



مجلة التربوي

مجلة علمية محكمة تصدر عن كلية التربية جامعة المرقب

المجلد الثالث والعشرون
يوليو 2023م

هيئة التحرير

رئيس هيئة التحرير: د. مصطفى المهدي القط
مدير التحرير: د. عطية رمضان الكيلاني
سكرتير المجلة: أ. سالم مصطفى الديب

- المجلة ترحب بما يرد عليها من أبحاث وعلى استعداد لنشرها بعد التحكيم .
 - المجلة تحترم كل الاحترام آراء المحكمين وتعمل بمقتضاها .
 - كافة الآراء والأفكار المنشورة تعبر عن آراء أصحابها ولا تتحمل المجلة تبعاتها .
 - يتحمل الباحث مسؤولية الأمانة العلمية وهو المسؤول عما ينشر له .
 - البحوث المقدمة للنشر لا ترد لأصحابها نشرت أو لم تنشر .
- (حقوق الطبع محفوظة للكلية)



ضوابط النشر:

- يشترط في البحوث العلمية المقدمة للنشر أن يراعى فيها ما يأتي :
- أصول البحث العلمي وقواعده .
- ألا تكون المادة العلمية قد سبق نشرها أو كانت جزءا من رسالة علمية .
- يرفق بالبحث تزكية لغوية وفق أنموذج معد .
- تعدل البحوث المقبولة وتصحح وفق ما يراه المحكمون .
- التزام الباحث بالضوابط التي وضعتها المجلة من عدد الصفحات ، ونوع الخط ورقمه ، والفترات الزمنية الممنوحة للتعديل ، وما يستجد من ضوابط تضعها المجلة مستقبلا .

تنبيهات :

- للمجلة الحق في تعديل البحث أو طلب تعديله أو رفضه .
- يخضع البحث في النشر لأولويات المجلة وسياستها .
- البحوث المنشورة تعبر عن وجهة نظر أصحابها ، ولا تعبر عن وجهة نظر المجلة .

Information for authors

- 1- Authors of the articles being accepted are required to respect the regulations and the rules of the scientific research.
- 2- The research articles or manuscripts should be original and have not been published previously. Materials that are currently being considered by another journal or is a part of scientific dissertation are requested not to be submitted.
- 3- The research articles should be approved by a linguistic reviewer.
- 4- All research articles in the journal undergo rigorous peer review based on initial editor screening.
- 5- All authors are requested to follow the regulations of publication in the template paper prepared by the editorial board of the journal.

Attention

- 1- The editor reserves the right to make any necessary changes in the papers, or request the author to do so, or reject the paper submitted.
- 2- The research articles undergo to the policy of the editorial board regarding the priority of publication.
- 3- The published articles represent only the authors' viewpoints.





برنامج ارشادي معرفي سلوكي في خفض مستوى الوحدة النفسية لأبناء النازحين الليبيين

حنان ميلاد عطية

قسم التربية وعلم النفس / كلية التربية - جامعة المرقب

h.m.attia@elmergib.edu.ly

الملخص

ركزت الباحثة على نوع من أنواع الاضطرابات النفسية التي قد يعاني منها أبناء النازحين وهو الوحدة النفسية الذي تعتبر ظاهرة نفسية خطيرة تعبر عن الغربة، والعجز، والعزلة الاجتماعية. وعليه تحددت مشكلة الدراسة للإجابة عن التساؤل الرئيسي: ما فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض مستوى الوحدة النفسية لأبناء النازحين الليبيين؟ هدف هذا البحث الى التحقق من فعالية برنامج ارشادي معرفي سلوكي في خفض مستوى الوحدة النفسية لأبناء النازحين الليبيين. وطبقت الباحثة برنامج ارشادي معرفي سلوكي لميتشنيوم (Meichenbaum) لخفض مستوى الوحدة النفسية (لأفراد العينة) أبناء النازحين الليبيين في الصفوف (الرابع، والخامس، والسادس)، وطبقت الباحثة مقياس الوحدة النفسية (مقياس قبلي، ومقياس بعدي) على عينة مكونة من (30) تلميذاً وتلميذة، وتوصلت النتائج الى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين تراتيب درجات القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية على أبعاد مقياس الوحدة النفسية، وأن قيم "Z" جميعها دالة احصائياً، وهذا يدل على فعالية البرنامج الارشادي المعرفي السلوكي في خفض مستوى الوحدة النفسية لأبناء النازحين الليبيين، وإكسابهم اساليب المواجهة لخفض مظاهر الوحدة النفسية، وإكسابهم ألية التعامل مع الظروف المختلفة التي تواجههم.

مقدمة:

يتضمن العلاج السلوكي تطبيقاً عملياً لقوانين ومبادئ التعلم في مجال العلاج النفسي، كما يهتم العلاج المعرفي بتعديل وتغيير الجوانب العقلية المعرفية التي تتركز حول الخبرات الصادمة للمريض، ويهتم العلاج المعرفي السلوكي بالمريض كفرد ويساعده لحل مشكلاته وتحقيق مستوى أفضل من التوافق النفسي والاجتماعي، وقد طبقت الباحثة في هذه الدراسة البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي لميتشنيوم لاختبار فعاليته في خفض مستوى الوحدة النفسية وتعتبر هذه الدراسة إضافة للدراسات السابقة التي تناولت الوحدة النفسية، واختلفت هذه الدراسة بأنها طبقت برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض مستوى الوحدة النفسية على عينة من التلاميذ أبناء النازحين الليبيين بالمدرسة الليبية بالقاهرة باعتبار النزوح مشكلة من المشكلات الراهنة والمتزايدة على أرض الواقع. ويهتم العلاج المعرفي السلوكي بالفرد من جانبين جانب معرفي يتضمن العمليات العقلية المعرفية والافكار غير العقلانية التي تسيطر على أفكاره ومعتقداته حول الاحداث والوقائع من حوله، وجانب سلوكي يهتم بالسلوك الصادر عن الفرد ويعمل على اعادة توجيهه التوجيه الصحيح، ومساعدته على تخطي المشكلات، ويعمل الارشاد المعرفي السلوكي على اعادة



تنظيم وترتيب افكار الفرد وهو ما يسمى بإعادة البنية المعرفية ، والتي تعمل على مساعدته على التفكير السليم والايجابي .

وظهرت مجموعة من طرق الارشاد في إطار الارشاد المعرفي السلوكي الذي يقوم على اساس إعادة البنية المعرفية، وتقوم هذه الطرق على افتراض أن الاضطرابات النفسية، والسلوكية هي نتيجة لأنماط من التفكير غير التكيفي، وتكون مهمة المرشد هي إعادة بناء هذه الجوانب المعرفية المتصلة بعدم التكيف، وتتضمن المدرسة المعرفية السلوكية العديد من المداخل والطرق الارشادية المعرفية السلوكية الفرعية التي انطلقت من مسلمات وفروض المدرسة المعرفية الا انها اختلفت في اساليب وطرق عملها ، وهي الارشاد المعرفي السلوكي أو ما يعرف ب تعديل السلوك المعرفي لميشنباوم **havioral trend Meichenbaum**، و تقوم هذه الطريقة على اساس أن العوامل المعرفية تؤثر في السلوك، ومن تم فإن تغييرها سيترتب عليه تغيير السلوك ، وتركز هذه الطريقة على تعليم المسترشدين أن يحددوا و يقيموا أفكارهم وتخيالاتهم، وخاصة تلك التي ترتبط بالأحداث والسلوكيات المضطربة أو المؤلمة .(سيد عبدالعظيم، فضل ابراهيم، محمد عبد التواب، 2010، 167).

مشكلة الدراسة :

ارتبطت مشكلة الدراسة الحالية ارتباطاً وثيقاً بالواقع النفسي الذي يعيشه النازح الليبي بعد الاحداث التي شهدتها ليبيا في الآونة الاخيرة، فالمشاكل والحروب الاهلية التي مر بها الشعب الليبي خلفت مشكلات ودمار مادي، ونفسي، ومعنوي ، واجتماعي، مما أدى إلى لجوء بعض الاسر الليبية إلى النزوح داخل وخارج ليبيا،

فالنزوح يعتبر مشكلة بحد ذاتها، فالنازحين في مختلف بلدان العالم يتعرضون للظروف القاسية والمشكلات من الجوانب السياسية، و المادية، والاجتماعية، والنفسية، وقد ركزت الباحثة على نوع من أنواع الاضطرابات النفسية التي قد يعاني منها أبناء النازحين وهو الوحدة النفسية الذي تعتبر ظاهرة نفسية تعبر عن الغربة، والعجز، والعزلة الاجتماعية. وعليه تحددت مشكلة الدراسة للإجابة عن التساؤل الرئيسي :

ما فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض مستوى الوحدة النفسية لأبناء النازحين الليبيين ؟ .

أهداف الدراسة :

تهدف الدراسة الى :

1. التعرف علي فعالية برنامج ارشادي معرفي سلوكي في خفض مستوى الوحدة النفسية لأبناء النازحين الليبيين. وما مدى استمرارية فعاليته.

أهمية الدراسة :

تكمن أهمية هذه الدراسة في تحقيق جانبين (نظري، تطبيقي) :

أ. **الأهمية النظرية:** تبرز الأهمية النظرية للدراسة في كونها تلقي الضوء على مشكلة الوحدة النفسي لأبناء النازحين الليبيين في مصر، وذلك لسد النقص والقصور في الدراسات التي تناولت هذا الجانب على المستوى العربي، وأيضا إضافة معرفة جديدة يستفاد من نتائجها في دراسات لاحقة.

ب. **الأهمية التطبيقية:** تبرز الأهمية التطبيقية للدراسة في كونها طبقت برنامجاً إرشادياً معرفياً سلوكياً والتحقق من فعاليته في خفض مستوى الوحدة النفسية لأبناء النازحين الليبيين



ويمكن الاستفادة من اجراءات ونتائج البرنامج في خفض الوحدة النفسية لدى عينات أخرى تتشابه ظروفها مع أفراد عينة الدراسة.

مصطلحات الدراسة:

1. تعريف الوحدة النفسية :

يقصد بها شعور الفرد بوجود فجوة نفسية تباعد بينه وبين المحيطين به نتيجة افتقاده إمكانية الانخراط أو الدخول في علاقة مشبعة ذات معنى معهم ، مما يؤدي الى شعوره بعدم التقبل والنبذ وإهمال الآخرين له بالرغم من إحاطتهم به (هلال النبهاني وآخرون، 2005، 213).

