



مركز الأستاذ الدكتور/ احمد المنشاوى
للتنشر العلمى والتميز البحثى
مجلة كلية التربية



العلاج التحليلى العلقى بالحرية النفسفة لصمويل بشرى لخفض حدة السلوك الفوضى لذوى صعوبات التعلم دراسة حالة

إعداد

ا.د/صمويل تامر بشرى

أستاذ ورئيس قسم الصحة النفسية
كلية التربية – جامعة اسيوط

ا.د/حسن محمد حويل

استاذ بقسم المناهج وعميد كلية
التربية – جامعة اسيوط

ا/عبدالرحمن صالح الفضلى

باحث ماجستير – برنامج التربية الخاصة (صعوبات التعلم)
كلية التربية- جامعة اسيوط

a.s50656558@gmail.com

﴿المجلد الأربعون- العدد السابع - يوليو ٢٠٢٤ م﴾

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

مستخلص

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على فعالية العلاج التحليلي العقلي بالحرية النفسية في خفض حدة السلوك الفوضوى لحالة الدراسة، والكشف عن الديناميات الكلينيكية المميزة للسلوك الفوضوى، وتم تطبيق أدوات الدراسة (مقياس السلوك الفوضوى، برنامج العلاج التحليلي العقلي بالحرية النفسية) على حالة الدراسة، وأسفرت نتائج الدراسة التحليلية أن السلوك الفوضوى يرجع إلي مصادر متعددة أهمها الخوف من الفشل، عدم الثقة بالنفس، والميول العدوانية، والحرمان العاطفي، والإهمال، والقسوة، كما توصلت النتائج إلي خفض حدة السلوك الفوضوى بدرجة كبيرة جدا لدي حالة الدراسة بعد تطبيق العلاج التحليلي العقلي بالحرية النفسية.

الكلمات المفتاحية: السلوك الفوضوى، العلاج التحليلي العقلي بالحرية النفسية.

**Samul Bushra's Psychoanalytic Mental Therapy with Emotional Freedom
To reduce the severity of the chaotic behavior of people with
learning difficulties: Case Study**

D/Hassan Mohammed Howail

D/ Samuel Tamer Bishri

Abdulrahman Saleh Al Fadhli

Abstract

The current study aimed to identify the effectiveness of Psychoanalytic Mental Therapy with Emotional Freedom In reducing the severity of the chaotic behavior of the study case, and revealing the clinical dynamics characteristic of chaotic behavior, the study tools (the measure of chaotic behavior, the mental analytical treatment program with Emotional freedom) were applied to the case study, and the results of the analytical study revealed that the chaotic behavior is due to multiple sources, the most important of which is the fear of Failure, lack of self-confidence, aggressive tendencies, emotional deprivation, neglect, and cruelty. The results also showed that the severity of chaotic behavior was reduced to a very significant extent in the case study after applying psychoanalytic mental therapy with Emotional freedom.

Keywords: chaotic behavior - Psychoanalytic Mental Therapy with Emotional Freedom.

أولاً: مقدمة الدراسة:

يعد التعليم الابتدائي نقطة تحول هامة في حياة الطفل إذ تنمو كفاءته النفسية والحركية وتتبلور لديه عمليات التفكير (التدريب على الملاحظة والمقارنة والتركيب والتحليل) ويكتسب وسائل التعبير الأساسية (اللغة الشفهية والكتابية والتربية الرياضية) وينمو لديه الجس الأخلاقي بأستدخال القيم والمعايير الاجتماعية، لهذا تُعد المرحلة لبنه أساسية لمراحل التعليم التالية وهذا يبين أن أي قصور في العملية التعليمية خلالها مؤثر لتراكم وامتداد تأثيره إلى مراحل التعليم اللاحقة من مسار التلميذ الدراسي (سماح بشقة، ٢٠٠٨).

ولصعوبات التعلم مظاهر كثيرة لها تأثير سلبي على الجوانب العقلية والمعرفية والانفعالية والدافعية مثل شخصية الطفل والتي تلعب دورًا هامًا في الأداء الدراسي حيث تزايد شعور الطفل بالإحباط والتوتر والقلق وعدم الثقة بالنفس وذلك نظرا لعجزه عن مسيره الزملاء في الدراسة وفشلوا في تحسين معدل تحصيل ودراسي كما يتدنى تقديره لذاته وبمرور الوقت تضعف إرادته ودافعيته للتعلم ويزداد اعتماده على غيره وقد لا يبالي بواجباته المدرسية وينخفض مستوى رغبته في العمل والتنافس والإنجاز وقد ينتهي به المطاف إلى الرسوب والتسرب (Brainerd, 2005).

وتعد المشكلات السلوكية من أكثر المشكلات التي تعيق العملية التعليمية لدى تلاميذ صعوبات التعلم بنوعها الأكاديمية أو النمائية على الرغم من تمتعهم بذكاء عادي ولا يعانون من أي إعاقات حسية أو عقلية أو حركية أو مشكلات صحية أو يعانون من حرمان ثقافي أو اقتصادي (أسماء خوجه، ٢٠١٩).

وتشير سهير ممدوح التل؛ فؤاد عيد الجوالدة؛ وإبراهيم زريقات (٢٠١٢) أن الأطفال ذوي الصعوبات التعلم تظهر لديهم بعض المشكلات السلوكية منها السلوك الفوضوي متمثلاً في العدوان والتخريب، تعد مشكلة صعوبات التعلم من أهم المشكلات التي تظهر في البيئات المدرسية، لما لها من ارتباط مباشر بالمشكلات التي تحدث في العمليات المعرفية الأساسية في الانتباه، والإدراك، والذاكرة، وهذه الخصائص تؤثر في أداء العمليات العقلية المعرفية، كما تسبب قصور في التواصل الشفهي للمعلومات، والقراءة، والكتابة، واكتساب اللغة، إلى جانب المعوقات النفسية في ضبط النفس، وانخفاض الشعور بالثقة، والعزوف عن مشاركة الأقران والمعلمين، وازدياد القلق، وتكوين صورة سلبية عن الذات.

ويعد السلوك الفوضوي أحد الاضطرابات السلوكية ذات الأثر السلبي على العملية التعليمية – تلاميذ ومعلمين - والذي يظهر من خلال الطابع العدائي الذي يسبب أضرارا نفسية

وبدنية ومادية (رياب طه علي، ٢٠١٩، ٤٥٨) إلى أن التلاميذ الذين يظهرون مستويات عالية من السلوك الفوضوي، معرضون لأخطار متعددة على المستوى الشخصي والاجتماعي والأكاديمي، في مراحل حياتهم المختلفة.

وتهتم الحرية النفسية بكافة الإضطرابات وأنواعها فأنها جميعا تندرج تحت مظلة المشاعر السلبية ووجود أي خلل في نظام طاقة الجسم يسبب تلك المشاعر المزعجة والبدء فى تصحيح ذلك الخلل.

وقد قام صمويل بشرى بتأسيس تقنية الحرية النفسية في مصر منذ أوائل سنة ٢٠١٥ من خلال ما قام به من أبحاث لعلاج الإضطرابات النفسية فتم استخدام التقنية كمدخل لعلاج الإكتئاب والوسواس القهري والفوبيا الاجتماعية، ومن خلال ما تقدم من أبحاث تم تطوير تقنية الحرية النفسية وذلك عن طريق التركيز على تحليل المواقف الضاغطة المسببة للمشكلات والإضطرابات النفسية وتحليلها تحليلًا منطقيًا عقلائيًا (صمويل بشرى، خضر مخيمر، علي صلاح، محمد الامين، ٢٠٢٢).

وتقنية الحرية النفسية أداة عملية للتعامل مع ضغوط الحياة والتحرر من المشاعر السلبية بأنواعها فهي تعتبر من العلاجات النفسية المهمة الآن بسبب النتائج المذهلة التي تقدمها على المستوى النفسي والجسمي (حمود العبري، ٢٠١٢، ١١؛ صمويل بشرى، ٢٠١٩، ٣).

والمستقرى لما سبق يجد أن هناك اتفاقًا على الاستخدامات المختلفة لتقنية الحرية النفسية، سواءً كان ذلك في الجوانب النفسية كالقلق، والاكتئاب، والرهاب والغضب إلخ أو حتى في الناحية الجسمية كالآلام الجسمية، والصداع سواء تم التطبيق بشكل فردي أو بشكل جماعي. وكذلك في الجوانب السلوكية كالميول العدوانية والتخريب والسلوك الفوضوى، وهذا ما حدا بالباحثين في إجراء الدراسة الحالية للكشف عن فاعلية العلاج التحليلي العقلي بالحرية النفسية لخفض حدة السلوك الفوضوى لذوى صعوبات التعلم.

ثانيًا: مشكلة الدراسة:

بدأ الإحساس بمشكلة الدراسة مما لاحظته الباحثة من خلال عمله مع التلاميذ ذوي صعوبات التعلم بالمدرسة والأطفال الزائرين بمؤسسات ومراكز التربية الخاصة بالكويت بأن هؤلاء الأطفال لديهم مشكلات سلوكية مثل السلوك الفوضوى متمثلا فى السلوك العدوانى والنشاط الزائد والانسحاب والتخريب تؤثر على التلميذ بشكل أساسى.

كما تشير العديد من الدراسات بأن حوالي ٣٩ - ٥٤ ٪ من الاطفال الذين يعانون من صعوبات التعلم لديهم مشاكل السلوك أكثر من الاطفال العاديين. (Sridevi, 2015) وأن ٨٠% من التلاميذ الذين لديهم ضعف الانتباه المصحوب بالنشاط تظهر لديهم مشكلات الإخفاق في الأداء الاكاديمي واعادة الصفوف الدراسية والتحويل إلى الفصول التربوية الخاصة أو الانسحاب والفصل من المدرسة (مصطفى نوري القمش، ٢٠١٣، ٣٠٢).

لذا وضحت خنساء محمد حسين (٢٠١٩) ضرورة أن يتمتع التلاميذ ذوى صعوبات التعلم بقدر مناسب من التوافق النفسي وقامت بالتوصية بأهمية النظر إلي المشكلات والضغط النفسية، كذلك كشفت دراسة سماح بشقة (٢٠٠٨) ونوال محمد حسن(٢٠١٦) عن أهم المشكلات السلوكية التي يعاني منها ذوى صعوبات التعلم الاكاديمية، كما أشارت هدى سلمي مطير(٢٠١٤) إلي مجموعة من الخصائص السلوكية والمعرفية التي تميز ذوى صعوبات التعلم عن أقرانهم العاديين.

ومن العلاجات النفسية الحديثة فى البيئة العربية العلاج التحليلي العقلي باستخدام الحرية النفسية لصمويل بشري والذي أثبت فاعليته في خفض حدة أعراض الاضطرابات النفسية والمشكلات السلوكية للعاديين وذوى الاحتياجات الخاصة (صمويل بشري وأخرون، ٢٠٢٢).

