



**فعالية برنامج تدريبي قائم على ادارة الذات فى
تخفيف صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية
لدى تلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي**

إعداد

أ.م.د/ سهام على عبد الغفار عليوة

أستاذ الصحة النفسية المساعد

كلية التربية جامعة كفر الشيخ

فعالية برنامج تدريبي قائم على ادارة الذات فى تخفيف صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية لدى تلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي

إعداد

أ.م.د / سهام على عبد الغفار عليوة

أستاذ الصحة النفسية المساعد

كلية التربية جامعة كفر الشيخ

ملخص الدراسة

هدفت الدراسة الى الكشف عن فعالية البرنامج التدريبى فى تحسين ادارة الذات وخفض صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية لدى عينة عددها (١٢) تلميذ وتلميذة تتراوح أعمارهم من (٩-١٢) سنة. واستخدمت الباحثة مقاييس ادارة الذات (اعداد: الباحثة) ,ومقياس صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية لتلاميذ المرحلة الاولى من التعليم الأساسي (اعداد: الباحثة) والبرنامج التدريبى (اعداد: الباحثة). وتوصلت النتائج الى فعالية واستمرارية البرنامج فى تحسين ادارة الذات وخفض الصعوبات الاجتماعية والانفعالية وتحسين بعض الجوانب الاكاديمية.

مقدمة:-

تمثل مرحلة التعليم الاساسى أهمية كبرى فى السلم التعليمى كما تعد حجر الأساس لمراحل التعليم التالية، حيث يكتسب فيها الفرد العديد من الخبرات الحياتية التى تؤثر بدورها فى المراحل النمائية اللاحقة، كما إنها تعد مرحلة ظهور الملامح الرئيسية لشخصية الفرد فى صورتها المبكرة. قد يواجه الفرد فى هذه المرحلة العديد من الصعوبات والمشكلات الانفعالية والاجتماعية التى يعانى منها الطلاب. مما يستوجب توفير سبل الرعاية والاهتمام لهؤلاء الطلاب لتحقيق التوافق النفسى لهم ومع أقرانهم لتحسين مستوى تحصيلهم الدراسى داخل الصف.

وتشير معظم الدراسات والبحوث العربية والأجنبية (راند محمد عبد الجواد ٢٠٠٩، Laura Conly et al 2014). إلى أن صعوبات التعلم بصفة عامة والصعوبات الانفعالية والاجتماعية بصفة خاصة من أهم مشكلات التعليم الأساسى التى تعيق التلميذ عن التقدم والتطور فى شتى الجوانب. وهى تحتاج إلى خدمات علاجية وإرشادية لتنمية قدرات هؤلاء الطلاب واستعداداتهم.

ويطلق مصطلح الصعوبات الانفعالية والاجتماعية على مجموعة من الصعوبات التى تتداخل مع أو تعوق تعلم التلاميذ ذوى هذه الصعوبات وكذا تعلم أقرانهم. ومن مظاهر هذه الصعوبات البكاء غير الطبيعى والانسحاب من المواقف الاجتماعية وصعوبة تكوين علاقات سليمة. بالإضافة إلى مجموعة من الخصائص السلوكية تشمل قصور الانتباه والتشتت والكذب وانخفاض الاتزان الانفعالي وانخفاض مفهوم الذات وضعف المهارات الاجتماعية وعدم القدرة على التفاعل الايجابى والسلوك العدوانى والإحباط والخجل والانسحاب والانطواء (بدى الرشيدى وآخرون ٢٠١٣).

وتتعد الآراء حول تفسير أسباب الصعوبات الانفعالية والاجتماعية فمنها ما يرجعها إلى ضعف المهارات اللغوية والاتصال أو صعوبة فى الإدراك وفهم انفعالات الآخرين أو إلى تدنى مفهوم الذات والتحصيل الدراسى وعدم القدرة على المعالجة المعرفية للمواقف والانفعالات وصعوبة حل المشكلات (Elksnin and ELksnin:2005).

وتعد إدارة الذات أحد المداخل العلاجية والتربوية الحديثة التى تستخدم فى مجال علم النفس والصحة النفسية لما لها من فعالية فى تحسين الجوانب الايجابية للفرد وخفض الجوانب السلبية التى تمثل عائق أمام نموه الطبيعى.

كما تعد احدى الاستراتيجيات الفعالة فى تعديل السلوك، ويتمثل ذلك فى أن تأثيرها ممتد الأثر على السلوك وأكثر عمومية. حيث يدوم لفترة طويلة بعد توقف البرنامج ويمتد إلى

أماكن أخرى وإلى السلوكيات الأخرى ذات العلاقة , كما تناسب المواقف التي يصعب فيها ملاحظة الفرد حيثما يكون فيها وحده اذ يلاحظ هو نفسه. كما أنها تجعل الطلاب أكثر كفاءة وانضباطا في الصف الدراسي. وتجعل المعلم يعطى وقتا أكبر لإعطاء الدروس ووقتا أقل للضبط الصفى. كما أن الاستخدام الناجح لمهارات إدارة الذات يزيد من اعتماد التلاميذ على أنفسهم ويقلل من اعتمادهم على الآخرين (Coper et al:2007).

وتعتبر إدارة الذات بمثابة عملية تتضمن توجيه الفرد لذاته للقيام بالتطبيق العملى لفنيات تعديل السلوك على نفسه وبنفسه من أجل ضبط سلوكه وإحداث التعديل المطلوب فيه بما يحقق أداءه للسلوك الايجابي المستهدف على النحو المطلوب وفقا للمعيار المحدد سلفا وفى فترة زمنية محددة (عبد الفتاح مطر : ٢٠١٤).

لذا يجب أن تكون إدارة الذات واحدة من الأهداف الرئيسية والنهائية للتعليم والتي يجب تحقيقها لدى التلاميذ. بما تتضمنه من تنمية الاستقلالية والتوجيه الذاتى والدافعية الذاتية للإنجاز والتصرف بشكل ملائم دون إشراف أو ملاحظة من أحد. كما إن إدارة الذات تنمى شعورا بالسيطرة لدى التلاميذ والذي يعد بمثابة تعزيز ومكافأة لسلوكهم (Martinez, 2005). ومن خلال ما شعرت به الباحثة من واقع لمشكلة صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية لدى تلاميذ التعليم الاساسى بالإضافة إلى شكوى معلمى هذه المرحلة (طلاب التأهيل التربوى) من عوائق هذه الصعوبات وتأثيرها على العملية التعليمية , فقد عمدت الباحثة إلى تصميم برنامج تدريبي على إدارة الذات كى تساعد هؤلاء التلاميذ على التخلص من هذه الصعوبات وإكسابهم المهارات اللازمة للتحكم فى سلوكياتهم وتحسين توافقهم النفسى والاجتماعى والأكاديمى.

مشكلة الدراسة:

تمثل صعوبات التعلم الانفعالية والاجتماعية عائقا كبيرا فى تحقيق التوافق النفسى والاجتماعى والاكاديمى. حيث لايمكن تحقيق أى انجاز إلا من خلال إجراء التدخلات العلاجية اللازمة لتخفيف مثل هذه المظاهر والسلوكيات. حيث إن التلاميذ ذوى صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية موجودين داخل الصفوف العادية ولا يمكن استبعادهم فى فصول خاصة أو عزلهم. بل يتطلب الأمر تقديم المساعدة وهم مدمجين مع أقرانهم.

كما تنتشر تلك المشكلة بين تلاميذ المرحلة الابتدائية بنسبة ما بين (٣,١٤ - ٤,٢١)% وتقع بين عمر (١٠ - ١٥) عام (طه هندوى ٢٠٠٧).

وما أشارت إليه (فائقة بدر ٢٠٠٦) من تأثير الصعوبات الاجتماعية على نمو الطفل وتقدمه واعتقاده بقدرته على مواجهة المشكلات والتفاعل والتواصل مع الآخرين والانجاز الأكاديمي، فلا يبذل جهدا لتغيير هذا الواقع. وبالتالي لا يعير اهتمامه بالعوامل التي تقف خلف فشله المتوقع ويكون أقل تقبلا من أقرانه ومعلميه وأنانيا وغير مهتم بأراء وحاجات الآخرين وغير نشط وخجول ومندفع ومتسرع ولا يستفيد من أنشطة التعلم وخبراته المتاحة داخل الصف وخارجه ولديه تقلبات وجدانية لا تتناسب مع الموقف الاجتماعي الراهن.

وتحتاج الصعوبات الاجتماعية والانفعالية إلى مجموعة من الاستراتيجيات التكاملية الفعالة لبناء وتطوير المهارات والكفايات الاجتماعية وتدعيم مفهوم الذات لدى الطفل ليصبح ايجابيا وتدعيم التعاون والسلوك الاجتماعي المرغوب فيه (يوسف العنزي :٢٠١٤).

وطبقا لما أشارت إليه نتائج الدراسات التي أوضحت اسهام إدارة الذات في تخفيف بعض المشكلات الانفعالية والاجتماعية والسلوكية مع ذوى الاحتياجات الخاصة والتي أكدت إمكانية تخفيف السلوك العدواني وتحسين السلوك الاجتماعي والاستمرار في أداء المهمة والتركيز على شئ محدد وأداء الواجب المنزلي وزيادة التحصيل الأكاديمي والحد من السلوكيات اللفظية غير المنطقية وتحسين معدل السلوك اللفظي وزيادة تكرار السلوك المرغوب (Hamilton 2007&Gureasko,et al 2007). فانه يمكن تحديد مشكلة الدراسة الحالية في محاوله الإجابة على الاسئلة التالية:-

- ١- ما فعالية برنامج تدريبي لتحسين إدارة الذات لدى تلاميذ الحلقة الاولى من التعليم الأساسي ذوى صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية ؟
- ٢- ما فعالية برنامج تدريبي في تخفيف الصعوبات الانفعالية والاجتماعية لدى تلاميذ الحلقة الاولى من التعليم الأساسي ؟
- ٣- ما استمرارية فعالية برنامج تدريبي في تحسين إدارة الذات وتخفيف صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية من تلاميذ الحلقة الاولى من التعليم الأساسي ؟

أهداف الدراسة:

- تهدف الدراسة الحالية إلى:-
- ١- تبين الدراسة مفهوم ادارة الذات.
- ٢- تبين مفهوم صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية.
- ٣- التعرف على فعالية البرنامج التدريبي لتحسين إدارة الذات وتخفيف صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية لدى عينة من تلاميذ الحلقة الاولى من التعليم الأساسي والمتمثلة في (صعوبات في المجال الاجتماعي، صعوبات في المجال الانفعالي، صعوبات في المجال السلوكي، صعوبات في المجال الأكاديمي). بعد التطبيق وفي فترة المتابعة.

أهمية الدراسة:**- أولا الأهمية النظرية :-**

- ١- تستمد الدراسة الحالية أهميتها من تناولها لمرحلة التعليم الاساسى والتي تمثل بداية السلم التعليمى للتلميذ تحتل من الأهمية مكانه كبيرة نظرا لما تتركه من تأثيرات فى شخصية التلميذ تظهر على المدى البعيد فى المراحل النمائية والتعليمية اللاحقة.
- ٢- تتناول الدراسة احد المشكلات التى تواجه تلاميذنا وتؤثر على تعليمهم وتوافقهم النفسى والاجتماعى وهى صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية.
- ٣- تسلط الدراسة الحالية الضوء على أحد المداخل العلاجية والإرشادية الحديثة التى تقوم على ادارة الذات وأثرها فى تحقيق النتائج الايجابية والمرجوه من التدخل العلاجى وخاصة بعد نجاح هذا الأسلوب فى خفض العديد من المشكلات السلوكية والاجتماعية والانفعالية والصفية والأكاديمية لدى الكثير من الفئات العمرية.
- ٤- تضم الدراسة احدث ماتوصل اليه الباحثين من اراء ووجهات النظر المتعددة حول ادارة الذات.

- ثانيا الأهمية التطبيقية:

- ١- تعد الدراسة الحالية صيغة إجرائية تدخلية فى الوقت المناسب لتخفيف صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية فى مرحلة مبكرة من التعليم وقبل التطور والارتقاء فى السلم التعليمى والانتقال إلى المرحلة الثانوية. حيث تتضاعف السلبيات ويصعب التدخل العلاجى فى المراحل المتأخرة.
- ٢- تبرز الدراسة دور ادارة الذات فى تعديل السلوك وتنمية الاستقلالية لدى التلميذ وتعتبره هدفا تربويا أساسيا لابد من ادراجه على مقدمة الأهداف التعليمية لما له من اثر ممتد وبعيد المدى فى تعديل السلوك وكونه معززا ذاتيا ايجابيا ديناميا يختلف عن أساليب التعزيز المعروفة.
- ٣- اعداد مقياس صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية ومقياس لإدارة الذات يناسب المرحلة العمرية لعينة الدراسة.
- ٤- بناء وتصميم برنامج تدريبى لتحسين ادارة الذات لدى ذوى صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية من تلاميذ الحلقة الاولى من التعليم الأساسى.

المصطلحات الاجرائية الدراسة:

١- صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية Social and Emotional Learning Disabilities : تعرفها الباحثة بأنها مجموعة متداخلة من الصعوبات الناتجة عن المشكلات السلوكية المترامنة مع الصعوبات الاكاديمية والنمائية التي تؤثر بصورة سلبية على نمو الفرد وتقدمه فى الجوانب الاجتماعية والانفعالية والسلوكية والاكاديمية. وهى الدرجة التى يحصل عليها التلميذ فى مقياس صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية. (اعداد الباحثة).

٢- ادارة الذات Self-management : قدره الفرد على الوعى بتصرفاته وانفعالاته وسلوكياته والقدرة على التحكم فيها داخليا والتعبير عنها بشكل مقبول اجتماعيا وأكثر توافقا مع الاخرين وتتضمن ادارة الانفعالات والمشاعر ، ادارة العلاقات والمواقف ، الثقة والدافعية ، ادارة الوقت، الضبط واتخاذ القرارات ، الادارة الذاتية. وهى الدرجة التى يحصل عليها التلميذ فى مقياس ادارة الذات. (اعداد الباحثة).

٣- البرنامج التدريبى training program : هو مجموعة من الإجراءات والتدريبات التى يقوم بها التلاميذ مع الباحثة والمعلمين وأولياء الامور بهدف تحسين مهارات ادارة الذات فى فترة زمنية محددة تقدر بخمسة عشر اسبوعا.

٤- الحلقة الاولى من التعليم الأساسى The first episode of basic education : وهى المرحلة الأولى فى السلم التعليمي تمتد ست (٦) ويلتحق بها التلميذ عند سن من (٦-١٢) سنة، وتختص هذه الدراسة بالفئة العمرية من (٩-١٢) سنة.

محددات الدراسة:

- المحددات المنهجية : استخدمت الباحثة المنهج التجريبي لملائمة طبيعة المتغيرات البحثية. واستخدمت التصميم التجريبي ذو المجموعة الواحدة.
- المحددات البشرية : اقتصر البحث الحالى على تلاميذ الحلقة الاولى من التعليم الأساسى من التعليم ممن يعانون من صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية والتى تتراوح أعمارهم ما بين (٩-١٢) عاما.
- المحددات الزمنية والمكانية : تم تطبيق الأدوات والبرنامج خلال العام الدراسي ٢٠١٥/٢٠١٦م. بمدارس مجمع على عبد الشكور للتعليم الأساسى المشتركة التابعة لإدارة شرق كفر الشيخ التعليمية بمحافظة كفر الشيخ.

الإطار النظري والدراسات السابقة

أولا صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية :-

يعد مفهوم صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية من المفاهيم التي لم تلقى الدراسة والاهتمام الكافي من الباحثين مثل صعوبات التعلم النمائية والأكاديمية. والتي قد حظت باهتمام الباحثين في الآونة الأخيرة. إلا انه لا يكفي التعامل مع الصعوبات الاكاديمية والنمائية بمعزل عن الآثار الاجتماعية والانفعالية.

ويعرف الأطفال ذوى صعوبات التعلم الاجتماعى بأنهم الأطفال الذين لديهم قصور فى اكتساب قواعد وأسلوب ومعايير السلوك المقبول اجتماعيا وقصور الإدراك الاجتماعى والافتقار الى التوقع واستقبال مشاعر الآخرين وحل المشكلات الاجتماعية وإهمال وصعوبة تنظيم الأعمال المدرسية مما قد يؤدي الى ضعف دافعيتهم للانجاز وحدوث صعوبات التعلم الاكاديمية وسوء توافق على المستويين النفسي والاجتماعي (محمد البحيرى 2013).

وتناولها يوسف العنزى (٢٠١٣) على انها افتقار الأطفال الذين يعانون منها الى المهارات الاجتماعية فى التعامل مع الاقران والافتقار الى الحساسية للاخريين والإدراك الملائم للمواقف الاجتماعية. كما يعانون من الرفض الاجتماعى وسوء التكيف الشخصى والاجتماعى. وعرفها سليمان يوسف (٢٠١٤) على انها مصطلح يشير الى مجموعة من التلاميذ لا يتفاعلون على نحو مقبول أو موجب مع الاخريين , وهم أقل تقبلا من الاقران والمعلمين , وهم اخر من يختارهم أقرانهم فى الادوار والمواقف التفاعلية الجماعية , ويميلون الى الوحدة وقضاء أوقات فراغهم بمفردهم , وتتجه انشطتهم وتفاعلاتهم الى ان تكون مضطربة , كما ان التعبيرات التى تصدر عنهم تكون حادة وتحمل فى طياتها العدوان الكامن والقلق والقيام بأفعال لامبرر لها.

- أسباب صعوبات التعلم الانفعالية والاجتماعية:

أولا العوامل الوراثية والبيولوجية (العصبية):-

حيث تنتج عن متغيرات وراثية قبل الولادة أو اصابات خلال النمو وتظهر فى اضطرابات فى الجوانب السلوكية حيث أن ٣٠% ترجع صعوبة تعلمهم الى عامل الوراثة و١٠% تعرضت امهاتهم الى مشاكل أثناء الحمل كارتفاع ضغط الدم. (فى ملحم ٢٠٠٢ ،كوثر زيادة ٢٠١٥).

وترجع ايضا الى الخلل الوظيفى فى المخ أو الاضطراب الوظيفى للنصفين الكرويين بالمخ حيث تؤدى الى سوء سلامة الجهاز العصبى المركزى مما يؤدى الى عدم الرضا

والإحباط والشعور بالدونية ، أو حدوث خلل وأخطاء فى نمو واتصال بعض الخلايا العصبية أثناء مراحل التكوين فى فترة الحمل (فى سليمان يوسف ٢٠١٠، مثال غنى ٢٠١٠).

ثانيا العوامل النفسية والاجتماعية:-

أشار (Queen 2001) الى أن ذوى صعوبات التعلم يعانون من مشكلات انفعالية اجتماعية تؤدي الى إساءة قراءة الإشارات الاجتماعية وتفسير المشاعر والانفعالات ويؤثر ذلك على سلوكهم تجاه الآخرين.

