



شهادة رقم: 13/2025

شهادة شراكة

يشهد السيد مدير مختبر المهارات الحياتية، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة محمد بوضياف - المسيلة
والسيدة مدير مختبر التربية والصحة النفسية بجامعة الجزائر 02، بأن الأستاذ (ة):

الدكتورة: بن زطة بلدية من جامعة: محمد بوضياف- المسيلة

قد شارك(ت) في فعالية العلائق الوطني حول: فوبيا الحياة العدرسية - آليات الوقاية والتشخيص والتكفل -

المنعقد يوم: 12 فبراير 2025 بجامعة محمد بوضياف - المسيلة، بداخلة عنوانها:

مقرر برووكول قائم على فنون الارشاد السلوكي المعرفي في التخفيف من فوبيا المدرسة لدى تلاميذ الطور الابتدائي

مدير مختبر المهارات الحياتية

مدير مختبر المهارات الحياتية
الاستاذ عاصي عاصي
الاستاذ عاصي عاصي

مدير مختبر التربية والصحة النفسية

د.و. بنى زعور
مدير مختبر التربية والصحة النفسية

رئيس العلائق

الدكتورة:
بوعلاقة فاطمة الزهراء



برنامج الملتقى الوطني حول: فروض الحياة الدراسية -اليات الوقاية والتضييغ والتكافل-

يوم 12 فبراير 2025

مدير مخبر المهارات الحياتية
أ.د/- الطاهر مجاهدي

رئيس اللجنة العلمية للملتقى
د/- طيابية نادية

رئيس اللجنة العلمية للملتقى
د/- صونيا دودو

رئيس الملتقى

د/- فاطمة الزهراء بوعلاقة

د/- هبّاب مزيان الشريف:
رئيس الإشراف التقني

برنامجه الـلـئـقـنـي الـوطـنـي خـوـبـيـا الـحـيـاه الـمـدـرـسـيـه آـيـات الـوـقـاـيـه وـالـسـخـيـطـ وـالـتـكـفـلـ

المنظمة يوم 12 فبراير 2025

الجهاز المشرفة على المأموريات الوطنية

الرئيس الشرفي للملتقى: الأستاذ الدكتور عمار بودلاعة
مدير جامعة محمد بوضياف - المسيلة

المحترف العام للملتقى: الأستاذ الدكتور مختار رحاب

عميد كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

المنسق العام للملتقى: الأستاذ الدكتور الطاهر مجاهد

مدير مخبر المهارات الحياتية

رئيس الملتقى: الدكتورة فاطمة الزهراء بوعلاقة

د/ - خباب حزيان العشريفي: رئيس الإشراف التقني

رئيس اللجنة العلمية للملتقى: الدكتورة صونيا دودو

رئيس اللجنة التنفيذية للملتقى:

الدكتورة طبایبیہ نادیہ

برنامِج الْإِنْتِقَاصِ الْوَطَّانِي فِي حَيَاتِ الْمَدْرَسَةِ آلِيَّاتُ الْوَقَايَةِ وَالشَّخِيصِ وَالنَّكْفَلِ.

المنظمه يوم : 12 فبراير 2025

بيان أشغال المأمور

الإفتتاح الرسمي للملحق الوطني

٥٥: صيام صبيحة القرآن الكريم



التشريع الوطني الجزائري

كلية الدكتورة فاطمة الزهراء بوعلاقة رئيسة الملتقى الوطني

كلية الأستاذ الدكتور جعلاح نور الدين رئيس فرقه المهارات النفسية والتربوية

كلمة الأستاذ الدكتور الطاهر مجاهدي مدير مخبر المهارات الحياتية

كلمة الأستاذ الدكتور ختار رحاب عميد كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

كلية الأستاذ الدكتور عمار بودلاعة

مدير جامعة محمد بوضياف - المسيلة

وإعلان الإفتتاح الرسمي للملحق الوطني

الجلسات الحضورية الفترة العيادية

الجلسة العلمية الأولى رئيس الجلسة: أ.د/ خطوط رمضان

كلمة افتتاحية حول موضوع الملتقى: أ.د/ قدوري رابع

أ.د/ بن خليفة محمود. مدير خبر الأنثروبولوجيا التحليلية وعلم النفس المرضي. جامعة الجزائر



