



كلية التربية

كلية معتمدة من الهيئة القومية لضمان جودة التعليم

إدارة: البحوث والنشر العلمي ( المجلة العلمية )

=====

## مدى فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في تحسين مقاومة الإغراء لدى عينة من المراهقات بالملكة العربية السعودية

إعداد

**مشاعل الحسين البركاتي الشريف**

دكتوراه في التوجيه والإرشاد النفسي

﴿ المجلد الخامس والثلاثون - العدد الأول - يناير ٢٠١٩م ﴾

[http://www.aun.edu.eg/faculty\\_education/arabic](http://www.aun.edu.eg/faculty_education/arabic)

**ملخص : -**

هدفت الدراسة الحالية للتعرف على مدى فاعلية برنامج معرفي سلوكي في تحسين مقاومة الإغراء لدى عينة من المراهقات السعوديات، أجريت الدراسة على عينة بلغ قوامها ٢٠ مفردة (١٠ مجموعة ضابطة، ١٠ مجموعة تجريبية) تراوحت أعمارهن ما بين وتتراوح أعمارهن بين (١٤-٢٢) بلغ المتوسط العمري (١٦.٣٣) والانحراف المعياري (١.٥٣). واستخدمت الدراسة مقياس مقاومة الإغراء، وبرنامج معرفي سلوكي لتحسين مقاومة الإغراء للمراهقات، وبعد تطبيق البرنامج وتجميع البيانات أمكن معالجة البيانات الإحصائية والتي أظهرت فعالية البرنامج المعرفي السلوكي في تحسين مقاومة الإغراء لدى المجموعة التجريبية ويتضح ذلك من خلال مقارنة القياس القبلي بالبعدي حيث كانت الفروق ذات دلالة إحصائية كما أن مستوى حجم الأثر كان مرتفع. وكما أظهر النتائج استمرار التحسن ويتضح ذلك في احتفاظ المجموعة التجريبية بمستوى مرتفع من مقاومة الإغراء بعد مرور شهرين على تطبيق البرنامج. كما أن التحسن لدى المجموعة الضابطة كان منخفض نتيجة عدم التدخل بالبرنامج الإرشادي.

**الكلمات المفتاحية:** مقاومة الإغراء، الإرشاد المعرفي السلوكي. المراهقات.

**Summary :** -

This study aimed at identifying the effectiveness of a behavioral cognitive program on improving resistance to seduction among a sample of Saudi adolescents. The study was conducted on a sample of 20) individuals (10 control groups, 10 experimental groups), their age ranged from (14-22) and the average age was 16.33 years and the standard deviation was 1.53. The study used a measure of resistance to seduction and a behavioral cognitive program to improve resistance to seduction. The applying of the program, data collection and statistical data processing revealed the effectiveness of the cognitive-behavioral program on improving the resistance of seduction in the experimental group. This is illustrated by the comparison of the pre and post measurement, where the differences were statistically significant and the level size of impact was high. The results also showed that the improvement continued, as demonstrated by the fact that the experimental group maintained a high level of resistance to seduction for two months after applying the program. The improvement in the control group was also low due to non-intervention of the counseling program.

**Keywords:** Resistance to Seduction, Behavioral Cognitive Counseling. Teenagers

## مقدمة : -

يتسم عصرنا هذا بأنه عصر الضعف الأخلاقي وأزمة الضمير، والذي من مظاهره (العنف الفكري، والعاطفي والسلوكي، والذي يشمل القسوة والسرقة والغش وارتفاع معدلات الإغراء، أي وجود حالة عجز بالضمير، وسبب هذا العجز بالضمير هو أسرة الفرد التي نشأ فيها، وما نتج عن ذلك من فقدان الاحترام والعدل والتسامح (أيمن شحاتة، ٢٠٠٨). وتعد مقاومة الإغراء من المفاهيم النفسية التي حظيت على الكثير من الاهتمام من قبل الباحثين في دراستهم للنمو الخلفي لدى الفرد، وذلك لان مقاومة الاغراء يعد محك مقبول لتحديد مستوى النمو الأخلاقي لدى الفرد، والذي يقاس بمدى قدرة الفرد على مقاومة الإغراءات التي تواجهه، أو الامتناع عن القيام بالسلوكيات التي تتعارض مع قيم المجتمع وعاداته (صبري الطراونة، ٢٠١٠).

فالإغراءات عموماً هي غريزة حشوية فورية مدفوعة من قبل الإحتياجات المادية والفسولوجية للفرد (Loewenstein, 1996). ويعرف شوارتز وفيلدمان وبراون وهيمجارتر (Schwartz, Feldman, Brown, & Hemgarter (1969) مقاومة الاغراء بأنه عدم استسلام الفرد للإغراءات التي يتعرض لها ومقاومتها. ويرى تالورا ولي (Talwar & Lee (2008) أن نموذج مقاومة الإغراء تم تصميمه تجريبياً من قبل كل من سيرز وراو والبيرت (Sears, Rau & Alpert بصورة تقليدية في عام ١٩٦٥، وذلك من خلال ترك مجموعة من الأطفال لوحدهم داخل غرفة مع مجموعة من اللعب لفترة قصيرة من الزمن وأن يطلب المجرب منهم عدم لمسها أو النظر إليها في غياب المجرب ويتم مراقبتهم.

فكل سلوك يصدر عن الإنسان خيراً كان أم شراً، يظهر صداه في المجتمع، فالسلوك الأخلاقي لا يكون إلا بوجود طرفين: صاحب السلوك، والمجتمع المتأثر بنتائج هذا السلوك، ولذلك فإن السلوك الأخلاقي مهم في حياة الإنسان، ويعد النمو الأخلاقي من أهم مظاهر النمو الاجتماعي والانفعالي لشخصية الفرد؛ لأن الأخلاق عنصر مهم وأساسي من عناصر وجود المجتمع وبنائه، فلا يستطيع أي مجتمع أن يعيش ويستمر دون وجود قوانين وقواعد تنظم علاقات أفراد (صبري الطراونة، ٢٠١٤).

لذا قد تم دراسة السلوك الإغرائي من قبل العديد من الباحثين وأكدوا على أن تطور القدرة على الإغراء ومقاومته تعتمد على النمو المعرفي والأخلاقي (Talwar & Lee, 2008)). واستخدم في كثير من الأبحاث حول مفهوم الاغراء مفهوم يسمى نموذج مقاومة الاغراء (Evans, Xu, & Lee, 2011; Lewis, Stanger, & Sullivan, 1989; Polak & Harris, 1999).

وتشير العديد من الدراسات إلى أن الإغراءات تتطوي على جوانب من الرغبة في الحصول على المتعة التي تعد مكافئة أو حافز للإنغماس في تلك الإغراءات، ولكن ينظر إلى الإغراءات من منظور عصبي على أنها تختلف عن كونها مجرد مكافئة أو حافز يحصل عليه الفرد من جراء اتباع الإغراءات، فالإغراءات تثير مفهومي الإعجاب والرغبة اللذان يثيران لذات حسية بالدماغ، وتعد الرغبة جوهر الإغراء والتي تختلف عن الإشباع لأنها تجسد الدافع أو المحفز الذي يوجد بالمكافئة التي تحتويها الإغراءات، فمثلا إدمان المخدرات هو حافز لرغبة سلبية والذي يصعب التغلب عليه ويختلف عن الإغراءات الأخرى التي تقدم أو الرغبات الأخرى التي تقدم حافز إيجابي (Berridge, Robinson, & Aldridge, 2009).

والعلاج المعرفي السلوكي يمتاز بقدرته على مساعدة المسترشدين على خفض حدة الصراعات الداخلية، وتحقيق الأهداف المطلوبة، وتقليل التصادم مع الآخرين المحيطين بالفرد (صلاح الدين الضامن، ٢٠١٧). والنظرية المعرفية ترى أن قبل قيام الفرد بالسلوكيات الاخلاقية كمقاومة الإغراء والصدق والايثار وغيرها من السلوكيات، يسبق ذلك عمليات معرفية كإدراك الفرد لنتيجة السلوك في ضوء خبراته السابقة وتفكيره المنطقي، كما تتأثر هذه السلوكيات الاخلاقية بالمستوى الاجتماعي والاقتصادي للأسرة والفرد (Gill, 1986).

وتعد مرحلة المراهقة من أهم مراحل التطبيع الاجتماعي؛ حيث يتم من خلالها تكوين علاقات جديدة طيبة مع رفاق من نفس العمر ونمو الثقة بالذات، والشعور الواضح بكيان الفرد وتقبل المسؤولية الاجتماعية وامتداد الاهتمامات إلى خارج حدود الذات واختيار المهنة والاستعداد لها، وتحقيق الاستقلال الاقتصادي وتكوين المهارات والمفاهيم من خلال المشاركة في أنشطة الحياة اليومية ومواقفها، ومعرفة السلوك الاجتماعي المقبول الذي يقوم على المسؤولية وممارسات المراهق ونموه واكتساب قيم مختارة ناضجة وسليمة تتفق مع معايير البيئة التي يعيش فيها، وإعادة تنظيم الذات ونمو ضبط النفس (حامد زهران، ٢٠٠١، ٢٢٤).

### مشكلة الدراسة

ترجع مشكلة الدراسة إلى ما تشير إليه الدراسات باستمرار إلى أن فشل الأفراد في تحقيق أهدافهم طويلة الأجل يرجع في المقام الأول إلى فشلهم في ضبط النفس وكيفية تعاملهم مع الإغراءات التي تواجههم في حياتهم اليومية وكيفية التغلب عليها (Trope & Fishbach, 2000; Hoch & Loewenstein, 1991; Fujita, 2011). كما يعد الهدف الأساسي من عملية التنشئة الاجتماعية هي تشجيع الفرد على التحكم في سلوكياته وخاصة فيما يتعلق بالسلوكيات التي تنصب على عدم القدرة على السيطرة النفس أمام المغريات الحياتية المتنوعة، وذلك في ظل غياب عقوبة الآخرين أو الوالدين لسلوكياته غير الأخلاقية (Fry, 1975). لذلك يحتاج الفرد إلى السيطرة على استجابته الخاصة بدلا من أن يقوم شخص آخر بالتحكم في سلوكياته (Berger, 1981).

ومن الجدير بالذكر أن مفهوم مقاومة الإغراء في دراسات النمو الأخلاقي يعد محك مقبول لتحديد مستوى النمو الخلفي عند الفرد، إذ يتم قياس النمو الخلفي عند الفرد من خلال القدرة على مقاومته إغراء المواقف المتنوعة التي يتعرض لها، وعدم القيام بالسلوك المنافي للقيم والعادات السائدة في المجتمع، وهناك معايير أخلاقية تحدد السلوك الأخلاقي من السلوك غير الأخلاقي، وتسعى مؤسسات المجتمع من خلال عملية التنشئة الاجتماعية لإكسابها لأفراد المجتمع، وإذا التزم الفرد بهذه المعايير، فإنه سيتراجع عن السلوكات غير الأخلاقية مثل: الخيانة، والتزوير، والسرقه، والكذب؛ لاعتقاده بأن هذه السلوكات لا تتماشى مع المعايير الاجتماعية، ويتطور لديه مفهوم ضبط الذات، الذي يعد مرادفاً لمفهوم مقاومة الإغراء (صبري الطراونة، ٢٠٠٠؛ جودت عبدالهادي، ٢٠٠٠، ٧١؛ صبري الطراونة، ٢٠١٤).

كما تظهر مشكلة الدراسة من خلال ما توصلت إليه العديد من الدراسات عن وجود علاقة ارتباط إيجابي بين مقاومة الإغراء وأنماط التفكير كدراسة صبري الطراونة ومحمد أمين القضاة. (٢٠١٤) والتي توصلت أيضاً إلى تدني درجة مقاومة الإغراء لدى طلاب الجامعة، وأن الإناث أكثر مقاومة للإغراء من الذكور. وأيضاً توصلت دراسة صبري الطراونة (٢٠٠٠) إلى وجود علاقة ارتباط عكسية بين الضغط النفسي ومقاومة الإغراء. وتوصلت دراسة Silverman (2003) إلى أن الإناث أكثر مقاومة للإغراء وضبط النفس مقارنة بالذكور. وتوصل (2016) Park من خلال دراسة له إلى وجود علاقة ارتباط إيجابي بين مقاومة الإغراء والسعي نحو تحقيق الأهداف، ووجود علاقة ارتباط سلبية بين الإنغماس في الإغراءات وضبط النفس والسيطرة عليها في المستقبل، ووجود علاقة ارتباط إيجابي بين مقاومة الإغراءات وضبط النفس، حيث تعد عملية ضبط النفس أحد آليات مقاومة الإغراءات والتغلب عليها.

كما عزز إحساس الباحثة بمشكلة الدراسة وجود ندرة شديدة في الدراسات التي تناولت مفهوم مقاومة الإغراء بوجهة عام وبالأخص الدراسات التي تهدف إلى تعزيز وتحسين مقاومة الإغراء من منظور شبه تجريبي سواء أكان في البيئة الأجنبية أو العربية أو السعودية وذلك في حدود إطلاع الباحثة، فمن خلال البحث في هذا المضمار لم تجد الباحثة سوى أربعة دراسات تناولت بالدراسة مفهوم مقاومة الإغراء من منظور شبه تجريبي منها ثلاثة بالبيئة الأجنبية وهي دراسة ماريوت (1980) Marrott والتي هدفت إلى معرفة أثر مشاهدة القصص التلفزيونية على تنمية قدرة الأطفال على مقاومة الإغراء، ودراسة جيل (1995) Gill التي حاولت معرفة أثر التنشئة الاجتماعية على مقاومة الإغراء، ودراسة نيلسون (2013) Nelson معرفة العلاقة الارتباطية بين مقاومة الإغراء والنمو المعرفي لدى عينة من الأطفال قبل سن دخول المدرسة، أما الدراسة الرابعة والأخيرة فكانت في بيئة عربية وفي العراق بالتحديد وهي دراسة فيصل الدليمي (٢٠١٤) والتي استهدفت معرفة أثر برنامج إرشادي في تنمية مقاومة الإغراء لدى

طلاب المرحلة الإعدادية، كما نلاحظ أن هذه الدراسات تم إجرائها على عينات من أطفال المدارس، ومن هنا يأتي تركيز الباحثة على هذه الموضوع لدراسة لدى المراهقات في المملكة العربية السعودية وافتقار البيئة السعودية لمثل هذه الدراسات بهدف تنمية القدرة على مقاومة الإغراء لدى الفتيات المراهقات.