ويعرفها الباحث إجرائياً :

هي حالة من الشعور بالعزلة من خلال فقدان الألفة المتبادلة مع الآخرين ، وعدم قدرته على الاندماج الاجتماعي مع المحيطين به من (أسرة ، أصدقاء ، مجتمع) وذلك لانقطاعه فترة طويلة عنهم ، وعن التألف معهم بسبب الانفراد القسري لفترة طويلة . ويقاس بالدرجة الكلية على مقياس الوحدة النفسية .

2. تعريف الإرشاد المعرفي السلوكي: Cognitive Behavior Counseling

أ- تعريف (احمد أبو سعد، 2011): الإرشاد المعرفي السلوكي هو طريقة من الطرق الإرشادية الحديثة ، التي تعمل على الدمج بين الإرشاد المعرفي بفنياته المتعددة والإرشاد السلوكي بما يتضمنه من فنيات كما يعتمد على التعامل مع الاضطرابات المختلفة من منظور ثلاثي الأبعاد، إذ يتعامل معها معرفياً وانفعالياً وسلوكياً مستخدماً العديد من الفنيات السلوكية(احمد أبو سعد، 2011، 381).

ب. تعريف إجرائي: يعرف برنامج الإرشاد المعرفي السلوكي في الدراسة الحالية بأنه مجموعة من الجلسات الشاملة البالغ عددها (22) جلسة، ومدة الجلسة الواحدة تتراوح بين (45-60) دقيقة واشتملت كل جلسة على أهداف وأنشطة مختلفة متبوعة بتقييم مرحلي ونهائي يبين مدى انخفاض مستوى الوحدة النفسية لدى التلاميذ.

ج. تعريف (فضيلة عرفات ، 2009) هي حالة ينفرد بها الانسان عن غيره من الكائنات الحية بسبب خلل ما يحدث في الأواصر التي تربط الانسان بغيره من أبناء جنسه ينتج عنه اضطراب في الطابع الاجتماعي المكتسب لدى الأفراد ، ما يولد لديهم الشعور بالوحدة أو الانعزال أو معاناة العزلة الاجتماعية.

حدود الدراسة:

طبقت الدراسة بناء على الحدود الآتية:

أ. الحد الموضوعي: فعالية برنامج ارشادي معرفي سلوكي

ب. مستوى الوحدة النفسية .

2. الحد البشري: تكونت عينة الدراسة من (30) تلميذاً وتلميذة ممن تتراوح أعمارهم بين (10-13) وتم تقسيم أفراد العينة إلى مجموعتين تجريبية وضابطة، تم اختيارهم عشوائياً، مجموعة ضابطة وعددها (15)، ومجموعة تجريبية وعددها (15) ذكور وإناث.

3. الحدود المكانية: تم تطبيق الدراسة الميدانية على ابناء النازحين الليبيين الدارسين في مدرسة النجم الساطع الليبية بالقاهرة ، بالصفوف (الخامس ، السادس ، السابع)

4.الحدود الزمنية: تم تطبيق مقياس الدراسة الميدانية خلال شهر يناير، فبراير، مارس 2021.



منهج الدراسة وأدواتها:

في ضوء الهدف التي سعت الدراسة لتحقيقه اعتمدت الباحثة في هذه الدراسة على المنهج التجريبي تصميم المجموعتين ، (التجريبية ، الضابطة) بقياسين قياس قبلي وقياس بعدي، وتحققت الدراسة من ثبات فعالية البرنامج الارشادي في القياس التتبعي للمجموعة التجريبية. وتمثلت أداة الدراسة في الآتي:

- استخدام مقياس الوحدة النفسية لأبناء النازحين اللبيين (إعداد الباحثة).
- برنامج ارشادي معرفي سلوكي لخفض الوحدة النفسية لأبناء النازحين (إعداد الباحثة).

الاطار النظري والدراسات السابقة :

المحور الاول: الوحدة النفسية :

مفهوم الوحدة النفسية :

المعاجم الأجنبية كانت أكثر تحديداً لمفهوم الوحدة النفسية من المعاجم العربية حيث أتفق كل من نيلسون "وزملائه" و " لاروس " Larouse الى أن مصطلح وحدة نفسية Loneliness وهي صفة يقصد بها منفرد .. متوحد .. وحيد ، من غير رفيق ليس عضواً متفاعلاً في جماعة . وهي مفاهيم تشير في جملتها الى إحساس الفرد بكونه منفصلاً أو منعزلاً عن أبناء جنسه ، وهي حالة يشعر فيها الفرد بالوحدة أي الانفصال أي العزلة عن الآخرين ، أي أن لاروس " ربط في مجمعه بين مفهوم الوحدة النفسية وبين احساس الفرد بالتعاسة Miserable، من جزاء اضطرار الفرد الى اعتزال الناس بسبب شعوره بافتقار الرفيق أو الصديق (قشقوش ، 1983 ، 189-190).

وعرف كل من لينتش Lynch وليدرمان Leiderman ، وروكاش Roktach , Ami بأنها " حالة يشعر فيها الفرد بالوحدة أي الانفصال عن الآخر يتوخى حالة يصاحبها معاناة الأفراد لكثير من ضروب الوجشة Lonesome ، والاعتراب Alienation ، والاكتئاب Depression ، من جراء احساسه بالوحدة " (عبللة العباسي ، 1999 ، 19)، (Lynch,1977)(Roktach,1988,531).

وترى شقير ، الوحدة النفسية بأنها : الرغبة في الابتعاد عن الآخرين والاستمتاع بالجلوس منعزلاً عنهم مع صعوبة التودد إليهم ، وصعوبة التمسك بهم بجانب الشعور بالنقص وعدم الثقة بالنفس ، وأنه غير محبوب عاجز عن الدخول في علاقات اجتماعية قوية مع الآخرين ولا يتفاعل معهم بشكل إيجابي ومقبول وهو شخص لا يثق بنفسه وغالباً ما يشعر بالوحدة حتى في وجه الآخرين " (زينب شقير ، 1933 ، 126-127).

أنواع الوحدة النفسية :

قسم قشقوش (1988) الوحدة النفسية الى ثلاثة أنواع رئيسية وهي :

1. الوحدة النفسية الأولية : وهي اضطراب في احدى سمات الشخصية المرتبطة بالانسحاب العاطفي ، ويؤثر في عدد كبير من صور وأشكال السلوك الاجتماعي ، وينقسم الى قسمين :

أ. الوحدة النفسية الناتجة عن تخلف نمائي في الشخصية

ب. الوحدة النفسية الناتجة عن قصور في السلوك.

2. الوحدة النفسية الثانوية :

وهي تمثل استجابة انفعالية في جانب الفرد لتغيير ما يحدث في بيئته ، ويترتب عليه حرمان الفرد من الانخراط في علاقات هامة كانت متاحة لديه قبل حدوث هذا التغيير ، ومع



افتقاد الفرد لهذه العلاقة يصبح غير قادر على أن يفني بمتطلبات بعض الأنوار والممارسات الهامة في حياته ، وهذا يرتبط بثلاثة محكات هي : أ. نتيجة تمزق مفاجئ في البيئة الاجتماعية للفرد .

- ت. تحدث فجأة كاستجابة لحرمان مفاجئ
ث. تسكن عندما يتغير الموقف المؤلم الذي طرأ على حياة الفرد .
3. الوحدة النفسية الوجودية :

يعدها بعض الفلاسفة أنها حالة إنسانية طبيعية يتعذر الهروب منها ، إلا أن الوحدة النفسية الوجودية يمكن أن تعكس كذلك فترة النماء النفسي- لأن خبرة الإحساس بالوحدة النفسية تميل في بعض الحالات الى أن تحرر ما قد يكون لدى الفرد من طاقات وإمكانات ابتكارية يقل التقدم التكنولوجي الذي يعتبره الباحثون مصدراً للإحساس بالوحدة النفسية الوجودية تميل الى أن تحرر ما قد يكون لدى الفرد من طاقات وإمكانات ابتكارية يقل التقدم التكنولوجي الذي يعتبره الباحثون مصدراً للإحساس بالوحدة النفسية الوجودية (الدسوقي 1996، 6) .

المحور الثاني : الارشاد المعرفي السلوكي :

يعتبر الارشاد المعرفي السلوكي من أهم الاساليب الارشادية في حل المشكلات والاضطرابات والتعامل معها باستخدام الفنيات المعرفية والسلوكية، وهو يقوم على أسس ومسلمات كلا من النظريتين المعرفية والنظرية السلوكية، حيث يقوم الاتجاه المعرفي الذي يهتم بالمعرفة وعلى تعلم وتقييم طرق تنظيم المعلومات عن البيئة والذات، وتعلم كيفية التغلب على المشكلات وطرق حلها، وكذلك التنبؤ بالأحداث المستقبلية المتوقعة مسبقاً في حل تلك المشكلات والقضاء على الصعوبات (عادل عبدالله، 1999، 17).

