



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد الصديق بن يحيى - جبجل -

كلية العلوم الإنسانية والإجتماعية

قسم علم النفس وعلوم التربية أورتوفونيا



عنوان المذكرة:

فعالية برنامج إرشادي معرفي مقترح للتخفيف من التأخر الصباحي لدى

تلاميذ الصف الثالث ثانوي

دراسة ميدانية بثانوية "بورزاق أحمد تاكسنة" جبجل

مذكرة مقدمة استكمالاً لنيل متطلبات شهادة الماستر أكاديمي في علوم التربية

تخصص: إرشاد وتوجيه

إعداد الطالبة:

- شخار رانيا

أعضاء لجنة المناقشة:

رئيساً		الأستاذة(ة):.....
مشرفاً ومقرراً		الأستاذة(ة): مشري زبيدة
مناقشاً		الأستاذة(ة):.....

السنة الجامعية: 2020-2021

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

شكر وتقدير

بعد الحمد والشكر لله تبارك وتعالى الذي اعانني على انجاز هذا العمل المتواضع ويسر لي أموري وأمدني بالصبر والعزيمة. أتقدم بجزيل الشكر وعظيم الامتنان والتقدير الي استاذتي الفاضلة الدكتورة " مشري زبيدة " ، اعترافا بفضلها وعملها وما ابدته معي من توجيهات وآراء سديدة ولما غمرتني به من علم غزير وخلق فاضل اثناء فترة اشرافها على هذه الدراسة، سائلة من الله عز وجل ان يرفع قدرها ويعلي منزلتها في الدنيا والآخرة.

كما أتوجه بالشكر والاعتراف الجميل الي جميع أساتذة قسم علم النفس وعلوم التربية والأرطوفونيا، والي كل من مد لي يد المساعدة من قريب او بعيد في انجاز هذا البحث.

فهرس المحتويات

فهرس المحتويات

فهرس المحتويات

الصفحة	المحتوى
	الشكر والتقدير
	فهرس المحتويات
	قائمة الجداول
	قائمة الملاحق
	الملخص باللغة العربية
	الملخص باللغة الإنجليزية
أ	مقدمة
الجانب النظري	
الفصل الأول: موضوع الدراسة	
5	تمهيد
6	أولاً: مشكلة الدراسة وتساؤلاتها
7	ثانياً: أهمية الدراسة
8	ثالثاً: أهداف الدراسة
9	رابعاً: مفاهيم الدراسة
11	خامساً: الدراسات السابقة
15	خلاصة الفصل
الفصل الثاني: الإطار النظري للدراسة	
17	تمهيد
18	أولاً البرنامج الإرشادي
18	1- مفهوم البرنامج الإرشادي
18	2- مخطط ومنفذ البرامج الإرشادية
18	3- أهداف البرنامج الإرشادي في المدرسة
19	4- مصادر بناء محتوى البرنامج الإرشادي
20	5- الأسس التي تقوم عليها البرامج الإرشادية
21	6- خطوات بناء وتنفيذ البرامج الإرشادية
22	7- خدمات برنامج الإرشاد

فهرس المحتويات

23	8- تقييم برنامج الإرشاد
24	9- مشكلات البرنامج الإرشادي
25	ثانيا: التأخر الصباحي
25	1- مفهوم التأخر الصباحي
25	2- مظاهر مشكلة التأخر الصباحي
25	3- أسباب التأخر الصباحي
27	4- الآثار المترتبة عن التأخر الصباحي
27	5- الأساليب الخاطئة التي تمارس في التعامل مع مشكلة التأخر الصباحي
28	6- إجراءات الحد من ظاهرة التأخر الصباحي
29	ثالثا: أهم الإتجاهات النظرية المعتمدة في الدراسة
29	1- الإتجاه العقلاني السلوكي لصاحبة إليس ELLIS
32	2- الإتجاه المعرفي بيك BECK
35	خلاصة الفصل
الجانب التطبيقي	
الفصل الثالث: الإجراءات المنهجية للدراسة	
38	تمهيد
39	أولا: مجالات الدراسة
39	ثانيا: فرضيات الدراسة
40	ثالثا: منهج الدراسة
40	رابعا: أدوات الدراسة
45	خامسا: مجتمع الدراسة
45	سادسا: عينة الدراسة
45	سابعا: الدراسة الاستطلاعية
46	ثامنا: الأساليب الإحصائية المستعملة
47	خلاصة الفصل
الفصل الرابع: عرض نتائج الدراسة	
49	تمهيد
50	أولا: عرض نتائج الفرضية الجزئية الأولى
50	ثانيا: عرض نتائج الفرضية الجزئية الثانية

فهرس المحتويات

51	ثالثا: عرض نتائج الفرضية الجزئية الثالثة
52	رابعا: عرض نتائج الفرضية الجزئية الرابعة
52	خامسا: عرض نتائج الفرضية الجزئية الخامسة
53	سادسا: عرض نتائج الفرضية العامة
55	خلاصة الفصل
الفصل الخامس: تفسير النتائج ومناقشتها	
57	تمهيد
58	أولا: مناقشة نتائج فرضيات الدراسة
58	1- مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى
59	2- مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية
60	3- مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثالثة
61	4- مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الرابعة
62	5- مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الخامسة
63	6- مناقشة نتائج الفرضية العامة
64	ثانيا: التوصيات والمقترحات
66	خاتمة
68	قائمة المراجع
	الملاحق

قائمة الجداول

قائمة الجداول

قائمة الجداول

الصفحة	العنوان	الرقم
39	التفاصيل الأساسية للدراسة	01
40	التصميم التجريبي للدراسة	02
42	البرنامج الإرشادي المصمم	03
50	نتائج الفرضية الجزئية الأولى	04
51	نتائج الفرضية الجزئية الثانية	05
51	نتائج الفرضية الجزئية الثالثة	06
52	نتائج الفرضية الجزئية الرابعة	07
53	نتائج الفرضية الجزئية الخامسة	08
53	نتائج الفرضية العامة	09

قائمة الملاحق

قائمة الملاحق

قائمة الملاحق

العنوان	الرقم
طلب التسهيل من مديرية التربية لولاية جيجل	01
الترخيص بالدخول لغرض إجراء دراسة ميدانية	02
مقياس التأخر الصباحي	03
نموذج إجابة على مقياس التأخر الصباحي في قياس القبلي	04
نموذج إجابة على مقياس التأخر الصباحي في قياس البعدي	05
نموذج إجابة على مقياس التأخر الصباحي في قياس تنبعي	06
نتائج SPSS	07
شرح تفصيلي للجلسات الإرشادية	08

ملخص الدراسة باللغة العربية:

هدفت الدراسة إلى معرفة فاعلية البرنامج الإرشادي المعرفي المقترح للتخفيف من التأخر الصباحي لدى تلاميذ الصف الثالث ثانوي بثانوية بورزاق احمد تاكسنة ولاية جيجل، حيث أجريت الدراسة على عينة مكونة من 16 تلميذ وتلميذة لشعبة تسيير واقتصاد لسنة (2021/2020) وقد اعتمدت الدراسة على المنهج شبه التجريبي ذو المجموعة الواحدة وقياس قبلي وبعدي وتتبعي واعتمدت الدراسة الحالية أيضا على اداتين للقياس هما:

. مقياس التأخر الصباحي من اعداد عبد الله احمد فتوح وعبد العزيز صالح المطوع.

. البرنامج الإرشادي (من اعداد الباحثة).

ولتحليل البيانات خضعت نتائج الاختبار القبلي والبعدي والتتبعي لعينة البحث للمعالجة الإحصائية، حيث تم اجراء الاختبار اللابارامتري (وهذا راجع لصغر حجم العينة) واستخدام اختبار وليكوكسن من اجل معرفة ما إذا كانت هناك فروق دالة احصائيا على مقياس التأخر الصباحي.

وقد تم التوصل إلى النتائج التالية:

1. توجد فاعلية للبرنامج الإرشادي المعرفي المقترح للتخفيف من التأخر الصباحي.
- 2 . وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي على مقياس التأخر الصباحي.
- 3 . لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس البعدي والتتبعي لصالح القياس التتبعي على مقياس التأخر الصباحي.
- 4 . توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين " ذكر " "انثى" في القياس القبلي على مقياس التأخر الصباحي.
- 5 . توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات التحصيل في القياس القبلي على مقياس التأخر الصباحي.
- 6 . توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى الى المسافة في القياس القبلي على مقياس التأخر الصباحي.

Summary :

The current study aimed to find the effectiveness of the proposed cognitive counselling program to reduce morning tardiness among secondary school students at Bourazak Ahmed high school in texanna– jijel, the study was conducted sixteen (16) male and female students of management and economics de department for the year(2020 –2021).

The study was based on the quasi–experimental me Thad, and pre–post and follow up measurements, the current study relied on two measurement tools are:

- 1– Morning tardiness scale prepared by ABDULLAH AHMED FATOUH and ABDULAZIZ SALEH ALMOUTAWAA
- 2– The indicative program (prepared by the researcher).

In order to analyse the data, the results of the per–test, post–test and follow up of the research sample were subjected to statistical treatment, where the non – parametric test (wilcoxon test) was used this is due to the small sample in order to find if there are statistically significant differences on the scale of morning tardiness.

The following results wars obtained:

- 1– The effectiveness of the open cognitive counselling program lies in reading morning tardiness.
- 2– There are statistically significant differences between pre–post and post measurement in favour of the post measurement on the morning tardiness scale.

- 3– There are no statistically significant differences between the post and follow up measurement in favour of the follow up measurement on the morning tardiness scale.
- 4– There are statistically significant differences between the gender “male” and “female” in the tribal measurement on the morning tardiness scale.
- 5– There are statistically significant differences between the achievement scores in the tribal measurement on the morning tardiness scale.
- 6– There are statistically significant differences due to the distance in the tribal measurement on the morning tardiness scale.

مقدمة

مقدمة

تعد العملية التربوية نظاما متكاملًا له عناصره المتفاعلة والمكونة لأنظمتها الفرعية، وتعتمد المخرجات التربوية على طبيعة تداخل المدخلات ضمن العمليات، ولتحقيق مخرجات عملية التعلم بشكل فاعل لابد من أحداث تكامل بين عناصر العملية التعليمية التعلمية واحد هذه العناصر التلميذ، الذي يعتبر الركيزة الأساسية التي تبنى عليها عملية التعلم، وتأخر التلميذ عن حضور الاصطفاف الصباحي وعن بداية الحصة الأولى بشكل متكرر يمثل خلل في احد مدخلات عملية التعلم، اذ تعد مشكلة التأخر الصباحي عن المدرسة من المشكلات التي تعاني منها المؤسسات التربوية بمختلف مراحلها الأساسية والثانوية، فالمدرسة ينبغي ان تكون بيئة نشطة ومحفزة تتجلى فيها عناصر الاثارة والتشويق والتحدي والتعزيز والتقليل من نسبة الملل والتشاؤم بين التلاميذ اثناء الحصة الدراسية، حيث تنعكس نتيجة هذه المشكلة على أداء التلميذ وسلوكه وتحصيله الدراسي نظرا لخطورة ابعادها ولعل هذه المشكلة مرتبطة بتكوين التلميذ لاتجاهات سلبية نحو عملية التعلم والتعليم بشكل خاص، وبالمدرسة بشكل عام.

فالتلميذ المتأخر لن يؤدي التمارين الرياضية الصباحية التي تعود عليه بالحيوية والنشاط وقد لا يتمكن من حضور الحصة الأولى التي تكون لإحدى المواد العلمية الهامة، وقد يفضل بعض التلاميذ المتأخرين عدم دخول المدرسة وغياب ذلك اليوم تجنبًا للمساءلة والعقاب وعدم الذهاب للمنزل خوفا من توبيخات الاهل وقضاء ذلك اليوم في الشارع هذا يترتب عليه من اخطار كثيرة والتي تتمثل في المشكلات السلوكية كتعاطي المخدرات والتدخين وخاصة مع تلاميذ المرحلة الثانوية، كون مرور هذه الفئة العمرية بمرحلة حساسة جدا وهي مرحلة المراهقة والتي تتميز بكثرة المشكلات وعدم القدرة على التحكم في سلوكيات هذه الفئة ولهذا تبحث إدارات المدارس الناجحة دائما عن حل لهذه المشكلة لتسيير اليوم الدراسي بنجاح، وتعتبر البرامج الارشادية احد الوسائل والفتيات المستخدمة لحل مثل هذه المشاكل كونها تخدم المؤسسات التربوية عامة والتلاميذ بصفة خاصة وذلك لتحقيق التوافق النفسي داخل المدرسة وخارجها.

وقد جاءت هذه الدراسة لتتعرف على مدى فاعلية برنامج ارشادي معرفي مقترح للتخفيف من مشكلة التأخر الصباحي لدى تلاميذ الصف الثالث ثانوي وللإحاطة بجوانب هذا الموضوع تم تقسيم الدراسة الى جانبين: جانب نظري، وجانب تطبيقي وقد اشتمل الجانب النظري على فصلين وهما كالآتي:

الفصل الأول: تضمن موضوع الدراسة والذي تناولنا فيه مشكلة الدراسة وأهميتها وأهدافها وتحديد مفاهيمها وكذلك الدراسات السابقة حول الموضوع والتعقيب عليها.

الفصل الثاني: وهو فصل خاص بالإطار النظري للدراسة وقد تم التطرق فيه الى ثلاث عناصر، تضمن العنصر الأول البرنامج الارشادي، اما العنصر الثاني فتضمن التأخر الصباحي، في حين العنصر الثالث تضمن اهم الاتجاهات النظرية المعتمدة في الدراسة.

اما الجانب التطبيقي فيحتوي على ثلاث فصول:

الفصل الثالث: تطرقنا في هذا الفصل الى الإجراءات المنهجية للدراسة، حيث قمنا بتحديد مجالات الدراسة وفرضياتها ومنهج الدراسة والتصميم شبه التجريبي وكذا مجتمع الدراسة وادواتها والأساليب الإحصائية المستعملة.

الفصل الرابع: تضمن عرض وتحليل بيانات الدراسة.

الفصل الخامس: تضمن هذا الفصل تفسير نتائج الدراسة ومناقشتها على ضوء الفرضيات والدراسات السابقة.

الفصل الأول: موضوع الدراسة

تمهيد

أولاً: مشكلة الدراسة وتساؤلاتها

ثانياً: أهمية الدراسة

ثالثاً: أهداف الدراسة

رابعاً: مفاهيم الدراسة

خامساً: الدراسات السابقة

خلاصة الفصل

تمهيد:

يحتاج البحث إلى خلفية معرفية حول موضوع الدراسة، فالنظرة المسبقة تبين لنا أهمية الموضوع وتساعدنا في تحديد الأهداف التي نجمعها من هذه الدراسة لأنّ الخلفية المعرفية توضح للباحث الجوانب التي يجب التطرق والتركيز عليها أثناء إجراء بحثه، وقد تضمن هذا الفصل إشكالية الدراسة التي تعتبر أهم خطوة يمر بها الباحث وأهمية وأهداف الدراسة بالإضافة إلى المفاهيم الرئيسية في الدراسة وأخيرا الدراسات التي تناولت متغير الدراسة والتعقيب عليها ومدى الاستفادة منها.

أولاً: مشكلة الدراسة:

تعتبر العملية التعليمية أحد أقطاب القضايا المجتمعية الرئيسية في العالم لما لها من أهمية قصوى في تنشئة الأجيال على منظومة العادات والتقاليد والخلق الحميدة وعلى نقل الثقافة والعلوم المختلفة، والتي تسهم بشكل فعال في بناء شخصيتهم على الصعيدين الفردي والجمعي مما يؤدي إلى رفع وتنمية المجتمعات، وقد اهتم كثير من الباحثين على مدار العقود الأخيرة بدراسة وتشخيص كثير من المسائل التربوية ذات العلاقة بالبيئة المدرسية والإدارة الصفية كأحد أهم عناصر العملية التعليمية كونها تسعى لتوفير وتهيئة جميع الأجواء والمتطلبات الاجتماعية والنفسية اللازمة لحدوث عملية التعلم بصورة فعالة.

وتعد المرحلة الثانوية من أهم مراحل التعليم في حياة الفرد، كونها فترة يعرف خلالها الفرد تغيرات عديدة فيزيولوجية، وانفعالية واجتماعية، ألا وهي فترة المراهقة أو ما يسمى بفترة المشكلات لما يحدث فيها من مختلف المشكلات داخل الوسط المدرسي، يحتاج خلالها التلميذ إلى الرعاية والاهتمام والتوجيه، بالإضافة إلى ذلك فإن هذه المرحلة هي مرحلة بناء المشروع المستقبلي لدى التلميذ وبالأخص مشروعه الدراسي مما يستوجب توفير خدمات الإرشاد النفسي والمدرسي وتدخل أطراف أخرى أبرزهم مستشار التوجيه والإرشاد النفسي أو المرشد من خلال تقديم وإعداد برامج إرشادية متنوعة تخدم المؤسسات التربوية عامة والتلاميذ الذين يعانون من المشكلات بصفة خاصة، إذ تعد الخدمة النفسية الإرشادية أهم الخدمات التي يقدمها أي برنامج إرشادي مباشرة وغير مباشرة لجميع من تضمهم المؤسسة بهدف مساعدتهم على تحقيق التوافق النفسي داخل المؤسسة وخارجها، بحيث يتطلب البرنامج الإرشادي في المدرسة مشاركة فريق كفي من العاملين تتوافر فيهم استعدادات العمل في هذا البرنامج، وذلك من أجل تحقيق الأهداف التي جاء من أجلها البرنامج الإرشادي، بغض النظر عن الهدف الرئيسي والأسمى، ألا وهو التخفيف من بعض المشكلات التي يعاني منها التلاميذ في المرحلة الثانوية.

بحيث برزت مشكلة التأخر الصباحي في الأونة الأخيرة خاصة بعد جائحة كورونا وظهور الدراسة بالأفواج وتوقيت نصف يوم، هذا ما جعل التلاميذ في تدبب وعدم تنظيم في الوقت ليجد التلميذ نفسه يدرس يوماً على الساعة 8:00 صباحاً وآخر على الساعة 12:00 بعد الظهر فلم يستطع التلميذ أن يوازن ويوفق في الوقت وتنظيمه، هذا مما جعل مشكلة التأخر الصباحي تزيد بكثرة وقد أصبحت تأرق العملية التعليمية وأصبحت من أبرز المشكلات الحديثة والتي تحتاج إلى الدراسة والبحث فيها بعمق من

أجل التخفيف والتقليل منها. بعدما أصبح التأخر الصباحي مشكلة كبيرة تدخلت المدرسة بحلول منها العقاب-الاستدعاءات-الإنذارات، بالإضافة إلى التحسيس بخطورة هذه المشكلة، لكن هذه الحلول سطحية ولا تعالج المشكلة من جذورها بل هي مؤقتة وعادة غير فعالة هذا ما جعلنا ندعو إلى وجود برنامج إرشادي مبني على أسس علمية متينة ليتعمق في المشكلة ويفهم أسبابها ودوافعها ويعمل على اقتراح خطة إرشادية هدفها استئصال المشكلة من الجذور ومساعدة التلاميذ على خفض من تأخراتهم صباحيا من أجل تنظيم أوقاتهم بجدية وتحمل مسؤولياتهم في المستقبل والدراسة الحالية تسعى إلى محاولة معرفة مدى فعالية برنامج إرشادي مقترح للتخفيف من التأخر الصباحي لدى تلاميذ الصف الثالث ثانوي؟

* تساؤلات الدراسة:

- 1- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة $\alpha = 0.05$ على مقياس التأخر الصباحي تعزى لتطبيق البرنامج الإرشادي؟
- 2- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة $\alpha = 0.05$ بين القياس القبلي والقياس البعدي لصالح القياس البعدي على مقياس التأخر الصباحي؟
- 3- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة $\alpha = 0.05$ بين القياس البعدي والتتبعي لصالح القياس التتبعي على مقياس التأخر الصباحي؟
- 4- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة $\alpha = 0.05$ بين الجنسين "ذكر" "انثى" في القياس القبلي على مقياس التأخر الصباحي؟
- 5- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة $\alpha = 0.05$ بين درجات التحصيل في القياس القبلي على مقياس التأخر الصباحي؟
- 6- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة $\alpha = 0.05$ تعزى إلى المسافة بين المدرسة والمنزل في القياس القبلي على مقياس التأخر الصباحي؟

ثانيا: أهمية الدراسة:

على الرغم من أهمية موضوع الدراسة (التأخر الصباحي) إلا أنّ هناك قلة في الدراسات التي تناولت برامج إرشادية للخفض من مشكلة التأخر الصباحي، لذا جاء الاهتمام بمعرفة وتقييم هذه المشكلة لدى تلاميذ الصف الثالث ثانوي، ويمكن حصر أهمية الدراسة الحالية من خلال جانبين هما الأهمية النظرية والأهمية التطبيقية.

