



كلية التربية

إدارة: البحوث والنشر العلمي (المجلة العلمية)

=====

تدريس بعض المهارات المهنية بمدخل حل المشكلات وأثرها في الحد من الضغوط النفسية وسلوك التمرد لدى الطلاب المراهقين

إعداد

د/ هاجر محمد رضا عبد الرازق

مدرس المناهج وطرق تدريس الإقتصاد المنزلي
بقسم العلوم التربوية والنفسية كلية التربية النوعية جامعة بنها

hagar.abdlrazek@fsed.bu.edu.eg

﴿المجلد التاسع والثلاثون- العدد التاسع- سبتمبر ٢٠٢٣ م﴾

http://www.aun.edu.eg/faculty_education/arabic

المستخلص:

استهدف البحث الحالي دراسة أثر تدريس بعض المهارات المهنية بمدخل حل المشكلات في الحد من الضغوط النفسية وسلوك التمرد لدى الطلاب المراهقين، ولتحقيق هدف البحث تم استخدام المنهج التجريبي ذي المجموعة الواحدة، عددهم ٢٥ من طلاب الصف الخامس الابتدائي، وتم تطبيق أدوات البحث المتمثلة في مقياس الضغوط النفسية، ومقياس التمرد، كما تم تصميم مجموعة من الأنشطة التدريسية لبعض المهارات المهنية بمدخل حل المشكلات، وعرضها على الطلاب مجموعة البحث، وقد أظهرت نتائج البحث وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب الصف الخامس من المرحلة الابتدائية ممن يُمثلون المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس الضغوط النفسية بأعباء مختلفة لصالح التطبيق القبلي، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب الصف الخامس من المرحلة الابتدائية ممن يُمثلون المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس سلوك التمرد بعبء لصالح التطبيق القبلي، مما يعني فاعلية تدريس بعض المهارات المهنية بمدخل حل المشكلات في الحد من الضغوط النفسية وسلوك التمرد لدى الطلاب المراهقين، وأوصت الباحثة بتدريس المهارات المهنية المناسبة للطلاب المراهقين بمدخل حل المشكلات لتفادي إصابة الطلاب المراهقين ببعض الاضرار النفسية والسلوكية.

الكلمات المفتاحية: المهارات المهنية، حل المشكلات، الضغوط النفسية، سلوك التمرد.

Abstract:

The current research aimed to study the effect of teaching some professional skills with a problem-solving approach in reducing psychological stress and rebellious behavior among adolescent students. To achieve the goal of the research, an experimental approach was used with one group, 25 students in the fifth grade of primary school, and the research tools represented by the stress scale were applied. Psychological and rebellion scales. A group of teaching activities for some professional skills with a problem-solving approach was designed and presented to the students in the research group. The results of the research showed that there were statistically significant differences between the average scores of the fifth grade students of primary school who represent the experimental group in the two pre-test applications. The posttest of the Psychological Pressure Scale with various dimensions is in favor of the pretest application, and there are statistically significant differences between the average scores of the fifth grade students of primary school who represent the experimental group in the pretest and posttest applications of the Rebellious Behavior Scale with a posttest in favor of the pretest application, which means the effectiveness of teaching some professional skills with a problem-solving approach. In reducing psychological pressure and rebellious behavior among teenage students, the researcher recommended teaching appropriate professional skills to teenage students with a problem-solving approach to avoid teenage students suffering from some psychological and behavioral disorders.

Keywords: professional skills, problem solving, psychological stress, rebellious behavior .

المقدمة:

يلعب التعليم دورًا محوريًا في تشكيل التطور المعرفي والعاطفي والاجتماعي للمتعلمين، فقديمًا كان التركيز الأساسي للمدارس على نقل المعرفة الأكاديمية والمهارات المعرفية، إلى أن أصبح دمج تنمية المهارات المهنية في مناهج المدارس أحد الجوانب الحيوية التي تحظى بالاعتراف، ويتمشى هذا التكامل مع الفهم المتطور للتعليم كوسيلة لإعداد الطلاب ليس فقط للنجاح الأكاديمي ولكن أيضًا لكفاءات الحياة العملية.

والتربية بمفهومها الكلي هي تربية مهنية أو يجب أن تكون، وأن جميع الجهود التربوية يجب أن تركز لإعداد الطالب لوظيفة مفيدة يمارس من خلالها مهنة يستفيد منها المجتمع، وهي نتاج الجهد الكلي للتعليم العام وتهدف إلى مساعدة الأفراد ليصبحوا على ألفة ودراية بقيم العمل وتوظيفها في حياتهم الشخصية بطريقة يصبح معها العمل ممكنًا ومفيدًا (أحمد عايش، ٢٠٠٨).

والمهارات المهنية هي نمط من أنماط التعليم الذي يقدم لجميع الطلاب بهدف إكسابهم مهارات مهنية أساسية وغرس اتجاهات إيجابية لديهم نحو المهن والعاملين بها، وتقدم للمتعلم من خلال منهج مستقل أو منهج تكاملي، أو منهج أنشطة صفية (أحمد الطويسي، ٢٠١٢).

فالهدف الرئيسي للتربية المهنية هو بناء شخصية المتعلم من خلال إكسابه معارف مناسبة ومهارات عملية أساسية واتجاهات صحيحة لتحقيق أداء ما بمستوى محدد يؤهله لممارسة مهنة معينة، فضلًا عن تفهم طبيعة الأداء المرتبط بالمهنة والمهارات العملية التي تعتبر ركنا أساسيا من أركان عملية التربية المهنية. (طارق العاني وأكرم الجميلي، ٢٠٠٠)

وتهدف التربية المهنية إلى تمكين الطلاب من اكتساب المهارات العملية والمفاهيم المعرفية المرتبطة بها، في جوانب مهنية متعددة تخدم برامج إعداد الطلاب ليكونوا مواطنين منتجين، لديهم قاعدة عريضة من المهارات التي تمكنهم من التكيف مع واقع الحياة ومتطلباتها. (خالد أبو شعيرة، ٢٠١١).

وأكدت العديد من الدراسات على أهمية ممارسة الطلاب للمهارات المهنية المناسبة لأعمارهم وتطورهم، كدراسة كل من (Lipka et al., Eccles & Gootman, (2002)، خالد أبو شعيرة، (٢٠١١)، Zins et al., (2004)، أحمد عايش، (٢٠٠٩)، أحمد الطويسي، (٢٠٠٣)، (Lent et al., (1994)، محمود حسنين عشعش، (٢٠١٩). حيث أكدت تلك الدراسات أن دمج تنمية المهارات المهنية في التعليم يمثل نقلة نوعية نحو التعليم

الشمولي، فهو لا يعزز القدرات العملية للطلاب فحسب، بل يعزز أيضاً نموهم المعرفي والعاطفي والاجتماعي. ومع إدراك المعلمين وصناع السياسات التعليمية بشكل متزايد لأهمية إعداد الطلاب لعالم متعدد الأوجه، يصبح إدراج المهارات المهنية المناسبة لأعمارهم أمراً حتمياً، مما يضمن تجهيز الطلاب بشكل جيد لمواجهة التحديات الأكاديمية والمتطلبات العملية لحياتهم المستقبلية.

فيما أكدت دراسة كل من (Arum & Roksa, (2011)، (Blumberg, (2012)، (Rogowski & Lee, (2016)، (خالد أبو شعيرة، (٢٠١١) أن تعليم المهارات المهنية للطلاب يمكن أن يساعدهم على تطوير إحساسهم بالمسؤولية، واستكشاف اهتماماتهم ومواهبهم، واكتساب المهارات التي يحتاجونها للنجاح في الحياة العملية، وتحسين تحصيلهم الأكاديمي، وتقليل معدلات التسرب من التعليم، فيما أكد المجلس العلمي للبحوث بواشنطن National Research Council. (2012) على ضرورة أن توفر لجميع الطلاب الفرصة للمشاركة في برامج تعليم المهارات المهنية.

وأشار المعهد الوطني للصحة العقلية (٢٠٢٢)، والجمعية الأمريكية لعلم النفس (٢٠٢٠) أن هناك ضغوط نفسية لدى الطلاب، وأن انتشار مشاكل الصحة النفسية بين الأطفال والمراهقين أخذ في الازدياد، ومن المهم ملاحظة أن الضغوط النفسية بين طلاب المدارس يمكن أن يكون لها تأثير كبير على تحصيلهم الأكاديمي، وعلاقاتهم الاجتماعية، ورفاههم بشكل عام.

ويمكن أن يشكل الضغط النفسي تحدياً كبيراً للطلاب، وقد يعانون من التوتر بسبب مجموعة متنوعة من المصادر، مثل الضغط الأكاديمي، وضغط الأقران، والمشاكل العائلية، ووسائل التواصل الاجتماعي، وهذا ما أكدت عليه العديد من الدراسات مثل دراسة كل من (Duckworth & Seligman, (2005)، (Eisenberg, Spinrad, (٢٠٢٢)، (Masten, (2001) و (Sadovsky, & (2006)، (Cohen & Williamson, (1988)، (Almaaitah, M (2022)، وآخرون (٢٠١٤)، (إنعام أحمد عبد الحليم. (٢٠٢٢)، (عبدالله أحمد الزهراني. (٢٠٢٠)، (كحلي بوطاس (٢٠١٦)، (نايف فدعوس علوان. (٢٠١٨). (هند عبدالله وآخرون. (٢٠٢١).

في حين تعتبر ممارسة بعض المهارات المهنية وسيلة فعالة لإدارة الذات وإدارة الضغوط النفسية، وتساعدهم على الحفاظ على تركيزهم والتحكم في عواطفهم، والتعامل مع التوتر والشدائد بشكل فعال، وإقامة علاقات إيجابية مع أقرانهم ومعلميهم وأفراد أسرهم.

ومن المهم أن نلاحظ أن التعليم المهني لا يقتصر فقط على إعداد الطلاب لوظائف محددة. ويتعلق الأمر أيضاً بمساعدة الطلاب على تطوير المهارات والمعرفة التي يحتاجون إليها لتحقيق النجاح في أي مهنة يختارونها، حيث يمكن للتعليم المهني أن يساعد الطلاب على تطوير مهارات التفكير النقدي، ومهارات حل المشكلات، ومهارات الاتصال. ويمكن أن يساعدهم أيضاً على تطوير أخلاقيات العمل لديهم وقدرتهم على العمل بشكل مستقل وكجزء من الفريق. وهذا ما أكدت عليه الجمعية الوطنية للتطوير الوظيفي (2010) Vocational Skills for Early Adolescents ، والرابطة الوطنية لمديري التعليم المهني بالولايات المتحدة الأمريكية (2008) Vocational Education for Early Adolescents ، حيث اوصت بممارسة بعض المهارات المهنية للطلاب المراهقين المناسبة لعمرهم، مثل مهارات الإدارة الذاتية، وحل النزاعات والخلافات الأسرية، ومهارات الترشيد والإدارة، وتنظيم الوقت والمهام، ومهارات إعادة التدوير واستغلال الموارد المتاحة، ومهارات السلامة والإسعافات الأولية، ومهارة التخطيط لإعداد وجبات صحية متوازنة، ومهارة العناية بالأقمشة والملابس الشخصية، ومهارات إدارة التوتر والغضب لدى طلاب المدارس، ويساعدهم ذلك في التغلب على التحديات التي يواجهونها وتحقيق النجاح، والحد من الضغوط النفسية وسلوك التمرد.

ومن خلال التدريس بمدخل حل المشكلات يمكن أن يكون له أثر إيجابي في التقليل من الضغط النفسي والسلوك التمردى لدى طلاب المدارس، حيث تشير الدراسات مثل دراسة فتيحة جخدم (٢٠١١) و (Compas et al., 2017)، Bandura, (1997)، Masten, (2001)، عبد الله عبد الله، مسعود بوطاف (٢٠١٨)، (Moattari et al. 2018)، Brown, (2016)، أمل عبد الله، آلاء عبد العزيز. (٢٠٢١) إلى أن التدريس بمدخل حل المشكلات يمكن أن يساعد الطلاب على إدارة التوتر بشكل فعال والانخراط في سلوكيات أكثر تكييفاً.