أشارت دراسة (James Peugh 2012) التى هدفت الى معرفة العلاقة بين الدعم العاطفى للمعلم وتفاعله الاجتماعى مع طلابه والسلوكيات (العدوان مع الاقران، الاستبعاد من الاقران، السلوكيات الاجتماعية الايجابية. مهارات التنظيم الذاتى) لدى طلاب الصف الاول المعرضين لخطر صعوبات التعلم الاجتماعية والاكاديمية، وأشارت النتائج الى ان انخفاض دعم المعلم يرتبط بالعدوان وزيادته يرتبط بظهور السلوك الاجتماعى الايجابى وتحسين الكفاءة الاجتماعية والتنظيم الذاتى.

وتوصلت (Maria Poulou 2014) أن العوامل المؤدية الى صعوبات التعلم الانفعالية والسلوكية. تتمثل فى عوامل فردية كنفص المهارات الاجتماعية لدى التلاميذ وعوامل اخرى اجتماعية تتمثل فى التفاعل السلبى بين المعلم والتلاميذ , والسياق الصفى الذى يخلو من التعلم الاجتماعى والانفعالى. وأن تلك العوامل تعمل كمنبئات بالصعوبات الانفعالية والسلوكية.

ثالثا العوامل الاكاديمية والمعرفية:-

تقترن صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية بالصعوبات الاكاديمية والنمائية , حيث ان ذوى الصعوبات الاكاديمية يتصفون بقصور فى الجوانب الاجتماعية والانفعالية والتى تؤثر بدورها فى التحصيل الدراسى , ومن ثما يجب تناول كلا الصعوبات مجتمعة. نظرا لتأثيرها على مجمل جوانب حياة الفرد , حيث تتسبب الصعوبات فى مجال واحد فى صعوبات فى مجال آخر (Sutherland et al, 2005, سليمان يوسف ٢٠١٤).

وهدفت دراسة فتحى الزيات (٢٠٠٨), الى معرفة العلاقة والارتباط بين صعوبات التعلم النمائية والاكاديمية وصعوبات السلوك الاجتماعى والانفعالى لدى عينة عددها (١٧٣٠) من تلاميذ المرحلة الابتدائية بمصر والبحرين , وأشارت النتائج الى وجود علاقة بين كلا الصعوبات الاكاديمية والنمائية والاجتماعية والانفعالية.

وأجرى ميشيل وآخرون (Michell et al 2011) دراسة طولية على مجموعة من الافراد ممن يعانون من صعوبات فى القراءة , وأشارت النتائج الى ان الصعوبات الاكاديمية

ذات تأثير كبير على الصعوبات فى النواحى الاجتماعية والانفعالية والسلوكية , وتبدأ هذه الصعوبات فى الطفولة وتستمر حتى المراهقة.

وتؤكد جينا كونت واخرون (Gina Cont et al 2013) على ان المراهقين الذين لهم تاريخ مرضى فى ضعف اللغة , لديهم مؤشرات مرتفعة من المشكلات مع الاقران وظهور الاعراض الانفعالية الغير توافقية وفرط النشاط والسلوك المشكل.

كما أن وجود الصعوبات وتفاقمها فى أي جانب من الجوانب الاكاديمية والنمائية أو السلوكية أو الاجتماعية أو الانفعالية يؤثر على الجوانب الاخرى ويرتبط بها لدى تلاميذ المراحل الاولى من التعليم (نواف الظفيرى ٢٠١٤).

- المؤشرات الدالة على ذوى صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية :

أ- المؤشرات السلوكية: - ومن أهم المظاهر السلوكية فرط النشاط والحركة hyperactivity . حيث ان ١٩ - ٢٦% ممن يعانون من فرط النشاط وتشتت الانتباه يكونون من ذوى صعوبات التعلم (قحطان الظاهر ٢٠٠٨).

وتناولت راند محمد عبد الجواد (٢٠٠٩) العلاقة بين اضطراب قصور الانتباه المصحوب بفرط النشاط الحركى وصعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية لدى عينه من الاطفال فى الطفولة المتأخرة ، وتكونت عينة الدراسة من (٢٥٠) تلميذ وتلميذه ، وأشارت النتائج الى وجود علاقة بين فرط النشاط وقصور الانتباه وصعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية ما عدا بعد العدوان.

وهدف دراسة حليلة السيد (٢٠١٠)، الى معرفة فعالية برنامج علاجى لعدد (١٠) من ذوى صعوبات التعلم ويعانون من فرط النشاط وتشتت الانتباه ، وأشارت النتائج الى وجود ثلاثة أنماط من السلوكيات غير المقبولة لدى ذوى صعوبات التعلم وهى صعوبات الانتباه ، فرط النشاط، السلوك الاندفاعى ، بالإضافة الى فعالية البرنامج فى خفض تلك السلوكيات لدى عينة الدراسة.

ومن هذه المؤشرات السلوكية: التمرد وتخطى الادوار والانفعالية وعدم الالتزام بها و القصور الواضح فى التفاعل والسلوك الفوضى (طه هندواى ٢٠٠٧، صهيبي التخابنة ٢٠١١، سليمان يوسف ٢٠١٤).

كما هدفت دراسة لورا كونلى وآخرون (Laura Conly et al 2014) الى تحديد دور واسهام المعلمين فى تقييم الصعوبات الانفعالية والسلوكية لدى التلاميذ من خلال معايشتهم لها.

بالإضافة الى الادبيات التي تناولت تلك الصعوبات والتي حددت ابعادها فى الآتي (العلاقات غير الناجحة مع الاقران ، السلوك المضاد للمجتمع ، والسلوك التخريبي والعدوان ، والمشاكل الاكاديمية ، مشاكل الانتباه)، واسفرت النتائج الى وجود وعى بهذه الابعاد مع اضافة بعدى (فرط النشاط ، والتحايل وعدم الاحترام).

وفى دراسة ماجدة الشخي (Mogeda El-keshy et al 2015). التى هدفت الى تأكيد صدق استبيان الصعوبات الاجتماعية والسلوكية لدى ذوى صعوبات التعلم من وجهة نظر المعلمين فى سلطنة عمان والمملكة العربية السعودية. حيث شمل الاستبيان الابعاد الاتية (الصعوبات الانفعالية ، فرط النشاط ، مشاكل الاقران ، السلوكيات الاجتماعية غير التوافقية ، السلوك المشكل).مما يشير الى أن الأبعاد السابقة تعد مؤشرات ذات دلالة على صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية لدى التلاميذ.

ب - المؤشرات الاجتماعية :- تتمثل فى الانسحاب الاجتماعي (حفيظة انجشايرى (٢٠١٥).و تجنب المواقف وتفضيل الوحدة وقضاء وقت الفراغ مع انفسهم ، وعدم القدرة على التفاعل الاجتماعى الإيجابي ، وقصور واضح فى المهارات الاجتماعية (بداى مسلم الرشيدى (٢٠١٣). والافتقار الى الحساسية للآخرين والإدراك الملائم للمواقف وعدم التقبل الاجتماعى مع الاخرين. وسوء التكيف الشخصى الاجتماعى. وتتجه أنشطتهم وتفاعلهم وسلوكياتهم الى أن تكون مضطربة نفسيا ويؤدى ذلك الى ضعف السلوك التوافقي خلال تعاملاتهم الاجتماعية ومن أنماط السلوك اللاتوافقي و مقاطعه المتحدث - القلق - التوتر غير المبرر - عدم الانتباه واللامبالاة - ضعف السيطرة على الذات (ألفت محمود ٢٠٠٧،فتحى الزيات ٢٠٠٨).

ج - المؤشرات الانفعالية :- تتمثل فى القصور الانفعالي : - حيث يعوزهم نقص فى فهم الانفعالات الذاتية وانفعالات الاخرين. وأشار محمد رزق البحيري (٢٠١٢) الى أن ذوى صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية يعانون من ضعف الادراك لتعبيرات الوجه واقل قدره على الفهم الاجتماعى ، ويمكنون وقت أطول فى تحديد الانفعالات والمشاعر ويعانون من صعوبة فى التواصل الانفعالي.

كما يعانون من الاضطرابات الوجدانية المتمثلة فى انخفاض تقدير الذات والاكتئاب والقلق والتوتر وصعوبة فى استقبال مشاعر الآخرين (مصطفى القمش ٢٠١٠، حميدة العربى ٢٠١١، فوزية الدعيكى ٢٠١٢).

د- المؤشرات الأكاديمية :- وتتمثل في وجود صعوبات التعلم الأكاديمية , وتدنى التحصيل الدراسي , وتكرار خبرات الفشل , والرسوب , وصعوبات اللغة والكلام (Michell et al 2011 & Gina Cont et al 2013, سليمان يوسف ٢٠١٠, فوزية محمدى ٢٠١١).

- التدخلات الإرشادية والعلاجية لذوى صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية.

دراسة اشرف عبد الغفار (2004) بعنوان فعالية برنامج سلوكي لخفض صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية وضمت عينة الدراسة (10) طالب في الصف الرابع الابتدائي بمتوسط عمري (9-11) سنة واستخدمت الدراسة الأدوات الآتية :- اختبارات تحصيلية في اللغة العربية والرياضيات للتعرف على ذوى صعوبات التعلم. مقياس الصعوبات الاجتماعية و الانفعالية. اختبار عين شمس للذكاء. اختبار المستوى الاقتصادي والاجتماعي للأسرة. وأسفرت الدراسة عن فاعلية البرنامج في تخفيف الصعوبات الاجتماعية والانفعالية لدى أفراد العينة.

دراسة مايرز (myers 2005) بعنوان دور المرشدين في تلبية احتياجات التلاميذ ذوى صعوبات التعلم الشخصية والاجتماعية بالمرحلة الابتدائية وحل مشاكلهم الابتدائية. وتكونت عينة الدراسة من تلاميذ ثلاث مدارس ابتدائية ممن يتلقون الخدمات الإرشادية وتمثلت أدوات الدراسة في استراتيجيات الإرشاد النفسي وأسفرت نتائج الدراسة عن تأثير دور الإرشاد النفسي في تلبية احتياجات ذوى صعوبات التعلم.

دراسة طه هنداوى (٢٠٠٧) والتي هدفت اعداد تدريبات للذكاء الوجداني لتخفيف صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية لدى تلاميذ الحلقة الاولى من مرحلة التعليم الاساسى قوامها ١٥ تلميذا وتلميذه واستخدم مقياس الذكاء الوجداني ومقياس تقدير الصعوبات الاجتماعية والانفعالية واسفرت النتائج عن وجود تأثير دال لتأثير القياس (قبلى - بعدى) على بعض ابعاد الذكاء الوجداني (الوعى بالذات والتحكم فى الانفعالات والعواطف) فى خفض الصعوبات، وإحداث تقدم فى التفاعل الاجتماعى وتحسين المستوى الاكاديمي لهم.

دراسة حميدة العربى (2011) بعنوان فعالية برنامج ارشادى معرفي سلوكى فى خفض بعض الاضطرابات الاجتماعية والانفعالية لدى الأطفال الموهوبين ذوى عسر القراءة. وتكونت عينة الدراسة من (10) طلاب موهوبين ذوى عسر القراءة واستخدمت الدراسة مقياس تشخيص الاضطرابات الاجتماعية والانفعالية بابعادة (القلق - انخفاض تقدير الذات - الاكتئاب - القصور فى المهارات الاجتماعية - العدوان - الانسحاب) وأكدت الدراسة فعالية العلاج

المعرفي السلوكي فى خفض الاضطرابات الاجتماعية الانفعالية لذوى صعوبات التعلم الموهوبين.

دراسة زينب حسين (٢٠١٢). وهدفت الى الكشف عن فعالية بعض آليات علم النفس الإيجابي فى خفض صعوبات السلوك الاجتماعي والانفعالي لدى عينة مكونة من (٤٦) تلميذة من الصف الخامس الابتدائي والسابع المتوسط , وأشارت النتائج الى فعالية البرنامج المستخدم فى الدراسة فى خفض صعوبات السلوك الاجتماعي والانفعالي.

دراسة فوزية الدعكي (2012) بعنوان فعالية برنامج معرفى سلوكى لتنمية مهارات التعبير الانفعالي لدى طلاب من ذوى صعوبات التعلم الاجتماعي. وتكونت عينة الدراسة من (10) طلاب من الذكور من الصف التاسع بمتوسط عمرى يتراوح بين (14-16) سنة واستخدمت الدراسة مقياس مهارات التعبير الانفعالي للطلاب ذوى صعوبات التعلم والبرنامج الإرشادي المعرفى السلوكى وخلصت الى فعالية العلاج المعرفى السلوكى فى تنمية مهارة التعبير الانفعالي لدى ذوى صعوبات التعلم الاجتماعي.

دراسة بداي الرشيدى وآخرون (2013) بعنوان فعالية برنامج إرشادي فى خفض الصعوبات الاجتماعية والانفعالية لدى عينة من التلاميذ ذوى صعوبات القراءة بدولة الكويت. واعتمدت الدراسة على النموذج التجريبي وتكونت عينة الدراسة من (30) تلميذ وتلميذة تم توزيعهم بالتساوي على المجموعتين التجريبية والضابطة واستخدمت الدراسة نتائج الاختبارات التحصيلية ومقياس الخصائص والاجتماعية والانفعالية لذوى صعوبات التعلم ومقياس المهارات الاجتماعية المدرسية واختبار رسم الرجل اعداد (جود أنف هاريس) وخلصت الدراسة الى فعالية البرنامج العلاجي فى خفض الاضطرابات الاجتماعية والانفعالية لدى أفراد العينة التجريبية وزيادة المهارات الاجتماعية لديهم بينما لم يطرأ أى تحسن على المجموعة الضابطة.

دراسة مريم جرجس (٢٠١٦) بعنوان فاعلية برنامج ارشادى لتنمية بعض المهارات الاجتماعية فى خفض صعوبات التعلم الاجتماعى لدى عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية. وهدفت الدراسة الى الكشف عن فعالية البرنامج الارشادى فى تنمية المهارات الاجتماعية واثر هذه التنمية فى خفض صعوبات التعلم الاجتماعى لدى عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية. وتكونت عينة الدراسة من (٢٠) تلميذه تم تقسيمهم الى مجموعتين احدهما تجريبية (١٠) والاخرى ضابطة (٢٠). واستخدمت الدراسة مقياس المهارات الاجتماعية ومقياس صعوبات التعلم الاجتماعى لتلميذات المرحلة الابتدائية. وأشارت النتائج الى فعالية البرنامج واستمرار فعالية فى تنمية المهارات الاجتماعية وخفض صعوبات التعلم الاجتماعية لدى افراد العينة.

تعقيب:

بمراجعة الباحثة لبعض الدراسات التي اهتمت بخفض صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية وجدت أن هناك برامج ارشادية اهتمت بالتدخل السلوكي لتحقيق التوافق السلوكي لدى هؤلاء الاطفال (اشرف عبد الغفار ٢٠٠٤, بداي الرشيدى ٢٠١٣), وبرامج ارشادية اهتمت بالتدريب على حل المشكلات (مايرز ٢٠٠٥), وبرامج اهتمت بالتدريب على مهارات الذكاء الوجداني (طه هنداوى ٢٠٠٧), واخرى اهتمت بالتدريب على المهارات الاجتماعية (مريم جرجس ٢٠١٦), وبرامج ذات الاتجاه المعرفى السلوكي لخفض الاضطرابات الاجتماعية والانفعالية وتنمية مهارات التعبير الانفعالي (حميدة العربى ٢٠١١, فوزية الدعيكى ٢٠١٢). ولم تعثر الباحثة على دراسات تناولت ادارة الذات فى خفض صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية.

ثانياً: إدارة الذات:**المفهوم والنظرية:**

تعد ادارة الذات أحد المفاهيم النفسية وكذلك أحد الاتجاهات العلاجية والارشادية الحديثة ذات الفاعلية فى تعديل وتحسين السلوك. حيث انها تعتمد بصورة اساسية على امكانيات ومهارات وقدرات الفرد الشخصية والنفسية والاجتماعية والمعرفية وتهدف الى تحقيق التوافق الشخصى بأكبر قدر من الكفاءة.

١- **المفهوم:-** ويعرفها ستيفن (Stephen 2008) على انها مصطلح سيكولوجي يستخدم لوصف عملية الانجاز الشخصى الذاتى ونقل الاشراف والتحكم من القائم بالرعاية او المدرب فى العمل الى الشخص نفسه , حيث تسمح لهم ادارة الذات ان يعيشوا ويعملوا بقدر من الاستقلالية داخل بيئتهم.

فهى مجموعة من المهارات تؤثر تأثيرا ايجابيا فى شخصية الفرد وينعكس ذلك على علاقاته بالآخرين (يونج واخرون ٢٠٠٨).

وتناولها عيسى عبدالله (٢٠٠٩) بانها مهارات واليات شاملة تستخدم مع نماذج مختلفة من الافراد فى مواقف متعددة ومن خلال انماط سلوكية متنوعة كوسيط يدل على فاعليته فى تحسين السلوك وتشمل مهارات الانضباط الوجداني والثقة والتكيف والوعى بالضمير والتفؤل والانجاز وتعرف المشكلات.

ويعرفها جونسون (Johnson 2012) بأنها تدخل فردى يتضمن قيام التلاميذ بمراقبة ادائهم للسلوكيات والمهام المطلوبة منهم وتسجيل تقديمهم لها من وجهة نظرهم بما يضمن توجيه الذات ومراقبة وتقييم السلوك خلال فترة زمنية محددة.

وتناولها عبد الفتاح مطر (٢٠١٤) على انها عملية تتضمن توجيه الفرد لذاته للقيام بالتطبيق العملى لعمليات تعديل السلوك على نفسه وبنفسه من اجل ضبط سلوكه واحداث التعديل المطلوب بما يحقق أداء السلوك الايجابى وفق المعيار المحدد مسبقا خلال فترة زمنية محددة.

٢- اجراءات ادارة الذات:- تتعدد اجراءات واستراتيجيات ادارة الذات وتختلف من دراسة لأخرى، الا ان القاسم المشترك فى معظم الدراسات يتضمن حزمة ادارة الذات ، Self- Management Packages والتي تضم استراتيجيات مراقبة الذات وتقييم الذات ، وتعزيز الذات. وتتضمن ادارة الذات الاستراتيجيات الآتية :-

١- المراقبة الذاتية : Self-Monitoring

هى عملية تتضمن جمع وتحليل البيانات الخاصة بالسلوك المراد تعديله وتتضمن مكونين رئيسين وهما.

▪ **الملاحظة الذاتية : Self-observation** وتعنى قدرة الافراد على ملاحظة سلوكهم بشكل منتظم وتحديد مدى ظهور السلوك المستهدف (Cooper et al 2007).

وتوصل محمد عمارة (٢٠١٦). الى فعالية التعلم القائم على ملاحظة الذات فى خفض المشكلات السلوكية والانفعالية لدى ذوى صعوبات التعلم.

▪ **التقارير الذاتية: Self-reports** وتعنى تسجيل الفرد للسلوك المراد تغييره وصف ادائه له ، ويشترط فى نجاح مراقبة السلوك ان يكون الاطفال مدركين للسلوك المراد تغييره، والسلوك المستهدف القيام به بدلا منه ، ومعيار تحققه (عبد الفتاح مطر ٢٠١٤).

