DOI: 10.33193/JALHSS.59.2020.297
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (59) October 2020
العدد (59) اكتوبر 2020

فاعلية التدريب على التحليل السلوكي التطبيقي لعلاج الاحباط لدى المتعثرات بالدراسة الجامعية كمهارة لحل المشكلات ذاتياً

د. حنان محمد سيد إسماعيل
استاذ مشارك
كلية التربية – جامعة المجمعة – المملكة العربية السعودية
الايميل: h.esmaeil@mu.edu.sa

الملخص

تستهدف الدراسة الحالية دراسة أثر تدريب طالبات الجامعة المتعثرات دراسياً على طريقة التحليل السلوكي التطبيقي لعلاج وحل مشكلاتهم التي أدت إلى تعثرهم الدراسي وأدت بهم إلى الإحباط ، وقامت الباحثة بإعداد مقياس للإحباط ، وتم قياس صدقه وثباته ، وذلك بتطبيقه عينة من طالبات كلية العلوم والدراسات الإنسانية برماح وعددهم 150 طالبة ، ثم تم اختيار 14 طالبة هم أعلى درجات في مقياس الإحباط وكذلك من المتعثرات دراسياً ، وطالما أن عينة التجريب عينة مقصوده فهي لا تتبع التوزيع الطبيعي (الاعتدالي) وتم إثبات ذلك باستخدام اختبار كولوموجروف وسميرنوف ، ومن ثم تم تطبيق اختبار ويلكوكسون هو اختبار لا معلمي للكشف وجود فروق بين العينة قبل وبعد التدريب على التحليل السلوكي التطبيقي وكذلك بعد التدريب وبعد فترة المتابعة، وكشفت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات الطالبات على مقياس الإحباط قبل وبعد التدريب على التحليل السلوكي التطبيقي ، مما يثبت أن التحليل السلوكي التطبيقي هو مهارة يمكن تعلمها وتساعد في تغيير السلوكيات وبطريقة واضحة ذاتياً .

الكلمات المفتاحية: التحليل السلوكي التطبيقي، علاج الإحباط، المتعثرات الدراسية.

DOI: 10.33193/JALHSS.59.2020.297
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (59) October 2020
العدد (59) اكتوبر 2020

The Effectiveness of Training in Applied Behavioral Analysis to Treat Frustrations in University Studies as A Skill for Self-Problem Solving

Dr. Hanan Mohamed Sayed Ismail
Associate professor
Education Faculty - Majmaah university – KSA
Email: h.esmaeil@mu.edu.sa

ABSTRACT

The current study aims to study the effect of training university students who are weakly academically on the method of applied behavioral analysis to treat and solve their problems that led to their academic failure and led them to frustration, and the researcher prepared a measure of frustration, and its validity and reliability were measured, by applying a sample of students from the Faculty of Science and Human Studies in Ramah and their number 150 students, then 14 students were selected who are the highest degrees of frustration scale as well as from non-performing studies. As long as the experiment sample is a intended sample it does not follow the normal distribution and this was proven by using the Kolomogorov and Smirnov test, and then a test was applied R. Wilcoxon is a non-parametric test to detect the presence of differences between the sample before and after training on applied behavioral analysis as well as after training and after the follow-up period, and the results revealed a statistically significant difference between the ranks of female students on the scale of frustration before and after training on applied behavioral analysis, which proves Applied behavioral analysis is a skill that can be learned and helps change behaviors in a self-way.

Keywords: Applied behavioral analysis, treatment of frustration, study faltering.

DOI: 10.33193/JALHSS.59.2020.297
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (59) October 2020
العدد (59) اكتوبر 2020

مقدمة

يتعرض الإنسان في حياته اليومية للكثير من المشكلات ومواقف الفشل أو عدم الوصول للنجاح المرغوب فيه ، بالإضافة إلي تعرضه لظروف أقل ما يمكن أن توصف بأنها سيئة أو محبطة ، فعلي سبيل المثال : ما نعيشه اليوم في عالم الواقع من خلافات مؤلمة يثير الكثير من مشاعر الحيرة والإحباط وفقدان الأمل وكأن باب الأمل بات مغلقاً ،وأن ما بني في سنوات كثيرة قد يهدم في لحظات أو أيام قليلة !

بالإضافة إلي أن فترة المراهقة الطبيعية تتميز بتغيرات انتقالية وضغوط تتضمن البلوغ وضغط الأفراد وتغيير الاحتياجات الأكاديمية والاجتماعية ، وتوقعات تنمية الشعور بالاستقلال لديهم ، فالمراهقة هي الوجود الحقيقي وهي مزيج من الشئ ونقيضه ،ومزيج من شئ في سبيله الي الخلع والفناء وهي الطفولة ونقيضه في سبيله للارتداء والنماء وهو الرشد وهي الميلاد الحقيقي للكائن البشري من حيث أن يعي لأول مرة ذاته ووجوده.

وتتملك الإنسان مشاعر الإحباط والتي تأتي من عدم النجاح والفشل المتكرر في مواقف متعددة أو متتالية ، وعدم القدرة علي فعل ما يريد ، كأن يبحث عن عمل ولا يجد ما يناسبه لعدة محاولات متتالية ، أو يحبط نتيجة عدم التوصل لحلول للمشكلات التي يواجهها في مجتمعه.

ولعل أفضل الخيارات المتاحة للتعامل مع سلوكيات الاحباط هواستخدام فنيات التحليل السلوكي التطبيقي ، والذي أثبتت فعاليتها في التعامل مع الطلاب ذوي الإعاقات بشكل بشكل عام ، والطلام ذوي اضطراب طيف التوحد، والإعاقة الفكرية بشكل خاص . حيث أظهرت نتائج العديد من الأبحاث فعاليتها في تحسين وتطوير وتطوير المهارت الأكاديمية ،والتفاعل الاجتماعي ، والتواصل اللغوي (Grey , et al ., 2005)، وكذلك قدرتها على التعامل – بفاعلية- مع السلوكيات الصعبة ، من خلالا تقليلها ، أومحوها ، أواستبدالها بسلوكيات إيجابية (Healy, O. O`Connor, Leader,& Kenny,2008)

مشكلة الدراسة

يعاني شباب اليوم من كثير من الاحباطات وعدم القدرة علي تحقيق الاهداف بسبب الضغوط الناتجة عن الاحداث الحياتية والتي تتمثل في الضغوط الأسرية ، الضغوط الأكاديمية ، الضغوط الشخصية ، الضغوط الناتجة عن العلاقات الاجتماعية وهناك الاحداث الرئيسية الصادمة ، التي لا يستطيع الفرد مواجهتها ، وهي في كثير من الأحيان أمور حتمية لا يستطيع الفرد تغييرها ولا التحكم فيها . ومن الأحداث التي تؤدي للإحباط تعلم لغة جديد كما في دراسة (ضيف الله ، 2010) وعدم وجود وظيفة بعد التخرج كما في دراسة (البشاري ،2015) . واثبتت دراسة (رمضان ،2017) أن المراهقين الذكور يعانين بدرجة أعلى من المراهقات الإناث من الإحباط نظراً للأعباء المكلفين بها في المجتمع .وكل ما يمكن فعله هو التحكم في انفعالاته وتعلم الطرق والأساليب الفعاله والجدية لتخفيض حدة الانفعالات ، والتي قد تساعد في تقليل أو تفادي الاحباط. وتعد فنيات تحليل السلوك التطبيقي من أفضل الخيارات المتاحة التي يمكن استخدامها للتعامل مع السلوكيات الصعبة داخل قاعة الدراسة .