وعليه يمكن تحديد مشكلة الدراسة في السوالين التاليين :

- ١- ما الديناميات الكلينيكية المميزة للسلوك الفوضوى لذوى صعوبات التعلم؟
- ٢- ما فاعلية العلاج التحليلي العقلي بالحرية النفسية في خفض حدة السلوك الفوضوى التى يعاني منها التلاميذ ذوى صعوبات التعلم؟

ثالثاً: أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى:

- ١- التعرف علي الديناميات الكلينيكية المميزة للسلوك الفوضوى لذوى صعوبات التعلم.
- ٢- الكشف عن فاعلية العلاج التحليلي العقلي بالحرية النفسية في خفض حدة السلوك الفوضوى التى يعاني منها التلاميذ ذوى صعوبات التعلم.

رابعًا: أهمية الدراسة:

ترجع أهمية الدراسة إلى مساعدة التلاميذ ذوي صعوبات التعلم في خفض حدة بعض المشكلات السلوكية (السلوك الفوضوى " العدوان – التخريب")، ويمكن إيجاز ذلك في النقاط التالية:

١- تتناول الدراسة الحالية التلاميذ ذوي صعوبات التعلم وهذه الفئة تحتاج إلى تقديم المزيد من التدخلات العلاجية للمشكلات السلوكية.

٢- تقديم برنامج علاجى باستخدام تقنية الحرية النفسية لم تتناوله أي دراسة عربية - في حدود علم الباحث - في خفض حدة أعراض بعض المشكلات السلوكية للتلاميذ ذوي صعوبات التعلم.

٣- الاستفادة من نتائج تلك الدراسة وتوظيفها في مجال تدريب وإعداد المعلمين في مجال التربية الخاصة وخاصة المهتمين بمجال صعوبات التعلم في استخدام تقنية الحرية النفسية في علاج المشكلات السلوكية لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم.

خامسًا: محددات الدراسة:

تحدد الدراسة الحالية وما توصلت اليه من نتائج بالمشاركين في الدراسة الاستطلاعية للتحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس السلوك الفوضوى وعددهم (٣٠) طفلاً، وبالمشاركين في الدراسة العلاجية وعددها (١ حالة واحدة) تلميذ، وباستخدام أدوات " تشخيص وفرز التلاميذ ذوي صعوبات التعلم، مقياس السلوك الفوضوى، استمارة المقابلة الكلينيكية، واختبار تفهم الموضوع (T.A.T) (إعداد موراي Murray)، برنامج العلاج التحليلي العقلى بالحرية النفسية.

سادسًا: الإطار النظرى والدراسات السابقة:

١- التلميذ ذو صعوبات التعلم:

حددت جمعية الأطفال الأمريكية ذوي صعوبات التعلم المسماة (ACLD) الطفل ذو صعوبات التعلم الذي يملك قدرة عقلية مناسبة، وعمليات حسية مناسبة واستقرار انفعالي، ألا إن لديه عددا محددًا من الصعوبات الخاصة بالإدراك والتكامل وصعوبات خاصة بالعمليات التعبيرية التي تؤثر بشده على كفاءته في التعلم" ويتضمن هذا التعريف الأطفال الذين يعانون من خلل وظيفي في الجهاز العصبي المركزي والذي يؤثر تأثيرا أساسيا على كفاءة المتعلم (سامي محمد ملحم، ٢٠٠٢، ٤٢).

يعرف الباحث التلميذ ذوى صعوبات التعلم إجرائيًا بأنه: " هو التلميذ الذى لا يعاني من أي إعاقة عقلية أو جسمية أو سمعية أو بصرية أو حرمانًا ثقافيًا أو بيئيًا أو اضطرابات إنفعالية بل هو تلميذ يعاني من اضطراب في العمليات العقلية ومشكلات في التحصيل ويظهر أثره في عدم القدرة على تعلم القراءة والكتابة والتهجئة والحساب تسبب له مشكلات نفسية تظهر في القلق والخوف ومشكلات سلوكية تظهر في السلوك الفوضى العوانى والتخريبى.

وإن الطلاب ذوى صعوبات التعلم لا يتفاعلون على نحو موجب ومقبول مع الآخرين، وتتجه أنشطتهم وتفاعلاتهم وسلوكياتهم إلى أن تكون مضطربة نفسيًا، ويؤدي ذلك إلى ضعف السلوك التوافقي خلال تعاملاتهم الاجتماعية، ومن أنماط السلوك اللاتوافقي: مقاطعة المتحدث، ضعف السيطرة على الذات القلق أو التوتر غير المبرر عدم الانتباه أو اللامبالاة وضعف السيطرة على الذات (فتحي مصطفى الزيات، ٢٠٠٨، ٥١).

٢-تشخيص ذوى صعوبات التعلم فى الدراسة الحالية:

- تم مراجعة سجلات درجات التلاميذ الذين حصلوا على أقل من ٧٠ % فى (القراءة والكتابة والحساب) أى المنخفضين فى درجات تحصيلهم.

- تم استبعاد حالات الإعاقة التى تعوق التعلم (ضعف سمعى – بصرى- توحدها-إعاقة عقلية) وفق محك الاستبعاد.

- ولمعرفة الفرق بين التحصيل والذكاء وفق محك التباعد تم استخدام اختبار كاتل للعامل العام مقياس الذكاء المتحرر من أثر الثقافة " المقياس الثانى الصورة (أ) تعريب وتقنين فؤاد عبد اللطيف أبو حطب، آمال مختار صادق، مصطفى محمد عبد العزيز (٢٠٠٤) وذلك لأنه يناسب العمر الزمنى للعينة ويسهل تطبيقه بشكل جماعى.

- ولفصل المتأخرين دراسياً عن ذوى صعوبات التعلم وفق محك الخصائص السلوكية تم استخدام مقياس مايكل بست ترجمة وتقنين مصطفى محمد كامل (٢٠٠٥).

- وللتأكد من أن صعوبات التعلم لا ترجع لسبب طبي تم تطبيق مقياس الفرز النيورولوجى السريع تعريب وتقنين عبد الوهاب محمد كامل (٢٠٠٨).

ثانياً: السلوك الفوضى لذوى صعوبات التعلم:

يظهر الاضطراب السلوكي في شكل سلوك غير تكيفي يصدر عن التلميذ، يخالف السلوك المعياري الذي يصدر عن الغالبية العظمى من أقرانه، ويخالف أعراف المجتمع، على أن

يأتي ذلك السلوك بشكل متكرر ومستمر؛ مما يثير غضب وانزعاج المحيطين بهذا التلميذ، ويؤدي إلى العديد من الاضطرابات النفسية والاجتماعية والأكاديمية الأخرى (أحمد محمد أبو زيد؛ وهبة جابر عبد الحميد، ٢٠١٥، ١٨). ويعد السلوك الفوضوي أحد الاضطرابات السلوكية التي شغلت القائمين على العملية التعليمية؛ لما لها من آثار سلبية على بيئة التعليم والتعلم، تفقدها قيمتها وتهدر طاقاتها في غير الأهداف التي تسعى نحوها، فالسلوك الفوضوي من المشكلات الاجتماعية التي تنتشر في المؤسسات التعليمية، والتي تظهر من خلال المشكلات السلوكية ذات الطابع العدائي، التي تسبب أضرارا نفسية وبدنية للعديد من الأطفال، كما تؤدي إلى العديد من الأضرار المادية لتلك المؤسسات (رباب طه علي، ٢٠١٩، ٤٥٨).

ويعد السلوك الفوضوي من أكثر الاضطرابات السلوكية الشائعة في البيئة التعليمية، وأكثرها تعقيدا؛ لما له من تأثير كبير في نمو الفرد نفسيا ومعرفيا واجتماعيا وخلقيا، فهو يؤثر بالسلب على المهارات الاجتماعية التي تؤدي دورا محوريا في تحقيق التكيف النفسي والاجتماعي لدى الفرد. الأمر الذي يعود بالضرورة على الفرد نفسه، فتزداد المشكلات لديه، ويفقد القدرة على التواصل الجيد، وتتأثر علاقاته بأقرانه وجميع المحيطين به، حيث يعوق السلوك الفوضوي بناء الشخصية في مراحل الطفولة، حيث إن الالتزام بالنظام واحترام القواعد العامة ليس فقط ضرورة اجتماعية، بل هو ضرورة نفسية وحاجة لدى الفرد، فالقوانين تشعره بوجود سباج يحميه، وغياب هذا السباج يؤدي لكثير من الاضطرابات. كما يؤدي السلوك الفوضوي إلى مشكلات متعلقة بالجوانب الاجتماعية والعلاقات مع الآخرين، كالفشل في بناء الصداقات، وصعوبات في العلاقة الندية مع الأقران، وقد ينجم عن ذلك الانسحاب والانعزال اجتماعيا، أو إقامة علاقات مع أقران يشبهونهم في النعمة على المجتمع. كما يؤدي السلوك الفوضوي إلى مشكلات تحصيلية تتعلق بالتعلم، حيث يعاني كثير من هؤلاء الأطفال من اضطراب القدرة على الانتباه المصحوب بالنشاط الزائد، كما قد يكون لديهم صعوبة في تدبير وقتهم، وكذلك ضعف علاقاتهم مع المعلمين، مما يؤثر على أدائهم التعليمي (Esturgo & Sala, 2010).

١-تعريف الاضطراب السلوكي:

يطلق على الاضطراب السلوكي مفهوم السلوك الفوضوي Disruptive Behavior وله عدة مسميات، منها: السلوك التدميري، السلوك المعطل، السلوك المعرقل (مجدي محمد الدسوقي، ٢٠١٤، ٣). ويعرف السلوك الفوضوي بأنه: سلوك يصدر عن التلميذ يتضمن مخالفة الأنظمة والتعليمات والقوانين، ويتمثل في إثارة الشغب والحديث دون إذن مسبق، وإتلاف

الممتلكات الخاصة وممتلكات الآخرين (سهير ممدوح التل؛ فواد عيد الجوالدة؛ وإبراهيم زريقات، ٢٠١٢، ١٥٧). ويعرف كذلك بأنه: مجموعة من الأعراض السلوكية التي منها: التمرد والعصيان، ومعارضة الكبار، والنشاط الزائد، والتتمر، وعدم الالتزام بالقواعد، والسلوك العدوانى (Bunte, Schoemaker, Hessen, Van & Matthys, 2013). ويعرف السلوك الفوضوي بأنه: نمط ثابت من السلوكيات التي تتمثل في كسر القواعد مع المعرفة والوعي بها (Amelia, 2013, 327).

كما يعرف السلوك الفوضوي بأنه: ما يبديه التلميذ من سلوكيات غير ملائمة للموقف، ويشمل: النشاط الزائد، الاندفاعية، نقص الانتباه، العناد المتحدي، اللامبالاة، الضوضاء، واللا اجتماعية، وتؤدي هذه السلوكيات إلى الفوضى والارتباك في البيئة، وتوق قدرة التلميذ على التوافق، وتأخذ شكلاً مستمراً مكرراً، يدركه الآخرون ويتأذون منه، ويعرف السلوك الفوضوي أيضاً بأنه: استجابات غير مقبولة اجتماعياً تتمثل في إصدار أصوات غير مناسبة، وإلقاء أشياء على الأرض، وإتلاف وتخريب الأشياء، والعبث بمحتويات الادراج والدواليب والأركان، وإثارة الشغب، ومخالفة الأنظمة والتعليمات والقوانين، والتحدث دون إذن مسبق (وليد السيد خليفة؛ ومحمد مصطفى الديب، ٢٠١٤، ١٠٦).

