry(2008), John Katy (2002) Amen(2009) في أن حركات هذه التقنية تثير النشاطات الذهنية، وتساعد في التحكم في الانفعالات والقلق وتساهم أيضا في تنمية الاستعدادات الحسية الحركية، ومهارات التفكير السليم لتسهيل عملية التعلم وجعلها عملية شيقة" (Dennison & Dennison, 2010,p24) .

لهذا حاولنا في هذا في هذا البحث التحقق فعالية برنامج إرشادي قائم على تقنية الجمباز العقلي للخفض من حدة العنف لدى المراهقين الممارسين للعنف في المرحلة المتوسطة ."

وعليه تم طرح التساؤل التالي:

"هل توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية على مقياس العنف لدى التلاميذ، بعد تطبيق برنامج إرشادي قائم على تقنية الجمباز العقلي للخفض من حدة العنف لدى المراهقين الممارسين للعنف في المرحلة المتوسطة؟"

2- الفرضيات:

" توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية على مقياس العنف لدى التلاميذ، بعد تطبيق برنامج إرشادي قائم على تقنية الجمباز العقلي للخفض من حدة العنف لدى المراهقين الممارسين للعنف في المرحلة المتوسطة "

3- الإطار النظري والمفاهيم الأساسية للدراسة:

3-1- مفهوم البرنامج الإرشادي:

يعرف البرنامج الإرشادي بأنه: "برنامج مخطط ومنظم في ضوء أسس عملية لتقديم الخدمات الإرشادية المباشرة، سواء فرديا أو جماعيا، لجميع من تضمهم المدرسة بهدف مساعدتهم على تحقيق السلوك السوي والقيام بالاختيار الواعي المتعقل، ولتحقيق التوافق النفسي داخل المدرسة وخارجها، ويقوم بتخطيطه وتقييمه لجنة وفريق المسؤولين المؤهلين " (حامد عبد السلام زهران، 1994، ص499).

والبرنامج الإرشادي هو أيضا حسب Trecker (تريكر): "أي شيء وكل شيء تمارسه الجماعة لتحقيق حاجاتها ورغباتها بمساعدة المرشد " (محمد فهمي، 1977، ص212).

ويعرف أيضا بأنه: "عبارة عن مجموعة من الأنشطة والفعاليات والتجارب التي تمارسها المدرسة والأجهزة التربوية وتخططها، لتساعد على تحقيق أهدافها التربوية والاجتماعية لأنه لا يمكن تصور وجود جماعة دون أن يتضمن وجودها برنامج تخطط له وتنفذه وتتابعه وتقيم نتائجه، مما يبرز دور البرنامج كجهاز تفاعل تربوي واجتماعي " (صباح باقرة وآخرون، 1976، ص140).

وفي هذه الدراسة هو عبارة عن مجموعة خطوات وأنشطة صممت من طرف الباحثة بهدف تدريب أفراد العينة على تنمية بعض المهارات لمساعدتهم على خفض من العنف لديهم، وذلك بإستخدام الإرشاد الجماعي بأساليب المحاضرات والمناقشات الجماعية ولعب الأدوار، وخاصة تقنيات الجمباز العقلي.

3-2- مفهوم العنف المدرسي:

يعرف العنف بأنه: كل تصرف يؤدي إلى إلحاق الأذى بالآخرين، وقد يكون هذا الأذى جسمياً، أو نفسياً؛ كالسخرية والاستهزاء، وفرض الآراء بالقوة، وإسماح الكلمات البذيئة، وجميعها أشكال مختلفة لظاهرة العنف (فهد الطيار، 2005، ص 7).

في حين العنف المدرسيّ بكونه: إظهار العداوة والنّية بالإيذاء داخل الوسط المدرسيّ أو الوسط المحيط بالمدرسة، وما يلي ذلك العدوان أو النية من سلوكات تُسبب الأذى الماديّ أو الجسديّ أو النفسيّ بالأشخاص المعنّفين، وقد ينشأ العنف المدرسيّ بأحد محورين: عموديّ يديه المعلّم نحو طلابه أو العكس، وأفقيّ ينشأ بين الطّلاب أنفسهم. وتُصّف العنف المدرسيّ بسماّت عديدة تبعاً للتعريفات التي ضمّنها التربويون والسلوكيون للمفهوم، ويمكن استعراض بعض هذه السّماّت بناءً على التعريفات الموضّحة لها فيما يلي: (عبدي سميرة، 2011، ص 95-96).

عرّف (دوباكي) "العنف المدرسيّ بأنّه تسلسلٌ يبدأ بضعف وازع الحياء واحترام الذات يُنتج سلوكاتٍ تخريبيةً أو أنماطاً من التهديد والعراك، وربّما قد تؤدي إلى القتل ليعكس جانباً من انحطاط البيئة التربويّة وأجزائها". ويرى العربيّ، "أنّ العنف المدرسيّ مجموعةٌ من السُّلوكات والتصرّفات التي تصدر عن تلميذٍ لتحقيق مصلحةٍ أو بهدف إلحاق الأذى بأحد زملائه أو معلميه أو بيئته المدرسيّة أو الممتلكات الماديّة.