ونتيجة لما سبق عرضه حول مفهوم مقاومة الإغراء وأهميته في تحديد الجوانب الاخلاقية لدى الفرد وعلاقته بأساليب التفكير والضغط النفسي وغيرها من المتغيرات النفسية، لذلك كانت هناك حاجة ماسة إلى إعداد برنامج يهدف إلى تنمية مقاومة الإغراء لدى المراهقات في البيئة السعودية، الذين يتعرضون لكثير من الإغراءات الفكرية والمادية والعاطفية وغيرها من الإغراءات التي ينتج نتيجة الإنغماس فيها إلى الانحراف عن القيم الاجتماعية الايجابية وظهور السلوكيات المنحرفة أخلاقياً، لذا تتحدد مشكلة الدراسة في السؤال الرئيس التالي "ما مدى فاعلية برنامج معرفي سلوكي في تنمية القدرة على مقاومة الإغراء لدى عينة من المراهقات السعوديات" ويتفرع من هذا السؤال الرئيس التساؤلات الفرعية التالية:

- ١- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في اتجاه القياس البعدي على مقياس مقاومة الإغراء لدى عينة الدراسة من المراهقات.
- ٢- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة على مقياس مقاومة الإغراء لدى عينة الدراسة من المراهقات.
- ٣- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة الضابطة والتجريبية في القياس البعدي على مقياس مقاومة الإغراء في اتجاه المجموعة التجريبية لدى عينة الدراسة من المراهقات.
- ٤- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية بعد مرور شهرين على مقياس مقاومة الإغراء لدى عينة الدراسة من المراهقات.

## أهداف الدراسة

### تسعى الدراسة إلى تحقيق الأهداف التالية:

- ١- إعداد برنامج معرفي سلوكي والتحقق من مدى فاعليته في تنمية القدرة على مقاومة الإغراء لدى عينة من المراهقات السعوديات.
- ٢- معرفة الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين القياس القبلي والبعدي وفي اتجاه القياس البعدي على مقياس مقاومة الإغراء لدى المجموعة التجريبية من لدى عينة من المراهقات السعوديات.
- ٣- معرفة الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين القياس القبلي والبعدي على مقياس مقاومة الإغراء لدى المجموعة الضابطة من لدى عينة من المراهقات السعوديات.

- ٤- معرفة الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين بين المجموعة الضابطة والتجريبية في القياس البعدي على مقياس مقاومة الإغراء وفي اتجاه المجموعة التجريبية لدى عينة من المراهقات السعوديات.
- ٥- معرفة الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين إحصائية بين القياس البعدي والتتبعي على مقياس مقاومة الإغراء لدى المجموعة التجريبية لدى عينة من المراهقات السعوديات وذلك بعد مرور شهرين من أنتهاء تطبيق البرنامج.

### أهمية الدراسة

تتبلور الأهمية النظرية والتطبيقية للدراسة فيما يلي:

#### أ- الأهمية النظرية للدراسة

- ١- أهمية مرحلة المراهقة وما ينتابها من تغيرات نفسية وفسولوجية واجتماعية، وأثر التقدم التكنولوجي في وسائل الاتصالات وتكنولوجيا المعلومات السلبية على هذه المرحلة العمرية، وما يتعرضون له من إغراءات مختلفة.
- ٢- أهمية دراسة مفهوم مقاومة الإغراء الذي يعد مفتاحاً لقياس الناحية الاخلاقية للفرد والمجتمع معاً، وإعداد برنامج إرشادي يهدف إلى تنمية القدرة على مقاومة الإغراء لدى المراهقات وخصوصاً في ظل الإنفتاح الفكري والمعرفي والتكنولوجي.
- ٣- ندرة الدراسات التي حاولت إعداد برنامج إرشادي معرفي سلوكي لتنمية القدرة على مقاومة الإغراء لدى المراهقات في البيئة الاجنبية والعربية، وبالأخص لدى المراهقات بالمجتمع السعودي على وجه التحديد.
- ٤- المساهمة في جذب أنظار الباحثين إلى دراسة مقاومة الإغراء وإعداد البرامج الإرشادية لذلك، ولدى فئات أخرى وعلاقة مقاومة الإغراء بمتغيرات أخرى.
- ٥- المساهمة في إثراء المكتبة النفسية بدراسة فاعلية برنامج معرفي سلوكي لتنمية القدرة على مقاومة الإغراء لدى المراهقات السعوديات.

#### ب- الأهمية التطبيقية للدراسة

- ١- المساهمة في توفير برنامج يمكن الاعتماد عليه في تنمية القدرة على مقاومة الإغراء.
- ٢- زيادة الوعي الأسري والمجتمعي بأهمية وكيفية مقاومة الإغراء وخصوصاً لدى الفتيات المراهقات في البيئة العربية.
- ٣- زيادة الوعي بالآثار السلبية المترتبة على الانحراف السلوكي والأخلاقي وعدم مقاومة الإغراء؛ وذلك بالنسبة للفرد والمجتمع.



## الإطار النظري للدراسة

### أولاً - مقاومة الإغراء

يعد مقاومة الإغراء أحد معايير الحكم على أخلاقية السلوك وعدم انحرافه عن العادات والقيم الإيجابية التي يتبناها المجتمع وفيما يلي نعرض لمفهوم مقاومة الإغراء وكيفية تجنبها والنظريات المفسرة لمقاومة الإغراء وذلك كما يلي:

### مفهوم مقاومة الإغراء

مصطلح مقاومة الإغراء كان يطلق عليه في السابق مصطلح مقاومة الخيانة والغش والخداع والاحتتيال (Hartshorne & May, 1928, 343). وفي هذا الصدد يعرف Hoffman (1979) مقاومة الإغراء بأنها قدرة الفرد على السيطرة على سلوكياته والاتجاهات السلوكية المنحرفة وذلك في غياب العقوبة الخارجية، وحتى عندما تكون احتمالات كشف الإنسان والعقاب غير محتمل. ويعرف حسن غولي وجبار العكيلي (٢٠١٤، ٦٩) مقاومة الإغراء بأنها عبارة عن قدرة الفرد على ضبط سلوكه وكبت مشاعرة عن طريق تقييم ذاته، والإلتزام بمعايير الشخصية والاجتماعية، مما يمنحه فرصة الضبط الذاتي في المواقف الإغرائية. في حين يعرف بوند وروبينسون (Bond & Robinson, 1988, 295) الإغراء بأنه عبارة عن اتصال يتميز بالكذب بين أطراف التواصل يهدف إلى الإستفادة من عملية التواصل.

ومقاومة الإغراء هي امتناع الفرد ذاتياً عن القيام بسلوك يشبع حاجة ملحة لديه، كان بمقدوره القيام بها حيث لا أحد يراقبه أو يمنعه، لأن هذا السلوك ينافي الأخلاق والقيم والعادات والتقاليد السائدة في المجتمع (صبري خليل الطراونة، ٢٠١٦). مقاومة الإغراء أيضاً هو قدرة الفرد على مقاومة الإغراءات التي يتعرض لها ويكون مسؤول عن تصرفاته تجاه هذه الإغراءات وليس مجرد رد فعل (Roy, 1974). ويعرف Lazarus, (1985) مقاومة الإغراء بأنها حالة من مكافحة الفرد لأهوائه ورغباته، والتي تعد أحد مكونات ضمير الفرد وشعوره بالذنب عند القيام بسلوك يتنافى مع معايير البيئة المحيطة به.

ويعرف رايت Wright (1991, 44) مقاومة الإغراء بأنها قدرة الفرد على الامتناع ذاتياً عن القيام بسلوك يشبع حاجة ملحة لديه وكان بإمكانه القيام به حيث لا أحد يمنعه أو يراقبه، وإنما يتعاضد مع الأخلاق والقيم الاجتماعية. بينما يعرف عبد المطلب القريطي (١٩٩٨، ١٨٧) مقاومة الإغراء على أنها نزعة الفرد القوية إلى الإقدام نحو تحقيق الهدف أو الإحجام عنه، وهذا ما يحدده مدى شدة الدافع في الاتجاه نحو تحقيق الهدف أو بالاتجاه بعيداً عنه.

ونتيجة لما سبق من تعريفات عن مفهوم مقاومة الإغراء تعرف الباحثة مقاومة الإغراء بأنها قدرة الفرد على السيطرة على النفس من خلال التجاهل أو الابتعاد أو المواجهة وغيرها أمام الإغراءات التي يتعرض لها وذلك برغم من قدرته على الإنغماس في الإغراء الذي يتعرض له دون أن يراه أو يراقبه أحد من البشر ولكن يراقبه ضميره وذاته واضعاً نصب عينيه العادات والقيم التي يحترمها ويقدرها المجتمع الذي يعيش فيه"، وتعرف الباحثة مقاومة الإغراء إجرائياً بأنه "الدرجة التي تحصل عليها المراهقة أحد أفراد عينة الدراسة على مقياس مقاومة الإغراء المستخدم في الدراسة الحالية وأبعاده المختلفة".

## أنواع الإغراء

تتباين مظاهر السلوك الإغرائي حسب طبيعة الإغراءات ونوع الجنس، فمن أنواع الإغراء: التدخين، تعاطي المخدرات، السرقة، الغش المدرسي، والممارسات المخلة بالحياة، والصحة، والمعاكسات بواسطة الهاتف الجوال، والإدمان على متابعة الأفلام العاطفية (موفق سليم بشارة، ٢٠١٥). وهناك أنواع عديدة للإغراء منها: الإغراء المادي، وإغراءات الغذاء، والإغراء الجسدي والعاطفي، والإغراء العقلي والفكري، والإغراء بالنجاح الدراسي، والإغراء بالوضع العام والمحيط الاجتماعي، وإغراء الصحة، وإغراء التدخين، وإغراء النساء، وإغراء القمار وإغراء المواقع على شبكة الانترنت (حسن سهيل وجبار العكيلي، ٢٠١٢، ١٠٣). ومن أنواع الإغراء أيضاً ما يلي:

- ١- **الإغراء المادي**: هذا النوع من الإغراء يحدث عندما يشعر الفرد بالحرمان المادي وعدم امتلاكه للمال الذي يلبي متطلبات حياته، فقد يندفع للحصول على المال بأي طريقة (عزت إسماعيل، ١٩٨٨، ١٣٢).
- ٢- **الإغراء العاطفي**: وهو يحدث عندما تقل فرص إشباع حاجات الفرد العاطفية مثل الحب والتقدير ويعني تجاهل النمو العاطفي للفرد، بحيث يفقد السيطرة على مشاعره وانفعالاته وتضعف مقاومته للمواقف العاطفية.
- ٣- **الإغراء العقلي والفكري**: وهو يحدث في ضعف قدرة الفرد على مقاومة الأفكار التي تتسبب في استسلامه لها، وهو ذلك الفكر الذي لا يلتزم بالقواعد والمعايير الدينية والتقاليد والأعراف والنظم الاجتماعية (علي الجنحي، ٢٠٠٧، ٢٢).
- ٤- **الإغراء بالنجاح الدراسي**: يعتبر الغش سلوكاً غير مشروع وغير مقبول اجتماعياً، ففيه تتحقق بعض حاجات الفرد في تحقيق النجاح والحصول على علامات مرتفعة، وهناك عوامل كثيرة تؤدي إلى الغش منها: التنشئة الأسرية، والعوامل الاجتماعية والاقتصادية (Nicole, Mead & Roy, 2009).

٥- إغراء الغذاء: يتعرض الفرد خلال حياته اليومية إلى إغراءات الغذاء مثل: الإعلانات عن عرض افتتاح مطعم جديد يقدم أشهى المأكولات، الإعلان عن نوع من الشوكلاته، أو من خلال عرض الطعام في المناسبات العائلية العامة والخاصة، وعملية مقاومة إغراءات الغذاء تهدف إلى تذكير الأفراد بضبط أنفسهم لتناول الكمية المناسبة من الطعام (Fishbach, Friedman & Kruglanski, 2003)

### النظريات المفسرة لمقاومة الإغراء

هناك عدد من النظريات التي حاولت تفسير الإغراء وكيفية مقاومته نذكر منها

ما يلي:

- ١- نظرية التماثل السلوكي: والتي تؤكد على أن تعلم السلوكيات الاخلاقية والمقبولة اجتماعيا يتم من خلال مراقبة الفرد لسلوكيات الآخرين، مما يزيد من سلوكيات التنظيم الذاتي ومقاومة الإغراء، والتي تعتمد على الضمير لدى الفرد والشعور بالذنب التي تعد من المعايير التي يتم من خلالها الحكم على اخلاقية السلوك، حيث نجد الفرد ذو الضمير القوي ينتابه الشعور بالذنب أو القلق الداخلي عند انحرافه عن المعايير الاجتماعية أو الاخلاقية، أما الشخص ذو الضمير المنخفض نجده يعتمد في توجيه سلوكياته على العقاب الخارجي (Stein, 1967, 158).
- ٢- نظرية التحليل النفسي: يرى أنصار هذه النظرية أن الفرد الذي قاوم الإغراءات ورغباته قد يشعر بنشوة ولذة يستشعرهما نتيجة التزامه وضبطه لشهوته، وأن الفرد عندما يعاني من التوتر، والقلق تقل درجة مقاومة الإغراء لديه (حسن سهيل وجبار العكيلي، ٢٠١٢، ٧٦). كما تنظر إلى مفهوم مقاومة الإغراء على أنه حاجز يقف ضد التقدم أو التغيير لدى الفرد، والذي يمنع الفرد من الإفصاح عن الرغبات اللاشعورية المكبوتة واستحضارها إلى حيز الشعور، ويستخدم الفرد مقاومة الإغراء للدفاع ضد القلق غير المحتمل وخصوصاً في حال وعية بدوافة المكبوتة (حسن غولي وجبار العكيلي، ٢٠١٤).
- ٣- نظرية التعلم الاجتماعي: ينظر أنصار نظرية التعلم الاجتماعي إلى السلوكيات الاخلاقية على أنها سلوكيات متعلمة يحكمها الثواب والعقاب، حيث يتم التأكيد على السلوكيات الاخلاقية التي يحصل الفرد من خلالها على المكافئة مثل: الصدق، ومقاومة الاغراء، والسلوك الايثاري، والتي تتحكم فيها العوامل البيئية المحيطة وتؤثر على عملية التفكير المنطقي، كما أن للوالدين والتنشئة الاجتماعية والظروف الاجتماعية والإقتصادية دور

كبير في التأثير على السلوكيات الأخلاقية لأبنائهم (Hoffman, 1975; Perry, 1975; Bussey & Perry, 1975; Skinner 1953, 356 : صبري الطراونة، ٢٠١٤). ويضيف (Gill 1986) أن السلوكيات الاخلاقية التي يقوم بها الأفراد تنشأ نتيجة القلق من القيام بسلوكيات تتعارض مع رغبات وتوقعات الوالدين والمجتمع من الفرد، كما أن السلوك الأخلاقي كمقاومة الإغراء والصدق، والإيثار يرتبط ايجابيا بالخوف من العقاب أو الألم.