ويعرف السلوك الفوضوي بأنه: إحدى السمات الشخصية التي تندرج تحت الجانب السلبي للسلوك، وتتمثل في الإثارة والإزعاج، والعدوان والتخريب، كرجبة سلوكية داخلية (ياسين هاني القرالة، ٢٠١٥، ٥). ويعرف بأنه: مجموعة من السلوكيات السلبية التي تصدر تجاه الآخرين أم تجاه المجتمع من قبيل التعدي على حقوق الغير، والسرقه، والعناد، والتحدي، وإثارة الفوضى داخل البيئة الدراسية، وإتلاف الممتلكات العامة وتدميرها، وخرق القواعد والقوانين المتبعة.

وبالنظر إلى التعريفات السابقة نجد أنها تدور حول السلوكيات غير المرغوبة التي يمارسها التلميذ، والتي تؤثر سلباً على نظام المدرسة، وتهدد العملية التعليمية، والتي منها عدم الالتزام بالانظم والتعليمات، واعتياد الطفل على إثارة الإزعاج، والإضرار بمقدرات الروضة المادية، وتخريب الأدوات الخاصة به وبأقرانه.

ويعرف السلوك الفوضوي إجرائياً بأنه: السلوكيات غير المرغوبة التي يمارسها التلميذ، وتتمثل في: العبث بالأثاث والأركان والوسائل التعليمية، وتعمد تخريب أدواته وأدوات زملائه، والعدوان على الآخرين، وتقاس إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها التلميذ على مقياس السلوك الفوضوي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية (إعداد الباحث).

وتوصلت بعض الدراسات إلى أن الذكور يعانون اضطراب السلوك الفوضوي بصورة تفوق الإناث؛ وأرجعوا ذلك إلى طبيعة الأنثى وما يفرضه تكوينها الجسمي، وما تفرضه القيود المجتمعية من قيود، وفي هذا الصدد هدفت دراسة Gray, Carter, Briggs-Gowan & Wakschlag (2012)، الوقوف على الفروق في السلوك الفوضوي الملاحظ لدى أطفال الروضة، والتي تعزى إلى اختلاف النوع (الذكور، والإناث)، وأظهرت النتائج أن الذكور المضطربين لا يظهرون تفاعلا اجتماعيا، في حين أن الإناث المضطربات يظهرون تفاعلا اجتماعيا يقترب من مستوى تفاعل الذكور غير المضطربين.

٢- أبعاد السلوك الفوضوي:

حدد أحمد محمد أبو زيد؛ وهبة جابر عبد الحميد (٢٠١٥، ٢٩) سبعة أبعاد للسلوك الفوضوي، وهي: النشاط الزائد، الاندفاعية، نقص الانتباه، اللاجتماعية، اللامبالاة، العناد (المتحدي، الضوضاء).

وترى رغداء علي نعيمة (٢٠١٥، ١٢٤) للسلوك الفوضوي أربعة أبعاد، هي:

أ- الإثارة والإزعاج

ب- العدوان

ج- التخريب

د- مخالفة الأنظمة والتعليمات:

ويرى Mathews, Karyn, Jessica, Lancaster & Kevin (2013, 314)، وأشرف يعقوب؛ وشفيق علاونة (٢٠١٦، ٤٤١) أن للسلوك الفوضوي (٧) أبعاد، هي: (عجز الانتباه، النشاط الزائد، السلوك العدواني، التخريب، انتهاك القواعد والتعليمات، الإثارة والإزعاج، الاندفاعية).

وترى هدى ملوح عسكر (٢٠١٨، ٨) أن للسلوك الفوضوي (٣) أبعاد، هي: مخالفة الأنظمة والتعليمات، الإثارة والإزعاج، والعدوان والتخريب.

ويتضح مما سبق أن مشكلة السلوك الفوضوي مشكلة متعددة الأبعاد والجوانب، فمنها ما يتعلق بإتلاف الأدوات الخاصة بالتلميذ أو أقرانه، ومنها ما يتعلق بالعدوان على الآخرين.

٣- أهمية التصدي للسلوك الفوضوي:

توضح سهير ممدوح التل؛ وآخرون (٢٠١٢)، أن الأطفال الذين يظهرون مستويات عالية من السلوك الفوضوي، معرضون إلى أخطار مختلفة على المستوى الشخصي والاجتماعي والأكاديمي، وتظهر تلك الأخطار في صورة مشكلات سلوكية خطيرة في مراحل حياتهم المختلفة، منها: الحرص على الظهور بمظهر خارجي صلب رغم افتقاد الثقة بالنفس، فيحرص

الطفل على رفع الصوت أو إظهار القوة البدنية وعدم الاكتراث بالعقاب، كما تظهر الأنانية واستغلال الآخرين واعتبار ذلك الاستغلال مكسبا وذكاء، وتقديم احتياجاته ومشاعره على الآخرين دائما، ولا يشاركهم شعورهم، كما يحرص الطفل الفوضوي على إلقاء اللوم على الآخرين، وعدم تحمل مسئولية أفعاله، ويتسم بالمبالغة في ردود الأفعال، كالعصبية الزائدة والمخاوف غير المبررة.

ثالثاً: تقنية الحرية النفسية Emotional Freedom Technique

تُعرف تقنية الحرية النفسية (EFT) بأنها "طريقة للمساعدة الذاتية لكل من الجسم والعقل، وتجمع ما بين الربت الخفيف بالإضافة إلي الأفكار والمشاعر، فتنطوي تقنية الحرية النفسية على الربت باستخدام أطراف الأصابع على نقاط من الوجه والجسم مع التركيز على المشكلة أو القضية التي نرغب في حلها بدلاً من الوخز بالإبر أو العلاج بالإبر" (Hafter et al, 2011,5).

وتعرف EFT بأنها "عملية الربت على سلسلة من نقاط نهاية مسارات الطاقة لتحقيق التوازن أو الإفراج عن الطاقة وذلك في نقاط محددة من مسارات الطاقة، وترتبط هذه المسارات مع مختلف الأجهزة الجسدية، ولكل مسار طاقة له نقطة نهاية على سطح الجسم حيث يمكن من خلاله الوصول إلى قناة الطاقة" (Suls et al,2015,2).

ويشير صمويل تامر (٢٠١٩، ٣٩) بأنها تقنية تتعامل مع القضايا النفسية، وتبحث عن المسببات الأساسية للمرض، وذلك لأن العديد من الذكريات المؤلمة والمشاعر السلبية تظهر علي شكل أمراض عضوية. تقوم تقنية الحرية النفسية علي أساس الربت بأطراف الأصابع على مناطق معينة وذلك لتحفيز نقاط الطاقة في الجسم، وللسماع بتدققها بشكل صحيح في مساراتها الصحيحة، لتساعد على إعادة التوازن للشخص.

- تقنية الحرية النفسية ونظام طاقة الجسم:

يعتقد الصينيون أن الإبر تعمل على إعادة التوازن في الجسم، وأن الطاقة (تسمى باللغة الصينية "تشي") تسير في مسارات متعددة مختلفة في جسم الإنسان، ويمكن إعادة التوازن بغرز الإبر في مواضع معينة من هذه المسارات (ضحى بنت محمود، ٢٠٠٧، ٥٧).

لذلك ترجع تقنية الحرية النفسية سبب كل المشاعر السلبية إلى اضطراب نظام الطاقة في الجسم. وهذا ما يسمى "ببيان الاكتشاف"، فعندما تتدفق طاقتنا بشكل طبيعي دون إعاقة، نشعر بالرضا بكل الطرق. وعندما تصبح الطاقة لدينا مسدودة أو راكدة أو تتعطل في مسار واحد أو

أكثر من مسار للطاقة في الجسم، فالعواطف السلبية أو الضارة تؤدي إلي تطور جميع أنواع الأعراض الجسدية (Church,2010,16) .

وكلما زاد اضطراب نظام الطاقة، كلما شعرنا عن أنفسنا، وعن الآخرين، وعن العالم كله أن الحياة أصبحت صعبة ومؤلمة، ويزداد الأمر سوءاً مع زيادة اضطراب الطاقة فانخفاض تدفق الطاقة يؤدي إلى الشعور بالانزعاج والتفكير المضطرب، ويجعل الجسم ضعيفاً أيضاً (Hartmann,2013,11).

١- **الخطوة الأولى:** حدوث صدمة أو اضطرابات نفسية وقد تُحدث هذه الخطوة خللاً أكبر في نظام الطاقة بالجسم.

٢- **الخطوة الثانية:** خلل في نظام الطاقة بالجسم، وهي الخطوة الوسطي.

٣- **الخطوة الثالثة:** حدوث المشاعر والأحاسيس السلبية، وأن سبب جميع هذه المشاعر السلبية خلل في نظام طاقة الجسم.

فإذا لم تحدث الخطوة الثانية فإن الخطوة الثالثة يستحيل حدوثها، وبمعني آخر إن لم تسبب الذاكرة المصابة خللاً في نظام الطاقة في الجسم، فلن يحدث المشاعر السلبية، فلو تم مراعاة الخطوة (٢) في الاعتبار بدلاً من الخطوة (١) فربما كان الألم أقل نسبياً ومن الممكن أن يتم تصحيح الخلل بنظام الطاقة (بالربط بأماكن معينة)؛ وبذلك تحل السكينة ويتم التخلص من المشاعر السلبية وربما يتم الشفاء سريعاً. (حمود باتل العبري، ٢٠٠٤، ٩)

- كيفية عمل تقنية الحرية النفسية:

تعمل تقنية (EFT) مع نظام الطاقة الخفي في الجسم -شبكة من مسارات الطاقة، تسمى خطوط الطول في الطب الصيني التقليدي، فهذه المسارات يمكن الوصول إليها عبر مواقع محددة في الجسم تسمى نقاط الوخز. فالوخز بالإبر يستخدم الإبر في هذه النقاط وذلك للإفراج عن عالقة، والطاقة الراكدة، وإعادة توازن نظام الطاقة (Hafter et al,2017,7).

ويوضح Holland (n.d,9) أن مسارات الطاقة هي عبارة عن خطوط طول تسير داخل الجسم، وهي مثل الكهرباء في الجسم، حيث يحمل الأسلاك الطاقة لكل من الجسم والعقل، وفي حالة حدوث انقطاع في مسارات الطاقة نشعر بالمشاعر السلبية، والتي يمكن أن تسبب لنا الأعراض الجسدية، فهذا الاضطراب هو مثل زيادة الطاقة أو حدوث ماس كهربائي في الكهرباء، ففي هذه الحالة يتوقف تدفق الطاقة.