وعلى الرغم من أهميتها إلا أنها لم تستخدم مع الطالبات الجامعيات وتركزت الدراسات السابقة على فاعلية الفنيات للأطفال وخاصة التوحديين مثل دراسة (عبد الأحمد ، 2014) و(غنيم، 2019) و (الكندري و العجمي ، 2019) وفي الدراسة الحالية تهتم الباحثة بتدريب التحليل السلوكي التطبيقي لطالبات الجامعة ليتمكّن من خلاله حل مشكلات التعثر الدراسي لتفادي الإحباط . ويمكن صياغة مشكلة الدراسة الحالية في التساؤلات الآتية:

- ما مدي فاعلية تدريب الطالبات على التحليل السلوكي التطبيقي على حل مشاكل التعثر الدراسي؟
- هل يمكن للتحليل السلوكي التطبيقي من علاج مشكلة التعثر الدراسي لطالبات الجامعة؟
- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الطالبات المتدربات قبل وبعد التدريب على برنامج التحليل السلوكي التطبيقي في مواجهتهم شعور الاحباط؟

أهداف الدراسة

تهدف الدراسة الحالية إلى تنمية مهارات مواجهة الاحباط الناشئ عن التعثر في الدراسة بالجامعة ومن هنا كانت الأهداف التي من أجلها أجريت الدراسة الحالية

الاستفادة من طريقة التحليل السلوك التطبيقي كإجراء سلوكي منظم لتعليم طالبات الجامعة خطوات متسلسلة لإكتساب مهارات مواجهة الإحباط

- بناء برنامج قائم علي التحليل السلوكي التطبيقي لعلاج الاحباط الناتج عن المشاكل الدراسية التي تتعرض لها الطالبة الجامعية

DOI: 10.33193/JALHSS.59.2020.297
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (59) October 2020
العدد (59) اكتوبر 2020

- بناء مقياس لقياس الأحباط

أهمية الدراسة

الأهمية النظرية

تنبع أهمية الدراسة من أهمية الجانب الذي تتناوله وهو الإحباط الناشئ عن عدم القدرة على النجاح في المقررات الدراسية وذلك في عصر يغلب عليه كثرة الاحباطات ، ومحاولة معرفة طريقة جديدة للتعامل مع الاحباطات والتكيف مع التغيرات الداخلية والخارجية للطالبات

الأهمية التطبيقية

ترجع الأهمية التطبيقية لإستحداث برنامج مستند على التحليل السلوكي التطبيقي لتنمية مهارات التعامل مع الاحباطات لطالبات الجامعة، كما توجه وتلفت الانتباة إلى إستخدام طريقة واضحة ومحددة لعلاج مشكلات التعثر الدراسي لطالبات الجامعة . باستخدامها تكتسب الطالبة مرونة وقدرة على التغلب على مختلف المشكلات التي تواجهها ليس فقط التعثر الدراسي، وليس هدف الدراسة استخدام التحليل السلوكي التطبيقي وتقسيم المهمة إلى مهام أبسط وتعزيز السلوكيات الناجحة ولكن الهدف هو تدريب الطالبات على تطبيق البرنامج على أنفسهم ، ويمكن القول أنه مساعدة للطالبات لإكسابهم أسلوب جديد للحياة.

1- إضافة طريقة جديدة لتعديل السلوك بطريقة واقعية يمكن قياسها

2- تنمية انفعالات إيجابية لمواجهة الإحباط.

حدود الدراسة

الحد الزماني : الفصل الدراسي الثاني للعام الدراسى 1440- 1441ه

الحد المكاني : كلية العلوم والدراسات الانسانية برماح

الحد البشري ومجتمع الدراسة : طالبات كلية العلوم والدراسات الانسانية برماح وعددهن حوالي 1000طالبة

مصطلحات الدراسة

التحليل السلوكي التطبيقي

هو علم تستمد طرقه من المبادئ السلوكية المطبقة بشكل منظم من أجل تحسين سلوك ذي أهمية اجتماعية ، ويستخدم التجريب لتحديد المتغيرات المسؤولة عن التغير الحاصل في السلوك (Cooper, et al., 2007)

الاحباط

هو إحساس إنفعالي يحدث نتيجة الفشل الكلي أو الجزئي في تحقيق هدف أو مجموعة أهداف يعتقد الفرد بأهميته لديه عائشة حسين (2001، 165)

فروض الدراسة

1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية قبل وبعد تدريب الطالبات على البرنامج

2- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بعد التدريب وبعد فترة المتابعة

الاطار النظري

التحليل السلوكي التطبيقي

يعد التحليل السلوكي التطبيقي أحد تطبيقات تغيير السلوك، ويعرفه بريور (prior,2003) على أنه التطبيق المنظم للمبادئ السلوكية لمعالجة العجز في السلوك الاجتماعي ،والمهارات اللفية ، ومهارات التفكير . ويصف تحليل السلوك التطبيقي السلوك الإنساني في قياسات قابلة للملاحظة ، وتشتمل استراتيجيات تحليل السلوك التطبيقي على استراتيجيات زيادة السلوك المرغوب فيه كالتعزيز وأنواعه ، واستراتيجيات خفض السلوك غير المرغوب فيه كالعقاب والإطفاء وتكلفة الاستجابة والإقصاء والتصحيح الزائد ، واستراتيجيات المحافظة على السلوك المرغوب فيه كالنسب الثابتة والنسب المتغيرة والفترة الزمنية الثابتة والفترة المتغيرة ، واستراتيجيات بناء سلوك جديد كالتشكيل والتسلسل والإخفاء ، واستراتيجيات تسجيل البيانات كالتكرار ومدة حدوث السلوك والفواصل الزمنية والعينات الزمنية اللحظية (jaffe,2010)

ويمكن تعريفه بأنه إجراء معالجة السلوك المشكل عن طريق تحديد الأحداث السابقة والنواتج التي تحدث في البيئة لسلوك الفرد وتسجيل استجابات الفرد في المواقف اليومية (التحليل الوظيفي للسلوك) ومن ثم تعديل سلوك

DOI: 10.33193/JALHSS.59.2020.297
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (59) October 2020
العدد (59) اكتوبر 2020

الفرد من خلال المعالجة البيئية (منع وإدارة الأحداث السابقة) للسلوك المشكل ، وذلك بتضمين تعليماتالتواصل والاستخدام الملائم لأدوات الاستراتيجيات النشطة والتفاعلية 0(عراقي ،2014)

كماعرفه(لوفاس ،1981) بأنه عملية التطبيق المنظم والسليم لأشكال التدخل بناء على المبادئ التجريبية للسلوك لتطوير السلوكيات المفيدة وتوضح أشكال التدخل المستخدمة وهي المسؤلة عن تحسن وتطورالسلوك.

وتقوم فكرة تعديل السلوك على مكافأة السلوك الجيد او المطلوب بشكل منتظم مع تجاهل مظاهر السلوك الأخرى غير المناسبة تماماً ، وذلك في محاولة للسيطرة على سلوك الفرد، وترجع أسباب اختيار التحليل السلوكي التطبيقي إلى

– أنه أسلوب علاجي يمكن قياس تأثيره بشكل عملي واضح دون عناء كبير ، أوتأثير بالعوامل الشخصية التي غالباً ما تتدخل في نتائج القياس

– انه أسلوب لا يعير إهتماما لأسباب الظاهرة وإنما يهتم بالظاهرة ذاتها(غنيم ، 2019)

وبصفة عامة يكون السلوك محكوماً بالأحداث والبيئة التي تحيط به ،ومن أجل فهم السلوك المشكل يجب تحليل الموقف باشرة قبل وبعد السلوك المشكل ، والسلوك في حد ذاته هو أي فعل من الفرد يكن لاحظته ولذلك فإن تحليل السلوك التطبيقي يهتم بالمكونات التالية عند تناول السلوك

– الأحداث السابقة على السلوك : ما يحدث قبل السلوك في البيئة

– السلوك : أي فعل يحدث من الفرد قبل السلوك في البيئة

– النتيجة : التغير البيئي الذي يحدث بعد السلوك ، وتكون النتائج ليس فقط سلبية بل قد تكون مرغوبة وفضلة . ويطلق على معالجة الأحداث السابقة والسلوك والنتيجة تحليل السلوك التطبيقي (Maguire,2012,216)

ومن خصائص تحليل السلوك التطبيقي

– أسلوب تطبيقي : يتم التعرف على السلوك الإنساني وتقييمه ، وتغييره ومعالجته

– عملية سلوكية تهتم بمتابعة ووصف السلوك ووضع خطة للعلاج ، ومن ثم التدريب المكثف علي بعض المهارات مع التكرار للوصول إلى درجة الإتقان بما يضمن اكتساب هذه المهارات (Kirkham,2017)

– عملية تحليلية : من خلال تحليل ومقارنة بين السلوك في وقت ما وفي وقت آخر ، وبين سلوك الفرد وغيره من الأفراد في نفس عمره، والتعرف على الفروق وأسبابها ، وتقسيم المهارات الصعبة إلى مهارات بسيطة يسهل إجراؤها للوصول لتحسين الأداء (Mohammad et al,2015; Taryn,2016,14-15)

– عملية منهجية وفعالة : فهي لا تبني على الرؤى الشخصية ، ولكنها تتم وفق معايير وضوابط وبنود واضحة محددة ، تؤدي في النهاية لتغير من سلوك الحالة نحو الأفضل (Cebula ,2012, Ricardi,2013, Weyandt,2015)

خطوات تحليل السلوك التطبيقي (Steps of applied behavior analysis)

تسير عملية تحليل السلوك التطبيقي لتغيير السلوك وفقاً للخطوات الآتية :

– تحديد السلوك غير المرغوب فيه

– تحديد الأهداف

– وضع طريقة لقياس السلوكيات المستهدفة

– تقييم مستوى الأداء الحاضر

– تصميم وتطبيق التدخلات (تعلم سلوكيات جديدة أو خفض سلوكيات غير مرغوبة)