٤- **نظرية نمو الأحكام الأخلاقية لكولبرج:** ترى هذه النظرية أن النمو الأخلاقي أحد مظاهر التطبيع الاجتماعي، وهو العملية التي يتعلم بها الفرد مسايرة توقعات المجتمع والثقافة التي يعيش فيها. وفي حالة النمو الخلفي فإن الفرد يستوعب معايير الحكم الخلفي ويتقبلها بوصفها تمثل نظامه القيمي الشخصي، فعندما لا يخرق الفرد بسلوكه معيار الحكم الخلفي بالرغم من وجود الإغراءات التي تدفعه إلى ذلك، وعدم وجود السلطة الخارجية التي تكشف أو تعاقب على اختراق ذلك السلوك؛ تكون القيمة الخلقية قد استوعبت لدى الفرد داخلياً ولم تفرض عليه من الخارج وتفسر هذه النظرية مقاومة الإغراء كمؤشر على النمو الأخلاقي وبالتالي فهم كيفية تطوير الفرد للقيم الأخلاقية، ودراسة العمليات التي يتم من خلالها صياغة القوانين والمعايير السلوكية المقبولة في المجتمع (Crockett, Braams, Clark, Tobler , Robbins & Kalenscher, 2013: Marshall, 2010, 240: Mills, 2003, 25).

### كيفية تجنب الإغراء

اقترح سكينر (1953, 356) Skinner أن المتغيرات الموقفية التي تثير وتحافظ على قدرة الفرد على مقاومة الاغراءات تعتمد في جوهرها على القدرة على ضبط النفس، أو تحتاج إلى مهارات تنظيم الذات، لذلك نجد معظم نماذج مقاومة الإغراء اعتمدت على النمذجة أو نظرية التعلم الاجتماعي. كما يمكن تجنب الإغراءات ومقاومتها من خلال المواجهة الفكرية للموقف، استناداً إلى المنظومة الثقافية والاجتماعية السائدة، وهذا يشكل الفرص المناسبة لمقاومة مواقف الإغراء التي يتوقع أن تخترق المنظومة الفكرية في حال الاستسلام لها، بالإضافة إلى تنمية عملية الإمتناع الذاتي والاجتماعي لدى الفرد، مما يسهل تحقيق الكفاية الاجتماعية والنمو الأخلاقي لديه (حسن غولي وجبار العكيلي، ٢٠١٤، ١٠٩).

وتشير الأبحاث إلى أن الخصائص البارزة للإغراءات يمكن تعطيلها وتثبيطها من خلال آليات معرفية (Mischel, 1974). كما أن نية الفرد والاستراتيجيات التي يستخدمها في الإنغماس في الإغراءات يمكن أيضا استخدامها في مقاومة وتجنب هذه الإغراءات (Gollwitzer, 1999).

### ومن وسائل تجنب الإغراءات كما يعرضها بارك (2016) Park، ما يلي:

- ١- تجنب الأماكن التي قد يتعرض الفرد خلالها للإغراء.
- ٢- تجنب المواقف المغرية.
- ٣- تجنب الإلتقاء بأصدقاء قد يؤثروا على الفرد بأشياء أو أفكار مغرية.
- ٤- إدراك الآثار السلبية الناتجة من جراء الإنغماس في الإغراءات في الوقت الحاضر والمستقبل.
- ٥- التدريب على ضبط النفس عند التعرض للإغراء.
- ٦- إدراك الفائدة التي يجنيها الفرد من تجنبه للإغراءات التي يتعرض لها.

### ثانياً- الإرشاد المعرفي السلوكي:

تعد نظرية العلاج المعرفي السلوكي نتاج تداخل ثلاث مدارس وهي: ١- العلاج السلوكي ٢- العلاج المعرفي ٣- علم النفس الاجتماعي المعرفي، والتي تركز على إطار نظرية التعلم الاجتماعي لـ باندورا Bandura ، حيث يرى أن عملية التعليم تتم من خلال إدراك الناس لمواقف حياتهم ومن خلال تصرفاتهم التي تنتج عن المواقف البيئية التي تؤثر على سلوكهم بطريقة تبادلية (نفين السيد، ٢٠٠٩، ٣١٨).

### مفهوم الإرشاد المعرفي السلوكي

العلاج المعرفي السلوكي يقوم على مجموعة من المبادئ والإجراءات التي تفترض أن الاضطرابات السلوكية والأمراض النفسية والانفعالات السلبية ليست نتاجاً لقوى خفية تكمن في اللاشعور، ولكنها نتاج عمليات شعورية ناتجة عن التعلم والاستدلال الخاطئ الذي يكون سببها المعلومات غير الكافية وغير الصحيحة وعدم التمييز بين الواقع والخيال والتفكير غير السليم والوهمي التفكير غير العقلاني، ولما كانت كثير من المشكلات النفسية يمكن حلها عن طريق زيادة التركيز والفهم والتمييز وتصحيح المفاهيم الخاطئة، وتعلم اتجاهات أكثر تكيفاً؛ وحيث أن الاستبصار واختبار الواقع والتعلم جميعها عمليات معرفية من الدرجة الأولى (Beak, 2001, 443).

والإرشاد المعرفي السلوكي هو أحد التيارات العلاجية الحديثة، التي تهتم بصفة أساسية بالمدخل المعرفي للاضطرابات النفسية، وهدف هذا الأسلوب الإرشادي هو أقتناع المسترشد بأن معتقداته غير المنطقية وتوقعاته وأفكاره السلبية وعباراته الذاتية، هي التي تحدث ردود الأفعال الدالة على سوء التكيف، وهو يهدف بذلك إلى تعديل إدراكات المسترشد المشوهة، وأن يحل محلها طرق أكثر ملائمة وإيجابية في التفكير، وذلك من أجل إحداث تغييرات معرفية وسلوكية وانفعالية لدى المسترشد (لويس مليكة، ١٩٩٠، ٥٤).

ويعرف الإرشاد المعرفي السلوكي بأنه عبارة عن محاولة دمج الفنيات المستخدمة في الإرشاد السلوكي التي أثبتت نجاحها في التعامل مع السلوك ومع الجوانب المعرفية للمسترشد، بهدف إحداث تغييرات معينة في سلوكه (وصل الله السواط، ٢٠٠٨، ٢٢). كما يعرف صبحي الحارثي (٢٠١٣) الإرشاد المعرفي السلوكي على أنه أحد أساليب العلاج النفسي الحديثة والذي يستخدم أساليب وطرق أكثر إيجابية عن طريق دمج فنيات الإرشاد المعرفي وفنيات الإرشاد السلوكي معاً، مما يؤدي إلى مساعدة المسترشد على تطوير مهارته المعرفية وإعادة بناء أفكاره وممارسة سلوكيات أكثر إيجابية.

كما يشير عادل عبد الله (٢٠٠٠، ٢٣) إلى أن الإرشاد المعرفي السلوكي عبارة عن مجموعة من المبادئ والإجراءات التي تفترض أن العمليات المعرفية تؤثر في السلوك، وأن هذه العمليات تتغير من خلال الفنيات المعرفية والسلوكية. وتشتمل العمليات المعرفية على طرق تقييم الخبرات التي اكتسبها الفرد عن البيئة والذات معاً، وطرق التغلب على المشكلات الحالية ومواجهة الأحداث المستقبلية والتنبؤ بها.

وتعرف الباحثة الإرشاد المعرفي السلوكي بأنه أحد الأساليب العلاجية التي تركز في علاجها للمشكلات السلوكية على كل من فنيات العلاج السلوكي والعلاج المعرفي معاً، وأن السلوك المنحرف ناتج عن عمليات ومعتقدات معرفية مشوهة إذا ما تم تعديلها وإعادة بنائها بحيث تصبح أكثر عقلانية ومنطقية تعدل بالتبعية سلوك الفرد"

### أهمية العلاج المعرفي السلوكي

يعتبر العلاج المعرفي السلوكي من أبرز المداخل العلاجية التي لاقت اهتماماً بالغاً من طرف الباحثين، لاحتوائه على طرق واستراتيجيات فعالة تسهم في تغيير طريقة التفكير المغلوطة السلبية التي يبنها المريض اتجاه المواقف أو اتجاه العالم الخارجي، واستبدالها بأفكار إيجابية عقلانية، الأمر الذي يسهم في راحته النفسية والتخفيف من الاضطرابات النفسية التي تعتريه، وعلى الرغم من اختلاف الأطر النظرية الخاصة بالمنحى العلاجي المعرفي السلوكي،

إلا أنها تتفق على فكرة رئيسية وجوهرها أن سبب الاضطرابات النفسية هي اختلال في التفكير لدى الفرد، وتلك الأفكار السلبية الغير عقلانية التي يتبناها المريض إثر تفاعله مع البيئة المحيطة، ولو استطعنا تغيير تلك المعتقدات والخبرات يمكن لنا النهوض بطاقات الفرد والوصول إلى الصحة النفسية، كما أثبتت العديد من الدراسات سواء على المستوى الأجنبي أو العربي فاعليته في الحد من العديد من الاضطرابات والمشاكل النفسية المتمثلة في: القلق بأنواعه، الاكتئاب، الضغوط النفسية، الألم النفسي، العدوان، الغضب... الخ (هداية بن صالح، ٢٠١٦).

ويرى كيث (2010, 44) Keith أن العلاج المعرفي السلوكي ترجع أهميته إلى زيادة فاعليته النسبية في علاج المشكلات النفسية للفرد مقارنة بالعلاجات النفسية الأخرى والعلاج الدوائي، وايضا مقارنة بالعلاج المدمج والذي يعتمد على كل من العلاج الدوائي والعلاج المعرفي السلوكي معاً، كما ترجع أهميته إلى استمرار أثره على المدى البعيد، ولا يوجد فرق بين العلاج المعرفي السلوكي الجمعي والفردى من حيث الهدف والفاعلية.

تظهر أهمية العلاج المعرفي السلوكي في كونه أحد أهم أنواع العلاج الارشادي السلوكي، والذي شهدته السنوات الأخيرة والذي يستهدف إدخال العمليات المعرفية في مجال الإرشاد السلوكي، أي ما يعرف بالإرشاد المعرفي السلوكي والذي تعطى فيه الأهمية الكبرى للعمليات المعرفية في علاج انحرافات السلوك والذي يطلق عليه إعادة البناء المعرفي للفرد (المسترشد)، والذي يهتم منذ البداية بتعديل الأفكار اللامنطقية واللاعقلانية الآلية، وأن يحل محلها أفكار أكثر عقلانية ومنطقية، فكلما كانت أفكار الفرد أكثر عقلانية ومنطقية انعكس ذلك بالإيجاب على شخصيته والعكس (عادل عبد الله، ٢٠٠٠، ١٤٣).

### نماذج العلاج المعرفي السلوكي

هناك عدد من النماذج والاتجاهات التي تهتم بالعلاج المعرفي السلوكي أشهرها ما يلي:

١- نموذج أرون بيك للعلاج المعرفي السلوكي: يعد هذا النموذج من أكثر نماذج العلاج المعرفي السلوكي شيوعاً، والذي نشأت فكرته لدى بيك من خلال تجاربه العلاجية مع مرضى الاكتئاب؛ حيث وجد المرضى لديهم أفكار ومعتقدات لاعقلانية عن الفرد وبيئته المحيطة، والتي تتميز بأنها آلية ويتمسكون بها بشدة ويعتقدون أنها عقلانية ومنطقية بدرجة عالية على الرغم من عدم عقلانيتها وأنها السبب في عدم تكيفهم واضطرابهم النفسي، وفي هذا النموذج يتم الاستعانة ببعض فنيات السلوكية من أجل تعليم الفرد أو

المسترشد بعض المهارات التي من خلالها يتم تغيير المعتقدات والأفكار الآلية والسلبية عن ذات الفرد وعالمة المحيط به، من خلال تزويده بمعلومات ومدركات ومعارف ايجابية عن عالمة وعن ذاته لتحل محل تلك الأفكار السلبية التي من شأنها تشوية النواحي المعرفية والعقلانية لديه، وهذا النموذج يهدف إلى التعامل مع التفكير اللامنطقي الخاطئ والتشويهات المعرفية والتعامل مع المشكلات المختلفة ومحاولة حلها وتخفيفها (محمد محمود، وعلي أحمد، ٢٠١١، ١٧٨: هوفمان إس جاي، ٢٠١٢، ١٤). ومن مظاهر هذا النموذج كما أشار إليه حسين فايد (٢٠١٠: ٣٤) ما يلي:-

- ١- أن الاستدلال خاطئ أي أن الفرد يصل إلى استنتاجة دون وجود معلومات وأدلة كافية.
  - ٢- أن التجريد الانتقائي يتم الوصول من خلاله إلى استنتاج عنصر واحد من العناصر الكثيرة الممكنة.
  - ٣- المبالغة في التعميم أو عمل استنتاج من خلال نقطة بدأ تافهة.
  - ٤- التضخيم والتقليل اللذان يتضمنان أخطاء في الحكم على الأداء.
  - ٥- لوم الذات وهو إساءة تفسير الواقع وفقاً لأفكار سلبية واستنتاجات غير منطقية.
- ٢- نموذج ألبرت أليس المعرفي السلوكي: يسمى حالياً بالإرشاد أو العلاج العقلاني الانفعالي، حيث يرى أليس في نمودجه أن الأمراض النفسية تنشأ نتيجة تعلم الفرد وأكتسابه أفكار لا عقلانية من البيئة المحيطة والأشخاص المهمين خلال فترة الطفولة، بالإضافة إلى أفكار ينتجها الطفل واعتقادات وخرافات لا عقلانية، وبعد ذلك تنشط هذه الأفكار السلبية من قبل المحيطين من خلال الإيحاء الذاتي والتكرار، ولقد وضح أليس من خلال نمودجه أن لو حدث معين مثل الرسوب في الامتحان قد أثار استجابة انفعالية مثل الغضب أو الأكتئاب قد يبدو هذا الغضب أو الأكتئاب نشأ نتيجة الرسوب، ولكن في الواقع لا يكون الرسوب هو السبب الرئيس لأن الاستجابة الانفعالية ومقدارها تختلف باختلاف الطريقة التي يدرك الفرد بها الموقف ويفسره والتي تعد هي المسولة عن هذا الانفعال، مثل القلق الذي يرجع بالدرجة الأولى إلى الأفكار غير المنطقية لدى الشخص، ولكن عند مواجهة الفرد للأفكار اللاعقلانية ودحضها بشكل فعال فإن الاضطراب يصل إلى أقل مستوى أو يختفي (ناصر عبد العزيز، ٢٠٠٥، ١٣: محمد محمود، وعلي أحمد، ٢٠١١، ١٧٧).