ويمكن إجمال جميع هذه التعريفات بتعريفٍ شموليّ للعنف المدرسيّ بأنّه: "أي سلوك يصدر عن تلميذٍ داخل الوسط المدرسيّ أو البيئة التربوية بهدف إلحاق الأذى بأحد زملائه، أو معلميه، أو ممتلكات المؤسسة التربوية، عبر استخدام القوة البدنية، أو التسلط بصورة مباشرة، أو غير مباشرة بدافعٍ فرديّ أو جماعيّ".

وفي هذه الدراسة يقصد به أي سلوك يصدره المراهق المتمدرس سواء كان لفظياً أو بدنياً ويترتب على هذا السلوك أذى بدنيّ أو ماديّ أو نفسيّ للمراهق نفسه صاحب السلوك أو المراهقين المتمدرسين الآخرين أو أعضاء المدرسة بشكل عام. والذي تم قياسه بمقياس العنف لدى المراهقين إعداد " إيمان جمال الدين" (2008).

3-3 - مفهوم الجمباز العقلي:

تعريف تقنية (Brain Gym):

كلمة (Brain Gym) مركبة، تعني كلمة (Gym) حركات رياضية و (Brain) الدماغ. وترجم إلى اللغة الفرنسية (La gymnastique du cerveau)، وسميت باللغة العربية (الجمباز العقلي) أو (الرياضة الذهنية). تدخل تقنية الجمباز العقلي في إطار التربية الحسية الحركية (Education Kinésthésique) وهي مقارنة تربوية التي تستعمل الحركات والنشاطات الحركية والفنية لتنمية وتطوير طاقاتنا الداخلية. ويشير مصطلح الجمباز العقلي إلى مجموعة 26 حركة سهلة التطبيق، بحيث تطبق على الأطفال ذوي الاضطرابات السلوكية والانفعالية الذين يعانون من صعوبات في التعلم لتحسين عملية التعلم في القسم، وتطبق أيضا في العمل والمكاتب والبيت، وفي كل أعمال الحياة اليومية كالقراءة، الكتابة، الحساب، الإبداع، التنظيم، التركيز والانتباه، الذاكرة، اللغات، الموسيقى، والامتحانات... (Bataille, 2006).

وطورت تقنية (Brain Gym) من خلال ملاحظات Paul Dennison في حجرته للدراسة، في سنوات (1960)، في العلاقة بين الحركة (Le mouvement) والإدراك والانتباه والمعرفة، في هذا الوقت كان بول (دينسون) يعمل في أحياء لوس أنجلوس، حيث قام بملاحظاته الأولية بجانب Coustance Amsden مديرة مدرسة للطلبة المكسيكيين - الأمريكيين، وكان هذا المشروع يهدف إلى تسهيل عملية التعلم والقراءة بتطوير الكفاءات الحسية للأفراد. أنها تحسن التركيز وتستهدف ليس فقط عند الأطفال ولكن أيضا عند البالغين. هذه الأنشطة فعالة جدا في إعداد أي شخص لإجراء عمليات الاستحواذ في مجالات الحركة أو التفكير أو التعلم مثل القراءة أو الكتابة. وعليه أسس Paul Dennison وزوجته Gai E. Dennison تقنية (Brain Gym) عام (1970)، اللذان يبحثان عن سبل وطرق أكثر فعالية لمساعدة الأطفال وحتى الراشدين الذين يعانون من صعوبات في التعلم، انطلقنا من الأبحاث التي قام بها أخصائيو نمو الذين حاولوا استعمال الحركة لتحسين إمكانيات التعلم، ولقد نجحنا في تأسيس هذه التقنية التي تطبق الآن في الكثير من بلدان العالم وكان ثمار جهدهما في الأعمال التي نشرت تحت عنوان "Kinésiologie Pédagogique" التربية الحسية الحركية البيداغوجية. و تقول Carla Hannaford (كارلا هانافورد): " أن مجتمعنا المعاصر يحتاج إلى وسائل بسيطة، سهلة وأنيقة للقيام ببعض

العمليات مثل عملية التعلم التي تتطلب منا الإدراك الحسي، الإدماج، الاستيعاب والفعل، فتنقية (Brain Gym) تسهل هذه المتطلبات بتنشيط النظام النفس فيزيولوجي، وتهيؤه للتعلم، بفضل حركات بسيطة وسهلة التطبيق، وهذه الحركات مهمة جدا في عملية التعلم، حيث تقوم بإيقاظ وتنشيط عدد من إمكانياتنا العقلية، الحركة تسمح باكتساب معلومات وخبرات" (Bataille, 2006)

3-4- مفهوم التلميذ المتمدرس بالتعليم المتوسط:

يعتبر التعليم المتوسط أحد أهم المراحل في مسيرة التلميذ الدراسية ، حيث يتعلم في هذه المرحلة كل المقررات و الأسس في كل المواد ، و تتكون هذه المرحلة من السنة الأولى متوسط، السنة الثانية متوسط، السنة الثالثة متوسط، والسنة الرابعة متوسط التي تختم هذه المرحلة بشهادة التعليم المتوسط. وبالرغم أن كل المراحل التعليم ضرورية ولكن مرحلة التعليم المتوسط هي الأهم كون المتعلم يكون في هذه المرحلة في سن المراهقة وهي اصعب مرحلة في نمو الانسان وبناء شخصيته ولهذا هو معروف عند جميع الاخصائيين بصعوبة وخصوصية هذه المرحلة، و يعرفها Stanley Hall (ستانلي هول) (1952) بأنها مرحلة من العمر تتميز فيها التصرفات الفرد بالعواصف والانفعالات الحادة والتطورات العنيفة حسب Harrocks (هوركس) (1962) المراهقة هي الفترة التي يكسر فيها المراهق شرقة الطفولة ليخرج إلى العالم الخارجي، ويبدأ في التفاعل معه و الاندماج فيه (سعدية بھادر، 1980، ص 318). أي انها مرحلة عواطف وتوتر وشدة حيث يمر المراهق بفترات عصبية و تكثر عنده الاندفاعية والصراعات النفسية ويكون المراهق ذو حساسية شديدة يميل إلى تأكيد الذات، كما يميل إلى الخوف خاصة من المجتمع و عدم الثبات الانفعالي.

وفي هذه الدراسة يقصد بالمراهق: التلميذ المراهق الذي يتراوح سنه ما بين 14 إلى 16 سنة ويدرس في السنة الأولى، الثانية، والثالثة متوسط، و الذي يعاني من عنف مرتفع بعد قياسه بمقياس العنف لدى المراهقين إعداد " إيمان جمال الدين" (2008).

-ثانيا- الإطار العملي للدراسة:

1- الدراسة الإستطلاعية:

كان الهدف من الدراسة الاستطلاعية بناء برنامج إرشادي لتخفيض العنف المدرسي لدى المراهقين المتدربين، وكذلك التأكد من مدى فعالية الوسائل المستعملة في الدراسة والمتمثلة في: مقياس "العنف لدى المراهقين إعداد إيمان جمال الدين" (2008). وقد أجريت الدراسة الإستطلاعية على 30 مراهق متدرب يعاني من عنف مرتفع. ومرت الدراسة الإستطلاعية بعدة مراحل. وتمثلت نتائج الدراسة الإستطلاعية على العموم فيما يلي:

- أن من الأحسن اختيار أفراد مجموعة البحث مراهقين متدربين يعانون من عنف مرتفع.
- أن من الأحسن إختيار كل أفراد مجموعة البحث من الذكور، لأن الإختلاف في الجنس قد يضلل النتائج.
- سمح لنا أن يكون أفراد مجموعة البحث يدرسون بالسنوات الأولى، الثانية، والثالثة متوسط، لأن تلاميذ السنة الرابعة مقبلين على إمتحان مصيري.
- تم تبني مقياس العنف لدى المراهقين إعداد " إيمان جمال الدين" (2008) كأداة للدراسة، بعدما تأكد من أنها تحتاج لتكييف.
- تم بناء البرنامج إرشادي لتخفيض العنف كأداة للدراسة بعد الإطلاع على الكثير من البرامج وعلى رأسها "برنامج توكيد الذات" المنشور للباحثين رجاح بوروي فريدة وعنبر نصيرة (2009).
- اعتمد في البحث الحالي على المنهج التجريبي بطريقة التجريب على المجموعة الواحدة، فالباحث هنا يضيف عاملا واحدا ثم يقوم بقياس التغير الناتج إذا كان هناك تغيير (خالد حامد، 2003).
- أي يعتمد على التصميم التجريبي للمجموعة الواحدة ذات الاختبار القبلي والاختبار البعدي.

4- ميدان الدراسة:

تم إجراء هذه الدراسة في متوسطة "سي يحيى محمد" ببلدية واضية بولاية تيزي وزو

5- مجموعة البحث:

بلغ حجم مجموعة البحث (15) مراهق متمدرس وتم استخدام الطريقة القصدية في اختيار عينة الدراسة لأنها الطريقة الأنسب. وتتميز مجموعة البحث بعدة خصائص منها:

- يتراوح سنهم ما بين 14 إلى 16 سنة
- يدرسون بالسنة الأولى، الثانية، والثالثة إكمالي.
- كلهم من نفس الجنس (ذكور).
- لديهم عنف مرتفع.