حيث تبرز هذه الأهمية على الصعيد النظري فيما ستضيفه من معلومات حول مشكلة هامة لم تأخذ نصيبها الكافي من البحث والدراسة وهي مشكلة التأخر الصباحي عند التلاميذ، كذلك يمكن أن تسهم الدراسة في إعداد برنامج إرشادي يستخدم للحدّ من مشكلة التأخر الصباحي، أيضا استخدام في هذه الدراسة المنهج شبه التجريبي، وهو ما يزيد من أهميتها نظرا لقلّة هذا النوع من الدراسات (في حدود علم الباحثة).

كما تبرز الأهمية التطبيقية لهذه الدراسة في كونها مدخلا لتطوير برامج إرشادية متخصصة تتعامل مع احتياجات ومشكلات التلاميذ في المرحلة الثانوية، كذلك إمكانية تطبيق هذا البرنامج الذي تم اقتراحه في أكثر من مدرسة، أو تعميمه على بقية المدارس التي تعاني من مشكلة التأخر الصباحي للاستفادة منه، نظرا لسهولة تطبيقه، وقد يستفاد من نتائج الدراسة التربويون والمرشدون العاملون في مؤسسات التعليم في استخدام البرنامج كمرجع للممارسين والمختصين في هذا المجال.

ثالثا: أهداف الدراسة:

هدفت هذه الدراسة للتعرف إلى مدى فاعلية البرنامج الإرشادي المقترح في التخفيف من التأخر الصباحي لدى تلاميذ الصف الثالث ثانوي ويمكن تحديد أهداف الدراسة حسب الآتي:

- 1- التعرف إلى الفروق بين درجات أفراد المجموعة في التطبيقين القبلي والبعدي على مقياس التأخر الصباحي.
- 2- التعرف إلى فاعلية وأثر البرنامج الإرشادي المقترح للتخفيف من التأخر الصباحي لدى تلاميذ الصف الثالث ثانوي.
- 3- محاولة الوصول لبرنامج إرشادي لخفض نسبة التأخر الصباحي لدى التلاميذ يمكن تعميم نتائجه والإفادة منها.
- 4- التعرف إلى مدى استمرار فاعلية البرنامج الإرشادي المقترح للتخفيف من التأخر الصباحي لدى تلاميذ الصف الثالث ثانوي بعد أربعة أسابيع من انتهاء تطبيق البرنامج.

رابعاً: مفاهيم الدراسة:

1- الفاعلية: القدرة على تحقيق الهدف المقصود من التعلم وفق معايير معينة بغية التوصل إلى النتائج الموجودة (الدرج، 2011، ص. 143).

وتعريف كذلك: هي القدرة على تحقيق النتيجة المقصودة وفق معايير محددة مسبقاً. (محمد السيد علي، 2011، ص. 39).

الفاعلية أيضاً: هي القدرة على تحقيق النتيجة المقصودة طبقاً لمعايير محددة مسبقاً وتزداد الكفاءة أو الفاعلية كلما أمكن تحقيق النتيجة تحقيقاً كاملاً. (النجمة، 2008، ص. 7).

* أعطت التعريفات السابقة صورة شاملة ونظرية حول مفهوم الفاعلية في حين التعريف اللاحق اهتم بالصورة التطبيقية لمفهوم الفاعلية فكان أكثر دقة.

فكان تعريف القواسمة (2015) بأنّ الفاعلية: هي الأثر المرغوب الذي يحدثه البرنامج الإرشادي المقترح لتحقيق الأهداف التي وضعت من أجلها الدراسة. (ص. 09).

التعريف الإجرائي للفاعلية: هي مدى قدرة البرنامج الإرشادي المقترح في التخفيف من التأخر الصباحي لدى تلاميذ الصف الثالث ثانوي.

2- البرنامج الإرشادي:

يعرف معجم مصطلحات التربية والتعليم برنامج الإرشاد: بأنه ناحية من البرنامج المدرسي يفسح المجال أمام كل طالب للحصول على النصح والإرشاد واتخاذ قرار ما، يتعلق بشؤونه التربوية أو المهنية أو الاجتماعية. (حمدان، 2007، ص. 110).

* هذا النوع من البرامج يقوم بتنظيمه مختصون مثل المرشد النفسي والمرشد التربوي والمرشد الاجتماعي.

يعرف البرنامج الإرشادي: بأنه مجموعة من الخطوات المحددة والمنظمة تستند في أساسها على نظريات وتقنيات ومبادئ الإرشاد النفسي وتتضمن من المعلومات والخبرات والمهارات والأنشطة المختلفة والتي تقدم للأفراد خلال فترة زمنية محددة بهدف مساعدتهم في تعديل سلوكيات وتطور مهارات جديدة

تؤدي بهم إلى تحقيق التوافق النفسي وتساعدهم في التغلب على المشكلات التي يعانون منها في الحياة بصفة عامة والحياة المدرسية بصفة خاصة. (حسين طه، 2004، ص. 283).

*تعريف طه حسين كان شاملا ومنظم ومحددا وجاء في صورة نظرية.

ويعرف أيضا البرنامج الإرشادي: بأنه مجموعة من الخطوات المنظمة والقائمة على أسس علمية تهدف إلى تقديم الخدمات لمساعدة الفرد أو الجماعات لفهم مشاكلهم والتوصل إلى حلول بشأنها، وتنمية مهاراتهم وقدراتهم لتحقيق النمو السوي في شتى مجالات حياتهم، ويتم في صورة جلسات منظمة في إطار علاقة متبادلة متفهمة بين المرشد والمسترشد (عبد العظيم، 2013، ص. 15).

*اهتم هذا التعريف بالجانب التطبيقي ولخص أهم المواقف التي يطبق فيها البرنامج الإرشادي.

3- التعريف الإجرائي للبرنامج الإرشادي:

هو مجموعة من الخطوات المحددة والمنظمة والتي تستند إلى مجموعة من التقنيات والأدوات، تدم من خلال جلسات إرشادية تهدف غلى إحداث التخفيف من التأخر الصباحي لدى تلاميذ الصف الثالث ثانوي.

التأخر الصباحي:

تعرف وزارة التربية والتعليم، جمهورية مصر العربية (2015) التأخر الصباحي بأنه تأخر الطلبة دون عذر مقبول عن بدء الدوام المدرسي صباحا من لحظة قرع الجرس.

ويقترَب من هذا التعريف ما جاء به الخليل (2012) حيث عرّف التأخر الصباحي بأنه تأخر الطالب عن موعد بدء الطابور الصباحي بشكل متكرر دون وجود عذر مقبول لهذا التأخر. (ص. 08).

* ما يمكن استنتاجه من هذين التعريفين، أنهما يتفقان على ان التأخر الصباحي هو تأخر الطلبة عن بدء الدوام المدرسي صباحا دون عذر مقبول ويختلفان في أنّ التعريف الأول حدّد وقت بداية التأخر.

في حين أشارت الباحثتان دهاسي وسابو (2018): إلى أنّه تأخر مجموعة من الطلاب عن حضور برنامج الاصطفاف الصباحي والحصة الأولى بشكل متكرر ومستمر. (ص. 27).

*اتفق هذا التعريف مع تعريف وزارة التربية والتعليم في تحديد مدّة بداية التأخر ومع تعريف الخليل في أنّه كان بشكل متكرر في حين لم تتطرق إلى أنّ التأخير لم يكن بدون عذر مقبول على خلاف ما جاء في التعريفين السابقين.

وتعرف الدراسة التأخر الصباحي بأنه: تأخر التلميذ عن الحضور صباحا إلى المدرسة من لحظة بداية الحصة الأولى بربع ساعة.

خامسا: الدراسات السابقة:

1- دراسة المطوع وفتوح (1999): بعنوان "برنامج إرشادي جمعي لخفض سلوك التأخر الصباحي"، حيث حاولت هذه الدراسة التعرف على آثار الإرشاد العقلاني في خفض سلوك التأخر الصباحي، اشتملت عينة الدراسة على 102 طالب بمختلف ثانويات جدّة وقد أسفرت نتائج الدراسة بالإيجاب، حيث تحسنت نسبة حضور الطلاب المتأخرين صباحا بعد تطبيق البرنامج، وتبين أثر الإرشاد العقلاني السلوكي المنطلق من نظرية أليس (ELes) في خفض سلوك التأخر الصباحي لدى الطلاب، حيث بلغت نسبة التحسن 89% بمعنى أنّ 102 طالبا استفادوا من البرنامج وتحسن منهم 91 طالبا، ومن ضمن النتائج التي تحققت أنّ المرشد الطلابي التدريب على تطبيق بعض البرامج الإرشادية واكتسب بعض الخبرات المعرفية والسلوكية.

www.zhrani.blogspot.com 16/03/2021/18 :19

2- دراسة محمد الشحي، محمد البري (2011/2010): بعنوان "أسباب التأخر عن الطابور الصباحي لدى طلاب مدرسة الرسم للتعليم الثانوي للبنين، رأس الخيمة"، اقتصرت الدراسة على الطلاب الذين يتأخرون عن الطابور وبشكل مستمر حيث بلغ عددهم (11) طالبا من طلاب مدرسة الرسم للتعليم الثانوي الذين سجل أسماءهم في دفتر التأخر الصباحي، تم اختبارهم بطريقة مقصودة من جميع صفوف المدرسة من مختلف التخصصات للمرحلة الثانوية بفروعها، هدفت الدراسة للتعرف والوقوف على الأسباب الكامنة وراء ظاهرة التأخر عن الطابور الصباحي ومن تحليل النتائج تبين أنّ أبرز الأسباب التي تقف وراء الظاهرة، بعد المدرسة عن موقع البيت، الإذاعة المدرسية غير المشوقة وتقوم على روتين واحد، وقت الطابور غير مناسب أمّا بالنسبة إلى السبب الذي لم يشكل أي مؤشرا لدرجة كبيرة فكان عدم متابعة الإدارة للطلاب المتأخرين بحزم وجدّية مما يعكس مدى انتباه وحرص الإدارة على المتابعة المستمرة.

https://geobassam.files.wordpress.com/20/03/2021/14:38

3- دراسة الخليل (2012): بعنوان "أثر البرنامج العلاجي باستخدام نموذج التركيز على المهام لعلاج مشكلة التأخر الصباحي"، دراسة شبه تجريبية مطبقة على عينة من طلاب مدرسة التويم المتوسطة بسدير، حيث هدفت الدراسة إلى التعرف على فعالية تطبيق نموذج التركيز على المهام لعلاج مشكلة التأخر الصباحي، وقد استخدم الباحث في هذه الدراسة المنهج شبه التجريبي على عينة عشوائية مكونة من 18 طالب واستمر البرنامج لمدة شهر بواقع 8 جلسات واشتملت أدوات البحث على مقياس التأخر الصباحي وبرنامج علاجي تم إعدادهما من قبل الباحث لهذه الدراسة، وقد أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس التأخر الصباحي لصالح أفراد المجموعة التجريبية مقارنة بأفراد المجموعة الضابطة والتي لم تتلقى البرنامج، واتضح أيضا الدور الفاعل للأبعاد التي تم التركيز عليها ومدى تأثيرها على مشكلة التأخر الصباحي وهي الأسرة والمدرسة والأصدقاء والطالب نفسه، وبهذا اتضح للباحث أن نموذج التركيز على المهام له فاعلية في علاج مشكلة التأخر الصباحي.

<http://fac.ksu.edu.sa>. 21/03/2021

4- بحث إجرائي من إعداد ياسمين محامدة وسامية الديك (2017/2016): بعنوان "التأخر عن الطابور الصباحي لدى طالبات مدرسة عورتا الثانوية للبنات"، حيث عانت مدرسة عورتا الثانوية للبنات من مشكلة التأخر الصباحي الكثير للطالبات مما كان يعيق العملية التعليمية صباحا، حيث اشتملت العينة على 33 طالبة من الصف الخامس حتى الصف الحادي عشر، بحيث تم توزيع استبانة على الطلبة هدفت للكشف عن أسباب التأخر عن المدرسة وتحديدًا عن الطابور الصباحي وبعد تحليل النتائج تم التوصيل إلى أن أهم أسباب التأخر الصباحي هو بعد المدرسة عن المنزل وعدم توفر وسيلة مواصلات، تمت معالجة السلوك من خلال عقد المرشدة جلسات فردية مع الطالبات لمعرفة أسباب التأخر لديهن والتعاون معا لإيجاد الحلول المناسبة وكانت النتيجة إيجابية وتدني نسبة التأخر من قبل الطالبات بعد ذلك.

<https://213.6.8.28:310/files/4168.aspx?down=1> 07/03/2021/15:30.

5- دراسة بسام السيد عبد المنجي إبراهيم (2020): تحت عنوان دراسة "ظاهرة عن الانضباط والانتظام في طابور الصباح"، حيث حاولت هذه الدراسة التعرف على الأسباب المؤدية للتأخير عن الطابور الصباحي لدى طلاب مركز الخارجة، اقتصر البحث على بعض مدارس إدارة الخارجة التعليمية

بمراحلها الثلاث وعلى الطلاب الذين يتأخرون عن الطابور بشكل مستمر وذلك خلال فترة الفصل الدراسي الأول بمدينة قرية ومن تحليل النتائج تبين أن أبرز الأسباب التي تقف وراء ظاهرة التأخر عن طابور الصباح الإذاعة المدرسية غير مشوقة وتقوم على روتين واحد وغير جاذبة للطلاب وكذلك بعد المدرسة عن المنزل فيجب التأكد على أن قبول الطلاب في المدارس يجب أن يعتمد على التوزيع الجغرافي الحقيقي، أما بالنسبة للمشاكل الأسرية فكانت بنسب ضعيفة ولكن يجب على الأخصائي الاجتماعي والنفسي بالتدخل المهني مع الطالب للتخفيف من تلك المشكلات.

<https://pulpit.alwatanvoice.com> 09/04/2021/17:34

6- دراسة أجنبية: دراسة christian schan (2018): تحت عنوان "تأثيرات التأخر الصباحي في بداية التدريس على طلاب الصف الثانوي"، حيث تم فحص آثار تأخير وقت بدء المدرسة بساعة واحدة في مدرسة داخلية في هونكونغ، ثم تجنّب مجموعتين من طلاب المدارس الثانوية (61.8% من عينة الدراسة إناث)، قبل وبعد تغيير وقت الدراسة من 7:30 إلى 8:30 صباحاً، أسفرت كل من المقارنات الطولية عبر الفوج وداخل المجموعة، أسفرت المقارنة بين الباحثين عن تحسين في نوعية النوم والرضا عن الحياة وأشارت البيانات الطولية أنه كلما زاد وقت النوم الإضافي كان من الأفضل لجودة النوم ووظائف الوقت اليومي والحضور للمدرسة في الوقت المحدد دون تأخير.

<https://www.researchgate.net/> 18/02/2021/ 15 :30.

التعقيب على الدراسات السابقة ومدى الاستفادة منها:

بعد استعراض الدراسات السابقة والتي تناولت متغير الدراسة الحالية ومن خلال الاطلاع عليها تبين

ما يلي:

- أن معظم الدراسات السابقة تناولت متغير التأخر الصباحي وهو ركيزة الدراسة الحالية.

- أن معظم الدراسات السابقة كان الهدف منها هو التخفيف من التأخر الصباحي.

- لقد تباينت الدراسات السابقة في استخدامها للأدوات منها ما هو متعلق بالبرنامج الإرشادي كدراسة المطوع وفتوح (1999) ومنها ما هو متعلق بالبرنامج العلاجي كدراسة الخليل (2012)، أما دراسات كل من الشحي والبري (2011) ومحامدة والديك (2017) وإبراهيم (2020) ودراسة christian schan (2018) فقد اعتمدت على استبانة تكشف عن أسباب التأخر الصباحي، وهذا يعود إلى طبيعة

كل دراسة وذلك من حيث كونها وصفية أو تجريبية، كما يعود أيضا إلى الاختلاف بينهما لاختلاف الهدف من كل دراسة.

- أما فيما يتعلق بالمرحلة العمرية فنلاحظ أن أغلب الدراسات السابقة ركزت على المرحلة الثانوية كون هذه المرحلة حساسة جدا وهذا لما يحدث فيها من تغيرات فيزيولوجية وانفعالية للتلاميذ، ضف إلى ذلك كونها من الفئات المهمة في المجتمع التي يجب التكفل بها والاهتمام بها، على خلاف دراسة الخليل (2012) فقد طبقت البرنامج العلاجي على عينة من تلاميذ المرحلة المتوسطة ودراسة إبراهيم (2020) التي تألفت عينة بحثه من بعض المدارس بمراحلها المختلفة (ابتدائي، إعدادي، ثانوي).

- أما فيما يخص متغير الجنس فقد اختلفت، فهناك من الدراسات التي اشتملت على متغير (الذكور، إناث) كدراسة المطوع وفتوح (1999) والخليل (2012) وإبراهيم (2020)، على خلاف دراسة محامدة والديك (2017) ودراسة christian schan (2018) التي اشتملت على الإناث فقط، أما دراسة الشحي والبري (2011) فقد اشتملت على متغير الذكور فقط.

- أما فيما يخص المنهج المستخدم في هذه الدراسات فهي الأخرى تباينت ما بين المنهج شبه التجريبي والمنهج الوصفي وهذا راجع لطبيعة الدراسة التي تناولها كل باحث.

- وفيما يخص حجم الفئة فهناك بعض الدراسات التي كان حجم العينة فيها صغير ويتراوح ما بين 11 فرد إلى 33 فرد على خلاف دراسة المطوع وفتوح (1999) ودراسة christian schan (2018) ودراسة إبراهيم (2020) كان حجم العينة فيها كبير.

وقد استفادت الدراسة الحالية من الدراسات السابقة في:

- تحديد التصميم التجريبي الأنسب للدراسة، ومراحل تطبيقها لتحقيق أهداف الدراسة حيث استخدمت الدراسة المجموعة الواحدة.

- وكذا استقراء طرق وأساليب الإحصائية المناسبة لمعالجة البيانات.

- كما استنبطت من الدراسات أهمية دراسة الفروق فيما يخص الجنس والتحصيل وبعد المسافة عن المنزل وأثرها على البرنامج الإرشادي.

- الإسهام في بناء الإطار النظري للدراسة.

خلاصة الفصل:

تضمن الفصل الأول موضوع الدراسة من خلال تحديد أهمية الدراسة النظرية والتطبيقية وأهدافها المتمثلة في التعرف على مدى فاعلية برنامج إرشادي مقترح في التخفيف من سلوك التأخر الصباحي لدى تلاميذ الصف الثالث ثانوي وكذا معرفة الفروق بين درجات أفراد عينة الدراسة.

وكذا تحديد مشكلة الدراسة وتساؤلاتها، وأبرز معالمها في دراسة مشكلة التأخر الصباحي ومحاولة التخفيف منها عن طريق برنامج إرشادي مقترح وعلى ضوء ذلك تم استخلاص ثلاثة مفاهيم رئيسية وهي: الفاعلية، البرنامج الإرشادي، التأخر الصباحي، بحيث تم رصد مجموعة من التعريفات الأساسية لكل مفهوم وتوصلنا إلى إعطاء تعريف إجرائي لكل مفهوم حسب ما تقتضيه الدراسة.

كما تم الاعتماد على مجموعة من الدراسات السابقة التي تناولت موضوع التأخر الصباحي والتعليق عليها وفق ما تشابهت واختلفت به مع الدراسة الحالية.

الفصل الثاني: الإطار النظري للدراسة

تمهيد

أولاً: البرنامج الإرشادي

ثانياً: التأخر الصباحي

ثالثاً: أهم الإتجاهات النظرية المعتمدة في الدراسة

خلاصة الفصل

تمهيد:

تعتبر مشكلة التأخر الصباحي أحد المشكلات التي أصبحت تآرق مؤسسات التعليم وخاصة المدارس الثانوية كونها مرحلة حساسة جدا للتلاميذ نظرا للتغيرات التي تحدث لهم في هذه المرحلة العمرية، إذا أنه سبب في تسربهم المدرسي وسببا في ارتكاب الكثير من المشاكل والتي من الممكن أن تؤدي بهم إلى الفصل أحيانا، الأمر الذي أدى بالأخصائيين والتربويين في هذا المجال إلى البحث والدراسات وإيجاد الحلول السريعة والمجدية من أجل الحد من هذه المشكلة وتعتبر البرامج الإرشادية إحدى الطرق التي يلجأ إليها المرشدين في المؤسسات التعليمية كونها الطريقة الفعالة والتي يستجيب لها التلاميذ بصفة إيجابية على عكس الطرق العنيفة والتي تستعمل من قبل المسيرين في المدارس للحد من السلوكيات الغير مرغوبة فالبرامج الإرشادية إحدى طرق التوجيه والإرشاد الطلابي والتي من شأنها تقديم الخدمات التي تحقق التوافق النفسي والاجتماعي والتربوي للمتعلمين، وفي هذا الفصل سنحاول عرض كل ما يرتبط بمشكلة التأخر الصباحي وكذا أهمية البرنامج الإرشادي وأهم عناصره من مبادئ وأسس وخطوات ومصادر وأهداف.