ويمكن أيضاً أن يكون للتدريس بمدخل حل المشكلات تأثير إيجابي في الحد من سلوك التمرد لدى الطلاب من خلال تعليمهم كيفية معالجة المشكلات بشكل بناء، فيصبحوا أقل عرضة للانخراط في سلوك تخريبي أو متحدي، وهذا ما أكدت عليه دراسة كل من عماد الدين حسن (٢٠١٥) ، (Walker & Sprague, 1999)، Johnson & Johnson, (2019)، Jolivet et al., (2017)، ودراسة فهمي خليل (٢٠٢٢)، عماد الدين حسن. (٢٠١٥).

وخلصت العديد من تلك الدراسات إلى أن استراتيجيات حل المشكلات فعالة في خفض الضغط النفسي والسلوك التمردى لدى الطلاب، وتمكنهم من التعامل مع الضغوطات، وتعزيز كفاءتهم الذاتية، وتعزيز المرونة. بالإضافة إلى ذلك، تعلم استراتيجيات حل المشكلات استجابات بديلة للصراعات، والتواصل الفعال، وحل النزاعات، مما يساهم في تقليل السلوك المتمرد، ويمكن أن يلعب تنفيذ التدريس بمدخل حل المشكلات في المدارس دوراً مهماً في تحسين رفاهية وسلوك الطلاب.

وللوقوف على ذلك قامت الباحثة بدراسة استكشافية للوقوف على وجود الضغوط النفسية وسلوك التمرد لدى الطلاب المراهقين، من خلال تطبيق مقياس الضغوط النفسية ومقياس سلوك التمرد على مجموعة من الطلاب المراهقين بالمرحلة الإبتدائية (صف خامس وسادس إبتدائي)، بلغ عددهم (٢٤٠) طالب وطالبة، وتبين وجود مؤشرات إيجابية واضحة لوجود الضغوط النفسية والسلوك المتمرد لدى العينة الاستكشافية كالاتي:

- الضغوط النفسية لدى الطلاب المراهقين من أفراد العينة الاستكشافية بلغت نسبتها ٨٢.٣ %
- السلوك المتمرد لدى الطلاب المراهقين من أفراد العينة الاستكشافية بلغ نسبته ٦١.٨ % .

ومن ثم تتحدد مشكلة البحث في التساؤلات التالية:

- ما ملامح تدريس بعض المهارات المهنية بمدخل حل المشكلات للطلاب في مرحلة المراهقة المبكرة ؟
- ما أثر تدريس تدريس بعض المهارات المهنية بمدخل حل المشكلات في الحد من الضغوط النفسية للطلاب في مرحلة المراهقة المبكرة ؟
- ما أثر تدريس تدريس بعض المهارات المهنية بمدخل حل المشكلات في الحد من سلوك التمرد للطلاب في مرحلة المراهقة المبكرة ؟

فروض البحث:

- ١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الطلاب في الصف الخامس من المرحلة الإبتدائية ممن يُمثلون المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس الضغوط النفسية بأبعاد مختلفة لصالح التطبيق القبلي.
- ٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الطلاب في الصف الخامس من المرحلة الإبتدائية ممن يُمثلون المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس سلوك التمرد ببعدي لصالح التطبيق القبلي.

أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى:

- ١- تحديد المهارات المهنية المناسبة للطلاب في مرحلة المراهقة المبكرة .
- ٢- التعرف على أثر تدريس بعض المهارات المهنية بمدخل حل المشكلات في الحد من الضغوط النفسية لدى الطلاب في مرحلة المراهقة.
- ٣- التعرف على أثر تدريس بعض المهارات المهنية بمدخل حل المشكلات في الحد من سلوك التمرد لدى الطلاب في مرحلة المراهقة.

أهمية البحث:

موضوع البحث ينطوي على أهمية من الناحية النظرية والتطبيقية، ومنها:

- ١- تقديم قائمة بالمهارات المهنية المناسبة للطلاب في مرحلة المراهقة المبكرة، مما يلفت انتباه القائمين على تخطيط السياسات التعليمية إلى أهمية تدريس المهارات المهنية كمهارات أكاديمية وأساسية لها وظيفة ترويجية وعلاجية للطلاب في تلك المرحلة.
 - ٢- توجيه نظر القائمين على تدريس وإعداد الطلاب في مرحلة المراهقة المبكرة لضرورة العمل على تبني استراتيجيات حل المشكلات في تدريس المهارات المهنية والمواد الأكاديمية الأخرى، وذلك لاكساب الطلاب مهارات التواصل والتفاعل وحل المشكلات وزيادة الكفاءة الذاتية لديهم، وتعزيز الصحة النفسية.
 - ٣- تقديم تصور مستحدث للتغلب على المشكلات النفسية وبعض سلوكيات الطلاب غير المقبولة داخل حجرة الدراسة من خلال ممارسة بعض المهارات المهنية بمدخل حل المشكلات.
 - ٤- تقديم صورة مقننة لمقياس الضغوط النفسية تصلح للطلاب في مرحلة المراهقة المبكرة في البيئة المصرية.
 - ٥- تقديم صورة مقننة لمقياس سلوك التمرد تصلح للطلاب في مرحلة المراهقة المبكرة في البيئة المصرية.
- متغيرات البحث:**

المتغير المستقل: تدريس بعض المهارات المهنية بمدخل حل المشكلات.

المتغير التابع: الضغوط النفسية - سلوك التمرد.

مصطلحات البحث:

المهارات المهنية: تعرفها الباحثة إجرائياً بأنها مجموعة من المهارات العملية والمعارف يمكن أن تساعد الطلاب على الاستعداد للمهن المستقبلية وتحقيق شخصية أكثر استقراراً، واستقلالية واكتفاء ذاتياً.

مدخل حل المشكلات: طريقة منهجية لمعالجة التحديات أو القضايا لإيجاد حلول فعالة، من خلال تحديد المشكلة وتحليلها وحلها بطريقة منظمة، ويمكن تطبيق هذا النهج على مجموعة واسعة من المواقف، سواء في الحياة اليومية أو في مختلف المجالات المهنية.

الضغوط النفسية: الاستجابة العقلية والعاطفية والجسدية لمختلف التهديدات أو المواقف الصعبة، أو المطالب الحقيقية أو المتصورة عندما يدرك الفرد وجود تناقض بين المطالب المفروضة عليه وقدرته على التعامل مع معها.

سلوك التمرد: الأفعال أو المواقف أو السلوك الذي ينطوي على التحدي وعدم الامتثال للقواعد أو شخصيات السلطة، والميل إلى تحدي أو مقاومة المعايير أو التوقعات أو الحدود الراسخة.

الطلاب في مرحلة المراهقة المبكرة: الأفراد الذين هم في المراحل الأولى من المراهقة، وهي فترة نمو تمتد عادةً من سن ١٠ إلى ١٣ عامًا تقريبًا، وهذه فترة من التطور الجسدي والمعرفي والاجتماعي والعاطفي الكبير، ينتقل المراهقون الأوائل من مرحلة الطفولة إلى مرحلة المراهقة، ويبدأون في استكشاف هوياتهم وقيمهم الخاصة، ويصبحون أكثر استقلالية عن والديهم وعائلاتهم، وفي البحث الحالي هم طلاب الصف الخامس الابتدائي.

الإطار النظري للبحث:

المهارات المهنية للطلاب في المراحل الأولى من المراهقة:

المهارات المهنية هي المهارات والمعرفة اللازمة لأداء وظيفة أو مهنة معينة، ويمكن تعلمها من خلال التعليم الرسمي، أو التدريب، أو الدراسة الذاتية.

وتعتبر المهارات المهنية مهمة للطلاب في مرحلة المراهقة المبكرة لأنها يمكن أن تساعد على الاستعداد لسوق العمل، يمكن لهذه المهارات أيضًا أن تساعد الطلاب على تطوير اهتماماتهم ومواهبهم، واستكشاف خيارات وظيفية مختلفة.

وأكد المركز الوطني لأبحاث التعليم المهني (٢٠٠٧) أنه بمساعدة الطلاب على تطوير المهارات والمعرفة التي يحتاجون إليها لتحقيق النجاح في أي مهنة يختارونها، ويمكن أن يساعد الطلاب على تطوير مهارات التفكير النقدي، ومهارات حل المشكلات، ومهارات الاتصال، ويمكن أن يساعدهم أيضًا على تطوير أخلاقيات العمل لديهم وقدرتهم على العمل بشكل مستقل وكجزء من الفريق. (Vocational Education in Early Adolescence, 2007)

يعد التعليم المهني جزءًا مهمًا من التعليم الشامل لجميع الطلاب، ولكنه مهم بشكل خاص للطلاب في مرحلة المراهقة المبكرة، حيث أنه الوقت الذي يبدأ فيه الطلاب بالتفكير في حياتهم المهنية المستقبلية، يمكن للتعليم المهني أن يساعدهم على استكشاف خياراتهم وتطوير المهارات التي يحتاجونها للنجاح في الحياة العملية المستقبلية.

وأكدت العديد من الدراسات على أهمية توفير تدريس المهارات المهنية لطلاب المدارس في مراحل دراستهم الابتدائية والإعدادية كدراسة كل من (Arum & Roksa, 2011)، (Rogowski & Lee, 2016) Blumberg, (2012)، وبعض هذه الفوائد تشمل:

- مساعدة الطلاب على تطوير الشعور بالميول والاتجاه، عندما يتعلم الطلاب عن المهارات المهنية المختلفة ويكتسبون خبرة عملية في مجموعة متنوعة من المجالات، يصبحون أكثر قدرة على تطوير الشعور بالميول والاتجاه لحياتهم.
 - يمكن أن يساعد تعليم المهارات المهنية الطلاب على استكشاف اهتماماتهم ومواهبهم واكتشاف مجالات اهتمام جديدة. وهذا يمكن أن يؤدي إلى زيادة التحفيز والمشاركة في المدرسة.
 - تطوير المهارات التي يحتاجونها للنجاح في الحياة العملية وتشجيعهم على زيادة الأعمال.
 - أظهرت تلك الدراسات أن الطلاب الذين يشاركون في برامج تعليم المهارات المهنية يميلون إلى تحقيق تحصيل أكاديمي أعلى من أولئك الذين لا يشاركون فيها، ويرجع ذلك على الأرجح إلى أن تعليم المهارات المهنية يمكن أن يساعد الطلاب على تطوير المهارات التي يحتاجونها للنجاح في المدرسة، مثل حل المشكلات والتفكير النقدي والعمل الجماعي.
 - وأن الطلاب الذين يشاركون في برامج تعليم المهارات المهنية هم أقل عرضة للتسرب من المدرسة من أولئك الذين لا يفعلون ذلك، ويرجع ذلك على الأرجح إلى حقيقة أن تعليم المهارات المهنية يمكن أن يساعد الطلاب على تطوير الشعور بالمسؤولية وتكوين الاتجاه لحياتهم، ويمكن أن يساعدهم أيضًا على تطوير المهارات التي يحتاجونها للنجاح في حياتهم العملية.
- ويؤكد Eccles & Gootman, (2002) أنه يجب أن يهتم النهج الشامل للتعليم بالأبعاد المعرفية والعاطفية والعملية، حيث يؤكد بأن الطلاب ليسوا مجرد متلقين سلبيين للمعرفة، بل هم عناصر نشطة في نموهم، والطلاب في مرحلة المراهقة المبكرة الذين تتراوح أعمارهم عادة بين ١٠ و ١٣ عامًا، هم في مرحلة من التطور يشكلون تصورات أساسية عن أنفسهم وقدراتهم، لذا فإن تقديم المهارات المهنية في هذه المرحلة يوفر لهم منصة للتطوير الشامل، مما يمكنهم من استكشاف اهتماماتهم ومواهبهم وعواطفهم خارج نطاق الأكاديميين.
- فيما يشير Lipka et al., (2001) أن التطبيق العملي للمهارات المهنية يعزز الشعور بالأهمية في العالم الحقيقي، مما يجعل التعلم ذا معنى للطلاب في مرحلة المراهقة المبكرة، وإن اكتساب المهارات في مجالات مثل الأعمال المنزلية الأساسية أو أعمال التدوير وإعادة الاستخدام وأعمال الزراعة المنزلية أو التعبير الفني لا يثري فهمهم للعالم فحسب، بل يغرس أيضًا الشعور بالإنجاز والكفاءة الذاتية، ويشركهم في تمارين حل المشكلات والتفكير النقدي. ويتعلمون تحليل المواقف واتخاذ القرارات والتكيف مع الظروف المتغيرة - وهي مهارات لا تقدر بثمن طوال الحياة.