6- أدوات الدراسة: استخدمت في هذه الدراسة الأدوات التالية:

1-6 مقياس العنف لدى المراهقين إعداد "إيمان جمال الدين" (2008): (نقلا عن: علي بن عبد

الرحمان الشهري، 2009، صص 71-72)

أعد هذا المقياس من طرف "إيمان جمال الدين" (2008)، وضع هذا المقياس بهدف قياس متغير العنف لدى المراهقين، ويتكون المقياس (36) بند مقسمة بالتساوي إلى قسمين متساويين أو إلى بعدين:

- البعد الأول: ويسمى "العنف اللفظي" يتكون من 18 بند، وهي: (5 ، 6 ، 7 ، 8 ، 12 ، 14 ، 17 ، 18 ، 19 ، 22 ، 25 ، 26 ، 28 ، 29 ، 30 ، 32 ، 35 ، 36).
- البعد الثاني: ويسمى "العنف البدني" يتكون من 18 بند، وهي: (1 ، 2 ، 3 ، 4 ، 9 ، 10 ، 11 ، 13 ، 15 ، 16 ، 20 ، 21 ، 23 ، 24 ، 27 ، 31 ، 33 ، 34).

يتم التنقيط وفقا لسلم متدرج من إثنين (02) إلى واحد (01) حيث يقدم: نقطتين إذا كانت الإجابة نعم، ونقطة واحدة إذا كانت الإجابة لا. ثم تجمع كل العلامات للحصول على درجة شاملة في المقياس و بذلك تدل الدرجة العالية في النتيجة على العنف لدى المراهقين مرتفع، و الدرجة المنخفضة

على العنف منخفض. وقد أثبت التحليل الإحصائي للمقياس بأنه يتمتع بثبات مرتفع الذي قدر بـ 0.80، ويتمتع بصدق إتساق داخلي عالي. وقد تم تكييف المقياس على البيئة الجزائرية من طرف الباحثة بتطبيقه على ثلاثين (30) تلميذ متمدرس بالتعليم المتوسط عنيف حسب التقارير الإدارية الخاصة بهم، ولمعرفة ذلك تم حساب الثبات باستخدام معامل ثبات ألفا كرونباخ، وتم التوصل الى معامل ثبات قدره بـ 0.88، وهذا المعامل دال إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.01 مما يشير إلى أن المقياس يتمتع بقدر عالي من الثبات. وقد وجد أيضا أن معاملات الارتباط بين البنود والدرجة الكلية على المقياس كلها دالة إحصائية مما يدل أن المقياس يتمتع بصدق إتساق داخلي عالي.

6-2- البرنامج الإرشادي لتخفيض من حدة العنف لدى تلاميذ التعليم المتوسط:

يتطلب تصميم وإعداد البرامج الإرشادية إتباع المراحل التالية:

❖ المرحلة الأولى: التخطيط للبرنامج الإرشادي:

وضع البرنامج من خلال مراجعة الكثير من البرامج وعلى رأسها برنامج المنشور المذكور سابقا "توكيد الذات لدى المراهق" (المصمم من طرف للباحثين رجاح بوروي فريدة وعنبر نصيرة (2009). والمنشور (2009)، ذلك بعد قرار الباحثة تطبيق هذا البرنامج من خلال اختيار الأدوات والوسائل والاستراتيجيات وتوظيف الإمكانيات وتحديد طرق ومعايير التقويم والتنسيق بينها لتخفيض العنف لدى التلاميذ المتمدرسين التعليم المتوسط.

❖ المرحلة الثانية: ترجمة الأهداف العامة إلى أهداف إجرائية:

ويتم تحويل الأهداف العامة إلى أهداف إجرائية.

- الهدف العام للبرنامج: يهدف البرنامج الإرشادي لتوعية التلاميذ العنيفين بخطورة هذا السلوك وبالتالي تخفيض من حدته، وذلك من خلال تطبيق بعض من التقنيات والأنشطة والفنيات والأساليب الإرشادية.
- الأهداف الإجرائية للبرنامج: بعد الانتهاء من تنفيذ البرنامج يكون التلاميذ العنيفين أقل عنفا.

❖ المرحلة الثالثة: اختيار الأساليب الملائمة لتحقيق أهداف البرنامج: تم اللجوء في هذا البرنامج إلى إستخدام أساليب وفتيات كما يلي:

• **المحاضرات والحوار والمناقشة:** تم القيام في هذا البرنامج بإدارة الحوار والمناقشة للوصول بالتلاميذ إلى تغيير ما لديهم من معلومات خاطئة وتثبيت وتعميق المعلومات الصحيحة، وقد كانت المناقشة تتم إما بعد المحاضرة أو أثناءها.

• **لعب الأدوار:** من المعروف أن التغيير الناتج عن لعب الأدوار يرجع إلى سبق حدوث الأشياء قبل وقوعها، ففي هذا الأسلوب يتولي أحد أفراد الجماعة أو بعضهم تأليف تمثيلية نفسية، ثم يقوم بعض أفراد المجموعة بتمثيل أدوارها حيث يتقمص كل منهم دورا معيناً ويقوم باقي أفراد الجماعة بالمشاهدة، كما تتيح المناقشة الجماعية التي تعقب التمثيلية في ظهور اتجاه جماعي يؤدي غالباً إلى تعديل الفرد لبعض اتجاهاته (الخطيب جمال، 1995، ص 37).