– القياس المستمر للسلوكيات المستهدفة لتحديد فعالية التدخل

– تقييم مستمر لفعالية التدخل وإجراء التعديلات عليه عندالحاجة وذلك بهدف المحافظة على أو زيادة الفعالية (فرج ، 2018، 29)

ومن الدراسات السابقة في التحليل السلوكي التطبيقي دراسة الحسين (2015) والتي إستهدفت التعرف على مستوى معرفة الطلبة المعلمين بفنيات تحليل السلوك التطبيقي وعلاقته ببعض المتغيرات ، أجريت الدراسة علة عينة مكونة من (123) طالباً وطالبة ، باستخدام مقياس وتم التحقق من ثباته وصدقه . وقد أظهرت النتائج أن نسبة معرفة الطلبة المعلمين بتلك الفنيات 47,7% وهذا يشير إلى أن مستوى معرفتهم منخفضة جداً . كما أشارت

DOI: 10.33193/JALHSS.59.2020.297
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (59) October 2020
العدد (59) اكتوبر 2020

النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين مستوى معرفة المشاركين بتلك الفنيات وذلك لصالح المشاركين الإناث ، والمختصين في التربية الخاصة ،والدارسين لمادة عن فنيات تحليل السلوك التطبيقي ، وأيضاً بينت النتائج علاقة ارتباطية سلبية بين مستوى معرفة المشاركين بتلك النيات وحماسهم لاستخدامها.

وهدفت دراسة مكروميك (McCormick,2011) إلى التعرف على مستوى معرفة واتجاهات معلمي المرحلة الابتدائية نحو تحليل السلوك التطبيقي ، واستخدامهم له، وكذلك العلاقة بين المعرفة بتحليل السلوك التطبيقي واستخدامه . وأشارت النتائج إلى أن المعلمين لديهم المعرفة الكافية بتحليل السلوك التطبيقي إلا أن معلمي التربية الخاصة يملكون مستوى أعلى من المعرفة بتحليل السلوك التطبيقي من معلمي التعليم العام ، كما أن هناك علاقة إيجابية بين مستوى معرفة المعلمين بتحليل السلوك التطبيقي واستخدامهم له ، وأن المعلمين الذين يعرفون شخصاً يعاني من اضطراب طيف التوحد كانوا أكثر معرفة بتحليل السلوك التطبيقي من الأشخاص الذين لا يعرفون أشخاصاً لديهم اضطراب طيف التوحد.

كما هدفت دراسة الصمايدي والعويدي (2010) إلى قياس معرفة أولياء الأمور بمهارات تعديل السلوك ،والتعرف على الحاجات التدريبية لهم في هذا المجال ، وتكونت عينة الدراسة من 151 ولى أمر 050أبا و101أما) وبينت النتائج أن معرفتهم بمهارات تعديل السلوك متوسطة ،ولا يوجد فروق بين المشاركين على مستوى المعرفة بأساليب هذا المجال تعزى لمتغير (الأب ، الأم) نوع الإعاقة ، عمر الطفل ، إلا أنه يوجد فروق بينهم تعزى لمتغير المستوى التعليمي ، حيث أظهرت النتائج وجود فروق – فقط – بين الأمي والحاصل على شهادة الماجستير ، وذلك لصالح حامل شهادة الماجستير . كما أظهرت النتائج الحاجة التدريبية لأولياء الأمور في عدد من المهارات كالإقصاء ، والإطفاء ، والتعميم.

الاحباط

الاحباط لغويا ، يعني إعاقة النشاط المتجه نحو الهدف إما بإيقافه ، أو التهديد بإيقافه أوايحاء بأن مآله الي الهزيمة أيضاً هو شعور بالحزن واليأس والعجز نتيجة الفشل في تحقيق هدف كان يرجي تحقيقه.

أما الإحباط في علم النفس ، يعني الحالة التي تواجه الفد عندما يعجز عن تحقيق رغباته النفسية أو الاجتماعية بسبب عائق ما . وقد يكون هذا العائق داخلياً ؛ كعيوب الفرد تحول بينه وبين إشباع رغباته ودوافعه.(حسين ،2011، 45)

والاحباط عاطفة أو شعور سلبي ، ينتج من أن سلوكاً معيناً لم يؤد بنا الي الغاية أو الهدف المقصود ، ويتعين الانتباه إلي أن الاحباط هو شئ يحدث داخل الفرد ناشئة عن عجزه لبلوغ الهدف

شروط حدوث الاحباط

هناك ثلاث شروط أساسية لحدوث الاحباط وهي

1-أن يكون الدافع هاماً وقوياً لدي الشخص

2-أن يكون الهدف المرجوالوصول إليه هاماً ، ويمكن تحقيقه من وجهة نظر الشخص

3-أن يكون هناك عائق يحول دون الوصول للهدف (عفيفي وعبد الهادي ، 1994، 9)

أنواع الإحباط

1-الاحباط الأولي والاحباط الثانوي

الاحباط الاولي Primary Frustration هو الحالة التي يمر بها الفرد عندما يلح عليه دافع ما ، أو حاجة ما ،ولكن موضوعه أو غرضه غير موجود أساساً ومثاله : إنسان عطشان في الصحراء ولا يجد ماء . أما الاحباط الثانوي Secondary Frustration فهو الحالة التي يمر بها الفرد عندما يلح عليه دافع ما، ويكون غرضه وموضوعه موجود ، ولكن هناك عائق يمنعه من بلوغه ؛ ومثاله: الشخص الجائع بعد عوته من العمل إلي المنزل ، ووجد أن الطعام علي النار ولم ينضج بعد.

2- الاحباط السلبي والاحباط الايجابي

الاحباط ينطوي علي إدراك الفرد لعائق يمنعه من إشباع دافع لديه، ويرافق ذلك نوع من التهديد والتوتر . وهذا التهديد أو التوتر قد يكون شديداً ، وقد يكون بسيطاً .فإذاكان التهديد شديداً ؛سمي الاحباط إيجابي . وإذا كان التهديد خفيفاً فإنه إحباط سلبي

3-الاحباط الداخلي والاحباط الخارجي

DOI: 10.33193/JALHSS.59.2020.297
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (59) October 2020
العدد (59) اكتوبر 2020

ويتم هذا التصنيف للإحباط إستناداً إلي مصادر العائق ومكان تواجده . فإذا كان العائق الذي يعيق الفرد من إشباع الدافع في داخل الشخص وبنيته الجسمية أو النفسية ؛ عندها يكون الاحباط داخليا . أما إذا كان العائق في المحيط الاجتماعي والطبيعي فعندها يكون الاحباط خارجياً.(حسنين ،2011، 44)

وإختلف (فهمي ، 1967، 172- 175) في تصنيفه للاحباط وقسمه إحباط خارجي وينقسم إلى:

أ- العوز الخارجي (الاحتياج)

وهو إما أن يكون نقصاً في موارد البيئة الخارجية المادية ويكون نقصاً في موارد البيئة الاجتماعية

ب- الحرمان الخارجي

يتضمن فقد الانسان لشئ خارجي كان يملكه مثل : فقدان منزل أو عمل أو صديق سواء هذا الفقدان بالموت أو التفرقه

ج- الإعاقة الخارجية

هناك العوائق التي تدخل بين الفرد وهدفه الذي يرمي اليه ويسعي الي تحقيقه فتحول دون تحقيقه ، ومن أمثله ذلك النوع من الإحباط الأبواب المغلقة ، الطرق المسدوده ، والبعد في المسافة وغير ذلك من العوائق المادية.

وقسم الاحباط الداخلي إلى:

أ- العوز (الاحتياج) الداخلي

ومن أمثلة ذلك ما يتصل بالعيوب والعاهات الولادية ، كفقدان البصر وفقدان السمع والشلل والضعف العقلي وضعف الصحة العامة.

ب- الحرمان الداخلي

ويتضمن ذلك الفقدان المفاجئ للبصر أو السمع أو أي عضو آخر من أعضاء الجسم

ج- الإعاقة الداخلية

ومن أمثلة ذلك الرغبة في حضور إجتماعين حدد لهما وقت واحد فحضور أحد الاجتماعين يترتب عليه عدم حضوره الاجتماع الآخر .