وهدف دراسة (Menzies et al 2009). الى الوقوف على فعالية فنية مراقبة الذات كأحد استراتيجيات ادارة الذات فى الحد من السلوكيات السلبية لدى ذوى الاضطرابات السلوكية والانفعالية من تلاميذ المدرسة الاعدادية ، واسفرت النتائج عن تحسن السلوكيات الصفية وارتفاع الاداء الاكاديمى لديهم.

كما أشار (Briesch& Chafouleas 2009). من خلال دراسة مسحية تحليلية للدراسات التدخلية التى اعتمدت على ادارة الذات فى تحسين السلوكيات داخل الصف الى ان أغلب الاجراءات المستخدمة كانت تحديد السلوك المستهدف، وتسجيل السلوك المحدد مسبقا، وملاحظة الذات، كما انها تمثل حجر الاساس فى التدريب على ادارة الذات.

٢ - التغذية الراجعة : Self – Feed back

هى التعليقات التلى يتلقاها الطفل على السلوك الذى يصدر منه , سواء كانت مدح أو ذم أو لفت نظر سواء من الاخرين أو من نفسه احيانا (احمد حسنين ٢٠١٢).
وتوصل (Cooganet et al 2007). الى فعالية التدريب على استراتيجيات المراقبة الذاتية والتعزيز الذاتى والتغذية الراجعة من الاقران فى تحسين السلوكيات الصفية الايجابية وكذلك الجوانب الاكاديمية.

٣ - التقييم الذاتى : Self – Evaluation

هى عملية متقدمة تأتى بعد تدريب الطفل على مراقبة الذات وتسجيل ملاحظاته الذاتية واستخدام التغذية الراجعة (عبد العزيز الشخص وآخرون ٢٠١٠). وتعنى قيام الطفل بمقارنة سلوكه وادائه بمعيار الاداء المحدد مسبقا سواء المعيار الداخلى أو الخارجى (Hansen 2011). لتحديد مدى التزامه بالسلوك المستهدف ضمن الاهداف المحددة (احمد حسنين ٢٠١٢).

٤ - التصحيح الذاتى : Self –Correction

هى عملية تحدث بعد تقييم الفرد لسلوكه وادائه وتتضمن قيامه بتعديل أو تبديل سلوكه لي مطابق معيار الاداء المحدد من قبل. وتتطلب هذه الفنية زيادة الفرد للجهد المبذول لتحقيق السلوك المنشود (عبد الفتاح مطر ٢٠١٤).

وتوصل (Kathleen et al 2008). الى فعالية التدريب على تصحيح وتنظيم الذات فى خفض صعوبات الكتابة لدى ذوى الصعوبات السلوكية والاكاديمية وتتراوح أعمارهم من ٧-٨,٥ سنة.

٥ - التوجيه الذاتى : Self – Instruction

وتعنى اصدار بيانات وتعليمات وتعبيرات واضحة لذات الفرد تهدف الى توجيه سلوكه الشخصى (Moony 2005), ويأخذ التوجيه الذاتى الصور اللفظية أو الغير لفظية أو الاقتران بين السلوك المرغوب وبعض القوانين والممارسات الدينية المعتاد ممارستها (Tseng 2005).

٦ - التعزيز الذاتى : Self –Reinforcement

هو مكافأة الذات بعد اداء المهام المطلوبة على الشكل الصحيح وفقا للمعيار المحدد وفى الفترة الزمنية المحددة , وتأخذ المعززات الشكل المادى والمعنوى , ويعد تدريب الفرد على التعزيز الذاتى خطوه فعالة فى تعديل السلوك , حيث يتم اختيار المعزز بناء على تفضيلات الفرد ذاته وحرية المطلقة, مما يزيد من الدافعية الذاتية على تعديل السلوك المراد تعديله.

وقد أجرت أمانى وليد (٢٠٠٥). دراسة للكشف عن أثر استخدام التعزيز الإيجابي والتعليم الذاتى فى تحسين الانتباه والقدرة على التنظيم واطماف الواجبات المدرسية لدى عينة من ذوى صعوبات التعلم تراوحت أعمارهم من (٦-٨) سنة ، وأسفرت النتائج عن فعالية استخدام التعزيز الإيجابي والتعليم الذاتى فى تحسين الانتباه واداء الواجبات المدرسية وتنظيم الذات.

٧- ادارة الوقت : Time –Management

وتعنى ادارة الفرد لوقته والانجاز والاستفادة الكاملة بالزمن المحدد لكل مهمة وامكانية تحقيق اكثر من مهمة فى آن واحد تبعا لتدريب الفرد واستعداده ونشاطه وتشمل القدرة على التخطيط الجيد، وتحديد الاولويات وتنظيمها بصورة مرتبة ،الالتزام والتنفيذ والمتابعة المستمرة واتخاذ التعديلات اللازمة (آمال باظة٢٠٠٨).

٨- ادارة الانفعالات : Emotions Management

وتعنى القدرة على فهم الانفعالات والتحكم فيها ، وابرار الانفعالات الإيجابية منها بما يتيح تحقيق الاهداف المنشودة. حيث توصل (Avcioglu 2012). الى ان التعبير عن الغضب بدلا من العدوان على الزملاء ، وحل الخلافات بالكلام ، وحل المنازعات دون شجار مع الاخرين كنوع من تدريبات ادارة الذات له القدرة على تنمية السلوكيات الملائمة داخل الصف ، وذلك من خلال برنامج تدريبي لعينه تكونت من (٩) تلاميذ تراوحت اعمارهم من (١٠-١٢) عاما واستغرق البرنامج (٣) أسابيع بواقع (٤) جلسات اسبوعيا.

٩- ادارة العلاقات الاجتماعية : Social Relationships Management

وتعنى قدرة الفرد على تكوين الصداقات الايجابية مع الاخرين والتواصل معهم والتأثير فيهم ، وتحقيق التوافق الاجتماعى والشعور بالأمن النفسى معهم. وتوصل (Sauceda 2011) الى فعالية التدريب على ادارة الذات والمهارات الاجتماعية فى خفض السلوكيات غير التوافقية داخل الصف مثل الحركة والتلملل والسلوكيات الفوضوية وعدم الامتثال للتعليمات وتحسين السلوك التوافقى لدى عينه مكونه من (٥) تلاميذ بالمرحلة الابتدائية.

١٠- الثقة والدافعية : Cinfidence and Motivation

وتعنى احساس الفرد بحقيقته وامكانياته وإدراكه لواقعة وقدراته على تخطى ما يقابله من صعوبات ، والتطلع الى التوافق النفسى والاجتماعى والوصول الى مستوى عالى من الانجاز فى أى مجال من مجالات الحياة (غرغوط عاتكة٢٠١٦).

وقد اجرى (Choi&Chung 2012). دراسة هدفت للكشف عن فعالية ادارة الذات فى خفض السلوكيات المشكلة وتحسين الخصائص النفسية لدى عينه من طلاب الجامعة قوامها (٨٤) طالبا ، وشارت النتائج الى تحسين السلوكيات الايجابية والسمات النفسية على رأسها وجهه الضبط الداخلية والتفاؤل وتوقع النجاح.

ثالثا :علاقة ادارة الذات وصعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية :

ترى الباحثة أن صعوبات التعلم الاجتماعية ناتجة عن ضعف القدرة على ادارة الذات بأبعادها المختلفة ، حيث تمثل مظاهر الصعوبات المتعددة انعكاسا لأبعاد ادارة الذات فى صورتها المنخفضة ، فيؤدى انخفاض الثقة والدافعية الى ظهور الانسحاب الاجتماعي والقلق والخجل ، وغياب الضبط والتحكم ينعكس فى السلوك الاندفاعي والعدوان والسلوك المشكل والفوضوي وعدم اتباع التعليمات وتخطى الأدوار ، وأيضا قصور التحكم الانفعالي والادارة الاجتماعية الجيدة يؤدى الى غلبة العزلة وسوء العلاقة مع الاخرين داخل وخارج الصف الدراسى. حيث توصل مصطفى القمش (٢٠١٠). فى دراسة أجراها على عينة من ذوى صعوبات التعلم ممن يعانون من المشكلات الصفية السلوكية والصفية والانفعالية والاكاديمية فى الصف الخامس من التعليم الأساسي ،الى وجود ارتباط عكسي وثيق بين تنظيم الذات كمصطلح مرادف لإدارة الذات والمشكلات السابقة لدى التلاميذ ذوى صعوبات التعلم. وقد قام دردين (Dryden 2007). بدراسة هدفت الى تعديل السلوكيات غير المناسبة فى الفصول والتي تمثلت فى العدوان اللفظي والتحدث والسخرية من الآخرين أثناء الشرح ، وتشتمت الانتباه والقفز على المقاعد. لدى عينة من (٥) تلاميذ بالمدرسة الابتدائية تتراوح أعمارهم من (٩-١٠) سنوات باستخدام اجراءات ادارة الذات. وشارت النتائج الى انخفاض هذه السلوكيات بالتدريب على ادارة الذات.

وهدف دراسة (Terenzi Ervin &Hoff 2010).الى خفض أعراض بعض السلوكيات التخريبية وتحسين السلوكيات الصفية لدى عينة من ذوى صعوبات التعلم ونقص الانتباه والنشاط الزائد قوامها (٣) تلاميذ ذكور من الصف السادس ، وشارت النتائج أن اسلوب ادارة الذات اسهم بشكل كبير فى خفض مشكلاتهم وسلوكياتهم التخريبية ونشاطهم الزائد وتحسين السلوكيات المرتبطة بتنفيذ المهمة.

ولا يقتصر التدريب على ادارة الذات فى خفض أعراض الصعوبات الاجتماعية والانفعالية فقط بل يساهم فى تحسين السلوكيات الصفية وتنمية المهارات الاكاديمية مثل الفهم

القرائى ومهارات الحساب واللغة ، باعتبار انه لا يمكن التعامل مع صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية بمعزل عن الصعوبات الاكاديمية. حيث ان ادارة الذات تمثل استراتيجية تكاملية لمواجهة كلا الصعوبات الاكاديمية والاجتماعية والانفعالية والسلوكية.

وقد اجرى نيس وبلفور (Nies&Belfiorw 2006).دراسة هدفت الى الكشف عن فعالية استخدام اجراءات ادارة الذات فى تعلم التهجى لدى ذوى صعوبات التعلم. و اشارت النتائج الى ان الجمع بين استراتيجيتى التقييم الذاتى والتصحيح الذاتى فى تعلم التهجى يعمل على تحسين أداء التلاميذ داخل الفصول الدراسية ويحسن من مستواهم الاكاديمي. كما أجرى كرابرى وآخرون (Crabree et al 2010). دراسة للكشف عن فعالية التدريب على المراقبة الذاتية فى تنمية الفهم القرائى لدى ذوى صعوبات التعلم من المرحلة الثانوية ، وكشفت النتائج عن وجود علاقة داله بين استخدام استراتيجية المراقبة الذاتية وتحسن مستوى الفهم القرائى لدى أفراد العينة.

تعقيب:

يتضح من العرض السابق وجود علاقة عكسية بين ادارة الذات وصعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية ، وايضا فعالية ادارة الذات فى تحسين السلوكيات الصفية الايجابية ، والقدرة على التفاعل الإيجابي ، وخفض السلوك الفوضى والتخريبى ، وخفض العدوان اللفظى والبدنى ، والتعبير عن الانفعالات بالصورة المناسبة ، وتحسين المستوى الأكاديمي. اى انها ذات فعالية على الجوانب الاكاديمية والاجتماعية والانفعالية والسلوكية. كما يتضح أن اغلب الدراسات السابقة ركزت على مرحلة التعليم الأساسى التى تضم المرحلة الابتدائية والاعدادية ، أى فى الفترة العمرية من (٧-١٤) عاما ماعدا دراسة (Crabree et al 2010). التى تناولت المرحلة الثانوية ، ودراسة (Choi&Chung 2012). التى تناولت المرحلة الجامعية. وهذا ما تعتبره الباحثة دافعا للقيام بالدراسة الحالية التى تهدف الى تدريب تلاميذ التعليم الأساسى من ذوى صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية على اجراءات ادارة الذات وخفض مظاهر الصعوبات لديهم.

فروض الدراسة:

- ١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس ادارة الذات (أبعاد- درجة كلية) فى القياسين القبلى والبعدى لصالح القياس البعدى.
- ٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية (أبعاد- درجة كلية) فى القياسين القبلى والبعدى لصالح لقياس البعدى.

٣- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس ادارة الذات (أبعاد- درجة كلية) فى القياسين البعدى والتتبعى (بعد مرور شهرين من تطبيق البرنامج).

٤- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية (أبعاد- درجة كلية) فى القياسين البعدى والتتبعى (بعد مرور شهرين من تطبيق البرنامج).

إجراءات الدراسة:

أولا عينة الدراسة:

- **العينة الاستطلاعية:** تكونت العينة الاستطلاعية للدراسة من (١٢٠) تلميذا وتلميذة من الصفوف الرابع والخامس والسادس وذلك لتقنين أدوات الدراسة.
- **العينة الأساسية:** قامت الباحثة باختيار عينة الدراسة الأساسية من تلاميذ مجمع على عبد الشكور للتعليم الأساسي ممن تتراوح أعمارهم من (٩-١٢) سنة وانخفضت درجاتهم على مقياس ادارة الذات وارتفعت على مقياس صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية. وللتأكد من نتائج المقاييس قامت الباحثة باختيار ثلاثة من المعلمين الذين قد مر على تدريسهم للطلاب مدة (٤٠) يوما أو أكثر (معلم اللغة العربية والرياضيات والتربية الفنية) حتى يمكنهم تحديد الخصائص المميزة للطلاب , وطلبت منهم الإجابة على مقياس ادارة الذات وصعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية صورة المعلم. ثم قامت الباحثة بتصحيح المقاييس الخاصة بكل تلميذ على حدة (صورة التلميذ -صورة المعلم) وبعد الانتهاء اتفقت نتائج عدد (١٤) تلميذا وتلميذة بين صورة المعلم والتلميذ مما يؤكد على صحة اختيار العينة. وتم استبعاد احد الطلاب لتعاطيه بعض الأدوية لعلاج الكهرباء الزائدة فى المخ و كذلك تلميذ آخر لتكرار مرات غيابة. ثم تأكدت الباحثة من انتظام هؤلاء الطلاب بالحضور من قبل المشرفين والاختصاصيين النفسيين والاجتماعيين بالمدرسة وذلك لضمان التزامهم بالحضور وتطبيق جلسات البرنامج التدريبي. وبذلك تكونت عينة الدراسة من (١٢) تلميذا وتلميذة ممن تراوحت أعمارهم الزمنية بين (٩-١٢) بمتوسط عمرى (١٠,٨٦) وانحراف معيارى (٧,١٢) بالصفوف:الرابع الابتدائي (٤) تلاميذ ,والصف الخامس (٣) تلاميذ , والصف السادس (٥) تلاميذ. وتم اختيار العينة من الجنسين (ذكور / اناث) نظرا لاختلاف

الدراسات السابقة فى تحديد اى الجنسين أكثر من حيث اظهار الصعوبات (فوزية الدعيكى ٢٠١٢، مريم جرجس ٢٠١٦)، والجدول التالي يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة.

جدول (١)

توزيع العينة الأساسية.

الصف الدراسى	الرابع	الخامس	السادس	المجموع
عدد التلاميذ	٤	٣	٥	١٢

ثانيا : أدوات الدراسة :

استخدمت الدراسة الأدوات الآتية:-

- ١- مقياس ادارة الذات. (اعداد الباحثة).
- ٢- مقياس صعوبات التعلم الانفعالية والاجتماعية (صورة المعلم / صورة التلميذ). (اعداد الباحثة).
- ٣- بطاقة تقييم السلوك المحدد (صورة التلميذ / المعلم / الوالدين) (اعداد الباحثة).
- ٤- برنامج التدريب على استراتيجيات ادارة الذات. (اعداد الباحثة).

اولا مقياس ادارة الذات

إعداد المقياس :-

- قامت الباحثة بالاطلاع على الادبيات التى تناولت ادارة الذات لتحديد الخصائص العامة لاجراءات ادارة الذات والتى يمكن الاعتماد عليها فى تصميم وبناء مقياس لادارة الذات يتناسب مع عينه الدراسة الحالية مثل (محمد شاهين ٢٠١٠، احمد حسنين حسن ٢٠١٢، هويده حنفى ٢٠١٢، محمود ابو مسلم ٢٠١٢، عبد الفتاح رجب مطر ٢٠١٤، تهنانى عبد الله منيب ٢٠١٤، ياسرة ابو هروس ٢٠١٥).
 - قامت الباحثة بتحديد الهدف من المقياس فى التعرف على اجراءات واستراتيجيات ادارة الذات لدى تلاميذ مرحلة التعليم الأساسى ، وتم تحديد أهم مظاهر ادارة الذات وتم صياغتها فى صورة عبارات تتماشى مع التعريف الاجرائى للباحثة.
- وصف المقياس :-

يتكون مقياس ادارة الذات لتلاميذ المرحلة الاساسية من التعليم من ستة ابعاد تتضمن بداخلها مجموعة من العبارات الدالة على ادارة الذات وهى كالتالى :-

- **بعد ادارة الانفعالات والمشاعر:-** ويشمل هذا البعد العبارات من (١-١٠) وتصف قدرة التلميذ على ضبط انفعالاته ومشاعره وتوجيه وجداناته الى ما يحفزه ويدفع به الى تحقيق أهدافه وزياده توافقه.

- **بعد ادارة العلاقات والمواقف :-** ويشمل هذا البعد العبارات من (١١-٢٠) وتصف قدرة التلميذ على بناء صداقات والحفاظ عليها واستمرارها وقدرته على ادارة تلك العلاقات لتحقيق التوافق الاجتماعى و استغلال المواقف والقدرة على توجيهها توجيه ذاتى والتصرف المناسب فى الازمات والضغوط.
- **بعد الإدارة الذاتية :-** ويشمل هذا البعد العبارات من (٢١-٣٠) وتصف قدرة التلميذ على رؤية ذاته فى مختلف تصرفاته وامكانية اعطاء التعليمات الذاتية الى الذات وتوجيه ذاته وامكانية تدعيم نفسه وتعزيزها عند تحقيق انجازات ونجاحات.
- **بعد الثقة والدافعية:-** ويشمل هذا البعد العبارات من (٣١-٤٠) وتصف قدرة التلميذ على مآلديه من قدرات لتحمل المسئولية والاعتماد على ذاته دون الاعتماد على الاخرين. وقدرته على توليد الدافعية الذاتية لتحقيق اهدافه وتوجيه ذاته.
- **بعد ادارة الوقت:-** ويشمل هذا البعد العبارات من (٤١-٥٠) و تصف قدرة التلميذ على ادارة وقته جيدا والتخطيط لمستقبله وتنظيم اعماله ومتابعة تنفيذها.
- **بعد الضبط واتخاذ القرارات:-** ويشمل هذا البعد العبارات من (٥١-٦٠) وتصف قدرة التلميذ على ضبط سلوكياته واتخاذ القرارات الخاصة بمهامه وأعماله والانتقال من مرحلة لأخرى على كافة المستويات.