ويمكننا من خلال EFT الربت على نهاية كل مسارات الطاقة، ودفع الطاقة إلى هذه المسارات لتخفيف أي اضطرابات حتى تتمكن طاقاتنا من التدفق مرة أخرى.

وبعد استخدام EFT وحدوث حالة من التوازن تمكننا من السير في الطريق الصحيح؛ لمواجهة التحديات والقضايا بطريقة منطقية وعقلانية بدون حدوث أي ضرر من العاطفة السلبية الزائدة.

ويوضح صمويل تامر (٢٠٢٠) أن تقنية الحرية النفسية تعتمد على العلاج المزدوج حيث تركز على جزئين مترامين مع بعضهما البعض وهما:

- ١- مراكز الطاقة بالجسم: يعكس الجانب الفسيولوجي، وذلك من خلال الطرق أو الربت.
 - ٢- المشاعر السلبية: تعكس الجانب النفسي، وذلك من خلال عبارات الإثبات والتذكير.
- الربت كأساس لتقنية الحرية النفسية:

ويمكن التخلص من العواطف السلبية والأعراض الجسدية التي تتبع من اضطراب الطاقة، والربت يستعيد على نهاية مسارات الطاقة توازن الطاقة في الجسم، مما يتيح التخلص من المشاعر السلبية.

- استخدامات تقنية الحرية النفسية:

يتم تطبيق تقنية الحرية النفسية لعدد من الحالات وهي على سبيل المثال لا الحصر: الإدمان، الغضب، الاكتئاب، الأرق، المخاوف / الرهاب، اضطراب ما بعد الصدمة، الوسواس القهري، فقدان الوزن، متلازمة التعب المزمن، والإجهاد، واضطرابات الأكل (Suls et al,2015,2).

بينما تشير خدمات الصحة المجتمعية Derbyshire community (2012,1) Health Services إلى أن تقنية الحرية النفسية تكون مفيدة مع مجموعة متنوعة من مشاعر غير المريحة أو المحزنة أو غير السارة، ولقد وجد الكثير من الناس أن التقنية ساعدتهم للتخفيف من مشاعرهم القوية مثل القلق والغضب والحزن أو الشعور بالذنب، لذلك يمكن أن تكون مفيدة مع المشاعر التي من المتوقع أن تخف بشكل طبيعي مع مرور الوقت وأيضاً مع المشاعر الراضخة (مثل الرهاب أو اضطراب ما بعد الصدمة). بالإضافة إلى ذلك وجد بعض الأشخاص أنها مفيدة للأحاسيس الجسدية المزعجة، مثل الألم والدوار أو حالات الإدمان.

ويتسق ذلك مع دراسة "صمويل تامر" (٢٠١٧) إلى التعرف على فعالية تقنية الحرية النفسية في تخفيف الخوف الاجتماعي؛ بينما هدفت دراسة "Church" (2012) إلى خفض

الاكتئاب من خلال تقنية الحرية النفسية وهذا يتسق بدوره مع دراسة " صمويل تامر " (٢٠١٦)؛ وأيضاً مع دراسة "Stapleton" (2014) ؛ بينما هدفت دراسة "Hudson" (2013) إلى الكشف عن تأثير تقنية الحرية النفسية للتقليل من أعراض قلق الاختبار ؛ وتهدف دراسة "Stapleton" (2013) إلى استخدام تقنية الحرية النفسية لخفض الوزن لدى المراهقين الذين يعانون من زيادة في الوزن أو السمنة.

وهناك بعض الدراسات تحققت من فاعلية تقنية الحرية النفسية بشكل فردي كما في دراسة Minewiser (2017) والتي هدفت لخفض الأعراض النفسية لاضطراب ما بعد الصدمة لدي حالة تدعى " RM" وأسفرت النتائج عن انخفاض اضطراب ما بعد الصدمة PTSD، بينما جاءت دراسة صمويل تامر (٢٠١٦) التي تؤكد علي فاعلية تقنية الحرية النفسية في خفض الاكتئاب لدي حالة فردية.

وتوضح دراسة Church & Brooks (2010) أن EFT هي طريقة موجزة وفعالة للحد من الاضطرابات المرتبطة بالذكريات العاطفية الشديدة، والتي قد تكمن وراء الأعراض الجسدية، وأكدت فاعلية EFT سواء قُدمت إلي فرد ، أو إلي مجموعة صغيرة، أو إلي أعداد كبيرة كالمؤتمرات مما يجعلها تقنية متعددة الاستخدامات نظراً لتطبيقها علي العديد من الإعداد والجماهير، بالإضافة إلي عدد ساعات العلاج اللازم أقل من التدخلات الأخرى، وتُظهر الدراسات تحسناً في الأداء النفسي، والسيولوجي مما يجعل هذا التدخل فعالاً من حيث التكلفة، ويمكن لـ EFT معالجة الأعراض الجسدية والنفسية الشائعة في وقت واحد مثل الألم والقلق والاكتئاب والرغبة الملحة نظراً لفاعليتها الكبيرة.

والمستقرى لما سبق يجد أن هناك اتفاقاً على الاستخدامات المختلفة لتقنية الحرية النفسية، سواء كان ذلك في الجوانب النفسية كالقلق، والاكتئاب، والرهاب والغضب إلخ أو حتى في الناحية الجسمية كالآلام الجسمية، والصداع سواء تم التطبيق بشكل فردي أو بشكل جماعي، وأيضاً في تحسين السمات الإيجابية للشخصية الإنسانية.

- تطبيق تقنية الحرية النفسية:

قبل تطبيق تقنية الحرية النفسية يجب علينا تحديد المشكلة التي نرغب في التعامل معها ومن ثم تقييم مستوي الانزعاج المرتبط بالمشكلة، وهذه العملية تسمى تقدير مستوي المشاعر السلبية (SUDS) Subjective Unit of Distress، وهذه العملية مهمة جداً للقيام بتقييم المشكلة قبل التطبيق ولملاحظة النتائج بعد تطبيق التقنية (صمويل تامر ، ٢٠١٩، ٤٠).

ويتكون (SUDS) من إحدى عشرة نقطة ووضع لقياس القلق الحالي المقدر ذاتياً بين (٠) حالة مطلقة و (١٠٠) أسوأ قلق علي الإطلاق، وتم استخدام مقياس أكثر إحكاماً يتراوح ما بين صفر إلي عشرة، وتم التوسع في استخدام هذا المقياس لاستخدامه مع مختلف العلاجات القائمة علي التعرض، ومن الملاحظ أن هذا المقياس عنصر إجرائي مهم في العلاج السلوكي، وذلك لمراقبة أي تغيير في الحالات، ومن أجل تقييم تقدم العلاج، لذلك قام Joseph Wolpe في عام ١٩٦٩ م بتطوير وتقديم وحدات ذاتية لقياس مستوي الانزعاج (Robertson, n.d,4).

ويعتبر (SUDS) أداة لقياس الانزعاج، وشدة المشاعر والتجارب الداخلية الأخرى، مثل القلق والغضب والإثارة والتوتر أو أي مشاعر مؤلمة أخرى. فغالباً ما يرتبط مستوي المشاعر السلبية بمستوي إفراز الأدرينالين في الجسم، والذي تفرزه الغدة الكظرية، فمستوي الأدرينالين في الجسم يرتبط بالخبرات والتجارب التي نمر بها (Molin, 2015,1).

فعادة ما تبدأ جلسات EFT مع التقدير الذاتي لعدم الراحة باستخدام مقياس من صفر إلى ١٠ أو مقياس شدة الانزعاج أو مقياس المشاعر السلبية Subjective Unit of Distress (SUDS) فيمكن أن يكون لقياس ألم جسدي مثل: الصداع أو الإدمان، أو يمكن أن يكون عاطفياً مثل: الخوف، والقلق، الاكتئاب، أو الغضب (Church, 2010, 19).

- أشياء يجب مراعاتها أثناء تطبيق التقنية:

يشير صمويل تامر أنه يجب عند تطبيق تقنية الحرية النفسية أن نقوم:

١- تصحيح الأفكار الخاطئة.

٢- معرفة جذور المشكلة من خلال الاختبارات الإسقاطية.

٣- الربط على مراكز الطاقة بالجسم.

- خطوات تطبيق تقنية الحرية النفسية:

- تحديد المشكلة:

قبل تطبيق تقنية الحرية النفسية يجب علينا تحديد المشكلة التي نرغب في التعامل معها ومن ثم تقييم مستوى الانزعاج المرتبط بالمشكلة، وهذه العملية تسمى تقدير مستوى المشاعر السلبية Subjective Unit of Distress SUDS ، وهذه العملية مهمة جداً للقيام بتقييم المشكلة قبل التطبيق ولملاحظة النتائج بعد تطبيق التقنية.

سوف نوضح هنا الخطوات الأربعة لهذه التقنية :

١- وضع الإعداد The Set Up

٢- نقاط التسلسل الرئيسية The Sequence

٣- الجاموت والإجراءات التسعة The Gamut 9

٤- نقاط التسلسل الرئيسية (مرة أخرى)

في البداية نقوم بتحديد معيار المشكلة وتقييمها من خلال مقياس تقدير مستوى المشاعر السلبية SUDS • حدد موقفاً معيناً وتذكر تفاصيله جيداً ثم اختر لمشكلتك رقماً ما بين النقطتين (٠) لا يوجد انزعاج إلى النقطة (١٠) قمة الانزعاج •

أ: وضع الإعداد:

تتم عملية وضع الإعداد في خطوتين هما:

أ- ترديد عبارة الإثبات (٣) مرات أو أكثر •

ب- تدليك أو الربت على منطقة الكاراتيه •

عبارة الإثبات:

(على الرغم من أنني أعانى من السلوك الفوضوى إلا أنني أتقبل نفسى تماماً وبعمق) •

أو (أقبل نفسى رغم أنني أعانى من السلوك الفوضوى) •

ب: نقاط التسلسل الرئيسية:

الربت باستمرار على النقاط المحددة أثناء التركيز على الموضوع لمدة تقريبية من ٥ – ١٠ ثوانى عند كل نقطة •

وترديد العبارة التذكيرية عن كل نقطة: ضعف الصلابة النفسية يضايقنى •

أ- نقاط الربت:

- الحاجب (EB) - جانب العين (SE) - تحت العين (UE)

- تحت الأنف (UN) - تحت الشفتين (CH) - تحت عظمة الترقوة •

- تحت الذراعين • - أعلى الرأس •

- تقييم الموضوع:

قم بتقييم النتائج وحدد مستوى الانزعاج من (٠) إلى (١٠) .
إذا لم يصل الانزعاج إلى صفر قم بعمل جولات تكميلية أخرى على نفس الموضوع
واستخدم عبارة الإثبات التالية:

على الرغم من أنني لا زلت أعانى من ضعف الصلابة النفسية إلا أنني أتقبل نفسى
تماماً وعمقاً .