ويؤكد (Zins et al., 2004) أن الانخراط في الأنشطة المهنية يؤدي إلى تعزيز التفاعل الاجتماعي والعمل الجماعي والتنظيم العاطفي بين طلاب المدارس، ويتعلمون التعاون والتواصل وإدارة عواطفهم في سياق عملي.

فيما ذكر (Lent, et al., 1994) إن التعرض المبكر للمهارات المهنية يمكن أن يكون بمثابة نقطة انطلاق لاستكشاف الحياة المهنية في المستقبل، مما يساعد الطلاب على تحديد اهتماماتهم ومساراتهم المهنية المحتملة، ويساهم في اتخاذ قرارات مستنيرة خلال رحلتهم التعليمية.

بعض المهارات المهنية التي يمكن لطلاب المدارس الابتدائية ممارستها:

١- **مهارات الاتصال:** وتشمل القدرة على التحدث بوضوح والإيجاز، والاستماع بانتباه، والكتابة بفعالية، ويمكن للطلاب ممارسة هذه المهارات من خلال المشاركة في المناقشات الصفية وتقديم العروض التقديمية، وكتابة المقالات، وهذا ما أكد عليه دراسة Steiner, & Tirre,(2016)والرابطة الوطنية لتعليم الأطفال الصغار (NAEYC). (2012).

٢- **مهارات التفكير النقدي:** وتشمل القدرة على تحليل المعلومات وتحديد المشكلات وتطوير الحلول، ويمكن للطلاب ممارسة هذه المهارات من خلال حل الألغاز وإجراء التجارب والمشاركة في المناقشات، من خلال ممارسة طلاب المدارس للتفكير التحليلي وتحليل المعلومات وتحديد الأنماط واستخلاص النتائج، والتعامل مع المشكلات بشكل منهجي وتطوير حلول فعالة، وهذا ما أكد عليه كل من (Kuhn, 2015) (Facione, 2011)

٣- **التعاون والعمل الجماعي:** تعد مهارات التعاون والعمل الجماعي ضرورية للنجاح في المدرسة ومكان العمل، حيث يجب على طلاب المدارس ممارسة العمل مع الآخرين، والقدرة على التعاون ومشاركة الأفكار والمساهمة في تحقيق أهداف المجموعة (Johnson, & Johnson, 2019).

٤- **مهارة حل الخلافات والصراعات بطريقة بناءة:** وتشمل القدرة على العمل بفعالية مع الآخرين والتواصل بفعالية وحل النزاعات، ويمكن للطلاب ممارسة هذه المهارات من خلال المشاركة في المشاريع الجماعية والرياضة والأندية، والمشاركة في اقتراح حلول لبعض المشكلات الأسرية (Johnson, & Johnson, 2014).

٥- **المهارات التنظيمية:** وتشمل القدرة على إدارة الوقت وتخصيصه بفعالية للمهام والواجبات وتحديد الأولويات والالتزام بالمهمة، ويمكن للطلاب ممارسة هذه المهارات من خلال الاحتفاظ بمخطط، وإنشاء قوائم، وتقسيم المهام الكبيرة إلى مهام أصغر، وتتبع المواد والواجبات والمواعيد النهائية (Duckworth & Seligman, 2006) (Nagel, 2016).

- ٦- مهارات إدارة الذات: وتشمل القدرة على تحديد الأهداف وإدارة العواطف والبقاء متحفزاً، ويمكن للطلاب ممارسة هذه المهارات من خلال تحديد الأهداف الشخصية، وتطوير آليات التكيف، ومكافأة أنفسهم على إنجازاتهم (Duckworth & Seligman, 2006).
- ٧- ريادة الأعمال ومهارات الأعمال: إن تدريس أساسيات ريادة الأعمال، بما في ذلك تخطيط الأعمال والتسويق والإدارة المالية، يمكن أن يمكّن الطلاب من متابعة مشاريعهم الخاصة في المستقبل. (Lohman, & Woelfel, 2012)
- ٨- المهارات الفنية والإبداعية: يمكن للطلاب ذوي المواهب الفنية تطوير مهاراتهم في الرسم أو الرسم أو التصميم الجرافيكي أو غيرها من المجالات الإبداعية (Binkley et al., 2012) وتوفر هذه المهارات المهنية عند تطويرها في المدارس أساساً متيناً للطلاب للتفوق الأكاديمي والاستعداد للمساعي التعليمية والمهنية المستقبلية، ومن الأهمية بمكان بالنسبة للمعلمين وأولياء الأمور تعزيز تنمية هذه المهارات خلال سنوات التعليم الأساسي.
- ومن خلال تطوير هذه المهارات في وقت مبكر، سيكون الطلاب مستعدين جيداً لسوق العمل وللحياة بشكل عام.

ويمكن أن يشكل الضغط النفسي تحدياً كبيراً لطلاب في مرحلة المراهقة المبكرة، وقد يعانون من التوتر من مجموعة متنوعة من المصادر، مثل الضغط الأكاديمي، وضغط الأقران، والمشاكل العائلية، ووسائل التواصل الاجتماعي، وهذا ما أكدت عليه العديد من الدراسات مثل دراسة كل من Duckworth & Seligman, (2005) و Eisenberg, Spinrad, & Cohen & Williamson, (1988) و Masten, (2001) و Sadovsky, (2006)

- وحيث تعتبر ممارسة بعض المهارات المهنية وسيلة فعالة لإدارة الذات وإدارة الضغوط النفسية، وأمرًا مهمًا للطلاب في المدارس لأنها يمكن أن تساعد الطلاب على:
- إدارة وقتهم والحفاظ على تركيزهم والتحكم في عواطفهم هم أكثر عرضة للنجاح في المدرسة.
 - إدارة عواطفهم وحل النزاعات بفعالية و أكثر قدرة على إقامة علاقات إيجابية مع أقرانهم ومعلميهم وأفراد أسرهم.
 - التعامل مع التوتر والشدائد بشكل فعال بقدر من المرونة والقدرة على التعافي من التحديات.
 - التمتع بصحة نفسية وجسدية أفضل، حيث يصبحو قادرين على إدارة ضغوطهم وعواطفهم بشكل فعال، وهم أقل عرضة للتعرض لمشاكل الصحة العقلية والجسدية.
 - يطورون مهارات الإدارة الذاتية ويتعلمون إدارة التوتر بشكل فعال، وهم أكثر عرضة للنجاح في حياتهم المهنية المستقبلية وحياتهم الشخصية.

مدخل حل المشكلات في تدريس المهارات المهنية:

ومن خلال تدريس بعض المهارات المهنية باستخدام مدخل حل المشكلات يمكن أن يكون له أثر إيجابي في تقليل الضغط النفسي والسلوك التمردى لدى الطلاب المراهقين في مدارس التعليم الأساسي، حيث تشير الدراسات إلى أن التدريس بمدخل حل المشكلات يمكن أن يساعد الطلاب على إدارة التوتر بشكل فعال والانخراط في سلوكيات أكثر تكيفاً.

وهذا ما أكدته دراسة (Compas et al., 2017) أن التدريس بمدخل حل المشكلات يساعد الطلاب من مواجهة التحديات والضغوطات بشكل استباقي، مما يؤدي إلى تقليل الضغط النفسي، عندما يكتسب الطلاب مهارات حل المشكلات، ويزودهم بالأدوات اللازمة لتحديد الضغوطات ومعالجتها، سواء كانت مرتبطة بالضغوط الأكاديمية أو العلاقات مع الأقران أو القضايا الشخصية والأسرية.

كما أكد (Bandura, 1997) أن التدريس بمدخل حل المشكلات يؤدي إلى تعزيز ثقة الطلاب بأنفسهم وإيمانهم بقدرتهم على التعامل مع الصعوبات، مما يقلل من تأثير الضغوطات النفسية.

وأشار (Masten, 2001) أن التدريس بمدخل حل المشكلات يؤدي إلى تعزيز المرونة من خلال تعليم الطلاب كيفية التعافي من الشدائد وتطوير نظرة أكثر إيجابية.

ويمكن أن يكون للتدريس بمدخل حل المشكلات تأثير إيجابي في الحد من سلوك التمرد لدى الطلاب من خلال تعليمهم كيفية معالجة المشكلات بشكل بناء، فيصبحوا أقل عرضة للانخراط في سلوك تخريبي أو متحدي، وهذا ما أكدت عليه دراسة كل من (Walker & Sprague, 1999)، (Johnson & Johnson, 2019)، (Jolivette et al., 2017)،

حيث أكد دراسة (Walker & Sprague, 1999) أن حل المشكلات يشجع الطلاب على البحث عن استجابات بديلة للصراعات أو التحديات بدلاً من اللجوء إلى السلوك المتمرد.

وإضافة إلى ذلك، أكدت (Jolivette et al., 2017) أن حل المشكلات يشجع الطلاب على التفكير في حلول بديلة للمشكلات التواصلية، مما يساعد الطلاب على التعبير عن احتياجاتهم واهتماماتهم بطريقة غير متحدية وهادئة.

وأكد (Johnson & Johnson, 2019) أن التدريس بمدخل حل المشكلات يزود الطلاب بمهارات حل النزاعات، مما يمكنهم من حل النزاعات بطريقة سلمية وتعاونية، وخلصت الدراسة إلى أن استراتيجيات حل المشكلات فعالة في خفض الضغط النفسي والسلوك التمردى لدى الطلاب، وتمكن هذه المهارات الطلاب من التعامل مع الضغوطات، وتعزيز كفاءتهم الذاتية، وتعزيز المرونة. بالإضافة إلى ذلك، تعلم استراتيجيات حل المشكلات استجابات بديلة للصراعات، والتواصل الفعال، وحل النزاعات.

كما أكدت دراسة (Moattari et al. (2018) أن الطلاب الذين شاركوا في برنامج تدريبي على حل المشكلات لديهم مستويات أقل من التوتر والسلوك المتمرد من أولئك الذين لم يشاركوا في البرنامج.

ودراسة (Bailey & Brown (2016) أن التدريب على مهارات حل المشكلات يمكن أن يساعد الطلاب على تطوير المهارات التي يحتاجون إليها للتعامل مع الصراعات النفسية والتوتر، هذا يمكن أن يؤدي إلى انخفاض في السلوك المتمرد.

فيما أكدت دراسة (Abd EL-Hie, (2022) إلى أن التدريبي على مهارات حل المشكلات فعال في تحسين المشكلات السلوكية لدى الأطفال ذوي الضغوط النفسية واضطراب السلوك، وأوصت بضرورة إجراء برامج التدريب على مهارات حل المشكلات.

وقد أظهرت العديد من الدراسات أن انتشار مشاكل الصحة النفسية بين الأطفال والمراهقين أخذ في الازدياد، وهناك العديد من الدراسات منها دراسة كل من (Case, (2010)، (Walters, (2005)، (Copeland, et al., (2010)، أكدت على وجود عدد من العوامل التي يمكن أن تساهم في الضغوط النفسية لدى طلاب المدارس في مرحلة المراهقة، منها:

الضغط الأكاديمي: غالبًا ما يواجه طلاب المدارس ضغوطًا أكاديمية لأداء جيد في الامتحانات والاختبارات الموحدة، والضغط لتلبية المعايير التعليمية والتوقعات من أولياء الأمور والمعلمين والمدارس يمكن أن يسبب التوتر والقلق.