- **يعمل الارشاد المعرفي السلوكي على الدمج بين الارشاد المعرفي بفنياته المتعددة والارشاد السلوكي بما يتضمنه من فنيات، ويتخصص في التعامل مع الاضطرابات المختلفة من منظور ثلاثي الأبعاد اذ يتعامل معها معرفياً وانفعالياً وسلوكياً بحيث يستخدم العديد من الفنيات سواء من المنظور المعرفي أو الانفعالي أو السلوكي (عادل عبدالله، 2003، 17)**
- **هو عملية تعليم وتدريب وتعزيز السلوكيات الايجابية والتعرف على الانماط المعرفية والافكار والمشاعر التي ترتبط مع تلك السلوكيات، ويركز الارشاد المعرفي السلوكي على امرين هامين وهما:**

- كيف يفكر الفرد حول نفسه وحول العالم والمستقبل؟
- كيف يؤثر ما يفعله الفرد على أفكاره ومشاعره؟ (Queree, M., 2007, 7)

طريقة إعادة البنية المعرفية Cognitive Restructuring:

ظهرت مجموعة من طرق الارشاد في إطار الارشاد المعرفي السلوكي الذي يقوم على أساس إعادة البنية المعرفية، وتقوم هذه الطرق على افتراض أن الاضطرابات النفسية، والسلوكية هي نتيجة لأنماط من التفكير غير التكيفي، وفيما يلي المداخل والطرق الارشادية المعرفية الفرعية الارشاد المعرفي السلوكي أو ما يعرف ب (تعديل السلوك المعرفي) لميشنبوم Meichenbaum وقد أستندت الباحثة في هذا البحث على طريقة إرشادية مهمة من الطرق الارشادية المعرفية السلوكية :

- **الارشاد المعرفي السلوكي بطريقة ميشنبوم Cognitiv- Meichenbaum behavioral trend** تعتبر طريقة الارشاد المعرفي السلوكي لميشنبوم Miechinbaum من أهم الاتجاهات المعاصرة التي ظهرت في مجال الإرشاد النفسي، ويعتبر دونالد هربت ميتشنبوم



Meichenbaum D.H رائد الارشاد المعرفي السلوكي (CBT) أو ما يعرف أيضا بالتعديل المعرفي السلوكي، ويهدف الارشاد المعرفي السلوكي إلى تصحيح التشويهات المعرفية من خلال إعادة تنظيم حديث الذات Seif-taik الخاص بالشخص ومن ثم تغيير سلوكه وطبيعة التدعيم المنتقاة من البيئة وبهذه الطريقة يمكن تمكين العملاء من تقييم مساهماتهم الخاصة لمشاكلهم وتعليمهم سلوكيات بديلة صحيحة (حسين فايد، 2005، 96) ويقوم هذا الارشاد من منطلق أن السلوكيات والانفعالات تنشأ من خلال المعرفة والعمليات المعرفية التي يمكن تعلم تغييرها، ويهدف بالتالي إلى تحديد أي معارف لدى العميل تسبب الاضطرابات المعرفية ثم استخدام بعض الأساليب المعرفية والسلوكية لخفض المعارف الخاطئة واستبدالها بمعارف جديدة وطرق للتفكير تجاه المشكلة أكثر تكيفاً، ثم تعزيز وتدعيم المعارف والطرق. (سيد عبدالعظيم، فضل ابراهيم، محمد عبد التواب، 2010، 167-168)

وهذه الطريقة لا تعتمد على استخدام فنيات نظرية واحدة مع جميع الحالات، إنما تعتمد على دمج المفاهيم المعرفية والسلوكية معاً، والتي من خلالها يتمكن الباحثين من استخدام الفنيات الإرشادية التي تنتمي إلى النظريات الإرشادية النفسية الأخرى، وتكون مهمة المرشد وفقاً لهذه الطريقة هي إعادة بناء الجوانب المعرفية للعميل، المتصلة بعدم التكيف من خلال مجموعة من المبادئ والاجراءات تقوم على أن العوامل المعرفية تؤثر في السلوك، ومن ثم فإن تغييرها سيترتب عليه تغيير السلوك بلا شك، وتقوم هذه الطريقة على تحقيق الآتي:

- تعليم المسترشدين أن يحددوا وقيموا أفكارهم وتخييلاتهم، وخاصة تلك التي ترتبط بالأحداث والسلوكيات المضطربة أو المؤلمة.

- تعليم المسترشدين على استراتيجيات وفنيات سلوكية ومعرفية متباينة مماثلة لتلك التي تطبق في الواقع خلال مواقف حياتية جديدة أو عند مواجهة الضغوط الطارئة. (عبد الرحمن الشناوي، 2015، 180-181)

ويرى (باترسون، 1990) ان التعديل المعرفي السلوكي تبعاً لاتجاه ميتشنيوم هو ارشاد سلوكي مع إضافة بعض التكتيكات المعرفية، كما هو الحال لدى عدد من المرشدين السلوكيين الذين شد انتباههم فائدة التكتيكات المعرفية، وتشمل التكتيكات الإرشادية السلوكية كثيراً من العناصر المعرفية ولذلك نرى أن ميتشنيوم حاول ان يطور إرشاداً معرفياً مبنياً على الدراسة وعلى النظرية وانتبه إلى ما يقوله الناس لأنفسهم في تحديدهم لسلوكياتهم، ولذا فقد تركز الارشاد عنده على تغيير الأفكار التي يقولها المسترشدون لأنفسهم صراحة أو ضمناً والتي تؤدي إلى سلوك غير فعال أو إلى اضطراب انفعالي، وأصبح الارشاد يقوم على تعديل الحالات للتعليمات الذاتية التي يوجهونها لأنفسهم وبذلك يستطيعون مواجهة المواقف المشكلة، بالإضافة إلى استخدام التدريبات بصورة مستقلة فإنه يمكن دمجها ضمن أساليب سلوكية مقننة لزيادة فعالية هذه الاساليب كما يمكن دمجها أيضاً ضمن أساليب إعادة البناء المعرفي (خالد عسل، فاطمة مجاهد، 2017، 104).

وقد تم الاستناد في هذه الدراسة على طريقة الارشاد المعرفي السلوكي لميتشنيوم، فمن خلال اطلاع الباحثة على أهم الطرق التي يقوم عليها الارشاد المعرفي السلوكي، تبين لها أن الاتجاه المعرفي السلوكي لميتشنيوم من بين أهم الطرق الذي تناولت الفنيات المعرفية، كفنيتها الحديث الذاتي للفرد، والأفكار التي تسيطر عليه، حيث ان كل ما يقوله الفرد لنفسه داخلياً، وما يدور في ذهنه من أفكار منطقية، أو لا منطقية تعتبر سلطة قوية تحرك سلوك الفرد



وتسيطر على تصرفاته، حيث أن هذه الطريقة تقوم على إعادة البناء المعرفي عن طريق التدريب على إعطاء تعليمات ذاتية بحيث يساعد الأفراد سواء كانوا أطفال أو كبار على تعديل مجموعة كبيرة من السلوكيات، حيث تتضمن هذه الطريقة فكرتين هي أن الأشياء غير العقلانية التي يقولها الانسان لنفسه هي سبب اضطراباته، وعلى فكرة أهمية الحوار الذاتي (الداخلي) والضبط اللفظي للسلوك من خلال تعليمات يعطيها لهم أشخاص آخرون، فيكسبون القدرة على ضبط سلوكهم الشخصي، وقد تبنت الباحثة هذه الطريقة بسهولة تطبيقها ولاعتمادها على عدة نظرية الارشاد النفسي، السلوكية والمعرفية . وتشتمل عملية الارشاد وفقاً للاتجاه المعرفي السلوكي لميشنوم على ثلاث مراحل أساسية وهي:

أ. المرحلة الأولى: الملاحظة الذاتية:

يكون لدى المسترشد في فترة ما قبل الارشاد حواراً داخلياً سلبياً مع ذاته، وكذلك تكون خيالاته وتصوراته سلبية، أما أثناء عملية الارشاد ومن خلال الاطلاع على أفكار المسترشد ومشاعره وانفعالاته الجسمية وسلوكياته الاجتماعية وتفسيرها تتكون عند المسترشد بناءات معرفية جديدة، الأمر الذي يجعل نظرتة تختلف عما كانت عليه قبل الارشاد، وبذلك تحدث عملية إعادة بناء تكوين المفاهيم والتي بدورها تؤدي إلى إعادة تعريف مشكلات الفرد بطريقة تعطيها الثقة والتفهم والقدرة على الضبط، وهذه جميعها من مستلزمات عملية التغيير، وتساعد إعادة تكوين المفاهيم على إعطاء معانٍ جديدة للأفكار والمشاعر والسلوكيات (بترس حافظ، 2010، 183).

ب. المرحلة الثانية: مرحلة الافكار والسلوكيات غير المناسبة:

وتتضمن ملاحظة المسترشد لنفسه حديثاً داخلياً مضمون هذا الحديث إذا كان سلوك هذا المسترشد مطلوب تعديله فيجب أن يقول لنفسه أو يتخيل ما يولد سلسلة سلوكية جديدة متوافقة مع سلوكياته غير المتوافقة، أيضاً يتضمن الحديث الذاتي الخصائص ذات التأثير على أنظمة الانتباه والتقدير واستشارة سلوكيات جديدة مما يؤدي إلى تنظيم خبرات المسترشد حول التصور الجديد بفاعلية أكثر، أي بناء تصور جديد لتنظيم أفكاره وسلوكياته الجديدة، بما يناسب مع السلوكيات القديمة بنشاط وفاعلية أكثر (صبري الحياي، 2011، 293-294).

ج. المرحلة الثالثة: تطوير الجوانب المعرفية الخاصة بالتغيير:

تتضمن هذه المرحلة قيام المسترشد بسلوكيات التعامل (المواجهة) على أساس يومي، وكذلك الاحاديث الذاتية حول نتائج هذه التجارب الشخصية، ويرى ميتشنوم Meichenbaum ان ما يقوله المسترشد لنفسه حول السلوكيات الجديدة التي اكتسبها، والنتائج المترتبة عليها، سيؤثر على عملية التغيير اذا كانت ستبقى في السلوك وستعمم على مواقف اخرى، ويتوقف نجاح الارشاد على مدى التغيير الذي يحدث في السلوك وستعمم على مواقف أخرى، وفي الأحاديث الداخلية، ولذلك فإن عملية الارشاد الفعالة تتضمن مهارات سلوكية جديدة، وأحاديث داخلية جديدة، وأبنية معرفية جديدة . (أحمد الزعبي، 2003، 80).

سابعاً: فنيات الاتجاه المعرفي السلوكي عند ميتشنوم Meichenbaum

1. مهارة المواجهة Coping skills:

وتتضمن هذه المهارة مساعدة العميل على تنمية مهارات التوافق والمواجهة مع الظروف والمواقف الضاغطة التي تكون خارج تحكمه ويركز ميتشنوم على مهارة المواجهة حيث يدرّب



العمل على مواجهة الموقف وحل المشكلات في المستقبل، ومواجهة مواقف الشدة والمشكلات الحقيقية (سيد عبدالعظيم، فضل ابراهيم، محمد عبد الثواب، 2010، 168). ومن الدراسات التي استخدمت هذه الفنية دراسة (عبدالله المسهلي، 2009) وهدفت إلى التعرف على اساليب مواجهة الضغوط لدى مرضى الاكتئاب ومرضى القلق المتكررين على مستشفى المدينة المنورة وغير المرضى، وقد اشتملت العينة على (210) ممن تتراوح أعمارهم ما بين (20-30) عام منهم (140) من المرضى و(70) من غير المرضى، مستخدماً مقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية، كما استخدم الاساليب الاحصائية التالية: اختبار T.test، الانحراف المعياري، المتوسط الحسابي، وقد توصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (0.05) لدى المرضى وغير المرضى، كما توصلت الدراسة إلى ان أسلوب التدين في مقدمة أساليب مواجهة الضغوط لدى المرضى وغير المرضى.