التدعيم: التدعيم هو العملية التي تقوى بها السلوكيات في تكرارها عندما يعقبها جائزة أو حدث سار (محمد محروس الشناوي، 1996، ص 331-332)، وحيث أن الهدف من البرنامج الحالي هو التخفيض من حدة السلوك العدواني وزيادة نسبة السلوكيات الايجابية وتدعيم ايجابي متواصل، وهذه المدعمات عبارة عن: تشجيع، ثناء، امتداح، مكافأة...

العقاب: العقاب هو تقديم مثير منفر للفرد بعد صدور الاستجابة مما يؤدي إلى توقفها أو تناقص معدل حدوثها (محمد محروس الشناوي، 1996، ص 332)، وقد استخدم في هذا البرنامج العقاب السلبي مثل: الإبعاد وهو إجراء من نوع العقاب السلبي يبعد فيه العميل عن التدعيم لفترة محددة نتيجة استجابة غير مناسبة صدرت منه كالإبعاد عن النشاط لبعض الوقت، وهو إبعاد المراهق عن الاستمتاع بالنشاط مع السماح لهم بملاحظة النشاط، مثل استبعاد المراهق ذا السلوك غير المرغوب من النشاط.

• **تقنية (الجمباز العقلي):** فهذه التقنية تعتمد على عمل فصي المخ الأيمن والأيسر المسئولان عن كل الاتصالات الداخلية والخارجية. تتكون هذه التقنية من 26 نشاطاً حركياً بعضها تؤدي نفس المهام، تتكون تقنية (الجمباز العقلي) من مجموعة حركات رياضية خاصة ويقصد به تدريب التلاميذ على حركات معينة في كل جلسة، التي يخصص لها من 40 دقيقة إلى 45

دقيقة. وقد وضع كل من (بول دينيسون) و(ريشاد تايلور) الحركات الخاصة بالجمباز العقلي

المتمثلة في: (Dennison, & Dennison, 2010, p24)

- حركات الإحماء: (حركة العداء الساكن، الذراع الممدودة، الأرجل الثابتة، إضافة إلى شرب الماء) وتدوم 10 دقائق.

- حركات الخط الوسط: تؤدي إلى التحكم في التناسق الحسي الحركي من أجل التنظيم التناظري لحركات كل جانب للجسم كالتأزر بين العينين-اليدين، أي تعمل على تكامل الجانبين (أبعاد اليمين واليسار) الذي يسمح باحتياز الخط الوسيط للجسم بالنسبة للحركات التي تدخل كل الجسم تعمل في الحقل الوسيط باليدين، العينين والأذنين، مثلاً: أثناء الكتابة، وهي 11 حركة مثل: العداء الساكن، مالا نهاية، الرسم التناظري، الفيل، عنق الديك، الأرجوحة، الفقمة...

- التمارين الطاقوية (Les exercices énergétiques): تطور التوازن وتدعيم الترسخ، أو إمكانية اختيار إتجاه واستقامة مقارنة بمركز الجاذبية تسمح لنا بالتمركز (أبعاد الأعلى والأسفل) والتوجه الفضائي من أجل التخطيط، التنظيم، واستقامة الأشياء، وهي 6 حركات مثل: الملفوف، الذراع الممدود، الرجل المشدودة، البطة، المخلوق، الأرجل الثابتة.

- وضعيات التعمق أو الإستلقاء (Les attitudes d'allongement): تعمل على استرخاء العضلات والذي يعمل على تحرير قدراتنا (أبعاد أمام خلف) تسمح في التوازن إدراك الجزئيات من الكليات، وهي 9 حركات مثل: شرب الماء، نقطتي الدماغ، نقطتي الأرض، نقطتي التوازن، نقطتي المكان، التثاؤب الطاقوي، المستمع، طريقة كوك، النقاط الإيجابية.

ملاحظة: في بعض الحصص كانت الباحثة تضيف بعض الحركات (الرسم التناظري، حرف الثمانية، اللاما نهاية) لتشويق ولفت إنتباه أفراد المجموعة التجريبية وكانت تدوم 5 دقائق.

❖ المرحلة الرابعة: إجراءات تطبيق البرنامج الإرشادي: قبل التنفيذ والتطبيق الفعلي للبرنامج،

قامت الباحثة بإتباع إجراءات تعتبر الترتيبات النهائية التي يجب القيام بها قبل البدء في تنفيذه وتمثل هذه الإجراءات في:

▪ إعداد التجهيزات اللازمة: يحتاج البرنامج إلى مكان ملائم يطبق فيه، وتجهيزات خاصة بجهاز بها

هذا المكان ليلائم أغراض البرنامج، بالإضافة إلى الأدوات التي تستخدم في البرنامج.