والعبارة التذكيرية : ماتبقى من ضعف الصلابة النفسية يضايقنى .

أما إذا وصلت إلى صفر فأبحث عن موضوع آخر جديد حتى تتحرر منه أيضاً .

(Church, 2012)

ج: الجاموت والإجراءات التسعة 9 The Gamut

يجب فى البداية تحديد نقطة الجاموت، وهى على ظهر كلتا اليدين، على مسافة ١ سم
خلف نقطة منتصف اليد، بين مفاصل القاعدة لإصبع الخنصر وإصبع البنصر .

د: نقاط التسلسل الرئيسية مرة أخرى .

فى هذه الخطوة الرابعة والأخيرة ، تعاد خطوات نقاط التسلسل الرئيسية مرة أخرى .

سابقاً: أدوات الدراسة:

- مقياس السلوك الفوضى:

ب- الخصائص السيكومترية لمقياس السلوك الفوضى:

*الاتساق الداخلي للمفردات:

قام الباحث بالتحقق من اتساق المقياس داخلياً، بحساب معاملات الارتباط بين درجة كل
مفردة ودرجة البعد الذى تندرج تحته المفردة، وأيضاً حساب معاملات الارتباط بين كل بعد
والدرجة الكلية للمقياس، وذلك بعد تطبيق المقياس فى صورته الأولية (٢٠ مفردة) على
المشاركين الدراسة الاستطلاعية، كما هو موضح بالجدول التالية:

جدول (١) معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة ودرجة البعد الذي تندرج تحته (ن = ٣٠)

العدوان				التخريب			
معامل الارتباط	رقم	معامل الارتباط	رقم	معامل الارتباط	رقم	معامل الارتباط	رقم
**٠,٥٢٧	١٦	**٠,٦٣٠	١١	**٠,٥٣٠	٦	**٠,٥٥٦	١
**٠,٥٥٧	١٧	**٠,٦٢٢	١٢	**٠,٧٩٥	٧	**٠,٧١٥	٢
**٠,٧١٨	١٨	**٠,٦٣٦	١٣	**٠,٦٣٧	٨	**٠,٨٤٢	٣
**٠,٥٩٥	١٩	**٠,٥٧٥	١٤	**٠,٦٦٨	٩	**٠,٨٥٤	٤
**٠,٥٢٨	٢٠	**٠,٦٧١	١٥	**٠,٥٤٩	١٠	**٠,٦٥٩	٥
**٠,٨٣١		**٠,٧٢٥		**٠,٦٤٩		**٠,٧٤٢	

**دال عند مستوى ٠,٠١

*صدق المقياس:

- الصدق المنطقي (صدق المحكمين):

تم عرض المقياس على مجموعة من المحكمين والخبراء المتخصصين في المجالات التربوية والنفسية، وذلك بهدف: التأكد من مناسبة مفرداته، تحديد غموض بعض المفردات لتعديلها أو استبعادها، إضافة مفردات من الضروري إضافتها.

- الصدق التمييزي:

قام الباحث باستخدام اختبار "مان ويتنى" Mann-Whitney U للأزواج المستقلة لمعرفة دلالة الفروق بين الإرباعي الأعلى والإرباعي الأدنى على المقياس، كما يوضح ذلك جدول رقم (٢).

جدول رقم (٢) دلالة الفروق بين الإرباعي الأعلى والإرباعي الأدنى					
ن	رتب المتوسط	مجموع الرتب	قيمة "Z"	مستوى الدلالة	
٨	١١,٥٠	٩٢,٠٠	٣,٤١٨ -	٠,٠١	الإرباعي الأعلى
٧	٤,٠٠	٢٨,٠٠			الإرباعي الأدنى

يتضح من الجدول السابق أن قيمة $Z = (-٣,٤١٨)$ ، وهي دالة عند مستوى ٠,٠١ مما يدل على وجود فروق بين درجات المرتفعين ودرجات المنخفضين على المقياس، وهذا يؤكد قدرة المقياس على التمييز بين المرتفعين والمنخفضين مما يشير إلى صدق المقياس.

***ثبات المقياس:**

- طريقة إعادة الاختبار:

استخدم الباحث طريقة إعادة الاختبار، وجدول (٣) يوضح معاملات ثبات المقياس وأبعاده.

جدول (٣) معاملات ثبات المقياس وأبعاده بطريقة إعادة الاختبار			
معامل الثبات	البعد	معامل الثبات	البعد
**٠,٩٢١	العدوان	**٠,٨٨٤	التخريب
**٠,٨٩٢		مقياس السلوك الفوضوي	
** دالة عند مستوى ٠,٠١			

• طريقة معادلة ألفا كرونباك Alpha Cronbach Method:

استخدم الباحث معادلة ألفا كرونباك، وهي معادلة تستخدم في إيضاح المنطق العام لثبات الاختبار، وجدول (٤) يوضح معاملات ثبات المقياس وأبعاده.

جدول (٤) معاملات ثبات المقياس وأبعاده بطريقة ألفا كرونباك			
معامل الثبات	البعد	معامل الثبات	البعد
٠,٩٠١	العدوان	٠,٨٦٢	التخريب
٠,٨٧٥		مقياس السلوك الفوضوي	

٢-العلاج التحليلي العقلي بالحرية النفسية:

علاج نفسي يعتمد على العقل في التعامل مع القناعات الفكرية، وأنماط وأساليب التفكير الخاطئة، والعمل على تغيير الأفكار السلبية الخاطئة واستبدالها بأفكار صحيحة وإيجابية، كما يعتمد على فنيات التحليل النفسي للتعامل مع الأسباب الكامنة للاضطراب، كما يعتمد على مراكز الطاقة للتخلص من المشاعر السلبية المصاحبة للاضطرابات، وذلك من خلال تصحيح الخلل في نظام مسارات الطاقة المسئول عن هذه المشاعر السلبية.

ثامناً: نتائج الدراسة وتفسيرها:

- نتائج فرض الدراسة وتفسيره:

ينص الفرض على: " يمكن استخدام اختبار تفهم الموضوع - التات - للكشف عن الديناميات الكليينكية المميزة للسلوك الفوضوى لدى حالة الدراسة ".

وللتحقق من هذا الفرض قام الباحثون بدراسة تحليلية لإحدى الحالات التى تعانى من السلوك الفوضوى (الدرجة الكلية على مقياس السلوك الفوضوى = ٥٦ درجة)، وذلك للوقوف على البناء النفسى لها، وأيضاً لدراسة ديناميات الشخصية طبقاً للمفهوم الديناميكي بشقيه الإسقاطى والتفسيرى المبنى على نظريات التحليل النفسى . ولتحقيق ذلك قام الباحث بتطبيق استمارة المقابلة الكليينكية فى جلسة، ثم تبعها بعرض لبطاقات اختبار تفهم الموضوع فى جلسة أخرى، وفيما يلى عرض للحالة وتحليل مضمونها النفسى:

أ- تاريخ الحالة:

الحالة تلميذ عمره (١٠) سنوات بالصف الخامس الابتدائى، يذكر الحالة أن والده فى أوقات معينة ييضربه عندما كان صغير، وأنا مش ممكن أحكيه على أى شىء، وأن والدته بتشخط كثير فيه وتضربه، ويذكر الحالة أنه هادىء، بس فى أوقات معينة بيتعصب وييضرب زمايله، ويذكر أيضاً زمايله كمان بيضايقونى، ويقول على لسانه أنا طفولتى كانت مهملة إلى حد ما، ويذكر الحالة أنه يعانى من القسوة التى يتعرض لها داخل أسرته، والحرمان النفسى القاسى الذى يتعرض له، ومشاعر الحزن والاكتئاب التى يعانى منها.

ب- استجابات الحالة على اختبار تفهم الموضوع وتفسيرها:

البطاقة رقم (1):

القصة: " دا طفل حزين، الجيتار بتاعه أتكسر ومش لاقى حد يصلحه، وممكن يكون أبوه وأمه ماتوا وهو مش لاقى حد يفرح معاه، لما ماتوا مش لاقى حد يشجعه، فهو ولا هايفرح ولا هايمكمل تعليمه علشان ومش هايبكون له مستقبل ولا يفيد نفسه، وممكن يكون أبوه ضربه وهو حزين أنه ماحدش صالحه ولا قاله ماتز علش ومحدش صالحه فقاعد وحده فى الأوضة حزين، وممكن الواد ده يقطع كتبه ويقول مش هاروح المدرسة تانى، أبوى مش بيحبنى، يبهدل الغرفة بتاعته ويكسر ويبهدل كل حاجة.

التفسير: تعكس القصة مايعانيه الحالة من مشاعر الحزن والأسى (دا طفل حزين) نتيجة فقدانها المشاركة الوجدانية من والديه وأنهم لم يشاركوه الفرح، ولم يجد منهم أى تشجيع (مش لاقى حد يفرح معاه، مش لاقى حد يشجعه)، كما تعكس القصة أيضاً توحدها مع الطفل فى البطاقة، وأنه يصور عدم وجود والداه فى حياته بأنهما ماتوا ولم يعد لهم وجود فى الحياة (ممكنا يكون أبوه وأمه ماتوا)، كما تعكس القصة أيضاً الميول العدوانية والسلوك العدوانى والعنف الذى يصدر عنه نتيجة مايعانيه من فقدان وحرمان معنوى وعاطفى (يقطع كتبه، يبهدل الغرفة، ويكسر).

البطاقة رقم (3BM):

القصة: " دا ولد زعلان علشان أبوه بيزعق فيه، كان بيطلب منه طلبات وقاله لأ، فضربه وممكنا يكون الشاب دا زعلان علشان أمه ماتت، كمان زعلان علشان قتل حد، علشان معاه مسدس والشرطة مسكته وحطته فى الحبس، وممكنا يسيب البيت، ويزعق فى أمه، ويقول لأبوه أنت مبتحبنيش، وهو كمان مش شاطر فى المدرسة.

التفسير: تعكس القصة مايعانيه الحالة من القسوة فى معاملة والده له (زعق فيه، ضربه)، كما توضح القصة غياب الأم المعنوى وأنه لاسند له، أب يعاقب وأم بشخصية ضعيفة لا حول لها ولا قوة (أمه ماتت)، وأن حياته داخل الأسرة أصبحت كأنها سجن وأنه مقيد ومكبل بقيوده، لديه شعور بالعجز (الشرطة مسكته وحطته فى الحبس)، كما تعكس القصة مايعانيه الحالة من فقدان لمشاعر المحبة داخل الأسرة، فالأب لا يحبه والأم ضعيفة، كما تظهر القصة التمرد والعصيان والعنف للحالة نتيجة مايعانيه مع أسرته، كما تظهر القصة الفشل الذى يعانى منه الحالة (مش شاطر فى المدرسة).

البطاقة رقم (4):

القصة: " دا واد وأمه، يعنى بتجبر بخاطره، ممكنا يكون أبوه زعله ضربه، وهو كبير كدا لما أبوه يزعق له كدا ممكنا يرد عليه، وينذقه ويكسر اللى قدامه ويرد عليه، فأمه بتصالح فيه علشان هو يرجع ويقعد فى البيت، وهو سابها ومشى، هو بيحب أمه أكثر من أبوه، أمه بتجيب له الحاجات اللى هو عايزها.