- طرق حساب الكفاءة السيكومترية للمقياس :

- صدق المقياس :-

- ١- **صدق المحكمين :-** تم عرض المقياس على عشرة من أساتذة الصحة النفسية وعلم النفس والتربية الخاصة لإبداء الرأى فى عبارات المقياس من حيث سلامه صياغتها ووضوحها ومدى ملائمة العبارات للتلاميذ عينة الدراسة أو اضافة التعديلات التى يرونها ضرورية. وجاءت نسبة الاتفاق بينهم على عبارات المقياس تساوى (٨٠-١٠٠) %
- ٢- **الصدق الذاتى :-** تم التحقق من صدق المقياس الذاتى بأخذ الجذر التربيعى لمعامل الثبات كما فى الجدول التالى.

جدول (٢)

معاملات الصدق الذاتى لابعاد مقياس ادارة الذات والدرجة الكلية.

الدرجة الكلية	الضبط واتخاذ القرارات	ادارة الوقت	الادارة الذاتية	الثقة والدافعية	ادارة العلاقات والمواقف	ادارة الانفعالات والمشاعر	ابعاد المقياس
٠,٩٤٤	٠,٧٥٩	٠,٨٤٦	٠,٨٥٣	٠,٨١٢	٠,٧٨٩	٠,٧١٢	معامل الصدق الذاتى

ومن الجدول السابق يتضح لنا ان نسب الصدق الذاتي لأبعاد المقياس والدرجة الكلية مرتفعة مما يجعله صالح لقياس ادارة الذات لدى عينه الدراسة الحالية.

٣- الصدق التمييزي :- (صدق المقارنة الطرفية).

تتميز الأداة الجيدة فى القياس بقدرتها على التمييز بين المرتفعين والمنخفضين من المفحوصين وفقا لأدائهم على الأداة أو المقياس. وعليه قامت الباحثة بترتيب درجات أفراد عينه الكفاءة السيكو مترية ترتيبا تنازليا فى كل بعد من ابعاد المقياس والدرجة الكلية (ن = ١٠٠) وتحديد الارباعى الاعلى (٢٧% من العينة تقع أعلى الوسيط)، والارباعى الادنى (٢٧% من عينه التى تقع ادنى الوسيط) لكل بعد ، ثم حساب الفروق بين متوسطى درجات الافراد فى الارباعيين باستخدام اختبار "ت" كما فى الجدول التالى.

جدول (٣)

الصدق التمييزى لمقياس ادارة الذات وابعاده.

مستوى الدلالة	قيمة "ت"	الارباعى الادنى		الارباعى الاعلى		ابعاد مقياس ادارة الذات
		ع	م	ع	م	
٠,٠١	١٨,١١	١,٦٦	١١,٣	١,٣	٣٧,١١	ادارة الانفعالات والمشاعر
٠,٠١	٢٢,١٦	١,٤٣	١٢,٨٧	١,٧٧	٣٤,٥٠	ادارة العلاقات والمواقف
٠,٠١	١١,٦٧	١,٨٧	١٠,٧	١,٩٨	١٩,٨٨	الثقة والدافعية
٠,٠١	٢٢,٣٤	١,٥٥	٩,٣٣	١,٨٩	٣٤,٢٦	الادارة الذاتية
٠,٠١	١٢,٤١	١,٤٧	١٣,٩٠	١,٠٢	٢٧,٤٥	ادارة الوقت
٠,٠١	١٨,٣٢	١,٦٥	١٢,٦٥	١,٣٤	٣١,٢٥	الضبط واتخاذ القرارات
٠,٠١	١٣,٤٥	٥,٥٢	١٠٤,١	٦,٣	١٢٣,٦	الدرجة الكلية

يتضح من الجدول السابق ان قيم "ت" جميعها دالة عند مستوى (٠,٠١) للأبعاد والدرجة الكلية للمقياس مما يدل على قدرة المقياس على التمييز بين مرتفعى ومنخفضى الدرجات عليه، مما يدل على تمتع المقياس بدرجة عالية من الصدق تسمح باستخدامه فى الدراسة الحالية.

• (ب) - الثبات Reliability

ويعنى الاتساق بين قياسات الاختبار حيثما كانت هذه القياسات واعطاء نفس النتيجة اذا تكررت عملية القياس مرات متتالية وقد يعنى الثبات الموضوعية ايضا. وقامت الباحثة بحساب ثبات المقياس بالطرق التالية.

(١) - التجزئة النصفية SpilT-ahlf

تم التأكد من ثبات مقياس ادارة الذات باستخدام طريقة التجزئة النصفية بأساليبها (سييرمان - براون، وجتمان)، باستخدام برنامج التحليل الإحصائي SPSS وجاءت النتائج كما فى الجدول التالى.

جدول (٤)

معاملات الثبات لمقياس ادارة الذات بطريقة التجزئة النصفية.

معامل الثبات		أبعاد المقياس
جيتمان	سييرمان - براون	
٠,٨٤	٠,٨٥	ادارة الانفعالات والمشاعر
٠,٧٧	٠,٧٦	ادارة العلاقات والمواقف
٠,٧٩	٠,٨١	الثقة والدافعية
٠,٨٧	٠,٨٦	الادارة الذاتية
٠,٧٦	٠,٧٨	ادارة الوقت
٠,٨٩	٠,٨٨	الضبط واتخاذ القرارات
٠,٩٣	٠,٩٤	الدرجة الكلية

يتضح من الجدول رقم (٤) تقارب قيم معاملات الثبات باستخدام معادلتى سييرمان - براون، وجيتمان مما يدل على ثبات المقياس كما يشير الى ارتفاع معامل الثبات الكلى الى حد كبير.

(٢) - طريقة اعادة تطبيق الاختبار: - test retest

قامت الباحثة بتطبيق مقياس ادارة الذات لتلاميذ المرحلة الاساسية فى صورته النهائية على عينة مكونة من (١٠٠) تلميذاً من التعليم الاساسى بمجمع على عبد الشكور للتعليم الاساسى بإدارة شرق كفر الشيخ التعليمية. ثم اعيد تطبيق المقياس مرة ثانية بعد مرور اسبوعين، ثم قامت الباحثة بحساب معامل الارتباط بين درجات التلاميذ فى التطبيق الاول على ابعاد المقياس ودرجاتهم فى التطبيق الثانى واتضح ان معاملات الارتباط لأبعاد المقياس كانت دالة عند مستوى (٠,٠١) مما يؤكد ان المقياس يتمتع بمعامل ثبات مرتفع , ويظهر ذلك من خلال الجدول رقم (٥).

(٣) - طريقة الفا كرونباخ:-

استخدمت الباحثة طريقة معامل الفا- كرونباخ فى حساب ثبات مقياس ادارة الذات لتلاميذ المرحلة الاساسية حيث اتضح أن كافة ابعاد المقياس تتمتع بمعاملات ثبات دالة احصائياً. حيث

تراوحت معاملات الارتباط فيما بين (٠,٧٩ - ٠,٩٣) وجميعها دالة احصائياً. ويشير ارتفاع معامل الفا ان عبارات البعد الواحد تمثل وتعبّر عن مضمونها , كما تراوح معامل الارتباط للمقياس ككل (٠,٨٢١) مما يشير الى تمتع المقياس بمعامل ثبات مرتفع ويؤكد نتائج تطبيقه في هذه الدراسة. والجدول التالي يوضح ثبات المقياس بطريقتي اعادة تطبيق الاختبار وطريقة الفا كرونباخ.

جدول (٥)

معاملات الثبات بطريقة اعادة تطبيق الاختبار وطريقة الفا - كرونباخ (ن=١٠٠).

م	ابعاد المقياس	طريقة اعادة تطبيق	طريقة الفا - كرونباخ
١	ادارة الانفعالات والمشاعر	٠,٧٩٥	٠,٧٨٨
٢	ادارة العلاقات والمواقف	٠,٨٣٥	٠,٨٢٢
٣	الادارة الذاتية	٠,٨١٤	٠,٨٣٢
٤	الثقة والدافعية	٠,٨١٥	٠,٧٩٩
٥	ادارة الوقت	٠,٨٦٦	٠,٨٦٥
٦	الضبط واتخاذ القرارات	٠,٨٦٠	٠,٩٣٣
٧	الدرجة الكلية	٠,٨٦٥	٠,٨٢١

(ج) - الاتساق الداخلي :- قامت الباحثة بحساب الاتساق الداخلي لمقياس ادارة الذات بالطرق الآتية.

(١) - الاتساق الداخلي بين العبارات وأبعاد المقياس :- قامت الباحثة بحساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي اليه العبارة , وذلك على عينة مكونة من (١٠٠) تلميذا ممن تتراوح اعمارهم من (٩-١٢) سنة. وجاءت جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى (٠,٠١) والجدول رقم (٦) يوضح ذلك.

جدول (٦)

معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي اليها العبارة.

ادارة الانفعالات		ادارة العلاقات		الادارة الذاتية		الثقة والدافعية		ادارة الوقت		الضبط واتخاذ القرارات	
رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
١	٠,٦٧	١١	٠,٧١	٢١	٠,٦٢	٣١	٠,٨٤	٤١	٠,٨٧	٥١	٠,٧٨
٢	٠,٩٢	١٢	٠,٦٩	٢٢	٠,٦٨	٣٢	٠,٧٠	٤٢	٠,٦٩	٥٢	٠,٩٢
٣	٠,٩١	١٣	٠,٨٩	٢٣	٠,٧٦	٣٣	٠,٧٥	٤٣	٠,٧٤	٥٣	٠,٨٩
٤	٠,٨٤	١٤	٠,٧٥	٢٤	٠,٩٦	٣٤	٠,٨٦	٤٤	٠,٩٢	٥٤	٠,٨٥
٥	٠,٧٣	١٥	٠,٩٢	٢٥	٠,٩٣	٣٥	٠,٧٩	٤٥	٠,٧٦	٥٥	٠,٨١
٦	٠,٨٠	١٦	٠,٧٨	٢٦	٠,٨٠	٣٦	٠,٥٨	٤٦	٠,٨٤	٥٦	٠,٧٩
٧	٠,٨٦	١٧	٠,٧٧	٢٧	٠,٨٥	٣٧	٠,٩٠	٤٧	٠,٧٢	٥٧	٠,٧٤
٨	٠,٧٣	١٨	٠,٧٤	٢٨	٠,٧٩	٣٨	٠,٨٤	٤٨	٠,٩١	٥٨	٠,٨١
٩	٠,٦٨	١٩	٠,٩٠	٢٩	٠,٨١	٣٩	٠,٨٢	٤٩	٠,٧٩	٥٩	٠,٨٧
١٠	٠,٩٥	٢٠	٠,٨٣	٣٠	٠,٩٤	٤٠	٠,٩٣	٥٠	٠,٦٨	٦٠	٠,٨٣

يتضح من الجدول رقم (٦) ان معاملات الارتباط تراوحت من (٠,٥٨) الى (٠,٩٦) وجميعها دالة عند مستوى (٠,٠١) مما يدل على تمتع عبارات المقياس باتساق داخلي للأبعاد التي تنتمي اليها وللمقياس ككل.

(٢) - الاتساق الداخلي بين الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس :- قامت الباحثة بحساب معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس , كما في الجدول رقم (٧).

جدول (٧)

معاملات الارتباط بين ابعاد مقياس ادارة الذات بعضها ببعض والدرجة الكلية له

الدرجة الكلية	السادس	الخامس	الرابع	الثالث	الثاني	الاول	الأبعاد
						----- ---	ادارة الانفعالات والمشاعر
					٠,٨٧٥	ادارة العلاقات والمواقف
				---	٠,٧٦٩	٠,٨٩٠	الادارة الذاتية
			-----	٠,٧٨٣	٠,٨٨٣	٠,٨٤٣	الثقة والدافعية
		-----	٠,٨٤١	٠,٧٨٦	٠,٩٢١	٠,٧٩٥	ادارة الوقت
	-----	٠,٩١٨	٠,٩٤٣	٠,٨٤٦	٠,٨٩٩	٠,٧٨٩	الضبط واتخاذ القرارات
.....	٠,٩٤٢	٠,٨٦٠	٠,٩٢١	٠,٨١٠	٠,٧٥٩	٠,٨٨٩	الدرجة الكلية

يتضح من الجدول السابق ان جميع معاملات الارتباط مرتفعة ودالة عند مستوى (٠,٠١) مما يدل على وجود اتساق داخلي لأبعاد المقياس. ومن ثم فان أبعاد المقياس تتمتع بدرجة عالية من الاتساق الداخلي ويمكن ان يقيس ما وضع لقياسه, نظرا لوجود نوع من التجانس الداخلي لأبعاد المقياس وللمقياس ككل.

- إجراءات تطبيق المقياس :- يمكن تطبيق المقياس بصورة فردية أو جماعية وذلك بأن يقوم المفحوص بقراءة التعليمات بعناية قبل الشروع في الإجابة.

- الإجابة على المقياس وطريقة التصحيح :- استخدمت الباحثة طريقة ليكرت الثلاثية (دائما - أحيانا - نادرا) حيث تتدرج الإجابة من أقصى درجات الانطباق (دائما) إلى أقصى درجات عدم الانطباق (نادرا) وتعتبر (أحيانا) نقطة حيادية في الإجابة وتم إعطاء أوزان تقديرية لكل بديل من الإجابات الثلاثة تتراوح من (٣- دائما) ، (٢- أحيانا) ، (١- نادرا).

وتتراوح الدرجة الكلية للمقياس من (٦٠ - ١٨٠) درجة والارتفاع فى الدرجة يشير الى تحسن مستوى ادارة الذات والانخفاض فى الدرجة يشير الى عكس ذلك.

ثانيا مقياس صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية.

- قامت الباحثة باستطلاع آراء معلمى ومعلمات المدرسة الابتدائية والإعدادية الملتحقين ببرنامج التأهيل التربوي بكلية التربية جامعة كفر الشيخ وكان مغزى السؤال " ما أهم مظاهر صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية التى تظهر على التلاميذ داخل الصف. وذلك بعد توضيح ماهية صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية لهم.
- جمعت الباحثة الإجابات واعتمدت على معامل التكرار فى الإجابات واختارت ماتعدى تكراره عن ٩٠%. وقامت بصياغتها فى صورة أبعاد وهى :-
- صعوبات فى المجال الاجتماعي. - صعوبات فى المجال السلوكي.
- صعوبات فى المجال الانفعالي. - صعوبات فى المجال الأكاديمي العام
- الاطلاع على العديد من الدراسات والبحوث العربية والاجنبية &young,s. &Bramhan,J2007, عمر محمد سليمان ٢٠٠٧، طه هنداوى ٢٠٠٧، ابتسام عبد المجيد الحلو ٢٠٠٨، فتحى الزيات ٢٠٠٨، رباب بنت جعفر العجمية ٢٠١٠، جونا برهان الدين فتحى ٢٠١٠، حميدة السيد العربى ٢٠١١، احمد خالد خزاعلة ٢٠١١، محمد رزق البحيرى ٢٠١٢، بلال عدنان حسن ٢٠١٢، مهيد محمد المتوكل ٢٠١٢، بداي مسلم الرشيدى وآخرون ٢٠١٣، سليمان عبد الواحد يوسف ٢٠١٤، يوسف محيلان العنزى (٢٠١٤).
- قامت الباحثة بتحديد الهدف من المقياس فى التعرف على اصحاب صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية من تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي وتم تحديد أهم مظاهر صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية ثم صياغتها فى صورة عبارات تتماشى مع التعريف الإجرائي للباحثة.

وصف المقياس :

- تكون مقياس صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية لتلاميذ المرحلة الاساسية من التعليم فى صورة المبدئية من (٦٥) عبارة ويتضمن الابعاد الآتية:
- **صعوبات فى الجوانب الاجتماعية:-** ويشير هذا البعد الى ضعف القدرة على اقامة صداقات مع الاخرين ، وصعوبة فى فهم المواقف الاجتماعية والتفاعل معها ، وعدم القدرة على المبادأة والقاء التحية أو الدخول فى مناقشات مع الاقران أو المعلم ، وردود الفعل

السلبية والغير مقبولة اجتماعيا. الصعوبة فى التحدث مع الاخرين أو الإنصات لهم أثناء تحدثهم فى قضية ما ، والشعور بالقلق والاضطراب فى المواقف الجماعية وتجنب التواصل مع الاقران والدخول فى موضوعات لاتخص الفرد والنطق بألفاظ غير مقبولة ، وانهاء الحوار دون تهيئة لذلك وبشكل مفاجئ غير مناسب للموقف.

- **صعوبات فى الجوانب الانفعالية :-** ويشير هذا البعد الى قصور فى مهارات التواصل الوجدانى مع الاخرين وعدم فهم انفعالاتهم والاحساس بهم أو الاهتمام بمشاعرهم ، وضعف المشاركة الوجدانية وسيطرة الجوانب السلبية من افكار ومعتقدات ورؤية ذاتية متدنية على الفرد دون الجوانب الايجابية ، حيث يخجل من مواجهة الاخرين أو التحدث امامهم ، ويتجنب أداء المهام والانشطة لشعوره بعدم امتلاك القدرة على ذلك.
- **صعوبات فى المجال السلوكى :-** ويشير هذا البعد الى المظاهر السلوكية التى تتمثل فى عدم الالتزام بالقوانين القائمة، ورفض التعليمات التى توجه له وعدم تنفيذها ، والاندفاعية وعدم الالتزام بالأدوار الاجتماعية والتسرع والاندفاع، واحتياجه الى الاشراف من الاخرين و كثره الحركة المفرطة داخل الصف وكثرة الخروج والدخول بدون هدف. والانسحاب من المشاركة والتفاعل فى الأنشطة. كما يشير هذا البعد الى مظاهر العدوان والتخريب مثل الاعتداء على الاخرين وتدمير ممتلكاتهم والحاق الاذى البدنى والنفسى لهم وتهديدهم ، وتكسير الزجاج والادوات المكتبية والمدرسة والكتابة على الجدران والابواب.
- **صعوبات فى الجوانب الاكاديمية :-** حيث ان صعوبات التعلم الاكاديمية ترتبط بصعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية وتترتب عليها. ويشير هذا البعد الى التأخر الأكاديمي وتدنى التحصيل المرتبط والمصاحب للأبعاد السابقة. حيث يتجنب التلميذ توجيه أسئلة للمعلم ، وتفضيل العمل الفردى والابتعاد عن الاختلاط الاخرين أو التنافس معهم ، والتأخر عن مواعيد الحصص وعدم اداء الواجب المنزلى.

- طرق حساب الكفاءة السيكومترية لمقياس صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية.

(أ) - صدق المقياس :-

١- صدق المحكمين :- تم عرض المقياس على عشرة من اساتذة الصحة النفسية وعلم النفس والتربية الخاصة لإبداء الرأى فى عبارات المقياس من حيث سلامة الصياغة ووضوح العبارات ومدى ملائمة العبارات للتلاميذ عينة الدراسة ومدى تماشيها مع الابعاد التى تنتمى اليها وامكانية اضافة التعديلات التى يرونها ضرورية. وبناءا على نتائج التحكيم تم

استبعاد (٥) عبارات لم تصل نسب الاتفاق عليها الى (٩٠%) والابقاء على باقى العبارات والتي حصلت على نسبة اتفاق (٩٠%) فأكثر, كذلك تم عمل التعديلات اللازمة فى صياغة بعض العبارات وفقا لآراء الساده المحكمين.