الضغط الاجتماعي: قد يشعر الطلاب أيضًا بالضغط من أجل التأقلم مع أقرانهم والحصول على الرضا الاجتماعي، وهذا يمكن أن يؤدي إلى القلق والتوتر، وخاصة بالنسبة للطلاب الذين يختلفون عن أقرانهم بطريقة ما.

توقعات الوالدين: قد يكون لدى الآباء توقعات عالية بشأن إنجازات أطفالهم الأكاديمية أو سلوكهم، والضغط لتلبية هذه التوقعات يمكن أن يسبب التوتر وتوتر العلاقات بين الوالدين والطلاب.

وسائل التواصل الاجتماعي والتكنولوجيا: يمكن أن يؤدي التعرض لوسائل التواصل الاجتماعي والتكنولوجيا في سن مبكرة إلى مشاكل مثل التنمر عبر الإنترنت، والإدمان على الشاشات، والمقارنات غير الواقعية مع الأقران، مما يؤثر على الصحة النفسية .

التنمر: يعد التنمر مشكلة خطيرة يمكن أن يكون لها تأثير مدمر على الصحة النفسية للطلاب، وقد يعاني الطلاب الذين يتعرضون للتنمر من الضغوط النفسية ومشاعر الخوف والعزلة وتدني احترام الذات والقلق والاكتئاب وحتى الأفكار الانتحارية.

المشاكل العائلية: يمكن أن تساهم المشاكل العائلية، مثل الطلاق أو الصعوبات المالية أو المرض، في الضغوط النفسية لدى طلاب المدارس الابتدائية.

ومن المهم ملاحظة أن الضغوط النفسية بين طلاب المدارس المراهقين يمكن أن يكون لها تأثير كبير على تحصيلهم الأكاديمي، وعلاقاتهم الاجتماعية، ورفاههم بشكل عام، حيث يجب على الآباء والمعلمين أن يكونوا على دراية بعلامات وأعراض الاضطراب النفسي لدى الأطفال، وتقديم البرامج الأسرية والانشطة التعليمية والتدخلات المنهجية والمنظمة للحد من تلك الأعراض ومقاومتها.

إجراءات البحث :

منهج البحث: إتمد البحث على المنهج التجريبي؛ لملائمته الأهداف البحث وفروضه.

التصميم التجريبي للبحث: استخدمت الباحثة التصميم شبه التجريبي ذي المجموعة الواحدة، واستخدمت القياس القبلي والبعدي.

عينة البحث:

أولاً: العينة الإستطلاعية: ضمت العينة الإستطلاعية (١٢٠) طالب وطالبة من طلاب الصف الخامس الإبتدائي بمدرسة الفتح الحديثة التابعة لإدارة بنها التعليمية، بمتوسط عمر زمني (١١.٨١) سنة؛ بهدف التحقق من المؤشرات السيكومترية لأدوات البحث.

ثانياً: العينة الأساسية: ضمت عينة البحث في صورتها النهائية (٢٥) طالب وطالبة من طلاب الصف الخامس الإبتدائي بمدرسة الفتح الحديثة التابعة لإدارة بنها التعليمية؛ بمحافظة القليوبية، بمتوسط عمر زمني (١١.٢) سنة، وإنحراف معياري (١.٥٦)، ممن حصلو على درجات مرتفعة في مقياس الضغوط النفسية وسلوك التمرد.

أدوات البحث ومواد المعالجة التجريبية:

- قائمة المهارات المهنية المناسبة للطلاب في مرحلة المراهقة المبكرة.
- الأنشطة التدريسية للمهارات المهنية بمدخل حل المشكلات.
- مقياس الضغوط النفسية لطلاب في مرحلة المراهقة المبكرة.
- مقياس التمرد للطلاب في مرحلة المراهقة المبكرة.
- **الحدود المكانية:** مدرسة الفتح التابعة لإدارة بنها التعليمية بمحافظة القليوبية.
- **الحدود الزمانية:** تم تطبيق البحث في الترم الأول من العام الجامعي ٢٠٢٢ - ٢٠٢٣ بواقع (٤) جلسات تدريسية وجلستين للتطبيق القبلي والبعدي وجلسة تمهيدية لمدة ثلاثة أسابيع.

وتسير إجراءات البحث على النحو التالي:

أولاً/ إعداد قائمة المهارات المهنية المناسبة للطلاب في مرحلة المراهقة المبكرة، وذلك من خلال:

- ١- الإطلاع على البحوث والدراسات التي تناولت تدريس المهارات المهنية للطلاب في مرحلة المراهقة المبكرة ، وخصائص الطلاب في تلك المرحلة.
 - ٢- استطلاع رأي موجهي ومدرسي الاقتصاد المنزلي والمهارات المهنية حول بعض المهارات المهنية المناسبة للطلاب في مرحلة المراهقة المبكرة.
 - ٣- الإطلاع على كتاب المهارات المهنية في المرحلة الابتدائية.
- وعليه فقد تم تحديد مجموعة من المهارات المهنية المناسبة لطلاب الصف الخامس الإبتدائي بلغ عددها أربعة مهارات مهنية أساسية هم:

- ١- إعادة التدوير
 - ٢- الإسعافات الأولية والسلامة.
 - ٣- تنسيق الملابس والعناية بها.
 - ٤- التخطيط لوجبة غذائية متكاملة.
- ثانياً/ تصميم الجلسات التدريسية للمهارات المهنية بمدخل حل المشكلات، وذلك من خلال:

تم إعداد وتصميم جلسات تدريسية لبعض المهارات المهنية بمدخل حل المشكلات وفقاً للخطوات التالية:

- ١- تحديد الهدف من الجلسات: الحد من الضغوط النفسية وسلوك التمرد لدى الطلاب .
 - ٢- عرض الجلسات التدريسية على مجموعة من المحكمين بهدف التحقق من مدى مناسبتها للطلاب في الصف الخامس الإبتدائي ، ومدى صحة وسلامة الصياغة اللغوية، وأخذت الباحثة بعين الاعتبار ملاحظات المحكمين.
 - ٣- زمن وعدد الجلسات: تم توزيع جلسات التدريس لمجموعة البحث بواقع (٤) جلسات تدريسية، زمن الجلسة الواحدة ٩٠ دقيقة.
 - ٤- تقويم الجلسات التدريسية: تم تقويم الجلسات التدريسية في ضوء أهدافها، وتتضمن إجراءات تقويم الجلسات عدداً من الخطوات التي تتمثل فيما يلي:
- إجراء قياس قبلي: تم إجراء قياس قبلي على أفراد المجموعة قبل تطبيق الجلسات.
 - إجراء تقويم بنائي: قامت الباحثة أثناء تنفيذ جلسات التدريس بمتابعة تقدم الطلاب من خلال استمارة تقييم أهداف الجلسات التي أعدتها الباحثة، والتي توزع في كل جلسة من جلسات التدريب، وكذلك اعتمدت الباحثة على مناقشة المهارة الرئيسية والمهارات الفرعية لها، للتعرف على مدى الاستفادة من الجلسة، ومعرفة مستوى التحسن لدى الطلاب، والحاجة لتلافي أوجه القصور والنقص أثناء الجلسات ومعالجتها.

■ **التقويم النهائي:** بعد الانتهاء من الجلسات قامت الباحثة بإجراء قياس بعدي على أفراد المجموعة.

■ تم عرض سيناريو الجلسات على مجموعة من المعلمات والموجهات والخبراء والمتخصصين في المناهج وطرق التدريس والاقتصاد المنزلي، وعددهم (٩) محكمين وذلك للحكم على صدقه وإجراءاته وأهدافه ومحتواه، طلب منهم إبداء الرأي فيه، ومدى ملائمة الجلسات، في ضوء تلك الملاحظات والمقترحات، وتبين بعد الاطلاع على آراء الخبراء والمحكمين من أن الجلسات مناسبة لما صممت من أجله، حيث جاءت آراؤهم تؤكد مناسبة الجلسات، وتراوحت النسبة المئوية لاتفاق المحكمين ما بين (٨٥% - ٩٨%).

٥- إعداد دليل المعلم للجلسات التدريسية لبعض المهارات المهنية بمدخل حل المشكلات.

ثالثاً/ مقياس الضغوط النفسية وضبطه إعداد (Dowd, E. T. (1995):

أ. **هدف المقياس:** يهدف المقياس إلى التعرف على مستوى الضغوط النفسية.

ب. **وصف المقياس:** يتكون المقياس من (٦٠) مفردة، في صورة مقياس ليكرت ثلاثي التدرج؛ ما بين (لا أعاني من مشكلة، أعاني بدرجة بسيطة، وأعاني بدرجة شديدة)، وزعت المفردات على (٨) مجالات، ويوضح ذلك الجدول (١) كما يلي:

جدول (١). مفردات مقياس الضغوط النفسية وتوزيعاتها على الأبعاد المختلفة

المفردات	البُعد
(١٠ - ١)	مجال الدراسة
(١٥ - ١١)	المجال النفسي
(٢٧ - ١٦)	مجال العلاقات الأسرية
(٣٣ - ٢٨)	مجال العلاقات مع المدرسين
(٤٣ - ٣٤)	مجال العلاقات مع الزملاء
(٤٦ - ٤٤)	مجال الأمور المالية
(٥٦ - ٤٧)	مجال العلاقات مع الجنس الآخر والإنفعالات
(٦٠ - ٥٧)	مجال التخطيط للمستقبل

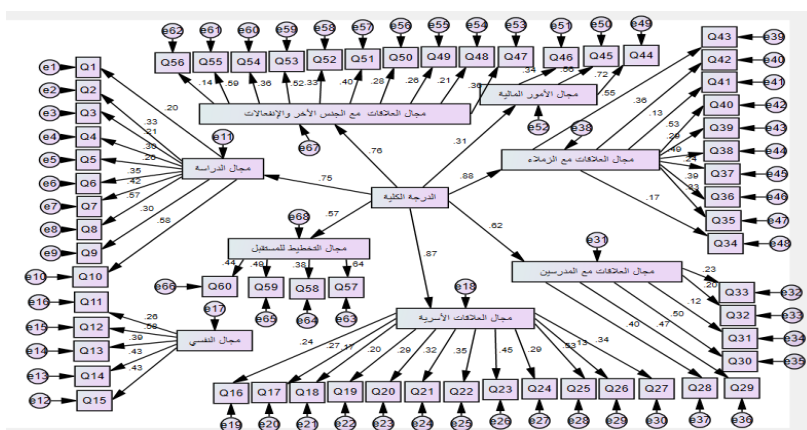
ج. **تصحيح المقياس:** لتقدير درجة الطلاب: يتم تصحيح إجابات الطلاب على مفردات كل بُعد من أبعاد المقياس؛ بطريقة (١، ٢، ٣)؛ نظراً لأن صياغة جميع المفردات سالبة.

د. **المؤشرات السيكومترية:**

• **صدق المقياس:**

في الدراسة الحالية قامت الباحثة بالتعرف على صدق التكوين الفرضي للمقياس، من خلال تطبيقه على طلاب العينة الإستطلاعية، والتحقق من البناء العملي للنموذج المقترح باستخدام التحليل العملي التوكيدي، ويوضح ذلك الشكل (١). كما يلي:

شكل (١) . قيم تشعبات مفردات مقياس الضغوط النفسية على الأبعاد المختلفة



ومن الشكل (١) يتضح أن مفردات المقياس قد تشعبت على الأبعاد المختلفة وفق التصور المفترض، كما تشعبت جميع الأبعاد على عامل واحد يُمثل المجموع الكلي للدرجات، وهو ما يُعد مؤشراً على صدق التكوين الفرضي.