التفسير: يظهر من القصة مايعانيه الحالة من القسوة والضرب فى معاملة والده له (أبوه زعله وضربه)، ويظهر منها أيضاً الميول العدوانية نتيجة هذه القسوة (ممكن يرد عليه ويزعق له ويكسر اللى قدامه)، كما يعانى الحالة من التذبذب فى المعاملة بين الأب والأم، ويعانى الشعور بالتردد (أبوه ضربه، أمه بتجبر بخاطره)، مما يؤدى إلى معاناة الحالة من التناقض فى مشاعره بين حبه لأمه وكرهه لوالده (هو بيحب أمه أكثر من أبوه).

البطاقة رقم (5):

القصة: " دى أم بتطمئن على أبنها نايم، وبتشوفه ببذاكر ولا لأ، بيتفرج على التلفزيون، وبعد ما تذاكر تعالى أراجع لك، فهو مارضيش فهمى بيتزعق له وتضربه، وممكن هو يكون نايم بتشوفه متعطى ولا لأ، الغطاء وقع من عليه كدا، وهو مش ببذاكر علشان حاجات شاغله دماغه، مثلاً عايز يلعب مع أصحابه، يتصل بصحابه، واحد مزعله شاغل دماغه عايز يعرف هو ضربه ليه، الست دى كانت بتحلم حلم، أتخضت وصحيت، كانت بتحلم أن أبنها أتخطف، ولما صحيت راحت عليه تطمئن عليه، ولما لقيته أخذته فى حضنها وأطمنت عليه ".

التفسير: تعكس القصة مايعانيه الحالة من اضطراب وجدانى وتذبذب انفعالى (أم بتطمئن على ابنها، بتزعق له وتضربه)، كما يعانى من الصراع الداخلى (عايز يذاكر، عايز يلعب، عايز يتفرج على التلفزيون)، كما يعانى الحالة من فقدان الحب والدفء داخل الأسرة (لما لقيته أخذته فى حضنها وأطمنت عليه)، كما يعانى من شعوره بأنه مهمل داخل الأسرة لا قيمة له، كما لو أنه غير موجود بالأسرة (بتحلم أن ابنها أتخطف)، كما تعكس القصة عدم وجود الأب معنوياً داخل الأسرة، فالحالة يفتقد الأب الحنون السند لأولاده، كما تعكس القصة مايعانيه الحالة من ميول عدوانية تجاه الآخرين (ضرب زميله)، كما يعانى من الشعور الحاد بالذنب، فهو يلوم نفسه كثيراً على ماصدر منه من عدوان تجاه زملائه.

البطاقة رقم (7BM):

القصة: " دا ولد مع أبوه، وبيحكيه على حاجة حصلت معاه فى الشغل، وبيحسسه بالحنان وكدا يعنى، ومنسجمين قوى مع بعض، وأبوه بيحكيه اللى حصل، وأبوه بيحكيه اللى حصل معاه فى المدرسة، واضح أن العلاقة اللى بينهم أنهم بيحبوا بعض كثير، أبوه زعلان منه علشان ضرب أصحابه، حد أشتكى منه، هو زعلان برضه علشان مش بيجيبه الحاجه اللى هو عايزها، وممكن يتكلم مع أبوه بطريقة وحشة، يسيبه ويشوح له بإيده بطريقة وحشة، وممكن يحصل حاجات كثير ماחדش يتوقعها، ممكن يسبب المدرسة، ويمشى مع أصحابه الوحشين ويعلموه الفساد ويشرب سجاير.

التفسير: يتضح من القصة معاناة الحالة من اضطراب العلاقة بينه وبين والده، ويظهر ذلك في استخدام الحالة لميكانيزم التكوين العكسي (يحسسه بالحنان، منسجمين قوى، العلاقة اللى بينهم يبيحبوا بعض كثير)، كما تعكس القصة مايعانى منه الحالة من التناقض الوجدانى، والصراع الداخلى (منسجمين، يعامله بطريقة وحشة)، كما تعكس الميول العدوانية والعصبية (يشوح له بيده)، كما يظهر من القصة استخدام الحالة لميكانيزم الهروب والانسحاب (يسيبه ويمشى).

البطاقة رقم (8BM):

القصة: " دول ناس برضه دخلوا مدرسة، وتعلموا وكملاوا تعليمهم ووصلوا لحد طب التشريح، وبرضه وبعد ماخلصوا وأتلموا كل حاجة وأتلموا عليهم الناس الوحشين اللى عايزين أعضاء بييعوها، وقالوا له هانجيب لك جثث ويشرحها ويدوله أجرته، ولما يخلص التشريح هما ياخدوا الأعضاء ويبيعوها لأى مستشفى، ممكن هو اللى يجيب الناس، ويقولهم تعالوا معايا ويكون معاه سيارة وناس شاورتله وياخدوهم ويوديهم المنطقة اللى هاياخدوهم فيها ويقتلهم ويوديهم للدكتور اللى بيشرح ".

التفسير: تعكس القصة مايعانيه الحالة من الميول العدوانية الشديدة (يقتلهم)، وذلك بسبب مايتعرض له من قسوة وعقاب بدنى داخل الأسرة من قبل الأب وأحياناً من الأم، وتظهر القصة أيضاً معاناة الحالة من مشاعر الاكتئاب والحزن (هانجيب لك جثث)، كما تعكس مايعانيه الحالة من كونه شخصية ضعيفة من السهل السيطرة عليه وإمالته لأى عمل فاسد (أتلموا عليه الناس الوحشين) بسبب إحساسه بالخضوع والمذلة لمل يتعرض له من قسوة فى الأسرة.

البطاقة رقم (9BM):

القصة: " دول مجموعة ناس، كانوا مسافرين فالسيارة عطلت بيهم ومافيش حد يصلحها لهم، من كثرة الشمس والتعب ناموا على الأرض، وممكن يكونوا ماتعلموش وهربانين من البيوت بسبب العنف وفضلوا يمشوا يمشوا لحد ماالقوا حته قعدوا فيها ومش معاهم فلوس يجيبوا أكل، من كتر المشى تعبوا ناموا واستريحوا شوية، وهما وماشيين المطرة مطرت عليهم مالقيوش حاجة تداريهم، هدمهم أتبلت وأتوسخت، ودا ولد بيبص نايمين كدا ليه، هما ماليهمش بيوت، وممكن يسألهم ويحكولوه أنهم هربانين من البيت، وهو بي فكر أن الهروب من البيت عادى، وفى الآخر مش هايكون له مستقبل، ولا يفرحوا بيه.

التفسير: تعكس القصة بوضوح مايعانيه الحالة من القسوة والإهمال داخل الأسرة، كما تظهر استخدام الحالة لميكانيزم الهروب (هربانين من البيوت بسبب العنف)، كما تظهر حالة الاضطراب والخوف وعدم الاستقرار (فضلوا يمشوا ويمشوا ٠٠٠)، كما يعاني الحالة من قلقه على مستقبله، فهو يرى مستقبله مظلم وقاسى، ويعكس ذلك مشاعر الحزن والاكتئاب التى يعانى منها الحالة (يفكر فى الهروب، مش هايكون له مستقبل ، ولا يفرحوا بيه).

وتعكس القصة أيضاً حرمان الحالة من الدفء الأسرى من الأب والأم، ويعانى من مشاعر الوحدة والحرمان من كل شىء (مش معاهم فلوس، مالمقوش حاجة تداريهم)، كما يعانى من الإجهاد النفسى والبدنى، وأنه يعيش حياة كلها تعب وتوتر وضيق وهذا يعكس مشاعر الاكتئاب التى يعانى منها الحالة (تعيوا وناموا).

البطاقة رقم (13B):

القصة: " دا ولد زعلان مع أبوه وأمه، وسايبيته من صغره فى الشارع، ومش لاقى حد يسأل فيه، ومش جاييبين له أكل ولا لبس، ويتلم على عيال الشوارع يعلموه الفساد، وهو مش لاقى حته يقعد فيها، فهو قاعد قدام بيت، هو واحد زى بقيت العيال لازم يجيبوله الحاجات اللى يطلبه، مصيره ولا هابتعلم ولا يشتغل حاجة كويسة ولا يطلع حاجة مفيدة، وممكن يكون زعلان علشان مش لاقى أبوه وأمه، يتيم ومش لاقى ياكل، كل واحد له أبوه وأمه وهو مالمقوش وبيتمنى يكون له أب وأم.

التفسير: يظهر بوضوح فى هذه القصة مايعانيه الحالة من الوحدة النفسية داخل الأسرة، والحرمان من حب والديه له، والإهمال القاسى له فى الأسرة (زعلان مع أبوه وأمه، مش لاقى حد يسأل فيه)، كما يعانى الحالة من مشاعر الحقد والكراهية، كما يعانى من فقدانه لقيمه وأهميته وعجزه على أن يكون شخص مهم (مصيره الشارع)، كما تعكس القصة استخدام الحالة لميكانيزم أحلام اليقظة (يتمنى أن يكون له أب وأم) الوجود النفسى لهم فى حياته، كما يعانى من تدهور شخصيته بصفة عامة وإحساسه بالحزن والتعاسة والشقاء (لا ليه أصحاب ولا أهل).

البطاقة رقم (17BM):

القصة: " دا حرامى، دا أبوه وأمه بيعاملوه وحش، أبوهز عك له وضربه، وماجيش الحاجة اللى عايزها، ومن صغره أتربى فى الشارع وأتلم على ناس وحشة علموه يسرق أزاى ويتعارك أزاى، فبعد ماكبر وأتعلم كل حاجة عرف يعمل كل حاجة، فهو يسرق، مالمقوش مكان

ومصيره للسجن، ويتعامل معاملة وحشة مع الناس، واللى يسرق كذا ممكن يعمل حاجة تانية ممكن يقتل، يخطف ويقتل أى حد ويبيع أعضائه، علشان مادخلش مدرسة ومش متعلم ولا يعرف الحلال ولا الحرام، ممكن يستنى أبوه وهو راجع من الشغل، ممكن يقتل أبوه وهو طالع على السلم، وممكن يقتل أمه ويقتل أخواته.

التفسير: تعكس القصة معاناة الحالة من الصراع بين الخير والشر نتيجة الحرمان والقسوة داخل الأسرة، كما تظهر القصة مايعانيه الحالة من القسوة الشديدة والحرمان التي تطوق حياته كلها (مصيره السجن)، كما تعكس الميول العدوانية (يتعارك، يخطف، يقتل)، كما يتضح من القصة معاناة الحالة من اضطراب الأنا الأعلى (لا يعرف الحلال ولا الحرام)، كما تعكس أيضاً القصة الشعور الحاد بالذنب (كل عيشته حرام)، وكراهيته لوالده ووالدته لما يعانى منه من حرمان داخل الأسرة (يقتل أبوه، يقتل أمه، ويقتل أخواته).