أولاً: البرنامج الإرشادي:

تحتاج المدارس في الوقت الحاضر إلى خدمات الإرشاد النفسي، وكذلك لكثرة التغيرات التي طرأت على الحياة، فالتقدم التكنولوجي وتغيرات القيم عند الشباب تدفع لوجود خدمات الإرشاد المدرسي ومن الطرق التي يعتمد عليها المرشد النفسي في عمله من أساليب وتقنيات معينة يمكن اعتباره برنامجاً إرشادياً لتحقيق أهداف معينة.

1- مفهوم البرنامج الإرشادي:

هو ذلك المخطط المنظم الذي يقدم الخدمات الإرشادية المباشرة وغير المباشرة بشكل فردي وجماعي للمسترشدين بهدف مساعدتهم في تحقيق نموهم الشامل والمتكامل في شتى المجالات. (الخطيب، 2000، ص.96).

2- مخطط ومنفذ البرامج الإرشادية:

من الممكن أن يقوم بتخطيط البرامج الإرشادية وتنفيذها كل من:

- 1- أصحاب نظريات الإرشاد النفسي الذين يخططون للبرامج الإرشادية وينفذونها في ضوء توجهاتهم النظرية.
- 2- عالم النفس الإرشادي، وهو سيكولوجي محترف ومتخصص في الإرشاد النفسي وخبراته العلمية تؤهله لوضع برامج إرشادية وتنفيذها.
- 3- المرشد النفسي، وهو سيكولوجي مدرب مهنيًا.
- 4- أعضاء هيئة التدريس بالجامعات في مجال علم النفس بعرض إجراء بحوث ودراسات. (يوسفي، 2017، ص. 65).

3- أهداف البرنامج الإرشادي في المدرسة:

تهدف برامج التوجيه والإرشاد كما يذكر دبور وآخرون كما يلي:

- 1- تنمية مفهوم إيجابي للذات لدى الطالب، وبما يتوافق مع ما يتمتع به الغالب من خصائص نمائية ضمن مرحلته العمرية.
- 2- تحقيق التوافق بين الطالب وذاته وبيئته، وبين النواحي التربوية والشخصية والاجتماعية.

- 3- تحقيق الصحة النفسية والإسهام في إبعاده وتدريبه على حل مشكلاته بنفسه.
- 4- تحسين العملية التربوية، بأن توظف المدرسة الممارسات التي تؤدي إلى تحقيق التكامل في شخصية الطالب، وإلى الاستفادة من المستحدثات التربوية واشتراك الطلبة بشكل فاعل في العملية التعليمية.
- 5- تنمية قدرة الطالب المسترشد على اتخاذ القرارات من خلال مساعدته على تفهم قدراته وميوله، وإمكانياته واتجاهاته ومشاعره، والتالي استغلال هذا الفهم في بناء أرضية صلبة لاتخاذ القرارات الهامة في حياته.
- 6- إكساب الطالب القدرة على تشكيل رؤيته الخاصة واستخدامها في تحليل المواقف الحياتية التي يواجهها، وبالتالي إيجاد حلول جديدة للمشكلات التي تعترض طريقه.
- 7- تنمية قدرة الطالب على التفاوض والتشاور، وابداء الرأي بحرية ومسؤولية.
- 8- إتاحة الفرصة للطالب كي ينمي قدراته العقلية، وخاصة ما يتعلق منها بمهارات التفكير العليا، من شل التفكير الإبداعي والتفكير الناقد والتفكير فوق المعرفي ويتضمن تنمية قدرة الطالب على التحليل والتركيب والتقويم.
- 9- تزويد الطالب بفرص التدريب على العمل مع الآخرين بشكل جماعي وتعاوني في مشاريع هادفة ومهمة.
- 10- إكساب الطالب القدرة على التغيير نحو الأفضل، والتكيف مع المتغيرات غير المتوقعة بهدوء واتزان دون تسرع أو تهور. (رشدي، 2013، ص. 213-214).

4- مصادر بناء محتوى البرنامج الإرشادي:

يزخر ميدان الإرشاد النفسي بالعديد من النظريات الإرشادية وتتضمن النظرية التحليلية ونظرية الإرشاد السلوكي، الإرشاد العقلاني والتعديل السلوكي عند "سكندر" ونظرية الإرشاد المتمركز حول الشخص ونظرية التعلم الاجتماعي عند "باندورا" والإرشاد الأسري والإرشاد بالواقع وغيرها من النظريات الإرشادية والعلاجية، فهي كثيرة ومتنوعة وهذا التعدد يفيد في مواجهة المشكلات لدى الأفراد ويمكن للبرنامج الإرشادي أن يعتمد على نظرية واحدة من نظريات الإرشاد ويفضل الاعتماد على أكثر من نظرية إرشادية والاستفادة منها كما تكتمل عليه من فنيات تسهم في فاعلية وإيجابية البرنامج الإرشادي وعلى أساس النظرية التي يستند إليها البرنامج.

وبناء محتوى البرنامج يتم الاعتماد على عدّة مصادر منها:

- 1- الإطار النظري الذي يلقي الضوء على متغيرات الدراسة.
- 2- الدراسات السابقة العربية والأجنبية التي تتعلق بعمل برامج إرشادية في مجال الدراسة.
- 3- الدراسة الاستطلاعية الميدانية وتتم من خلال الاستبيان المفتوح والتقارير الذاتية لأفراد العينة الاستطلاعية.
- 4- المقاييس والأدوات المستخدمة في الدراسة. (يوسفي، 2017، ص. 66).
- 5- الأسس التي تقوم عليها البرامج الإرشادية:

إنّه عند بناء برنامج الإرشاد فلا بدّ أن تقوم على مجموعة من الأسس أو الركائز العلمية والفلسفية والتربوية والمتمثلة في:

- 1- الأسس العامة: مراعاة حق الطفل في التقبل دون قيد أو شرط وكذا حقه في الإرشاد النفسي كما يجب مراعاة أحد الأسس الهامة والتي تقوم عليها العلاج المعرفي السلوكي وهي قابلية السلوك للتعديل والتغيير.
- 2- الأسس الفلسفية: يستمد البرنامج أصوله الفلسفية من النظريّة المعرفية السلوكية بشكل عام إلى جانب اعتماده على الأسس الفلسفية العامة التي تتضمن مراعاة أخلاقيات الإرشاد وسرية البيانات.
- 3- الأسس النفسية: تراعي الخصائص العامة للنمو في كلّ مرحلة من مراحل الطفولة والخصائص المميزة لها والفروق الفردية بين الأطفال في كل مرحلة.
- 4- الأسس التربوية: يراعي أن يكون الهدف واضحا لا يخرج عن الهدف العام الذي تتطلع إليه المدرسة أو الرّوضة وهو تحقيق التوافق الشخصي والاجتماعي للأطفال.
- 5- الأسس الاجتماعية: تستخدم بعض الفنيات ذو الفاعلية في العلاج بطرق جماعية وفردية وذلك حسب ما تتطلبه طبيعة كل جلسة وظروف كل طفل.

6- الأسس الفسيولوجية والعصبية: يجب استخدام فنية التحصين التدريجي وما تتضمنه هذه الفنية من تدريب الاسترخاء العضلي حيث يتم مراعاة تلك الأسس التي تساعد الجسم على الوصول إلى حالة الاسترخاء الكامل.

7- الأسس الإدارية: والتي تتضمن تهيئة المناخ الإداري المناسب من المكان والأدوات والوسائل اللازمة للتطبيق. (أوراغي، 2017، ص. 52-53).

6- خطوات بناء وتنفيذ البرامج الإرشادي:

قبل البدء في بناء أي برنامج إرشادي لا بد من السير على الخطوات المحددة مسبقاً ومن بين الخطوات ما يلي:

1- تحديد أهداف البرنامج، فكل برنامج له أهداف عامة وهي أهداف الإرشاد وأهداف خاصة بكل برنامج تختلف باختلاف الزمان والمكان والأشخاص ونوع المشكلة.

2- دراسة شاملة لحاجات أفراد الفئة المستهدفة وذلك لتحديد المساعدة المطلوبة والتي يحتاجونها وبالتالي اختيار الأساليب والطرق التي تلبى هذه الحاجات.

3- تحديد الإمكانيات الناقصة التي يجب العمل على توفيرها.

4- الإعلام من خلال فكرة البرامج وأهدافه للمؤسسة والأفراد.

5- اختيار الإستراتيجية الإرشادية المناسبة من أجل تحقيق الأهداف التي تسطرها وذلك في ضوء نظرية من نظريات الإرشاد النفسي منها المحاضرة والمناقشة، لعب الأدوار، السيودراما، التقييم الموضوعي للحدث، الواجبات المنزلية، التعزيز، التساؤل، النمذجة، التفريغ الانفعالي.

6- اختيار تقييم تجريبي يتناسب مع المشكلة من خلال المجموعتين المتكافئتين.

7- اختيار محتوى البرنامج الإرشادي: والذي يتكون من ثلاثة أبعاد وهي المعارف والأنشطة والمهارات وقد تم اختيارها من مصادر متعددة.

8- التحكيم على البرنامج: أي عرضه في صورته الأولية قبل استخدامه على مجموعة من المحكمين وذلك بهدف التأكد من صلاحية البنود. (يوسفي، 2017، ص. 67-68).

9- تحديد الإجراءات التنظيمية للبرنامج الإرشادي: وتتضمن تحديد مراحل البرنامج، الجدول الزمني المكان الذي ينفذ فيه البرنامج وعدد المشاركين في تنفيذ البرنامج من خلال أربع مراحل رئيسية:

- مرحلة البدء والتحصير: خلال الجلسة الأولى والثانية.
- مرحلة التعارف وبناء العلاقات الإنسانية: خلال الجلسة الثانية.
- مرحلة الانتقال: ويتم فيها إلقاء الضوء على المشكلة الرئيسية وتتم ففي الجلسة الثالثة والرابعة.
- مرحلة العمل والبناء: من الجلسة الخامسة إلى الجلسة التاسعة.
- مرحلة الإنهاء: من خلال تقويم البرنامج الإرشادي والتعرف على مدى تحقيق البرنامج الإرشادي للأهداف المرجوة منه.
- 10 - تنفيذ البرنامج.
- 11- تقويم البرنامج الإرشادي: من خلال إصدار حكم بشأن مدى فاعلية البرنامج الإرشادي للاستمرار في تنفيذه.
- 12- لإنهاء الجلسات الإرشادية: حيث يقوم المرشد بالتذكير بقرب إنتهاء الجلسات.
- 13- كتابة التقرير النهائي من خلال الخطوات والنتائج التي تم التوصل إليها. (يوسف، 2017، ص. 69).

7- خدمات برنامج الإرشاد:

يراعي المرشد وهو يخطط للبرنامج تقديم الخدمات الأساسية التالية:

- 1- الاهتمام بالجانب الوقائي والنمائي والعلاجي في التوجيه والإرشاد.
- 2- مساعدة الطالب على التغلب على مشكلات النمو العادي مثل المشكلات الانفعالية والاجتماعية.
- 3- حل المشاكل النفسية أولاً بأول حتى لا تتفاقم وتزداد حدتها وتتطور عندما لا تجد الحلول أو المساعدة في حلها في الوقت المناسب.
- 4- ضرورة التغلب على المشكلات التربوية الخاصة مثل مشكلات المتفوقين والتخلف العقلي والتأخر الدراسي. (عبد الهادي، العزة، 2012، ص. 120).
- 5- مساعدة الطالب على التكيف مع نفسه وأسرته ورفاقه ومجمعه.
- 6- تقديم خدمات الإرشاد التربوي والمهني لمساعدة الطلبة على الاختيار المهني الملائم لقدراتهم وقابلياتهم.

7- التعاون مع الأسرة المدرسية لمساعدة الطالب في حل المشكلات الأسرية التي تؤثر على سلوكه أو نموه.

8- تقييم برامج الإرشاد:

التقييم هو عملية تحديد القيمة، وهو عملية نقدية هامة تكشف عن مدى فعالية البرنامج ومدى نجاحه أو فشله وهو عملية جماعية تعاونية يشترك فيها المسؤولون عن البرنامج تخطيطا وتنفيذا وحتى الذين يخدمهم البرنامج.

والتقييم عملية مستمرة من أول التخطيط عبر التنفيذ وأثناء وبعد الجلسات والاجتماعات وحتى المتابعة، ويرى البعض أنه يجب تقييم البرنامج مرة كل سنة على الأقل ويحسن أن يكون مرتين إذا كان البرنامج جديدا والسبب في ذلك أن عملية الإرشاد عملية دينامية تحتاج إلى تطوير مستمر في الوسائل والطرق والإجراءات. (عبد الهادي، العزة، 2012، ص.151).

ويضيف عبادية خطوات التقييم وهي كالاتي:

- تحديد أسئلة التقييم والإجابة عنها.
- تحديد طرق التقييم ووسائله واستخدامها لتحديد فعالية البرنامج ومدى تحققه للأهداف المسطرة.
- تحليل نتائج عملية التقييم.
- اقتراح خطوات تقويم وإصلاح البرنامج في ضوء نتائج عملية التقويم وذلك بتحديد ما يجب تدعيمه أو تطويره. (2017، ص. 78).

أهداف التقييم:

الهدف الأول من تقييم برنامج التوجيه والإرشاد هو التقويم أي الإصلاح والتصحيح أن التقييم يجب ألا يكون هدفا في حد ذاته بل يكون وسيلة للتقويم، ويجب أن تنشر نتائج تقييم البرنامج حتى يستعان بها في تقويم البرنامج القائم وفي تخطيط وتنفيذ البرامج الأخرى المشابهة بما يفيد المسؤولين عن البرنامج والمستفيدين منه.

معايير تقييم البرنامج الإرشادي:

1- المعايير الخارجية: وتشمل:

- مدى شمول الخدمات الإرشادية لأكبر عدد ممكن من الطلاب في المدرسة.
- مدى تنوع الخدمات التي يقدمها المرشد.
- مدى تعرف المرشد على طلابه.

2- المعايير الداخلية:

- مدى فعالية البرنامج في مواجهة حاجات الطلاب.
- مدى تأثير البرنامج في تغيير سلوك الطلاب.
- مدى فعالية البرنامج في إيجاد جو إرشادي في المدرسة يساعد على النمو السليم للطلاب من جميع النواحي.
- مدى توفير التعاون بين المرشد والعاملين في المدرسة. (عبد الهادي، العزة، 2012، ص. 152).

9- مشكلات البرنامج :

قد تعترض برامج الإرشاد النفسي بعض المشكلات أو الصعوبات التي قد تعوقه، ومن هذه المشكلات ما يتصل بالعملاء أو العاملين، أو الموقف والمجال الذي يتم فيه تخطيط وتنفيذ وتقييم البرنامج، ويجب عمل كل ما يلزم وبذل كل جهد للتغلب على هذه المشكلات والصعوبات أولاً بأول بكل وسائل، حتى يمضي البرنامج قدماً لتحقيق أهدافه، ومن المشكلات التي تعترض البرنامج ما يلي:

- 1- نقص الوقت لدى المسؤولين عن البرنامج لانشغالهم في أعمال أخرى، ونقص أعدادهم وقصور إعدادهم وتدريبهم وخبرتهم، أو نقص حماسهم واهتمامهم بالبرنامج.
- 2 - نقص اهتمام الإدارة بالإرشاد النفسي وخدماته وجعلها محددة أو خدمات صورية فقط.
- 3- نقص الوعي الإرشادي العام، ووجود اتجاه يؤدي إلى تضليل بعض العملاء عن الاستفادة من خدمات الإرشاد النفسي أو رفضها أحياناً لخلطهم بينه وبين العلاج النفسي.
- 4- نقص الاعتمادات المالية اللازمة، بالتالي نقص التجهيزات المطلوبة من أماكن وأجهزة ووسائل.

- 5- نقص اهتمام وعدم تعاون الوالدين وغيرهم ممن يستطيعون الإفادة- لو اهتموا- في البرنامج.
6- صعوبات عملية تقييم البرنامج، فهي عملية مكلفة وتستغرق وقتا قد لا يتوافر لدى المسؤولين عنه، كذلك فإنّ بعض عناصر البرنامج تخضع فقط للتقييم الذاتي العام. (زهران، 1998، ص. 513).

ثانيا: التأخر الصباحي:

يعتبر التأخر الصباحي من أهم المشاكل المؤسسة التربوية، لما لها من أضرار على التلميذ وعلى المؤسسة لكن أسبابه وآثاره وطرق علاجه مجهلها الكثير في هذا العنصر نحاول التطرق إلى مشكلة التأخر الصباحي وما يتعلق بها من أضرار.

1- مفهوم التأخير الصباحي:

يعني التأخير عن المدرسة عدم حضور التلميذ للأنشطة الجماعية أو عدم حضوره لجزء من الحصص الدراسية (الأولى، الثانية) وقد يعكس التأخير الصباحي للتلاميذ بعض النتائج السلبية على حياتهم العامة والتربوية لما يحرّمهم من الاشتراك بالأنشطة الجماعية مع أقرانهم وما يمكن أن ينميه لديهم من روح التعاون والمشاركة مع من حولهم في المجالات والاهتمامات الحياتية المختلفة، كما يمكن أن يؤدي لدى البعض إلى ضعف في التحصيل الدراسي كنتيجة طبيعية لتأخرهم المستمر عن حضور حصص هذه المواد.

2- مظاهر مشكلة التأخر عن المدرسة:

- 1- عدم حضور الأنشطة الجماعية الصباحية تمهيدا للحصص اليومية.
- 2- عدم حضور جزء من الحصص الدراسية الأولى بالإضافة للأنشطة الصباحية التمهيدية (القواسمة، الحوامة، 2010، ص. 26-27).
- 3- أسباب التأخير صباحا:

الواقع أنّ لهذه المشكلة كما لأي مشكلة أخرى أسبابا عديدة تختلف باختلاف حياة الطالب وظروفه المعيشية ووضعه الاجتماعي في أسرته واستقراره النفسي ومن هذه الأسباب:

- 1- إهمال الأسرة في تعويد الأطفال القيام بانتظام كل صباح والذهاب إلى المدرسة في الوقت المحدد.
- 2- تغاضي مدير المدرسة عن المتأخرين (المعاينة، الجعيان، 2009، ص. 61).

- 3- شدة الزحام وعدم توفر المواصلات.
- كره الطالب لجو المدرسة.
 - بعد المدرسة عن منزل الطالب.
 - وجود بعض المقاهي على طريق المدرسة.
 - شدة بعض المدرسين وتعهد الطالب عدم الحضور إلى حصصهم.
 - عدم مبالاة الطالب بنظام المدرسة التي تختلف فيها.
 - عدم قيام الطالب بواجب الحصة.
 - تكليف بعض أولياء الأمور أبناءهم ببعض الأعمال.
 - سهر الطالب إلى وقت متأخر من الليل.
 - سوء الحالة المادية التي تمكن الطالب من ركوب المواصلات.
 - كره الطالب لمادة معينة. (المعاينة والجغيمان، 2009، ص. 61-62).
 - افتقاد الطالب لقدرة التنظيم السليم للوقت.
 - سوء الأحوال الجوية أحياناً.
 - كراهية التلميذ لمادة معينة. (الإدارة العامة للتوجيه و الإرشاد، 2003، ص. 215).
- وقد قسم أسباب التأخر الصباحي إلى ثلاث أقسام:
- القسم الأول: متعلق بالطالب نفسه:
 - الاقتداء برفاق السوء.
 - الحالة النفسية للطالب من المواد التي يبدأ بها يومه الدراسي.
 - القسم الثاني: متعلق بالأسرة:
 - التقصير في حل الواجبات المنزلية.
 - السهر في أمور بعيدة عن الدراسة.
 - إهمال ولي الأمر في متابعة ابنه في المنزل وتكليفه بأعمال أخرى.
 - القسم الثالث: متعلق بالمدرسة:

- جعل المواد الصعبة في الحصص الأولى.
- كراهية بعض الطلاب لبعض المدرسين.
- إهمال بعض الإدارات المدرسية لدورها التربوي في الحد من هذه الظاهرة وتأثير الأسلوب المستخدم من قبل المرشد الطلابي وبعض الأحيان يشجع الطلاب على الاستمرار في التأخر. (العثيمين، 1991).