وأوضح (كفافي ، 1997 ، 190) أن هناك تبايناً في المواقف الاحباطية كما يلي:

1-الاحباط الاقتصادي

يظهر كنتيجة لعدم قدرة الفرد علي شراء بعض ما يحتاجه لإفتقاده المقابل المادي

2-الاحباط المادي والفيزيقيه

يظهر كنتيجة لبعض العوامل المادي أو الفيزيقية التي تعوق إنجاز الفرد لبعض الأعمال مثل الإعاقات

3-الاحباط الاجتماعي

يتعلق بالمجتمع وثقافته مثل العرف والعادات والتقاليد التي تمنع الفرد أحياناً من أن يأتي ما يريد ، كذلك تعرض الفرد لإتجاهات التعصب والتفرقة العنصرية

4-الاحباط الشخصي

يرتبط بجوانب القصور التي توجد لدي الفرد كجوانب جسمية أو عقلية

5-الإحباط المهني

يتسبب الاحباط من عوامل ترتبط بالعمل والمهنة

عتبة الاحباط: يختلف الناس في الشعور بالاحباط وفي القدرة علي تحمله بحسب عتبه الاحباط التي توجد عندهم بدرجات متفاوته ، وهي النقطة التي إن تعداها الموقف المحبط تحول سلوك الفرد الي سلوك مدمر(شقير ، 2005، 87)

وهذا ما يؤكده حنورة (1998 ، 14-15)حيث يري أن الانسان غير المتوافق يواجه صراعات بإحدي الطرق الآتية:

1-إستجابة الهروب

2-إستجابة الصدام والتدمير

3-إستجابة المساومة أو الحل الوسط

4-إستجابة النمطية الجامدة (الروتينية)

فقد يبحث الإنسان عن حل بناء للمواقف الاحباطية يمتص التوتر الانفعالي المصاحب له ويحاول أن يجد بالتفكير حلا لا ينطوي علي العدائية أي حلول ابتكارية يتمكن الفرد من خلالها من تحقيق ذاته كالتعامل مع الافكار

DOI: 10.33193/JALHSS.59.2020.297
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (59) October 2020
العدد (59) اكتوبر 2020

والمشاعر والأفعال التي يستخدمها الفرد لتصريف وحل المشكلات التي يقابلها في الحياة اليومية أو المشكلات التي تنشأ نتيجة لظروف خاصة (Frydenberg, 1997,25)

ومن الدراسات السابقة في الإحباط دراسة Gill,Simrata& Others (1985) والتي هدفت إلى تحديد العلاقة بين الوضع الاجتماعي والقلق ، وتكونت العينة من (100) طالب من الصف العاشر ، وتم تطبيق اختبار الاحباط (1978) ومقياس الوضع الاجتماعي الاقتصادي ومقياس القلق الشامل .

وأشارت النتائج الي أن عامل الوضع الاجتماعي الاقتصادي أحد العوامل المؤثرة التي يمكن تفسير استجابة الاحباط والقلق من خلالها ، كما وجدت علاقة سلبية بين الاحباط والوضعه الاجتماعي الاقتصادي ووجود علاقة ايجابية بين الاحباط والقلق

و دراسة Surenda,N& Joshi , M(1985) والتي هدفت الي الدراسة المتعمقة لظاهرة الاحباط لدي المراهقين والراشدين ، وتكونت العينة من (144) من الطبقة المنغلقة و(156) من الطبقة غير المنغلقة من المراهقين (158) من الطبقة المنغلقة ، و(150) ليسوا من الطبقة المنغلقة من الراشدين ، وكانت أدوات الدراسة إختبار الاحباط المصور ، وأشارت النتائج أن المراهقين من الطبقة المنغلقة كانت درجاتهم مرتفعة في الدفاع عن الأنا والافراط في العدوانية وانخفاضاً في الاصرار علي الحاجة والعدوانية نحو الداخل ، عدوم وجود فروق بين الطبقة المنغلقة والطبقة غير المنغلقة لدي عينة الراشدين في الدفاع عن الأنا ، الأفراط في العدوان ، العدوان نحو الداخل والإصرار علي الحاجة.وأن المراهقين من الطبقة المنغلقة حصلوا علي درجات أعلي في الإصرار علي الحاجة مقارنة بالراشدين الذين من الطبقة المنغلقة ، والراشدين الذين من الطبقات غير المرتفعة ذوي درجات مرتفعة في الإفراط في العدوان والدفاع عن الأنا وذوي درجات منخفضة في العدوان نحو الداخل والإصرار علي الحاجة عند المراهقين من الطبقة غير المنغلقة ومن أهم العوامل التي قد تؤثر في شخصية الفرد وقدرته علي تحمل الاحباط درجة العدوانية.

ودراسة Richa,K,Timari(1985) والتي إهتمت بدراسة العلاقة بين الوضع الاجتماعي والاقتصادي ومستوي الاحباط والقلق وكانت عينة الدراسة 60 طالباً من تلاميذ المدرسة الثانوية وأشارت النتائج الي أن الوضع الاجتماعي الاقتصادي المنخفض من العوامل المسهمة في الاحباط ، كما تري الدراسة أن الوضع الاجتماعي الاقتصادي المرتفع يؤدي الي قلق أقل

و دراسة Tachimana,Y&Hasegewa (1986)وهدفت الي تحديد العلاقة بين العدوان والاحباط وتكونت العينة من 552 مراهقاً يابانياً وتم تقسيم العينة الي قسمين حسب درجة العدوانية (مرتفع – منخفض) وتعرض أفراد العينة لموقف إحباطي مفترض وذلك لتحديد الاستجابة إزاء هذا الموقف الاحباطي ، وأشارت النتائج أن المجموعة ذات الدرجة العدوانية الأعلي كانت استجابتها أشد عدوانية للموقف الاحباطي المفترض عن المجموعة الأقل في درجة العدوانية.

الأدوات الإجراءات

1-مقياس الإحباط إعداد الباحثة

2-البرنامج العلاجي

إجراءات الدراسة

تم استخدام المنهج شبه التجريبي، وتم تطبيق مقياس الاحباط على عينة الأدوات وعددها 150طالبة من كلية العلوم والدراسات الانسانية برماح ، ومن نتاج المقياس تم اختيار العينة وهي مقصودة ممن حصلوا على أعلى درجات على مقياس الاحباط وكانوا من المتعثرات دراسياً وعددهم 14 طالبة وتم تطبيق اختبار ويكوكسون وهو اختبار لامعلمي nonparametric وذلك لعدم تحقيق شرط التوزيع الاعتدالي للعينة

مقياس الإحباط

تكون المقياس من 28 عبارة وتم بناؤه بعد الإطلاع على الإطار النظري والدراسات السابقة ومقياس تحمل الإحباط للنساء المتزوجات (جاكلين اسكندر ، 2016) ومقياس القدرة على الإحباط (نانسي مرقص ، 2005) .

صدق المقياس

اعتمدت الباحثة علي طريقة المكونات الأساسية وتدوير العوامل بطريقة فريماكس وأسفر التحليل عن عاملين بعد التدوير باستخدام محك جيلفورد الذي يقبل العوامل التي تزيد تشبعاتها عن (0,3) كانت النتائج كالتالي

DOI: 10.33193/JALHSS.59.2020.297
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (59) October 2020
العدد (59) اكتوبر 2020

الجدول (1) يوضح نتائج التشبعات لعبارات مقياس الاحباط

العبارة	العامل الأول	العبارة	العامل الثاني
1	0.420	23	0,474
2	0.480	24	0,669
3	0.533	25	0,785
5	0,614	26	0,680
6	0,427	27	0,575
7	0,573	28	0,553
8	0,551	29	0,701
9	0,518	30	0,662
10	0,839		
11	0,728		
12	0,783		
13	0,426		
14	0,633		
15	0,426		
16	0,328		
17	0.484		
18	0,601		
19	0,670		
21	0,604		
22	0,612		

ومن جدول (2) يمكن تفسير العوامل الناتجة عن التحليل العاملي كالتالي
عامل الأول : بلغت التشبعات ذات الدلالة علي هذا العامل (20) مفردة من المجموع الكلي للمفردات البالغ(28) مفردة وهي المفردات (1، 2، 3، 5، 6، 7، 8، 9، 10، 11، 12، 13، 14، 15، 16، 17، 18، 19، 21، 23) وقد تراوحت التشبعات علي هذا العامل ما بين (0,328) للمفردة (6) إلي (0,839) للمفردة (10) وهذا العامل هو الاحباط الخارجي
العامل الثاني
بلغت التشبعات ذات الدلالة علي هذا العامل (8) مفردة من المجموع الكلي للمفردات البالغ(30) مفردة وهي المفردات(23 ،24، 25، 26، 27، 28، 29، 30) وقد تراوحت التشبعات علي هذا العامل ما بين (0,474) للمفردة (23) إلي (0,785) للمفردة (25) وهذا العامل الاحباط الداخلي
وبذلك يكون قد تم حذف عبارتين لعدم تشبعها و أصبح المقياس مكوناً من 28 عبارة بدلاً من 30 عبارة

الصورة النهائية للمقياس

بعد إجراء الصدق والثبات علي المقياس أصبح المقياس في صورته النهائية من(28) فقرة موزعة علي ثلاثة أبعاد هم:
تصحيح المقياس
يتم تصحيح المقياس علي الأساس التالي
موافق = 3 إلي حد ما = 2 غير موافق = 1
العبارات (6) مقلوبة
تجمع درجة الأبعاد الفرعية لحساب درجة الذكاء الشخصي ونظراً لأن المقياس يتكون من (28) عبارة فإن مدي الدرجات يتراوح بين (28- 84) درجة الصورة النهائية لمقياس وتتحدد علي النحو التالي:
من 28 - 46 درجة منخفض
من 47- 65 درجة متوسط

DOI: 10.33193/JALHSS.59.2020.297
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (59) October 2020
العدد (59) اكتوبر 2020

من 66– 84 درجة مرتفع

حساب ثبات المقياس

تم حساب ثبات المقياس عن بطريقة الفا كرونباخ علي عينة قوامها 150 طالبة من طالبات كلية العلوم والدراسات الإنسانية في رماح وكان قيمة معامل الفا 0,73 وهو معامل ارتباط يدل علي أن المقياس يتمتع بدرجة مرتفعة من الثبات ، وباستخدام التجزئة النصفية كان معامل الثبات 0,77 وهذا يؤكد على ثبات المقياس.