2. مهارة التحصين ضد الضغوط Stress Inoculation:

• واستندت هذه الطريقة إلى فكرة رئيسية مفاد وتقوم هذه الفنية على افتراض مساعدة الأفراد للتعامل مع مواقف الضغط النفسي. قبل مواجهتها، وبهذا المعنى يكون هذا الأسلوب مشابهاً لأساليب التطعيم واللقاح الطبي ضد الامراض السارية، حيث يتم بها حقن الفرد بنسبة من الجراثيم التي تسبب مرضاً معيناً الأمر الذي يعمل على إثارة جهاز المناعة بالجسم للعمل على إنتاج أجسام مضادة للجراثيم ونفس الأمر الذي يعمل على إثارة جهاز المناعة بالجسم الذي يقوم على مساعدة الأفراد على التكيف بفعالية مثيرات ضاغطة بسيطة الشدة بهدف مساعدتهم على اجراءات التدريب على التحصين ضد الضغوط:

ويشمل أسلوب التحصين من الضغوط على ثلاث مراحل:

1. مرحلة التعليم:

وفي هذه المرحلة يزود المسترشد بإطار تصوري لفهم طبيعة ردود فعله تجاه الضغط، أي فهم ومعرفة ردود فعله التي تحدث أثناء المشكلة وضبط انفعالاته ويكون ذلك في أسلوب علمي مبسط، ويكون الهدف من تحديد الإطار هو مساعدة المسترشد على أن ينظر للمشكلة بشكل منطقي "عقلاني" مع تقبله وتعاونه في إنجاح الأسلوب العلاجي.

وينبغي أن يتوجه العلاج إلى ناحيتين:

أ. مساعدة المسترشد على ضبط الاستثارة الفيزيولوجية.

ب. تغيير العبارات الذاتية التي تمت تحت ظروف الانضغاط.

وحينئذ يشجع المسترشد بعد ذلك على ان ينظر إلى خوفه أو ردود فعل الانضغاط لديه على أنها تتكون من أربع مراحل، بدلاً من كونها رد فعل غير متميز، وهذه المراحل هي:

1. الإعداد للضاغط " مصدر الضغط "

2. مواجهة الضاغط أو التعامل معه.

3. احتمال أن يكون الضغط شديداً عليه.

4. تعزيز نفسه على أنه قد واجه الضغط. (حسن عبد المعطي، 2008، 127)

2. مرحلة التكرار (التدريب):

وفيها يعلم المرشد أساليب التكيف مع المواقف المقلقة والمشكلة من خلال تعريفه بمخاوفه، والمثيرات التي تؤدي للقلق والتوتر، وتدريبه على الاسترخاء العضلي. أما طريقة التكيف المعرفي فتكون بقول المسترشد لنفسه بأنه يستطيع أن يضع خطة للتعامل مع



الموقف، وان يسترخي، وأنه قادر على السيطرة على الموقف، وأن يتوقف حين يشعر بالخوف، ثم يقول لنفسه: لقد نجحت.

3. مرحلة التدريب التطبيقي (التطبيق):

حين ينجح المسترشد في التدريبات السابقة، يقوم المرشد بتعريضه لموقف واقعي مقلق ومخيف ويثير لديه التوتر، ويتيح له تطبيق التدريبات السابقة بشكل واقعي يتيح له السيطرة عليها معرفيا وسلوكيا (محمد قاسم، 2012، 125).

ومن الدراسات التي استندت إلى أسلوب فنية التحصين ضد الضغوطات :

دراسة (ياسمين باشا، 2015) وهدفت الدراسة إلى تقديم برنامج ارشادي لمعرفة فعالية الارشاد المعرفي السلوكي في خفض الضغوط النفسية لدى أم الطفل التوحدي (دراسة حالة) باستخدام أسلوب الاسلوب التحصين ضد الضغوط لميتشنيوم، وقد اجريت دراسة الحالة على حالة واحدة تعاني من الضغوطات نفسية ناتجة عن اصابة ابنها باضطراب التوحد، وقد تم الاعتماد على اداتين للتشخيص وهما: المقابلة نصف الموجهة، ومقياس الضغوط النفسية، وبعد اعادة تطبيق مقياس الضغوط النفسية على المفحوصة بعد إنتهاء التدخل الارشادي، حيث أسفرت النتائج على انخفاض الدرجة الكلية للضغوط النفسية لدى المفحوصة، وبذلك فقد بينت الدراسة أن للإرشاد المعرفي السلوكي فعالية في تخفيض الضغوط النفسية لدى أم الطفل التوحدي.

4. مهارة وقف التفكير : Thought Stopping:

وتهدف هذه المرحلة التغلب على المشاعر المسببة للقلق والانزعاج والتي تقف في طريق الفرد وتمنعه من الوصول إلى حالة من الاسترخاء والطمأنينة وذلك عن طريق الوقف الفوري لاسترسال الافكار السلبية المرتبطة بالمواقف الضاغطة. وتساعد هذه الفنية المسترشد الذي يستغرق في الماضي أو لديه أفكار غير عقلانية، على وقف انهزامية الذات والعيش بطريقة أكثر إنتاجية، حيث يطلب المرشد من العميل التفكير بأسلوب انهزامية الذات وفي غمرة مثل هذا التفكير يصرخ "المرشد" فجأة بقوله "توقف" وصراخ الكلمة يقطع عملية التفكير ويجعلها مستحيلة الاستمرار. (حسن عبد المعطي، 2008، 127).

5. مهارة حل المشكلة Problem Solving Skills:

تهدف فنية حل المشكلات إلى زيادة الوعي بالاستجابة الفعلية حتى يتمكن الفرد من التكيف مع مواقف الحياة المختلفة الجديدة باستقلالية وهي واحدة من السمات المميزة للإرشاد المعرفي السلوكي، اذا يجد بعض المسترشدين صعوبة في حل مشكلاتهم، لأنهم لا يملكون المهارات اللازمة لذلك (Wenzel, A., Brown, G.g Karlin, B.K., 2011, 152).
ويقوم المرشد بتعليم المسترشدين الخطوات المنهجية لحل المشكلات وتتمثل هذه الخطوات في:

- تحديد وتعريف المشكلة.
- اقتراح الحلول الممكنة للمشكلة.
- دراسة وتقييم الحلول المقترحة.
- اختيار الحل القابل للتطبيق.

كما تهدف فنية أسلوب حل المشكلات إلى مساعدة المسترشد على تنمية المهارات والسلوكيات الفعالة لحل المشكلة، وتقوم بتوظيف طرق تعليمية مباشرة مثل التعليمات الشفوية، والمواد المكتوبة، واستخدام الأسلوب السقراطي الذي يؤكد على الأسئلة



والمناقشة، وهذا من شأنه تشجيع العميل على التفكير في نفسه وتكوين استنتاجاته النهائية وتفسيراته للمشكلات بأسلوب أكثر تكيفاً وفي التدريب على حل المشكلات تستخدم طرقاً سلوكية مثل: النموذج، التغذية الراجعة، التعزيز الايجابي، والتشكيل (عبد الفتاح الخواجه، 2009، 27).

ومن أهم الدراسات التي أثبتت فاعلية ونجاح طريقة ميتشنوم في خفض مستوى الاضطرابات النفسية:

- **دراسة (سماح السيد، 2015)** تهدف إلى تنمية المفاهيم الرياضية لتلاميذ الصف الأول الابتدائي المعرضين لصعوبات التعلم من خلال تطبيق استراتيجية (التعليم الذاتي وفقاً لنموذج ميتشنوم (Miechinbaum) والاستفادة من الاختبار التشخيصي، وتم تطبيق البرنامج على عينة مكونة من (24) تلميذاً تم تقسيمهم إلى (12) عينة تجريبية، و(12) عينة ضابطة، وقد أثبتت النتائج فاعلية استراتيجية الارشاد المعرفي السلوكي بتطبيق استراتيجية (التعليم الذاتي) في خفض صعوبات التعلم لدى عينة الدراسة.

- **ودراسة يلوسي ودوي (Ulusoy & Duy, 2013)** التي هدفت إلى التعرف على فاعلية التثقيف النفسي في خفض مستوى العجز المتعلم وخفض الأفكار اللاعقلانية لدى عينة من طلاب الصف الثامن في المدرسة الابتدائية من الطلبة الذين تعرضوا للإساءة الوالدية، أجريت الدراسة في تركيا، تكونت عينة الدراسة من (27) طالباً تم تقسيمهم إلى مجموعتين تجريبية ضمت 14 طالباً، ومجموعة ضابطة ضمت (13) طالباً، استخدم في هذه الدراسة مقياس الأفكار غير العقلانية للمراهقين، واستبيان أنماط العجز المتعلم لدى الأطفال، أظهرت نتائج هذه الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في عجز المتعلم بين المجموعتين تعزى للبرنامج الإرشادي ولصالح المجموعة التجريبية، في حين لم تظهر النتائج وجود أثر ذي دلالة إحصائية للبرنامج الإرشادي يعزى لمتغير الجنس، مما يدل على أثر التثقيف النفسي في تعزيز التفكير العقلاني، وخفض مستوى الأفكار غير العقلانية والعجز المتعلم لصالح المجموعة التجريبية.

فروض الدراسة:

تضمنت فروض الدراسة الآتي:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين تراتيب درجات القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية على أبعاد درجات مقياس الوحدة النفسية ((الحاجة الى العاطفة، العزلة الاجتماعية، اضطراب انفعالي، فقدان الأمل، فقدان المهارات الاجتماعية)).

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين تراتيب درجات القياس البعدي والقياس التبعي للمجموعة التجريبية على أبعاد درجات مقياس الوحدة النفسية (الحاجة الى العاطفة، العزلة الاجتماعية، اضطراب انفعالي، فقدان الأمل، فقدان المهارات الاجتماعية).