4- الآثار المترتبة على التأخر الصباحي:

وهذا التأخر يترتب عليه آثار كثيرة تتعلق بالمدرسة والطلبة وأولياء الأمور:

أ- المتعلقة بالمدرسة:

- اضطرابات النظام المدرسي.
- استئصال الجهاز الإداري واقتطاع جزء من وقته في محاسبة المتأخرين.
- قطع المعلم للشرح وانشغال الطلاب عن متابعة الدرس عند دخول المتأخرين للصف.
- ب- آثار تتعلق بالطالب وأولياء الأمور: وتتمثل في:
 - ضعف التحصيل الدراسي للطالب.
 - الحرمان من الدرس وخصوصاً دروس الحصص الأولى.
 - تكوين عادة سيئة لدى الطلاب المتأخرين على تقديم جميع الالتزامات المناطة لهم.
 - تأخير أولياء الأمور عن أعمالهم اليومية، نتيجة لتأخر الطالب عن المدرسة.
 - تعطيل مصالح أولياء الأمور ومخاطبتهم بالحضور للمدرسة في وقت لا يناسبهم. (الشهري، 2012، ص. 2).

5- الأساليب الخاطئة التي تمارس في التعامل مع مشكلة التأخر الصباحي:

- 1- استخدام العقاب البدني.
- 2- توقيف الطلاب.
- 3- حرمان الطالب من الدخول للقسم.
- 4- السخرية والاستهزاء بالطالب.
- 5- عدم مسائلة الطالب عن أسباب تأخره.
- 6- عدم إبلاغ ولي الأمر.

- 7- عدم محاولة التعرف على الأسباب.
- 8- استخدام علاج موحد لجميع الطلاب المتأخرين لأنّ ذلك يظهره بصورة المعاقب في نظرهم.
- 9- الإهمال في متابعة المتأخرين صباحا.
- 10- عدم إحالة متكرري التأخر للأخصائيين لدراسة حالتهم.
- 11- تكليف الأخصائي بتسجيل المتأخرين يوميا.
- 12- عدم تصنيف الطلاب المتأخرين إلى كثير التأخر وقليلي التأخر. (العتيبي والجهني، 2009، ص. 253).
- 6- إجراءات الحدّ من ظاهرة التأخر الصباحي:
- أن يكون برنامج الصف الصباحي مشوقا وباعثا للراحة النفسية لكل الطلبة من خلال إدراج وتعطيل فقرات مسابقات ثقافية وفنية.
 - تعزيز دور الطلبة الملتزمين بالصف الصباحي في البيئة المدرسية الصباحية والثناء عليهم دون أن يحدث ذلك ردة فعل سلبية لدى الطلبة المتأخرين.
 - أن يقوم مدير المدرسة بالتعاون والمشاركة مع المرشد التربوي بدراسة حالات التأخر عن الصف الصباحي أولا بأول لمعرفة الأسباب الكامنة وراء تأخر كل طالب على حدى تمهيدا لوضع الخطط الإجرائية المناسبة لكل واحد منهم. (ناصر، 2020، ص. 55-56).
 - تنمية اتجاهات إيجابية عن الطابور الصباحي، كذلك تنمية العلاقات الإيجابية عن الحضور الصباحي واستثمار طاقات المجتمع المحلي في ابراز أهمية المحافظة على الوقت من خلال استدعاء المختصين في هذا المجال، لإعطاء المحاضرات او الندوات المتخصصة حول الموضوع. (الغنبوسي، 1996، ص. 118).
 - تبصير الأبناء وأسرههم بأهمية الاستيقاظ المبكر والحرص على تأدية صلاة الفجر في وقتها.
 - دراسة أحوال الطلبة الذين تبعد منازلهم عن المدرسة ومحاولة إيجاد حل لها.
- وقد أشير بهذا الشأن إلى تجربة اعتمدت فيها مرشدة طلابية على برنامج الجوائز أثناء الاصطفاف الصباحي، حيث يتم سحب يومي من خلال صندوق بأسماء الطالبات، تقوم به إحدى الطالبات وتعلن المرشدة اسمها فإن كانت حاضرة تخرج وتتسلم جائزتها من المديرية إذا كانت متأخرة تحجب عنها الجائزة ويعاد السحب مرة ثانية، وهكذا أذى البرنامج إلى القضاء على هذه الظاهرة وتقليل التأخر بشكل ملفت النظر. (التويجري، 2013، ص. 23).

ويضيف السويلم (2002) طرق في التعامل مع الطلاب متكرري التأخر صباحا وهي:

- تواجد الهيئة الإدارية والمدرسين في وقت مبكر ليكونوا قدرة حسنة للطلاب.
- توضيح أهمية التمارين الصباحية وذلك من خلال الإذاعة المدرسية وتوزيع نشرات توضح أهمية الحضور المبكر للمدرسة.
- أن يتعرف المرشد التربوي على أسباب التأخر الصباحي تمهيدا للمساعدة في اتخاذ الإجراءات المناسبة من الهيمنة الإدارية. (ص 191).
- الاتجاه العقلاني الانفعالي السلوكي لصاحبه إيس: يذكر كوري (1996): إن الإرشاد العقلاني الانفعالي كأحد أساليب الإرشاد المعرفية يقوم على افتراض أن الإنسان يولد ولديه الفرصة لأن يكون عقلانيا مستقيما في تفكيره، أو لاعقلانيا مُعَوَّجاً في التفكير، ولديه نزعة فطرية للحفاظ على بقائه، وعلى النمو وتحقيق الذات، وعلى السعادة والحب والعيش الجماعي مع الآخرين، إلا أنه أيضا يمتلك ميلا طبيعيا لتدمير الذات وتجنب التفكير، والتسوية ومعاودة الوقوع في الأخطاء والتفكير الخرافي، وعدم الصبر أو الاحتمال والنزعة إلى الكمال، ولوم الذات، وتجنب تنمية الإمكانيات التي تحقق الذات، هذا الميل يوجد لدى جميع الناس بغض النظر عن مستوى تعليمهم وثقافتهم. (شاهين وحدي، 2007).

1- الفروض والتصورات النظرية:

- ويقدم إيس بعض الأفكار والتصورات والفروض حول طبيعة الإنسان والاضطرابات الانفعالية، والتي لخصها باترسون في ما يلي:
- الإنسان كائن عاقل متقرد في كونه عقلانيا وغير عقلاني، فحين يفكر ويتصرف بعقلانية يصبح ذا فاعلية ويشعر بالسعادة والكفاءة.
- إن الاضطراب الانفعالي والنفسي هو نتيجة للتفكير غير العقلاني وغير المنطقي، ويصاحب الانفعال التفكير.

- ينشأ التفكير غير العقلاني في أصله إلى التعلم المبكر غير المنطقي والذي يكون والفرد مهياً له من الناحية البيولوجية والذي يكتسبه بصفة خاصة من والديه ومن المجتمع.
- إن البشر هم كائنات ناطقة، وفي المعتاد أن يتم التفكير عن طريق استخدام الرموز واللغة، وطالما أن التفكير يصاحب الانفعال فإن التفكير غير المنطقي من الضروري أن يثابر إذا استمر الاضطراب الانفعالي، ويبقى الشخص المضطرب على اضطرابه محافظاً على السلوك غير المنطقي عن طريق الكلام الداخلي والأفكار غير المنطقية.
- إن استمرار حالة الاضطراب الانفعالي نتيجة لحديث الذات لا يتقرر بفعل الظروف والأحداث الخارجية فقط، وإنما يتحدد أيضاً من خلال إدراكات الفرد لهذه الأحداث واتجاهاته نحوها.
- ينبغي مهاجمة وتحدي الأفكار والانفعالات السلبية أو القاهرة للذات، وذلك بإعادة تنظيم الإدراك والتفكير بدرجة يصبح معها الفرد منطقياً وعقلانياً، وهدف الإرشاد والعلاج النفسي هو أن يوضح للمسترشد أن حديثه مع ذاته (حديث النفس) هو المصدر الأساسي للاضطراب الانفعالي، وأن يبين له كيف أن هذه الأحاديث الذاتية غير منطقية، وأن يساعده على تعديل تفكيره، بحيث يصبح أكثر عقلانية وبالتالي تقل الانفعالات السلبية أو قهر الذات أو تنتهي تماماً. (الشناوي، 1994، ص. 97).
- الإنسان ليس ضحية لظروفه أو لماضيّه، ولكن الطريقة التي يتحدث بها الفرد إلى الآخرين أو يحدث بها نفسه هي التي تحدد مدى تكيفه. (الغامدي، 2009، ص. 24).
- تأثير توقع الفرد على انفعاله وسلوكه: إذ يؤدي توقع الفرد الذي تسيطر عليه الأفكار اللاعقلانية إلى حدوث الاضطراب الانفعالي، وإلى الاستجابة بطريقة خاطئة، بينما عندما يستخدم الفرد توقعات تعتمد على الأفكار العقلانية عن نفسه وعن الآخرين، يساعده في التخلص من الاضطراب الانفعالي وتعديل السلوك.

- الوعي والاستبصار وتبنيه الذات: وهي من العمليات المعرفية التي لها دور هام في القيام بسلوك معين أو العمل على تغيير هذا السلوك وتعديله إلى الأفضل.
- التصور والتخيل: إن تفكير الأفراد فيما يحدث حولهم يكون بطريقة لفظية بالكلمات والجمل، وأيضاً بطرق غير لفظية كالصور والتخيل والأحلام، وهي تلعب دور الوسيط المعرفي، الذي يؤثر في انفعال الفرد وسلوكه.
- تأثير خصائص الفرد من دافعية وغرضية وسببية على الانفعال والسلوك: إن هذه الخصائص عندما تكون قائمة على أفكار لاعقلانية، فإنها تؤدي إلى زيادة الاضطراب الانفعالي لدى الفرد، وعندما يعمل الفرد على فهم وتغيير هذه الخصائص وملاءمتها لقدراته فإنه يقلل من اضطرابه ويعدل من سلوكه. (دردير، 2010، ص. 17-18).
- سلبيات اتجاه العقلاني الانفعالي السلوكي:
 - عدم تأكيدها على العلاقة العلاجية بين العميل والمرشد أو على الألفة الواجب تكوينها.
 - يؤكد أنصار (REBT) على أنه يجب مواجهة العميل منذ البداية بالأفكار اللاعقلانية التي يحملها دون اعتبار لعامل الزمن.
 - تأكيدها على أن المرشد يجب أن يكون مهاجماً قوياً منذ البداية وحتى النهاية على العميل، وهذا يؤدي إلى أن يعرف المرشد المشكلة تعريف خاطئاً.
 - تأكيدها التام والكلي على تغيير عواطف وانفعالات الشخص عن طريق تغيير طريقة تفكيره نحو الايجابية.
 - أنها تؤثر بشكل فعال مع الأشخاص الأذكى والنشطين، وليس مع من يعانون من اضطرابات عنيفة. (الزبيد، 2008، ص. 270).

6-4-الاتجاه المعرفي بيك:

من بين نماذج الإرشاد نموذج بيك، حيث يرى أن الهدف من الإرشاد المعرفي هو تصحيح نمط التفكير لدى المسترشد أو المريض، بحيث تصحح صورة الواقع في نظره ويصبح التفكير منطقياً، ويركز الإرشاد المعرفي على حل المشكلات. (بلان، 2015، ص. 360).

يرى المعرفيون أنّ الإنسان نفسه هو المسؤول عما يقوم به من أعمال وليس الناس من حوله، وأنّ الإنسان قادر على التخلص من الحالة التي هو عليها عن طريق تصحيح الاستنتاجات الخاطئة، وهو قادر أيضاً على أن يحلّ جميع مشكلاته، ولكنه بحاجة ماسة إلى من يأخذ بيده ويوجهه. (أبو أسعد وعريبات، 2012، ص. 220).

- الفروض والتصورات النظرية:

ويمكن تحديد أهم الافتراضات الأساسية التي يستند عليها الإرشاد المعرفي حسب ما أكّده، وجاء به بلان (2015) بما يلي:

- الاضطرابات الانفعالية هي نتاج نماذج وأساليب خاطئة ومختلة وظيفياً، أي أن الأفكار والاعتقادات لدى الفرد هي المسؤول الأول عن حدوث انفعالاته وسلوكه.
- هناك علاقة تبادلية بين الأفكار والمشاعر والسلوك، فهي تتفاعل مع بعضها بعضاً، ولهذا فالعلاج يشمل التعامل مع المكونات الثلاث معاً.
- أن المعارف السلبية الخاطئة وأنماط التشويه المعرفي متعلمة يتعلمها الفرد من الخبرات السابقة وأحداث الماضي.
- أن الأبنية المعرفية للفرد (الأفكار والصور العقلية والتخيلات والتوقعات والمعاني...) ذات علاقة وثيقة بالانفعالات والسلوكيات المختلة وظيفياً.

- أن المعارف المختلة وظيفيا قد تبدو غير منطقية للآخرين، ولكنها تعبر عن وجهات نظر العميل الشخصية عن الواقع.
- التحريفات المعرفية تعكس وجهات نظر غير واقعية وسلبية للعميل عن الذات والعالم والمستقبل.
- تعديل الأبنية المعرفية للعميل يشكل أسلوبا هاما لإحداث تغيير في انفعالاته وسلوكه.
- التحريفات المعرفية يتم استنارتها غالبا عن طريق أحداث الحياة غير الملائمة بالإضافة إلى أنه قد تم الإبقاء عليها عن طريق الإدراك الثابت للقواعد والمخططات.
- المخططات المعرفية هي الأساس المسؤول عن انتظام وتصنيف وتقييم الخبرات الجديدة للفرد وذكريات الأحداث الماضية والحكم عليها.
- إن المخططات غالبا ما تنمو مبكرا في الحياة ويتم تشكيلها عن طريق الخبرات الملائمة.
- إن المخططات المعرفية المختلة وظيفيا هي المسؤولة عن الاضطرابات الانفعالية للفرد.
- إن تغيير الأفكار والاعتقادات السلبية للفرد يترتب عليها تغيرات جوهرية في الانفعالات والسلوك. (ص. 359).

- مستويات الأفكار عند بيك:

ويركز بيك على ثلاثة مستويات من المعرفة، وهي:

الأفكار الأوتوماتيكية: ويطلق عليها أيضا الحوار الداخلي أو الحديث الذاتي أي الحديث داخل النفس وما يدور بها من حوار داخلي وهو الذي لا يلاحظه الشخص غالبا وعادة ما تعكس فيه الأفكار التي تسبب ضغطا أو عدم قدرة على التكيف والنظرة السلبية للمستقبل والشك في الذات والتشويش والانزعاج بشأن الحياة وقد أشار بيك إلى هذه الاعتبارات نحو الذات والعالم والمستقبل على الثالوث المعرفي.

العمليات المعرفية: وتشتمل على كيفية وأسلوب تفاعل الفرد مع المثير؛ أي طرق تقديم المعلومات عن البيئة والذات وأسلوب التنبؤ وتقييم أحداث المستقبل، فعندما ينجم عن العمليات المعرفية نتائج لا تتفق مع

المقاييس الموضوعية للواقع فإنها تكون محرّفة، وعندما ينتج عنها نتائج سلبية تؤدي إلى التوتر عن الذات، وتكون مشوهة، وهذه الانحرافات المعرفية تشمل على عدة عمليات منها:

لوم الذات: نظرا لوعي الفرد بنقائصه، والتي تعطي له مفهوما غير إيجابي عن الذات وانخفاض المستوى النقدي للذات.

التفكير المتجمع: التفكير في الحصول على كل شيء أو لا شيء.

الاختيار التجريدي: والذي يشير إلى الوصول إلى النتائج السلبية من أحد التفاصيل اتجاه السياق والجوانب الإيجابية.

الاستنتاج العشوائي: والذي يشير إلى الوصول للنتائج دون أن تدعمه أدلة ثابتة.

التعميم الزائد: والذي يشير إلى اعتناق معتقدات متطرفة قائمة على بعض الأحداث وتطبيقها على مواقف مختلفة.

المبالغة: وتشير إلى تقييم معنى مبالغ فيه للأحداث السلبية.

• **التركيبات المعرفية أو المخططات:** وتتضمن المعتقدات أو الافتراضات التي تؤثر فيما يعتني به

الفرد من تأويله للأحداث، فهي تكوّن الهيكل الأساسي الذي يستخدمه الفرد للإدراك والفهم والتفكير

والتذكر فيما يحيط به في هذا العالم. (عطية، 2010، ص. 76).

خلاصة الفصل:

تعتبر البرامج الإرشادية من أهم الطرق الفعالة والتي تعود بالفائدة على من يقدمها وعلى من تقدم لهم، خاصة في الحدّ من المشكلات السلوكية التي تعاني منها المؤسسات التربوية وبالتحديد مشكلة التأخر الصباحي لما لها من آثار سلبية تعود على الطلبة وعلى المدارس بتدني مستوى التحصيل الدراسي واضطراب النظام المدرسي، فسواء كانت الأسباب مرتبطة بالمتعلم أو بالبيئة المحيطة، فإنّ عواقبها تأتي بالدرجة الأولى على المتعلم كونه المسؤول حول تحقيق أهدافه من خلال تعلمه بالطريقة السليمة ووفق تخطيط منظم ومحكم.

الفصل الثالث: الإجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد

أولاً: مجالات الدراسة

ثانياً: فرضيات الدراسة

ثالثاً: منهج الدراسة

رابعاً: أدوات الدراسة

خامساً: مجتمع الدراسة

سادساً: عينة الدراسة

سابعاً: الدراسة الاستطلاعية

ثامناً: الأساليب الإحصائية المستعملة

خلاصة الفصل

تمهيد:

تعد الدراسات الميدانية مرحلة ضرورية وأساس كل بحث للوصول إلى جمع المعلومات والحقائق حول موضوع الدراسة، وذلك بتفريغ وتحليل هذه البيانات ثم تفسيرها وفق معطيات موضوع الدراسة وأدوات منهجية تتعدد بطرق معينة وصولاً إلى نتائج تدعم الجانب النظري وتحكم على مدى صدق أو خطأ فروض الدراسة.

وفي هذا الفصل سنعرض مجالات الدراسة (المكانية والزمانية) إضافة إلى الإجراءات المنهجية المتمثلة في المنهج المستخدم بالإضافة إلى أدوات جمع البيانات والتي تشمل المقابلة التي ساعدتنا في بناء وتصميم البرنامج الإرشادي وعرض هذه البيانات في جداول والتعليق عليها استناداً إلى ما جاء به الجاني النظري وربطه بالميداني.

أولاً: مجالات الدراسة:

1-المجال المكاني: أجريت الدراسة في ثانوية بورزاق أحمد تاكسنة - جيجل.

2- المجال الزمني: أجريت الدراسة في الفترة من 10 مارس إلى 20 ماي 2021 والجدول التالي يبين التفاصيل الأساسية للدراسة.

الجدول 1:

التفاصيل الأساسية للدراسة

20 ماي 2021	نهاية الدراسة يوم 30 أبريل 2021	المعالجة من 5 أبريل إلى 20 أبريل 2021	بداية الدراسة 29 مارس 2021	عدد الأفراد المشاركين	المجموعة
قياس تتبعي	قياس بعدي	جلسات إرشادية للتخفيف من التأخر الصباحي	قياس قبلي	16	التجريبية

ثانياً: فرضيات الدراسة:

الفرضية العامة:

- لا توجد فروق ذات دلالة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة $\alpha = 0.05$ على مقياس التأخر الصباحي تعزى لتطبيق البرنامج الإرشادي.

الفرضيات الجزئية:

1. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة $\alpha = 0.05$ بين القياس القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي على مقياس التأخر الصباحي.

2. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة $\alpha = 0.05$ بين القياس البعدي والتتبعي على مقياس التأخر الصباحي.

3. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة $\alpha = 0.05$ بين الجنسين "ذكر و أنثى" على مقياس التأخر الصباحي.

4. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة $\alpha = 0.05$ بين درجات التحصيل على مقياس التأخر الصباحي.

5. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة $\alpha = 0.05$ تعزى إلى المسافة على مقياس التأخر الصباحي.

ثالثاً: منهج الدراسة والتصميم شبه تجريبي:

اعتمدت الدراسة الحالية على المنهج شبه تجريبي باعتباره يتلاءم مع دراستنا الحالية والذي يعرف على أنه: «اسلوب للتفكير والعمل يعتمد على الباحث لتنظيم أفكاره وتحليلها وبالتالي الوصول إلى نتائج وحقائق معقولة حول الظاهرة موضوع الدراسة» (ربحي وآخرون، 2000، ص. 33).

لاختبار مدى فاعلية برنامج إرشادي معرفي مفتوح للتحقيق من سلوك التأخر الصباحي لدى التلاميذ الصف الثالث ثانوي بثانوية بورزاق أحمد تاكسنة حيث تناولت الدراسة تصميم ذو المجموعة الواحدة ذات الاختبار القبلي والبعدي والتبعي.

والذي يتمثل فيما يلي:

الجدول 2

توضيح التصميم المتبع في الدراسة

مجموعة تجريبية	القياس القبلي	البرنامج الإرشادي	القياس البعدي	القياس التبعي
G	01	x	02	03

ولتوضيح الرموز من الجدول يكون كالتالي:

G: المجموعة التجريبية.