- **تحديد أسلوب البرنامج الإرشادي:** على المرشد إن يختار أسلوب تطبيق البرنامج، فهل يتم توجيه المادة للمسترشد مباشرة أو بطريقة غير مباشرة باستخدام بعض الفنيات.
- **عينة البرنامج الإرشادي:** يقصد بالفئة التي وضع من أجلها البرنامج هي تلاميذ متمدرسين بالتعليم المتوسط المجموعة التجريبية ، وعددهم (15) مراهق متمدرس بالأقسام الأولى، الثانية والثالثة - متوسط بمتوسطة "سي يحي محمد" بواضية والذين تتراوح أعمارهم من 14 سنة - 16 سنة.
- **عدد الجلسات الإرشادية:** يبلغ عدد الجلسات 24 جلسة.
- **مدة البرنامج الإرشادي:** استغرقت مدة البرنامج الحالي شهرين (من مارس إلى أبريل) أي أربعة وعشرون جلسة بمعدل ثلاثة (3) جلسات في الأسبوع، وكانت المدة الزمنية لكل جلسة تتراوح ما بين (30-45 دقيقة).
- **مكان إجراء جلسات البرنامج الإرشادي:** مكتبة وساحة والمطعم المدرسي لمتوسطة "سي يحي محمد" بواضية - تيزي وزو - الجزائر -.

❖ **المرحلة الخامسة:**

محتوى البرنامج: يحتوى البرنامج على مادة البرنامج التي تناسب عينة الدراسة ومشكلة العنف لديهم، والتي فيها محاضرات إرشادية، ولقد تم تحديد محتوى برنامج الإرشادي حول التخفيض من حدة العنف لدى المراهق المتمدرس في ضوء مجموعة من الاعتبارات هي: الإطار النظري والبحوث والدراسات السابقة، الاطلاع على مجموعة من البرامج والأنشطة المستخدمة في تعديل الاتجاهات، وضع المحتوى المبدئي للبرنامج، العرض على المحكمين. إضافة إلى نشاطات وتدرجات التي هي مجموعة من التكاليفات التي يطلب من عينة الدراسة القيام بها في شكل واجبات منزلية وتكون مدونة في شكل استمارات معدة لذلك ويتم توزيعها في الجلسات. وتتضمن جميع الجلسات مجموعة من النشرات الإرشادية المناسبة والملائمة لمضمون كل جلسة.

❖ **المرحلة السابعة: تقويم البرنامج الإرشادي:**

قامت الباحثة باستخدام أسلوب القياس البعدي لتقويم فعاليته وللحكم على نتائجه.

7- الأساليب الإحصائية المستعملة:

بعد جمع المعطيات تم فرزها وتفرغها في جداول قصد معالجتها إحصائيا باستعمال عدة أساليب إحصائية ومنها: النسب المئوية، -اختبار (ولكوكسن) للفرق بين أزواج الرتب لعينتين مرتبطتين، قبل البرنامج الإرشادي و بعده على أبعاد مقياس العنف لدى المراهقين، ويعد مقياس (ولكوكسن) من أفضل المقاييس للقياسات المتكررة اللابارامتية، وهو يناظر مقياس T لعينتين مرتبطتين عندما يكون عدد الأفراد أو الأزواج أقل من 30 ، وفي هذه الدراسة أستخدم هذا المقياس كبديل لمقياس T لعينتين مرتبطتين بسبب عدم توافر شروط استخدام مقياس T بسبب صغر حجم العينة التي لا تتجاوز 15 تلميذ متمدرس عنيفين.

8- النتائج

8-1- تشير نتائج الفرضية إلى وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة المعتمدة لدينا ($\alpha = 0.05$) بين القياس القبلي والقياس البعدي في العنف للمجموعة التجريبية (التلاميذ المتمدرسين العنيفين). والجدول التالي يبين ذلك.

الجدول رقم (01): نتائج اختبار (ولكوكسن) للفروق بين متوسطات درجات التلاميذ المتمدرسين

العنيفين (المجموعة التجريبية) في القياس القبلي والبعدي على مقياس العنف لدى المراهقين /

العينة	درجات القياس القبلي	درجات القياس البعدي	الفروق بين درجات القياس القبلي والبعدي	الرتب الموجبة	الرتب السالبة	عدد أفراد العينة	القيمة المحسوبة	القيمة الجدولية	مستوى الدلالة	الدلالة
الفرد 1	93	63	30	13.5	13.5					
الفرد 2	109	103	06	05	05					
الفرد 3	100	91	09	06	06					
الفرد 4	121	103	09-	02	02					
الفرد 5	132	135	03-	03	03					
الفرد 6	123	90	33-	01	01					

دالة	0.05	30	T2=5	15	04	04	01	72	73	الفرد7
					15	15	45	47	92	الفرد8
					13,5	13,5	30	100	130	الفرد9
					10.5	10.5	20	100	120	الفرد10
					10.5	10.5	20	70	90	الفرد11
					12	12	26	90	116	الفرد12
					08.5	08,5	13	82	95	الفرد13
					07	07	10	106	116	الفرد14
					08.5	08.5	13	82	95	الفرد15
					T2=5	T1=120				

يتضح من الجدول رقم (01) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في نتائج مقياس العنف لدى التلاميذ، وذلك بين الرتب الموجبة $T1=120$ والرتب السالبة $T2=5$ وجميعها دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة المعتمدة لدينا $(\alpha=0.05)$. ومنه قيمة الدلالة T الصغرى $= 5$ وهي أقل من قيمة T النظرية لدرجة الحرية $= 15$ عند مستوى الدلالة الطرفين، فهي دالة إحصائياً لأنها أصغر من القيمة الجدولية التي تساوي 30. وعليه يمكن القول أن الفرضية تحققت.