• ثبات المقياس:

في الدراسة الحالية: قامت الباحثة بالتعرف على الثبات؛ من خلال إيجاد قيمة معاملات ألفا لدرجات العينة الإستطلاعية على الأبعاد المختلفة للمقياس، كما تم حساب معاملات الثبات بطريقة إعادة تطبيق الإختبار بفواصل زمني (١٥) يوم، ويوضح ذلك الجدول (٢) كما يلي:

جدول (٢). معاملات الثبات لمقياس الضغوط النفسية بطريقتي: معامل ألفا،

وطريقة إعادة التطبيق

معاملات الثبات		الأبعاد
طريقة ألفا	طريقة إعادة التطبيق	
٠.٦٩	٠.٩٤**	مجال الدراسة
٠.٧٤	٠.٩٥**	المجال النفسي
٠.٧١	٠.٩٤**	مجال العلاقات الأسرية
٠.٧٣	٠.٩٦**	مجال العلاقات مع المدرسين
٠.٦٨	٠.٩٣**	مجال العلاقات مع الزملاء
٠.٦٢	٠.٩١**	مجال الأمور المالية
٠.٧٥	٠.٩٦**	مجال العلاقات مع الجنس الآخر والإنفعالات
٠.٧٢	٠.٩٤**	مجال التخطيط للمستقبل
٠.٧٩	٠.٩٧**	الدرجة الكلية

ومن الجدول (٢) يتضح أن قيم معاملات الثبات بطريقة ألفا تتراوح ما بين (٠.٦٨ : ٠.٧٩)، كما تراوحت قم معاملات الارتباط بين مرتي التطبيق بطريقة إعادة تطبيق الإختبار ما بين (٠.٩١ : ٠.٩٧) وجميعها داله عند مستوى (٠.٠١)، مما يُعد مؤشراً على ثبات المقياس.

• الإتساق الداخلي:

قامت الباحثة بالتعرف على الإتساق الداخلى للمقياس من خلال إيجاد قيم معاملات إرتباط درجات العينة الإستطلاعية على مفردات المقياس، ومجموع درجات البعد الذي تنتمي إليه كمؤشر على إتساق المفردات، ويوضح ذلك الجدول (٣) كما يلي:

جدول (٣). قيم معاملات إرتباط درجات العينة الإستطلاعية على مفردات المقياس، ومجموع درجات البعد الذي تنتمي إليه كمؤشر على إتساق المفردات

معامل الإرتباط	المفردة	معامل الإرتباط	المفردة	معامل الإرتباط	المفردة	معامل الإرتباط	المفردة	معامل الإرتباط	المفردة
البعد الأول: مجال الدراسة									
**٠.٧٩	٥	**٠.٨٧	٤	**٠.٧٩	٣	**٠.٨٢	٢	**٠.٨٧	١
**٠.٨٥	١٠	**٠.٨١	٩	**٠.٧٨	٨	**٠.٨٤	٧	**٠.٨١	٦
البعد الثاني: المجال النفسى									
**٠.٨٣	١٥	**٠.٨٦	١٤	**٠.٨٧	١٣	**٠.٧٤	١٢	**٠.٧٤	١١
البعد الثالث: مجال العلاقات الأسرية									
**٠.٧١	٢٠	**٠.٧٣	١٩	**٠.٧١	١٨	**٠.٧٤	١٧	**٠.٧١	١٦
**٠.٧٣	٢٥	**٠.٧٦	٢٤	**٠.٧٢	٢٣	**٠.٧٣	٢٢	**٠.٦٩	٢١
						**٠.٧٣	٢٧	**٠.٧١	٢٦
البعد الرابع: العلاقات مع المدرسين									
**٠.٧٢	٣٢	**٠.٧٣	٣١	**٠.٧٢	٣٠	**٠.٧٤	٢٩	**٠.٧٦	٢٨
								**٠.٧٢	٣٣
البعد الخامس: العلاقات مع الزملاء									
**٠.٧٢	٣٨	**٠.٧٣	٣٧	**٠.٧٤	٣٦	**٠.٦٩	٣٥	**٠.٧٤	٣٤
**٠.٧٥	٤٣	**٠.٨٤	٤٢	**٠.٧٤	٤١	**٠.٦٨	٤٠	**٠.٧١	٣٩
البعد السادس: الأمور المالية									
				**٠.٨٣	٤٦	**٠.٨١	٤٥	**٠.٧٤	٤٤
البعد السابع: العلاقات مع الجنس الأخر والإنفعالات									
**٠.٧٦	٥١	**٠.٧٤	٥٠	**٠.٦٩	٤٩	**٠.٧٤	٤٨	**٠.٦٩	٤٧
**٠.٧٣	٥٦	**٠.٧٤	٥٥	**٠.٧٥	٥٤	**٠.٨٣	٥٣	**٠.٨٤	٥٢
البعد الثامن: التخطيط للمستقبل									
		**٠.٧٩	٦٠	**٠.٧٥	٥٩	**٠.٧٨	٥٨	**٠.٧٥	٥٧

ومن الجدول (٣) يتضح أن قيم معاملات الارتباط تتراوح ما بين (٠.٦٨ : ٠.٨٧) وجميعها دالة عند مستوى (٠.٠١)، مما يُعد مؤشراً على إتساق مفردات المقياس.

كما قامت الباحثة بإيجاد قيم معاملات أرتباط درجات أفراد العينة الإستطلاعية على الأبعاد المختلفة للمقياس والمجموع الكلي للدرجات كمؤشرات على إتساق الأبعاد، ويوضح ذلك الجدول (٤) كما يلي:

جدول (٤). قيم معاملات ارتباط درجات أفراد العينة الإستطلاعية على الأبعاد المختلفة لمقياس الضغوط النفسية والمجموع الكلي للدرجات كمؤشرات على إتساق الأبعاد

معامل الارتباط	البعد	معامل الارتباط	البعد
**٠.٩٨	المجال النفسي	**٠.٩٧	مجال الدراسة
**٠.٩٤	مجال العلاقات مع المدرسين	**٠.٩٢	مجال العلاقات الأسرية
**٠.٨٧	مجال الأمور المالية	**٠.٩٥	مجال العلاقات مع الزملاء
**٠.٩٤	مجال التخطيط للمستقبل	**٠.٩١	مجال العلاقات مع الجنس الآخر والإنفعالات
		**٠.٩٨	الدرجة الكلية

ومن الجدول (٤) يتضح أن قيم معاملات ارتباط درجات أفراد العينة الإستطلاعية على الأبعاد المختلفة لمقياس الضغوط النفسية والمجموع الكلي للدرجات تتراوح ما بين (٠.٨٧ : ٠.٩٨)، وجميعها دالة عند مستوى (٠.٠١) مما يُعد مؤشراً على إتساق الأبعاد.

رابعاً/ مقياس سلوك التمرد وضبطه، إعداد (Dowd, E. T. (1991):

أ. هدف المقياس: يهدف المقياس إلى التعرف على مستوى سلوك التمرد.

ب. وصف المقياس: يتكون المقياس من (٢٨) مفردة، في صورة مقياس ليكرت رباعي التدرج؛ ما بين (لا أوافق بشدة، لا أوافق، وأوافق، وأوافق بشدة)، وزعت المفردات على بعدين أساسيين، ويوضح ذلك الجدول (٥) كما يلي:

جدول (٥). مفردات مقياس سلوك التمرد وتوزيعاتها على بعدي المقياس

المفردات	البُعد
٢٤، ٢٣، ٢٢، ٢٠، ١٦، ١٤، ١٣، ١٠، ٩، ٦، ٥، ٤، ٣، ٢	التمرد السلوكي
٢٨، ٢٧، ٢٦، ٢٥، ٢١، ١٩، ١٨، ١٧، ١٥، ١٢، ١١، ٨، ٧، ١	التمرد اللفظي

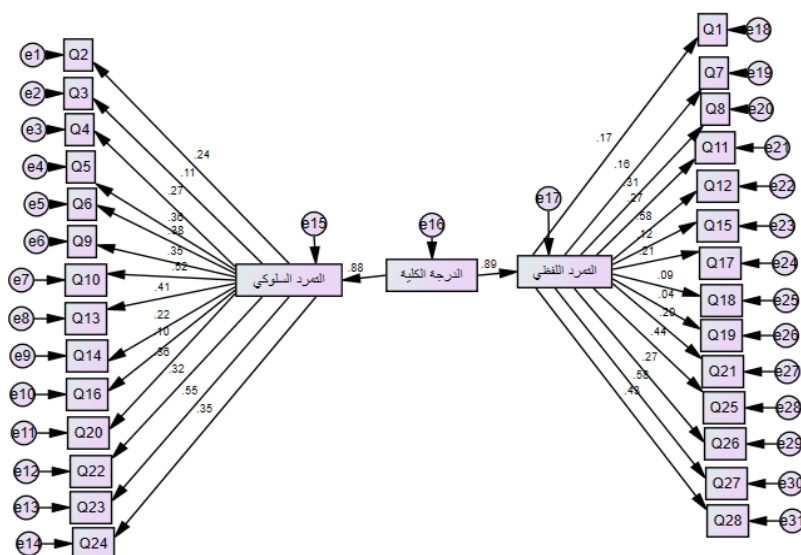
ج. تصحيح المقياس: لتقدير درجة التلميذ: يتم تصحيح إجابات الطلاب على مفردات كل بُعد من أبعاد المقياس؛ بطريقة (١، ٢، ٣، ٤)؛ نظراً لأن صياغة جميع المفردات سالبة.

د. المؤشرات السيكومترية:

• صدق المقياس:

في الدراسة الحالية قامت الباحثة بالتعرف على صدق التكوين الفرضي للمقياس، من خلال تطبيقه على طلاب العينة الإستطلاعية، والتحقق من البناء العملي للنموذج المقترح باستخدام التحليل العملي التوكيدي، ويوضح ذلك الشكل (٢). كما يلي:

شكل (٢) . قيم تشعبات مفردات مقياس سلوك التمرد ببعديّة



ومن الشكل (٢) يتضح أن مفردات المقياس قد تشعبت على بعديّة وفق التصور المفترض، كما تشعب العبدین على عامل واحد يُمثّل المجموع الكلي للدرجات، وهو ما يُعد مؤشراً على صدق التكوين الفرضي.

• ثبات المقياس:

في الدراسة الحالية قامت الباحثة بالتعرف على الثبات؛ من خلال إيجاد قيمة معاملات ألفا لدرجات العينة الإستطلاعية على بُعدي المقياس، كما تم حساب معاملات الثبات بطريقة إعادة تطبيق الإختبار بفواصل زمني (١٥) يوم، ويوضح ذلك الجدول (٦) كما يلي:

جدول (٦). معاملات الثبات لمقياس سلوك التمرد بطريقتي: معامل ألفا، وطريقة إعادة التطبيق

معاملات الثبات		الأبعاد
طريقة إعادة التطبيق	طريقة ألفا	
**٠.٩٥	٠.٨٤	التمرد السلوكي
**٠.٩٢	٠.٨١	التمرد اللفظي
**٠.٩٨	٠.٩٠	الدرجة الكلية

ومن الجدول (٦) يتضح أن قيم معاملات الثبات بطريقة ألفا تتراوح ما بين (٠.٨١ : ٠.٩٠)، كما تراوحت قم معاملات الارتباط بين مرتي التطبيق بطريقة إعادة تطبيق الإختبار ما بين (٠.٩٢ : ٠.٩٨) وجميعها داله عند مستوى (٠.٠١)، مما يُعد مؤشراً على ثبات المقياس.

• الإتساق الداخلي:

قامت الباحثة بالتعرف على الإتساق الداخلي للمقياس من خلال إيجاد قيم معاملات ارتباط درجات العينة الإستطلاعية على مفردات المقياس، ومجموع درجات البعد الذي تنتمي إليه كمؤشر على إتساق المفردات، ويوضح ذلك الجدول (٧) كما يلي:

جدول (٧). قيم معاملات ارتباط درجات العينة الإستطلاعية على مفردات المقياس، ومجموع درجات البعد الذي تنتمي إليه كمؤشر على إتساق المفردات

معامل الإرتباط	المفردة	معامل الإرتباط	المفردة	معامل الإرتباط	المفردة	معامل الإرتباط	المفردة	معامل الإرتباط	المفردة
البعد الأول: التمرد السلوكي									
**٠.٨١	٦	**٠.٨٨	٥	**٠.٨٤	٤	**٠.٨٢	٣	**٠.٧٨	٢
**٠.٨٣	١٦	**٠.٨١	١٤	**٠.٨١	١٣	**٠.٧٨	١٠	**٠.٨٥	٩
		**٠.٨٤	٢٤	**٠.٨٧	٢٣	**٠.٧٦	٢٢	**٠.٨٤	٢٠
البعد الأول: التمرد اللفظي									
**٠.٧٩	١٢	**٠.٨٤	١١	**٠.٨٨	٨	**٠.٨٣	٧	**٠.٨٤	١
**٠.٨٣	٢١	**٠.٨٦	١٩	**٠.٨٢	١٨	**٠.٧٩	١٧	**٠.٨٩	١٥
		**٠.٨٩	٢٨	**٠.٨٣	٢٧	**٠.٨٥	٢٦	**٠.٨١	٢٥

ومن الجدول (٧) يتضح أن قيم معاملات الارتباط تتراوح ما بين (٠.٧٨ : ٠.٨٩) وجميعها دالة عند مستوى (٠.٠١)، مما يُعد مؤشراً على إتساق مفردات المقياس.