اجراءات الدراسة :

عينة الدراسة الاستطلاعية:

- تم تطبيق مقياس الوحدة النفسية على عينة استطلاعية من أبناء النازحين الليبيين الدارسين في المدرسة الليبية بالقاهرة وقد بلغ عددهم (170) تلميذاً وتلميذة، ممن تتراوح أعمارهم ما بين (10-13) سنة، المقيدون بالصفوف (الخامس والسادس والسابع) بمدرسة النجم الساطع الليبية، وتم اختيارهم بطريقة عشوائية، وروعي في هذه العينة أن تكون موزعة



على المتغيرات التصنيفية للدراسة (العمر، النوع، الفصل الدراسي) بحيث بلغ طلاب الصف الخامس 57 ونسبتهم المئوية (33.5%)، بينما بلغ عدد طلاب الصف السادس 44 ونسبهم المئوية (25.9%)، في حين بلغ عدد طلاب الصف السابع 69 ونسبتهم (40.6%)، وقد بلغ عدد ذكور العينة 90 ونسبتهم (52.9%)، بينما بلغ عدد الاناث 80 ونسبتهم (47.1%). وقد تم اختيار عينة عشوائية ليتم حساب الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة عليهم، بهدف التأكد من مدى صدق وثبات أدوات الدراسة، ومناسبتها لأفراد العينة.

العينة المستهدفة :

شملت التلاميذ الذين طبقت عليهم أدوات الدراسة للتحقق من صحة فروض الدراسة، وتكونت العينة الاساسية من (30) تلميذاً وتلميذة ممن حصلوا على أعلى الدرجات على مقياس الوحدة النفسية وتراوحت أعمارهم ما بين 10-13 سنة بمتوسط عمري قدره بمتوسط عمري 11.6 عاماً، وبانحراف معياري 1.01 عاماً. تم تقسيمهم إلى مجموعتين، أحدهما مجموعة تجريبية والأخرى مجموعة ضابطة. وبلغ عدد المجموعة التجريبية قوامها 15 تلميذ، توزعت على 7 ذكور و8 إناث، والأخرى مجموعة ضابطة وقوامها 15 تلميذ وتلميذة، توزعت على 8 ذكور و7 إناث، وقد تحققت الباحثة من تكافؤ المجموعتين باستخدام اختبار (ت).

الخصائص السيكومترية للمقياس:

تم التحقق من صدق وثبات المقياس بعدة طرق كما يلي :

صدق المقياس :

قامت الباحثة بتقنين فقرات المقياس وذلك للتأكد من صدقه كالتالي :

أولاً: صدق المحكمين:

تم عرض المقياس في صورته الأولية (ملحق 1) المكونة من (94) عبارة على (11) من السادة المحكمين من أساتذة الصحة النفسية لإبداء آرائهم وملاحظاتهم حول مدى مناسبة فقرات المقياس، ومدى انتماء الفقرات للمقياس، وكذلك وضوح صياغتها اللغوية. وتم الابقاء على المفردات التي لاقت اتفاقاً بنسبة (80%) من نسبة المحكمين، وقد تم حذف العبارات التي لم تلق قبولاً أثنى أو أكثر من المحكمين وعددها (23) مفردة، وتعديل (6) مفردة، والملحق رقم (3) يوضح ذلك، وعليه وصل عدد عبارات المقياس بعد التحكيم إلى (71) عبارة وفقاً لما أبداه المحكمون من آراء.

ثانياً: الصدق العملي:

استخدمت الباحثة التحليل العملي البنائي بطريقة تحليل العوامل الأساسية Principle Axis factoring (PAF) وحددت الباحثة خمسة عوامل لاستخلاص المفردات عليها والتدوير المائل بطريقة البروماكس وقد بلغ معامل $KMO = 0.68$ وقد كان محك التماثل لبارتليت دال احصائياً، كما تحقق محك التقارب للتحليل العملي عند عدد الترتيبات $It = 9$. ويعرض الجدول (3) تشبعات المفردات على الأبعاد الخمسة:

ثبات المقياس :

طريقة ألفا كرونباخ: تم حساب ثبات المقياس باستخدام معامل ألفا كرونباخ لمفردات مقياس الوحدة النفسية ككل وبذلك بلغ قيمة معامل ألفا للثبات الكلي للمقياس (0.76)،



وهذا يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات مما يطمئن الباحثة الى تطبيقه على عينة الدراسة.

أ. الإطار النظري للبرنامج: يعتمد الإطار النظري للبرنامج المستخدم في الدراسة على الارشاد المعرفي السلوكي لنظرية ميتشبنوم (Meichenbaum) التي تم عرضها في الفصل الثاني، واسس الإطار النظري للبرنامج على النظريات السلوكية المعرفية.
ب. تعريف البرنامج الارشادي:

- وقد تبنت الباحثة تعريف (سامي ملحم، 2008، 165) بأنه: "برنامج مخطط منظم في ضوء أسس علمية لتقديم الخدمات الإرشادية المباشرة وغير المباشرة، فردياً وجماعياً لجميع من تضمهم المؤسسة كالمدرسة مثلاً، بهدف مساعدتهم في تحقيق النمو السوي والقيام بالاختيار الواعي المتعقل وتحقيق التوافق النفسي- داخل تلك المؤسسة وخارجها ويقوم بالتخطيط للبرنامج الإرشادي وتنفيذه".

د. الأهداف العامة للبرنامج:

يؤكد المهتمون بتصميم البرامج الارشادية على أن الهدف العام من اعداد تلك البرامج يتساوى مع الأهداف التي تسعى اليها عملية الارشاد النفسي- التي تهدف إلى تحقيق التوافق النفسي- والصحة النفسية للفرد، وفي إطار البرنامج الارشادي التالي، فإن الباحثة تحدد الهدف العام الذي تسعى إلى تحقيقه من خلال البرنامج الارشادي المعرفي السلوكي لميتشبنوم (Meichenbaum) وهو خفض مستوى الوحدة النفسية (لأفراد العينة) أبناء النازحين الليبيين وذلك من خلال الاستفادة من تطبيق الأساليب والفنيات الإرشادية المتضمنة الاتجاه المعرفي السلوكي، وإكساب الابناء خبرات إيجابية، ومهارات اجتماعية تساعدهم على تعديل أفكارهم اللاعقلانية بأخرى عقلانية، وتعديل سلوكهم، والعمل على تنمية مهاراتهم في خفض الوحدة النفسية، وتحقيق التوافق النفسي لديهم.

وتضمنت خطة العمل مسار التخطيط التالي كما هو موضح في الجدول التالي
جدول (2) محتوى جلسات البرنامج الارشادي

رقم الجلسة	موضوع الجلسة	أهداف الجلسة	الفنيات المستخدمة	مدة الجلسة
الأولى	تعارف	تعارف (بناء العلاقة الارشادية) بين الباحثة والتلاميذ وتعريفهم بالبرنامج الارشادي والهدف منه والفنيات المستخدمة فيه.	استخدام المحاضرة الحوار المناقشة وكشف الذات، والتقبل غير المشروط، من المشاركة واسلوب الترفيه.	ساعة
الثانية والثالثة والرابعة	الوحدة النفسية	<ul style="list-style-type: none">• مساعدة التلاميذ على قول لا للضغوط• التعرف على اهم المشكلات التي واجهتم أثناء الزواج• التعريف بالوحدة النفسية، وعن اهم مظاهره .• معرفة أهم مظاهر الوحدة النفسية لديهم .•	التحصين ضد الضغوط، إعادة البناء المعرفي، الحوار السقراطي، التبصير، التوكيد الذاتي، التخيل، التغذية الراجعة	ثلاث ساعات كل جلسة ساعة واحدة



رقم الجلسة	موضوع الجلسة	أهداف الجلسة	الفنيات المستخدمة	مدة الجلسة
الخامسة والسادسة والسابعة	الأفكار المشاعر السلوك	<ul style="list-style-type: none">التعرف على ماهية الأفكار.التعرف على العلاقة بين الافكار والسلوك والمشاعر.التعرف على تأثير الافكار السلبية على الشخصية.التعرف على أهمية الحوار الذاتي في بناء الشخصية.	الحوار، إعادة البناء المعرفي، القصص النمذجة، الحديث الذاتي، وقف الافكار، الواجب المنزلي.	ثلاث ساعات كل جلسة ساعة واحدة
الثامنة والتاسعة والعاشر	الأفكار الالاعقلانية المرتبطة بالوحدة النفسية	<ul style="list-style-type: none">وقف الافكار الالاعقلانية المرتبطة بالوحدة النفسية واستبدالها بأفكار عقلانية أي تغيير نوعية الأحاديث مع الذات.تحديد الأحداث والمواقف المثيرة للأفكار الالاعقلانية كالمشكلات والخبرات التي مروا بها وتأثيرها على أفكارهم ومشاعرهم، التدريب على ضبط النفس.	المحاضرة، الحوار، وقف التفكير السرد القصص، إعادة البناء المعرفي، تنمية قدرتهم على حل المشكلات بالأمثلة، الواجب المنزلي.	ساعتان كل جلسة ساعة واحدة
الحادية عشرة والثانية عشرة والثالثة عشر	تقدير الذات والمرونة الايجابية	تنمية القدرة على تقدير الذات، وتدريبهم على التفكير الايجابي والمرونة الايجابية في تفسيرهم للمواقف الجديدة في حياتهم والمواقف التي لها تأثير سلبي ومن اهمها النزوح وقف الافكار السلبية المرتبطة بتلك المواقف.	الحوار، المناقشة، وتدريبهم على اسلوب المرونة الايجابية، السرد القصصي— والنمذجة والتعزيز.	ثلاث ساعات كل جلسة ساعة واحدة
الرابعة عشر والخامسة عشر والسادسة عشر	التفريغ الانفعالي	<ul style="list-style-type: none">التعرف على الاسترخاء وأهميته.ممارسة التلاميذ للاسترخاء.التعرف على العلاقة بين النفس والجسد.التحرر من المشاعر السلبية الخاطئة	التخيل العقلي، التدريب على الاسترخاء، لعب الدور، التغذية الراجعة الواجب المنزلي	ثلاث ساعات كل جلسة ساعة واحدة
السابعة عشر والثامنة عشر والتاسعة عشر	تنمية أساليب المواجهة الايجابية	<ul style="list-style-type: none">مساعدة التلاميذ على مواجهة الضغوطالتعرف على اساليب المواجهة الفعالة للتخلص من أي ضغط نفسي.التمييز بين أساليب المواجهة الايجابية والسلبية.تدريب التلميذ على التفاؤل والامل واستثمار القوة الداخلية لمواجهة المشكلات وتحدي الصعاب.	المحاضرة، المناقشة، التبصير، المواجهة التخيل العقلي، لعب الدور، السرد القصصي، الواجب المنزلي.	ثلاث ساعات كل جلسة ساعة واحدة
العشرون و احدى وعشرون	التدريب على أسلوب حل المشكلات	<ul style="list-style-type: none">التعرف على مفهوم أسلوب حل المشكلات.القدرة على تحليل المشكلة (المواقف الصعبة).القدرة على التعامل مع المواقف الجديدة.التعرف على خطوات حل المشكلات.	الحوار، المناقشة، مهارة حل المشكلات سيتم توضيحها بواسطة لعبة الكنز التي تبين خطوات حل المشكلة، الاسترخاء، التغذية الراجعة.	ساعتان
اثنان وعشرون	الختام والتقييم	<ul style="list-style-type: none">اختتام فعاليات البرنامج المعرفي السلوكي.تقييم البرنامج الارشادي وفنياته.تطبيق القياس البعدي على التلاميذ.	الحوار، الاسترخاء، الحديث عن الذات، التخيل، التغذية الراجعة.	ساعة ونصف