01: القياس القبلي.

x: المعالجة.

02: القياس البعدي.

03: القياس التبعي.

رابعاً: أدوات الدراسة:

اعتمدت لدراسة على أداتين للقياس والتجريب :

1- الأداة الأولى: مقياس التأخر الصباحي: لعبد الله أحمد فتوح وعبد العزيز صالح المطوع، يتكون على 31 فقرة ولم تقم الطالبة بأي تعديل فقد أخذ المقياس كما هو دون إضافة أو تعديل كونه يخدم الدراسة الحالية.

2- الأداة الثانية: البرنامج الإرشادي المعرفي المفتوح: القائم على التخفيف من سلوك التأخر الصباحي لدى تلاميذ الصف الثالث ثانوي والمحكم من قبل الأستاذة المشرفة "مشري زبيدة".

2-1 الهدف العام من البرنامج الإرشادي المقترح:

يهدف البرنامج الإرشادي إلى الحدّ أو التقليل من التأخر الصباحي لتلاميذ الصف الثالث ثانوي:

2-2 الأهداف الإجرائية للبرنامج:

1. تبصير التلميذ المتأخر صباحاً بالأسباب الكامنة وراء هذا السلوك.
2. التعرف على ماهية مشكلة التأخر الصباحي ومحاولة خفضه.
3. الوقوف على مدى فاعلية جلسات البرنامج الإرشادي المعرفي في خفض مشكلة التأخر الصباحي لدى أفراد المجموعة.

2-3 الخدمات التي يقدمها البرنامج الإرشادي:

1. خدمات علاجية: وتتمثل في خفض مشكلة التأخر الصباحي بعد معرفة أضراره على حياة التلميذ عامة وعلى الدراسة بشكل خاص.
2. خدمات إرشادية: وتتمثل في أن يتعلم التلاميذ أسلوب حل المشكلات وتصميم هذه الخبرة على مواقف أخرى مشابهة في الحياة والتعرف على الأفكار الغير عقلانية ومحاولة أبعادها ودحضها وإحلال أفكار عقلانية للحد من مشكلة التأخر الصباحي.
3. خدمات تربوية: وتتمثل في تحسين التحصيل الدراسي للأفراد المجموعة.

2-4 التقنيات المستخدمة في البرنامج:

- المحاضرة المبسطة.
- المناقشة والحوار.
- الواجبات المنزلية.
- المشاركة الجماعية

2-5 الوسائل المادية المستخدمة:

- مطويات.
- حاسب آلي.
- جهاز العرض.

2-6 مصادر بناء محتوى البرنامج:

1. مقياس التأخر الصباحي من إعداد عبد الله أحمد فتوح وعبد العزيز صالح المطوع.
2. الدراسات السابقة لبرنامج إرشادية مشابهة للدراسة الحالية.

3. الإطار النظري للدراسة.

4. الكتب والبرامج المتعلقة بالبرامج الإرشادية.

2-7 مراحل تطبيق البرنامج:

1. مرحلة البدء (مرحلة التحضير): يتم فيها حصر التلاميذ الذين تتكرر تأخرهم الصباحي وتحديد أسباب التأخر

وهي مرحلة الجلسة الأولى التي يتم فيها التعارف والتمهيد للبرنامج وشرح أهدافه وإطار العمل.

2. مرحلة الانتقال: وتركز على المشكلة الرئيسية وهي التأخير الصباحي وتوضيح سلبياتها ومعرفة آراء الجماعة ويتم ذلك خلال الجلسة الثانية.

3. مرحلة العمل البناء: وتهدف إلى أن تعمل الطالبة على اكتساب أفراد المجموعة أساليب جديدة معرفية ونافعالية للحد من التأخر الصباحي لديهم ويتم ذلك في الجلسات من 3 إلى 5.

4. مرحلة الإنهاء: ويتم في هذه المرحلة بلورة الأهداف المكتسبة ومراجعة ما تم مناقشته من أفكار وما هي القرارات التي تم التوصل إليها وتهيئة الطلاب نفسياً لإنهاء البرنامج ويتم ذلك في الجلسة الأخيرة.

الجدول 3:

البرنامج الإرشادي المصمم:

رقم الجلسة	عنوان الجلسة	التقنيات والأدوات المستخدمة	مدة الجلسة	موضوع الجلسة
1	بناء العلاقة الإرشادية	توزيع مقياس التأخر الصباحي	45 دقيقة	- التعارف بين أفراد المجموعة والطالبة. - عرض فكرة البرنامج. - تحديد الأهداف والاتفاق عليها. - تزويد الطلاب بعدد الجلسات ومواعيدها والالتزام بذلك من خلال المواظبة - تحديد الخطوات التي سوف تتبع لتحقيق الهدف ومناقشة توقعات التلاميذ بالنسبة للبرنامج
2	معرفة	- محاضرة	45 دقيقة	- معرفة معوقات الحضور المبكر.

<p>- محاولة التعرف على أبرز أسباب التأخر الصباحي الرئيسة من قبل افراد المجموعة.</p> <p>- تبيان الصلة بين التأخر الصباحي والتحصيل الدراسي.</p> <p>من خلال: العريف بالتأخر الصباحي.</p> <p>علاقة التأخر الصباحي بالتحضير للبركالوريا.</p> <p>علاقة التأخر الصباحي بالتحصيل الدراسي.</p> <p>واجب منزلي حول استفادة التلميذ من الجلسة.</p>		<p>بسيطة.</p> <p>- المشاركة الجماعية.</p> <p>- الواجبات المنزلية</p>	<p>ومناقشة أسباب التأخر الصباحي وإيضاح الصلة بين التأخر الصباحي والتحصيل الدراسي</p>	
<p>- مناقشة الواجب المنزلي.</p> <p>- تحديد العناصر المثيرة للمعتقدات اللاعقلانية في هذه المواقف.</p> <p>- كتابة سلسلة الاستنتاجات والأفكار والتوقعات ومراجعتها مع أفراد المجموعة وتحديد العناصر الأكثر ارتباطا بالتأخر الصباحي.</p> <p>- واجب منزلي: حدد نتائج التأخر عن الصف صباحا.</p>	<p>45 دقيقة</p>	<p>- المناقشة والحوار.</p> <p>- مطويات حول التأخر الصباحي.</p>	<p>تقييم موقف مشكلة التأخر الصباحي عند التلاميذ (أفراد المجموعة)</p>	<p>3</p>
<p>- مناقشة الواجب المنزلي.</p> <p>- التحدث عن كيفية تنظيم الوقت ومناقشة ذلك بين أفراد المجموعة وتعزيز السلوك الجيد.</p> <p>- تدريب أفراد المجموعة على المهارات والتفكير بأهمية التقيد بالنظام والمحافظة على المواعيد وبأهمية الدراسة.</p>	<p>45 دقيقة</p>	<p>- مطويات حول تنظيم الوقت.</p> <p>- مطويات عن كيفية تطبيق مهارات تنظيم الوقت.</p> <p>- أشرطة فيديو</p>	<p>التعرف على مهارة تنظيم الوقت وتحديد فوائد الاصطفاف الصباحي</p>	<p>4</p>

<p>- مساعدة التلاميذ على إثراء جوانبهم المعرفية.</p> <p>- وضع برنامج يومي للتلميذ يساعده في تنظيم الوقت وإعطاء وقت الدراسة والمراجعة وللراحة والنوم ولزيارة الأقارب والأصدقاء ولممارسة الرياضة والهوايات.</p> <p>- واجب منزلي حول أهمية تطبيق البرنامج اليومي وأهمية النوم والاستيقاظ المبكر</p>		<p>حول مهارة تنظيم الوقت.</p>		
<p>- مناقشة الواجب المنزلي.</p> <p>- فحص الأفكار غير العقلانية.</p> <p>- إقناع التلاميذ بتغيير الأفكار والمعتقدات غير العقلانية (غير السوية) من أجل التغيير نحو الأحسن.</p> <p>- تحصين التلاميذ من تأثير الأصدقاء السلبي.</p> <p>- واجب منزلي: أذكر خمس فوائد للحضور المبكر</p>	<p>45 دقيقة</p>	<p>- المناقشة والحوار.</p> <p>- مطبوعات حول علاج التأخر الصباحي.</p> <p>- شريط فيديو لجلسة إرشادية عن التأخر الصباحي</p>	<p>فحص المعتقدات غير العقلانية واختيار حلول عقلانية للتخفيف من مشكلة التأخر الصباحي</p>	<p>5</p>
<p>- إطلاع كل عضو من المجموعة على عدد مرات التأخر الصباحي سابقا وعدد مراتها بعد البرنامج ثم المناقشة حول مدى شعور التلاميذ بتحمل المسؤولية وتقدير قيمة الوقت وأهمية الحضور المبكر.</p> <p>- مدى استفادتهم من البرنامج.</p> <p>- مدى تحسنهم الفعلي عن طريق العلامات او المشاركة داخل الحصة نتيجة الحضور المبكر.</p>	<p>45 دقيقة</p>	<p>المناقشة والحوار</p>	<p>إنهاء البرنامج وتقييمه</p>	<p>6</p>

خامسا: مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من جميع تلاميذ الصف الثالث ثانوي بثانوية بورزاق أحمد تاكسنة - جيجل- حيث بلغ عددهم (120) تلميذا وتلميذة.

سادسا: عينة الدراسة:

كان الهدف إجراء الدراسة الحالية على جميع تلاميذ الصف الثالث ثانوي لثانوية بورزاق أحمد تاكسنة -جيجل- لكن بسبب الإجراءات الوقائية من فيروس كورونا أجبرت الطالبة على إعداد الدراسة على الفوج أكثر تأخرا صباحا من بين الأفواج وهذا بقرار مدير المؤسسة، حيث يتكون الفوج من 16 تلميذا وتلميذة وهو القسم النهائي شعبة تسيير واقتصاد.

سابعا: الدراسة الاستطلاعية:

تعتبر الدراسة الاستطلاعية نقطة الباحث في تحديد متطلبات البحث نظريا، وميدانيا لارتباطها بالميدان الذي يجري فيه البحث، ومحاولة التعرف عن المشكلات التي قد تصادق الباحث، والجوانب التي يجب تغطيتها في دراسة الموضوع.

وقد كانت الدراسة الاستطلاعية الحالية عبارة عن مقابلة مع مدير الثانوية وقد زدني بمجموعة كبيرة من المعلومات التي ساعدتني في البحث الحالي:

نتائج الدراسة الاستطلاعية:

- القسم الأكثر تأخرا هو قسم السنة الثالثة ثانوي تسيير واقتصاد حسب ما صرح به المدير والمشرفون.
- عينة الدراسة مكونة من كل تلاميذ الفوج السنة الثالثة ثانوي شعبة تسيير واقتصاد وهي 16 تلميذ وتلميذة.
- تحصيلهم الدراسي متوسط.
- وجود كل الجنسين الفوج ← 7 إناث و9 ذكور.
- تعرفت على ميدان الدراسة، والظروف التي سيتم فيها إجراء البحث مع تحديد المدة الزمنية للجلسة وهي 45 دقيقة.
- تعرفنا على مدى ملاءمة أدوات البحث.

ثامنا: الأساليب الإحصائية المستعملة:

استعملت الدراسة اختيار ويلكوكسن وهذا راجع إلى كون عينة الدراسة صغيرة جداً 16 فرد أي.

أقل من 30 فرد، فهو الاختبار اللابارامتري الأنسب للدراسة الحالية.

خلاصة الفصل:

تضمن هذا الفصل حدود الدراسة وكذلك فرضيات الدراسة ومنهج الدراسة والتصميم الشبه التجريبي وأيضا استعملت الدراسة الحالية أدواتين هما: المقياس التأخر الصباحي والبرنامج الإرشادي المقترح وأهم إجراءات بناء وتصميم البرنامج وكذا نموذج عن الحصص الإرشادية.

الفصل الرابع: عرض نتائج الدراسة

تمهيد

أولاً: عرض نتائج الفرضية الجزئية الأولى

ثانياً: عرض نتائج الفرضية الجزئية الثانية

ثالثاً: عرض نتائج الفرضية الجزئية الثالثة

رابعاً: عرض نتائج الفرضية الجزئية الرابعة

خامساً: عرض نتائج الفرضية الجزئية الخامسة

سادساً: عرض نتائج الفرضية العامة

خلاصة الفصل

تمهيد:

يتناول هذا الفصل عرض للنتائج التي توصلت اليها الدراسة في ضوء فرضياتها التي تم طرحها، وقد نظمت وفقا لمنهجية محددة في العرض، ويتمثل ذلك في عرض نص الفرضية، يلي ذلك مباشرة الاشارة الى نوع المعالجات الاحصائية المستخدمة، ثم جدول البيانات، ووضعها تحت عناوين مناسبة، يلي ذلك تعليقات على أبرز النتائج المستخلصة، وهكذا تعرض النتائج المرتبطة بكل فرضية على حدة.

عرض نتائج الدراسة:

أولاً: عرض نتائج الفرضية الجزئية الأولى: نصت الفرضية الجزئية الأولى على ما يلي: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة $\alpha = 0.05$ بين القياس القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي على مقياس التأخر الصباحي.

وللتأكد من صحة الفرضية تم استخدام اختبار ويلكوكسن ويتضح ذلك من خلال النتائج التالية:

الجدول رقم 4:

القياس	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى الدلالة	درجة الحرية	قيمة z	اتجاه الفروق
القبلي	16	77,06	11,47	0,03	15	-2,75	توجد فروق
البعدي	16	67	8,67				لصالح القياس البعدي

من خلال الجدول رقم 4: نلاحظ وجود فروق بين متوسطات درجات التلاميذ في القياس القبلي والبعدي على مقياس التأخر الصباحي حيث كانت 77,06 في القياس القبلي و 67 في القياس البعدي، كذلك فالانحراف المعياري كان مرتفع في القياس القبلي (11,47) و 8,67 في القياس البعدي، وللتحقق من دلالة الفروق تم استخدام اختبار ويلكوكسن $-z$ لعينتين مرتبطتين، تبين أن قيمة z تساوي -2,75 عند مستوى الدلالة $\alpha = 0.03$ وهي أقل من $\alpha = 0.05$ أي: توجد فروق دالة إحصائية لصالح الاختبار البعدي و كانت قيمة المتوسط الحسابي منخفضة عند القياس البعدي.

ومنه: نرفض الفرض الصفري ونقبل الفرض البديل الذي ينص على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة $\alpha = 0.05$ بين القياس القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي على مقياس التأخر الصباحي.

ثانياً: عرض نتائج الفرضية الجزئية الثانية:

نصت الفرضية الجزئية الثانية على ما يلي: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة $\alpha = 0.05$ بين القياس البعدي والتتبعي لصالح القياس التتبعي على مقياس التأخر الصباحي. وللتأكد من صحة الفرضية تم استخدام اختبار ويلكوكسن ويتضح ذلك في النتائج التالية:

الجدول رقم 5:

القياس	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى الدلالة	درجة الحرية	قيمة z	اتجاه الفروق
البعدي	16	67	8,67	0,06	15	-0,9	لا توجد فروق
المتبعي	16	65	11,21				لصالح القياس المتبعي

من خلال الجدول رقم 5 : نلاحظ وجود فرق طفيف بين متوسطات درجات التلاميذ في القياس البعدي والمتبعي على مقياس التأخر الصباحي، حيث كانت 67 في القياس البعدي و65 في القياس المتبعي، كذلك الانحراف المعياري كان منخفض في القياس البعدي 8,67 وارتفع في القياس المتبعي 11,21 ولتحقق من دلالة الفروق تم استخدام اختبار ويلكوكسن -z لعينتين مرتبطتين، تبين ان قيمة Z تساوي 9,0- عند مستوى الدلالة $\alpha = 0.36$ وهي أكبر من $\alpha = 0.05$ أي لا توجد فروق دالة إحصائية لصالح الاختبار المتبعي.

ومنه نقبل الفرض الصفري الذي ينص على أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة $\alpha = 0.05$ بين القياس البعدي والقياس المتبعي لصالح القياس المتبعي على مقياس التأخر الصباحي، ونرفض الفرض البديل.

ثالثاً: عرض نتائج الفرضية الجزئية الثالثة:

نصت الفرضية الجزئية الثالثة على ما يلي: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة $\alpha = 0.05$ بين الجنسين "ذكر وأنثى" على مقياس التأخر الصباحي.

وللتأكد من صحة الفرضية تم استخدام الاختبار الأباراميتري واستعمال اختبار ويلكوكسن باستعمال برنامج الحزم الإحصائية (spss) ويتضح ذلك من خلال النتائج التالية:

الجدول رقم 6:

القياس	العينة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة z	الجنس		اتجاه الفروق
					أنثى	ذكر	
الجنس في المقياس	16	15	0	-3,51	×		توجد فروق

من خلال الجدول رقم 6: نلاحظ الجدول التي يوضح لنا اختلاف الجنس على مقياس التأخر الصباحي، عند درجة الحرية 15 كانت نسبة z تساوي (-3,51) عند مستوى الدلالة (0) أقل من $\alpha = 0.05$ ومنه توجد فروق دالة إحصائية لصالح الإناث، وهذا ما أكدته الجدول أعلاه. ومنه: نرفض الفرض الصفري ونقبل الفرض البديل.

رابعاً: عرض نتائج الفرضية الجزئية الرابعة:

نصت الفرضية الجزئية الرابعة على ما يلي: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة $\alpha = 0.05$ بين درجات التحصيل على مقياس التأخر الصباحي. وللتأكد من صحة الفرضية تم استخدام اختبار ويلكوكسن وهذا ما توضحه النتائج في الجدول التالي:

الجدول رقم 7:

اتجاه الفروق	التحصيل			قيمة z	مستوى الدلالة	درجة الحرية	العينة	القياس
	12-14	10-12	8-10					
توجد فروق	×			-3,52	0	15	16	التحصيل على المقياس

من خلال الجدول رقم 7: الذي يوضح لنا مستوى درجات التحصيل على مقياس التأخر الصباحي عند درجة الحرية 15 كانت قيمة z تساوي (-3,52) عند مستوى الدلالة (0) وهو أقل من $\alpha = 0.05$ ومنه توجد فروق دالة إحصائية لصالح التلاميذ الذين مستوى تحصيلهم جيد (12-14). ومنه: نرفض الفرض الصفري ونقبل الفرض البديل.

خامساً: عرض نتائج الفرضية الجزئية الخامسة:

نصت الفرضية الجزئية الخامسة على ما يلي: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة $\alpha = 0.05$ تعزى إلى المسافة على مقياس التأخر الصباحي. وللتأكد من صحة الفرضية تم استخدام اختبار ويلكوكسن وهذا ما توضحه النتائج في الجدول التالي:

الجدول رقم 8:

اتجاه الفروق	المسافة بين المدرسة والمنزل			قيمة z	مستوى الدلالة	درجة الحرية	العينة	القياس
	قريبة	متوسطة	بعيدة					
توجد فروق			×	-3,51	0	15	16	المسافة على المقياس

من خلال الجدول رقم 8 الذي يوضح لنا بعد المسافة بين المنزل والمدرسة على مقياس التأخر الصباحي، فعند درجة الحرية 15 كانت قيمة Z تساوي (-3,52) عند مستوى الدلالة (0) وهو أقل من $\alpha = 0.05$ ومنه توجد فروق دالة إحصائياً ترجع إلى المسافة البعيدة عن المنزل. ومنه: نرفض الفرض الصفري ونقبل الفرض البديل.

سادساً: عرض نتائج الفرضية العامة: نصت الفرضية العامة للدراسة على ما يلي: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة $\alpha = 0.05$ على مقياس التأخر الصباحي تعزى لتطبيق البرنامج الإرشادي.

وللتأكد من صحة الفرضية تم استخدام الاختبار اللاباراميتري وهذا راجع لصغر حجم العينة واستخدام ويلكوكسن باستعمال برنامج الحزم الإحصائية (spss) ويتضح ذلك من خلال النتائج التالية:

الجدول رقم 9:

اتجاه الفروق	قيمة z	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العينة	القياس
توجد فروق لصالح القياس البعدي	2,75	15	0,03	11,47	77,06	16	القبلي
				8,67	67	16	البعدي
لا توجد فروق	-0,9	15	0,36	11,21	65,56	16	المتبعي

من خلال الجدول 9: نلاحظ وجود فروق بين متوسطات ودرجات التلاميذ في القياس القبلي والبعدي على مقياس التأخر الصباحي حيث كانت 77,06 في القياس القبلي و67 في القياس البعدي في حين كانت قيمة المتوسط الحسابي (65,56) في القياس المتبعي، كما هو الحال فالانحراف المعياري، فكان مرتفع في القياس القبلي 11,47 و8,67 في البعدي، وللتحقق من دلالة الفروق تم استخدام اختبار ويلكوكسن -z- لعينتين مرتبطتين، تبين أن قيمة z تساوي -2,75 عند مستوى

الدلالة $\alpha = 0.03$ وهي أقل من $\alpha = 0.05$ أي توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياس القبلي والبعدي، أي أنّ البرنامج الإرشادي فعال. ومنه: نرفض الفرض الصفري ونقبل الفرض البديل.