ومن هنا يمكن أن نستخلص المشاعر السلبية للحالة من جلسات التحليل النفسي خلال تطبيق اختبار تفهم الموضوع وهي:

- ١- السلوك العدوانى
- ٢- الخوف من الفشل
- ٣- الشعور بالكراهية
- ٤- الحرمان العاطفى
- ٥- الشعور بالتعاسة
- ٦- الشعور بفقد الثقة
- ٧- الشعور بالعجز
- ٨- الشعور بالقسوة
- ٩- الإهمال
- ١٠- العصبية

ثانياً: نتائج الفرض الثاني وتفسيرها:

وينص الفرض الثانى على: " يوجد فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي على مقياسى السلوك الفوضوى لدى حالة الدراسة بعد تطبيق العلاج التحليلي العقلي بالحرية النفسية".

وللتحقق من صحة الفرض قام الباحث بالقياس القبلي لمقياس السلوك الفوضوى على الحالة، وتم تطبيق خطوات تقنية الحرية النفسية طبقاً للمشاعر السلبية التي تم استنتاجها من التحليل النفسي.

جدول (٥)

*مخطط جلسات البرنامج العلاج التحليلي العقلي بالحرية النفسية لخفض حدة السلوك الفوضوى

رقم	عنوانها	زمن الجلسة	اهداف الجلسة	الغيات المستخدمة او الخطوات
١	السلوك العدوانى	٦٠-٥٠ ق	مساعدة المريض على التخلص من حدة هذه المشاعر	إعادة تفسير الموقف بشكل إيجابي، خطوات تقنية الحرية النفسية.
٢	الخوف من الفشل	٦٠-٥٠ ق	مساعدة المريض على التخلص من حدة هذه المشاعر	إعادة تفسير الموقف بشكل إيجابي، خطوات تقنية الحرية النفسية.
٣	الشعور بالكراهية	٦٠-٥٠ ق	مساعدة المريض على التخلص من حدة هذه المشاعر	إعادة تفسير الموقف بشكل إيجابي، خطوات تقنية الحرية النفسية.
٤	الحرمان العاطفى	٦٠-٥٠ ق	مساعدة المريض على التخلص من حدة هذه المشاعر	إعادة تفسير الموقف بشكل إيجابي، خطوات تقنية الحرية النفسية.
٥	الشعور بالتعاسة	٦٠-٥٠ ق	مساعدة المريض على التخلص من حدة هذه المشاعر	إعادة تفسير الموقف بشكل إيجابي، خطوات تقنية الحرية النفسية.
٦	الشعور بفقدان الثقة	٦٠-٥٠ ق	مساعدة المريض على التخلص من حدة هذه المشاعر	إعادة تفسير الموقف بشكل إيجابي، خطوات تقنية الحرية النفسية.
٧	الشعور بالعجز	٦٠-٥٠ ق	مساعدة المريض على التخلص من حدة هذه المشاعر	إعادة تفسير الموقف بشكل إيجابي، خطوات تقنية الحرية النفسية.
٨	الشعور بالقسوة	٦٠-٥٠ ق	مساعدة المريض على التخلص من حدة هذه المشاعر	إعادة تفسير الموقف بشكل إيجابي، خطوات تقنية الحرية النفسية.
٩	الإهمال	٦٠-٥٠ ق	مساعدة المريض على التخلص من حدة هذه المشاعر	إعادة تفسير الموقف بشكل إيجابي، خطوات تقنية الحرية النفسية.
١٠	العصبية	٦٠-٥٠ ق	مساعدة المريض على التخلص من حدة هذه المشاعر	إعادة تفسير الموقف بشكل إيجابي، خطوات تقنية الحرية النفسية.
١١	المشكلة الرئيسية (السلوك الفوضوى)	٦٠-٥٠ ق	مساعدة المريض على التخلص من حدة هذه المشاعر	إعادة تفسير الموقف بشكل إيجابي، خطوات تقنية الحرية النفسية.

*جلسات تطبيق تقنية الحرية النفسية:

- بعد تطبيق اختبار تفهم الموضوع (التات) على الحالة – موضوع الدراسة - تم تحديد المشكلة التي نرغب في التعامل معها ومن ثم تقييم مستوى الانزعاج المرتبط بالمشكلة:

أولاً : المشكلة الرئيسية هي السلوك الفوضوى.

ثانياً: المشاعر العاطفية المرتبطة بالمشكلة هي: كما محددة فى الصفحة السابقة من استجابات الحالة على بطاقات اختبار التات ومقياس السلوك الفوضوى وتوجد بجدول مخطط الجلسات السابق

- بعد تحديد المشكلة والمشاعر العاطفية المرتبطة بها، تم تحديد عدد الجلسات التي تم تطبيقها على الحالة (عدها ١١ جلسة) .

- فى كل جلسة يتم تطبيق خطوات تقنية الحرية النفسية الأربعة التي سبق وذكرتها فى متن البحث، ويتم التركيز فى كل جلسة على واحدة من المشاعر العاطفية المصاحبة للمشكلة الرئيسة – السلوك الفوضوى – وفى الجلسة الأخيرة يتم التركيز على المشكلة الرئيسية.

الجلسة الأولى (السلوك العدوانى)

١- فى البداية يقوم الباحث مع الحالة بتحديد معيار المشكلة وتقييمها من خلال مقياس تقدير مستوى المشاعر السلبية SUDS نطلب من الحالة أن يحدد موقفاً معيناً ويتذكر تفاصيله جيداً ثم يختار لمستوى الانزعاج من مشكلته رقماً ما بين النقطتين (٠) لا يوجد انزعاج إلى النقطة (١٠) قمة الانزعاج .

- أفاد الحالة أن مستوى الانزعاج لديه = ١٠

- يبدأ الباحث فى حوار مع الحالة فيسأله: لماذا سلوكك عدوانى فى معظم الأوقات؟ هل تعتدى بدون سبب أم تعتدى عندما يعتدى عليك أحد؟ هل تعتدى للدفاع عن نفسك؟

- يجيب الحالة على هذه الأسئلة فى حوار ومناقشة مستمرة مع الباحث.

٢- نبدأ بالخطوة الأولى (وضع الإعداد):

يبدأ الحالة في ترديد عبارة الإثبات (٣) مرات أو أكثر، مع التدليك أو الربت على منطقة الكاراتيه.

عبارة الإثبات: (على الرغم من أنني لدى ميول عدوانية إلا أنني أتقبل نفسي تماماً وبعمق) • أو (أقبل نفسي رغم أن سلوكي عدواني).

عبارة التذكير: (أعاني من الميول والسلوك العدواني).

٣- نبدأ بالخطوة الثانية (نقاط التسلسل الرئيسية (The Sequence):

يتم الربت باستمرار على النقاط المحددة – ذكرت في متن البحث - أثناء التركيز على الموضوع لمدة تقريبيية من ٥ - ١٠ ثواني عند كل نقطة مع ترديد عبارة الإثبات، وترديد العبارة التذكير عن كل نقطة.

٤- نبدأ الخطوة الثالثة (الجاموت والإجراءات التسعة (The Gamut 9):

وفيها يتم التركيز على الخطوات التسعة – سبق ذكرها – أثناء الربت على نقطة الجاموت، وترديد عبارة الإثبات وعبارة التذكير.

٥- بعد الانتهاء من الخطوة الرابعة يطلب الباحث من الحالة إعادة تقييم مستوى الإنزعاج من الشعور بالميول العدوانية.

- أفاد الحالة أن مستوى الإنزعاج لديه أصبح = ٢

٦- وهنا يترتب علينا إعادة الخطوة الثانية – نقاط التسلسل الرئيسية – مرة أخرى.

٧- بعد الانتهاء من الخطوة السادسة يطلب الباحث من الحالة إعادة تقييم مستوى الإنزعاج من الشعور بالميول العدوانية.

- أفاد الحالة أن مستوى الإنزعاج لديه أصبح = صفر

- هذا يعنى أنه أصبح لا يوجد شعور مؤلم من الميول العدوانية لدى الحالة.

- انتهت الجلسة، بعد ذلك تم التأكيد على ميعاد الجلسة القادمة والتأكيد على الواجب المنزلى وهي تنفيذ خطوات تقنية الحرية النفسية في المنزل.

الجلسة الثانية (الخوف من الفشل)

١- في البداية يقوم الباحث مع الحالة بتحديد معيار المشكلة وتقييمها من خلال مقياس تقدير مستوى المشاعر السلبية SUDS نطلب من الحالة أن يحدد موقفاً معيناً ويتذكر تفاصيله جيداً ثم يختار لمستوى الإنزعاج من مشكلته رقماً ما بين النقطتين (٠) لا يوجد انزعاج إلى النقطة (١٠) قمة الانزعاج.

- أفاد الحالة أن مستوى الانزعاج لديه = ١٠

- يبدأ الباحث في حوار مع الحالة فيسأله: لماذا تخاف من الفشل؟ هل تخاف من أشخاص يعملوا على فشلك؟ هل فشلت قبل ذلك في أداء أى مهام؟ اخترت موقفاً أو حدثاً سبب لك ذلك الشعور؟
- يجيب الحالة على هذه الأسئلة في حوار ومناقشة مستمرة مع الباحث.

٢- نبدأ بالخطوة الأولى (وضع الإعداد):

يبدأ الحالة في ترديد عبارة الإثبات (٣) مرات أو أكثر، مع التدايك أو الربت على منطقة الكاراتيه.

عبارة الإثبات: (على الرغم من أنني أخاف من الفشل إلا أنني أتقبل نفسي تماماً وعمق) أو (أقبل نفسي رغم أنني أخاف من الفشل).

عبارة التذكير: (أعاني من الخوف من الفشل).

٣- نبدأ بالخطوة الثانية (نقاط التسلسل الرئيسية The Sequence):

يتم الربت باستمرار على النقاط المحددة - ذكرت في متن البحث - أثناء التركيز على الموضوع لمدة تقريبية من ٥ - ١٠ ثواني عند كل نقطة مع ترديد عبارة الإثبات، وترديد العبارة التذكير عن كل نقطة.

٤- نبدأ الخطوة الثالثة (الجاموت والإجراءات التسعة The Gamut 9):

وفيها يتم التركيز على الخطوات التسعة - سبق ذكرها - أثناء الربت على نقطة الجاموت، وترديد عبارة الإثبات وعبارة التذكير.

٥- بعد الانتهاء من الخطوة الرابعة يطلب الباحث من الحالة إعادة تقييم مستوى الإنزعاج من الشعور بالخوف من الفشل.