نتائج الدراسة:

قد توصلت الدراسة الى النتائج الاتية :-

تضمنت نتائج الدراسة الاجابة عن التساؤلات الاتية :

الفرض الاول:

توجد فروق ذات دلالة احصائية بين تراتيب درجات القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية على أبعاد درجات مقياس الوحدة النفسية لصالح القياس البعدي.

ولاختبار صحة الفرض احصائياً استخدمت اختبار ويلكوكسون للتحقق من دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية والجدول رقم (8) يوضح دلالة الفروق بين تراتيب درجات المجموعة التجريبية على أبعاد القياسين القبلي، والبعدي.

جدول (2) دلالة الفروق بين تراتيب درجات المجموعة التجريبية وقيمة "Z" للقياسين القبلي والبعدي N=15

المستوى الدلالة	قيمة Z	حجم التأثير	مجموع الرتب	متوسط الرتب	العدد	الرتب	المجموعة	البعد
0.01 دالة	3.17-	0.57 9	2	2	1	سالبة	قبلي / بعدي	الحاجة الى العاطفة
			103	7.92	13	موجبة		
					1	القيود		
0.01 دالة	3.30-	0.60 1	22	2	1	سالبة	قبلي / بعدي	العزلة البيئشخصية
			118	8.43	14	موجبة		
					0	القيود		
0.01 دالة	3.41-	0.62 2	0.00	0.00	0	سالبة	قبلي / بعدي	اضطراب انفعالي
			120	8	15	موجبة		
					0	القيود		
0.05 دالة	2.56-	0,46 7	15	5	3	سالبة	قبلي / بعدي	فقدان الامل
			105	8.75	12	موجبة		
					0	القيود		
0.05 دالة	2.52-	0.46 1	12.50	6.25	2	سالبة	قبلي / بعدي	فقدان المهارات الاجتماعية
			92.50	7.71	12	موجبة		
					1	القيود		

وقد أسفرت النتائج:

1. توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0.01)، (0.05) بين تراتيب درجات القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية على أبعاد (الحاجة الى العاطفة ، العزلة الاجتماعية ، اضطراب انفعالي ، فقدان الأمل ، فقدان المهارات الاجتماعية) في درجات مقياس الوحدة النفسية.

يتضح من النتائج السابقة وجود فروق ذات دلالة احصائية بين تراتيب درجات القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية على أبعاد مقياس الوحدة النفسية ((الحاجة الى العاطفة ، العزلة الاجتماعية ، اضطراب انفعالي ، فقدان الأمل ، فقدان المهارات الاجتماعية)، وأن قيم "Z" جميعها دالة احصائياً، وهذا يدل على فعالية البرنامج الارشادي المعرفي السلوكي في مستوى خفض الوحدة النفسية لأبناء النازحين الليبيين، واكسابهم اساليب المواجهة لخفض مظاهر الوحدة النفسية .

وتفسر الباحثة هذه النتيجة في إطار الاعتماد على البرنامج الارشادي المعرفي السلوكي، باستخدام فنيات اتجاه ميتشنبوم Mechinbوم في خفض مستوى الوحدة النفسية لأبناء



النازحين الليبيين ، وذلك بإعادة بناء الجوانب المعرفية لديهم المتصلة بعدم التكيف ، باعتبار ان هذا الاتجاه يقوم على تعلم كيفية تحديد وتغيير السلوكيات والانفعالات الخاطئة ، وتعزيز وتدعيم المعارف والطرق الاكثر تكيفا ، وبتطبيق مهارة المواجهة التي ساعدت التلاميذ عند التعرض للمواقف الصعبة والضغوطات النفسية في التعرف واكتساب القدرة على كيفية مواجهتها والتغلب عليها، وكذلك اكتساب مهارة التحصين ضد الضغوط وذلك بتعليمهم على فهم ومعرفة ردود فعله للمشكلة التي يواجهها كالخوف والارتباك، والغضب ، وتعليمه على ضبط انفعالاته ، والتعامل معها بطريقة منطقية .

الفرض الثاني :

لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين تراتيب درجات القياس البعدي والقياس التتبعي للمجموعة التجريبية على أبعاد درجات مقياس الوحدة النفسية. ولاختبار صحة الفرض احصائياً استخدم اختبار ويلكوكسون للتحقق من دلالة الفروق بين القياسين البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية والجدول (9) يوضح دلالة الفروق بين تراتيب درجات المجموعة التجريبية على أبعاد القياسين البعدي، والتتبعي .

جدول (9) دلالة الفروق بين تراتيب درجات المجموعة التجريبية وقيمة "Z" للقياس البعدي والتتبعي (N=15)

المستوى الدلالة	قيمة "Z"	مجموع الرتب	متوسط الرتب	العدد	إشارة الرتب	المجموعة	البعد
0.469 غير دالة	-	64	7.11	9	سالبة	بعدي / تتبعي	اغتراب الذات
		41	8.20	5	موجبة		
				1	القيود		
0.609 غير دالة	-	32.50	6.50	5	سالبة	بعدي / تتبعي	العزلة البنشخصية
		45.50	6.50	7	موجبة		
				3	القيود		
0.430 غير دالة	-	65	9.29	7	سالبة	بعدي / تتبعي	اضطراب انفعالي
		40	5.71	7	موجبة		
				1	القيود		
0.850 غير دالة	-	49.50	8.25	6	سالبة	بعدي / تتبعي	فقدان الأمل
		55.50	6.94	8	موجبة		
				1	القيود		
0.465 غير دالة	-	41	8.20	5	سالبة	بعدي / تتبعي	فقدان المهارات الاجتماعية
		64	7.11	9	موجبة		
				1	القيود		

نتائج البحث : توصلت الباحثة الى النتائج الاتية :

لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين تراتيب درجات القياس البعدي والقياس التتبعي للمجموعة التجريبية على الابعاد (الحاجة الى العاطفة ، العزلة الاجتماعية ، اضطراب انفعالي ، فقدان الأمل ، فقدان المهارات الاجتماعية) في مقياس الوحدة النفسية . حيث تبين أن ثبات النتائج بين القياسين البعدي والتتبعي لبعض افراد العينة تؤكد أن البرنامج الارشادي لميتشنبوم Mechinbوم كان له أثر فعال وعميق على سلوكيات التلاميذ وعلى أفكارهم، من خلال دعمهم بالمواجهة الفعالة للمواقف والاحداث المضطربة لديهم ، وتعليمهم مهارة



حل المشكلات، التي تساعدهم في تخطي الصعوبات والمشاكل التي يتعرضون لها . وتؤكد فعالية الفنيات والانشطة المتنوعة في اكساب التلاميذ آليات التعامل مع الخبرات التي يمرون بها، وكذلك إكسابهم طرق التفكير الصحيحة التي تقوم على اساس معرفي سلوكي منطقي، من خلال تقييم الافكار وطرحها، مما يساعد على اعادة بنية نظام الافكار بشكل ايجابي، ويساعدهم على تعديل وتغيير سلوكياتهم التي تدل على الوحدة النفسية، بسلوكيات جديدة أكثر ايجابية، فتنحسن تقدير الذات لديهم، ويكتسبون معيارية للأخلاق ونظم التعامل، ويصبحون أكثر اندماجية وانسجام مع الاخرين، ويصبحون أكثر تقبلاً وتفاؤلاً بالأوضاع التي يعيشونها حالياً، و تغيير نظراتهم المستقبلية نحو الافضل.

التوصيات : بناء على نتائج هذا البحث تقدم الباحثة التوصيات التالية :

- 1) اجراء المزيد من الدراسات والبحوث النفسية للوقوف على الاسباب الناجمة عن الوحدة النفسية كظاهرة تتبع التغيرات المعاصرة في مختلف المجتمعات .
- 2) إجراء المزيد من الدراسات والبحوث النفسية التي تتناول الآثار النفسية للنزوح في البلدان العربية التي تعيش الحروب والنزاعات .
- 3) اعادة التوازن النفسي والاجتماعي لأبناء النازحين المغتربين ، وتقديم الرعاية النفسية من خلال توفر الأنشطة والبرامج الترفيهية لهم .
- 4) إنشاء مراكز نفسية اجتماعية توعوية تهتم بالنازحين و تقدم لهم المساعدة النفسية والإرشادات اللازمة لكيفية التعامل والتوافق مع الأوضاع الجديدة .