خلاصة:

استظهرنا في هذا الفصل اهم النتائج التي توصلت اليها فروض الدراسة انطلاقا من نتائج الفرضيات الجزئية، وصولا الي نتائج الفرضية العامة وذلك وفقا لمنهجية عرض معينة.

الفصل الخامس: تفسير النتائج ومناقشتها

تمهيد

أولاً: مناقشة نتائج فرضيات الدراسة

ثانياً: التوصيات والمقترحات

خلاصة الفصل

تمهيد:

تضمن هذا الفصل مناقشة النتائج التي توصلت اليها الدراسة، من خلال مانبثق عليها من فرضيات، وذلك بمقارنتها بالنتائج التي توصلت اليها الدراسات السابقة الواردة في هذه الدراسة إضافة الى تفسير النتائج، وصولا الى التوصيات التي يمكن طرحها في ضوء هذه النتائج.

1-مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى:

- أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي على مقياس التأخر الصباحي لصالح القياس البعدي، وتعزو الباحثة هذه النتيجة الى:
- فاعلية البرنامج الارشادي المقترح وتأثيره على افراد العينة.
 - استجابة التلاميذ مع البرنامج الارشادي المقدم ومواظبتهم على الحضور للجلسات الارشادية مع الأخذبالإرشادات والنصائح المقدمة من طرف الباحثة وكذا الاستفادة من معارفها وافكارها وهذا ما حثت عليه نظرية بيك المعرفية بحيث ان تصحيح نمط التفكير لدى المسترشد وكذا تصحيح صورة الواقع في نظره ليصبح التفكير منطقياً.
 - ساهم البرنامج في مساعدة التلاميذ على تعلم مهارة تنظيم الوقت وهذا ماساعدهم في الحضور المبكر للحصص.
 - تخلي التلاميذ على الأفكار الخاطئة والمعتقدات اللاعقلانية التي كانت تسيطر عليهم وتحفزهم على التأخر عم المدرسة صباحاً واستبدالها بالأفكار التي تم تقديمها من قبل الباحثة في البرنامج.
 - أسلوب المشاركة الجماعية أتاح للتلاميذ اكتساب العديد من الخبرات وتبادل هذه الخبرات والمواقف التي تحصل معهم، مما يؤدي بالتلميذ الى حالة يشعر فيها بالوعي والاستبصار وهذا مايساعده على تقييم مشكلته ووعيه بخطورتها وبالتالي الحد من المشكلة المشتركة، هذا ما أكده الاتجاه العقلاني الانفعالي السلوكي لإليس.

2-مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية:

اسفرت نتائج الفرضية الجزئية الثانية على عدم وجود فروق دالة بين القياس البعدي والتتبعي على مقياس التأخر الصباحي وترجع الباحثة هذه النتيجة الى:

- كانت الفترة مابعد القياس البعدي مصاحبة للإضرابات

بحيث أثرت سلبا على بقاء أثر البرنامج وعلى استمرارية الدروس وفق البرنامج الدراسي المعتمد، هذا جعل التلاميذ يحضرون مع الأساتذة الغير مضربين وينصرفون من حصص المواد المضربي اساتذتها.

- لم تكن 06 حصص ارشادية كافية من اجل اظهار فروق بين القياس البعدي والتتبعي وكذلك ضيق الوقت في الحصة والمبرمج ب 45 دقيقة غير كافي للإمام بجوانب المشكلة وخطورتها على المدى البعيد.

- أيضا يمكن تفسير هذه النتائج نظرا للمرحلة العمرية لعينة الدراسة وهم تلاميذ الصف الثالث ثانوي، أي لا يزالون في مرحلة المراهقة وهي مرحلة حساسة جدا وهذا لما يحدث فيها من تغيرات فيزيولوجية ونفسية وغيرها من الضغوط التي تصادفهم خاصة مع استعدادهم لاجتياز شهادة البكالوريا اذ تعتبر هذه الفئة من أصعب الفئات العمرية التي يمكن التحكم في انفعالاتهم وتصرفاتهم وضبطها بالشكل الادلج والصحيح على عكس مرحلة الطفولة التي يمكن للمرشد اكسابهم سلوكيات ومواقف جديدة وتعديلها بما يناسبهم.

3- مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثالثة:

أسفرت النتائج الخاصة بمتغير التحصيل الدراسي الى وجود فروق دالة عند مستوى الدلالة 0.05 تعزى للمعدل الجيد (12- 14) وتعزو الباحثة هذه الفروق الى:

- كون تحصيلهم كان جيدا في الفصل الأول هذا ما ادى بهم الى الغرور واللامبالاة وجعلهم لا يهتمون بالحضور مبكرا ويتأخرون صباحا.

- جل التلاميذ المطبق عليهم البرنامج معيدين، فلا يهتمهم تأخرهم صباحا كونهم تلقوا نفس المعارف في السنة السابقة.

- كونهم مقبلين على اجتياز شهادة البكالوريا جعلهم في توتر دائم ويقومون بالمراجعة الليلية وحل التمارين والقيام بالواجبات المنزلية وبالتالي السهر لوقت متأخر، فلا يأخذون المدة الكافية للنوم والاستراحة.

هذا ما أكدته دراسة **Christian Schan (2018)** والتي أسفرت نتائجها بأنه كلما زاد التحسين في نوعية النوم كلما كان من الأفضل لوظائف الوقت اليومي وساهم في الاستيقاظ المبكر وعدم التأخر الصباحي عن المدرسة.

- من خلال القيام بالجلسات الارشادية وأثناء المناقشة مع التلاميذ إن مجمل التلاميذ يقومون بالدعم المدرسي في المدارس الخاصة وهذا ما جعلهم يتأخرون صباحا كونهم يعيدون ما فاتهم من خبرات ومعارف اثناء الدعم وبالتالي لا يهتمون بالدروس التي تقدم لهم بالثانوية.

4- مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الرابعة:

أسفرت النتائج الخاصة بمتغير الجنس على وجود فروق دالة احصائياً عند مستوى الدلالة 0.05 بين الذكور والاناث لصالح الاناث، وتعزو الباحثة هذه النتيجة الى:

- تتأخر الاناث صباحاً أكثر من الذكور ويرجع السبب في ذلك ان مدة تجهيزهن لأنفسهن صباحاً تأخذ وقتاً طويلاً جداً مقارنة بالذكور بالإضافة الى ان الاهدل يوكلن مهام للبنات صباحاً مثل إيصال الاخوة الصغار للمدرسة، ترتيب بعض الأمور بالمنزل قبل خروجهن، كما ان هناك من هن مسؤولات على تحضير وجبة الفطور لإخوتهن صباحاً وهذا ما اكدته دراسة سامية الديك (2017/2016) الى ان البنات يتأخرن أكثر من الذكور واعادت السبب الي بعد المنزل عن المدرسة وعادات النوم السيئة بالإضافة الى الواجبات المنزلية التي تفرض على الاناث وكذا عدم تنظيمهن للوقت.

- كما ترجع الباحثة الفروق الى ان الذكور يسرعون في السير من المنزل الى المدرسة مقارنة بالإناث اللواتي يسرن ببطيء وهذا راجع للبنية الجسمية التي يتميز بها الذكور على الاناث، فالإناث ضعيفات البنية ويستغرقون وقتاً أطول للوصول الى المدرسة.

- كانت رغبة النجاح للذكور أكثر منها عند الاناث وحسب ما تمت مناقشته حول أسباب التأخر ذكرن ان طبيعة الاسر في هذه المنطقة غير مهتمين بدراسة الاناث على عكس اهتمامهم بالدراسة للذكور وهذا ما جعلهن غير مهتمين بالدراسة والاجتهاد والنجاح، فلا يهتمهم الوصول للمدرسة متأخرين.

- عدم تأثر الذكور بالضغوط النفسية مقارنة بالإناث وتم استنتاج هذا من خلال الجلسات الارشادية المقدمة، حيث كان الذكور لا يشكون من وجود اية ضغوط نفسية او غيرها، اما الاناث فكن يعبرن عن وجود ضغوط نفسية كالخوف واسرية أيضاً وكذا الضغوط بسبب الدراسة، فالإرهاق والمشاكل النفسية تأثر سلبي على النوم المريح والاستيقاظ المبكر وبالتالي التأخر صباحاً عن المدرسة.

- كذلك يمكن تفسير هذه النتيجة بأن نقص وسائل النقل في المنطقة تحتم على الاناث انتظار فرد من افراد العائلة لإيصالها الى المدرسة على عكس الذكور الذين يتمكنون من السير على الاقدام خاصة في فصل الشتاء وهذا ما جعل نسبة الاناث في التأخر تكون أكثر من الذكور.

5- مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الخامسة:

أسفرت النتائج الخاصة بمتغير البعد بين المدرسة والمنزل الى وجود فروق دالة لصالح المسافة البعيدة وتعزو الباحثة هذه النتيجة الى:

- الظروف الطبيعية الوعرة للمنطقة التي طبقت بها الدراسة " منطقة جبلية وباردة جدا " خاصة في فصل الشتاء وبعد المدرسة عن منازل التلاميذ ساهم تفاقم مشكلة التأخر الصباحي.

- قلة وسائل النقل بالمنطقة ووجود عدة قرى بعيدة تابعة لنفس الثانوية كونها الوحيدة على مستوى البلدية.

- أيضا يمكن تفسير هذه النتيجة بعدم وجود النقل المدرسي للقرى البعيدة عن الثانوية، ساهم في زيادة التأخر الصباحي بنسبة أكبر وهذا راجع الى تباين التوزيع الجغرافي في السكن لتلاميذ المنطقة.

هذه النتيجة اتفقت مع ما توصلت اليه دراسة الشحي والبري(2010/2011) وكذلك دراسة سامية الديك وياسمين محامدة (2016/2017) وكذا دراسة إبراهيم(2020) حيث أكدت بان من الأسباب الحقيقية والأكثر شيوعا للتأخر الصباحي هو بعد المدرس عن موقع البيت.

6- مناقشة نتائج الفرضية العامة:

نصت الفرضية العامة على ما يلي: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة $\alpha=0.05$ على مقياس التأخر الصباحي تعزى لتطبيق البرنامج الإرشادي، وقد دلت النتائج الحالية انه توجد فروق دالة احصائيا عند مستوى الدلالة 0.03 بين القياس القبلي والقياس البعدي لصالح القياس البعدي.

- ويمكن تفسير هذه النتيجة الى أثر البرنامج الذي صمم، حيث كان له دور في التخفيف من التأخر الصباحي، فقد اثبتت ان مشكلة الأخر الصباحي مشكلة قابلة للتغير والتعديل وهذا ما اتفق مع دراسة الخليل(2012) حيث أظهرت وجود فروق دالة احصائيا لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية بعد استخدامها للبرنامج.

- كما يمكن أيضا تفسير هذه النتيجة الى طبيعة البرنامج الإرشادي المعتمد على تعديل الأفكار اللاعقلانية للتلاميذ واعطائهم ما يناسبهم من أفكار جديدة ومتوازنة تعود بالفائدة عليهم في حاضرمهم ومستقبلهم من خلال الجلسات الإرشادية المقدمة، تبين للباحثة ان الأفكار الخاطئة واللاعقلانية كانت من العوامل التي زادت من تأخر التلاميذ صباحيا وهذا ما اشارت اليه نظرية اليس للتفكير العقلاني واكدته دراسة المطوع وفتوح(1999)، حيث اسفرت نتائج الدراسة بالإيجاب وتحسنت نسبة حضور الطلاب المتأخرين صباحا بعد تطبيق البرنامج وتبين أثر الارشاد العقلاني السلوكي المنطلق من نظرية اليس في خفض سلوك التأخر الصباحي.

- أيضا يمكن تفسير هذه النتائج المتحصل عليها للسنة الدراسية للعيينة وهم تلاميذ الصف الثالث ثانوي، بحيث تعتبر هذه السنة سنة العزم والجد كونهم مقبلين على شهادة البكالوريا والبرنامج الإرشادي يساعدهم على التخلي عن مشكلة التأخر الصباحي وهذا ما يمكنهم من الحضور المبكر للحصص واستيعاب الدروس بشكل أفضل مما كانوا عليه.

- ساهمت كذلك الحصص الإرشادية في تحفيز التلاميذ على الحضور المبكر من خلال اطلاعهم على فوائد الحضور المبكر" النشاط الكبير صباحا، تنشيط الدورة الدموية والقدرة على التفكير والاستيعاب وكذلك الارتياح النفسي وعدم التوتر عند الانتظام في الدراسة مع بداية الحصص الأولى"

- كما عبر التلاميذ المستفيدين من البرنامج الإرشادي عن رضاهم التام ومدى الاستفادة الكبيرة من المهارات المكتسبة كمهارة تنظيم الوقت، مهارة التفكير وأيضاً إثراء جوانبهم المعرفية حول خطورة المشكلة.

- من جهة أخرى فقد ساهم البرنامج الإرشادي في تحقيق التفاعل الإيجابي بين أفراد المجموعة وكذا إصرارهم على النجاح في الشهادة وذلك من خلال تنوع الأساليب والتقنيات المستخدمة والمتمثلة بالمناقشة والحوار والمحاضرة المبسطة وشرطة الفيديو والمطويات بحيث كانوا يحضرون الحصص الإرشادية بشغف ولهفة وبشكل مستمر، هذا ما أدى إلى نجاح وفعالية البرنامج الإرشادي.

ثانياً: التوصيات والمقترحات:

- . التوسع في دراسة وبحث مشكلة التأخر الصباحي واعطائها حقها كبقية المشاكل التربوية الأخرى.
- . إشراك أولياء أمور التلاميذ الذين يتأخرون صباحاً وعقد اجتماعات معهم لاطلاعهم على أهم المشكلات التي يعاني منها أولادهم بالإضافة إلى تبيان أثر الأسرة في الحضور المبكر للتلاميذ والعمل معهم على آلية تكفل وتعاون بين المدرسة والبيت لتحقيق الأهداف المتمثلة في عدم التأخير.
- . دراسة إمكانية تعميم النقل المدرسي بمستوى يتناسب مع تلاميذ المرحلة الثانوية كحل لمشكلة التأخر الصباحي.
- . دراسة المشكلات الصفية بمختلف أشكالها والتعرف على أسبابها من أجل الحد منها.
- . تشجيع الدراسات التي تعتمد على المنهج شبه التجريبي، لما يترتب عليها من مردود علمي، يمكن للممارسين الاستفادة منه.
- . دعم برامج وخدمات التوجيه والإرشاد المدرسي وتفعيلها.

الختامة

خاتمة:

في الأخير فان مشكلة التأخر الصباحي لبعض التلاميذ، مشكلة لا بد ان يشترك في القضاء عليها كل من له علاقة بالعملية التربوية، سواء داخل المدرسة او خارجها، بدءا بالبيت فالمجتمع وانتهاء بالمدرسة، فمن الخطأ ان يتحمل التلميذ وحده مسؤولية التأخير دون الوقوف على دراسة المشكلة بشتى جوانبها وكذا تقديم خدمات الارشاد النفسي والمدرسي وتفعيل البرامج الارشادية داخل المؤسسات بمختلف أنواعها لتحقيق التوافق النفسي والمدرسي لدى التلميذ والتمكن من ضبط سلوكاته والتحكم في مختلف المشكلات التي تعترضه في حياته، ليسير على خطوات ثابتة ومنظمة تساعده على رسم صورته المستقبلية من خلال التزامه بكل ما يوكل اليه من مهام واعمال وإنجاز ذلك حسب مواعيد المحددة ودون تأخير، وبعد دراستي لهذه المشكلة أرى ان طريقة تقديم الجوائز وتكريم التلاميذ الذين يحرصون على الحضور المبكر وعدم التأخر عن الحصص الصباحية، تشجع على الانضباط والاجتهاد في الدراسة وتعزز من الإبقاء على السلوكات الإيجابية والخفض من السلوكات والمشكلات السلبية واللاعقلانية بشكل كبير، بما يمكن لمسير المدرسة من ضبط المشكلة، وتسيير اليوم الدراسي بنجاح وبشكل بعيد عن الفوضى.

قائمة المراجع

قائمة المراجع:

I. مراجع باللغة العربية:

- 1- الإدارة العامة للتوجيه والإرشاد. (2003). دليل التربويين لرعاية السلوك وتقييمه(ط1). المملكة العربية السعودية.
- 2- إبراهيم، بسام السيد عبد المنجي. (2020/01/1). دراسة ظاهرة الانضباط والانتظام في طابور الصباح. دنيا الوطن.

<https://pulpit.alwatannoise.com>

- 3- أبو اسعد، عبد اللطيف وعريبات، عبد الحليم. (2012). نظريات الارشاد النفسي والتربوي (ط1). دار المسيرة للنشر.
- 4- اوراغي، فوزية. (2017). فاعلية برنامج ارشادي للتخفيف من مستوى الضغوط النفسية للتلميذ المريض الماكث في المستشفى وامه المرافقة له [رسالة دكتوراه، جامعة وهران2].

<http://www.univ-oran2.dz>

- 5- بلان، كمال يوسف. (2015). نظريات الارشاد والعلاج النفسي(ط1). دار الاعصار العلمي للنشر.
- 6- التويجري، عبد العزيز عبد الرحمن. (2013). أسباب مشكلة التأخر الصباحي لدى طلاب المرحلة الثانوية بالمدارس الاهلية للبنين شمال الرياض وسبل علاجها. دراسات عربية في التربية وعلم النفس، الجزء الأول(37).

<http://aae999.blogspot.com>

- 7- حمدان، محمد. (2008). معجم مصطلحات التربية والتعليم (ط1). دار كنوز المعرفة.
- 8- الخطيب، محمود جواد. (2000). التوجيه والإرشاد بين النظرية والتطبيق (ط2). مطبعة مقداد.
- 9- الخليل، سعود بن عبد العزيز بن عبد الكريم. (2012). اثر برنامج علاجي باستخدام نموذج التركيز على المهام لعلاج مشكلة التأخر الصباحي [رسالة ماجستير، جامعة الامام محمد بن سعود الإسلامية].

<http://fac.ksu.edu.sa>

- 10- دردير، كرم عمار. (2010). البحث العلمي اساسياته النظرية وممارسته العلمية (ط1). دار الفكر.

- 11- الدريج محمد، الحنصالي جمال اخرون. (2011). معجم مصطلحات المناهج وطرق التدريس. مكتبة الغريب في الوطن العربي.
- 12- دهاسي، جميلة وسابو، جميلة. (2018). المشكلات الصفية وعلاقتها بالإخفاق الدراسي [رسالة ماجستير، جامعة احمد درارية].
- <https://dspace.univ-adrar.edu.dz>
- 13- الديك، سامية عمر. (2017). الدليل التجريبي لإعداد البحوث الإجرائية.
- <https://213.6.8.28:310/files/1468.aspx?down=1>
- 14- ربحي، مصطفى عليان وعثمان، محمد غنيم. (2000). مناهج البحث في علم النفس(ط1). دار الصفاء
- 15- رشدي، عثمان فريد. (2013). الارشاد والتوجيه المهني، دار اليازية للنشر.
- 16- زهران، حامد. (1998). التوجيه والارشاد النفسي(ط3). عالم الكتب.
- 17- الزيود، نادر فهمي. (2008). نظريات الارشاد والعلاج النفسي(ط2). دار الفكر.
- 18- السويلم، عبد العزيز ابراهيم. (2002). التوجيه والارشاد الطلابي. دار طويق للنشر والتوزيع.
- 19- شاهين، محمد احمد وحمدى، محمد نزيه. (2007). درجة تقدير الذات لدى عينة من طلبة الجامعة في فلسطين وعلاقتها بالتفكير اللاعقلاني وفعالية برنامج ارشادي عقلاني انفعالي في تحسينها [رسالة ماجستير، جامعة القدس المفتوحة].
- www.acofps.com/cb/showthread.php?t=13895
- 20- الشناوي، محمد. (1994). نظريات الارشاد والعلاج النفسي. دار الغريب للطباعة.
- 21- الشحي، يوسف محمد والبري، بسام محمد. (2011). أسباب التأخر عن الطابور الصباحي لدى طلاب مدرسة الرسم للتعليم الثانوي للبنين رأس الخيمة.
- <https://geabassam.files.wordpress.com>
- 22- الشهري، زاهر بن محمد. (2012). ظاهرة التأخر الصباحي في المدارس. دار الشروق للنشر.
- 23- طه حسين، عبد العظيم. (2004). الارشاد النفسي النظرية والتطبيق والتكنولوجيا (ط1). دار الفكر العربي.
- 24- العبايدية، عبد القادر. (2018). فعالية برنامج ارشادي نفسي في التخفيف من العنف المدرسي [رسالة دكتوراه، جامعة وهران2].