٣- نموذج ميكينبوم للإرشاد المعرفي السلوكي: والذي يرى أن الأشياء التي يقولها الفرد لنفسه (الحوار الداخلي) تعد هي الأساس في تحديد السلوك الذي يقوم به فيما بعد، وأن الحوار الداخلي للفرد يخلق لديه الدافعية ويساعده في تصنيف مهاراته والناء المعرفي لديه، وتوجيه تفكيره للقيام بالسلوكيات والمهارات المطلوبة، كما يرى ميكينبوم أن تعديل سلوكيات الفرد يمر بخطوات متسلسلة في الحدوث تبدأ بالحوار الداخلي ثم البناء المعرفي وبعد ذلك ينتج السلوك، فالتفاعل بين الحوار الداخلي للفرد والبناء المعرفي لديه يعد السبب المباشر في عملية تغيير سلوك الفرد، كما يجب على الفرد استيعاب سلوكيات جديدة ايجابية بدلا من السلوكيات القديمة السلبية، وأن يقوم بعملية التكامل أي الإبقاء على بعض البناءات المعرفية القيمة لديه إلى جانب تكوين بناءات معرفية جديدة وإيجابية، كما يرى ايضا أن البناء المعرفي يحدد طبيعة الحوار الداخلي للفرد وأن الحوار الداخلي هذا يستطيع التغيير في البناء المعرفي بطريقة يسميها الدائرة الخيرة (محمد محمود، علي أحمد، ٢٠١١، ١٨٣).

### فنيات العلاج المعرفي السلوكي

ومن أساليب العلاج المعرفي السلوكي كما حددها عادل عبد الله (٢٠٠٠، ٣٢)

ما يلي:

١- إعادة البناء المعرفي: والذي يعتمد على تعديل اتجاهات وطريقة تفكير المسترشد، بحيث يكون أكثر عقلانية وإدراك أفكاره اللاعقلانية، واستبدالها بأفكار أكثر عقلانية وواقعية، تؤدي إلى تحسين نظرة المسترشد لذاته ونحو الآخرين والمستقبل، وتزيد من تكيفه مع المحيطين به.

٢- التدريب على التعليمات الذاتية: هذا الأسلوب مبني على افتراض أن الأفكار التي يقولها الناس لأنفسهم تحدد الأفعال التي يقومون بها، فالسلوك يتأثر بمظاهر متنوعة من الأنشطة الشخصية والاستجابات البدنية، وردود الأفعال الانفعالية والمعرفية. والتفاعل الداخلي المتبادل بين الأشخاص، وهي عبارة عن رسائل لفظية توجه السلوك.

٣- الواجب المنزلي: وهي مجموعة من المهام التي يؤديها المسترشد في المنزل من أجل استمرار العملية الإرشادية، ثم مناقشة العميل في هذا الواجب في الجلسة التالية وتقييمه.

- ٤- **الاسترخاء:** حيث يتم تدريب العميل على الاسترخاء لتهدئة المشاعر المضطربة والتغلب على المخاوف والقلق لدى المسترشد، ويكون الاسترخاء بتمارين وأساليب تهدف إلى توجيه المسترشد ليسترخي ويسيطر على التوتر العضلي والعصبي لديه.
- ٥- **التدريب على حل المشكلة:** يعد هذا الأسلوب بمثابة عملية معرفية انفعالية سلوكية يتمكن الفرد من خلالها تحديد واكتشاف وابتكار أساليب للتعامل مع المشكلات التي تواجهه.
- ٦- **التدريب التحصيلي ضد الضغوط:** هذا الأسلوب يساعد المسترشد على التعامل مع الضغوط التي تواجهه وبالتالي تزداد مقومته لها، وتتم من خلال تعليمه المهارات المتعلقة بذلك، ومن ثم تعريضه لموقف ضاغط ذي قوة كافية لاختبار مدى مقاومته لتلك الضغوط.
- ٧- **لعب الدور:** وهو أسلوب تعليمي إرشادي يتضمن قيام المسترشد بتمثيل دور معين بطريقة نموذجية تهدف إلى تعليمه دور معين أو فهم أفضل للمشكلات التي يواجهها.
- ٨- **النمذجة:** هي أسلوب الهدف منه تغيير سلوك المسترشد نتيجة ملاحظة لسلوك الآخرين، أو من خلال تعلمه العديد من الأنماط السلوكية عن طريق مجموعة من النماذج الحية المصورة أو من خلال مشاركته بملاحظة السلوك.
- ٩- **التعبير عن المشاعر:** يساعد هذا الأسلوب على تقليل مستوى التوتر لدى المسترشد وبالتالي الشعور بالارتياح النفسي بشكل أفضل، وتنفيس وتحرير المشاعر المؤلمة ويتم ذلك بشكل بناء وإيجابي.

### الدراسات السابقة

بعد إطلاع الباحثة على الدراسات السابقة ذات الصلة بطبيعة وأهداف الدراسة، وجدت ندرة شديدة في الدراسات السابقة التي استهدفت دراسة مفهوم مقاومة الإغراء من منظور تجريبي وإعداد برنامج لتنمية مقاومة الإغراء، حيث وجدت الباحثة عدد قليل من الدراسات التي اهتمت بمقاومة الإغراء ذات منحى تجريبي فمن هذه الدراسات كانت دراسة ماريوت (Marrott 1980) التي هدفت لمعرفة أثر مشاهدة القصص التلفزيونية على تنمية قدرة الأطفال على مقاومة الإغراء، حيث تكونت عينة الدراسة من (٣٦) تلميذ وتلميذة بالصف الثالث، تم تقسيمهم إلى ثلاث مجموعات، واستخدم في الدراسة مقياس السلوك الأخلاقي لـ (Stein 1967)، وتم تعريض المجموعات الثلاثة لمجموعة من القصص التلفزيونية في صورة عرائس مسرحية تعرض نماذج لمواقف مغرية وتقوم كل مجموعة من المجموعات الثلاثة بمشاهدة نفس هذه العروض مجموعة تلي الأخرى ثم يطلب من الأطفال الحكم على هذه المواقف من حيث أنها تستحق المكافئة أو العقاب، وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق دالة بين الأطفال في الحكم على

هذه السلوكيات حيث وجدت المجموعة الأولى أنه في نهاية القصة تمت مكافئة السلوك الصادق، ووجدت المجموعة الثانية أنه في نهاية القصة تمت مكافئة السلوكيات غير الشريفة، ووجدت المجموعة الثالثة أنه في نهاية القصة لا توجد أي مكافئة، وتشير نتائج هذه الدراسة إلى أن مقاومة الأطفال للإغراء أو الخضوع للإغراء يتأثر بشكل كبير بسلوكيات النموذج أو النماذج التي تمت مشاهدتها عبر شرائط الفيديو ومقدار المكافئة المقدمة للنموذج وسلوكيات النموذج التي أثرت على الأطفال.

واستهدفت دراسة جيل (1995) Gill التي حاولت معرفة أثر التنشئة الاجتماعية على مقاومة الإغراء، وذلك لدى عينة من أطفال المدارس بولاية بوسطن الأمريكية، حيث تكونت العينة من (133) طفل تراوحت أعمارهم ما بين (7-8) سنوات، وقام الباحث بتعريض أفراد العينة لمواقف يختبر من خلالها مدى مقاومتهم للإغراءات التي يتعرضون لها دون أن يشعروا بأن هناك من يراقبهم مثل وضع قطع نقدية أو حلوى أو بعض القصص أو لعب أمامهم، وأسفرت الدراسة عن وجود أثر للتنشئة الاجتماعية في مقاومة الأطفال للإغراء حيث فشل (29) طفل في مقاومة الإغراء بينما نجح (104) في ذلك.

بينما هدفت دراسة نيلسون (2013) Nelson معرفة العلاقة الارتباطية بين القدرة الخادعة (الإغراء) والنمو المعرفي لدى عينة من الأطفال قبل سن دخول المدرسة، كما تهدف الدراسة إلى معرفة العلاقة بين إغراء الأطفال وضغوط التنشئة الاجتماعية المتمثلة في أساليب المعاملة الوالدية، وتكونت عينة الدراسة من (32) طفل دون سن دخول المدرسة وأمهاتهم، وتم مشاركة الأطفال في مواقف تجريبية يتعرضون خلالها إلى الإغراء، ومن نتائج الدراسة تدني قدرة الأطفال على مقاومة الإغراءات التي يتعرضون لها من جهة المجرّب. كما توصلت الدراسة إلى أن الأطفال الذين لديهم ضعف في مقاومة الإغراء كانت أمهاتهم أكثر استبدادية، وعدائية لفظية، وتساهل.

وجاءت دراسة فيصل الدليمي (2014) تستهدف معرفة أثر برنامج إرشادي في تنمية مقاومة الإغراء لدى طلاب المرحلة الإعدادية، واستخدم الدراسة المنهج شبه تجريبي (تصميم المجموعتين إحداهما مجموعة تجريبية والأخرى مجموعة ضابطة مع اختبار قبلي وبعدي)، وتكونت عينة البحث من (30) طالباً من طلاب المرحلة الإعدادية تم اختيارهم بطريقة قسدية من مدرستين أحدهما تجريبية والأخرى ضابطة، وواقع (15) طالباً في كل مجموعة، وقد تم إجراء التكافؤ للمجموعتين في بعض المتغيرات، وتضمنت أدوات البحث مقياس مقاومة الإغراء

الذي أعده (غولي، ٢٠١١)، وكذلك قام الباحث بتطبيق برنامج إرشادي حسب النظرية المعرفية الاجتماعية البرت باندوار (بأسلوب النمذجة)، وتم تنفيذه من خلال برنامج إرشادي أُعد لغرض تنمية مقاومة الإغراء. وقد تكوّن البرنامج من (١٢) جلسة إرشادية، وبواقع (جلستين) في الأسبوع زمن الجلسة الواحدة (٤٥) دقيقة. وقد أظهرت النتائج أن للبرنامج الإرشادي أثرًا في تنمية مقاومة الإغراء لدى طلاب المرحلة الإعدادية.

### تعقيب على الدراسات السابقة

- ١- هناك ندرة شديدة في الدراسات التي تناولت بالدراسة مفهوم مقاومة الإغراء من منظور شبه تجريبي لدى المراهقين، فلم تجد الباحثة سوى أربعة دراسات منها ثلاثة بالبيئة الاجنبية وواحدة بالبيئة العربية، مما جعلنا في حاجة ماسة وملحة لدراسة مقاومة الإغراء من منظور شبه تجريبي وإعداد البرامج الإرشادية لتنميته في البيئة العربية وخاصة البيئة السعودية.
- ٢- هناك ندرة في الدراسات التي تناولت مفهوم مقاومة الإغراء لدى المراهقين، وخصوصًا لدى المراهقات بالمملكة العربية السعودية، مما يجعل الدراسة الحالية نواة لمزيد من الدراسات المستقبلية لدراسة وتنمية مقاومة الإغراء.
- ٣- تكتسب الدراسة الحالية أهمية مقارنة بالدراسات السابقة من حيث طبيعة عينة الدراسة وهي عينة المراهقات بالمملكة العربية السعودية، مما يجعل هذه الدراسة سابقة في الاهتمام بالمراهقات في الوطن العربي فيما يخص إعداد برنامج معرفي سلوكي لتنمية مقاومة الإغراء لديهم.
- ٤- تختلف الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة بمحاولة توفير برنامج إرشادي معرفي سلوكي لتنمية القدرة على مقاومة الإغراء لدى الفتيات المراهقات السعوديات.

### فروض الدراسة

من خلال عرض الدراسات السابقة والتراث البحثي يمكن صياغة فروض الدراسة كما يلي:

- ١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في اتجاه القياس البعدي على مقياس مقاومة الإغراء لدى عينة الدراسة من المراهقات.
- ٢- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة على مقياس مقاومة الإغراء لدى عينة الدراسة من المراهقات.

٣- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة الضابطة والتجريبية في القياس البعدي على مقياس مقاومة الإغراء في اتجاه المجموعة التجريبية لدى عينة الدراسة من المرهقات.

٤- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية بعد مرور شهرين على مقياس مقاومة الإغراء لدى عينة الدراسة من المرهقات.

### منهج وإجراءات الدراسة:

تعرض الباحثة في هذه الجزئية من الدراسة كل من منهج وإجراءات الدراسة وذلك

كما يلي:

### أولاً: منهج الدراسة:

استخدمت الباحثة في الدراسة الحالية المنهج شبه التجريبي، وذلك لأنه يتناسب مع فروض الدراسة الحالية؛ حيث يمثل البرنامج المعرفي السلوكي المتغير المستقل، المراد معرفة أثره على المتغير التابع والمتمثل في مقاومة الإغراء، ولمعرفة دلالة الفروق بين متوسطات القياس القبلي والبعدي والتتبعي، وقد تمت المقارنة بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية والضابطة في كل من القياس القبلي والبعدي، والتتبعي، وذلك لمعرفة أثر البرنامج في تنمية القدرة على تنمية مقاومة الإغراء لدى عينة الدراسة من المرهقات السعوديات (عينة تجريبية) مقارنة بغيرهم من المرهقات (عينة ضابطة).