المقترحات :

- 1) دراسة الأبعاد النفسية والاجتماعية للنزوح وعلاقتها بالوحدة النفسية لدى الأسر اللبية النازحة نزوح داخلي أو خارجي .
- 2) فعالية برنامج ارشادي لتنمية المرونة النفسية وخفض الوحدة النفسية للنازحين .
- 3) فعالية الارشاد الاسرى لخفض الآثار الناجمة عن الحرب لدى الأطفال النازحين .
- 4) فعالية برنامج ارشادي معرفي سلوكي لتنمية المواطنة وخفض الوحدة النفسية لدى فئة الشباب

قائمة المراجع :

1. احمد أبو سعد (2011)، العملية الإرشادية، دار المسيرة للنشر- والتوزيع والطباعة، ط1، عمان، الأردن.
2. احمد عبد اللطيف أبو سعد (2011)، العملية الإرشادية، دار المسيرة للنشر- والتوزيع والطباعة، ط1، عمان، الأردن.
3. احمد الزعبي (2003) التوجيه والارشاد النفسي، دار الفكر، دمشق.
4. بطرس حافظ، (2010)، ارشاد الاطفال العاديين، دار المسيرة، ط2.
5. حسن عبد المعطي (2008) ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها، القاهرة، مكتبة زهراء الشرق.
6. حسين فايد (2005)، العلاج النفسي- أصوله - تطبيقاته - أخلاقياته، القاهرة، مؤسسة طيبة للنشر والتوزيع.



7. **خالد محمد عسل، فاطمة محمود مجاهد، (2017)، الاغتراب النفسي- بين الفهم النظري والتطبيق.**
8. **زينب شقير، (2002)، الشخصية السوية والمضطربة، مكتبة النهضة العربية القاهرة، ط3.**
9. **سماح على السيد معروف، (2015)، فعالية استراتيجية التعديل المعرفي السلوكي في تنمية المفاهيم الرياضية لأطفال الصف الأول الابتدائي المعرضين لخطر صعوبات التعلم، رسالة دكتوراه، جامعة الزقازيق، كلية التربية قسم الصحة النفسية.**
10. **سيد عبد العظيم، فضل عبد الصمد، محمد عبد الثواب، (2010)، فنيات العلاج النفسي، القاهرة، دار الفكر العربي.**
11. **صبري الحياتي (2001)، الارشاد التربوي والنفسي- الاسلامي ونظرياته، عمان : دار صفاء للنشر والتوزيع .**
12. **صلاح الدين الجماعي، (2008)، الاغتراب النفسي- والاجتماعي وعلاقته بالتوافق النفسي والاجتماعي، مكتبة مدبولي، ط1.**
13. **عادل عبدالله محمد، (2003)، دراسات في الصحة النفسية : الهوية . الاغتراب . الاضطرابات النفسية، القاهرة، دار الرشد .**
14. **عبد الفتاح الخواجا (2009)، الارشاد النفسي والتربوي بين النظرية والتطبيق، عمان، دار الثقافة.**
15. **عبد المعطي جمعه ابراهيم، (2018)، فعالية برنامج ارشادي معرفي سلوكي لتحسين مفهوم الذات والمهارات الاجتماعية لدى الموهوبين ذوي صعوبات التعلم، رسالة ماجستير جامعة كفر الشيخ، قسم الصحة النفسية.**
16. **عبد الله السهيلي (2009) أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى الشباب من المرضى المترددين على مستشفى الطب النفسي- بالمدينة المنورة وغير المرضى . رسالة دكتوراه، جامعة أم القرى .**
17. **عبلة العباسي ، (1999) ، الحرمان وعلاقته بالشعور بالوحدة النفسية لدى المراهقات المقيمات بدور الرعاية الاجتماعية بالمنطقة الغربية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة الملك عبد العزيز المدينة المنورة .**
18. **ابراهيم قشقوش (1983)، خبرة الاحساس بالوحدة النفسية ، كلية التربية ، العدد الثاني**
19. **لطيفة خضر، (2011)، التقوى وقهر الاغتراب، عالم الكتب، القاهرة، ط1.**
20. **محمد السيد عبد الرحمن، محمد محروس الشناوي، (2015)، العلاج السلوكي الحديث أسسه وتطبيقاته، مكتبة زهراء الشرق ، مصر . القاهرة . ط2**
21. **محمد قاسم عبدالله (2012) نظريات الارشاد والعلاج النفسي-، كلية الدراسات، الكويت.**
22. **نادر قاسم (2017)، برنامج ارشادي معرفي سلوكي لتحسين مفهوم الذات لدى عينة من المراهقين السعوديين المتعافين من الادمان في مستشفيات الامل جدة وأثره على توافقهم الاجتماعي .**



23. هلال النبهاني وآخرون (2005) ، الشعور بالوحدة النفسية وعلاقته بمتغيري المساندة والعلاقات الاجتماعية : دراسة ميدانية بالتحليل العاملي لعينة من طلبة جامعة السلطان قابوس ، المجلة التربوية ، المجلد 19، العدد 76 ، المجلس الأعلى للمعلومات ، الكويت .
الدراسات الاجنبية :

- 1 . Somers, j.&queree.m. (2007). Cognitive Behavioral Therapy center For Applhed Research in Mental Health and Addiction. Ministry Of Health Brirish..
2. . Wenzel, A..Brown . G.& Karlin. B.(2011). Cognitive behavioral therapy For depression in veterans and Military Servicemembers : therapist Manual. Therapist Manual .Washington DC: US: Department of Veterans Affairs.
3. **Ulusoy, g. & Duy. D.** (2013) Effectiveness. of a Psychoeducation Program On Leamed helplessness and irr ational. Beliefs educational. Sciences Theory and Practice,13.
4. **Yael Aviad,** (2019) Cultural Adjustment Strategy, Level of Identity Consolidation and a Sense of Alienation Among Adults in the Ethiopian Community in Israel.
5. **Rokach Ami (1988),** Antecedents Of Loneliness : atri – level Model , The journal Of Psychology . Vol .123



الفهرس

الصفحة	اسم الباحث	عنوان البحث	رت
1-10	Manal Mohammed bilkour	An optimal fuzzy zero point method for solving fuzzy transportation problem	1
11-24	Mohamed Bashir M. Ismail	Assessing the Adaptability of Students and Teachers in the Faculty of Arts at Alasmarya Islamic University to the Sudden Transition to Online Teaching and Learning Processes during the COVID- 19 Pandemic	2
25-34	Dawi Muftah Ageel	Environmental study for Cyanobacteria Blooms using Envisat data at the western coastal of Libya	3
35-53	Nuria Mohamed Hider	Possible solutions to ensure data protection in cloud computing to avoid security problems	4
54-60	Gharsa Ali Elmarash Najla Mokhtar	A printed book or an e-book? Student Preferences & Reasons	5
61-75	هدية سليمان هويدي نادية عطية القدار دعاء عبد الباسط باكير	التشهير الإلكتروني عبر مواقع التواصل الاجتماعي من وجهة نظر طلبة كلية طب الأسنان بمدينة زليتن	6
76-89	Hamza A. Juma Saif Allah M. Abgenah Mustafa Almahdi Algaet Munayr Mohammed Amir	Designing an Autonomous Embedded System for Temperature Monitoring and Warning in Medical Warehouses	7
90-101	Salem Msaoud Aadrugi Tareg Abdusalam Elawaj Milad Mohamed Alhwat	The effect of using electronic mind maps in learning visual programming through e-learning platforms An experimental study of computer departments students at Elmergib University	8
102-110	Suad Mohamed Ramadan Zainab Ahmed Dali Ahlam Mohammad Aljarray Zenoba Saleh Shubar	Performance analysis of different anode materials of double chamber Microbial Fuel Cell technology using different types of wastewater	9
111-116	Faiza Farag Aljaray Saad Belaid Ghidhan	Evaluation of Hardness for Electroless Ni-P Coatings	10
117-128	Saleh Meftah Albouri Hadya S Hawedi Mansur Ali Jaba	Using Smartphone in Education: How Smartphone has impacted in Education, A Review Paper	11
129-139	Ibrahim O, Sabri	The Concept of Illegal Immigration and Its Causes in North Africa Region	12
140-151	A.S. Deeb I.A.S. Gjam	Solution of a problem of linear plane elasticity in region between a circular boundary with slot by boundary integrals	13



152-173	Musbah Ramadan Elkut	Transforming TESOL Pedagogy: Navigation Emerging Technology and Innovative Process	14
174-192	سالم علي سالم شخطور	آراء أبي محمد القيسي في خزانة الأدب "دراسة وتحليل"	15
193-217	نورية صالح إفريج	اعتراضات النحاة على حجية الشواهد في مسألة إعادة حرف الجر مع حتى العاطفة	16
218-238	نجاه صالح اليسير	الازدواجية اللغوية وأثرها في تعليم اللغة العربية الصفوف الأولى من المرحلة الابتدائية (أنموذجاً)	17
239-256	محمود محمد رحومة الهوش	الرضا الوظيفي وأثره على الاداء المهني لدى معلمي ومعلمات التربية البدنية ببلدية العجيلات	18
257-272	إبراهيم رمضان هدية	السرد الروائي عند إبراهيم الكوني في رواية الدنيا أيام ثلاثة	19
273-279	ابراهيم علي احمدودة ابراهيم علي ارحومة	التحليل الاستراتيجي لشركة الخطوط الجوية الليبية دراسة تطبيقية على الشركة باستخدام النماذج	20
280-294	Ismail F. Shushan Emad Eldin A. Dagdag Salah Eldin M. Elgarmadi	Petrography of Abushyba Formation columnar-jointed sandstones (Triassic-Jurassic) from Jabal Nafusa- Gharian, NW-Libya	21
295-307	Samera Albghil	Multimodal discourse analysis of variations in Islamic dress code in Bo-Kaap, Cape Town	22
308-317	عبداللطيف بشير المكي الديب رجب فرج سالم اقنيير	(استخدام نظم المعلومات الجغرافية والاستشعار عن بعد في تقدير النمو العمراني وأثره على البيئة المحلية بمنطقة سوق الخميس - الخمس / ليبيا)	23
318-331	حنان عبد السلام سليم عائشة حسن حويل	تطوير الخدمات العقارية باستخدام تقنية المعلومات (تطبيق أندرويد للخدمات العقارية أنموذجاً)	24
332-338	Mahmoud Mohamed Howas	Hepatoprotective Potential of Propolis on Carbontetrachloride-Induced Hepatic Damages in Rats	25
339-352	نورية محمد النائب الشريف	البناء العشوائي في مدينة الخمس (مفهومه - أسبابه - تأثيره على المخطط)	26
353-371	إسماعيل حامد الشعاب معمر فرج الطاهر سالم العامري	اختلاف القراء السبعة في البناء للفاعل وغير الفاعل وأثره في توجيه المعنى "نماذج مختارة"	27
372-376	عبد السلام صالح أبوسديل عطية رمضان الكيلاني	دراسة على مدى انتشار Gnathia sp. في بعض الأسماك البحرية المصطادة من شواطئ الخمس- ليبيا	28
377-392	الصغير محمد المجري	(بيان فعل الخير إذا دخل مكة من حج عن الغير) للملا علي القاري المتوفي سنة 1014هـ دراسة وتحقيق	29
393-421	نجيب منصور ساسي	فضل المواهب في شرح عيون المذاهب لعبد الرؤوف الأنطاكي (1009هـ) (الاستنجاة ونواقض الوضوء من كتاب الطهارة) دراسة وتحقيقا	30
422-439	حنان ميلاد عطية	برنامج ارشادي معرفي سلوكي في خفض مستوى الوحدة النفسية لأبناء النازحين الليبيين	31
440-457	Hanan A. Algrbaa,	Speaker recognition from speech using Gaussian mixture model (GMM) and (MFCC)	32
458-467	هشام علي مرعي	علاقة المنطق بالعلوم الشرعية عند الغزالي	33