<https://ds.univ-oran2.dz>

- 25- عبد العظيم، حمدي عبد الله. (2013). برامج تعديل السلوك (ط1). مكتبة أولاد الشيخ للتراث.
- 26- عبد الهادي، جودت عزت والعزة، سعيد حسني. (2012). مبادئ التوجيه والإرشاد النفسي (ط4). دار الثقافة.
- 27- العتيبي، نوف محمد والجهني، هند عائد. (2007). الخدمة الاجتماعية في المجال المدرسي. فهرسة مكتبة الملك فهد.
- 28- العثيمين، عبد العزيز سليمان. (1991). بعض المشكلات التربوية.
- 29- عطية، محمود. (2010). ضغوط الشباب والمراهقين وكيفية مواجهتها (ط1). مكتبة الانجلو المعرفية.
- 30- الغامدي، عبد الرزاق صالح. (2009). التفكير العقلاني والغير عقلاني ومفهوم الذات والدافعية للإنجاز لدى عينة من المراهقين المتفوقين دراسيا والعادين بمدينة جدة وام القرى [رسالة دكتوراه، جامعة ام القرى].

<http://www.uqu.edu.sa/page/ar/583>

- 31- الغنبوصي، سالم بن سليم. (1996). العلاقة بين التحصيل الأكاديمي لطلبة جامعة السلطان قابوس ومعظم العوامل الاجتماعية والاقتصادية والتعليمية [رسالة ماجستير منشورة، الجامعة الأردنية].

<https://search.mandumah.com>

- 32- القواسمة، عاصم عادل طاهر. (2015). فاعلية برنامج إرشادي جمعي مبني على العلاج المتمركز حول الحل في تنمية الدافعية لدى طلبة الصف العاشر في مدارس الخليل الحكومية [رسالة ماجستير، جامعة القدس].

<https://dspace.alquds.edu>

- 33- القواسمة، هشام عطية والحوامدة صباح خليل. (2010). دليل المرشد التربوي في مجال التوجيه الجمعي في الصفوف. دار اليازوري العلمية.
- 34- محمد، السيد على. (2011). موسوعة المصطلحات التربوية (ط1). دار المسيرة للطباعة.
- 35- المطوع، عبد العزيز صالح وفتوح، عبد الله احمد. (1999). برنامج ارشادي جمعي لخفض سلوك التأخر الصباحي. دراسة منشورة في منتدى مجلة العلوم الاجتماعية.

www.zhrani.blogspot.com

36- المعاينة، عبد العزيز والجغيمان، محمد عبد الله. (2009). مشكلات تربوية معاصرة (ط1). دار الثقافة.

37- ناصر، محمد. (2020/12/30). ظاهرة التأخر الصباحي لدى طلبة المدارس الأسباب وإجراءات الحد منها. مجلة الرواق للدراسات الاجتماعية والإنسانية. 06(02).

<https://193.194.91.150>

38- النجمة، يوسف علاء الدين إبراهيم. (2008). مدى فعالية برنامج إرشادي نفسي للتخفيف من أعراض الاكتئاب عند طلاب المرحلة الثانوية [رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية غزة]

<http://irp.iugaza.edu.ps>

39- وزارة التربية والتعليم، جمهورية مصر العربية. (2015). لائحة الانضباط المدرسي المحددة لحقوق وواجبات الطلاب ومسؤوليات أولياء الأمور واختصاصات العاملين بالمدرسة.

40- يوسف، دلال. (2017). قياس فاعلية برنامج إرشادي مقترح لتنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية [رسالة دكتوراه، جامعة محمد خيضر بسكرة].

<https://thesis.univ-biskra.dz>

II. مراجع باللغة الأجنبية:

- 1- Schan,Christian. (05/2018). Delayed school start time is associated with better sleep, daytime functioning and life satisfaction in residential high-school students. Journal of adolescence, 1(66), 49-54.

<https://www.researchgate.net>

الملاحق

الملحق رقم 09
الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التربية الوطنية

مدير التربية
إلى
السيد / مدير ثانوية بورزاق أحمد
- تاكسنة -
ولاية جيجل

مديرية التربية لولاية جيجل
مصلحة التكوين والتفتيش
إرسال رقم 21 / 1.7 / 857

الموضوع : ترخيص بالدخول لغرض إجراء دراسة ميدانية .

المرجع : مراسلة جامعة محمد الصديق بن يحي جيجل كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية قسم علم النفس و علوم التربية و الأورطفونيا بتاريخ : 2021/03/21

بناء على المراسلة المذكورة في المرجع أعلاه ، يرخص لـ "شخار رانيا " الطالبة بجامعة جيجل كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية - قسم علم النفس و علوم التربية والأورطفونيا- بالدخول إلى مؤسستكم قصد إجراء دراسة ميدانية متمثلة في حصص في إطار البرنامج الإرشادي حول التأخر الصباحي مع تلاميذ المؤسسة ابتداء من : 2021/03/23 إلى 2021/04/15 .

ملاحظة : المعنية مطالبة باحترام القانون الداخلي للمؤسسة مع التقيد التام بالإجراءات الوقائية من وباء - كوفيد 19 - الموضوع من طرف إدارة المؤسسة المستقبلية .

جيجل في : 2021-03-21



ع / مدير التربية
والتعليم
الأمين
ف. ميرفوح

هذا والله الموفق

استبانة التأخر الصباحي

العمر:

الصف:

المدرسة:

م	العبارات	أوافق كثيرا	أوافق	أوافق أحيانا	لا أوافق	لا أوافق كثيرا
1	أتأخر عن الطابور لبعد منزلي عن المدرسة					
2	لا أستيقظ صباحا في الوقت المناسب					
3	لا تهتم أسرتي بحضورى مبكرا للمدرسة					
4	أعاني من صعوبات (ثرق) تمنعني من النوم المبكر					
5	تحرض إدارة المدرسة على متعبة الطلاب المتأخرين					
6	أوصل أخوتي إلى مدارسهم فتأخر صباحا					
7	أستخدم المنبه للاستيقاظ صباحا					
8	أعاني من مشاكل أسرية فتأخر عن المدرسة صباحا					
9	بعض المدرسين يسفرون مني فتأخر حصصهم الأولى					
10	أسهر لمشاهدة التلفزيون فأستيقظ متأخرا					
11	أجتمع مع أصدقائي ليليا لوقت متأخر					
12	أتأخر لعدم حضور المسائق في مواعده					
13	لا أرغب في أداء التمارين الصباحية					
14	أسرتي تهتم بإيقاظي في الصباح المبكر					
15	لا أبالي بالاستيقاظ المبكر					
16	تعودت النوم ظهرا					
17	أنتظر أحد زمائتي فتأخر عن المدرسة صباحا					
18	يوصلني أحد أفراد أسرتي بالمصيرة					
19	أسهر للمذاكرة فأستيقظ متأخرا					
20	أوافق الطالب الذين لا يرغبون في الطابور الصباحي					

21	أتناول فطورى خارج المنزل قبل دخولى المدرسة					
22	أعاني من آلام جسمية تمنعني من النوم المريح					
23	لا تشجني برامج الإذاعة المدرسية على حضور الطابور الصباحي					
24	أضيق الوقت في التجوال حين انتهاء الطابور الصباحي					
25	لا أرغب في الاستمرار في الدراسة فتأخر صباحا					
26	أتأخر عن الطابور الصباحي لانتعالي بالتدخين					
27	لا أرتاح للمسئول الذي يسجل اسمي ضمن الطلاب المتأخرين					
28	يتابع المرشد الطلابي المتأخرين صباحا					
29	أناك أوقات من المدرسة قبل طابور الصباحي فأعود للمنزل لأحضرها					
30	أحضر مبكرا خشية من العقاب المدرسي					
31	أتمكث للتأخر الصباحي لعدم تمكثي من حل الواجب					

الرقم :
التاريخ : / / 14
المستفوع :
الموضوع :



المملكة العربية السعودية
وزارة التربية والتعليم
الإدارة العامة للتربية والتعليم بالمنطقة الشرقية
الشؤون التعليمية (بنين) - إدارة للتوجيه والإرشاد

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد الصديق بن يحيى

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علم النفس وعلوم التربية والارطوفونيا

تخصص ارشاد وتوجيه

عنوان الدراسة

فاعلية برنامج ارشادي مقترح للتخفيف من سلوك التأخر
الصباحي لدى تلاميذ الصف الثالث اثاني
دراسة ميدانية ببلدية بوزراق احمد بامغصنة بجيجل

في اطار انجاز مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر حول الموضوع المشار اليه اعلاه نمنح
بين ايديكم هذا المقياس الذي يهدف الى قياس التأخر الصباحي ونطلب منكم وضع
علامة (x) امام الخانة التي ترونها مناسبة مع العلم انه لا توجد اجابة صحيحة وأخرى
خاطئة فكل اجابة تعبر عن آراء صاحبها دون الاخرين.
أيضا فالمعلومات المقدمة من طرفكم تكون سرية ولا تستخدم الا لغرض علمي.

اشراف الأستاذة:

مشري زبيدة

الطالبة:

شخار

رانيا

(58)

اولا: البيانات الشخصية:

المسافة بين المدرسة والمنزل: قريبة متوسطة بعيدة

مستوى التحصيل (المعدل): 10 - 8 12 - 10 14 - 12

الجنس: ذكر انثى

م	العبارات	أوافق كثيرا	أوافق	أوافق أحيانا	لا أوافق	لا أوافق كثيرا
1	أتأخر صباحا لبعد المنزل عن المدرسة					<input checked="" type="checkbox"/>
2	لا أستيقظ صباحا في الوقت المناسب		<input checked="" type="checkbox"/>			
3	لا تهتم أسرتي بحضورتي مبكرا للمدرسة				<input checked="" type="checkbox"/>	
4	أعاني من صعوبات (أرق) تمنعني من النوم المبكر					<input checked="" type="checkbox"/>
5	تحرص إدارة المدرسة على متابعة التلاميذ المتأخرين		<input checked="" type="checkbox"/>			
6	أقوم بإيصال إخوتي الى مدارسهم فأتأخر صباحا					<input checked="" type="checkbox"/>
7	أستخدم المنبه للاستيقاظ صباحا					<input checked="" type="checkbox"/>
8	أعاني من مشاكل في الأسرة فأتأخر عن المدرسة صباحا					<input checked="" type="checkbox"/>
9	بعض المدرسين يسخرون مني فلا أحضر حصصهم الأولى					<input checked="" type="checkbox"/>
10	أسهر لمشاهدة التلفزيون فأستيقظ متأخرا					<input checked="" type="checkbox"/>
11	أجتمع مع أصدقائي لياليا لوقت متأخر			<input checked="" type="checkbox"/>		
12	أتأخر لعدم حضور النقل المدرسي في مواعده					<input checked="" type="checkbox"/>
13	لا أرغب في أداء التمارين الصباحية					<input checked="" type="checkbox"/>
14	أسرتي تهتم بإيقاظي في الصباح المبكر					<input checked="" type="checkbox"/>

X				لا أبالي بالاستقاط المبكر	15
			X	تعودت النوم ظهرا	16
X				أنتظر أحد زملائي فأتأخر عن المدرسة صباحا	17
X				يوصلني أحد أفراد أسرتي بالسيارة	18
		X		أسهر للمذاكرة فأستيقظ متأخرا	19
		X		أرافق التلاميذ الذين لا يرغبون بالحضور للمدرسة صباحا	20
X				أتناول فطوري خارج المنزل قبل دخولي للمدرسة	21
X				أعاني من الام في جسمي تمنعني من النوم المريح	22
X				لا تشجيني برامج الإذاعة المدرسية على الحضور مبكرا	23
			X	أضيق الوقت في التجوال لحين بداية الحصة	24
			X	لا أرغب في الاستمرار في الدراسة فأتأخر صباحا	25
X				أتأخر صباحا لانشغالي بالتدخين	26
		X		لا ارتاح للمسؤول الذي يسجل اسمي ضمن التلاميذ المتأخرين	27
		/	X	يتابع المرشد الطلابي المتأخرين صباحا	28
X				أتذكر لوازمي المدرسية قبل الحضور صباحا فأعود لإحضارها	29
X				أحضر مبكرا خشية من العقاب المدرسي	30
X				أتعمد التأخر الصباحي لعدم تمكني من حل الواجب	31

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد الصديق بن يحيى

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علم النفس وعلوم التربية والارطوفونيا

تخصص ارشاد وتوجيه

عنوان الدراسة

فاعلية برنامج ارشادي مقترح للتخفيف من سلوك التأخر الصباحي لدى تلاميذ الصف الثالث ثانوي
دراسة ميدانية بثنائية بورزاق احمد تاكستة - حبل -

في اطار انجاز مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر حول الموضوع المشار اليه اعلاه نمنح بين ايديكم هذا المقياس الذي يهدف الى قياس التأخر الصباحي ونطلب منكم وضع علامة (x) امام الخانة التي ترونها مناسبة مع العلم انه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة فكل إجابة تعبر عن آراء صاحبها دون الاخرين.

أيضا فالمعلومات المقدمة من طرفكم تكون سرية ولا تستخدم الا لغرض علمي.

اشراف الأستاذة:

مشري زبيدة

الطالبة:

شخار

رانيا

أولاً: البيانات الشخصية:

المسافة بين المدرسة والمنزل: قريبة متوسطة بعيدة

مستوى التحصيل (المعدل): 14 - 12 12 - 10 10 - 8

الجنس: انثى ذكر

م	العبارات	أوافق كثيراً	أوافق	أوافق أحياناً	لا أوافق	لا أوافق كثيراً
1	أتأخر صباحاً لبعده المنزل عن المدرسة				X	
2	لا أستيقظ صباحاً في الوقت المناسب		X			
3	لا تهتم أسرتي بحضورى مبكراً للمدرسة				X	
4	أعاني من صعوبات (أرق) تمنعني من النوم المبكر				X	
5	تحرص إدارة المدرسة على متابعة التلاميذ المتأخرين		X			
6	أقوم بإيصال إخوتي إلى مدارسهم فأتأخر صباحاً	X				
7	أستخدم المنبه للاستيقاظ صباحاً	X				
8	أعاني من مشاكل في الأسرة فأتأخر عن المدرسة صباحاً				X	
9	بعض المدرسين يسخرون مني فلا أحضر حصصهم الأولى				X	
10	أسهر لمشاهدة التلفزيون فأستيقظ متأخراً				X	
11	أجتمع مع أصدقائي ليلاً لوقت متأخر			X		
12	أتأخر لعدم حضور النقل المدرسي في مواعيد				X	
13	لا أرغب في أداء التمارين الصباحية				X	
14	أسرتي تهتم بإيقاظي في الصباح المبكر		X			

			X	لا أبالي بالاستيقاظ المبكر	15
	X			تعودت النوم ظهرا	16
	X			أنتظر أحد زملائي فاتأخر عن المدرسة صباحا	17
			X	يوصلني أحد أفراد أسرتي بالسيارة	18
	X			أسهر للمذاكرة فأستيقظ متأخرا	19
	X			أرافق التلاميذ الذين لا يرغبون بالحضور للمدرسة صباحا	20
	X			أتناول فطوري خارج المنزل قبل دخولي للمدرسة	21
	X			أعاني من آلام في جسمي تمنعني من النوم المريح	22
	X			لا تشجعني برامج الإذاعة المدرسية على الحضور مبكرا	23
			X	أضيع الوقت في التجوال لحين بداية الحصة	24
	X			لا أرغب في الاستمرار في الدراسة فاتأخر صباحا	25
	X			أتأخر صباحا لأنشغالي بالتدخين	26
	X			لا ارتاح للمسؤول الذي يسجل اسمي ضمن التلاميذ المتأخرين	27
			X	يتابع المرشد الطلابي المتأخرين صباحا	28
	X			أتذكر لوازمي المدرسية قبل الحضور صباحا فأعود لإحضارها	29
		X		أحضر مبكرا خشية من العقاب المدرسي	30
	X			أتعمد التأخر الصباحي لعدم تمكني من حل الواجب	31

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد الصديق بن يحيى

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علم النفس وعلوم التربية والارطوفونيا

تخصص ارشاد وتوجيه

عنوان الدراسة

فاعلية برنامج ارشادي مقترح للتخفيف من سلوك التأخر الصباحي لدى تلاميذ الصف الثالث ثانوي
دراسة ميدانية بثانوية بورزاق احمد تاكسنة - جيجل -

في اطار انجاز مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر حول الموضوع المشار اليه أعلاه نمناح بين ايديكم هذا المقياس الذي يهدف الى قياس التأخر الصباحي ونطلب منكم وضع علامة (x) امام الخانة التي ترونها مناسبة مع العلم انه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة فكل إجابة تعبر عن آراء صاحبها دون الاخرين.

أيضا فالمعلومات المقدمة من طرفكم تكون سرية ولا تستخدم الا لغرض علمي.

اشراف الأستاذة:

مشري زبيدة

الطالبة:

شخار

رانيا

اولا: البيانات الشخصية:

المسافة بين المدرسة والمنزل: قريبة متوسطة بعيدة

مستوى التحصيل (المعدل): 14 - 12 12 - 10 10 - 8

الجنس: ذكر انثى

م	العبارات	أوافق كثيرا	أوافق	أوافق أحيانا	لا أوافق	لا أوافق كثيرا
1	أتأخر صباحا لبعد المنزل عن المدرسة				X	
2	لا أستيقظ صباحا في الوقت المناسب				X	
3	لا تهتم أسرتي بحضورتي مبكرا للمدرسة				X	
4	أعاني من صعوبات (أرق) تمنعني من النوم المبكر		X			
5	تحرص إدارة المدرسة على متابعة التلاميذ المتأخرين			X		
6	أقوم بإيصال إخوتي الى مدارسهم فأتأخر صباحا					X
7	أستخدم المنبه للاستيقاظ صباحا		X			
8	أعاني من مشاكل في الأسرة فأتأخر عن المدرسة صباحا				X	
9	بعض المدرسين يسخرون مني فلا أحضر حصصهم الأولى				X	
10	أسهر لمشاهدة التلفزيون فأستيقظ متأخرا				X	
11	أجتمع مع أصدقائي لياليا لوقت متأخر				X	
12	أتأخر لعدم حضور النقل المدرسي في مواعده				X	
13	لا أرغب في أداء التمارين الصباحية				X	
14	أسرتي تهتم بإيقاظي في الصباح المبكر			X		

	X			لا أبالي بالاستيقاظ المبكر	15
			X	تعودت النوم ظهرا	16
	X			أنتظر أحد زملائي فأتأخر عن المدرسة صباحا	17
	X			يوصلني أحد أفراد أسرتي بالسيارة	18
	X			أسهر للمذاكرة فأستيقظ متأخرا	19
	X			أرافق التلاميذ الذين لا يرغبون بالحضور للمدرسة صباحا	20
	X			أتناول فطوري خارج المنزل قبل دخولي للمدرسة	21
	X			أعاني من آلام في جسمي تمنعني من النوم المريح	22
	X			لا تشجعني برامج الإذاعة المدرسية على الحضور مبكرا	23
	X			أضيع الوقت في التجوال لحين بداية الحصة	24
	X			لا أرغب في الاستمرار في الدراسة فأتأخر صباحا	25
	X			أتأخر صباحا لأنشغالي بالتدخين	26
	X			لا ارتاح للمسؤول الذي يسجل اسمي ضمن التلاميذ المتأخرين	27
	X			يتابع المرشد الطلابي المتأخرين صباحا	28
			X	أتذكر لوازمي المدرسية قبل الحضور صباحا فأعود لإحضارها	29
			X	أحضر مبكرا خشية من العقاب المدرسي	30
	X			أتعمد التأخر الصباحي لعدم تمكني من حل الواجب	31

Statistiques descriptives

	N	Moyenne	Ecart-type	Minimum	Maximum	Centiles		
						25ème	50ème (médiane)	75ème
Q1	16	77,06	11,474	58	105	69,50	74,50	80,75
Q2	16	67,0000	8,67948	48,00	86,00	60,0000	68,0000	71,7500
Q3	16	65,5625	11,21885	46,00	83,00	56,2500	67,5000	74,0000

Rangs

		N	Rang moyen	Somme des rangs
Q2 - Q1	Rangs négatifs	13 ^a	9,62	125,00
	Rangs positifs	3 ^b	3,67	11,00
	Ex aequo	0 ^c		
	Total	16		
Q3 - Q2	Rangs négatifs	11 ^d	7,77	85,50
	Rangs positifs	5 ^e	10,10	50,50
	Ex aequo	0 ^f		
	Total	16		

a. Q2 < Q1

b. Q2 > Q1

c. Q2 = Q1

d. Q3 < Q2

e. Q3 > Q2

f. Q3 = Q2

Test^a

	Q2 - Q1	Q3 - Q2
Z	-2,950 ^b	-,906 ^b
Signification asymptotique (bilatérale)	,003	,365

a. Test de Wilcoxon

b. Basée sur les rangs positifs.