- أفاد الحالة أن مستوى الانزعاج لديه أصبح = ٥

- ٦- وهنا يترتب علينا إعادة الخطوة الثانية – نقاط التسلسل الرئيسية – مرة أخرى.
- ٧- بعد الانتهاء من الخطوة السادسة يطلب الباحث من الحالة إعادة تقييم مستوى الإنزعاج من الخوف من الفشل.
- أفاد الحالة أن مستوى الانزعاج لديه أصبح = صفر
- هذا يعنى أنه أصبح لا يوجد شعور مؤلم من الخوف من الفشل لدى الحالة.
- انتهت الجلسة، بعد ذلك تم التأكيد على ميعاد الجلسة القادمة والتأكيد على الواجب المنزلى وهي تنفيذ خطوات تقنية الحرية النفسية في المنزل.
- وهكذا فى كل الجلسات اللاحقة (حتى الجلسة الحادية عشرة) مع التركيز على المشاعر العاطفية السلبية المرتبطة بالمشكلة الرئيسية فى كل جلسة .

***المراجع :**

- أحمد محمد أبو زيد؛ وهبة جابر عبد الحميد. (٢٠١٥). اضطرابات السلوك الفوضوي. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- أشرف يعقوب؛ وشفيق علاونة. (٢٠١٦). فعالية برنامج إرشادي قائم على السيكدراما في خفض السلوك الفوضوي وتنمية المهارات الاجتماعية لدى طلبة صعوبات التعلم في لواء بنى عبيد. المجلة الأردنية في العلوم التربوية. ١٢(٤)، ٤٣٥ - ٤٥٤.
- آن موسى النجداوي، ومحمود كفاوين. (٢٠١٥). أسباب السلوك العدواني عند الأطفال من وجهة نظرهم. مجلة دراسات في العلوم الإنسانية والاجتماعية. مج (٤٢)، ملحق ٢. كلية الآداب الجامعة الأردنية عمان.
- خالد محمد ابو شعيرة. (٢٠٠٩). صعوبات التعلم بين النظرية والتطبيق. (١) عمان الاردن، مكتبة المجتمع العربي للنشر.
- خوله أحمد يحي. (٢٠٠٠). الاضطرابات السلوكية والانفعالية. عمان الاردن، دار الفكر للطباعة والنشر.
- رباب طه علي. (٢٠١٩). دور معلمات رياض الأطفال في ضبط السلوك الفوضوي لدى الأطفال وسبل تعميقه من وجهة نظر المديرات. مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر. ١(١٨٣)، ٤٥٤ - ٥٠٩.
- رغداء علي نعيسة. (٢٠١٥). السلوك الفوضوي وعلاقته بمستوى الانتماء الأسري والمدرسي لدى عينة من طلبة الأول الثانوي. مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس. ١٣(٣)، ١٢٤ - ١٥٤.
- سارة سليم محفوظ. (٢٠١٢). أثر استخدام أسلوب التعزيز التفاضلي للسلوك الآخر على السلوك الفوضوي لدى طلاب غرفة المصادر في المرحلة الابتدائية. رسالة ماجستير، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.
- سامي محمد ملحم. (٢٠٠٢). صعوبات التعلم (١٥)، عمان، الأردن، دار المسيرة.

سهير ممدوح التل؛ فؤاد عيد الجوالدة؛ وإبراهيم زريقات. (٢٠١٢). العلاقة بين مستوى السلوك الفوضوي والمهارات الاجتماعية لدى الطلبة. مجلة كلية التربية، جامعة بنها. ٢٣(٩٢)، ١٤٩ – ١٨٠.

صمويل تامر بشرى (٢٠٢٢). تقنية الحرية النفسية لخفض أعراض اضطراب كرب ما بعد الصدمة الناتج عن الإساءة الجنسية دراسة حالة، دراسات في الإرشاد النفسى والتربوى- كلية التربية - جامعة أسيوط.

صمويل تامر بشرى. (٢٠١٦). التدخل العلاجي باستخدام تقنية الحرية النفسية لدى مريض الاكتئاب دراسة تحليلية علاجية -دراسة حالة. مجلة كلية التربية، أسيوط، مج٣٢، ١٤، ص.ص ١-٤٨.

صمويل تامر بشرى. (٢٠١٧). استخدام تقنية الحرية النفسية فى تخفيف الخواف الاجتماعى لدى طالبات كلية رياض الأطفال، مجلة كلية التربية – جامعة الأسكندرية، مج٢٧، ١٤، ص.ص ٢٣١-٢٧٠.

صمويل تامر بشرى. (٢٠١٩). تقنية الحرية النفسية بين العقلانية والتحليلية، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

صمويل تامر بشرى، (٢٠٢٠). تقنية الحرية النفسية لعلاج الغضب الكلىنىكى - دراسة حالة، دراسات فى الإرشاد النفسى والتربوى- كلية التربية - جامعة أسيوط.

صمويل تامر بشرى، خضر مخيمر أبو زيد، علي صلاح عبدالمحسن، محمد الأمين. (٢٠٢٢). تقنية الحرية النفسية لعلاج قصور الانتباه مفرط الحركة لدى الطالبات ضعاف السمع، مجلة دراسات فى مجال الإرشاد النفسى والتربوى، كليه التربية جامعه اسيوط.

صهيب خالد التخاينة. (٢٠١١). فاعلية برنامج إرشادي فى خفض السلوك الفوضوي لدى طلبة صعوبات التعلم فى لواء المزار الجنوبي. رسالة ماجستير، جامعة مؤتة، الكرك، الأردن.

ضويحي محمد ضويحي؛ وأحمد محمد أبو زيد. (٢٠١٦). السلوك الفوضوي لدى التلاميذ ذوي الإعاقة الفكرية المدمجين وغير المدمجين. مجلة التربية الخاصة، كلية التربية، جامعة الزقازيق. (١٥)، ٧٦ – ١٣٧.

مجدي محمد الدسوقي. (٢٠١٤). الخصائص السيكومترية لمقياس تقدير أعراض اضطراب السلوك الفوضوي لدى فئات عمرية مختلفة. المجلة المصرية للدراسات النفسية، الجمعية المصرية للدراسات النفسية. ٢٤(٨٥)، ١ - ٥٠.

محمد محمود على. (٢٠١٤). فاعلية برنامج تدريبي قائم على مسرحة القصة لخفض بعض مظاهر السلوك الفوضوي لدى الأطفال الذاتويين. مجلة القراءة والمعرفة ١٥٣. ١٤٥-١٦٦.

مريم نزيه نوري؛ هبة حسين إسماعيل؛ وهدى نصر محمد. (٢٠٢١). فاعلية برنامج لتنمية مهارات التنظيم الذاتي في خفض السلوك الفوضوي لدى الأطفال ذوي صعوبات التعلم الأكاديمية. مجلة بحوث العلوم التربوية. ١(١)، ٣٠ - ٦٩.

هدى ملوح عسكر. (٢٠١٨). السلوك الفوضوي لدى المراهقين بالمرحلة المتوسطة بدولة الكويت - دراسة عملية. مجلة كلية التربية بينها. ٢(١١٥)، ١ - ٢٥.

وليد السيد خليفة؛ ومحمد مصطفى الديب. (٢٠١٤). فاعلية برنامج تدريبي قائم على استراتيجيات التعلم التعاوني في خفض حدة السلوك الفوضوي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية بالطائف. مجلة التربية، جامعة الأزهر. (١٥٨)، ١١ - ٦٤.

American Psychiatric Association. DSM-IV-TR (2013). Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Text Revision. American Psychiatric Press, PP.103-105.

Bach, D., Groesbeck, G., Stapleton, P., Sims, R., Blickheuser, K., & Church, D. (2019). Clinical EFT (Emotional Freedom Techniques) improves multiple physiological markers of health. Journal of evidence-based integrative medicine, 24, 2515690X18823691.

Banerjee, P., Puri, A., & Luqman, N. (2015). Emotional freedom technique: An alternative therapy in destressing. International Journal of Application or Innovation in Engineering & Management, 4(9), 19-26.

- Brattberg, G. (2008). Self-administered EFT (Emotional Freedom Techniques) in individuals with fibromyalgia: a randomized trial. *Integrative Medicine*, 7(4), 30-35.
- Brenda Sebastian , Mpsych. And Jerrod Nelms , PhD (2017). The effectiveness of Emotional freedom techniques in the treatment of post traumatic stress disorder : A Meta-Analysis. Transcendence Institute , 1620 Banded rock Court ,Colorado springs , Co 80919. Lucyna Health and Safety Solutions, Tampa , FL. January/ February 2017,VOL. NO.1.
- Church, D. & House, D. (2018). Borrowing benefits: Group treatment with clinical Emotional freedom techniques is associated with simultaneous reduction in posttraumatic stress disorder, anxiety, and depression symptoms. *Journal of evidence-based integrative medicine*. <https://doi.org/10.1177/215658756510>.
- Church, D. (2012). Brief grief group intervention using Emotional freedom techniques for depression in college student: A randomized control trial, Academic editor: H grunge, VOL.2012, Article ID 257172, P7.
- Church, D., Stapleto, P. & Sabot, D. (2020). App- Based delivery of clinical Emotional freedom techniques: Cross- sectional study of app user self –ratings. *JMIR health uhealth*, VOL. 8, NO. 10. <https://preprints.jmir.org/preprint/18545> .

- Craig, G. (2016). The home of gold standard Emotional freedom techniques. retrieved from
<http://www.emofree.com/eft-tutorial/tapping-basics/what-is-eft.html>
- Craig, G. (2017). The Cary Craig officinal (EFT A.M Training centers), (2004) Accessed 05 April 2017.
<http://www.emofree.com/eft-tutorial/tapping-basics/how-to-do-eft.html/>.
- Craig, G., Bach, ND., Groesbeck, G. & Benor, MD. (2009). Emotional freedom
- Esturgo, E. & Sala, R. (2010). Disruptive behavior of students in primary education and emotional intelligence. Teaching and Teacher Education. 26(4), 830- 837.
- Feinstein, D. (2008). Energy psychology: A review of the preliminary evidence. Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training, 45(2), 199.
- Johnson.B. (2001). Behaviour Problems In Children and Adolescents with Learning Disabilities, The Internet Journal of Mental Health.
- Katrina, A.M. (2018) Does combining emotional freedom technique and hypnosis have an effect on sexual assault specific posttraumatic stress disorder symptoms? ph. d. saybrook university. California.
- Millward, P., & Pagett, L. (2014). Principles of EFT (Emotional Freedom Technique): What it is, how it works, and what it can do for you. Singing Dragon.

- Salomon, S. (2011). It is in Your Hands: Emotional Freedom Technique (EFT): the Power to Eliminate Stress, Anxiety, and All Negative Emotions. SpiralPress.
- Stapleton, P., Church, D., Sheldon, T., Porter, B., & Carlopio, C. (2013). Depression symptoms improve after successful weight loss with emotional freedom techniques. International Scholarly Research
- Stapleton, P., Church, D., Sheldon, T., Porter, B., & Carlopio, C. (2020). Depression symptoms improve after successful weight loss with emotional freedom techniques. International Scholarly Research
- Stein, P. & Brooks, A. (2011). Efficacy of EFT Provided by coaches versus licensed therapists in veterans with PTSD. Energy psychology journal: theory, research, & Treatment , VOL. 3 , NO. 1 , PP.33-42.