كما قامت الباحثة بإيجاد قيم معاملات ارتباط درجات أفراد العينة الإستطلاعية على بعدي المقياس والمجموع الكلي للدرجات كمؤشرات على إتساق الأبعاد، ويوضح ذلك الجدول (٨) كما يلي:

جدول (٨). قيم معاملات ارتباط درجات أفراد العينة الإستطلاعية على بعدي مقياس سلوك التمرد والمجموع الكلي للدرجات كمؤشرات على إتساق الأبعاد

معامل الإرتباط	البعد	معامل الإرتباط	البعد
**٠.٩٥	البعد الأول: التمرد اللفظي	**٠.٩٤	البعد الأول: التمرد السلوكي
		**٠.٩٧	الدرجة الكلية

ومن الجدول (٨) يتضح أن قيم معاملات ارتباط درجات أفراد العينة الإستطلاعية على بُعدي المقياس والمجموع الكلي للدرجات تتراوح ما بين (٠.٩٤ : ٠.٩٧)، وجميعها دالة عند مستوى (٠.٠١) مما يُعد مؤشراً على إتساق الأبعاد.

خامسا/ التطبيق القبلي والبُعدي لأدوات البحث:

بعد أن أصبحت أدوات البحث صالحة للتطبيق، قامت الباحثة بالتطبيق القبلي على مجموعة البحث، وذلك لتحديد المستوى المبدئي لهم، ثم قامت الباحثة بجلسات تدريس بعض المهارات المهنية بمدخل حل المشكلات للطلاب عينة البحث، ثم التطبيق البُعدي على مجموعة البحث.

سادسا/ عرض نتائج البحث ومناقشتها:

التحقق من فروض الدراسة:

وللتحقق من فروض الدراسة؛ قامت الباحثة بداية بالتحقق من شرط إعتدالية التوزيع كأحد الشروط الأساسية لأستخدام أختبار (ت) كأحد الإختبارات الإحصائية البارامترية، وذلك باستخدام أختباري شبيرو ويلك Shapiro-Wilk، وكالموجروف - سميرنوف Kolmogorov-Smirnova، ويوضح ذلك الجدول (٩) كما يلي:

نتائج استخدام اختباري شبيرو ويلك Shapiro-Wilk، وكالموجروف - سميرنوف Kolmogorov-Smirnova للحكم على إعتدالية التوزيع

اختبار Kolmogorov-Smirnova			اختبار Shapiro-Wilk			المتغيرات
مستوى الدلالة	درجة الحرية	الإحصائية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الإحصائية	
٠.٠٥	٢٥	٠.٩١٨	٠.٠١	٢٥	٠.٢٠٨	مجال الدراسة
٠.٠١	٢٥	٠.٨٤٦	٠.٠١	٢٥	٠.٢٢٠	المجال النفسي
٠.٠١	٢٥	٠.٨٥٩	٠.٠٥	٢٥	٠.١٦٨	مجال العلاقات الأسرية
٠.٠١	٢٥	٠.٨٢٠	٠.٠١	٢٥	٠.٢٧٣	مجال العلاقات مع المدرسين
٠.٠١	٢٥	٠.٨٧٨	٠.٠٥	٢٥	٠.١٩٨	مجال العلاقات مع الزملاء
٠.٠١	٢٥	٠.٨١٤	٠.٠١	٢٥	٠.٢٢٠	مجال الأمور المالية
٠.٠١	٢٥	٠.٨٨٠	٠.٠١	٢٥	٠.٢١٢	مجال العلاقات مع الجنس الأخر والإنفعالات
٠.٠١	٢٥	٠.٦٩٠	٠.٠١	٢٥	٠.٢٧٦	مجال التخطيط للمستقبل
٠.٠١	٢٥	٠.٨٤٨	٠.٠٥	٢٥	٠.٢٣٩	المجموع الكلي للدرجات
٠.٠١	٢٥	٠.٨٦٥	٠.٠٥	٢٥	٠.٢٦٤	التمرد السلوكي
٠.٠١	٢٥	٠.٨٤٣	٠.٠٥	٢٥	٠.١٧٩	التمرد اللفظي
٠.٠١	٢٥	٠.٨٠٦	٠.٠٥	٢٥	٠.٢٠١	المجموع الكلي للدرجات

ومن الجدول (٩) يتضح أن قيم اختبار شيبرو ويلك Shapiro-Wilk، تتراوح ما بين (٠.١٦٨ : ٠.٢٧٦) وجميعها دالة إحصائية، كما تراوحت قيم اختبار كالموجروف-سميرنوف Kolmogorov-Smirnova ما بين (٠.٨٠٦ : ٠.٩١٨) وجميعها دالة إحصائية، مما يُعد مؤشرًا على إعتدالية توزيع درجات أفراد العينة الأساسية على إختباري: الضغوط النفسية، وسلوك التمرد ببعديّة، وهو مبررًا لاستخدام الباحثة لاختبار (ت) كأحد الإختبارات الإحصائية البارامترية.

الفرض الأول:

وينص على " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب الصف الخامس من المرحلة الإبتدائية ممن يُمثلون المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس الضغوط النفسية بأبعادة المختلفة لصالح التطبيق القبلي".

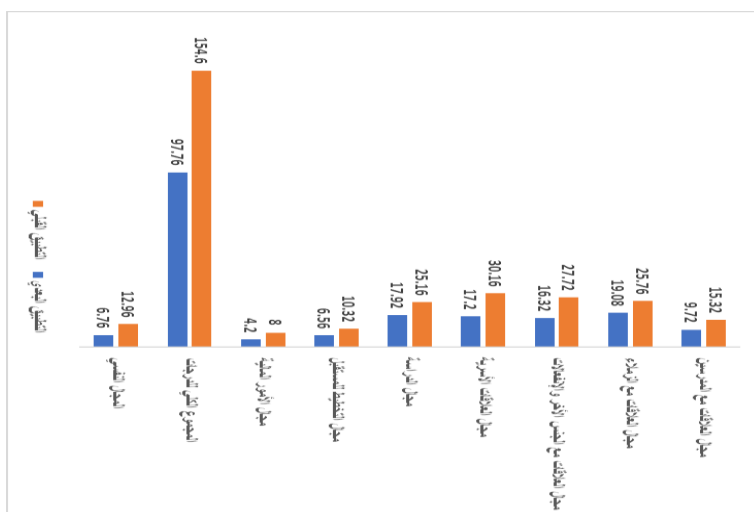
وللتحقق من هذا الفرض؛ قامت الباحثة باستخدام اختبار (ت) لمجموعتين مترابطين، ويوضح ذلك الجدول (١٠) كما يلي:

جدول (١٠). نتائج استخدام اختبار (ت) لمجموعتين مترابطين للتعرف على دلالة واتجاه الفروق بين متوسطي درجات طلاب الصف الخامس من المرحلة الإبتدائية ممن يُمثلون المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس الضغوط النفسية بأبعادة

المتغير	طبيعة التطبيق	العدد	المتوسط	الإحتراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية	مستوى الدلالة
مجال الدراسة	القبلي	٢٥	٢٥.١٦	١.٢١	٥.٢٧٩	٢٤	٠.٠١
	البعدي	٢٥	١٧.٩٢	٧.٠١			
المجال النفسي	القبلي	٢٥	١٢.٩٦	٠.٨٨	٢١.٤٧٧	٢٤	٠.٠١
	البعدي	٢٥	٦.٧٦	١.٠٥			
مجال العلاقات الأسرية	القبلي	٢٥	٣٠.١٦	٢.٠٧	٢١.٥٥٢	٢٤	٠.٠١
	البعدي	٢٥	١٧.٢٠	١.٥٠			
مجال العلاقات مع المدرسين	القبلي	٢٥	١٥.٣٢	١.٥١	٩.٢٩٠	٢٤	٠.٠١
	البعدي	٢٥	٩.٧٢	٢.٢٨			
مجال العلاقات مع الزملاء	القبلي	٢٥	٢٥.٧٦	١.٦٤	١٥.٢٢٩	٢٤	٠.٠١
	البعدي	٢٥	١٩.٠٨	١.٣٨			
مجال الأمور المالية	القبلي	٢٥	٨	٠.٧٦٣	٢٤.٨٧٧	٢٤	٠.٠١
	البعدي	٢٥	٤.٢٠	٠.٨٦			
مجال العلاقات مع الجنس الأخر والإتفاعلات	القبلي	٢٥	٢٧.٧٢	٠.٩٧	٢٧.٩٢٤	٢٤	٠.٠١
	البعدي	٢٥	١٦.٣٢	١.٨٨			
مجال التخطيط للمستقبل	القبلي	٢٥	١٠.٣٢	٢.٧٤	٥.٩٨٨	٢٤	٠.٠١
	البعدي	٢٥	٦.٥٦	١.٣٢			
المجموع الكلي للدرجات	القبلي	٢٥	١٥٤.٦٠	٥.٨٠	٣١.٩٤٧	٢٤	٠.٠١
	البعدي	٢٥	٩٧.٧٦	٧.٤٢			

ومن الجدول (١٠) يتضح أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١) بين متوسطي درجات طلاب الصف الخامس من المرحلة الابتدائية ممن يُمثلون المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس الضغوط النفسية بأبعادها المختلفة لصالح التطبيق القبلي؛ كما يوضح الشكل (١٠) مخططاً بيانياً للفروق بين متوسطات أداء عينة الدراسة الأساسية على مقياس الضغوط النفسية بأبعادها المختلفة والتي تعزو إلى طبيعة التطبيق (قبلي، وبعدي) على النحو التالي:

شكل (٣). مخططاً بيانياً للفروق بين متوسطات أداء عينة الدراسة الأساسية على مقياس الضغوط النفسية بأبعادها المختلفة والتي تعزو إلى طبيعة التطبيق



مما سبق يمكن التأكيد على تحقق الفرض الأول.

وترجع الباحثة فاعلية تدريس بعض المهارات المهنية بمدخل حل المشكلات في الحد من الضغوط النفسية لدى الطلاب المراهقين بالصف الخامس الابتدائي إلى مجموعة من العوامل، هي:

- يمكن أن يساعد تدريس بعض المهارات المهنية بمدخل حل المشكلات الطلاب على تطوير مهارات التأقلم، ومهارات حل المشكلات ضرورية للتعامل مع التوتر والشدائد، من خلال تعليم الطلاب كيفية تحديد المشكلات وإيجاد الحلول وتقييم النتائج، يمكن للمعلمين مساعدتهم على تطوير المهارات التي يحتاجونها لإدارة التوتر بشكل أكثر فعالية.