وتعني هذه النتائج أنه حدث إنخفاض في العنف لدى للمجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج الإرشادي، وهذا يدل على فعالية هذا البرنامج فمن خلال إتاحة الفرصة أمام الجماعة التجريبية للمشاركة في إرشاد جماعي يتيح لهم التنفيس الانفعالي والاستبصار الذاتي وطرح الحلول للمشكلة من خلال معاشتها ومناقشتها معنا ومع الجماعة، إضافة إلى روح التعاون والتنافس التي سادت بينهم.

8-2- أقر أغلب أفراد المجموعة التجريبية من خلال المناقشات والحوارات المفتوحة (محتوى الجلسات) أن عنفهم ناتج من منطلق أنه ظاهرة عادية في المجتمع الجزائري فيه يمكن إثبات الذات، وكذلك به يمكن الحصول على إحترام الآخر لأن هذا الأخير لا يقوم بذلك إلا إذا أحس أنهم الأقوى ولا يتأتى لهم ذلك إلا عن طريق ممارسة العنف.

8-3- بينت النتائج أيضاً أن لحركات (الجمباز العقلي) أثر إيجابي، وقد ساهمت إلى حد كبير في التخفيف من حدة العنف لديهم، لأنها تثير النشاطات الذهنية، وتساعد في التحكم في الانفعالات

والقلق وتساهم أيضا في تنمية الاستعدادات الحسية الحركية، ومهارات التفكير السليم لتسهيل عملية التعلم وجعلها عملية شيقة، وهي سهلة التطبيق، بحيث تطبق على الأطفال ذوي الاضطرابات السلوكية والانفعالية الذين يعانون من صعوبات في التعلم لتحسين عملية التعلم في القسم، وتطبق أيضا في العمل والمكاتب والبيت، وفي كل أعمال الحياة اليومية كالقراءة، الكتابة، الحساب، الإبداع، التنظيم، التركيز والانتباه، الذاكرة، اللغات، الموسيقى، والامتحانات، الخ (Bataille, 2006).

إضافة إلى ذلك فالجلسة الخاصة بلعب الأدوار والجلسة الخاصة بالرياضة كانتا جد مفيدة، حيث استطاعوا من خلالها تعلم كيفية تفريغ شحنات الغضب والعصبية لديهم؛ وهذا ما أكده الباحث أحمد عكاشة (1975) الذي بين أنه خلال المناقشات الجماعية ولعب الأدوار هناك تنفيسا انفعاليا وذلك نتيجة إجابات وصراعات دفينه داخل نفوس الجماعة الإرشادية، ترجع بالدرجة الأولى إلى أساليب التنشئة الاجتماعية، الاتجاهات الوالدية في المعاملة، كالاتجاه التسلطي، التفرقة في المعاملة والقسوة، عدم إشباع الحاجات النفسية الأساسية في فترة الطفولة، كالحاجة إلى الأمان والطمأنينة النفسية، الحاجة إلى الحب والحنان، تأكيد الذات وتحقيقها، وعدم مساعدتهم على تكوين ذات إيجابي، كل ما سبق يساهم في ظهور أساليب ومظاهر العنف، إضافة إلى جماعة الرفاق السيئة، كما ترتبط مشكلة العنف عند معظمهم بالنقص والخوف من الفشل والقلق من المستقبل والاضطرابات اليومية... كل هذه المخاوف إذ لم تعالج فستؤدي بالضرورة إلى سلوك عدواني (أحمد عكاشة، 1982، ص191).

5-8- أوضح أسلوب المحاضرات والمناقشات الجماعية للمجموعة التجريبية جوانب القوة والضعف في شخصياتهم، وتم تزويدهم بمعلومات عن طبيعة المرحلة العمرية التي يمرون فيها مما يساعدهم في فهم ذواتهم والاستفسار عن بعض المظاهر النمائية التي طرأت عليهم كي يتفهموا طبيعتها وكيفية التعامل معها.

6-8- ساعد البرنامج المجموعة التجريبية على إدارة الغضب في التحكم في إنفعالاتهم السلبية، وبالتالي في خفض سلوك العنف لديهم سواء في المنزل أو المدرسة، لأن إدارة الغضب له تأثير ايجابي.