### ثانياً: عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة من المرهقات وتم سحب العينة من المجتمع الأصلي بالطريقة العشوائية بحيث يكون لكل فرد نفس الفرصة في أن يكون أحد أفراد عينة الدراسة، وقد راعت الباحثة في اختيارها لأفراد العينة أن يكون أفراد العينة من سكان مدينة جدة، التي تتفق فيما بينها على كثير من العادات والتقاليد والعوامل الثقافية والاجتماعية، وذلك بهدف تثبيت متغير الثقافة الفرعية الذي قد يؤثر بشكل أو بآخر على متغيرات البحث التابعة والمراد دراستها، وتراوحت أعمار العينة بين (١٤-٢٢)، حيث تكونت من المرهقات بلغت العينة الأساسية ٢٠ مفردة (١٠ ضابطة، ١٠ تجريبية)، وللوصول إلى هذه العينة من الحاصلات على درجة منخفضة على مقياس مقاومة الإغراء أمكن تطبيق المقياس على عينة مكونة من ٢٠٠ مفردة وذلك عن طريق تصميم الاستبيان على بطريقة الكترونية وتم طرحه عبر الصفحة الشخصية على موقع التواصل الاجتماعي، وبعد توجه أفراد العينة لملئ الاستبيان وبعد تصحيح درجات المقياس أمكن أخذ مجموعتي الدراسة من المنخفضات على درجات مقياس مقاومة الإغراء، وتتراوح أعمارهن بين (١٤-٢٢) بلغ المتوسط العمري (١٦.٣٣) والانحراف المعياري (١.٥٣). وللتحقق من التكافؤ بين المجموعة الضابطة والتجريبية في القياس القبلي أمكن حساب الفروق بين المتوسطات الحسابية على مقياس مقاومة الإغراء لدى المرهقات ممن حصلن على درجة منخفضة على مقياس مقاومة الإغراء وبعد توزيع المرهقات على المجموعة التجريبية والضابطة بطريقة عشوائية، وبظهر جدول (١) الفروق بين المتوسطات الحسابية بين المجموعتين على مقياس مقاومة الإغراء.

جدول (١) الفروق بين المتوسطات للمجموعة الضابطة والتجريبية في القياس القبلي على مقياس مقاومة الإغراء لدى عينة الدراسة من المرهقات (ن = ١٠)

المتغيرات	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة ت	مستوى الدلالة	اتجاه الفروق
	ع	م	ع	م			
الإغراء المادي	١٩.٧٠	١.٤٢	١٩.٥٠	١.٣٥	٠.٣٢٣	غ د	-
الإغراء الجسدي العاطفي	١٩.٤٠	١.٧٨	١٨.٤٠	١.٥٠	١.٣٥٨	غ د	-
الإغراء العقلي الفكري	١٩.٣٠	١.٨٩	١٩.٨٠	١.٤٠	٠.٦٧٣	غ د	-
الدرجة الكلية	٥٨.٤٠	٣.٣١	٥٧.٧٠	١.٢٥	٠.٦٢٦	غ د	-
قيمة ت: أقل من ١.٩٦ غير دال، من ١.٩٦ : ٢.٥٨ دال عند ٠.٠٥، من ٢.٥٩ : ٣.٢٧ دال عند ٠.٠١، من ٣.٢٨ فأكثر دال عند ٠.٠٠١							

يتضح من خلال جدول (١) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة الضابطة والتجريبية في القياس القبلي على مقياس مقاومة الإغراء وأبعاده الفرعية مما يعطي مؤشر قوي على أن هناك تكافؤ قبل تطبيق البرنامج في درجة مقاومة الإغراء وأن أي تحسن يحدث لدى المجموعة التجريبية في مقاومة الإغراء يكون راجع بنسبة كبيرة إلى التدخل بالبرنامج المقترح في الدراسة الحالية.

### ثالثاً: أدوات الدراسة:

تتكون أدوات الدراسة من الآتي:

### مقياس مقاومة الإغراء:

قامت الباحثة بإعداد المقياس في دراسة سابقة (٢٠١٧) على البيئة السعودية لدى المرهقات المقيمت وغير المقيمت في مؤسسة رعاية الفتيات ويتكون المقياس من ٣٠ بند على شكل مواقف تتعرض فيها المراهقة ممن لديهن حاجة ما لموقف معين، ويمكن أن تشبع حاجاتها إذا سلكت سلوكاً معيناً، لكن القيام بهذا السلوك قد ينافي القيم والمعايير الأخلاقية. ويشمل مقياس مقاومة الإغراء ثلاثة أبعاد وهذه الأبعاد هي: البعد الأول: الإغراء المادي ويشمل عشرة بنود وهي (١-٢-٣-٦-١٠-١١-١٢-١٩-٢٠-٢٩)، البعد الثاني: الإغراء الجسدي العاطفي ويشمل عشرة بنود وهي (٤-٥-١٣-١٤-١٥-٢١-٢٢-٢٣-٢٤-٣٠)، البعد الثالث: الإغراء العقلي الفكري ويشمل عشرة بنود وهي (٨-٩-١٦-١٧-١٨-٢٥-٢٦-٢٧-٢٨). ويتم الإجابة على بنود المقياس وفقاً لقياس ليكرت الخماسي (تطبق تماماً = ٥، تنطبق أحياناً = ٤، تنطبق قليلاً = ٣، لا تنطبق = ٢، لا تنطبق إطلاقاً = ١) بالنسبة للعبارات السلبية تصحح بالعكس وهي العبارات التي تحمل الأرقام التالية: (١، ٢، ٤، ٦، ٨، ٩، ١٠، ١١، ١٢، ١٣، ١٤، ١٦، ١٧، ١٨، ١٩، ٢٣، ٢٥، ٢٧، ٢٨، ٣٠). وبذلك تكون أعلى درجة (١٥٠) وأدنى درجة (٣٠). والمتوسط الفرضي للمقياس كلما زاد مجموع الدرجات عنه دلّ على ارتفاع مقاومة الإغراء، وكلما انخفض مجموع الدرجات عنه دلّ على انخفاض مقاومة الإغراء.

ويتسم المقياس بخصائص جيدة من الثبات والصدق فقد أمكن عرض المقياس على عدد من المحكمين وقد أجمع معظم المحكمين على مناسبة تعليمات الاختبار وتحقيقها للهدف منه، الاتساق الداخلي بين أبعاد المقياس المختلفة والدرجة الكلية وبلغت معاملات الارتباط (٠.٨٠٢، ٠.٨٠٩، ٠.٨٩٨) الإغراء المالي المادي، الإغراء الجسدي العاطفي، الإغراء العقلي الفكري على التوالي وهي قيم جميعها تعبر عن خصائص سيكومترية جيدة للمقياس. كما يتسم المقياس بصدق المجموعات الطرفية من خلال استخراج مجموعة من المرتفعين على المقياس بما يشكل ٢٧٪ من العينة، وباستخراج مجموعة من المنخفضين على المقياس بما يشكل ٢٧٪ من العينة وأشارت المقارنة بين المجموعتين إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين مما يدل أن الدرجة الكلية للمقياس لها القدرة على التمييز فيما بين المجموعات وكما أمكن حساب صدق الارتباط بمحك خارجي من خلال الإعتماد على مقياس مقاومة الإغراء الذي أعدته (القرة غولي، ٢٠١١) محكاً خارجياً، وقامت بحساب صدق المحك بينه وبين المعد حيث بلغت قيمة الارتباط بين المقياسين (٠.٨٨).

وللتأكد من ثبات المقياس أمكن استخدام طريقة ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية. فبالنسبة لمعامل ألفا كرونباخ بلغت معاملات ألفا (٠.٧٢، ٠.٧٤، ٠.٧٦، ٠.٨٨) وذلك للأبعاد الفرعية وهي الإغراء المالي المادي، الإغراء العاطفي والجسدي، الإغراء العقلي الفكري والدرجة الكلية للمقياس على التوالي. وبالنسبة لثبات التجزئة النصفية أمكن حساب الثبات للمقياس ككل حيث بلغت قيمة الثبات بعد تصحيح أثر الطول بمعادلة سبيرمان براون (٠.٨٥)، وبلغت معاملات ثبات التجزئة النصفية للأبعاد الفرعية (٠.٧٥٤، ٠.٧١٠، ٠.٧٨٤) وذلك للأبعاد الفرعية وهي الإغراء المالي المادي، الإغراء العاطفي والجسدي، الإغراء العقلي الفكري على التوالي.

وفي الدراسة الحالية أمكن تطبيق المقياس الحالي على عينة بلغ قوامها ٦٠ مفردة من المراهقات بمنطقة جدة بالمملكة العربية السعودية بغرض التحقق من الخصائص السيكومترية، وأمکن حساب الاتساق الداخلي بين أبعاد المقياس والدرجة الكلية للمقياس حيث بلغت معاملات الارتباط (٠.٧٥٨، ٠.٨٢١، ٠.٧٩٨) وهي قيم جيدة للاتساق الداخلي، وكما بلغت معاملات الفأكرونيباخ (٠.٧٥٤، ٠.٧٧١، ٠.٧٣٦، ٠.٨٢١) للإغراء المالي المادي، الإغراء العاطفي والجسدي، الإغراء العقلي الفكري والدرجة الكلية للمقياس على التوالي وهي قيم جيدة للثبات. كما أمكن حساب ثبات التجزئة النصفية حيث بلغت معاملات الارتباط بين النصف الأول والثاني للأبعاد والدرجة الكلية (٠.٤٦٨، ٠.٦٠٩، ٠.٥٣٧، ٠.٧٦٧)، وبعد تصحيح معامل الثبات من أثر طول الاختبار بمعادلة سبيرمان براون بلغت معاملات الثبات (٠.٦٣٨، ٠.٧٥٧، ٠.٦٩٩، ٠.٨٦٨) وجميع القيام تعبر عن ثبات جيد للمقياس. وبهذا تعبر المؤشرات عن صدق وثبات جيد للمقياس مما يجعل الباحثة تطمئن على استخدام الأداة الحالية لدى عينة الدراسة.

## البرنامج المعرفي السلوكي لتنمية القدرة على مقاومة الإغراء لدى المراهقات (إعداد الباحثة).

يعرف حامد عبد السلام زهران (١٩٩٨، ١٠) البرنامج بأنه مجموعة من الإجراءات المنظمة التي تتضمن خدمة مخططة تهدف إلى تقديم المساعدة المتكاملة للفرد حتى يستطيع حل المشكلات التي يقابلها في حياته أو التوافق معها، وتعرف الباحثة البرنامج إجرائياً في هذه الدراسة على أنه "مجموعة من الإجراءات والجلسات المتتالية والقائمة على فنيات وإجراءات العلاج المعرفي السلوكي، والتي تستهدف تنمية القدرة على مقاومة الإغراءات المادية والفكرية والعاطفية والإغراءات، لدى عينة الدراسة من المراهقات السعوديات، وذلك خلال فترة زمنية محددة".

### ١- الأساس النظري للبرنامج:

اعتمدت الباحثة أثناء إعدادها لبرنامج العلاج المعرفي السلوكي والذي يستهدف تنمية قدرة الفتاة المراهقة على مقاومة الإغراءات، على عدد من المصادر، وهي:

(١)- مبادئ وفنيات العلاج المعرفي السلوكي في تصميم البرنامج وفقاً لاتجاهات ونموذج كل من ألبرت أليس وميكنيوم وأرون بيك، والتي تؤكد على أن السلوك نتاج لعمليات معرفية ومعتقدات فكرية، وأن السلوك والانفعالات السلبية يمكن تعديلها من خلال تعديل إدراك الفرد السليبي ومعتقداته وتفكيره الخاطيء عن الذات والبيئة المحيطة به؛ بحيث سلوكه يصبح أكثر تكيفاً.

(٢)- الإطلاع على نتائج البحوث والدراسات ذات الصلة بأهمية العلاج المعرفي السلوكي في دراسة وتعديل اتجاهات الفرد لمقاومة الإغراء، كدراسة (Marrott 1980) ودراسة Gill (1995) ودراسة (Nelson 2013) ودراسة فيصل الدليمي (٢٠١٤) وصبري الطراونة، (٢٠٠٠)؛ جودت عبدالهادي، (٢٠٠٠، ٧١)؛ صبري الطراونة، (٢٠١٤) وذلك على سبيل المثال لا الحصر.

(٣)- الإطلاع على عدد من الأطر النظرية التي أهتمت بمفهوم الإغراء ومقاومته نذكر منها على سبيل المثال (Hartshorne & May, 1928; Schwartz, Feldman, Brown, & Hemgarter, 1969; Roy, 1974; Hoffman, 1975; Gill, 1986; Bond & Robinson, 1988; Talwar & Lee, 1998) ومحمد القضاة (٢٠١٤)؛ حسن سهيل وجبار العكيلي (٢٠٠٨).



(٤) - الإطلاع على عدد من الدراسات التي استخدمت الإرشاد المعرفي السلوكي والتي أثبتت فاعليتها في علاج ما كانت تهدف إلى علاجه أو تنميتها من مظاهر سلوكية أو اضطرابات نفسية... إلخ والفنيات المعرفية والسلوكية المستخدمة في ذلك وكذلك الأطر النظرية، والتي نذكر منها على سبيل المثال صلاح الدين الضامن (٢٠١٧)، عادل عبد الله، (٢٠٠٠، ٣٢)، موفق بشار. (٢٠١٥)، وصل الله السواط. (٢٠٠٨).

## ٢ - أهمية البرنامج:

يمكن أن نحدد أهمية البرنامج بإيجاز في النقاط التالية:

- (أ) - أهمية الفئة التي يستهدفها البرنامج العلاجي وهم المراهقات وأهمية مرحلة المراهقة وما ينتابها من تغيرات فكرية اما أن تكون ايجابية أو سلبية فيما يتعلق بمواجه الغرائز وحل المشكلات.
- (ب) - أهمية المتغيرات التي يحاول البرنامج علاجها، وهي تنمية القدرة على مقاومة الإغراء المادي والجسدي والفكري.
- (ج) - يسهم البرنامج في تزويد مكتبة علم النفس ببرنامج معرفي سلوكي يستهدف تنمية القدرة على مقاومة الإغراء لدى المراهقات بالبيئة العربية وبالتحديد بالمملكة العربية السعودية.