٢-الصدق الذاتى:- قامت الباحثة بأخذ الجزر التربيعى لمعامل الثبات لأبعاد المقياس بالاعتماد على معاملات الثبات المقياس وأبعاده التى استخرجت بطريقة ألفا - كرونباخ كما فى الجدول التالى.

جدول (٨)

نتائج معاملات الصدق الذاتى لأبعاد مقياس صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية والدرجة الكلية.

أبعاد مقياس صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية	معامل الثبات	معامل الصدق الذاتى
صعوبات المجال الاجتماعى	٠,٨٨٤	٠,٨٨٧
صعوبات المجال الانفعالى	٠,٨٧٦	٠,٨٨٦
صعوبات المجال السلوكى	٠,٨٣٣	٠,٨٥٥
صعوبات المجال الاكاديمى العام	٠,٨٥٥	٠,٨٨٩
الدرجة الكلية للمقياس ككل	٠,٩٢٢	٠,٩٦٦

٣- الصدق التمييزي (صدق المقارنة الطرفية):- قامت الباحثة بترتيب درجات أفراد عينه الكفاءة السيكو مترية ترتيبا تنازليا فى كل بعد من ابعاد المقياس وتحديد الارباعى الاعلى والارباعى الادنى لكل بعد, ثم حساب الفروق بين متوسطى درجات الافراد فى الارباعيين باستخدام اختبار "ت" كما فى الجدول التالى.

جدول (٩)

الصدق التمييزي لأبعاد مقياس صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية والدرجة الكلية.

الابعاد	مج	ن	م	ع	درجة الحرية	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
صعوبات المجال الاجتماعى	الارباعى الاعلى	٢٧	٣٨,٢١	١,٨٥		١٩,٠١	دالة عند ٠,٠١
	الارباعى الادنى	٢٧	١١,٠٧	١,١٢			
صعوبات المجال الانفعالى	الارباعى الاعلى	٢٧	٢٧,٤٠	١,٤٤		٢٣,١٧	دالة عند ٠,٠١
	الارباعى الادنى	٢٧	١٠,٧٩	٠,٧٦			
صعوبات المجال السلوكى	الارباعى الاعلى	٢٧	١٧,٧٩	٠,٨٩		١٠,٤٩	دالة عند ٠,٠١
	الارباعى الادنى	٢٧	٩,٥١	٠,٧١			
صعوبات المجال الاكاديمى العام	الارباعى الاعلى	٢٧	٢٣,٢٧	١,٠٢		٢٢,٠١	دالة عند ٠,٠١
	الارباعى الادنى	٢٧	١٤,٦٩	١,٩٣			
الدرجة الكلية	الارباعى الاعلى	٢٧	١٣٩,٥٤	٧,٧٨		١١,٤٩	دالة عند ٠,٠١
	الارباعى الادنى	٢٧	١١٠,٦١	٦,٥١			

يتضح من الجدول السابق ان قيم "ت" جميعها دالة عند مستوى (٠,٠١) سواء للأبعاد أو الدرجة الكلية للمقياس ,مما يدل على قدرة المقياس على التمييز بين الافراد مرتفعى ومنخفضى الدرجات فى صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية.

(ب) - الثبات Reliability • قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس بأكثر من طريقة كما هو موضح.

(١) - طريقة اعادة تطبيق الاختبار: - test retest Method

قامت الباحثة بتطبيق مقياس صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية لتلاميذ المرحلة الاساسية فى صورته النهائية على عينة مكونة من (١٠٠) تلميذا من التعليم الأساسى بمجمع مدارس على عبد الشكور للتعليم الأساسى بإدارة شرق كفر الشيخ التعليمية بمحافظة كفر الشيخ. ثم اعيد تطبيق المقياس مرة ثانية بعد مرور اسبوعين. ثم قامت الباحثة بحساب معامل الارتباط بين درجات التلاميذ فى التطبيق الاول على ابعاد المقياس ودرجاتهم فى التطبيق الثانى واتضح ان معاملات الارتباط لأبعاد المقياس تتراوح من (٠,٨٤٢ - ٠,٨٩٥) وكانت دالة عند مستوى (٠,٠١) مما يؤكد ان المقياس يتمتع بمعامل ثبات مرتفع.

(٢) - طريقة معامل الفا كرونباخ Cronbach Alpha :- استخدمت الباحثة طريقة معامل الفا كرونباخ ببرنامج التحليل الإحصائي (Spss) فى حساب ثبات مقياس صعوبات التعلم الانفعالية والاجتماعية. حيث اتضح أن كافة ابعاد المقياس تتمتع بمعاملات ثبات دالة احصائيا. حيث تراوحت معاملات الارتباط فيما بين (٠,٨٣٣ - ٠,٨٨٤) وجميعها دالة احصائيا عند مستوى (٠,٠١). ويشير ارتفاع معامل الفا ان عبارات البعد الواحد تمثل وتعبر عن مضمونها ,كما تراوح معامل الارتباط للمقياس ككل (٠,٨٥٥) مما يشير الى تمتع المقياس بمعامل ثبات مرتفع ويمكن استخدامه فى هذه الدراسة. والجدول التالى يوضح ذلك.

جدول (١٠)

قيم معاملات الثبات بطريقة اعادة تطبيق الاختبار وطريقة الفا - كرونباخ (ن=١٠٠).

م	ابعاد المقياس	اعادة التطبيق	الفا - كرونباخ
١	صعوبات فى المجال الاجتماعى	٠,٨٩٥	٠,٨٨٤
٢	صعوبات فى المجال الانفعالى	٠,٨٨٥	٠,٨٧٦
٣	صعوبات فى المجال السلوكى	٠,٨٤٢	٠,٨٣٣
٤	صعوبات فى المجال الاكاديمى العام	٠,٨٦٣	٠,٨٥٤
٥	الدرجة الكلية للمقياس	٠,٨٣٨	٠,٨٥٥

(ج) - الاتساق الداخلي Internal Consistency :- قامت الباحثة بحساب الاتساق الداخلي

للمقياس بأكثر من طريقة كما هو موضح.

(١) - الاتساق الداخلي بين العبارات وأبعاد المقياس :- قامت الباحثة بحساب معاملات

الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي اليه العبارة , وذلك على

عينة مكونة من (١٠٠) تلميذا ممن تتراوح اعمارهم من (٩-١٢) سنة. وجاءت جميع

معاملات الارتباط دالة عند مستوى (٠,٠١) والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول (١١)

معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي اليه العبارة.

المجال الاجتماعي		المجال الانفعالي		المجال السلوكي		المجال الأكاديمي	
معامل الارتباط	معامل الارتباط	معامل الارتباط	معامل الارتباط	معامل الارتباط	معامل الارتباط	معامل الارتباط	معامل الارتباط
٠,٦١٢	٩	٠,٥٢٢	١٦	٠,٦١٢	٢٤	٠,٥٨٨	٣١
٠,٦٤٤	١٠	٠,٤٩٩	١٧	٠,٥٧٠	٢٥	٠,٧١٠	٣٢
٠,٧١٢	١١	٠,٥٦٦	١٨	٠,٦٨٨	٢٦	٠,٥٩٦	٣٣
٠,٦٥٥	١٢	٠,٧١١	١٩	٠,٦٩٧	٢٧	٠,٦٧٧	٣٤
٠,٥٩٩	١٣	٠,٦٨٨	٢٠	٠,٧٢١	٢٨	٠,٧٣٣	٣٥
٠,٦٣٣	١٤	٠,٥٩٩	٢١	٠,٦٨٧	٢٩	٠,٧٢٤	٣٦
٠,٧٢٢	١٥	٠,٤٨٩	٢٢	٠,٥٩٩	٣٠	٠,٥٩٤	٣٧
٠,٦٩٦	١٦	٠,٦٧٤	٢٣	٠,٧٠٠	٣٨

(٢) - الاتساق الداخلي بين الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس :- قامت الباحثة بحساب

معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس , ويوضح الجدول التالي

نتائج ذلك.

جدول (١٢)

معاملات الارتباط بين ابعاد مقياس صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية بعضها ببعض والدرجة الكلية.

الأبعاد	البعد الاول	البعد الثاني	البعد الثالث	البعد الرابع	الدرجة الكلية للمقياس
صعوبات في المجال الاجتماعي	-----				
صعوبات في المجال الانفعالي	٠,٧٣٧	-----			
صعوبات في المجال السلوكي	٠,٦٢٣	٠,٧٦٦	-----		
صعوبات في المجال الأكاديمي العام	٠,٨٧٨	٠,٨٧٤	٠,٨٨٠	-----	
الدرجة الكلية للمقياس	٠,٧٧٢	٠,٧٦٤	٠,٩٢١	٠,٧٨٩	-----

يتضح من الجدول السابق ان جميع معاملات الارتباط مرتفعة ودالة عند مستوى (٠,٠١) مما يدل على وجود اتساق داخلى لأبعاد المقياس. ومن ثم فان أبعاد المقياس تتمتع بدرجة عالية من الاتساق الداخلى.

الصورة النهائية لمقياس صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية :

يتكون المقياس فى صورته النهائية من (٦٠) عبارة مقسمة على أربعة أبعاد , ويمكن تطبيقه بصورة فردية أو جماعية, وذلك بأن يقوم المفحوص أو المعلم بقراءة التعليمات بعناية قبل الشروع فى الإجابة , وتستخدم طريقة ليكرت الثلاثية (دائماً - أحياناً - نادراً) حيث تتدرج الإجابة من أقصى درجات الانطباق (دائماً) إلى أقصى درجات عدم الانطباق (نادراً) وتعتبر (أحياناً) نقطة حيادية فى الإجابة وتم إعطاء أوزان تقديرية لكل بديل من الإجابات الثلاثة تتراوح من (٣- دائماً) , (٢- أحياناً) , (١- نادراً) , وتدل الدرجات المرتفعة على وجود صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية بدرجة كبيرة والعكس بالنسبة لانخفاض الدرجة على الاختبار. والجدول التالى يوضح ابعاد مقياس صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية فى صورته النهائية وعدد عبارات كل بعد.

جدول (١٣)

أبعاد مقياس صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية.

م	الأبعاد	ارقام الفقرات	عدد الفقرات
١	صعوبات فى المجال الاجتماعى	١٥-١	١٥
٢	صعوبات فى المجال الانفعالي	٣٠-١٦	١٥
٣	صعوبات فى المجال السلوكي	٤٥-٣١	١٥
٤	صعوبات فى المجال الاكاديمي العام	٦٠-٤٦	١٥

ثالثاً بطاقة تقييم السلوك المحدد (صورة التلميذ/المعلم/الوالدين) , (اعداد/الباحثة).

تم تصميم هذه البطاقة لاستخدامها أثناء تدريب التلاميذ على اجراءات ادارة الذات وتخفيف مظاهر الصعوبات فى المجالات السلوكية والاجتماعية والانفعالية والاكاديمية , وتهدف الى قياس قدرة التلميذ على القيام بالمراقبة الذاتية وتسجيل وتقييم سلوكياته. وتحديد السلوك المراد خفضه فى مقابل سلوك آخر يجب تحسينه. كما تهدف الى زيادة متابعة الاباء والمعلمين لسلوكيات الطلاب وزيادة المتابعة من جانبهم على التلميذ , وايضا استخدامها فى التقييم الختامي. ويقوم التلميذ بمساعدة المعلم أو أحد الوالدين فى تحديد السلوك وتسجيله ,

ويقوم التلميذ بملاحظة درجة أداثة للسلوك سواء ايجابية أو سلبية , وقيم السلوك على مدرج يتراوح من بين (١,٢,٣,٤). وتقوم الباحثة كل جلسة بالاطلاع على تلك البطاقات وتقديم التعزيز الفوري على التقدم الملحوظ. وقد استفادت الباحثة في اعداد البطاقة من بطاقة تقييم السلوك الصفى المستهدف اعداد (Thompson,2012), وعبد الفتاح رجب مطر (٢٠١٤). وقامت الباحثة بعرض القائمة فى صورتها الاولية على عشرة محكمين فى مجال الصحة النفسية والتربية الخاصة وتم العمل بأرائهم , وتم تطبيق البطاقة على (٦), تلاميذ للتأكد من وضوح عباراتها وسهولة تطبيقها , وملائمتها للبيئة.

رابعاً البرنامج التدريبي : (اعداد/الباحثة).

يعتبر التدريب على ادارة الذات أحد المداخل العلاجية الحديثة التى تساعد الفرد على رؤية ذاته ومراقبه سلوكياته وتصرفاته والقدرة على الضبط والتحكم الذاتى فى استجاباته. وتتميز عملية الضبط بأنها عملية داخلية تنشأ من داخل الفرد وتكون مصحوبة بالشعور بالثقة بالنفس والقدرة على التقييم الموضوعي للمواقف والقدرة على التفاعل الناجح معها. كما يمكن التدريب الفرد على الاستقلالية وتقليل حاجاته الى الاشراف الخارجى وتحقيق التكيف النفسى والتوافق الاجتماعى. هذا ويقوم البرنامج على الافتراضات الاتية:-

- ١- ان معظم السلوكيات التى يقوم بها التلاميذ هى متعلمة سواء ايجابية أو سلبية.
- ٢- ان البيئة المحيطة بهؤلاء التلاميذ لها دور كبير في ظهور المشكلات والصعوبات التى يعانون منها عن طريق اهمال وتأخير التدخل العلاجي.
- ٣- ان التلاميذ ليسوا متلقين سلبيين بفعل العوامل البيئية الخارجية بل هم قادرين على التحكم والسيطرة فى سلوكياتهم وضبط العوامل المحيطة بهم من خلال التفاعل الناجح معها.
- ٤- ان ادارة الذات تساعد التلاميذ على امتلاك مهارة التفكير والتخطيط قبل البدء فى أداء السلوك ، واذا تمت الاستجابة فإنها تكون بالصورة المطلوبة.
- ٥- ان التدريب على ادارة الذات يتضمن نقل اثر التعلم والتدريب الى اماكن اخرى فى السلوك أكثر عمومية ، وبالتالي تتحقق اهداف البرنامج على المدى الواسع والبعيد.

الهدف العام من البرنامج:

يتمثل الهدف العام من البرنامج فى تحسين استراتيجيات ادارة الذات وتخفيف صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية لدى تلاميذ الحلقة الاولى من التعليم الأساسى. من خلال التدريب على البرنامج المعد فى هذه الدراسة.

الاهداف الاجرائية للبرنامج :-

- تدريب التلاميذ ذوى صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية على اسلوب التحكم الذاتى في السلوك من خلال (مراقبة الذات، تقييم الذات، تدعيم الذات) لتخفيف الاثار الضارة والسلبية الناتجة من هذه الصعوبات.
- تدريب التلاميذ ذوى صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية على استراتيجيات ادارة الذات من خلال النمذجة ولعب الدور والتغذية المرتدة والتعزيز لتحقيق أعلى درجة من التوجيه الذاتى والاستقلالية.
- تدريب التلاميذ ذوى صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية على التخلص من السلوكيات السلبية والالتزام بالسلوكيات الايجابية والمقبولة اجتماعيا.
- تدريب الاباء والمعلمين على تجنب استخدام الاساليب التنفيذية العقابية في تعديل سلوك التلميذ.
- تدريب الاباء والمعلمين على كيفية تعديل البيئة المحيطة بالتلميذ من خلال تنويع الانشطة ومشاركته في أداء بعض المهام التى تنمى استقلاليتة وادارة ذاته وبالتالي تخفف ممارسته للسلوكيات السلبية.

مصادر البرنامج:- تم الاطلاع على بعض الدراسات والبرامج التى صممت للتخفيف من المشكلات والصعوبات التى تواجه التلاميذ فى المراحل التعليمية الاولى. وايضا العديد من البرامج التى تناولت ادارة الذات وتنمية مهارة ادارة الوقت والغضب وغيرها مثل دراسة على عبدالجليل حمدان (٢٠٠٨). و احمد جاد المولى (٢٠٠٩). واحمد حسنين محمد (٢٠١٢) وعبدالفتاح رجب على محمد مطر (٢٠١٤). حيث استفادت الباحثة من هذه البرامج فى طريقة اعداد وتقديم الجلسات وخلصت منها ببعض النتائج الايجابية لبعض الفنيات واكثرها فعالية بهدف التركيز عليها فى البرنامج المعد لهذه الدراسة.

جلسات البرنامج:- يتكون البرنامج من مجموعة من الجلسات التدريبية التى تهدف إلى تنمية مهارات واستراتيجيات إدارة الذات وعددها (٤٣) جلسة تطبق بواقع (٣) جلسات اسبوعية وتستمر الجلسة حوالى (٤٥) دقيقة.

الفنيات المستخدمة فى البرنامج:- استخدمت الباحثة مجموعة من الفنيات بعضها فنيات تدريبية للتلاميذ والبعض الاخر فنيات ارشادية تدريبية للآباء والمعلمين على النحو التالى:-

أ- فنيات ارشادية تدريبية للآباء والمعلمين. وتشمل المحاضرة ، المناقشة، الواجب المنزلي من خلال بطاقات المتابعة وتسجيل البيانات الخاصة بسلوك التلميذ، الاقناع ، الاطفاء بمعنى تجاهل السلوك اللاتوافقي من التلميذ أو المقاطعة اذا استمر فيه ، التعزيز التمايزي (تدعيم السلوك الإيجابي مما يضعف السلوك غير السوي)، العصف الذهني.

ب- فنيات تدريبية للتلاميذ وتشمل:-

- مراقبة الذات: يتعلم التلاميذ كيف يراقبون أنفسهم ويسجلون سلوكهم في المنزل والمدرسة.
- تقييم الذات: يتعلم فيها التلاميذ مقارنة سلوكياتهم بمعايير السلوك السوي وتحديد درجة اقترابهم من تلك المعايير أو ابتعادهم عنها.
- تدعيم الذات: تحديد التلميذ نوع المكافأة أو العقاب الذي يستحقه على سلوكه السوي أو غير السوي.
- تصحيح الذات: توجيه الذات، لعب الدور، النمذجة، المحاضرة والمناقشة، التغذية المرتدة.

القواعد العامة للبرنامج ومراحل سيره:

- عقد اتفاق مع أفراد المجموعة التجريبية بضرورة الالتزام والحضور والمواظبة على الجلسات.
- مراعاة الخصوصية في تطبيق البرنامج والمشاركة الفعالة من أعضاء المجموعة.
- تجهيز كل الادوات المستخدمة في البرنامج.
- تعهد ادارة المدرسة بتوفير الوقت والمكان المناسب لتطبيق البرنامج.
- حضور بعض معلمى الفصول لتقديم الدعم والتعزيز المادى والمعنوى للتلاميذ فى بعض الجلسات.
- بدء تطبيق الجلسات على ان تبدأ الجلسات بجلسة تعارف وتهيئة. ويخصص اول ست جلسات من البرنامج للمعلمين والاباء لإشراكهم في البرنامج وتعريفهم بصعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية ، وتدريبهم كيفية تنمية ادارة الذات لدى تلاميذهم في المدرسة والمنزل. وكيفية متابعة السلوكيات المحددة من قبل التلميذ بهدف خفضها أو زيادتها، و تخصص مدة من (٥-١٠) دقائق تهيئة لكل جلسة فى بداية التدريب.
- يتم مراجعة الواجب المنزلى والبدء فى اجراءات الجلسة الحالية.