برنامج التحليل السلوكي التطبيقي للإحباط

فنيات التحليل السلوكي التطبيقي

أولاً: تحليل المهمة أو التعليم بالمحاولة المنفصلة (Discrete trial Teaching) (DTT) هي عملية تحليل المهارات المطلوبة إلى مهارات أصغر ثم بناؤها معا لتشكيل المهمة الأساسية . يجب تعريف كل جزء من المهمة تعريفاً دقيقاً ماذا سيتعلم الفرد بهذه المهمة وكي يجب أن يؤديها وكيف نحدد الاستجابات الصحيحة ، والاستجابات غير الصحيحة عند إتمام المهمة (Smith,2001,86)

ثانيا :التعزيز (Reinforcement) هوالمكافأة التي تأتي مباشرة بعد يام المتعلم بالسلوك أوالمهراة المطلوبة أوعند ترك سلوك غير مطلوب القيام به ويشترط إعطاؤها مباشرة بعد الاستجابة الصحيحة دون تأجيل (Sunberg &Michael,2001,714)

الحث والاستثارة (prompt) يعتبر الحث مثل الملاحظة المساعدة من المدرب للقيام بالاستجابات الصحيحة حيث يركز برنامج (ABA) على مساعدة المتعلم في بداية المهارة عن طريق استخدام التلقين ليتمكن من معرفة طريقة إجراء المهارة المطلوبة ، ويعتمد على استخدام التلقين أو التدريب لإنجاز أي مهمة (Skinner, 1957,291)

تم تطبيق التدريب على البرنامج في إثني عشرة جلسة وكان الهدف النهائي تكوين مهارة التحليلي السلوكي التطبيقي الذاتية للتخفيف من مشاعر الإحباط .وتراوحت مدة كل جلسة ما بين 45 دقيقة وساعة مرة واحدة كل أسبوع وذلك في مدة ثلاثة شهور وملخص البرنامج كالتالي.

جدول (2) ملخص جلسات برنامج التدريب على التحليل السلوكي التطبيقي للإحباط

الجلسة	الهدف من الجلسة	الفنية المستخدمة	المحتوى	الواجب المنزلي
الأولي	التعارف	المقابلة	التعارف بين الباحثة والطالبات والتحدث عن الإحباط وكيف ينشأ؟	ما هو الإحباط؟
الثانية	تحديد السلوك غير المرغوب	تحديد المشكلة	في هذه الجلسة تتعلم الطالبات تحديد الهدف النهائي المطلوب	لكل إنسان أهداف في الحياة فما هي أهدافك وطموحاتك؟
الثالثة	العوامل التي تؤدي إلى السلوك غير المرغوب	التحليل	هناك بعض الظروف والاختلاف من مرحلة دراسية الى أخرى تؤدي إلى اختلاف النتائج	ما هي الاختلافات بين الدراسة في المرحلة الثانوية والمرحلة الجامعية؟
الرابعة	تحديد الأهداف	التخطيط	الهدف الرئيسي هو إزالة الاحباط الناشئ عن التعثر الدراسي	هل يمكن أن يتحول الاحباط الى نجاح؟
الخامسة	تجزئة الأهداف	التصنيف	الاحباط لا يمحي بكلمة ولكنة يُزال بنتائج وكما لم يأتي فجأة فإنه أيضا لا يزول فجأة ولكنه يزول بالتدريج	ما العوامل التي أدت بك الى الاحباط؟
السادسة	تقييم مستوى الأداء الحاضر	التقييم	الإنصاف في التقييم والإنصاف يكون بالتقييم بموضوعية أي إعطاء مستوى حقيقي لمستوى الأداء	هل لديك القدرة على تقييم الاعمال بنفس الموضوعية

DOI: 10.33193/JALHSS.59.2020.297
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (59) October 2020
العدد (59) اكتوبر 2020

			الحالى دون إفراط أو تفريط	سواء كانت الاعمال لنفسك أو لغيرك؟
السابعة	البحث عن نتائج السلوك	الحث والاستثارة	تحفيز الذات على العمل والدأب للبحث عن أسلوب جديد	ما هي الطرق التي يمكن أن تحفزي بها نفسك؟
الثامنة	تعلم سلوكيات ومهارات جديدة	التعلم	تعلم طرق جديدة وأساليب جديدة	ما الفرق بين الجمود والمرونة؟
التاسعة	تشجيع الذات	التعزيز	الإيمان بالوصول إلى الهدف لأن الله لن يضيع أجر من أحسن عملاً	ما هي الأشياء التي تجعلك سعيدة ؟
العاشرة	تقييم السلوك الجديد	التقييم	بنفس المبادئ التي تم بها التقييم للسلوك الأول يتم تقييم السلوك الجديد وأكيد سنجد فارق	هل لديك القدرة على تجنيب المشاعر عند تقييم عمل ما ؟
الحادية عشرة	معرفة نتائج السلوك الجديد	الحث والاستثارة	التحفيز المتواصل والتشجيع للنفس	هل تعرفين قيمة نفسك؟
الثانية عشرة	تعديل السلوكيات	تعلم جديد	شيء طبيعي ألا نصل إلى الهدف النهائي من أول محاولة ومن أول تعديل للسلوك ولكن نصل إلى جزء منها يشجعنا للوصول للهدف النهائي	ما قيمة التعلم في حياتك؟
الثالثة عشرة	تشجيع الذات	التعزيز	لابد وأن ندرك أننا نحتاج أن نحب ونشجع أنفسنا كي نصل إلي الهدف	هل أنت من النوع الذي يعزز نفسه أم ينتظر التعزيز من الآخرين؟
الرابعة عشرة	الوصول للهدف	الحوار والمناقشة	تعلمنا أنه دائما تتغير الظروف من حولنا ولن تظل ثابته أبداً ولن تكون سلوكياتنا وأفعالنا الحالية مناسبة للتغيرات الجديدة لذا علينا أن نعرف الهدف ونغير من سلوكياتنا بما يتناسب مع التغيرات الجديدة فالإحباط يصيب من لديه جمود في سلوكه فالدنيا والظروف تتغير من حوله وهو لا يغير من نفسه	تطبيق مقياس الاحباط في نهاية الجلسة مع وعد بلقاء آخر بعد شهرين وتطبيق المقياس مرة أخري

DOI: 10.33193/JALHSS.59.2020.297
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (59) October 2020
العدد (59) اكتوبر 2020

نتائج الدراسة ومناقشتها

قبل إجراء العمليات الإحصائية تم الكشف عن ما إذا كانت العينة تتبع التوزيع الطبيعي أولا باستخدام اختبار كلوموجروف سميرنوف

جدول (3) اختبار كولوموجروف سميرنوف للتوزيع الطبيعي للعينة

مستوى الإحباط		Kolomogrov- Smirnov		
		إحصاء	درجات الحرية	مستوى الدلالة
	عينة الدراسة	0,240	14	0,029

ومن خلال نتائج الاختبار نجد أن قيمة مستوى الدلالة في اختبار كلوموجروف لمجموعة قبل التدريب 0,029 أي لا تتبع التوزيع الطبيعي ولذا تم تطبيق اختبار ويلكوكسون لاختبار الفروق بين أفراد العينة قبل وبعد التدريب وبعد التدريب وبعد فترة المتابعة

ولاختبار الفرض الأول

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطالبات على مقياس الإحباط قبل وبعد التدريب على التحليل السلوكي التطبيقي

جدول (4) يوضح الوصف الإحصائي للعينة قبل وبعد التدريب على التحليل السلوكي التطبيقي