الرقم	التوقيت	المتدخل	الجامعة	عنوان المداخلة
01	09:30	أ.د/ قدوري رابع	المسيلية الجزائر 02	فobia الحياة المدرسية: مقاربة مفاهيمية بين موضوعية التغيير وتصورات تهديد الأمن
02	09:40	أ.د/ بن خليفة محمود	المسيلية	Causes of Didaskaleinophobia: A Conceptual Framework for Understanding Fear of School
03	09:50	أ.د/ خطوط رمضان	المسيلية	تصور سيكولوجي تحليلي لأسباب نفور بعض تلاميذ السنة أولى ابتدائي من الذهاب الى المدرسة. دراسة حالة.
04	10:00	أ.د اسماعيلي يامنة	المسيلية	المدرسة وتشوه الاستثمار بين تصورات الخوف ومشاعر الكراهة: دراسة لثلاث حالات
05	10:10	أ.د/ حليمة شريفي	المسيلية	التربية البدنية والرياضية ودورها في التقليل من فobia الحياة المدرسية في مرحلة التعليم الابتدائي
06	10:20	ط.د/ شيخاوي عمر	باتنة 2	Phobie scolaire et crise familiale; Lecture systémique sur le contexte d'apparition du symptôme
07	10:30	أ.د/ السعيد يحياوي	تizi وزو	Quand l'école devient effroi: Le petit Hans revisité à travers la période de Latence
08	10:40	د/ فتحية عياد	الأغواط	Malaise et refus scolaire anxieux à l'adolescence : intervention multidisciplinaire et thérapeutique.
09	10:50	أ.د/ لوناس لعلام	تizi وزو	الفobia المدرسية مؤشر محتمل للذهانات : من واقع الممارسة العيادية
10	11:00	د/ رشيد بلخير	باتنة 1	ثنائية أم طفل بين قلق الانفصال وفobia المدرسة: دراسة حالة بمركز المساعدة النفسية الجامعي- جامعة المسيلية.
11	11:10	د/ ليلى درياس	المسيلية	د/ بوعلاقة فاطمة الزهراء ط.د/ السعيد ساكر
12	11:20	أ.د. قارة سعيد	برج بوعريريج	رحلة الفobia بين البيت والمدرسة نحو استراتيجية علاجية تكاملية بين التحليلي والمعرفى السلوكى
	11:30	د. / فلاحي بشير	المسيلية	حالة دعاء نموذجا"

برنامج الابتعاث الوطني

خوبيا الحياة المدرسية - آليات الوقاية والتشخيص والتكفل -

المنظمة يوم: 12 فبراير 2025

الفترة العباسية



أ.د/ خطوط رمضان

رئيس الجلسة:

الجلسات الحضورية



الرقم	التوقيت	المتدخل	الجامعة	عنوان المداخلة
13	11:00 11:10	أ.د. مام عواطف د. بن زطة بلدية	المسيلة المسيلة	مقترن بروتوكول قائم على فنون الارشاد السلوكي المعرفي في التخفيف من خوبيا المدرسة لدى تلاميذ الطور الابتدائي
14	11:10 11:20	أ.د/ سعودي أحمد أ.د/ بن حامد لخضر	المسيلة المسيلة	من خوبيا المدرسة إلى لا مدرسة
15	11:20 11:30	أ.د/ خالد عبد السلام د/ معمرى ويزة	سطيف 2 جامعة بجاية	الإستراتيجيات النفسية والتربوية لتحسين أطفال السنة الأولى الابتدائي من خوبيا المدرسية
16	11:30 11:40	أ.د/ عبد الكريم ملياني	المسيلة	مساهمة الإذاعة المدرسية في مواجهة المخاوف المدرسية لدى تلاميذ المؤسسات التربوية "دراسة ميدانية بثانويات مدينة المسيلة"
17	11:40 11:50	أ.د/ بوخرص رمضان د/ علون سعاد	المسيلة البويرة	أسلوب التعرض كآلية لعلاج الرهاب المدرسي
18	11:50 12:00	د/ حدة ميمون أ.د/ سامية ابراهيمي	المسيلة المسيلة	خوبيا المدرسية لدى الأطفال المصابين بالتوحد