- يتم تقييم الجلسات بصورة دورية وتقديم التعزيز الفوري لافراد المجموعة التجريبية.
- يتم التقييم النهائى للبرنامج من خلال القياس البعدى لافراد المجموعة التجريبية على ادوات الدراسة (مقياس ادارة الذات - مقياس صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية).
- تتم اجراءات المتابعة لفاعلية البرنامج من خلال الزيارات المتكررة الى المدرسة - الاستفسار عن التلاميذ من المعلمين حول سلوكياتهم ومدى تغيرها - تطبيق أدوات الدراسة مرة أخرى (القياس التتبعى). والجدول التالى يوضح التالى يوضح عدد الجلسات وموضوعها وأهدافها والفنيات والزمن المستخدم لكل جلسة.

جدول (١٤)

ملخص جلسات البرنامج التدريبي وأهدافه وفنياته.

مرحلة التدريب	رقم الجلسة	موضوع الجلسة	أهداف الجلسة	الفنيات المستخدمة	ملاحظات وتقييم
تدريب الآباء والمعلمين	١	التهيئة	- الترحيب وتهيئة كلا من الآباء والمعلمين للمشاركة في البرنامج - شرح دور كلا منهم في انجاح البرنامج وابرز دور واهمية مشاركتهم.	الحوار والمناقشة الاقناع. المحاضرة	
	٢-٣	صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية	- التعرف على ماهية صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية. - التعرف على اعراضها داخل الفصل والمنزل. - التعرف على الآثار السلبية لتلك الصعوبات على التلاميذ في النواحي النفسية والاجتماعية والاكاديمية. - الحصول على تعليقاتهم حول امكانية التدخل وعلاج تلك الصعوبات.	المحاضرة, الحوار والمناقشة, الاقناع, العصف الذهني	
	٤-٥	اجراءات ادارة الذات	- التعرف على ماهية اجراءات ادارة الذات. - عرض اجراءات ادارة الذات بصورة موضحة. - استعراض لبعض الاديبيات التى تناولت ادارة الذات في علاج المشكلات لدى التلاميذ. - التأكيد على فعالية ادارة الذات في خفض الصعوبات الاجتماعية والانفعالية.	المحاضرة, الحوار والمناقشة, عرض تقديمي	
	٦	تحمل المسؤولية	١. التعرف على طرق اكساب ادارة الذات للتلاميذ ٢. التعرف على دور كلا منهم تجاه التلاميذ ٣. التأكيد على التعاون والمشاركة بين المدرسة والاسرة. ٤. التعرف على اساليب التعزيز والتوجيه المطلوبة للتدريب.	المحاضرة, الحوار والمناقشة, عرض تقديمي	

مرحلة التدريب	رقم الجلسة	موضوع الجلسة	أهداف الجلسة	الفنيات المستخدمة	ملاحظات وتقييم
تدريب التلاميذ	٩-٨	التعارف التهيئة مع التلاميذ	٥. التعارف بين أفراد المجموعة والباحثة ٦. شرح طبيعة البرنامج ودور كل تلميذ في البرنامج ٧. تحفيز التلاميذ على التعاون والمشاركة الفعالة ٨. التأكيد على القواعد المحددة وضرورة الحضور والالتزام. ٩. تحديد أنواع المعززات المفضلة لكل تلميذ على حده.	الحوار والمناقشة الاقناع. المحاضرة	
	١٠	صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية	١٠. التعرف على مفهوم صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية. ١١. التعرف على ابعاد واعراض تلك الصعوبات ١٢. التعرف على التأثير السلبي لهذه الصعوبات على جوانب الشخصية حالاً تطورها وعدم التدخل السيكولوجي معها. ١٣. ان يحدد أفراد المجموعة الصعوبات التي لديهم.	المحاضرة, الحوار والمناقشة, عرض داتا شو	
	٧	اجراءات ادارة الذات	١٤. التعرف على مفهوم ادارة الذات. ١٥. عرض اجراءات ادارة الذات. ١٦. استعراض النماذج التدخلية باستخدام ادارة الذات في خفض المشكلات والسلوكيات الغير ملائمة.	المحاضرة, الحوار والمناقشة, عرض تقديمي النمذجة	
قاعة التدريب	١٢-١١	مراقبة الذات	١٧. تدريب التلاميذ على تحديد سلوكيات محددة واخضاعها للملاحظة. ١٨. تدريب التلاميذ على أساليب ملاحظة الذات ومراقبتها. ١٩. تدريب التلاميذ على تسجيل ملاحظاتهم. ٢٠. تدريب التلاميذ على عمل تقارير ذاتية بصورة تكرارية للذات.	لعب الدور, المناقشة والحوار, النمذجة, عرض تقديمي بالحاسب الالى	
	١٣	التغذية الراجعة	٢١. تدريب التلاميذ التلاميذ على بناء تغذية مرتدة من خلال ملاحظاتهم. ٢٢. تدريب على فهم تلميحات ونظرات الآخرين وردود أفعالهم وتحويلها لتغذية مرتدة يمكن الاستفادة منها.	المناقشة والحوار, النمذجة, عرض تقديمي	
تدريب	١٥-١٤	تقييم الذات	٢٣. تدريب التلاميذ على تحديد المعايير السوية لأداء السلوك والحكم عليه. ٢٤. تدريب التلاميذ على تحديد السلوك المستهدف تعديله وانتقاء السلوك البديل. ٢٥. تدريب التلاميذ على التخطيط الجيد لأداء السلوك. ٢٦. تدريب التلاميذ على مقارنه الاداء الحالي بالمعيار المحدد مسبقاً.	المناقشة والحوار, النمذجة, عرض تقديمي بالحاسب الالى	

ملاحظات وتقييم	الفنيات المستخدمة	أهداف الجلسة	موضوع الجلسة	رقم الجلسة	مرحلة التدريب
	المناقشة والحوار النمذجة عرض تقديمي بالحاسبات	٢٧. تدريب التلاميذ التلاميذ على التوجه نحو السلوك الإيجابي. ٢٨. تدريب التلاميذ على زيادة الجهد لتحقيق الهدف المحدد مسبقا. ٢٩. تدريب التلاميذ على تقييم ما تم إنجازه وإبرازه للذات	تقويم الذات	١٦-١٧	
	المناقشة والحوار النمذجة عرض تقديمي بالحاسبات	٣٠. تدريب التلاميذ على الحوار الذاتي الإيجابي. ٣١. تدريب التلاميذ على اصدار التعليمات اللفظية وغير اللفظية لذاتهم. ٣٢. تدريب التلاميذ على اقتران التعليمات بالممارسات الدينية كالصلاة. ٣٣. تدريب التلاميذ على الامتثال لهذه التعليمات الذاتية	اصدار التعليمات	١٨-١٩	
	المناقشة والحوار النمذجة عرض تقديمي بالحاسبات	٣٤. تدريب التلاميذ التلاميذ على تعزيز ذاتهم بعد انجاز المهام. ٣٥. تدريب التلاميذ على الاستجمام والاستمتاع بالنجاحات المحققة.	تعزيز الذات	٢٠ص	
بدء استخدام بطاقة الملاحظة صورة المعلم /الوالدين	المناقشة والحوار النمذجة عرض تقديمي بالحاسبات	٣٦. تدريب التلاميذ على ملاحظة الانفعالات السلبية وتحديد لها. ٣٧. تدريب التلاميذ على تحديد الانفعالات البديلة والمناسبة. ٣٨. اكسابهم مهارة التعاطف والمشاركة الوجدانية. ٣٩. تدريب التلاميذ على التعبير الانفعالي المناسب للموقف الاجتماعي. ٤٠. تدريب التلاميذ على التحكم وضبط الانفعالات السلبية. ٤١. تدريب التلاميذ على كبت الانفعالات السلبية واظهار الايجابية منها.	ادارة الانفعالات	٢١-٢٢	تدريب ومتابعة
	المناقشة والحوار النمذجة عرض تقديمي بالحاسبات	٤٢. تدريب التلاميذ على ادارة الغضب ٤٣. تدريب التلاميذ على مهارة تأجيل الانفعالات السلبية. ٤٤. تدريب التلاميذ على الاسترخاء العضلي والذهني.	كبت الغضب	٢٣-٢٤-٢٥	التلاميذ داخلى
	المناقشة والحوار النمذجة عرض تقديمي بالحاسبات	٤٥. تدريب التلاميذ على تحديد اوجه ومصادر الضغوط لديهم. ٤٦. تدريب التلاميذ على التخلص من الاعياء الزائدة. ٤٧. تدريب التلاميذ مهارات مواجهه الضغوط البسيطة. ٤٨. تدريب التلاميذ على عدم تأجيل المهام وضرورة التنفيذ الفوري لها.	ادارة الضغوط النفسية	٢٦-٢٧	الصف والمنزل

ملاحظات وتقييم	الفنيات المستخدمة	أهداف الجلسة	موضوع الجلسة	رقم الجلسة	مرحلة التدريب
	المناقشة والحوار النمذجة عرض تقديمي بالحاسبات	٤٩. تدريب التلاميذ على بناء الصداقات الصحيحة الصادقة. ٥٠. تدريب التلاميذ على تفهم المواقف المختلفة وتأجيل الاستجابة الاندفاعية. ٥١. تدريب التلاميذ على استقلال المواقف في تحقيق الاهداف المحددة مسبقا. ٥٢. تدريب التلاميذ على حل المشكلات الاجتماعية بالتروي والهدوء.	ادارة المواقف والعلاقات	٢٩-٢٨	
	المناقشة والحوار النمذجة عرض تقديمي بالحاسبات	٥٣. تدريب التلاميذ على التعاون وتقديم المساعدة للآخرين. ٥٤. تدريب التلاميذ على طلب الدعم والمساندة من الآخرين بكافة اشكالها. ٥٥. تدريب التلاميذ على العمل الجماعي والتحلي بروح الفريق. ٥٦. تدريب التلاميذ على الانخراط في الجماعة وتقليل العزلة.	التعاون	٣١-٣٠	
	المناقشة والحوار النمذجة عرض تقديمي بالحاسبات	٥٧. تدريب التلاميذ على الضبط الداخلي الذاتي لتصرفاتهم. ٥٨. تدريب التلاميذ على كبح الرغبات واللزمات الصوتية والحركية. ٥٩. تدريب التلاميذ على كف العدوان البدني واللفظي. ٦٠. تدريب التلاميذ على تقليل النشاط الزائد داخل الصف والمنزل. ٦١. تدريب التلاميذ على الامتثال لتعليمات المعلم والوالدين.	الضبط والتحكم الذاتي	٣٣-٣٢	
	المناقشة والحوار النمذجة عرض تقديمي بالحاسبات	٦٢. تدريب التلاميذ على الثقة في قدراتهم الجسمية والعقلية والاجتماعية والانفعالية. ٦٣. تدريب التلاميذ على تكرار واجترار الافكار الايجابية والانجازات. ٦٤. تدريب التلاميذ على التذكير الذاتي المتلاحق بما تم انجازه. ٦٥. تدريب التلاميذ على التحفيز الذاتي الداخلي. ٦٦. تدريب التلاميذ على المثابرة والاندماج في المهمة	الثقة والدافعية	٣٥-٣٤	
	المناقشة والحوار النمذجة عرض تقديمي بالحاسبات	٦٧. تدريب التلاميذ على المبادرة في المواقف الاجتماعية. ٦٨. تدريب التلاميذ على اثبات ذاتهم لفظيا وبدنيا وابداعيا وفنيا. ٦٩. تقليل الانسحاب الاجتماعي وقلق التفاعل والخوف من ملاحظة الآخرين.	المبادرة واثبات الذات	٣٧-٣٦	

مرحلة التدريب	رقم الجلسة	موضوع الجلسة	أهداف الجلسة	الفنيات المستخدمة	ملاحظات وتقييم
	٣٩-٣٨	ادارة الوقت	٧٠. تدريب التلاميذ على التخطيط الجيد للمهام والسلوكيات المحددة والمطلوب ادائها. ٧١. تدريب التلاميذ تحديد اولويات المهام والوقت والجهد المطلوب. ٧٢. تدريب التلاميذ على تنفيذ المهام المحددة. ٧٣. تدريب التلاميذ على متابعة الاداء والاستفادة من التغذية الراجعة.	المناقشة والحوار , النمذجة , عرض تقديمى بالحاسب الالى	
	٤١-٤٠	اتخاذ القرارات	٧٤. تدريب التلاميذ على صناعة القرارات المتعلقة بمشكلاتهم. ٧٥. تدريب التلاميذ على اتخاذ القرارات بصورة علمية تقوم على المنطق ٧٦. تدريب التلاميذ على استخدام التغذية الراجعة في اتخاذ القرارات.	المناقشة والحوار , النمذجة , عرض تقديمى بالحاسب الالى	
الجلسات الختامية والتقييمية	٤٢	تقييم التلاميذ	٧٧. الحصول على تعليقات التلاميذ حول البرنامج. ٧٨. الحصول على بطاقة الملاحظات النهائية من التلاميذ. ٧٩. اتاحة الفرصة لتحديد الصعوبات التى واجهتهم من وجهة نظرهم.	المناقشة والحوار	التقييم
	٤٣	تقييم الاباء والمعلمين	٨٠. الحصول على تقييمات وتعليقات المعلمين حول نجاح البرنامج في تخفيف الصعوبات الاجتماعية والانفعالية داخل الصف. ٨١. التعرف على مظاهر التحسن في ادارة الذات داخل الصف. ٨٢. الحصول على تقييم وملاحظة الاباء حول انخفاض الصعوبات وتحسن اجراءات ادارة الذات لدى أبنائهم.	المناقشة والحوار	الشامل

رابعاً خطوات الدراسة :-

- ١- اعداد أدوات الدراسة.
- ٢- اختيار أفراد العينة طبقاً لشروط الضبط التجريبي للدراسة الحالية.
- ٣- التطبيق القبلي لأدوات الدراسة على عينة الدراسة.
- ٤- تطبيق البرنامج على أفراد المجموعة التجريبية لمدة (١٥) اسبوعاً من خلال (٤٣) جلسة مدة كل جلسة (٤٥) دقيقة.
- ٥- التطبيق البعدى لمقاييس الدراسة (ادارة الذات , صعوبات التعلم الانفعالية والاجتماعية), على عينة الدراسة.
- ٦- التطبيق التتبعى لمقاييس الدراسة (ادارة الذات , صعوبات التعلم الانفعالية والاجتماعية), بعد مرور شهرين ونصف من انتهاء البرنامج (فترة المتابعة).
- ٧- استخدام الاساليب الاحصائية اللابارامترية لاستخلاص النتائج وتفسيرها.

نتائج الدراسة:

أولا اختبار صحة الفرض الأول: ينص الفرض على أنه :-

" توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس ادارة الذات (أبعاد- درجة كلية) فى القياسين القبلى و البعدى لصالح القياس البعدى".

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار ويلكوكسون (w) Wilcoxon Test، وذلك لحساب دلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية فى القياسين القبلى والبعدى على مقياس ادارة الذات (أبعاد - درجة كلية) كما فى الجدول الاتى :-

جدول (١٥)

الفروق بين متوسطى رتب درجات المجموعة التجريبية فى القياسين القبلى والبعدى على مقياس ادارة الذات (ابعاد- درجة كلية).

مستوى الدلالة	قيمة Z	مجموع الرتب	متوسط الرتب	الرتب	م	القياس	الابعاد
٠,٠١	٣,٠٨٦	٠٠	٠٠	السالبة	١١,٢٤	قبلى	ادارة الانفعالات
		٧٨,٠٠	٦,٥٠	الموجبة	٢٧,٣٣	بعدى	والمشاعر
٠,٠١	٣,٠٩٠	٠٠	٠٠	السالبة	١١,٢٤	قبلى	ادارة العلاقات
		٧٨,٠٠	٦,٥٠	الموجبة	٢٧,٠٠	بعدى	والمواقف
٠,٠١	٣,٠٩٠	٠٠	٠٠	السالبة	١١,٠٨	قبلى	الثقة والدافعية
		٧٨,٠٠	٦,٥٠	الموجبة	٢٧,٦٧	بعدى	
٠,٠١	٣,١٣٠	٠٠	٠٠	السالبة	١١,٢٤	قبلى	الإدارة الذاتية
		٧٨,٠٠	٦,٥٠	الموجبة	٢٧,٦٧	بعدى	
٠,٠١	٣,٠٧٢	٠٠	٠٠	السالبة	١١,٧٥	قبلى	ادارة الوقت
		٧٨,٠٠	٦,٥٠	الموجبة	٢٧,٨٣	بعدى	
٠,٠١	٣,٠٧٨	٠٠	٠٠	السالبة	١١,٠٨	قبلى	الضبط واتخاذ
		٧٨,٠٠	٦,٥٠	الموجبة	٢٧,٥٠	بعدى	القرارات
٠,٠١	٣,٠٧٥	٠٠	٠٠	السالبة	٦٧,٩٢	قبلى	الدرجة الكلية
		٧٨,٠٠	٦,٥٠	الموجبة	١٦٥,٠٠	بعدى	للمقياس

يتضح من الجدول (١٥) وجود فروق جوهرية دالة احصائيا فى كل أبعاد مقياس ادارة الذات والدرجة الكلية .للمجموعة التجريبية فى القياسين القبلى و البعدى ، حيث كانت هذه الفروق دالة عند مستوى (٠,٠١) كما نلاحظ ان جميع متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية فى القياس البعدى أعلى منها فى القياس القبلى فى كل أبعاد مقياس ادارة الذات

والدرجة الكلية ، وهذا يدل على أن تلك الفروق لصالح القياس البعدى مما يدل على تحسن مستوى أفراد المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج التدريبي لإدارة الذات وتحسن أفراد المجموعة فى أبعاد المقياس والدرجة الكلية. حيث كان الهدف الأساسي هو التعرف على فعالية البرنامج التدريبي فى تحسين وتنمية استراتيجيات ادارة الذات. وتؤكد نتائج هذا الفرض على فعالية استخدام تدريبات ادارة الذات فى تحسين اجراءات ادارة الذات لدى الاطفال ذوى صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية من تلاميذ التعليم الأساسي.

ثانيا نتائج الفرض الثانى : ينص الفرض الثانى على أنه :-

" توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى رتب درجات المجموعة التجريبية على مقياس صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية (أبعاد- درجة كلية) فى القياسين القبلى و البعدى لصالح القياس البعدى "

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار ويلكوكسون (Wilcoxon Test (w) كأسلوب احصائي لبارامترى للمقارنة بين عينتين مرتبطتين، وذلك لحساب دلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية على مقياس صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية (أبعاد - درجة كلية) فى القياسين القبلى و البعدى. والجدول (٣) يوضح نتائج هذا الفرض :-

جدول (١٦)

الفروق بين متوسطى رتب درجات المجموعة التجريبية على مقياس صعوبات التعلم الانفعالية والاجتماعية (أبعاد - درجة كلية) فى القياسين القبلى البعدى.