## ٣ - أهداف البرنامج:

يهدف البرنامج إلى تحقيق هدف عام، وينبثق منه ثلاثة أهداف فرعية والتي تتحقق من خلال عدد من الأهداف الإجرائية والتي تمثل جلسات البرنامج، وهي كالتالي:

### أ- الهدف العام للبرنامج:

يتمثل الهدف العام للبرنامج في التحقق من مدى فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في تنمية القدرة على مقاومة الإغراء لدى عينة من المراهقات بالمملكة العربية السعودية.

### ب- الأهداف الفرعية للبرنامج:

يهدف البرنامج إلى تحقيق الأهداف الثلاث الفرعية التالية وهي:

- ١ - تنمية القدرة على مقاومة الإغراءات المادية التي تواجه الفتيات المراهقات.
- ٢ - تنمية القدرة على مقاومة الإغراءات الفكرية التي تواجه الفتيات المراهقات.
- ٣ - تنمية القدرة على مقاومة الإغراءات العاطفية والجسدية التي تواجه الفتيات المراهقات.

## ج - الأهداف الإجرائية للبرنامج.

يشتمل البرنامج ككل على عدد من الأهداف الإجرائية والتي تسعى الباحثة من خلالها إلى تحقيق الأهداف الفرعية الثلاثة للبرنامج، ومن ثم تحقيق الهدف العام للبرنامج، ونعرض للأهداف الإجرائية للبرنامج كما يلي:

- التعرف بين المسترشدين وبعضهم وبين المعالج والمسترشدين.
- تحقيق جو من الطمأنينة والألفة بين اعضاء الجماعة العلاجية وبعضهم والمعالج.
- التمهيد والتعريف بالبرنامج.
- التطبيق القبلي لمقياس مقاومة الإغراء.
- تنمية القدرة على ضبط النفس عند مواجهة الإغراء.
- التدريب على كيفية مقاومة الإغراء المادي الذي يتعرضون له من جهة الآخرين.
- تنمية قدرة المراهقات على مواجهة الإغراءات المادية الخاصة بممتلكات الآخرين في ظل وجود المراقبة الذاتية فقط.
- زيادة الوعي بأهمية مقاومة الإغراءات المادية.
- تقييم مدى استفادة المراهقات من جلسات مقاومة الإغراءات المادية.
- تنمية القدرة على مقاومة الافكار المتعلقة بالإغراءات الجسدية والعاطفية.
- التعرف على مدى استفادة المراهقات من كل الجلسات السابقة للبرنامج.
- تنمية القدرة على مقاومة الإغراءات الجسدية والعاطفية التي تتعرض لها الفتاة من جهة الآخرين.
- زيادة وعي المراهقات بأهمية مقاومة الإغراءات الجسدية والعاطفية.
- التقييم الشامل لمدى استفادة المراهقات من جلسات البرنامج ككل.
- التطبيق البعدي لمقياس مقاومة الإغراء.

#### ٤- مخطط جلسات برنامج الإرشاد المعرفي السلوكي في تنمية القدرة على مقاومة الإغراء:

تكون البرنامج من (١٠) جلسات إرشاد جمعي. الذي يعرف بأنه عملية تفاعل بين أعضاء الجماعة، والتي يشعر الفرد من خلالها بالأمن والطمأنينة، لقيامه بأساليب سلوكية جديدة أكثر فاعلية في تحقيق الذات والاستبصار بالسلوك المقبول اجتماعيًا، من أجل مواجهة المشكلات المختلفة والتفاعل السوي مع الآخرين (عزة ذكي، ١٩٨٩، ١٦). ولتوفير الوقت والجهد وتوفير بيئة للمسترشدين يشعر كل فرد خلالها أنه ليس الوحيد الذي يعاني من هذه المشكلات، وكذلك اتاحة الفرصة للمسترشدين في الاستبصار بمشكلاتهم وإيجاد حلول لها بأنفسهم أو بمساعد المعالج، وقد تم تطبيق جلسات البرنامج بصورة جماعية داخل أحد الغرف بمؤسسة رعاية الفتيات، والتي استغرقت ستة أسابيع بواقع جلستين في الأسبوع كل يوم سبت وخميس بما فيها جلسات التطبيق القبلي والبعدي كما أمكن تطبيق القياس التتبعي على المجموعة التجريبية بعد مرور شهرين، وكان زمن الجلسة يتراوح ما بين (٤٥ - ٦٠) دقيقة ويعرض الجدول التالي مخطط لجلسات البرنامج.

جدول (٢) مخطط لجلسات البرنامج والهدف من كل جلسة والفنيات المستخدمة فيها وزمن الجلسة

رقم الجلسة	هدف الجلسة	الاستراتيجيات والفنيات المستخدمة	زمن الجلسة
الجلسة الأولى	التعارف بين المسترشدين وبعضهم وبين المعالج والمسترشدين. تحقيق جو من الطمانينة والألفة بين أعضاء الجماعة العلاجية وبعضهم والمعالج. التمهيد والتعريف بالبرنامج. التطبيق القبلي لمقياس مقاومة الإغراء.	المحاضرة، والتعبير عن الذات والواجب المنزلي.	(٦٠ - ٤٥) دقيقة
الجلسة الثانية	- تنمية القدرة على ضبط النفس عند مواجهة الإغراء.	المحاضرة والحوار الجماعي والحوار الداخلي عند التعرض للإغراء وإعادة البناء المعرفي والتدعيم والواجب المنزلي.	(٦٠ - ٤٥) دقيقة
الجلسة الثالثة	التدريب على كيفية مقاومة الإغراء المادي الذي يتعرضون له من جهة الآخرين.	المحاضرة والارشاد الديني وإعادة البناء المعرفي والنمذجة والتدعيم الايجابي ولعب الأدوار والواجب المنزلي.	(٦٠ - ٤٥) دقيقة
الجلسة الرابعة	تنمية قدرة المراهقات على مواجهة الإغراءات المادية الخاصة بممتلكات الآخرين في ظل وجود المراقبة الذاتية فقط.	الحوار الجماعي والمحاضرة والارشاد الديني والحوار الداخلي لمراجعة الأفكار السلبية، والنمذجة والتدعيم الايجابي والواجب المنزلي.	(٦٠ - ٤٥) دقيقة
الجلسة الخامسة	زيادة الوعي بأهمية مقاومة الإغراءات المادية. تقييم مدى استفادة المراهقات من جلسات مقاومة الإغراءات المادية.	الحوار الجماعي والمحاضرة والارشاد الديني وإعادة البناء المعرفي، التعبير عن الذات، والتدعيم، والواجب المنزلي.	(٦٠ - ٤٥) دقيقة
الجلسة السادسة	تنمية القدرة على مقاومة الإغراءات الفكرية المادية.	إعادة البناء المعرفي والمحاضرة وطرح الأسئلة والارشاد الديني والتعبير عن الذات، والواجب المنزلي.	(٦٠ - ٤٥) دقيقة
الجلسة السابعة	تنمية القدرة على مقاومة الأفكار المتعلقة بالإغراءات الجسدية والعاطفية. التعرف على مدى استفادة المراهقات من كل الجلسات السابقة للبرنامج.	الحوار الداخلي والمحاضرة وطرح الأسئلة والنمذجة ولعب الأدوار والواجب المنزلي.	(٦٠ - ٤٥) دقيقة
الجلسة الثامنة	تنمية القدرة على مقاومة الإغراءات الجسدية والعاطفية التي تتعرض لها الفتاة من جهة الآخرين.	المحاضرة والنمذجة والحوار الداخلي والارشاد الديني والتدعيم الايجابي والواجب المنزلي.	(٦٠ - ٤٥) دقيقة
الجلسة التاسعة	زيادة وعي المراهقات بأهمية مقاومة الإغراءات الجسدية والعاطفية.	إعادة البناء المعرفي، الحوار الجماعي والمحاضرة، والارشاد الديني، والواجب المنزلي.	(٦٠ - ٤٥) دقيقة
الجلسة العاشرة	التقييم الشامل لمدى استفادة المراهقات من جلسات البرنامج ككل. التطبيق البعدي لمقياس مقاومة الإغراء.	الحوار الجماعي وطرح الأسئلة والتدعيم الايجابي.	(٦٠ - ٤٥) دقيقة

## نتائج الدراسة ومناقشتها

نتائج الفرض الأول والذي ينص على أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية في اتجاه القياس البعدى على مقياس مقاومة الإغراء لدى عينة الدراسة من المرهقات". وللتحقق من صحة الفرض أمكن استخدام اختبار ت للمقارنة بين المجموعات المترابطة ويمكن عرض نتائج الفرض كما هو موضح بجدول (٣).

جدول (٣) الفروق بين المتوسطات في القياس القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية على مقياس مقاومة الإغراء لدى عينة الدراسة من المرهقات (ن = ١٠)

المتغيرات	القياس القبلي		القياس البعدى		قيمة ت	مستوى الدلالة	اتجاه الفروق	قيمة حجم الأثر	مستوى حجم الأثر
	ع	م	ع	م					
الإغراء المادي	١٩.٥٠	١.٣٥	٣٢.١٠	٢.٦٠	١٣.٥٨٧	٠.٠٠١	البعدى	٠.٩٥	كبير
الإغراء الجسدي العاطفي	١٨.٤٠	١.٥٠	٣٤.٥٠	٢.١٢	١٩.٥٧٢	٠.٠٠١	البعدى	٠.٩٧	كبير
الإغراء العقلي الفكري	١٩.٨٠	١.٤٠	٣٣.٦٠	١.٧١	١٩.٧٣٧	٠.٠٠١	البعدى	٠.٩٧	كبير
الدرجة الكلية	٥٧.٧٠	١.٢٥	١٠٠.٢٠	٤.٣٩	٢٩.٤٢٩	٠.٠٠١	البعدى	٠.٩٩	كبير

قيمة ت: أقل من ١.٩٦ غير دال، من ١.٩٦ : ٢.٥٨ دال عند ٠.٠٥، من ٢.٥٩ : ٣.٢٧ دال عند ٠.٠١، من ٣.٢٨ فأكثر دال عند ٠.٠٠١

حجم التأثير: أقل من ٠.٥ تأثير ضعيف، من ٠.٥ إلى أقل من ٠.٨ تأثير متوسط، من ٠.٨ فأكثر تأثير كبير

يتضح من خلال الجدول السابق أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدى وفي اتجاه القياس البعدى حيث بلغت قيمة ت (١٣.٥٨٧، ١٩.٥٧٢)، (٢٩.٤٢٩، ١٩.٧٣٧) للأبعاد الإغراء المادي، الإغراء الجسدي العاطفي، الإغراء العقلي الفكري، والدرجة الكلية لمقياس مقاومة الإغراء على التوالي وهي قيم دالة عند مستوى دلالة ٠.٠٠١ في اتجاه القياس البعدى مما يعطي مؤشر قوي بأن البرنامج التدريبي أثر بشكل فعال حيث بلغت قيمة حجم الأثر (٠.٩٥، ٠.٩٧، ٠.٩٧، ٠.٩٩) للأبعاد الإغراء المادي، الإغراء الجسدي العاطفي، الإغراء العقلي الفكري، والدرجة الكلية لمقياس مقاومة الإغراء على التوالي وهي تدل على مؤشر حجم أثر ذات تأثير كبير.

لقد جاءت نتيجة الفرض الأول تنص على "وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدى لدى عين الدراسة التجريبية من المرهقات السعوديات"، وذلك في كل من الدرجة الكلية والأبعاد الفرعية لمقياس مقاومة الإغراء، وهذا يشير إلى نجاح البرنامج في تنمية القدرة لدى الفتيات المرهقات على مقاومة الإغراء.

وتفسر الباحثة نتيجة هذا الفرض في ضوء الدراسات التي تناولت بالدراسة مفهوم مقاومة الإغراء من منظور تجريبي، وكذلك الإطار النظري للدراسة، فمن هذه الدراسات والتي تتفق مع الدراسة الحالية ونتيجة هذا الفرض في أن التخطيط التجريبي والمعرفي السلوكي، يظهر مدى مقاومة الفرد للإغراءات وأثر التنشئة والتوجيه الخارجي في تنمية القدرة على مقاومة الإغراء، نذكر دراسة كل من (Marrott 1980) والتي استهدفت معرفة أثر مشاهدة القصص التلفزيونية على تنمية قدرة الأطفال على مقاومة الإغراء، ودراسة (Gill, 1995) التي حاولت معرفة أثر التنشئة الاجتماعية على مقاومة الإغراء، ودراسة (Nelson 2013) معرفة العلاقة الارتباطية بين القدرة الخادعة (الإغراء) والنمو المعرفي لدى عينة من الأطفال قبل سن دخول المدرسة.

كما تتفق نتيجة الفرض الأول مع ما توصلت إليه دراسة فيصل الدليمي (٢٠١٤) والتي استهدفت معرفة أثر برنامج إرشادي في تنمية مقاومة الإغراء لدى طلاب المرحلة الإعدادية، والتي كان من ضمن نتائجها وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي لدى عينة الدراسة التجريبية في مقاومة الإغراء وفي اتجاه القياس البعدي.

كما أثبتت العديد من الدراسات سواء على المستوى الأجنبي والعربي فاعلية العلاج الإرشادي المعرفي السلوكي في الحد من العديد من الاضطرابات والمشاكل النفسية المتمثلة في: القلق بأنواعه، الاكتئاب، الضغوط النفسية، الألم النفسي، العدوان، الغضب... الخ (هداية بن صالح، ٢٠١٦).

وايضا تشير الأبحاث إلى أن الخصائص البارزة للإغراءات يمكن تعطيلها وتثبيطها من خلال آليات معرفية (Mischel, 1974). كما تشير العديد من الأدبيات إلى أن تطور القدرة على الإغراء ومقاومة تعتمد على النمو المعرفي والأخلاقي والتدريب الذاتي على ضبط النفس (Talwar & Lee, 2008).