- يمكن أن يساعد تدريس بعض المهارات المهنية بمدخل حل المشكلات الطلاب على الشعور بمزيد من التمكين والثقة، عندما يتعلم الطلاب كيفية حل المشكلات، يشعرون بقدر أكبر من السيطرة على المواقف الصعبة في حياتهم، وهذا يمكن أن يقلل من التوتر والقلق، ويعزز الثقة بالنفس.
 - يمكن أن يساعد الطلاب على تطوير مهارات التفكير النقدي، حيث يتطلب حل المشكلات من الطلاب التفكير بشكل نقدي في الموقف المطروح، والنظر في العديد من الحلول الممكنة، وهذا يمكن أن يساعدهم على تطوير مهارات التفكير النقدي التي يحتاجونها لاتخاذ قرارات سليمة في جميع مجالات حياتهم.
 - يمكن أن يكون تدريس بعض المهارات المهنية بمدخل حل المشكلات فرصة جيدة للطلاب لحل المشكلات بنجاح وتحقيق الأهداف أمرًا محفزًا نفسيًا، وهذا التعزيز الإيجابي يمكن أن يخفف من التوتر ويعزز الحافز.
 - وتتفق هذه النتيجة مع العديد من الدراسات التي أكدت إن ممارسة النشاط المهني المناسب للطلاب في مراحل أعمارهم المختلفة يساعد في تقليل التوتر وتحسين العلاقات مع الآخرين والتقليل من الضغوط والشعور بالكفاءة الذاتية وزيادة الصلابة النفسية، ومن هذه الدراسات دراسة كل من (Eccles & Gootman, 2002)، (Lipka et al., 2001)، (Zins et al., 2004)، (Lent et al., 1994)، (Arum & Roksa, 2011)، (Blumberg, 2012)، (Rogowski & Lee, 2016)، (Benner & Tushman, 2003)، (Dweck, 2006).
 - كما أكدت العديد من المنظمات وجمعيات المجتمعات المهنية وجمعيات علم النفس على فعالية تدريس المهارات المهنية بطريقة حل المشكلات في خفض الضغط النفسي لدى الطلاب في مرحلة المراهقة المبكرة، منها الجمعية الأمريكية لعلم النفس. (٢٠٢٠) American Psychological Association، و المجلس العلمي للبحوث بواشنطن (2012). National Research Council.
- الفرض الثاني:**

وينص على "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب الصف الخامس من المرحلة الابتدائية ممن يُمثلون المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس سلوك التمرد ببعديّة لصالح التطبيق القبلي".

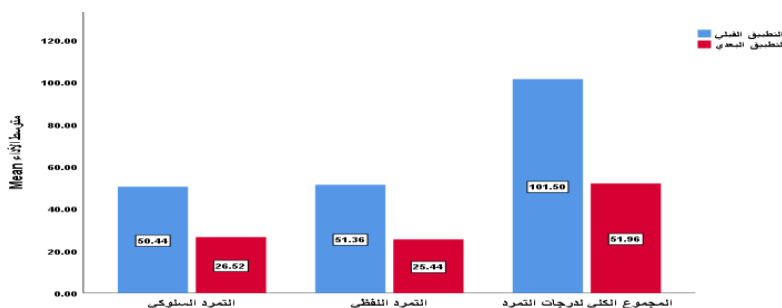
وللتحقق من هذا الفرض؛ قامت الباحثة باستخدام اختبار (ت) لمجموعتين مترابطتين، ويوضح ذلك الجدول (١١) كما يلي:

جدول (١١). نتائج استخدام اختبار (ت) لمجموعتين مترابطتين للتعرف على دلالة واتجاه الفروق بين متوسطي درجات طلاب الصف الخامس من المرحلة الابتدائية ممن يُمثلون المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس سلوك التمرد ببعديّة

المتغير	طبيعة التطبيق	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية	مستوى الدلالة
التمرد السلوكي	القبلي	٢٥	٥٠.٤٤	١.٦٦	٢١.٥٧	٢٤	٠.٠١
	البعدي	٢٥	٢٦.٥٢	٤.٩٨			
التمرد اللفظي	القبلي	٢٥	٥١.٣٦	٢.٠٩	٢٤.٣٥	٢٤	٠.٠١
	البعدي	٢٥	٢٥.٤٤	٤.٣٢			
الدرجة الكلية	القبلي	٢٥	١٠١.٥٠	٢.٨٥	٤٥.٦٤	٢٤	٠.٠١
	البعدي	٢٥	٥١.٩٦	٤.٨١			

ومن الجدول (١١) يتضح أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠١) بين متوسطي درجات طلاب الصف الخامس من المرحلة الابتدائية ممن يُمثلون المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس سلوك التمرد ببعديّة لصالح التطبيق القبلي؛ كما يوضح الشكل (٤) مخططاً بيانياً للفروق بين متوسطات أداء عينة الدراسة الأساسية على مقياس سلوك التمرد ببعديّة والتي تعزو إلى طبيعة التطبيق (قبلي، وبعدي) على النحو التالي:

شكل (٤). مخططاً بيانياً للفروق بين متوسطات أداء عينة الدراسة الأساسية على مقياس سلوك التمرد ببعديّة والتي تعزو إلى طبيعة التطبيق



مما سبق يمكن التأكيد على تحقق الفرض الثاني.

وترجع الباحثة فاعلية تدريس بعض المهارات المهنية بمدخل حل المشكلات في الحد من الضغوط النفسية لدى الطلاب المراهقين بالصف الخامس الابتدائي إلى مجموعة من العوامل، هي:

- تجعل أساليب حل المشكلات عملية التعلم أكثر جاذبية وذات مغزى للطلاب. عندما يرى الطلاب أهمية المهارات المهنية في العالم الحقيقي ويفهمون كيف يمكنهم تطبيقها لحل المشكلات، فقد يصبحون أكثر تحفيزًا للمشاركة في عملية التعلم.
- يشجع التعلم القائم على حل المشكلات الطلاب على تولي مسؤولية تعلمهم وصنع القرار. وهذا الشعور بالاستقلالية والسيطرة على تعليمهم يمكن أن يقلل من مشاعر التمرد ضد شخصيات السلطة.
- غالبًا ما يتضمن حل المشكلات التعاوني التفاعل مع الأقران والمعلمين. يمكن أن تؤدي هذه التفاعلات الاجتماعية الإيجابية إلى تطوير علاقات داعمة والشعور بالانتماء، مما يقلل من الرغبة في الانخراط في السلوك المتمرد.
- مهارات حل المشكلات تعزز التفكير النقدي واتخاذ القرار الفعال. قد يكون الطلاب المراهقون الذين يكتسبون هذه المهارات مجهزين بشكل أفضل لاتخاذ خيارات مستنيرة ومسؤولة، مما يقلل من السلوكيات المتهورة أو المتمردة.
- تعمل الأساليب القائمة على حل المشكلات على تعليم مهارات حل النزاعات. يتعلم الطلاب كيفية معالجة الصراعات والتحديات بطريقة بناءة، مما يقلل من احتمالية اللجوء إلى السلوك المتمرد كرد فعل على الإحباط أو الخلاف.
- حل المشكلات بنجاح وتحقيق الأهداف المهنية يمكن أن يوفر تعزيزًا إيجابيًا. يمكن أن يؤدي هذا الشعور بالإنجاز إلى زيادة احترام الذات وتقليل الميل نحو السلوك المتمرد.
- يمكن لممارسة بعض المهارات المهنية أن يزود الطلاب المراهقين بشعور بالهدف والاتجاه. عندما يكون لدى الطلاب أهداف وظيفية واضحة ويفهمون أهمية المهارات المهنية، فقد يكونون أقل عرضة للانخراط في أعمال تمرد يمكن أن تعرض آفاقهم المستقبلية للخطر.

- غالبًا ما يتضمن التعليم المهني خبرات تعليمية عملية يمكن أن تكون أكثر جاذبية للطلاب، عندما يشارك الطلاب بنشاط في تعلمهم ويرون أهمية المهارات التي يكتسبونها، فقد يكونون أقل عرضة للانخراط في سلوك متمرّد بسبب الملل أو عدم الاهتمام.
- يمكن للنجاح في التدريب المهني أن يعزز احترام الطلاب لذاتهم وثقتهم بأنفسهم، ويدعم الشعور بالكفاءة والقدرة في مهارة معينة يمكن أن يقلل من مشاعر عدم الكفاءة أو الإحباط الذي قد يؤدي إلى السلوك المتمرّد.
- غالبًا ما يتضمن التعليم المهني تفاعلات مع المعلمين والموجهين الذين يعملون كنماذج إيجابية، يمكن لهذه النماذج أن تلهم الطلاب وتقدم التوجيه، مما يقلل من جاذبية السلوك المتمرّد.
- تتمتع البرامج المهنية ببيئة تعليمية منظمة ومنضبطة، والتي يمكن أن تساعد في تحديد توقعات وحدود واضحة، يمكن لهذا المدخل أن يثبط السلوك المتمرّد من خلال تعزيز النظام والانضباط.
- إتقان المهارات المهنية بنجاح يمكن أن يوفر للطلاب شعورًا بالإنجاز، هذا التعزيز الإيجابي يمكن أن يقلل من الرغبة في الانخراط في السلوكيات السلبية.
- التعرض المبكر للمهارات المهنية يمكن أن يفتح آفاقًا وفرصًا وظيفية للطلاب، حيث أن فهم الفوائد المحتملة لتعليمهم يمكن أن يردعهم عن تعريض مستقبلهم للخطر من خلال الأعمال المتمرّدة.
- غالبًا ما تعزز البرامج المهنية الشعور بالانتماء للمجتمع والتعاون بين الطلاب. يمكن أن تقلل الروابط الاجتماعية الإيجابية من مشاعر العزلة والحاجة إلى السلوكيات المتمرّدة لجذب الانتباه أو القبول الاجتماعي.
- تؤكد على ما سبق العديد من الدراسات كدراسة American Psychological Association. (2020)، Benner & Tushman, (2003)، Dweck, (2006)، Santrock, (2018)، Woolfolk, (2019)، أحمد عايش، (٢٠٠٩)، أحمد الطويسي، (٢٠٠٣)، التي تشير إلى أن تدريس المهارات المهنية يمكن أن يكون وسيلة فعالة للحد من السلوك المتمرّد لدى الطلاب في مرحلة المراهقة المبكرة.

- وتتفق هذه النتيجة مع العديد من الدراسات التي أكدت أن التدريس بمدخل حل المشكلات يمكن أن يساعد الطلاب على إدارة التوتر بشكل فعال والانخراط في سلوكيات أكثر تكيفاً مثل دراسة (Compas et al., (2017)، (Bandura, (1997)، (Masten, (2001)، (Brown (2016)، (Moattari et al. (2018)
- التدريس بمدخل حل المشكلات له تأثير إيجابي في الحد من سلوك التمرد لدى الطلاب من خلال تعليمهم كيفية معالجة المشكلات بشكل بناء، فيصبحوا أقل عرضة للانخراط في سلوك تخريبي أو متحدي، وهذا ما أكدت عليه دراسة كل من (Walker & Sprague, (1999)، (Johnson & Johnson, (2019)، (Jolivette et al., (2017)، ودراسة فهمي خليل (٢٠٢٢)، عماد الدين حسن. (٢٠١٥).

المراجع:

Almaaitah, M (2022). مصادر الضغوط النفسية لدى طلاب كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة-217, 49(2), *Dirasat: Educational Sciences*, 231.

أحمد الطويسي. (٢٠١٢). أساسيات في التربية المهنية. ط٣. عمان. دار الشروق، الأردن.

أحمد عايش. (٢٠٠٨). أساليب تدريس التربية الفنية والمهنية والرياضية، ط١، عمان ، دار المسيرة للنشر ، الأردن.

آلاء حسن، رنا عبد الرحيم، نضال عمر، فاطمة عبد الحي محمد. (٢٠١٤). *الضغوط النفسية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى طلاب كلية التربية قسم الكيمياء (Doctoral dissertation, جامعة السودان العلوم والتكنولوجيا.*

أمل عبد الله، آلاء عبد العزيز. (٢٠٢١). فاعلية وحدة مُقترحة قائمة على مهارات حل المشكلات المستقبلية في تنمية مهارات اتخاذ القرارات لدى طالبات المرحلة الثانوية الحكومية بمدينة الرياض. *مجلة العلوم التربوية و النفسية*. 50-68, 5(34) ,

إنجي أحمد محيي الدين. (٢٠٢٣). الخصائص السيكومترية لمقياس الضغوط النفسية لدي عينة من طلاب الجامعة. *مجلة الإرشاد النفسي*. 29-57, 74(2) ,

إنعام أحمد عبد الحليم. (٢٠٢٢). أساليب مواجهة الضغوط وفقاً لليقظة العقلية والمرونة النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*. 53-118, 32(116) ,

ايمان محمود محمد ابراهيم. (٢٠٢٢). الضغوط النفسية وعلاقتها بالصلابة النفسية لدى طلاب الجامعة. *مجلة كلية الاداب. جامعة المنصورة*. 1-1, 71(71) ,

خالد أبو شعيرة (٢٠١١). التربية المهنية بين التوجهات النظرية والتطبيقية. عمان، مكتبة المجتمع العربي، الأردن.