أبعاد الصعوبات	القياس	م	الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة
صعوبات اجتماعية	قبلى	٤٢,٢٥	السالبة	٦,٥٠	٧٨,٠٠	٣,١٠٨	٠,٠١
	بعدى	١٦,٩٢	الموجبة	٠٠	٠٠		
صعوبات انفعالية	قبلى	٤٣,٠٠	السالبة	٦,٥٠	٧٨,٠٠	٣,٠٩٥	٠,٠١
	بعدى	١٦,٨٣	الموجبة	٠٠	٠٠		
صعوبات سلوكية	قبلى	٤٢,٣٣	السالبة	٦,٥٠	٧٨,٠٠	٣,٠٧٥	٠,٠١
	بعدى	١٦,٥٨	الموجبة	٠٠	٠٠		
صعوبات اكااديمية	قبلى	٤٢,٦٧	السالبة	٦,٥٠	٧٨,٠٠	٣,٠٧١	٠,٠١
	بعدى	١٦,٧٥	الموجبة	٠٠	٠٠		
الدرجة الكلية للصعوبات	قبلى	١٧٣,٣٧	السالبة	٦,٥٠	٧٨,٠٠	٣,٠٦٦	٠,٠١
	بعدى	٦٧,٢٥	الموجبة	٠٠	٠٠		

يتضح من الجدول (١٦) وجود فروق جوهرية دالة احصائيا عند مستوى (٠,٠١) فى كل أبعاد مقياس صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية والدرجة الكلية للمجموعة التجريبية فى القياسين القبلى والبعدى لصالح القياس البعدى فى الاتجاه الأفضل , وبالنظر الى متوسطات درجات

المجموعة التجريبية فى القياس القبلى والبعدى نجد أن متوسطات درجات الافراد فى القياس البعدى أقل من متوسط درجات القياس القبلى لذات المجموعة فى كل أبعاد مقياس صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية. وأيضا فى الدرجة الكلية , وهذا يدل على تحسن أفراد المجموعة التجريبية فى القياس البعدى فى كافة الأبعاد الأربعة , وهذه النتائج تحقق صحة الفرض الثالث.

ثالثا نتائج الفرض الثالث : ينص الفرض الثالث على انه :-

" لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس ادارة الذات (أبعاد- درجة كلية) فى القياسين البعدى والتتبعى ". وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار ويلكوكسون (Wilcoxon Test (w) كأسلوب إحصائي لبارامترى للمقارنة بين عينتين مرتبطتين, وذلك لحساب دلالة الفروق بين درجات المجموعة التجريبية فى القياسين البعدى والتتبعى على مقياس ادارة الذات (أبعاد - درجه كليه) والجدول (٢) يوضح نتائج هذا الفرض.

جدول (١٧)

الفروق بين متوسطى رتب درجات المجموعة التجريبية فى القياسين البعدى والتتبعى على مقياس ادارة الذات (أبعاد- درجة كلية).

الابعاد	القياس	م	الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة
ادارة الانفعالات والمشاعر	بعدي	٢٧,٣٣	السالبة	٥,٤٠	٢٧,٠٠	٥٥٠.	غير دالة
	تتبعي	٢٧,٥٠	الموجبة	٦,٥٠	٣٩,٠٠		
ادارة العلاقات والمواقف	بعدي	٢٧,٠٠	السالبة	٤,٨٢	١٤,٥٠	٥١٣.	غير دالة
	تتبعي	٢٧,١٧	الموجبة	٤,٣٠	٢١,٥٠		
الثقة والدافعية	بعدي	٢٧,٦٧	السالبة	٤,٠٠	٢٠,٠٠	١,٠٣٥	غير دالة
	تتبعي	٢٧,١٧	الموجبة	٤,٠٠	٨,٠٠		
الإدارة الذاتية	بعدي	٢٧,٦٧	السالبة	٤,٠٠	٢٤,٠٠	٩٠٥.	غير دالة
	تتبعي	٢٧,٤٢	الموجبة	٦,٠٠	١٢,٠٠		
ادارة الوقت	بعدي	٢٧,٨٣	السالبة	٤,٤٠	٢٢,٠٠	١,٤٠٦	غير دالة
	تتبعي	٢٧,٤٢	الموجبة	٣,٠٠	٦,٠٠		
الضبط واتخاذ القرارات	بعدي	٢٧,٥٠	السالبة	٤,٨٣	٢٩,٠٠	٧٩٦.	غير دالة
	تتبعي	٢٧,٢٥	الموجبة	٥,٣٣	١٦,٠٠		
الدرجة الكلية للمقياس	بعدي	١٦٥,٠٠	السالبة	٥,٤٤	٤٣,٥٠	١,٦٤٢	غير دالة
	تتبعي	١٦٣,٩٢	الموجبة	٥,٧٥	١١,٥٠		

يتضح من الجدول (١٧) :عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطى رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس ادارة الذات فى القياسين البعدى والتتبعى (بعد مرور شهرين ونصف من انتهاء تطبيق البرنامج) , وعند النظر الى متوسط درجات المجموعة فى كلا القياسين البعدى والتتبعى نجدها متقاربة جدا , وهو ما يشير الى استمرار التحسن فى ادارة الذات وبقاء أثر البرنامج الايجابى لدى التلاميذ أفراد المجموعة واتساع تطبيق ما تم تعلمه وتعميمه على جوانب السلوك الاخرى , وهذه النتائج تحقق صحة الفرض الثالث

رابعا نتائج الفرض الرابع. ينص هذا الفرض على أنه :-

" لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية (أبعاد - درجة كلية) فى القياسين البعدى والتتبعى ."

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار ويلكوكسون Wilcoxon Test (w) كأسلوب إحصائي لبارامترى للمقارنة بين عينتين مرتبطتين, وذلك لحساب دلالة الفروق بين متوسط رتب درجات المجموعة التجريبية فى القياسين البعدى والتتبعى على مقياس صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية (أبعاد - درجة كلية) والجدول التالى يوضح نتائج هذا الفرض.

جدول (١٨)

الفروق بين متوسطى رتب درجات المجموعة التجريبية فى القياسين البعدى والتتبعى على مقياس صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية وابعاده.

مستوى الدلالة	قيمة Z	مجموع الرتب	متوسط الرتب	الرتب	م	القياس	الابعاد
غير دالة	١,٤١٤	٣,٠٠	١,٥٠	السالبة	١٦,٢٩	بعدى	صعوبات اجتماعية
		٠٠.	٠٠.	الموجبة	١٦,٧٥	تتبعى	
غير دالة	٠,٤٤٧	٩,٠٠	٣,٠٠	السالبة	١٦,٨٣	بعدى	صعوبات انفعالية
		٦,٠٠	٣,٠٠	الموجبة	١٦,٧٥	تتبعى	
غير دالة	٠,٤٤٧	٦,٠٠	٣,٠٠	السالبة	١٦,٥٨	بعدى	صعوبات سلوكية
		٩,٠٠	٣,٠٠	الموجبة	١٦,٦٧	تتبعى	
غير دالة	١,٤١٤	٩,٠٠	٦,٥٠	السالبة	١٦,٩٢	بعدى	صعوبات اكاديمية
		٠٠.	٠٠.	الموجبة	١٦,٧٥	تتبعى	
غير دالة	١,٤١٤	١٢٢,٥٠	٣,١٢	السالبة	٦٧,٢٥	بعدى	الدرجة الكلية لصعوبات
		٢,٥٠	٢,٥٠	الموجبة	٦٦,٩٢	تتبعى	

يتضح من الجدول (١٨): عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة احصائية بين متوسطى رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية فى القياسين البعدى والتتبعى بعد مرور شهرين ونصف من انتهاء تطبيق البرنامج , وبملاحظة متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية فى القياسين البعدى والتتبعى نجدها متقاربة الى حد ما , وهذا يشير الى استمرار الاثر الإيجابي الذى أحدثته البرنامج التدريبى فى خفض مظاهر صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية واستمرار هذا الانخفاض بعد تطبيق البرنامج , حيث ظل معدل الصعوبات الاجتماعية والانفعالية فى كل الابعاد والدرجة الكلية منخفض , وهذه النتائج تحقق صحة الفرض الرابع.

- تفسير النتائج:-

- أولا فيما يتعلق بإدارة الذات:

أشارت نتائج الفرض الاول والثالث الى تحسن مهارات واجراءات ادارة الذات لدى عينة الدراسة, وترجع الباحثة التحسن فى ادارة الذات الى التدريب والتدخل السيكولوجي المبكر , حيث ان أفراد العينة مازالوا فى سن مبكرة يسهل التدخل معهم ويمكن اكسابهم مهارات ادارة الذات فى هذا السن بشكل سريع. كما ان اجراءات ادارة الذات بما تتضمنه من رؤية ومراقبة وتقييم للذات تساعد التلاميذ على الحصول على تغذية راجعة ذاتية داخلية وخارجية من الباحثة أثناء تطبيق جلسات البرنامج. حيث تتيح لهم الباحثة ملاحظة سلوكياتهم وتصرفاتهم وتساعدهم على تحديد الهدف والتخطيط الجيد لتحقيقه ومتابعة ومراقبة تنفيذه بأنفسهم واجراء التعديل المناسب له فى مختلف المواقف.

كل هذا من شأنه تنمية قدراتهم على الاستقلالية والاعتماد على الذات والضبط والتحكم السلوكى خاصة وأن التلاميذ ينمو لديهم الضبط الداخلى والصلابة النفسية والثقة بالنفس والدافعية ويشعرون بالسيطرة الذاتية والخضوع للأشراف الذاتى. وتتفق نتائج هذه الفروض مع ما أشارت اليه (هويده حنفى ٢٠١٢, Chung 2012). الى أن التدريب على ادارة الذات يرتبط ارتباطا ايجابيا بالصحة النفسية والصلابة النفسية ويزيد من الاستقلالية وتحسين وجهه الضبط الداخلية. التى من شأنها توجيه الفرد لذاته والانصات الى توجيهه الداخلى. وهذا ما كانت تتشده الباحثة من تمكين عينة الدراسة من رؤية ذاتهم وضبط سلوكياتهم وتنمية ثقتهم بأنفسهم وتحسين دافعيتهم نحو الانجاز واتخاذ القرارات والقدرة على ادارة المواقف والعلاقات داخل وخارج الصف الدراسى.

كما أن التغذية الراجعة الذاتية تساعد التلاميذ على اصدار القرارات المناسبة لتعديل بعض السلوكيات الغير ملائمة , حيث يصبح لديهم القدرة على اجراء الاشراف الذاتى على تعديل السلوك المحدد, وخاصة من ذوى صعوبات التعلم. ويتفق هذا مع ما أشار اليه (Hoff2010). من ان تدريب ذوى صعوبات التعلم على ادارة الذات يساعدهم على الاستمرار فى أداء المهام الاكاديمية وضبط السلوكيات اللاتوافقية والتي تمثل الصورة الاجرائية لصعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية.

كما تتفق نتائج هذه الدراسة مع ما أشارت اليه دراسات (Heard 2007& Dryden) (Akamolafe 2013 & 2007). فى أن التدريب على ادارة الذات يعمل على تعديل السلوكيات والاتجاهات والمعارف لدى التلاميذ , نظرا لما تتضمنه من تحديد للأهداف ومراقبة تنفيذها وتكوين مفهوم ايجابي عن الذات وامكانية السيطرة والتحكم الذاتى فى المواقف الاجتماعية والاكاديمية داخل وخارج المدرسة.

ثانيا فيما يتعلق بصعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية :

أشارت نتائج الفرض الثانى الى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط رتب درجات أفراد العينة على مقياس صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية (أبعاد -درجة كلية). فى القياسين القبلى والبعدي لصالح القياس البعدي فى الاتجاه الافضل. وتؤكد هذه النتائج فعالية التدريب على ادارة الذات فى تخفيف صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية لدى التلاميذ , وقد جاءت نتائج الفرض الرابع لتؤكد استمرار هذه الفعالية والتحسن فى الاتجاه الافضل , حيث استمر انخفاض درجات المجموعة التجريبية على ذات المقياس , كما لا توجد فروق داله احصائيا بين القياسين البعدي والتتبعي.

وترجع الباحثة انخفاض صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية الى التحسن الملحوظ فى مهارات ادارة الذات لدى أفراد العينة. حيث ان انخفاض ادارة الذات يجعل التلميذ فى حالة قابلة للفوضى وعدم الالتزام والتحكم. مما يتيح الفرصة لظهور الصعوبات الاجتماعية والانفعالية والسلوكية (شرف الدين ٢٠٠١). ومن ثم فان تحسين مهارات ادارة الذات تساعد التلاميذ على رؤية أنفسهم وتحديد سلوكياتهم السلبية بدقة مع اتاحة الفرصة لهم للتحكم والضبط الذاتى لهذه السلوكيات وخاصة المرتبطة بالمجال التعليمى.

حيث ان تخفيف الصعوبات الاجتماعية والانفعالية ينعكس بالايجاب على السلوك الاكاديمى ويعمل على تحسين مفهوم التلميذ عن ذاته, مما يؤدي الى ارتفاع التحصيل

الأكاديمي , وهذا ما أكدته دراسة العنزى (٢٠١٤). حيث أشار الى أن علاج الصعوبات الاجتماعية والانفعالية يزيد من الانجاز والتحصيل الدراسى.

كما أن اجراءات ادارة الذات مثل مراقبة ورؤية الذات وال ضبط والتحكم لها أثر كبير فى تعديل وتحسين السلوك الاجتماعى داخل المدرسة. حيث يتصرف التلميذ بشكل منظم ويتخذ القرارات الصحيحة حيال المواقف المختلفة وتنمو لديه الثقة بالنفس وينخفض النشاط الزائد ويتلاشى السلوك الفوضى أو التخريبى.

كما تعمل التغذية الراجعة التى يتلقاها التلميذ كمعززات محفزة على تكرار السلوك المرغوب وادائه فى مواقف مختلفة. حيث تقوم الباحثة بتقديم المعززات المناسبة لافراد العينة أثناء الجلسات. كما أن اجراءات ادارة الذات تتميز بامتداد المفعول وامكانية التعميم والتأثير فى مواقف مختلفة. فخفض الصعوبات الاجتماعية والانفعالية لا ينفصل عن الصعوبات الاكاديمية. كما ان الباحثة استخدمت البرنامج الحالى كاستراتيجية تكاملية للحد من الصعوبات باختلاف تصنيفاتها.

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع ما أشارت اليه دراسات (Martines 2005 & Johnson 2013 & Chafouleas et al 2012 & Thompson 2012). فى أن تحسين مهارات ادارة الذات يعمل على خفض تشتت الانتباه , والسلوك العدوانى والمشكل. ومن النتائج الايجابية لهذه الدراسة تدخل ومساهمة المعلمين وأولياء أمور أفراد العينة فى التعرف على علامات ومؤشرات الصعوبات التى يعانى منها أولادهم والاستراتيجيات التى يمكن استخدامها لتخفيف هذه الصعوبات , بالاضافة الى حضورهم بعض الجلسات التدريبية مع التلاميذ , وكذا الاعتماد على آرائهم من خلال بطاقة الملاحظة التى قام كل منهم بملأها وكذا الاعتماد على آراء التلاميذ فى تقييمهم لسلوكياتهم قبل وبعد البرنامج.

توصيات الدراسة:

- من خلال هذه النتائج توصى الباحثة بضرورة تعاون كل أطراف المشكلة لحلها كل على قدر استطاعته من خلال :-
- ١- تدريب الاباء والمعلمين على الاكتشاف المبكر للسلوك المضطرب من أطفالهم.
 - ٢- تدريب الاباء والمعلمين على أساليب تعديل السلوك.
 - ٣- تدريب التلاميذ على الاستقلالية وادارة ذاتهم دون الاعتماد على الاخرين.
 - ٤- تدريب التلاميذ على تحمل المسئولية وضبط الذات من خلال استراتيجيات ادارة الذات.
 - ٥- تشجيع التلاميذ على ابداء آرائهم فيما يعرض أمامهم والتعاون والمشاركة فى الانشطة الجماعية.

نقاط بحث مقترحة:-

- ١- فعالية برنامج تدريبي قائم على ادارة الذات فى خفض الصعوبات الانفعالية والاجتماعية لدى الموهوبين ذوى صعوبات التعلم.
- ٢- برنامج تدريبي لتحسين ادارة الذات لدى معلمي الحلقة الاولى من التعليم الاساسي.
- ٣- برنامج إرشادي اسرى لتحسين الوعى بصعوبات التعلم الانفعالية والاجتماعية لدى أبنائهم.
- ٤- فعالية برنامج تدريبي لتحسين ادارة الذات لدى الاباء وأثرة فى تحسين السلوك الاجتماعي لدى أبنائهم.

المراجع والمصادر

- ١- ابتسام عبد المجيد الحلو (٢٠٠٨). المهارات الاجتماعية المميزة للتلاميذ ذوى صعوبات التعلم. مجلة كلية التربية ببورسعيد ، مصر ، العدد(٤) ، المجلد(٢) ، ص ص ١١١-١٥١ .
- ٢- ابتسام عبد المجيد الحلو (٢٠٠٨). برنامج تدريبي لتنمية مهاراتي التعبير عن المشاعر الايجابية والسلبية لدى التلاميذ ذوى صعوبات التعلم. مجلة كلية التربية ببورسعيد ، مصر ، العدد(٤) ، المجلد(٢) ، ص ص ١٥٢-١٨٠ .
- ٣- أحمد حسنين احمد حسن (٢٠١٢). فاعلية برنامج تدريبي باستخدام اجراءات ادارة الذات لتعديل بعض السلوكيات غير التوافقية لدى عينة من الاطفال المعاقين عقليا القابلين للتعلم. مجلة الارشاد النفسي ، مصر ، العدد(٣٣) ، ص ص ٢٩١-٣٥٦ .
- ٤- أحمد خالد خزاعلة (٢٠٠٧). المهارات الاجتماعية والانفعالية للطلبة ذوى صعوبات التعلم والطلبة العاديين: دراسة مقارنة. رسالة دكتوراه، كلية الدراسات العليا، الجامعة الاردنية، الاردن.
- ٥- أحمد خالد خزاعلة، جمال الخطيب (٢٠١١). المهارات الاجتماعية والانفعالية للطلبة ذوى صعوبات التعلم وعلاقتها ببعض المتغيرات. مجلة دراسات العلوم التربوية. الجامعة الاردنية ، المجلد (٣٨) ، الملحق (١) ، ص ص ٣٢٧ - ٣٨٩ .
- ٦- أحمد محمد جاد المولى (٢٠٠٩). استخدام اجراءات ادارة الذات مع بعض فئات ذوى الاحتياجات الخاصة. مجلة كلية التربية بجامعة عين شمس ، العدد(٣٣) ، المجلد(١) ، ص ص ٧١٣-٧٥٠ .
- ٧- أشرف عبد الغفار محمد(٢٠٠٤). فاعلية برنامج معرفي سلوكي لعلاج صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية. رسالة دكتوراه، كلية التربية ، جامعة عين شمس .
- ٨- ألفت محمود (٢٠٠٧). بعض سمات الشخصية والمهارات الاجتماعية لدى الاطفال ذوى صعوبات التعلم. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بيروت العربية ، بيروت .
- ٩- آمال عبد السميع باظة (٢٠٠٨). مقياس كفاءة ادارة الوقت. مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة .
- ١٠- أماني محمد وليد (٢٠٠٥). أثر استخدام التعزيز الإيجابي والتعليم الذاتي فى تحسين ضعف الانتباه وعدم القدرة على التنظيم واتمام الواجبات المدرسية لدى الطلبة ذوى صعوبات التعلم. رسالة دكتوراه، كلية الدراسات العليا ، الجامعة الاردنية ، الاردن .