	المتوسط	الانحراف المعياري	أقل قيمة	أعلى قيمة
قبل	45,50	7,891	36	63
بعد	37,36	4,325	31	44

جدول (5) الرتب

	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب
القيم السالبة	14	7,50	105,00
القيم الموجبة	0	0,00	0,000
القيم المتساوية	0		
العدد الكلي	14		

جدول (6) يوضح الإحصاء

	قبل – بعد
Z	3,300-
مستوى الدلالة	0,001

ومن الجداول السابقة يتبين أن متوسط درجات الطالبات قبل التدريب علي التحليل السلوكي التطبيقي أكبر من متوسط درجات الإحباط بعد التدريب على التحليل السلوكي التطبيقي مما يدل على انخفاض درجات الطالبات على مقياس الإحباط ويؤكد على ذلك الجدول الثاني فجميع القيم سالبة وذلك لانخفاض الدرجات على قياس الإحباط بعد التدريب ونفس النتيجة في الجدول الثالث أن قيمة Z سالبة دليل على انخفاض الدرجات وقيمة مستوي الدلالة 0,001 أي أقل من 0,05 وبالتالي نرفض الفرض الصفري ونقبل الفرض البديل وهو وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب المجموعة قبل وبعد التدريب على التحليل السلوكي التطبيقي. وتفسر الباحثة هذه النتيجة بأن التدريب علي مهارة تعديل السلوك والمحاولة والخطأ تعطي الإحساس بالقدرة على مواجهة المواقف المحبطة والإحساس بوجود حلول للمشاكل مما يقلل الشعور بالإحباط.

و لاختبار الفرض الثاني

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطالبات على مقياس الإحباط بعد التدريب على التحليل السلوكي التطبيقي وبعد فترة المتابعة

DOI: 10.33193/JALHSS.59.2020.297
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (59) October 2020
العدد (59) اكتوبر 2020

جدول (7) يوضح الوصف الإحصائي للعينة بعد التدريب على التحليل السلوكي التطبيقي وبعد فترة المتابعة

	المتوسط	الانحراف المعياري	أقل قيمة	أعلى قيمة
بعد التدريب	37,36	4,325	31	44
بعد فترة التابعة	37,21	4,003	30	43

جدول (8) الرتب

	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب
القيم السالبة	4	4,38	17,50
القيم الموجبة	3	3,50	10,50
القيم المتساوية	7		
العدد الكلي	14		

جدول (9) يوضح الإحصاء

	بعد التدريب – بعد فترة المتابعة
Z	6,32-
مستوى الدلالة	0,527

ومن الجداول السابقة يتبين أن متوسط درجات الطالبات بعد التدريب علي التحليل السلوكي التطبيقي وبعد فترة المتابعة متقاربة على مقياس الإحباط مما يدل على عدم وجود اختلافات كبيرة بين المتوسطين ويؤكد على ذلك الجدول الثاني فالقيم بعضها سالب وبعضها موجب وبعضها متساوي ، وفي الجدول الثالث أن قيمة Z سالبة دليل على انخفاض الدرجات على المستوى العام وقيمة مستوي الدلالة 0,527 أي أعلى من 0,05 وبالتالي نقبل الفرض الصفري وهو عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب المجموعة بعد التدريب على التحليل السلوكي التطبيقي وبعد فترة المتابعة .وتفسر الباحثة هذه النتيجة بأن التدريب علي مهارة تعديل السلوك والمحاولة والخطأ وكثرة الممارسة تعطي الإحساس بالقدرة بالاستمرار على مواجهة المواقف المحبطة والإحساس مما يعطي القدرة على الاستمرار في الشعور بعدم الإحباط.

وتأتي الدراسة الحالية لتؤكد قدرة وفاعلية التحليل السلوكي التطبيقي على حل المشكلات بشكل ذاتي حيث أنه برنامج بسيط وواضح المعالم ولا يحتاج إلى تعمق في الدراسة النفسية ولكنه يتيح التعامل مع مشكلات عديدة فيساعد على المرونة في مواجهة المشكلات وزيادة الثقة بالنفس مما يقلل من الشعور بالإحباط. وتعد هذه الدراسة في حدود علم الباحثة التي تدرب الفرد على برنامج علاجي لتطبيقه على نفسه فهذه الدراسة تنطلق من مبدأ (لا تعطيني سمكة ولكن علمني كيف أصطاد سمكة) .وقد استخدم التحليل السلوكي التطبيقي بطريقتين في الدراسات العربية وأولها مدي معرفة الشخص القائم بالعلاج لبرامج التحليل السلوكي التطبيقي ، كما في دراسة الحسين (2015) والذي اهتم بدراسة مستوى الطلبة المعلمين بفنيات تحليل السلوك التطبيقي وعلاقته ببعض المتغيرات ، واهتمت غالبية الدراسات بمدى فاعلية التحليل السلوكي التطبيقي في خفض درجة السلوك ألانسحابي لدى عينة من الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد (غنيم ،2019) ، تنمية المهارات التواصلية لدى الأطفال ذوي اضطرابات التوحد في مكة (عبد الأحمد ، 2014) ، وتنمية بعض عناصر الحس العددي لدى أطفال التوحد (الكندري و العجمي ، 2019)، وتنمية مهارات أطفال التوحد في مرحلة ما قبل المدرسة (عز الدين ، 2019) ، وتنمية بعض المهارات الحياتية والثقة بالنفس لدى أطفال الروضة ذوي اضطراب التوحد (العزالى ، 2018)، والأبحاث في مجال الإحباط مازالت قليلة وقد تناولت الإحباط في تعليم اللغة الإنجليزية لطلاب السنة الإعدادية الجامعية (ضيف الله ، 2010) ، والإحباط النفسي الناشئ عن عدم توظيف الخريجين الجامعيين (البشاري ، 2015)، وأثر الإحباط في إدراك المسافة (العاني ، 2002) ولم تتطرق إلى علاج الإحباط .

DOI: 10.33193/JALHSS.59.2020.297
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (59) October 2020
العدد (59) اكتوبر 2020

التوصيات

الاهتمام بدراسة علاجات متنوعة للإحباط فهو الخطوة الأولى إما لظهور الاكتئاب أو العدوانية بحسب تفاعل الفرد مع المحبطات المحيطة به . كذلك التوصية بإضافة استخدامات أخرى للتحليل السلوكي التطبيقي في علاج فئات أخرى بخلاف ذوي طيف التوحد، مثل الأطفال العاديين وأيضاً تدريب الأفراد على استخدام التحليل السلوكي التطبيقي لحل المشكلات الذاتية وحل مشكلات الأبناء .

المقترحات

1-مدى فاعلية العلاج النفسي الديني في علاج الإحباط
2-أثر العلاج المعرفي السلوكي في علاج الإحباط
3-فاعلية التحليل السلوكي التطبيقي لتعديل السلوك العدواني لدى أطفال الروضة
4-فاعلية التدريب على مهارات التحليل السلوكي التطبيقي في علاج القلق

المراجع

1. البشاري ، سهام هارون (2015). الإحباط النفسي وسط الخريجين الجامعيين غير العاملين، متطلبا للماجستير، كلية التربية ، جامعة السودان للعلوم و التكنولوجيا.
2. حسنين ، أحمد جابر (2011). *الاحباط الاداري الاسباب والعلاج* ، ط1، المجموعة العربية للتدريب والنشر ، القاهرة
3. حسين ،عائشة (2011). علاقة مستوي الاحباط وإمكانية السيطرة عليه بكفاية الذات المدركة لدي طلبة الجامعة ، *المجلة المصرية للدراسات النفسية* ، القاهرة ، الجمعية المصرية للدراسات النفسية ، عدد 33.
4. الحسين، عبد الكريم (2015). مستوى معرفة الطلبة المعلمين بفنيات تحليل السلوك التطبيقي وعلاقته ببعض المتغيرات ، مجلة التربية الخاصة ، جامعة الزقازيق ، 13، 158-184.
5. حنورة ، مصري عبد الحميد (1998). *الشخصية والصحة النفسية* ، مكتبة الأنجلو المصرية.
6. رمضان، دحماني (2017). قياس الإحباط لدى المراهقين باستخدام Roseweig للإحباط دراسة ميدانية في بعض ثانويات مدينة المسيلة ، رسالة ماجستير ،كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية ،جامعة محمد بوضياف بالمسيلة، الجزائر.
7. زهران ،حامد (1998). *التوجيه والارشاد النفسي* ، عالم الكتب ،ط3، القاهرة .
8. شحاته ، حسن والنجار ، زينب (2003). معجم *المصطلحات التربوية والنفسية* ، الدار المصرية اللبنانية . القاهرة.
9. شقير، زينب محمود (2005). *خدمات ذوي الاحتياجات الخاصة : الدمج الشامل التدخل المبكر ، التأهيل المتكامل* . القاهرة .مكتبة النهضة المصرية
10. الصمايدي ، جميل ، والعويدي ، عمر (2008). معرفة أولياء أمور الطلبة ذوي الاحتياجات الخاصة بمهارات تعديل السلوك وحاجاتهم التدريبية لتلك المهارات ،*مجلة كلية التربية* ، جامعة عين شمس ، مصر ، 32(4)، 595- 611.
11. ضيف الله ، أيمن صبري (2010). الإحباط في تعليم اللغة الأجنبية أدلة ن طلاب السنة الإعدادية الجامعية للسعوديين، 64(17)، 209- 210.
12. العاني ، مها عبد المجيد جواد (2002). أثر الإحباط في إدراك المسافة : بحث تجريبي ، *مجلة الآداب* ، جامعة بغداد، 62، 405- 376.
13. عبدالأحمد ، فراس أحمد سليم (2014). أثر برنامج تدريبي مستند على التحليل السلوكي التطبيقي في تنمية المهارات التواصلية لدى الأطفال ذوي اضطرابات التوحد في مكة ، *مجلة التربية* ، جامعة الأزهر ، 158(3) ، 55- 90.
14. عراقي ، صلاح الدين (2014). فاعلية برنامج تدريبي للوالدين قائم على تحليل السلوك التطبيقي في تحسين السلوك المشكل لأطفالهم ، *مجلة دراسات عربية ي التربية وعلم* النفس ، 51، مصر.