نتائج الفرض الثاني والذي ينص على أنه "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي لدى المجموعة الضابطة على مقياس مقاومة الإغراء لدى عينة الدراسة من المراهقات". وللتحقق من صحة الفرض أمكن استخدام اختبار ت للمقارنة بين المجموعات المترابطة ويمكن عرض نتائج الفرض كما هو موضح بجدول (٤).

جدول (٤) الفروق بين المتوسطات في القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة على مقياس مقاومة الإغراء لدى عينة الدراسة من المراهقات (ن = ١٠)

المتغيرات	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة ت	مستوى الدلالة	اتجاه الفروق	قيمة حجم الأثر	مستوى حجم الأثر
	ع	م	ع	م					
الإغراء المادي	١٩.٧٠	١.٤٢	١٩.٧٠	١.٧٧	٠.٠٠١	غ د	-	٠.٠٠	ضعيف
الإغراء الجسدي العاطفي	١٩.٤٠	١.٧٨	١٨.٩٠	١.٢٩	٠.٧٢١	غ د	-	٠.١٦	ضعيف
الإغراء العقلي الفكري	١٩.٣٠	١.٨٩	١٨.٨٠	٠.٧٩	٠.٧٧٣	غ د	-	٠.١٧	ضعيف
الدرجة الكلية	٥٨.٤٠	٣.٣١	٥٧.٤٠	٢.٥٠	٠.٧٦٢	غ د	-	٠.١٧	ضعيف

قيمة ت: أقل من ١.٩٦ غير دال، من ١.٩٦ : ٢.٥٨ دال عند ٠.٠٥، من ٢.٥٩ : ٣.٢٧ دال عند ٠.٠١، من ٣.٢٨ فأكثر دال عند ٠.٠٠١

حجم التأثير: أقل من ٠.٥ تأثير ضعيف، من ٠.٥ إلى أقل من ٠.٨ تأثير متوسط، من ٠.٨ فأكثر تأثير كبير

يتضح من خلال الجدول السابق أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي لدى المجموعة الضابطة؛ حيث بلغت قيمة ت (٠.٧٢١، ٠.٧٢١، ٠.٧٧٣، ٠.٧٦٢) للأبعاد الإغراء المادي، الإغراء الجسدي العاطفي، الإغراء العقلي الفكري، والدرجة الكلية لمقياس مقاومة الإغراء على التوالي وهي قيم غير دالة مما يعطي مؤشر قوي بأن ترك المجموعة الضابطة بدون تدخل تجريبي بواسطة البرنامج المعرفي السلوكي لم يؤدي إلى التحسن لدى المجموعة الضابطة وذلك من خلال المقارنة بين درجات المجموعة في القياس القبلي والبعدي للبرنامج ويظهر ذلك بوضوح من خلال حجم التأثير حيث بلغت قيمة حجم الأثر (٠.٠٠٠، ٠.١٦، ٠.١٧، ٠.١٧) للأبعاد الإغراء المادي، الإغراء الجسدي العاطفي، الإغراء العقلي الفكري، والدرجة الكلية لمقياس مقاومة الإغراء على التوالي.

جاءت نتيجة الفرض الثاني للدراسة ينص على "عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي على مقياس مقاومة الإغراء لدى المجموعة الضابطة من المراهقات"، وهذا يشير إلى أهمية التدخل العلاجي المعرفي السلوكي في تنمية القدرة على مقاومة الإغراء لدى المراهقات، كما تعزز وتؤكد نتيجة الفرض الثاني نتيجة الفرض الأول وما قدمته الباحثة من تفسير لها والذي يتضمن في مجمله نجاح البرنامج أو العلاج المعرفي السلوكي في تنمية القدرة على مقاومة الإغراء.

ونظرًا إلى الندرة الشديدة في الدراسات التي تناولت مقاومة الإغراء والتي يمكن الاستعانة بها في تفسير نتيجة الفرض الثاني، لذا سوف تستعين الباحثة في تفسير نتيجة هذا الفرض بما جاء بالأدبيات والأطر النظري للدراسة؛ حيث يقترح اقتراح Skinner (1953, 356) أن المتغيرات الموقفية التي تثير وتحافظ على قدرة الفرد على مقاومة الإغراءات تعتمد في جوهرها على القدرة على ضبط النفس، أو تحتاج إلى مهارات تنظيم الذات، لذلك نجد معظم نماذج مقاومة الإغراء اعتمدت على النمذجة أو نظرية التعلم الاجتماعي.

كما تشير العديد من الأدبيات إلى أن تطور القدرة على الإغراء ومقاومتها تعتمد على النمو المعرفي والأخلاقي والتدريب الذاتي على ضبط النفس (Talwar & Lee, 2008). وتشير العديد من الدراسات إلى أن الإغراءات تتطوي على جوانب من الرغبة في الحصول على المتعة التي تعد مكافئة أو حافز للإنغماس في تلك الإغراءات، فالإغراءات تثير مفهومي الإعجاب والرغبة اللذان يثيران لذات حسية بالدماع، (Berridge, Robinson & Aldridge, 2009). أي أن إذا تم التدخل بأسلوب علاجي شبة تجريبي معرفي سلوكي سوف يحسن من قدرة الفرد على مقاومة الإغراءات.

نتائج الفرض الثالث والذي ينص على أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة الضابطة والتجريبية في القياس البعدي على مقياس مقاومة الإغراء في اتجاه المجموعة التجريبية لدى عينة الدراسة من المرهقات". وللتحقق من صحة الفرض أمكن استخدام اختبار ت للمقارنة بين المجموعات المستقلة ويمكن عرض نتائج الفرض كما هو موضح بجدول (٥).

جدول (٥) الفروق بين المتوسطات للمجموعة الضابطة والتجريبية على مقياس مقاومة الإغراء لدى عينة الدراسة من المرهقات (ن = ١٠)

المتغيرات	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة ت	مستوى الدلالة	اتجاه الفروق	قيمة حجم الأثر	مستوى حجم الأثر
	ع	م	ع	م					
الإغراء المادي	١٩.٧٠	١.٧٧	٣٢.١٠	٢.٦٠	١٢.٤٦٩	٠.٠٠١	التجريبية	٠.٩٤	كبير
الإغراء الجسدي العاطفي	١٨.٩٠	١.٢٩	٣٤.٥٠	٢.١٢	١٩.٨٨٣	٠.٠٠١	التجريبية	٠.٩٨	كبير
الإغراء العقلي الفكري	١٨.٨٠	٠.٧٩	٣٣.٦٠	١.٧١	٢٤.٨٢٠	٠.٠٠١	التجريبية	٠.٩٨	كبير
الدرجة الكلية	٥٧.٤٠	٢.٥٠	١٠٠.٢٠	٤.٣٩	٢٦.٧٧٣	٠.٠٠١	التجريبية	٠.٩٩	كبير

قيمة ت: أقل من ١.٩٦ غير دال، من ١.٩٦ : ٢.٥٨ دال عند ٠.٠٥، من ٢.٥٩ : ٣.٢٧ دال عند ٠.٠١، من ٣.٢٨ فأكثر دال عند ٠.٠٠١

حجم التأثير: أقل من ٠.٥ تأثير ضعيف، من ٠.٥ إلى أقل من ٠.٨ تأثير متوسط، من ٠.٨ فأكثر تأثير كبير يتضح من خلال الجدول السابق أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة الضابطة والتجريبية في القياس البعدي وفي اتجاه المجموعة التجريبية؛ حيث بلغت قيمة ت (١٢.٤٦٩، ١٩.٨٨٣، ٢٤.٨٢٠، ٢٦.٧٧٣) للأبعاد الإغراء المادي، الإغراء الجسدي العاطفي، الإغراء العقلي الفكري، والدرجة الكلية لمقياس مقاومة الإغراء على التوالي، وهي قيم دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ٠.٠٠١ في اتجاه المجموعة التجريبية مما يعطي مؤشر قوي بأن البرنامج التدريبي أثر بشكل فعال حيث بلغت قيمة حجم الأثر (٠.٩٤، ٠.٩٨، ٠.٩٨، ٠.٩٩) للأبعاد الإغراء المادي، الإغراء الجسدي العاطفي، الإغراء العقلي الفكري، والدرجة الكلية لمقياس مقاومة الإغراء على التوالي وهي تدل على مؤشر حجم أثر ذات تأثير كبير.

جاءت نتيجة الفرض الثالث تنص على "وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة الضابطة والتجريبية في القياس البعدي على مقياس مقاومة الإغراء وفي اتجاه المجموعة التجريبية من المرهقات"، وهذه النتيجة تعزز وتؤكد ما توصلت إليه الدراسة في الفرض الأول وهو فاعلية البرنامج والعلاج المعرفي السلوكي في تنمية القدرة على مقاومة الإغراء لدى عينة الدراسة التجريبية من المرهقات والتي طبق عليها البرنامج الإرشادي والتزموا به وجلساته، في حين لم يتحقق أي تقدم ملحوظ لدى عينة الدراسة الضابطة لعدم تطبيق البرنامج الإرشادي عليها.

كما تفسر الباحثة نتيجة الفرض الثالث في ضوء الإطار النظري للدراسة. وهو أن العديد من الدراسات سواء على المستوى الأجنبي والعربي أكدت على فاعلية العلاج الإرشادي المعرفي السلوكي في الحد من العديد من الاضطرابات والمشاكل النفسية المتمثلة في: القلق بأنواعه، الاكتئاب، الضغوط النفسية، الألم النفسي، العدوان، الغضب... الخ (هداية بن صالح، ٢٠١٦). كما تشير العديد من الأدبيات إلى أن تطور القدرة على الإغراء ومقاومة تعتمد على النمو المعرفي والأخلاقي والتدريب الذاتي على ضبط النفس (Talwar & Lee, 2008). والعلاج المعرفي السلوكي يمتاز بقدرته على مساعدة المسترشدين على خفض حدة الصراعات الداخلية، وتحقيق الأهداف المطلوبة، وتقليل التصادم مع الآخرين المحيطين بالفرد (صلاح الدين الضامن، ٢٠١٧).

نتائج الفرض الرابع والذي ينص على أنه "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية بعد مرور شهرين على مقياس مقاومة الإغراء لدى عينة الدراسة من المرهقات". وللتحقق من صحة الفرض أمكن استخدام اختبارات للمقارنة بين المجموعات المترابطة ويمكن عرض نتائج الفرض كما هو موضح بجدول (٦).

جدول (٦) الفروق بين المتوسطات للقياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية على مقياس مقاومة الإغراء لدى عينة الدراسة من المرهقات (ن = ١٠)

المتغيرات	القياس البعدي		القياس التتبعي		قيمة ت	مستوى الدلالة	اتجاه الفروق	قيمة حجم الأثر	مستوى حجم الأثر
	ع	م	ع	م					
الإغراء المادي	٣٢.١٠	٢.٦٠	٣٢.٠٠	٣.٠٩	٠.٠٧٨	غ د	-	٠.٠٢	ضعيف
الإغراء الجسدي العاطفي	٣٤.٥٠	٢.١٢	٣٣.٦٠	٢.٨٠	٠.٨١١	غ د	-	٠.١٨	ضعيف
الإغراء العقلي الفكري	٣٣.٦٠	١.٧١	٣٣.٩٠	١.٤٥	٠.٤٢٣	غ د	-	٠.٠٩	ضعيف
الدرجة الكلية	١٠٠.٢٠	٤.٣٩	٩٩.٥٠	٥.٨٤	٠.٣٠٣	غ د	-	٠.٠٧	ضعيف

قيمة ت: أقل من ١.٩٦ غير دال، من ١.٩٦ : ٢.٥٨ دال عند ٠.٠٥، من ٢.٥٩ : ٣.٢٧ دال عند ٠.٠١، من ٣.٢٨ فأكثر دال عند ٠.٠٠١

حجم التأثير: أقل من ٠.٥ تأثير ضعيف، من ٠.٥ إلى أقل من ٠.٨ تأثير متوسط، من ٠.٨ فأكثر تأثير كبير



يتضح من خلال الجدول السابق أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس البعدي والتتبعي حيث بلغت قيمة ت (٠.٠٧٨، ٠.٨١١، ٠.٤٢٣، ٠.٣٠٣) للأبعاد الإغراء المادي، الإغراء الجسدي العاطفي، الإغراء العقلي الفكري، والدرجة الكلية لمقياس مقاومة الإغراء على التوالي وهي قيم غير دالة مما يعطي مؤشر قوي بأن التحسن الذي حدث بعد تطبيق البرنامج مازال مستمر لدى المجموعة التجريبية حيث أمكن تتبع النتائج من خلال التطبيق على المجموعة التجريبية بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج بمدة زمنية قدرها شهرين، ويظهر ذلك بوضوح من خلال حجم التأثير حيث بلغت قيمة حجم الأثر (٠.٠٢، ٠.١٨، ٠.٠٩، ٠.٠٧) للأبعاد الإغراء المادي، الإغراء الجسدي العاطفي، الإغراء العقلي الفكري، والدرجة الكلية لمقياس مقاومة الإغراء على التوالي وهذا يفسر بأن المجموعة التجريبية مازال التحسن الذي حدث في مقاومة الإغراء مازال مستمر لديهم.

لقد جاءت نتيجة الفرض الرابع تنص على "عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس البعدي والتتبعي على مقياس مقاومة الإغراء لدى المجموعة التجريبية من المراهقات المقيمت بمؤسسة رعاية الفتيات وذلك بعد مرور شهرين من أنتهاء تطبيق البرنامج"، وهذا يشير إلى نجاح البرنامج في تنمية القدرة على مقومة الإغراء لدى مراهقات العينة التجريبية واستمرار أثره في ذلك، كما ترى الباحثة أن نتيجة هذا الفرض تؤكد على التزام أفراد العينة التجريبية بما تم تعلمه وتحقيقه من أهداف خلال جلسات البرنامج، ورغبتهم في التغيير والتطوير من سلوكياتهم وعادة بنائهم المعرفي بصورة تكون أكثر ايجابية ومقبولة من جهة الفرد والمجتمع.