468-476	خالد الهادي الفيتوري زينب أحمد زوليه	الحلول العددية للمعادلات التفاضلية الملزمة باستخدام ب-سبلين التكعيبية	34
478-500	خميس ميلاد الدزيري	تأثير نظم معلومات التسويقية على توزيع السلعة " دراسة تطبيقية على إدارة مصنع إسمنت المرقب "	35
501-517	منصور عمر سالم فرعون	إدارة الوقت في الإدارة المدرسية في ضوء مهامهم الإدارية	36
518-533	فائزة محمد الكوت	أراء العلامة الدماميني النحوية في باب الظروف في كتاب خزانة الأدب ولب لباب لسان العرب	37
534-547	محمد محمد مولود الأنصاري حمزة مسعود محمد مكاري	"فوائد الفرائد في الاستعارة " عبد الجواد بن إبراهيم بن شعيب الأنصاري (1073هـ)	38
548-559	عبدالرحمن بشير الصابري إبراهيم عبد الرحمن الصغير أبوبكر أحمد الصغير	حروف الجر بين التناوب والتضمن دراسة تطبيقية على آيات من القرآن الكريم "دراسة وصفية تحليلية"	39
560-565	Ayda Saad Elagili Abdualah Ibrahim Sultan	An Application of "Kushare Transform" to Partial Differential Equations	40
566-598	أمل إجمد إقميع فاطمة محمد ابوراس	الأداء الوظيفي للمعلم وأثره على العملية التربوية دراسة سوسولوجية على عينة من معلمين ومعلمات مرحلة التعليم الأساسي	41
599-623	خيري عبدالسلام كليب عبدالسلام بشير اشتوي طارق أبوفارس العجيلي محمد عبدالسلام الأسطي فتحية خليل طحيشات	مدى التزام المصارف التجارية بتطبيق مبادئ إدارة الجودة الشاملة (دراسة ميدانية على مصرف الجمهورية فرع المرقب)	42
624-633	Abdulrhman Iqneebir Khaled Muftah Elsherif	Determination of Some Physical and Chemical Parameters of Groundwater in Ashafyeen-Masallata Area	43
634-650	أحمد على معتوق الزائدي	أحكام الأهلية وعوارضها عند الإنسان	44
651-671	عمر مصطفى النعاس السيد مصطفى السنباطي	الثقة بالنفس وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى طالبات كلية الآداب	45
672-700	فاطمة جمعة الناكوع	معايير جودة آليات التدريب الميداني	46
701-718	إيمان عمر بن سعد بثينة علي أبو حليقة عمر محمد بشينه وليد حسين الفقيه	أثر المخاطر المالية في الأداء المالي للمصارف التجارية الليبية للفترة من (2011-2017)	47
719-730	هدي الهادي عويطي	دور مداخل ادارة المعرفة في تحسين ادارة الموارد البشرية في المؤسسات الحديثة	48
731-739	Khaled Abdusalam B. A Eman Mohammed Alshadhli Tasnim Adel Betro Amera Lutfi Kara Mawada Almashloukh	Antimicrobial Activities of Methanol Extract of Peganum harmala Leaves and Seeds against Urinary Tract Infection Bacteria	49
740-750	فتحية زايد شنيبه نجاة بشير الصابري	الصور البيانية في سورة الواقعة	50



751-757	Afifa Milad Omeman	Phytochemical, Heavy Metals and Antimicrobial Study of the Leaves of Amaranthus viridis	51
758-765	أسماء جمعة القلعي	قواعد المنهج عند ديكرت	52
766-777	فرج مجد صالح الدريع	النفط والاقتصاد الليبي 1963م – 1969م	53
778-789	عمر عبدالسلام الصغير رضا القدافي الأسمر	تقويم دية القتل الخطأ بغير الأصل	54
790-804	أبو عجيلة رمضان عويلي أحمد عبد الجليل إبراهيم	مناقشة المسألة الأربعين من كتاب المسائل المشكلة للفارسي	55
805-823	فتحية أبو عجيلة جبران صالحة عمر الخرارزة	في منطقة سوق الخميس التلوث البيئي الناتج عن محطات الوقود (بحث مقدم للحصول على ترقية عضو هيئة تدريس)	56
824-856	هنية عبدالسلام البالوص	بعض المشكلات الضغط النفسي وعلاقتها بالصحة النفسية	57
857-871	احمد علي عزيز علي مفتاح بن عروس	تطبيقات البرمجة الخطية ونماذج صفوف الانتظار في مراقبة وتحسين الأداء دراسة إحصائية تطبيقية على القطاع الصحي بمدينة الخمس	58
872-879	Mona A. Sauf Fathi Shakurfow Sana Ali Soof Abdel-kareem El-Basheer	Isolation of Staphylococcus Aureus From Different Clinical Samples And Detects on Its Antibiotic Resistance	59
880-885	Wafa Mohamed Alabeid Omar Alamari Alshbaili	Combined Method of Wavelet Regression with Local Linear Quantile Regression in enhancing the performance of stock ending-prices in Financial Time Series	60
886-901	خالد مجد بالنور خالد أحمد قناو	حجم الدولة الليبية وأثره عليها طبيعياً وبشرياً	61
902-918	Amna Ali Almashrgy Hawa Faraj Al-Burrki Khadija Ali AlHebshi	EFL Instructors' and Students' Attitudes towards Using PowerPoint Presentation in EFL Classrooms	62
919-934	سالمة عبد العالی السيليني	اضطرابات الشخصية الحدية وعلاقتها بالجمود المعرفي	63
935-952	Samah Taleb	Common English Pronunciation Difficulties Encountered by Third Year Students at the Faculty of Education- English Department- Elmergib University	64
953-958	Hassan M. Krifa	A Study on Bacterial Contamination of Libyan Currency in Al-Khoms, Libya	65
959-964	Jamal Hassn Frjani	A New Application of Kushare Transform for Solving Systems of Volterra Integral Equations and Systems of Volterra Integro-differential Equations	66
965-978	Ismail Elforjani Shushan Saddik Bashir Kamyra Hitham A. Minas	Study of chemical and biological weathering effects on building stones of the Ancient City of Sabratha, NW-Libya	67
979-991	مجد عبد السلام دخيل	الآثار الاجتماعية والثقافية المصاحبة للتغير الاجتماعي في المجتمعات النامية	68



992-998	Ismael Abd-Elaziz Fatma Kahel	Molecularly imprinted polymer (poly-pyrrole) modified glassy carbon electrode on based electrochemical sensor for the Sensitive Detection of Pharmaceutical Drug Naproxen	69
999-1008	خالد رمضان الجربوع علي إبراهيم بن محسن صلاح الدين أبوغالية	علي الجمل وقصيدته (اليوم الأربعاء في رثاء النورس الكبير)	70
1009-1014	نادية مجد الدالي ايمان احمد اخميرة	Comparing Review between Wireless Communication Technologies	71
1015-1024	Khairi Alarbi Zaglom Foad Ashur Elbakay	The importance of Using Classroom Language in Teaching English language as a Foreign Language	72
1025-1042	حمزة بن ربيع لقرون	الأدلة المختلف فيها التي نُسب الاختصاص بها إلى مذهب مُعَيَّن (دراسة تحليلية مقارنة)	73
1043-1052	أسماء السنوسي لحيو	معدل انتشار بعض الأوليات المعوية الطفيلية في مدينة الخمس، ليبيا	74
1053-1067	برنية صالح إمام صالح	استعمالات (ما) النافية في سورة البقرة	75
1068-1085	اسماعيل عبدالكريم اعطية	عوامل نجاح وفشل نظام المعلومات دراسة تطبيقية على شركة الأشغال العامة بني وليد	76
1086-1098	نجوى الغويلي	"الرعاية الاجتماعية والدعم الاجتماعي والتربية الإيجابية للطفل"	77
1099-1105	Seham Ibrahim abosoria Fatheia Masood Alsharif Abdussalam Ali Mousa Hamzah Ali Zagloun	The Error Correction in second language writing	78
1106-1128	ميسون خيري عقيلة	أساليب المعاملة الوالدية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى عينة من طلبة كليات جامعة المرقب بمدينة (الخمس)	79
1129-1135	Majdi Ibrahim Alashhb Mohammed Alsunousi Salem Mustafa Aldeep	Quality of E-Learning Learning Based on Student Perception Al Asmarya University	80
1136-1150	Ekram Gebрил Khalil	The Importance of Corrective Feedback in leaning a Foreign Language	81
1151-1164	سكينه الهادي الحوات فوزي مجد الحوات سلمية رمضان الكوت	شكل العلاقات الاجتماعية في ظل انتشار الأوبئة والأمراض السارية (جائحة كوفيد 19 نموذجاً)	82
1165-1175	Salma Mohammad Abad	A comparative study of the effects of Rhazya stricta plant residue on Raphanus sativus plant at the age of 15 and 30 days	83
1176-1191	مجد عمر مجد الفقيه الشريف	توظيف الاعتزال عند الزمخشري وانتصاره له من خلال تفسيره	84
1192	الفهرس		