DOI: 10.33193/JALHSS.59.2020.297
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (59) October 2020
العدد (59) اكتوبر 2020

15. عز الدين ، أحمد مصطفى (2019). فاعلية برنامج مقترح على تحليل السلوك التطبيقي لتنمية مهارات أطفال التوحد في مرحلة ما قبل المدرسة، *دراسات في العلوم الإنسانية والاجتماعية* 7(2)، 111- 177.
16. العزالي ، سعيد كمال عبد الحميد (2018). فعالية التدريب عل فنيات السلوك التطبيقي في تنمية بعض المهارات الحياتية والثقة بالنفس لدى أطفال الروضة ذوي اضطراب التوحد، *مجلة العلوم انفسية والتربوية* ، 7(2) ، 407- 427.
17. عفيفي ، صديق محمد ، عبد الهادي ،أحمد إبراهيم (1994). السلوك التنظيمي : دراسة في التحليل السلوكي للبيروقراطية المصرية ،القاهرة ، مكتبة عين شمس.
18. غنيم، وائل ماهر (2019). فاعلية برنامج علاجي قائم على تحليل السلوك التطبيقي ABA في خفض درجة السلوك الانسحابي لدي عينة من الأطفال ذوي إضطراب طيف التوحد، *مجلة كلية التربية* ، جامعة أسيوط ، 35(2)، 1-31.
19. فرج ، الزريقات ، إبراهيم عبد الله (2018). *تحليل السلوك التطبيقي مبادئ وإجراءات في تعديل السلوك* ،الأردن : دار الفكر.
20. فهمي ، مصطفي (1967). *الصحة النفسية في الأسرة والمدرسة والمجتمع* ، جامعة عين شمس ، ط2، دار الثقافة .
21. كفافي ،علاء الدين (1997). *الصحة النفسية* ، ط3 ، دار هاجر للطباعة والنشر والتوزيع.
22. لوفاس ، أو . ايفار (1981). تعليم الأطفال المعاقين عقلياً. الولايات المتحدة الأمريكية :برود ايد كريك بوليفارد ، اوستن، تكساس.
23. الكندري ،مريم محمد و العجمي ، أمل حسين (2019) .فاعلية تدريس برمانج قائم على علم تحليل السلوك التطبيقي لتنمية بعض عناصر الحس العددي لدى أطفال التوحد : دراسة لثلاث حالات، المجلة التربوية ، 23(130) ، 13- 58.

References

1. Al-Bashary, Siham Haroun (2015). Psychological frustration among non-working university graduates, requiring masters, College of Education, Sudan University of Science and Technology.
2. Hassanein, Ahmad Jaber (2011). Administrative Frustration, Causes and Treatment, 1st Edition, Arab Group for Training and Publishing, Cairo
3. Hussein, Aisha (2011). The relationship of the level of frustration and the possibility of controlling it with the adequacy of the perceived self among university students, The Egyptian Journal of Psychological Studies, Cairo, The Egyptian Association for Psychological Studies, No. 33.
4. Al-Hussein, Abdul-Karim (2015). Student teachers 'knowledge of the techniques of applied behavior analysis and its relationship to some variables, Journal of Special Education, Zagazig University, 13, 158-184.
5. Hanoura, Egyptian Abdel-Hamid (1998). Personality and Mental Health, The Anglo-Egyptian Library.
6. Ramadan, Dahmani (2017). Measuring frustration among adolescents using Roseweig for frustration, a field study in some secondary schools in M'sila city, MA Thesis, Faculty of Humanities and Social Sciences, Mohamed Boudiaf University, M'sila, Algeria.
7. Zahran, Hamed (1998). Psychological guidance and counseling, The World of Books, 3rd Edition, Cairo.

DOI: 10.33193/JALHSS.59.2020.297
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (59) October 2020
العدد (59) اكتوبر 2020

8. Shehata, Hassan and al-Najjar, Zainab (2003). Glossary of educational and psychological terms, the Egyptian Lebanese House. Cairo.
9. Choucair, Zainab Mahmoud (2005). Services for people with special needs: comprehensive integration, early intervention, integrated rehabilitation. Cairo, The Egyptian Renaissance Library
10. Sumaydi, Jamil, and Al-Oweidi, Omar (2008). Parents of students with special needs know the skills of behavior modification and their training needs for those skills, Journal of the Faculty of Education, Ain Shams University, Egypt, 32 (4), 595-611.
11. Deif Allah, Ayman Sabry (2010). Frustration in Foreign Language Teaching Evidence for Preparatory Year Students for Saudis, 64 (17), 209-210.
12. Al-Ani, Maha Abdul Majeed Jawad (2002). The effect of frustration on distance perception: an experimental research, Journal of Arts, University of Baghdad, 62, 405-376.
13. Abdel Ahmed, Firas Ahmed Salim (2014). The Effect of a Training Program Based on Applied Behavioral Analysis on the Development of Communication Skills among Children with Autistic Disorders in Makkah, Journal of Education, Al-Azhar University, 158 (3), 55-90.
14. Iraqi, Salah al-Din (2014). The effectiveness of a training program for parents based on applied behavior analysis in improving the problem behavior of their children, Journal of Arab Studies in Education and Psychology, 51, Egypt.
15. Ezz El-Din, Ahmed Mostafa (2019). The effectiveness of a proposed program on applied behavior analysis to develop the skills of autistic children in pre-school, studies in human and social sciences 7 (2), 111- 177.
16. Al-Azali, Saeed Kamal Abdel-Hamid (2018). The effectiveness of training on applied behavioral techniques in developing some life skills and self-confidence in kindergarten children with autism, Journal of Psychological and Educational Sciences, 7 (2), 407-427.
17. Afifi, Siddiq Muhammad, Abd al-Hadi, Ahmed Ibrahim (1994). Organizational behavior: a study in the behavioral analysis of the Egyptian bureaucracy, Cairo, Ain Shams Library.
18. Ghoneim, Wael Maher (2019). The effectiveness of a treatment program based on ABA applied behavior analysis in reducing the degree of withdrawal behavior in a sample of children with autism spectrum disorder, Journal of the Faculty of Education, Assiut University, 35 (2), 1-31.
19. Faraj, Al-Zureikat, Ibrahim Abdullah (2018). Applied Behavior Analysis, Principles and Procedures in Behavior Modification, Jordan: Dar Al Fikr.
20. Fahmy, Mustafa (1967). Mental health in the family, school and community, Ain Shams University, 2nd Edition, Dar Al Thaqafa.
21. Kafafi, Aladdin (1997). Mental Health, 3rd Edition, Hajar House for printing, publishing and distribution.
22. Luvas, or. Ivar (1981). Educating mentally handicapped children. United States of America: Broadside Creek Boulevard, Austin, Texas.