- ١١- بداي مسلم الرشيدى ،سامى محمد موسى هاشم ،مغاورى عبد الحميد عيسى(٢٠١٣).
الخصائص الاجتماعية والانفعالية المميزة للتلاميذ ذوى صعوبات القراءة والتلاميذ العاديين
بالمرحلة الابتدائية : دراسة مقارنة. مجلة كلية التربية بالاسماعلية ،مصر، العدد(٢٤)،
ص ص ٢٠٩-٢٣٤.
- ١٢- بداي مسلم الرشيدى ،سامى محمد موسى هاشم ،مغاورى عبد الحميد عيسى(٢٠١٣).
فاعلية برنامج ارشادى فى خفض الصعوبات الاجتماعية والانفعالية لدى عينة من
التلاميذ ذوى صعوبات القراءة بدولة الكويت. مجلة كلية التربية بالإسماعلية
،مصر، العدد(٢٥)، ص ص ١٦٩-٢٠٦.
- ١٣- تهانى عبدالله منيب ، السيد احمد الكيلانى ،محمد الشبراوى احمد حسنين (٢٠١٤).
استخدام ادارة الذات مع ذوى صعوبات التعلم :دراسة مرجعية. مجلة الارشاد النفسى
،مصر ،العدد(٣٩)، ص ص ٦٧٣-٧٠٦.
- ١٤- جنان عبد اللطيف (٢٠١١). بعض الاضطرابات النفسية لدى طلبة صعوبات التعلم
فى مدارس التعليم الأساسى فى محافظة مسقط. رسالة ماجستير غير منشورة،
جامعة نزوى، عمان.
- ١٥- حفيظة انجشايرى (٢٠١٥). الاضطرابات السلوكية والانفعالية (الانسحاب الاجتماعى)
وظهور صعوبات قراءة اللغة العربية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية الذين تتراوح أعمارهم
ما بين (٩-١٢) سنة : دراسة ميدانية ل ١٠ حالات ببلدية الرغاية بالجزائر. رسالة
ماجستير غير منشورة ، جامعة مولود معمري تيزى وزو، الجزائر.
- ١٦- حليلة السيد (٢٠١٠). فاعلية برنامج علاجى لخفض بعض انماط السلوكيات الغير
المقبولة لذوى صعوبات التعلم ممن يعانون من صعوبات فى الانتباه مع فرط النشاط من
تلاميذ المرحلة الابتدائية بدولة الكويت. رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الدراسات
العليا، جامعة الخليج العربى ، مملكة البحرين.
- ١٧- راندا محمد عبد الجواد (٢٠٠٩).العلاقة بين اضطراب قصور الانتباه المصحوب بفرط
النشاط الحركى وصعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية لدى عينه من الاطفال فى الطفولة
المتأخرة. رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة عين شمس ، مصر.
- ١٨- زينب حمزة عباس حسين (٢٠١٢). أثر برنامج علاجى قائم على بعض آليات علم
النفس الايجابى فى خفض صعوبات السلوك الاجتماعى والانفعالي لدى ذوات صعوبات
التعلم من تلميذات المرحلتين الابتدائية والمتوسطة بدولة الكويت. رسالة ماجستير ، كلية
الدراسات العليا ، جامعة الخليج العربى ، مملكة البحرين.

- ١٩- سامى محمد ملحم (٢٠٠٢). صعوبات التعلم. ط١، عمان ، الاردن، دار الميسرة للنشر والتوزيع.
- ٢٠- سليمان عبد الواحد يوسف (٢٠١٠). المرجع فى صعوبات التعلم النمائية والاكاديمية. ط١، القاهرة، مكتبة الانجلو المصرية.
- ٢١- سليمان عبد الواحد يوسف (٢٠١٤). الكفاءة الاجتماعية الانفعالية مدخل لخفض التمر المدرسى لدى عينة من التلاميذ ذوى صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية بالمرحلة الاعدادية فى ضوء نظرية التعلم القائم على المخ الإنسانى. مجلة دراسات عربية فى التربية وعلم النفس ، العدد (٢٧)، المجلد (١)، ص ص ١٤٥-١٨٦.
- ٢٢- صهيب التاخينة (٢٠١١). فعالية برنامج إرشادي فى خفض السلوك الفوضى لدى طلبة ذوى صعوبات التعلم فى لواء المزار الجنوبى. رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة مؤته، الكرك.
- ٢٣- طه ابراهيم هنداوى (٢٠٠٧). فعالية تدريبات الذكاء الوجداني فى تخفيف صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية لدى تلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسى. رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة كفر الشيخ ، مصر.
- ٢٤- عبد العزيز الشخص ، تهانى منيب، فاطمة محمد (٢٠١٠). برنامج مقترح لتدريب الاطفال التوحديين على ادارة الذات لتحسين سلوكهم التكيفى ومواجهة مشكلاتهم السلوكية. مجلة كلية التربية بجامعة عين شمس ، العدد (٣٤)، المجلد (١)، ص ص ٥٧٩-٦٠٠.
- ٢٥- عبد الفتاح رجب على محمد مطر (٢٠١٤). فعالية التدريب على مهارات ادارة الذات فى الحد من السلوك الصفى المشكل وأثره فى تحسين مفهوم الذات الاكاديمى لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية. مجلة التربية الخاصة -مركز المعلومات التربوية والنفسية والبيئية بكلية التربية ، جامعة الزقازيق، مصر ، العدد (٧)، ص ص ١-٨٧.
- ٢٦- عيسى عبد الله جابر (٢٠٠٩). ادارة الذات وعلاقتها بالتعلم الموجة ذاتيا لدى معلمى المدرسة المتوسطة بالكويت. مجلة بحوث التربية النوعية ، جامعة المنصورة، العدد (١٤)، ص ص ٤٢٤-٤٥٥.
- ٢٧- غرغوط عاتكة (٢٠١٦). الثقة بالنفس وعلاقتها بالدافعية للإنجاز لدى طلاب الجامعة. جامعة حما لخضر بالوادي أنموذجا. مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية ، جامعة الشهيد حما لخضر - الوادى ، العدد (١٥)، ص ص ٨٤-٩١.

- ٢٨- فتحى الزيات (٢٠٠٢). نمذجة العلاقة السببية بين صعوبات التعلم النمائية والاكاديمية واضطرابات السلوك الاجتماعي والانفعالي. ندوة الاضطرابات السلوكية والانفعالية لدى الاشخاص ذوى الاحتياجات الخاصة. جامعة الخليج العربى ، مملكة البحرين.
- ٢٩- فتحى الزيات (٢٠٠٧). دليل بطارية مقاييس التقدير التشخيصية لصعوبات التعلم. القاهرة، دار النشر للجامعات.
- ٣٠- فتحى الزيات (٢٠٠٨). قضايا معاصرة فى صعوبات التعلم. القاهرة، دار النشر للجامعات.
- ٣١- فوزية عبد القادر عبد الحميد الدعكي (٢٠١٢). فاعلية برنامج معرفى سلوكى لتنمية مهارات التعبير الانفعالي لدى الطلاب من ذوى صعوبات التعلم الأجماعى. مجلة البحث العلمى فى الآداب (كلية البنات جامعة عين شمس)، مصر ، العدد(١٣)، المجلد(١)، ص ص ١٥١-١٧٩.
- ٣٢- فوزية محمدى (٢٠١١). فعالية برنامجيين تدريبيين فى تعديل سلوك اضطراب النشاط الزائد المصحوب بتشتت الانتباه وتعديل صعوبة الكتابة. رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة ورقلة. الجزائر.
- ٣٣- فائقة بدر (٢٠٠٦). كفاءة الذات المدركة وعلاقتها بالقدرة الكتابية والتحصيل الدراسى لدى ذوات صعوبات التعلم من طالبات المرحلة المتوسطة. مجلة دراسات نفسية ، العدد(٣) ، المجلد (١٦)، ص ص ٣٩٥ - ٤٣٤.
- ٣٤- كوثر زيادة (٢٠١٥). أسباب صعوبات التعلم وانعكاساتها على التلميذ وأسرته. مجلة جيل العلوم الانسانية والاجتماعية - مركز جيل البحث العلمى ، الجزائر ، العدد(١٠)، ص ص ١٤٥ - ١٥٧.
- ٣٥- قحطان أحمد الظاهر (٢٠٠٨). صعوبات التعلم. ط٢ ، عمان ، دار وائل للنشر والتوزيع ، الاردن.
- ٣٦- مثال عبدالله غنى (٢٠١٠). صعوبات التعلم لدى الاطفال. مجلة دراسات تربوية ، العدد(١٠)، ص ص ١٤٣ - ١٦٥.
- ٣٧- محمد رزق البحيرى (٢٠١٢). النموذج البنائى لعلاقة الابداع الوجدانى ببعض المتغيرات لدى الاطفال ذوى صعوبات التعلم الاجتماعى. مجلة دراسات عربية فى علم النفس ، مصر ، العدد(٣)، المجلد(١١)، ص ص ٣٦٥-٤١٧.

- ٣٨- محمد شاهين (٢٠١٠). تنمية مهارات ادارة الوقت وإدارة الذات فى ظل ضغوط العمل. ورقة عمل مقدمة فى ندوة تنمية المهارات القيادية لمديرى منظمات الاعمال العامة والخاصة. القاهرة ، جمهورية مصر العربية ، المنظمة العربية للتنمية الادارية ، ص ص ٩٥-١٣٠.
- ٣٩- محمد عدنان خالد عمايرة (٢٠١٦). فاعلية برنامج تدريبي قائم على التعلم بالملاحظة فى خفض المشكلات السلوكية والانفعالية لدى الطلبة ذوى صعوبات التعلم فى الاردن. رسالة ماجستير ، كلية العلوم التربوية والنفسية ، جامعة عمان العربية ، الاردن.
- ٤٠- محمود احمد أبو مسلم (٢٠١٢). مهارات ادارة الذات وعلاقتها بالتوافق المهني للمعلم. مجلة بحوث التربية النوعية ، مصر ، العدد (٢٤)، ص ص ١٨٧-٢٢١.
- ٤١- مريم جرجس ابراهيم (٢٠١٦). فاعلية برنامج إرشادي لتنمية بعض المهارات الاجتماعية فى خفض صعوبات التعلم الاجتماعي لدى عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية و جامعة عين شمس ، مصر.
- ٤٢- مصطفى نورى القمش (٢٠١٠). مهارات تنظيم الذات وعلاقتها بالمشكلات السلوكية الصفية لدى تلاميذ غرف مصادر صعوبات التعلم. مجلة الطفولة العربية ، الكويت ، العدد (٤٤)، المجلد (١١٤)، ص ص ٥٣-٧٧.
- ٤٣- نواف ملعب الظفيرى (٢٠١٤). مدى فاعلية برنامج إرشادي فى تحسين المهارات الاجتماعية لدى عينة من المراهقين ذوى صعوبات التعلم. مجلة العلوم الاجتماعية ، الكويت ، العدد(٤)، المجلد (٤٢)، ص ص ١١-٣٢.
- ٤٤- هويدة حنفى محمود (٢٠١٢). الصلابة النفسية وإدارة الذات وعلاقتها بالصحة النفسية والنجاح الأكاديمي فى ضوء بعض المتغيرات لدى طلاب الدبلوم المهنية بكلية التربية. مجلة دراسات عربية فى علم النفس ، مصر ، العدد(٣)، المجلد(١١)، ص ص ٥٤١-٦١٨.
- ٤٥- ياسرة محمد أبو هديوس (٢٠١٥). ادارة الذات وعلاقتها بالذكاء الاجتماعي فى ضوء الانظمة التمثيلية وبعض المتغيرات لدى عينة من الطالبات المتفوقات فى جامعة الاقصى. مجلة العلوم التربوية والنفسية، البحرين ، العدد(١)، المجلد(١٦)، ص ص ٣٦٩-٤٠٧.
- ٤٦- يوسف محيلان سلطان العنزى (٢٠١٤). أثر برنامج لتطوير المهارات الاجتماعية والانفعالية لدى عينة من صعوبات القراءة بدولة الكويت. المجلة العربية للعلوم الاجتماعية- المؤسسة العربية للاستشارات العلمية وتنمية الموارد البشرية ، مصر ، العدد(٦)، المجلد(١)، ص ص ١٩٩-٢٤٨.

- 47- Avcioglu,H. (2012). The effectiveness of the instructional programs based on self-management strategies in acquisition of social skills by the children with intellectual disabilities. *Educational Sciences*,12(1) ,345-351.
- 48- Briesch, A. M., & Chafouleas, S. M.(2009).Review and analysis of literature on self-management interventions to promote appropriate classroom behaviors (1988-2008). *School Psychology Quarterly*,24(2),106-118.
- 49- Choi. J. & Chung, K. (2012). Effectiveness of college-level self-management course or successful behavior change. *Journal of Behavioral Medicine*, 36 (1), 18-36.
- 50- Coogan , B.A., Kehle, T. J., Bray, M.A.,& Chafouleas, S.M.(2007). Group contingencies ,randomization of reinforcers, and criteria for reinforcement , self –monitoring, and peer feedback on reducing inappropriate classroom behavior. *School psychology Quarterly*, 22 (4),540-556.
- 51- Cooper, J. O. Heron, T. E., & Heward, W. L. (2007). *Applied behavior analysis*(2nd Edition). New Jersey: Merrill Prentice Hall.
- 52- Crabtree,T.; Alber-Morgan, S.; Konrad, M.(2010). The effects of self-monitoring of story elements on the reading comprehension of high school seniors with learning disabilities. *The free library*. Retrieved December 20, 2011. from [http://www.Thefreelibrary.com/The effects of self-monitoring of story elements on the reading...-a0226808213](http://www.Thefreelibrary.com/The%20effects%20of%20self-monitoring%20of%20story%20elements%20on%20the%20reading...-a0226808213)
- 53- Dryden, K.M.(2007). An evaluation of behavioral self management and home-to-school generalization effects. Ph.D., University of South Carolina.
- 54- Elksnin ,k ,.& Elksnin,N.(2005).The social –emotional side of learning disabilities. *Journal of learning Disability Quarterly* ,(27),3-8.
- 55- Gina Cont-Ramsden& pesrl L.H.Mok& Andrew pickles &Kevin Durkin (2013). Adolescents with a history of specific language impairment (SLI): Strengths and difficulties in social, emotional and behavioral functioning.*Research in Developmental Disabilities* (34) (4161-4169).
- 56- Hansen, B.D.(2011).The effects of function-based self-management interventions. Ph.D. University OF Kansas.

- 57- James L. Peugh (2012). The Contribution of Teachers' Emotional Support to Children's Social Behaviors and Self-Regulatory Skills in First Grade. *School Psychology Review*, Vo 41, No. 2, pp. 141–159.
- 58- Johnson,C.D. (2012).Self-management of classroom transitionfor students with attention disorders. A thesis of master, Rowan University.
- 59- Kathleen Lynne Lane Karen R. Harris Steve Graham Jessica L. Weisenbach Mary Brindle Paul Morphy (2008). The Effects of Self-Regulated Strategy Development on the Writing Performance of Second-Grade Students With Behavioral and Writing Difficulties, *The Journal of Special Education* Vol(41) N(4), 234-253.
- 60- Laura Conley,(2014). A comparison of teacher perceptions and research –based categories of student behavior difficulties. *Education is the property of Project Innovation* Vol. 134 No. 4,pp439-451.
- 61- Maria Poulou (2014). The effects on students' emotional and behavioral difficulties of teacher–student interactions, students' social skills and classroom context. *British Educational Research Journal* Vol. 40, No. 6, pp. 986–1004.
- 62- Martinez ,I.(2005).A comparison study of self-management techniques and verbal reinforcement for children with attention deficit hyperactivity disorder.Ph.D., Mathematics California State University, Fresno.
- 63- Menzies, H. M., Lane, K. L.,& Lee, J. M.(2009).Self-monitoring strategies for use in classroom: a promising practice to support productive behavior for students with emotional or behavioral disorders. *Beyond Behavior*,.18(2).,27-35.
- 64- Michelle C. St Clair, Andrew Picklesb, Kevin Durkinc, Gina Conti-Ramsden (2011). A longitudinal study of behavioral, emotional and social difficulties in individuals with a history of specific language impairment (SLI), *Journal of Communication Disorders*.(44),186- 199.
- 65- Mogeda El-keshy , Mahmoud Emam (2014). Emotional and behavioural difficulties in children referred for learning disabilities from tow Arab countries : Across- cultural examination of the Strengths and Difficulties Questionnaire. *Reserch in Developmental Disabilities*,(36),pp459-469.

- 66- Mooney,p.(2005). a review of self-management intervention training academic outcomes for students with emotional behavioral disorders, journal of behavioral education,V14 N3,pp.203-221.
- 67- Myers,Helen.(2005).How elementary School counseles can meet the needs of student with disabilities. *Journal of Citation Professional School Counseling*, Vol,87,No.5.
- 68- Nies,Keith A.: Belfior, Phillip J.(2006).Enhancing Spilling Performance in Student With learning Disabilities. *Journal of Behavioral Education* ,v 15 n3 pp 162-169.
- 69- Queen,O.(2001). Blake academy and the green arrow. In P. Rodis,A.Garrod, &M.L.Boscardin (Eds),LD and life stories (3-16).Boston: ALLYN&Bacon.
- 70- Saucedo,E.P.(2011). The effects of social skills and self-management training on maladaptive behaviors and academic performance within a public school setting. A thesis of Master, Austen State University.
- 71- Stephen M. (2008). Self-Management. Retrieved December 19, 2011 from [http:// www.autism. org/selfmanage.html](http://www.autism.org/selfmanage.html).
- 72- Sutherland, K. S. & Oswald, D. P. (2005) The relationship between teacher and student behavior in classrooms for students with emotional and behavioral disorders: transactional processes, *Journal of Child and Family Studies*, 14(1), 1–14.
- 73- Terenzi, c. Ervin, R. & Hoff, K. (2010). Class- wide self-management of rule following : Effect on the on –task disruptive behavior of three students with specific learning disabilities and attention deficit-hyperactivity disorder. *Journal of Evidence-based practices for Schools*, 11(2) 87-116.
- 74- Tina L. Stanton-Chapman Laura M. Justice Lori E. Skibbe Staci L. Grant(2007). Social and Behavioral Characteristics of Preschoolers With Specific Language Impairment. Curry School of Education, University of Virginia.
- 75- Tseng , H. Y.(2005). Effects of self-management procedure in preschool setting. Ph.D.,The Pennsylvania State University.
- 76- Yssel,n., Pratera,M.& Smith, D.(2010). How can such a smart Kid nit get It?: Finding the right fit for twice- exceptional students in our schools. *Gifted Child Today*,33(1),54-61.

Abstract

The present study aimed to identify the effectiveness of self-management training program on in improving self-management and reducing social and emotional learning on a sample consists of (12) students in primary School. The measures of the study included the measure of self-management, social and emotional learning disabilities, and the training program of self-management. Which were all prepared by the researcher. The results found the program was effectuated at post of follow up assessment improving self-management, reducing social and emotional disabilities, and improving some academic aspects.