خلصت الدراسة الحالية إلى مجموعة من النتائج التي جاءت حسب ما تم توقعه من طرح الفرضية وتحققت على مستوى العينة المدروسة، لكن النتائج تبقى رهينة هذه العينة وخصائصها. ولإنتشار موضوع العنف في الوسط المدرسي (المؤسسات التربوية الجزائرية) نقترح إجراء دراسات حوله مثل: إقتراح برامج تدريبية لمستشاري التوجيه والإرشاد لتدريب التلاميذ منذ المراحل التعليمية الأولى على خفض العدوانية والعنف، التحكم في إنفعالات الغضب، رفع من كل من تقدير الذات وتوكيد الذات والثقة بالنفس لديهم.

10- التوصيات:

- ضرورة تقديم الرعاية النفسية والتربوية للتلاميذ العنفيين.
- إشراك التلاميذ العنفيين في الأنشطة لا صفية (الرسم، المسرح...) لخفض مستوى العنف لديهم.
- ضرورة إشراك الأسرة في برامج الإرشادية الجماعية الخاصة بالعنف المدرسي، وتوجيههم لأفضل السبل التي يمكنهم بموجبها الأخذ بأيدي أبنائهم ومساعدتهم.
- عدم استخدام العقاب والعنف والتعنيف من قبل المعلم في حال اعتداء تلميذ على الآخرين.
- إقتراح برامج تدريبية لمستشاري التوجيه والإرشاد لتدريب التلاميذ منذ المراحل التعليمية الأولى على خفض العنف، التحكم في إنفعالات الغضب، رفع من كل من تقدير الذات وتوكيد الذات والثقة بالنفس لديهم.
- تشجيع الدراسات الأكاديمية حول الجمباز العقلي.
- إدماج الجمباز العقلي كرياضة مدرسية.

قائمة المراجع:

1. أحمد عكاشة. (1982). علم النفس الفيزيولوجي. القاهرة، دار المعارف.
2. أميمة منير جادو. (2005). العنف المدرسي بين الأسرة والمدرسة والإعلام. المركز القومي للبحوث التربوية والتنمية، القاهرة، دار السحاب للنشر والتوزيع.
3. حامد عبد السلام زهران. (1994). التوجيه والإرشاد النفسي (نظرة شاملة). مجلة الإرشاد النفسي. جامعة عين شمس، العدد 2.
4. خالد حامد. (2003). منهج البحث العلمي. الجزائر، دار ربحانة للنشر والتوزيع.
5. الخطيب جمال. (1995). تعديل السلوك الإنساني. الطبعة الثالثة، بيروت، مكتبة الفلاح.
6. رجاح بوروي فريدة وعنبر نصيرة. (2009). تصميم برنامج إرشادي لتوكيد الذات لدى المراهقين، مقال منشور في كتاب دراسات حول الإرشاد النفسي. " دوره وأهميته في تطوير المؤسسات التربوية". من إعداد مجموعة من الباحثين تحت إشراف الأستاذة الدكتورة بوشاللق نادية، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة.
7. سعدية بهادر. (1980). سيكولوجية المراهقة. القاهرة، دار البحوث العلمية.
8. صباح باقره وآخرون. (1976). المشكلات الإرشادية، بغداد، مطبعة السلام.
9. حسين طه عبد العظيم. (2007). "سيكولوجية العنف العائلي والمدرسي". الإسكندرية، دار الجامعة الجديدة.
10. عبدي سميرة. (2011). الضغط المدرسي وعلاقته بسلوكات العنف والتحصيل الدراسي. رسالة ماجستير غير منشورة في علم النفس المدرسي. تيزي وزو - جامعة مولود عمري.
11. علي بن عبد الرحمان الشهري. (2009). العنف لدى طلاب المرحلة المتوسطة في ضوء المتغيرات النفسية والاجتماعية في مدينة جدة. مذكرة لنيل شهادة الماجستير، تخصص ارشاد نفسي، المملكة العربية السعودية.
12. فهد الطيار، (2005)، العوامل الاجتماعية المؤدية للعنف. الرياض: جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية.

13. كمال بوطورة. (2017). مظاهر العنف المدرسي وتداعياته في المدارس الثانوية الجزائرية- دراسة ميدانية بثانوية الشريعة -التبسة-. أطروحة لنيل شهادة دكتوراه العلوم، علم إجتماع التربية، جامعة محمد خيضر، بسكرة.
14. محمد بيومي علي حسن. (1990). إنخفاض المستوى الدراسي لبعض طلاب كلية التربية بالمدينة المنورة ودور الخدمات العلاجية في علاجها.
15. محمد فهمي. (1977). التكيف النفسي. القاهرة، دار مصر للطباعة.
16. محمد محروس الشناوي. (1996). العملية الإرشادية. القاهرة، دار الغريب للطباعة والنشر.
17. Bataille, Brigitte. (2006). **Brain Gym**. <http://www.brain-gym-France.Org/BGF/>
19. Dennison, Paul & Dennison. Gail. (2010). **Le mouvement. clé de l'apprentissage(Brain Gym)**.France, éd. Souffle d'or.