DOI: 10.33193/JALHSS.59.2020.297
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (59) October 2020
العدد (59) اكتوبر 2020

23. Al-Kandari, Maryam Muhammad and Al-Ajami, Amal Hussain (2019). The effectiveness of Burmanj teaching based on the science of applied behavior analysis for the development of some elements of numerical sense in autistic children: a study of three cases, The Educational Journal, 23 (130), 13-58.
24. American Psychological Association Dictionary of psychology , Gary ,R. 2007. American psychologyicalAssociation . 2ndprinting , Washington library of congress.
25. Cebula, R. 2012. Applied behavior analysis Programs for autism : sibling psychoscial adjustment during and following intervention use. Journal of autism and development disorders; new York ,42(5),847-62.
26. Cooper j.O. ,Heron T.E.& Heward W.L. 2007. Applied behavior analysis ,(2nd Ed.)Upper Saddle River,NL:pearson.
27. Elzubeir, Beshir – Taha. 1989. A Quranic Technique of cognitive Behavior therapy , paper presented at the psychological conference hold by the international institute of Islamic thought in Cairo.
28. Frydenberg,Erica .1997. Adolescent coping : theoretical and research perspectives . London: Routedge .
29. Grey,IM.,Honan, R.,McClean, B., &Daly,M. 2005.Evaluating the effectiveness of teacher training in applied ehavioranalysis.journal of intellectual Disabilities , 9(209), 209-226.doi:10.1177/17446295050 56695.
30. Healy,O.,O`Connor ,J., Leader,G.,7Kenny, N. 2008.Three years of intensive applied behavior analysis :Acasestudy . journal of early and intensive behavior intervention ,5(1),4-22.
31. Jaffe,E.2010.Acase study: use of applied behavior analysis with an autistic adolesent. Doctoral dissertation, Department of psychology, philadelphia College of Osteopathic Medicine.
32. Kirkham,P. 2017. The line between intervention and abuse` - autism and applied behavior analysiis . History of the human sciences; London ,30(2),107-126.
33. Maguire,Heather M. 2012. A self-administred parent training program based upon the principes of appied behavior anaysis, proquest LLC,psy.D.Dissertation , Aliant international University.
34. McCormik, J.A. 2011. Inclusive elementary classroom teacher knowledge of and attitudes toword applied behavior analysis and autism spectrum disorder and their use of applied behavior analysis. (Doctoral Dissertation) .Dowling College, Brookhaven ,NY.(UMI no. 3455180)
35. Peterson , A.K. 2004. Gallows humor usage by crisis mental health clinicians A Funny way to cope with stress . (3156919, the wright institute) . pro Quest dissertations and theses , P133.
36. Riccardi,V. 2013. Traditional applied behavior analysis plus positive psychology in the treatment of aggressive and noncompliant behaviors in children with autism. Kaplan University, proQuest Dissertations pubishing.
37. Richa, Tiwari , K . 1985. Role of Socio-Economic status it Frustration and anxiety . Journal of Scientia Paedagogica Experimentalis,22,1,109-114.
38. Skinner , B.F. 1957. Verbal behavior.Englewood cliffs,NJ:Prentice Hall.

DOI: 10.33193/JALHSS.59.2020.297
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (59) October 2020
العدد (59) اكتوبر 2020

39. Smith , T. 2001. Discrete tria training in the treatment of autism. Foucs on autism and other developmental disabilities, 16(2),86-92.
40. Sunberg,M. & michael, (2001). The benefits of skinner`s analysis of verbal behavior for children with autism . behavior Modification, 25(5),698- 724.
41. Taryn,Nicksic-Springer. 2016.using tecnology to deliver home-based applied behavior analysis to children in foster care with . The University of Utah,ProQues Dissertations Publishung
42. Nassir ,Balkis,.1990. Islamic values and Mental Health , Paper Association 98th, Boston , MA ,Aust 10-14
43. Prior ,M. 2003. Is here an increase in he prevalence of autism specrum disorders? , journal of pediatric child health , 39,78-81.Retrived from www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/12603792.
44. Surenda ,D.&Joshi, M .1985. Adevelopmental study of reactions to frustration among scheduled caste Indians; Journal of personality Assessement , (49) (1), 43-46.
45. Tachibana,Y&Hasegawa, E. 1986. Aggressive responsive of adolescents to a hypothetical Frustrating situation. Psychological Report ,58,111-118.
46. Weyandt, A. 2015. The effectiveness of specialized applied behavior analysis (ABA) on daily living skills for individuals with autimand related disorders ages 8 to19, Alliant international University, Fresno, proQuest Dissertations publishing.
47. المراجع العربية باللغة الانجليزية
48. Abdel Ahmed, Firas Ahmed Salim.(2014). The Effect of a Training Program Based on Applied Behavioral Analysis on the Development of Communication Skills among Children with Autistic Disorders in Makkah, Journal of Education, Al-Azhar University, 158 (3), 55-90.
49. Afifi, Siddiq Muhammad, Abd al-Hadi, Ahmed Ibrahim,(1994). Organizational behavior: a study in the behavioral analysis of the Egyptian bureaucracy, Cairo, Ain Shams Library.
50. Al-Ani, Maha Abdul Majeed Jawad, (2002). The effect of frustration on distance perception: an experimental research, Journal of Arts, University of Baghdad, 62, 405-376.
51. Al-Azali, Saeed Kamal Abdel-Hamid. 2018. The effectiveness of training on applied behavioral techniques in developing some life skills and self-confidence in kindergarten children with autism, Journal of Psychological and Educational Sciences, 7 (2), 407-427.
52. Al-Bashary, Siham Haroun.(2015). Psychological frustration among non-working university graduates, requiring masters, College of Education, Sudan University of Science and Technology.
53. Al-Hussein, Abdul-Karim. 2015. Student teachers 'knowledge of the techniques of applied behavior analysis and its relationship to some variables, Journal of Special Education, Zagazig University, 13, 158-184.
54. Al-Kandari, Maryam Muhammad and Al-Ajami, Amal Hussein. 2019. The effectiveness of programme's teaching based on the science of applied behavior analysis to develop some elements of numerical sense among autistic children: a study of three cases, The Educational Journal, 23 (130), 13-58.

DOI: 10.33193/JALHSS.59.2020.297
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (59) October 2020
العدد (59) اكتوبر 2020

55. Al-Sumaidi, Jamil, and Al-Oweidi, Omar.(2008). Parents of students with special needs know the skills of behavior modification and their training needs for those skills, Journal of the Faculty of Education, Ain Shams University, Egypt, 32 (4), 595-611.
56. Cafafy, Aladdin. 1997. Mental Health, 3rd Edition, Hajar House for printing, publishing and distribution.
57. Choucair, Zainab Mahmoud, (2005). Services for people with special needs: comprehensive integration, early intervention, integrated rehabilitation. Cairo: The Egyptian Al-Nahda Library
58. Deif Allah, Ayman Sabry. 2010. Frustration in foreign language education Evidence for middle school students for Saudis, 64 (17), 209-210.
59. Ezz El-Din, Ahmed Mostafa. 2019. The effectiveness of a proposed program on applied behavior analysis to develop the skills of autistic children in pre-school, studies in human and social sciences 7 (2), 111- 177.
60. Fahmy, Mustafa, 1967. Mental health in the family, school and community, Ain Shams University, 2nd Edition, Dar Al Thaqafa.
61. Faraj, Al-Zureikat, Ibrahim Abdullah. 2018. Applied Behavior Analysis, Principles and Procedures in Behavior Modification, Jordan: Dar Al Fikr.
62. Ghoneim, Wael Maher. 2019. The effectiveness of a treatment program based on ABA applied behavior analysis in reducing the degree of withdrawal behavior in a sample of children with autism folding disorder, Journal of the Faculty of Education, Assiut University, 35 (2), 1-31.
63. Hanoura, Egyptian Abdel-Hamid,(1998). Personality and Mental Health, The Anglo-Egyptian Library.
64. Hassanein, Ahmad Jaber. (2011). Administrative Frustration, Causes and Treatment, 1st Edition, Cairo : Arab Group for Training and Publishing
65. Hussein, Aisha.(2011). The relationship of the level of frustration and the possibility of controlling it with the adequacy of the perceived self among university students, The Egyptian Journal of Psychological Studies, Cairo, The Egyptian Association for Psychological Studies, No. 33.
66. Iraqi, Saladin. (2014). The effectiveness of a training program for parents based on applied behavior analysis in improving the problem behavior of their children, Journal of Arab Studies in Education and Psychology, 51, Egypt.
67. Luvas, or. Ivar. 1981. Educating mentally handicapped children. United States of America: Broadside Creek Boulevard, Austin, Texas.
68. Ramadan, Dahmani (2017). Measuring frustration in adolescents using Roseweig for frustration, a field study in some secondary schools in M'sila city, MA Thesis, Faculty of Humanities and Social Sciences, University of Mohamed Boudiaf in M'sila, Algeria.
69. Shehata, Hassan and Al-Najjar, Zainab.(2003). Dictionary of educational and psychological terms, Cairo : the Egyptian Lebanese House.
70. Zahran, Hamed, (1998). Psychological guidance and counseling, Cairo: The World of Books, 3rd Edition.