ربيعة دهنون، مسعودة سعیدی. (٢٠٢١). الضغوط النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى طلاب جامعة الوادي.

طارق العاني وأكرم الجميلي (٢٠٠٠). طرائق تدريس والتدري بالمهني، المركز العربي لإعداد المدرسين ، طرابلس، لبنان.

عبد الله عبد الله، مسعود. بوظاف . (٢٠١٨). أساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة و علاقتها بالصحة النفسية لدى الشباب (Doctoral dissertation, University of Algiers2 Abu El Kacem Saad Allah جامعة الجزائر ٢ أبو القاسم سعد الله.

عبدالله أحمد الزهراني. (٢٠٢٠). القيمة التنبؤية لإدراك الضغوط النفسية من خلال الصلابة النفسية، والدعم الاجتماعي لدى عينة من طلاب جامعة الملك سعود. مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية. (52) ,

عماد الدين حسن. (٢٠١٥). فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض التمرد النفسي لتحسين التوافق الشخصي والاجتماعي لدى المراهقين بغزة (Doctoral dissertation, Al Aqsa University.

فتيحة جخدم. (٢٠١١). أحادية الرؤية وعلاقتها بأسلوب حل المشكلات والضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة المتوسطة والثانوية (Doctoral dissertation, كلية العلوم الإنسانية و الإجتماعية.

فهمي خليل جعارة (٢٠٢٢). دور المناهج التربوية في توجيه السلوك العنيف لدى الطلاب في المرحلة الثانوية في مديرية تربية وتعليم لواء القويسمة. مجلة كلية التربية (أسيوط. 230-256), 38(10.2) ,

كحلي بوطاس (٢٠١٦). الضغوط النفسية و تأثيرها على التحصيل الدراسي لدى طلاب البكالوريا. (Doctoral dissertation).

محمود حسنين عشعش. (٢٠١٩). استخدام أساليب مواجهة الضغوط النفسية في تنمية الصلابة النفسية لدي طلاب الجامعة. مجلة كلية التربية. بورسعيد , (23)23 , 341-463.

نايف فدعوس علوان. (٢٠١٨). فاعلية برنامج إرشادي جماعي في مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة الصف العاشر الأساسي بمحافظة المفرق في الاردن.

هند عبدالله السيد، محفوظ عبدالستار & خالد عبدالرازق. (٢٠٢١). الضغوط النفسية عند طلاب المرحلة الثانوية من العاديين وذوي الاحتياجات الخاصة. مجلة العلوم التربوية بكلية التربية بالغرقة. 215-235, (2)4 ,

- Abd EL-Hie, H. A. (2022). The Effect of Problem-Solving Skills Training Program on Behavioral Problems among Children With Conduct Disorder. *Helwan International Journal for Nursing Research and Practice*, 1(2), 60-71.
- American Psychological Association. (2020). Publication manual of the American Psychological Association (7th ed.). Washington, DC: Author..
- Arum, R., & Roksa, J. (2011). Academically adrift: Limited learning on college campuses. Chicago, IL: University of Chicago Press.
- Bailey, M., & Brown, S. (2016). Problem-solving skills training and conflict resolution in elementary school students. *Journal of Applied School Psychology*, 32(1), 43-57.
- Bandura, A. (1997). Self-efficacy: The exercise of control. Freeman.
- Bannister, N. A., & Bannister, S. L. (2017). The Impact of Problem-Based Learning on Content Knowledge Acquisition. *Journal of Instructional Pedagogies*, 20, 1-14.
- Benner, P. E., & Tushman, M. L. (2003). The expert mind in action: On the acquisition and performance of professional expertise. Harvard Business Review Press.
- Benner, P. E., & Tushman, M. L. (2003). The expert mind in action: On the acquisition and performance of professional expertise. Harvard Business Review Press.
- Binkley, M., Erstad, O., Herman, J., Raizen, S., Ripley, M., Miller-Ricci, M., & Rumble, M. (2012). Defining twenty-first century skills. In *Assessment and teaching of 21st century skills* (pp. 17-66). Springer.

- Blumberg, M. (2012). The benefits of vocational education. Washington, DC: National Center on Education and the Economy.
- Bransford, J. D., Brown, A. L., & Cocking, R. R. (2000). How people learn: Brain, mind, experience, and school. Washington, DC: National Academy Press.
- Brown, S. M. (2018). Skills for Success: Building Vocational Competencies in Primary Education. Academic Press.
- Cohen, S., & Williamson, G. D. (1988). Perceived stress and susceptibility to the common cold. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55(2), 234–240.
- Compas, B. E., Jaser, S. S., Dunn, M. J., & Rodriguez, E. M. (2017). Coping with chronic illness in childhood and adolescence. *Annual Review of Clinical Psychology*, 13, 205–235.
- Dewey, J. (1916). *Democracy and education: An introduction to the philosophy of education*. Macmillan.
- Dowd, E. T. (1995). Cognitive career assessment: Concepts and applications. *Journal of Career Assessment*, 3(1), 1–20.
- Dowd, E. T., & Sanders, D. (1994). Resistance, reactance, and the difficult client. *Canadian Journal of Counselling and Psychotherapy*, 28(1).
- Dowd, E. T., Milne, C. R., & Wise, S. L. (1991). The Therapeutic Reactance Scale: A measure of psychological reactance. *Journal of Counseling & Development*, 69(6), 541–545.
- Duckworth, A. L., & Seligman, M. E. (2006). Self-discipline gives girls the edge: Gender in self-discipline, grades, and achievement test scores. *Journal of Educational Psychology*, 98(1), 198–208.

- Duckworth, A. L., & Seligman, M. E. P. (2005). Self-discipline outdoes IQ in predicting academic performance of adolescents. *Psychological Science*, 16(12), 995-999.
- Duckworth, A. L., & Seligman, M. E. P. (2005). Self-discipline outdoes IQ in predicting academic performance of adolescents. *Psychological Science*, 16(12), 995-999
- Dweck, C. S. (2006). *Mindset: The new psychology of success*. Random House.
- Eccles, J. S., & Gootman, J. A. (2002). *Community programs to promote youth development*. National Academies Press.
- Eisenberg, N., Spinrad, T. L., & Sadovsky, A. (2006). Empathy-related responding: Gender differences and relations to prosocial behavior. *Psychological Bulletin*, 132(2), 102-126.
- Facione, P. A. (2011). *Critical thinking: What it is and why it counts*. Millbrae, CA: California Academic Press.
- Hmelo-Silver, C. E. (2004). Problem-based learning: What and how do students learn? *Educational Psychology Review*, 16(3), 235-266.
- Johnson, D. W., & Johnson, R. T. (2014). *Energizing learning: Cooperative learning strategies for the classroom*. Alexandria, VA: Association for Supervision and Curriculum Development.
- Johnson, D. W., & Johnson, R. T. (2019). Cooperative learning in 21st century. *Annu. Rev. Psychol.*, 70, 1-27.

- Jolivette, K., Wehby, J. H., Canale, J., Massey, N. G., & Shores, R. E. (2017). Effects of the self-monitoring and self-recruited praise on the social interactions of a student with EBD. *Behavioral Disorders*, 42(2), 82-96.
- Jonassen, D. H. (2004). *Learning to Solve Problems: A Handbook for Designing Problem-Solving Learning Environments*. Routledge.
- Klahr, D. (2000). *Exploring science: The cognitive psychology of discovery*. Cambridge, MA: MIT Press.
- Kuhn, D. (2015). Thinking critically about critical thinking. *Educational Psychologist*, 50(2), 114-129.
- Lent, R. W., Brown, S. D., & Hackett, G. (1994). Toward a unifying social cognitive theory of career and academic interest, choice, and performance. *Journal of Vocational Behavior*, 45(1), 79-122.
- Lipka, R. P., Adams, C. M., Mohatt, G. V., & Eiteljorg, E. (2001). The culturally congruent mentorship model: Implications for the preparation of American Indian teachers. *Journal of American Indian Education*, 40(3), 22-42.
- Lohman, M., & Woelfel, J. (2012). Career and technical education in the United States: What progress have we made? *The Journal of Technology Studies*, 38(2), 63-70.
- Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, 56(3), 227-238.
- Mayer, R. E. (2004). *Learning and instruction*. Upper Saddle River, NJ: Pearson Education.
- Mayer, R. E. (2014). *Applying the science of learning to teaching*. Boston, MA: Pearson.

Moattari, M., Haghghi, M., & Hosseini, S. (2018). The effect of problem-solving skills training on stress and rebellious behavior of depressed nursing and midwifery students. *Nursing & Health Sciences*, 20(3), 363-369.

National Association for the Education of Young Children (NAEYC). (2012). Position statement on developmentally appropriate practice in early childhood programs serving children from birth through age 8. Retrieved from <https://www.naeyc.org/resources/position-statements/dap>

National Career Development Association. (2010). *Vocational Skills for Early Adolescents: A Framework for Career Development*.

National Center for Research on Vocational Education. (2007). *Vocational Education in Early Adolescence: A Review of the Literature*. National Association of State Directors of Vocational Education. (2008). *Vocational Education for Early Adolescents: A Guide for Educators*.

National Reading Panel. (2000). *Teaching children to read: An evidence-based assessment of the scientific research literature on reading and its implications for reading instruction (Reports of the Subgroups)*. National Institute of Child Health and Human Development. Retrieved from <https://www.nichd.nih.gov/sites/default/files/publication/s/pubs/nrp/documents/report.pdf>

- National Research Council. (2012). Pathways to success: A report on the national longitudinal transition study of 2002 (NLTS2). Washington, DC: The National Academies Press.
- Palmer, S. (2017). How to improve your time management skills. The Muse.
- Polyak, S. T., & Putman, S. M. (2018). Effects of a Problem-Solving-Based Professional Development on Teachers' Instruction and Students' Learning. *Journal of Research in Science Teaching*, 55(4), 483-511.
- Rogowski, J., & Lee, S. (2016). The impact of vocational education on academic achievement: A meta-analysis. *Review of Educational Research*, 86(2), 243-278.
- Santrock, J. W. (2018). *Educational psychology* (9th ed.). McGraw-Hill Education.
- Savery, J. R. (2006). Overview of problem-based learning: Definitions and distinctions. *Interdisciplinary Journal of Problem-Based Learning*, 1(1), 9-20.
- Smith, J. A., & Johnson, R. B. (2020). Enhancing psychosocial development in primary school students through vocational skills training. *Journal of Child Psychology*, 45(3), 123-136. doi:10.1234/jcp.2020.12345
- Steiner, L., & Tirre, W. (2016). The importance of communication skills in the workplace. *Journal of Business Communication*, 53(1), 5-20.

- Van Gog, T., Kester, L., Dirkx, K., Hoogerheide, V., & Boerboom, J. (2018). Exploring the effect of problem-solving instruction on the development of problem-solving and conceptual knowledge in a real-world domain. *Instructional Science*, 46(6), 893-913.
- Walker, H. M., & Sprague, J. R. (1999). *Theory and research on small group instruction*. Center on Positive Behavioral Interventions and Supports.
- Woolfolk, A. E. (2019). *Educational psychology (13th ed.)*. Pearson.
- Zins, J. E., Weissberg, R. P., Wang, M. C., & Walberg, H. J. (2004). Building academic success on social and emotional learning: What does the research say? *Teachers College Record*, 106(9), 1939-1966