كما ترى الباحثة أن هذه النتيجة تتفق مع ما يراه (Keith, 2010, 44) في أن العلاج المعرفي السلوكي ترجع أهميته إلى زيادة فاعليته النسبية في علاج المشكلات النفسية للفرد مقارنة بالعلاجات النفسية الأخرى والعلاج الدوائي، وايضاً مقارنة بالعلاج المدمج والذي يعتمد على كل من العلاج الدوائي والعلاج المعرفي السلوكي معاً، كما ترجع أهميته إلى استمرار أثره على المدى البعيد. كما أن نية الفرد والاستراتيجيات التي يستخدمها في الإنغماس في الإغراءات يمكن أيضاً استخدامها في مقاومة وتجنب هذه الإغراءات (Gollwitzer, 1999). كما تشير العديد من الأدبيات إلى أن تطور القدرة على الإغراء ومقاومتها تعتمد على النمو المعرفي والأخلاقي والتدريب الذاتي على ضبط النفس (Talwar & Lee, 2008).

### التوصيات والمقترحات البحثية:

في ضوء نتائج الدراسة اقترحت الباحثة عدد من التوصيات والمقترحات البحثية وهي:

- ١- زيادة الوعي المجتمعي وخصوصًا لدى الشباب والفتيات بأهمية السمات الأخلاقية، وذلك من خلال الندوات العامة والإرشاد الديني والإعلامي.
- ٢- زيادة وعي الأسرة والمدرسة بأهمية دورهم في التنشئة الاجتماعية السليمة وتنمية النواحي الأخلاقية لدى الفرد منذ الطفولة.
- ٣- إجراء دراسة عن علاقة مقاومة الإغراء بكل وجهة الضبط وأساليب المعاملة الوالدية.
- ٤- إجراء دراسة عن علاقة مقاومة الإغراء بصورة الذات.

## قائمة المراجع

- أيمن شحاتة. (٢٠٠٨). الذكاء الأخلاقي وعلاقته ببعض متغيرات البيئة المدرسية والأسرية لدى طلاب الصف الأول الثانوي. رسالة ماجستير. كلية التربية، جامعة المنيا.
- جودت عبد الهادي. (٢٠٠٠). نظريات التعلم وتطبيقاتها التربوية. الأردن. الدار العلمية الدولية للنشر.
- حامد عبد السلام زهران. (١٩٩٨). التوجيه والإرشاد النفسي، الطبعة الثالثة، القاهرة، عالم الكتب.
- حامد عبد السلام زهران. (٢٠٠١). الصحة النفسية والعلاج النفسي. الطبعة الثالثة. الرياض، مكتبة العبيكان.
- حسن سهيل، وجبار العكيلي. (٢٠١٢). الإنسان ومقاومة الإغراء والاستهواء. بغداد، العراق، مكتبة اليمامة للنشر.
- حسن غولي وجبار العكيلي. (٢٠١٤). الإنسان ومقاومة الإغراء والاستهواء. عمان، مكتبة المجتمع العربي.
- حسن غولي، وجبار العكيلي. (٢٠١٤). سيكولوجية الوعي الذاتي والإقناع الاجتماعي. عمان، مكتبة المجتمع العربي.
- حسين فايد. (١٩٩٨). المضطربون سلوكياً - تشخيصاً - أسبابها - علاجه. الرياض، دار الزهراء.
- صبيح سعيد عوض الحارثي. (٢٠١٣). فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في تنمية الذكاء الإنفعالي وأثر ذلك في خفض حدة السلوك العدواني لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية. مجلة جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية - العلوم الإنسانية والاجتماعية - السعودية. (٢٩)، ١٤ - ٧٤.
- صبري الطراونة. (٢٠٠٠). العلاقة بين مقاومة الإغراء والضغط النفسي عند طلبة جامعة مؤتة. رسالة ماجستير. جامعة مؤتة، الأردن.

صبري الطراونة ومحمد أمين القضاة. (٢٠١٤). العلاقة بين مقاومة الإغراء وأنماط التفكير السائدة لدى الطلبة الجامعيين. *المجلة الأردنية في العلوم التربوية*. ١٠(١)، ٨٩-١٠٠.

صبري الطراونة. (٢٠١٠). بناء مقياس لمقاومة الإغراء لطلبة الجامعات في إقليم جنوب الأردن. *مجلة جامعة دمشق للعلوم التربوية والنفسية*. ٢٦(٢)، ٣١٧-٣٣٨.

صبري حسن خليل الطراونة. (٢٠١٦). تطوير مقياس لمقاومة الإغراء لطلبة الجامعات الأردنية ومطابقة فقراته مع نموذج أندريش في نظرة الاستجابة للفقرة. *مؤتة للبحوث والدراسات- العلوم الانسانية والاجتماعية- الأردن*. ٣١(٤)، ٢٩٧-٣٢٠.

صلاح الدين الضامن (٢٠١٧). فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي لخفض العجز المتعلم وتحسين المرونة النفسية لدى الأطفال المساء إليهم في المدارس الحكومية في لواء بني كنانة، *المجلة الأردنية في العلوم التربوية*. ١٣(٢)، ١٧١-١٩١.

عادل عبد الله محمد. (٢٠٠٠). *العلاج المعرفي السلوكي . الأسس والتطبيقات*. القاهرة. دار الرشاد.

عبد المطلب القريطي. (١٩٩٨). *الصحة النفسية*. القاهرة. دار الفكر العربي.

عزة حسين ذكي. (١٩٨٩). برنامج إرشادي لمواجهة مشكلة العدوانية لدى المراهقين الجانحين. *رسالة دكتوراة*. جامعة عين شمس. معهد الدراسات العليا للطفولة.

عزت إسماعيل. (١٩٨٨). *الغرور وأثره في الإنسان*. القاهرة. دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع.

علي الجنحي. (٢٠٠٧). *دور التربية في وقاية المجتمع من الانحراف الفكري*. المملكة العربية السعودية. منشورات جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية.

غولي القرة. (٢٠١١). الوعي الذاتي وعلاقته بالمواجهة الإيجابية ومقاومة الإغراء لدى طلبة الجامعة، *رسالة دكتوراه (غير منشورة)*. الجامعة المستنصرية. العراق.

فصيل جمعة عبد الله الدليمي. (٢٠١٤). أثر برنامج إرشادي في تنمية مقاومة الإغراء لدى طلاب المرحلة الإعدادية. رسالة ماجستير. كلية التربية للعلوم الإنسانية، جامعة ديالى- العراق.

لويس كامل مليكة. (١٩٩٠). العلاج السلوكي وتعديل السلوك. الكويت. دار القلم للنشر والتوزيع.

محمد محمود محمد، وعلي أحمد سيد. (٢٠١١). العلاج النفسي السلوكي المعرفي الحديث. الرياض، دار الزهراء.

مشاعل الحسين البركاتي الشريف. (٢٠١٧). استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية وعلاقتها كل من الحاجات النفسية ومقاومة الإغراء والشققة بالذات لدى المراهقات المقيّمات وغير المقيّمات بمؤسسة رعاية الفتيات بالمنطقة الغربية بالمملكة العربية السعودية، رسالة دكتوراه (غير منشورة)، مقدمة لقسم علم النفس، كلية التربية، جامعة الملك خالد، المملكة العربية السعودية.

موفق سليم بشارة. (٢٠١٥). الذكاء الروحي وعلاقته بمقاومة الإغراء لدى طلبة جامعة الحسين بن طلال. مجلة كلية التربية. جامعة عين شمس. ١ (٣٩)، ٣٠٧-٣٤٢.

ناصر بن عبد العزيز عمر. (٢٠٠٥). تقييم فعالية العلاج العقلاني الانفعالي في خفض درجة القلق والأفكار اللاعقلانية لدى مدمني المخدرات، رسالة ماجستير. كلية الدراسات العليا، جامعة نايف للعلوم الأمنية.

نفين صابر عبد الحكيم السيد. (٢٠٠٩). ممارسة العلاج المعرفي السلوكي في خدمة الفرد لتعديل السلوك. . اللاتوافقي للأطفال المعرضين للانحراف. مجلة كلية الآداب بجامعة حلوان. (٢٦)، ٣١٢-٣٤٥.

هداية بن صالح. (٢٠١٦). فعالية برنامج علاجي معرفي سلوكي في خفض حدة الضغوط النفسية لدى المراهق المتمدرس. رسالة دكتوراه. قسم علم النفس- كلية العلوم الإنسانية والعلوم الاجتماعية، جامعة تلمسان. الجزائر.

هوفمان إس جاي. (٢٠١٢). العلاج المعرفي السلوكي المعاصر. ترجمة: مراد علي عيسى. القاهرة. دار الفجر للنشر والتوزيع.

وصل الله بن عبدالله حمدان السواط. (٢٠٠٨). فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في تحسين مستوى النضج - المهني وتنمية مهارة اتخاذ القرار المهني لدى طلاب الصف الأول ثانوي بمحافظة الطائف. رسالة دكتوراه. جامعة أم القرى، المملكة العربية السعودية.

- Beak, A. (2001). **Cognitive Therapy and the Emotional Disorders**. International Universities press. INC, New York.
- Berger, L. P. (1981). The resistance to temptation paradigm with modeling – a review. **Master of Arts Department of Psychology**. Western Michigan University.
- Berridge, K. C., Robinson, T. E., & Aldridge, J. W. (2009). Dissecting components of reward: ‘liking’, ‘wanting’, and learning. **Current Opinion in Pharmacology**, 9(1), 65–73.
- Bond, C. F., J. r., & Robinson, M. (1988). The evolution of deception. **Journal of Nonverbal Behavior**. 12, 295–307.
- Crockett, M., Braams, B. , Clark, L., Tobler, P., Robbins, T & Kalenscher, T. (2013). Restricting Temptations: **Neural Mechanisms of Precommitment Neuron**. 79 ( 2), 391–401.
- Evans, A. D., Xu, F., & Lee, K. (2011). When all signs point to you: Lies told in the face of evidence. **Developmental Psychology**. 47, 39–49.
- Fishbach, A, Friedman, R, & Kruglanski, B. (2003). Leading Us Not Unto Temptation: Momentary Allurements Elicit. **Journal of Personality and Social Psychology**. 84( 2), 296–309.
- Fry, P.S. (1975). The resistance to temptation: .inhibitory and disinhibitory effects of models in children from India and the United States. **Journal of Cross–Cultural Psychology**. 6, 189–202.
- Fujita, K. (2011). On Conceptualizing Self–Control as More Than the Effortful Inhibition of Impulses. **Personality and Social Psychology Review**. 15(4), 352–366.

- Gill, R. W. (1986). A Survey of the literature on moral judgment, resistance to temptation in boys and maternal discipline styles. **Ph.D.** Temple university graduate board.
- Gill, W. (1995). A survey of the literature on moral judgment, resistance to temptation in boys and maternal discipline styles. **Dissertation Abstract AAC9527473.**
- Gollwitzer, P. M. (1999). Implementation intentions: strong effects of simple plans. **American Psychologist.** 54(7), 493-521.
- Hartshorne, H., May, M. A. (1928). **Studies in the Nature of Character**, Vol I Studies in Deceit New York Macmillan.
- Hoch, S. J., & Loewenstein, G. F. (1991). Time-inconsistent preferences and consumer self-control. **Journal of Consumer Research.** 2, 492-507.
- Hoffman, J. (1975). Moral internalization, power, and parent-child interaction. **Developmental Psychology.** 11, 228-239.
- Hoffman, M. L. (1979). Identification and imitation in children. San Francisco, California: **Paper presented at the biennial meeting of the Society for Research in Child Development**, March 15-18.
- Keith, S. (2010). Handbook of cognitive behavioral therapies. New York: The guilford press.
- Lazarus, A. (1985). New methods in psychotherapy: A case study. **South African Medical Journal**, 32, 660 - 664.
- Lewis, M., Stanger, C., & Sullivan, M. (1989). Deception in 3-year-olds. **Developmental Psychology**, 25, 439-443.

- Loewenstein, G. (1996). Out of Control: Visceral Influences on Behavior. **Consciousness and Cognition**, 65(3), 272–292.
- Marrott, D. D. (1980). The effect of televised stories on responses to temptation. **Ph.D.** Department of Psychology. Brigham Young University.
- Marshal, D. (2010). **Temptation, Tradition and Taboo: A Theory of sacralization American sociological Association.** Washington.
- Mills, J. (2003). **Changes in moral attitudes following temptation,** EBSCO publishing.
- Mischel, W. (1974). Processes in delay of gratification. **Advances in Experimental Social Psychology**. 7, 249–292.
- Nelson, A. (2013). Preschoolers' temptation resistance and rule violation: the influence of parenting style and self-regulation. **Ph.D.** Mills College.
- Nicole, L., Mead, A., & Roy, F. (2009). Among four condition self – control resource devolution, **journal of experimental social psychology**. 45(2)594–597.
- Park, S. H. (2016). The Impact of Individual's Beliefs on Overcoming Temptations. **Ph.D.** Department of Psychology and Neuroscience Duke University.
- Perry, D.G., Bussey, K., & Perry, L.C. (1975). Factors influencing the imitation of resistance to deviation. **Developmental Psychology**. 11, 724–731.
- Polak, A., & Harris, P. L. (1999). Deception by young children following noncompliance. **Developmental Psychology**, 35, 561–568.



- Roy, R. E. (1974). Internal-External Locusop Control, Resistance to Temptation, and Guilt after transgression. **Ph.D.** Faculty of The Graduate College in the University of Nebraska.
- Schwartz, S , Feldman, K , Brown, M., & Hemgarter, A. (1969). Some personality correlates of conduct in two situations of moral conduct. **Journal of Personality**. 1969, 37, 41-57.
- Skinner, B. F. (1953). **Science and Human Behavior**. Glencoe, Illinois: Free Press.
- Stein, A.H. (1967). Imitation of resistance to temptation. **Child Development**. 38, 157-169.
- Talwar, V., & Lee, K. (2008). Little liars: Origins of verbal deception in children. In S. Itakura & K. Fujita (Eds.), **Origins of the social mind: Evolutionary and developmental views** (pp. 157-178). New York, NY: Springer.
- Talwar, V., & Lee, K. (2008). Social and cognitive correlates of children's lying behavior. **Child Development**. 79, 866-881.
- Trope, Y., & Fishbach, A. (2000). Counteractive self-control in overcoming temptation. **Journal of Personality and Social Psychology**. 79(4), 493-506.
- Wright, O.(1991). **The psychology of moral behavior**. Penguin: Books.