Statistiques descriptives

	N	Moyenne	Ecart-type	Minimum	Maximum	Centiles		
						25ème	50ème (médiane)	75ème
Q1	16	77,06	11,474	58	105	69,50	74,50	
والمنزل المدرسة بين المسافة	16	2,13	,719	1	3	2,00	2,00	
التحصيل نتائج	16	2,13	,719	1	3	2,00	2,00	
الجنس	16	1,44	,512	1	2	1,00	1,00	

Rangs

		N	Rang moyen	Somme des rangs
Q1 - والمنزل المدرسة بين المسافة	Rangs négatifs	16 ^a	8,50	136,00
	Rangs positifs	0 ^b	,00	,00
	Ex aequo	0 ^c		
	Total	16		
Q1 - التحصيل نتائج	Rangs négatifs	16 ^d	8,50	136,00
	Rangs positifs	0 ^e	,00	,00
	Ex aequo	0 ^f		
	Total	16		
Q1 - الجنس	Rangs négatifs	16 ^g	8,50	136,00
	Rangs positifs	0 ^h	,00	,00
	Ex aequo	0 ⁱ		
	Total	16		

a. $Q1 <$ والمنزل المدرسة بين المسافة

b. $Q1 >$ والمنزل المدرسة بين المسافة

c. $Q1 =$ والمنزل المدرسة بين المسافة

d. $Q1 <$ التحصيل نتائج

e. $Q1 >$ التحصيل نتائج

f. $Q1 =$ التحصيل نتائج

g. $Q1 <$ الجنس

h. $Q1 >$ الجنس

i. $Q1 =$ الجنس

Test^a

	المدرسة بين المسافة Q1 - والمنزل	التحصيل نتائج Q1 -	Q1 - الجنس
Z	-3,518 ^b	-3,520 ^b	-3,518 ^b
Signification asymptotique (bilatérale)	,000	,000	,000

a. Test de Wilcoxon

b. Basée sur les rangs positifs.

الملحق رقم: 08

شرح تفصيلي للجلسات الإرشادية

- الجلسة الأولى

عدد الحضور	مكان الجلسة	مدة الجلسة
16	حجرة الصف	45 دقيقة

- عنوان الجلسة: بناء العلاقة الإرشادية

- اهداف الجلسة:

- 1 - الترحيب بالتلاميذ.
- 2 - التعريف بالباحثة وأهداف البرنامج.
- 3 - توضيح دور الباحثة ودور التلاميذ في البرنامج.
- 4 - تحديد المشكلة والأوضاع التي يراد تعديلها.
- 5 - تقديم تمهيد مبسط حول المشكلة.
- 6 - عقد اتفاق شفهي على إتمام البرنامج ومدته الزمنية.
- 7 - تزويد التلاميذ بعدد الجلسات ومواعيدها.

- محتوى الجلسة:

بدأت الباحثة الجلسة بالترحيب بالتلاميذ وتعريف الباحثة بنفسها والهدف من هذا اللقاء، كذلك توضيح البرنامج الذي سيتم تطبيقه معهم ودور الباحثة فيه وكذا دورهم في هذا البرنامج. بعد ذلك تم التعرف على التلاميذ والنقاش معهم حول طموحهم وأمانياتهم رغبة من الباحثة في ربط التلاميذ بشكل أكبر وتحفيزهم نحو بلوغ مستقبلهم بشكل غير مباشر. تم توزيع مقياس التأخر الصباحي على التلاميذ والإجابة عنه. قامت الباحثة باطلاع التلاميذ على الفائدة التي سيحققونها من الاستمرار في هذا البرنامج وتطبيق خطواته.

أيضا مناقشة كل تلميذ حول المشكلة لمعرفة مدى إدراكه ووعيه بالمشكلة ولتكون الباحثة على بينة من مستوى الإدراك الذي يحمله التلاميذ حول مشكلتهم.

فالأخير تم الاتفاق مع التلاميذ والباحثة على إتمام البرنامج ومدته الزمنية وتم تزويدهم بعدد جلسات هذا البرنامج ومواعيدها.

- الجلسة الثانية

مدة الجلسة	مكان الجلسة	عدد الحضور
45 دقيقة	حجرة الصف	15

- عنوان الجلسة: معرفة ومناقشة أسباب التأخر الصباحي وإيضاح الصلة بين التأخر الصباحي والتحصيل الدراسي.

- أهداف الجلسة:

1 - معرفة أسباب التأخر الصباحي لدى أفراد المجموعة.

2 - مناقشة الأسباب مع التلاميذ.

3 - توضيح الصلة بين التأخر الصباحي والتحصيل الدراسي.

4 - التعريف بالتأخر الصباحي وعلاقته بالتحضير للشهادة.

- محتوى الجلسة:

بعد الترحيب بأعضاء المجموعة قامت الباحثة بإدارة حوار مع التلاميذ حول مشكلة التأخر الصباحي، وماهي تبعات هذه المشكلة وما قد يترتب عليها من أضرار تؤثر على مستقبله وحاضره.

طلبت الباحثة من التلاميذ التفكير في مشكلة (التأخر الصباحي) وما هي الأسباب التي تدفعه الى التأخر صباحا مع توجيه الأسئلة في بعض الأحيان لمحاولة الربط بين الأسباب للوصول للب المشكلة والسبب الرئيسي لها، بعد ذلك تم التطرق الى عواقب التأخر الصباحي على تحضيرهم لشهادة البكالوريا وعلى تدني تحصيلهم الدراسي نظرا لما فاتهم من معارف وخبرات بسبب التأخر وقد تم استيعابهم لحجم المشكلة وعبروا عن رضاهم عن البرنامج وعن رغبتهم في اتمامه بكل خطواته.

في الأخير تم تقديم واجب منزلي حول مدى استفادة كل تلميذ من الجلسة.

الجلسة الثالثة

مدة الجلسة	مكان الجلسة	عدد الحضور
45 دقيقة	حجرة الصف	16

. عنوان الجلسة: تقييم موقف مشكلة التأخر الصباحي عند التلميذ.

. اهداف الجلسة:

- 1 . مناقشة الواجب المنزلي.
- 2 . معرفة العناصر المثيرة للمعتقدات اللاعقلانية.
- 3 . التوصل الى معرفة الأفكار والتوقعات ومراجعتها مع افراد المجموعة.
- 4 . تحديد العناصر الأكثر ارتباطا بالتأخر الصباحي.

. محتوى الجلسة:

بدأت الجلسة بالترحيب بالتلاميذ ثم قامت الباحثة بمناقشة الواجب المنزلي مع افراد المجموعة حول مدى استفادتهم من الجلسة السابقة، فكانت معظم الاجابات ان الحصة الارشادية كانت قيمة واستفادوا منها عدم التهاون والتأخر في الدراسة من اجل مستقبلهم وكذا النهوض باكرا وتأدية الصلاة في وقتها وانهم أخذوا أفكار لم يكونوا على دراية بها.

بعدا ذلك تم طرح بعض الأسئلة على التلاميذ لتحديد العناصر التي تأذي بهم الى رسم أفكار خاطئة وغير عقلانية مثل:

. هل يقوم الأساتذة بتوبيخكم اذا لم تقوموا بحل الواجبات المنزلية؟

. هل يقوم المشرف بمراقبتكم عند الدخول صباحا حول اللباس غير مناسب للدراسة، قصة الشعر ومساحيق التجميل للإناث؟

بعد إجابتهم عن الأسئلة توضح للباحثة بأن أساتذة المواد الأساسية يطلبون منهم واجبات منزلية يوميا وهذا ما جعلهم يتأخرون صباحا اذا لم تتم المحاولة فيها نظرا لصعوبتها وذلك من اجل التهرب من العقوبة وعدم الاشتباك مع أستاذ المادة، أيضا فالمشرف يوبخهم على نوعية اللباس الغير مناسب ومساحيق التجميل فيتأخرون لتجنبه وتقادي تعليقاته.

. تم تقديم مطويات على التلاميذ حول مشكلة التأخر الصباحي ثم عرض بعض النماذج لأشخاص يحملون أفكارا خاطئة ادت بهم الى نتائج سلبية واضرار كبيرة، وذلك من اجل توصيلهم لفكرة ان

معتقداتهم اللاعقلانية ونتائج تأخرهم صباحا تعود عليهم بالدرجة الأولى ولا تعود على من كان سببا في هذه الأفكار.

. في الأخير تم تكليفهم بواجب منزلي وهو كتابة النتائج المترتبة عن التأخر صباحا.

. الجلسة الرابعة .

مدة الجلسة	مكان الجلسة	عدد الحضور
45 دقيقة	حجرة الصف	15

. عنوان الجلسة: التعرف على مهارة تنظيم الوقت وتحديد فوائد الاصطفاف الصباحي.

. اهداف الجلسة:

- 1 . مناقشة الواجب المنزلي.
- 2 . التعرف على مهارة تنظيم الوقت.
- 3 . حصول افراد المجموعة على أفكار حول المهارات والتفكير بأهمية التقيد بالنظام والمحافظة على المواعيد.
- 4 . مساعدة التلاميذ على اثناء جوانبهم المعرفية.

. محتوى الجلسة:

بعد الترحيب بالتلاميذ تمت مراجعة الواجب المنزلي بحيث ساعد ذلك في فحص ما اذا تم استيعاب التلاميذ للمشكلة وبعد المناقشة في الواجب تبين للباحثة علمهم بحجم مشكلة التأخر الصباحي ومدى رغبتهم في التخلي عنها.

بعد ذلك اشارت الباحثة الى انه هناك طريقة للتخلي عن المشكلة وهي مهارة تنظيم الوقت وتم تعريفها لهذه المهارة للتلاميذ من خلال شرح مبسط عنها وتقديم مطويات واشرطة فيديو لكيفية تطبيق هذه المهارة، كل هذا حفز التلاميذ على مواصلة الحضور للبرنامج بجدية وحماس، بحيث طلبوا من الباحثة اعداد برنامج يومي للتلاميذ يساعدهم في تنظيم وقتهم ويساعدهم على المراجعة الجيدة وبالوقت الصحيح.

قامت الباحثة كذلك بإعطاء أفكار حول مهارات المراجعة و كذلك تبصيرهم بالتفكير بأهمية التقيد بالنظام والمحافظة على المواعيد وذلك يساعدهم اثناء الدراسة وأيضا في مستقبلهم.

تم التطرق أيضا الى الأهمية الكبيرة للدراسة في حياة الافراد وكذا أهمية النوم المنتظم وأهمية الاستيقاظ المبكر وما يعود عليه من فائدة على الصحة الجسمية والنفسية.

في الأخير قدمت الباحثة البرنامج اليومي للتلاميذ وطلبت منهم كتابة رأيهم بعد تطبيقه ومدى أهميته وأهمية النوم والاستيقاظ المبكر.

. الجلسة الخامسة

مدة الجلسة	مكان الجلسة	عدد الحضور
45 دقيقة	حجرة الصف	16

. عنوان الجلسة: فحص المعتقدات غير العقلانية واختيار حلول عقلانية للتخفيف من مشكلة التأخر الصباحي.

. اهداف الجلسة:

- 1 مناقشة الواجب المنزلي مع افراد المجموعة.
- 2 . فحص المعتقدات غير العقلانية ومناقشتها.
- 3 . اقتناع التلاميذ بتغيير الأفكار والمعتقدات من اجل التغيير الى الاحسن.
- 4 . تحصين التلاميذ من تأثير الأصدقاء السلبي.

. محتوى الجلسة:

بعد الترحيب بأفراد المجموعة، تمت مناقشة الواجب المنزلي حيث ابدى التلاميذ رضاهم عن البرنامج اليومي بعد تطبيقهم له وعبروا عليه بأنه نفعهم في تنظيم وقتهم الامر الذي اذى بهم الى الشعور بالراحة وعدم التوتر خلال انضباطهم وتطبيقهم لمهارة تنظيم الوقت، أيضا فقد كانوا على دراية بأهمية النوم والاستيقاظ المبكر وقد تبين هذا من خلال اجابتهم وآرائهم في الواجب.

بعد ذلك تم طرح أسئلة توجيهية من اجل فحص الأفكار الغير عقلانية والمعتقدات الخاطئة التي كانوا يحملونها من اجل مناقشتها واقناعهم بتغييرها مثل:

. هل لا زلت توبخون اذا لم تقوموا بحل التمارين المنزلية؟

فكان جواب الأغلبية بأنهم يقومون بالمحاولة حتى وان لم تكم صحيحة لكنهم يحضرون الحصة ويستفيدون منها دون توبيخ او عقاب.

. تمت الإشارة من قبل الباحثة بأن التأخر عن الحصة بسبب عدم حل الواجبات يؤثر على تحصيلهم بدل من ان ينجيهم من العقاب والتوبيخ، أيضا تم توزيع مطويات حول علاج التأخر الصباحي، وعرض اشرفة فيديو لجلسة ارشادية عن التأخر الصباحي وكذا عرض بعض النماذج لطلاب متميزين في مجال الالتزام بالوقت والمواعيد والحضور باكرا، رحب التلاميذ بهذه الوسائل وزادت من توعيتهم بحجم المشكلة وحفزتهم على حب الدراسة والاجتهاد والامتنان للنماذج المقدمة واخذ العبر منها.

. أيضا تم حث التلاميذ على طرح الأفكار والمواقف التي تصادفهم في حياتهم مع بعضهم البعض ومناقشتها مع الباحثة وكذا تقديم مجموعة من النصائح والارشادات حول تأثير الأصدقاء السلبي وكيفية التصدي له من اجل الوصول الى هدف كل فرد وتحقيق الطموحات والآفاق المستقبلية.

. تم تكليف أفراد المجموعة بذكر خمسا من فوائد الحضور المبكر، وذلك من اجل فحص ما اذا تحقق الهدف من الحصة الارشادية.

. الجلسة السادسة

مدة الجلسة	مكان الجلسة	عدد الحضور
45 دقيقة	حجرة الصف	16

. عنوان الجلسة: إنهاء البرنامج وتقييمه.

. اهداف الجلسة:

1. اطلاع كل عضو من افراد المجموعة على عدد مرات التأخر الصباحي سابقا وعدد مراتها بعد تطبيق البرنامج.

2. تطبيق المقياس.

. محتوى الجلسة:

رحبت الباحثة بالتلاميذ في بداية الجلسة وبدأت بتطبيق المقياس عليهم للمرة الثانية والذي يعتبر المقياس البعدي في هذه الدراسة، ثم تقدمت بالشكر والامتنان لافراد المجموعة على تفاعلهم خلال

فترة البرنامج، واخبرتهم بأن هذه الجلسة الأخيرة من البرنامج، كما وضحت لهم مدى التحسن الذي حصل في نسب التأخر الصباحي بعد اطلاع كل فرد على عدد مرات التأخر الصباحي وعدد مراتها بعد تقديم الجلسات الارشادية.

. تركت الباحثة المجال لأفراد المجموعة بالمناقشة والحوار حول هذه الجلسات بهدف معرفة انطباعهم عن هذا البرنامج كونه تجربة جديدة عليهم حسب أقوالهم، للتعرف أكثر على مفاهيمهم ومدى التغيير الذي حصل بين بدئ البرنامج ونهايته.

. طلب الباحثة من التلاميذ الاستمرار فيالمواظبة على الحضور باكرا بعد نجاحهم فيها اثناء الجلسات الارشادية، ومعرفتهم بأنهم قادرين على التغيير متى كانت لديهم الرغبة الحقيقية في ذلك.

انتهت الباحثة البرنامج بتوديع التلاميذ مع تمنياتها لهم بالنجاح والتوفيق في شهادة البكالوريا وفي شتى مجالات حياتهم.

مطبوعة حول التأخر الصباحي عند التلاميذ

إن سلوك الإنسان وانضباطه إنما هو مرآة لحاله وصورة لمستقبله من خلال التزامه بكل ما يوكل إليه من مهام وأعمال وإنجاز ذلك حسب مواعيده المحددة، والتأخر الصباحي عند التلاميذ قد يستغرق الاصطلاف الصباحي فقط أو جزء من الحصة الأولى بأكملها، وفي هذه الدراسة تحاول الطالبة مواكبة هذا الأمر بحيث نتناول هذه الظاهرة لمعرفة أسبابها وأثارها وفوائد الحضور المبكر للحصة الصباحية.

1- أسباب التأخر الصباحي:

- سهر التلميذ ليلا ونومه المتأخر فالواجب تنظيم الوقت والحرص على النوم المبكر.
- عدم الخروج المبكر من المنزل
- عدم رغبة التلاميذ في أداء التمارين الصباحية.
- عدم جدية التلميذ في الدراسة (وعلى التلميذ ان يكون أكثر حرصا على مستقبله، وإذا كان التلميذ يعاني من بعض المشاكل والضغوطات التي تعيقه عن التكيف في المدرسة فعليه استشارة المرشد الطلابي وطلب مساعدته)
- كراهية التلميذ لمادة معينة أو مدرس معين، وعليه مراجعة المرشد من اجل مناقشة هذه المشكلة.
- افتقار التلميذ لقدرته على التنظيم السليم للوقت (وقد حرصت الطالبة على وضع جدول تنظيمي يساعد التلاميذ على تنظيم وقتهم ومراجعة الدروس بالطريقة الصحيحة ولهم الحرية فالالتزام به أو وضع برنامج مشابه له)

2- الآثار المترتبة على التأخر الصباحي والحصة الأولى:

- ضعف التحصيل الدراسي.
- الحرمان من الدروس وخصوصا دروس الحصة الأولى.
- تعطيل مصالح أولياء الأمور ومخاطبتهم بالحضور الى المدرسة في وقت غير مناسب.
- عدم الإحساس بالراحة النفسية من قبل التلميذ المتأخر بالإضافة الى الإحساس بالأرق.

3- فوائد الحضور المبكر للمدرسة:

- تنشيط الدورة الدموية تؤدي الى تنشيط الذاكرة والقدرة على التفكير والاستيعاب.
- الاستماع الى بعض المواعظ والتعليمات والتوجيهات الارشادية.
- الانتظام في الدراسة مع بداية الحصة الأولى.
- الارتياح النفسي وعدم التوتر والمشاركة في الحصة بتركيز تام.

من اعداد الطالبة:

رائيا شخار

التأخر الصباحي

أسباب التأخر الصباحي

- 1- السهر ليلا
- 2- بعد المنزل عن المدرسة وواجباته
- 3- عدم رغبة التلميذ بالدراسة
- 4- عدم اهتمام الأسرة بإيقاظ التلميذ مبكرا للتلميذ
- 5- عدم الرغبة في أداء التمارين الصباحية
- 6- عدم وجود وسيلة لنقل التلميذ للمدرسة.
- 1- العمل على تكريم التلاميذ المواظبين
- 2- وضع برنامج للتلميذ من اجل تنظيم وقته
- 3- العمل على توثيق الصلة بين البيت والمدرسة
- 4- طرح مسابقات ثقافية ورصد جوائز كتشجيع
- 5- اهتمام المدرسة بالتلاميذ المتأخرين.
- 6- اعداد بعض البرامج لمعالجة الظاهرة.

النتائج والاضرار:

- 1- ضياع التمارين الصباحية.
- 2- عدم التمكن من حضور الحصة الأولى.
- 3- اضطراب النظام المدرسي واحداث فوضى داخل المدرسة.
- 4- قطع الشرح على المعلم والتثويش على التلاميذ.
- 5- تعويد النفس على الفوضى والاعتیاد على الكذب.
- 6- ضعف التحصيل الدراسي.

اعداد الطالبة: رانيا شخار

بكالوريا 2021

التوقيت	16:00 - 15:00	18:00 - 17:00	20:00 - 19:00
الأحد	الرياضيات	الاقتصاد والماناجمنت	اللغة العربية
الاثنين	التسيير المحاسبي والمالي	لغة انجليزية	تاريخ
الثلاثاء	القانون	الرياضيات	راحة
الأربعاء	الاقتصاد والماناجمنت	التسيير المحاسبي والمالي	الفلسفة
الخميس	الرياضيات	اللغة الفرنسية	جغرافيا

التوقيت	11:00 - 08:00	16:00 - 14:00	19:00 - 17:00	22:00 - 20:30
الجمعة	دروس الدعم او راحة	اللغة العربية	رياضيات	العلوم الاسلامية
السبت	دروس الدعم او راحة	حفظ الاجتماعيات	التسيير المحاسبي والمالي	حل نماذج من امتحان البكالوريا لمادة من اختيارك

مع تمنياتي لكم بالتوفيق والنجاح في البكالوريا

الطالبة: رانيا شخار