عنوان المداخلة

School life phobia, modern conceptual and theoretical approaches "

دور المعلم في التخفيف من الفobia المدرسية لدى التلاميذ

اللاميـذـ وـتجـارـبـ إـصـلاحـ الـحـيـاةـ الـمـدـرـسـيـةـ قـرـاءـةـ فـيـ التـحـوـلـاتـ الـتـرـبـوـيـةـ

رؤـيـةـ تـحـلـيلـيـةـ حـوـلـ التـعـلـقـ وـالـفـوـبـيـاـ الـمـدـرـسـيـةـ

المـخـاـوـفـ الـمـدـرـسـيـةـ الشـائـعـةـ لـدـىـ تـلـامـيـذـ الـاـبـدـائـيـةـ درـاسـةـ وـصـفـيـةـ تـحـلـيلـيـةـ

دور الأـسـرـةـ فـيـ التـخـفـيفـ مـنـ فـوـبـيـاـ الـمـدـرـسـةـ لـدـىـ الطـفـلـ

دور المـخـتـصـيـنـ فـيـ التـكـفـلـ بـحـالـاتـ فـوـبـيـاـ الـمـدـرـسـيـةـ دـاخـلـ الـوـسـطـ الـمـدـرـسـيـ

Phobia school between Disorder and syndrom(analytical study)

فـوـبـيـاـ الـحـيـاةـ الـمـدـرـسـيـةـ،ـ مـفـهـومـهـاـ،ـ أـعـراـضـهـاـ،ـ أـسـبـابـهـاـ وـطـرـقـ الـوـقـاـيـةـ وـالـعـلاـجـ

الـخـوـفـ مـنـ الـتـعـلـيمـ التـقـنـيـ فـيـ الـمـدـرـسـةـ الـجـزـائـرـيـةـ أـسـالـيـبـ التـشـخـيـصـ وـالـيـاتـ الـمـعـالـجـةـ

التـنـمـرـ الـمـدـرـسـيـ،ـ عـوـاـمـلـ الـخـطـرـ نـحـوـ فـوـبـيـاـ مـدـرـسـيـةـ

مـرـافـقـةـ الـأـبـنـاءـ إـلـىـ الـمـدـرـسـةـ بـيـنـ تـعـزـيزـ الـأـمـانـ وـتـرـسيـخـ الـمـخـاـوـفـ الـمـدـرـسـيـةـ

الـرـقـمـ التـوقـيـتـ

12:00 19

12:10

12:10 20

12:20

13:30 21

13:40

13:40 22

13:40

13:50 23

14:00

14:00 24

14:00

14:10 25

14:10

14:20 26

14:30

14:30 27

14:40

14:40 28

14:40

14:50 29

14:50

15:00 30

15:00

15:10

برنامج البحوث الوطنية

خوبيا الحياة المدرسية - آليات الوقاية والتشخيص والتكميل -

المنظم يوم: 12 فبراير 2025

الفترة المسائية

الجلسات الحصورية

ر/ بـوحملة حليمة رئيس الجلسة:



عنوان المداخلة

الرقم	التوقيت	المتدخل	الجامعة	عنوان المداخلة
31	15:20 15:30	د/ كباهم خميسة د/ نادية طيابية	المسلية	الفobia المدرسية الأسباب والاستراتيجيات
32	15:30 15:40	د. برابح نعيمة د. عرعار غنية	المسلية	الفobia المدرسية عند الطفل والمرأة - دراسة وطنية
33	15:40 15:50	د/ حبيبة روبيبي ط. د/ فاطنة ضيف	الجلفة	قلق الانفصال وعلاقته بالخوف من المدرسة لدى الطفل
34	15:50 16:00	د/ كرميش نادية أمال د/ خيدر سميرة	الجزائر 2	فobia الحياة المدرسية وتأثيره على الرسوب المدرسي
35	16:00 16:10	د/ حمادة صليحة ط. د/ حموش سميرة	وهران 2 المركز الجامعي تيبازة	فobia الحياة المدرسية: الأعراض، الأسباب والآليات
36	16:10 16:20	د/ نسيمة محرز	المسلية	ماهية فobia الحياة المدرسية لدى تلاميذ الطور الابتدائي
37	16:20 16:30	د/ قاسيمي للاهم	الجلفة	العوامل الاجتماعية المساهمة في ظهور فobia المدرسة
38	16:20 16:30	د/ حليمة بـوحملة ط. د/ فريحة هنيدة	المسلية	الدعم الاجتماعي والأسرى كاستراتيجية للتقليل من فobia الحياة المدرسية
39	16:30 16:40	أ. د/ نقيب بـوجمعة	المسلية	الرهاب الاجتماعي المدرسي: العلاج الحديث
40	16:40 16:50	ط/ محسوش وردة ط/ عمرون مريم	المسلية	دور التقنيات الإسقاطية في فحص المخاوف الطفولية وتشخيص فobia الحياة المدرسية
41	16:50 17:00	أ/ أوذينة سليمية	المسلية	عرض نموذج تكفل نفسي لتلاميذ يعانون من فobia مدرسية (3 حالات)
42	17:00 17:10	ط. د/ جبلجي حدة	الجزائر 2	دور المعلمة في القضاء على رهاب المدرسة في القسم التحضيري (التكفل بثلاث حالات)

أ.ر/ مكفس عبد العالى

رئيس الجلسة:



مـبـرـرـ التـرـبـيـةـ وـالـصـحـةـ الـنـفـسـيـةـ

جـمـعـيـةـ الـمـدـرـسـةـ

عنـانـ المـدـاـخـلـةـ

الـتـشـخـيـصـ الـنـفـسـيـ تـحـلـيـلـيـ لـلـفـوـبـيـاـ الـمـدـرـسـيـةـ لـدـىـ الطـفـلـ

بعـضـ الـعـوـاـمـلـ الـنـفـسـيـةـ وـالـاجـتـمـاعـيـةـ الـمـؤـدـيـةـ إـلـىـ الـفـوـبـيـاـ الـمـدـرـسـيـةـ

أـسـبـابـ خـوـفـ الطـفـلـ مـنـ الـمـدـرـسـةـ وـعـلـاجـهـاـ

سـبـلـ عـلـاجـ الـفـوـبـيـاـ الـمـدـرـسـيـةـ لـدـىـ الـأـطـفـالـ

قلـقـ الـانـفـصـالـ وـعـلـاقـتـهـ بـتـطـوـرـ الـفـوـبـيـاـ الـمـدـرـسـيـةـ لـدـىـ الـتـلـاـمـيـذـ - درـاسـةـ نـظـرـيـةـ تـحـلـيـلـيـةـ

اسـتـرـاتـيـجـيـاتـ دـعـمـ الـأـقـرـانـ لـلـتـغلـبـ عـلـىـ فـوـبـيـاـ الـمـدـرـسـةـ

رـهـابـ الـمـدـرـسـةـ عـنـدـ الطـفـلـ الـأـسـبـابـ،ـ الـأـعـرـاضـ وـالـعـلـاجـ

الـتـكـفـلـ الشـامـلـ بـحـالـاتـ فـوـبـيـاـ الـحـيـاةـ الـمـدـرـسـيـةـ:ـ الـأـسـرـةـ وـالـمـدـرـسـةـ كـشـريـكـيـنـ أـسـاسـيـنـ

مـرـاـكـزـ مـصـادـرـ الـتـعـلـمـ كـاسـتـرـاتـيـجـيـةـ لـلـتـخـفـيـفـ مـنـ الـفـوـبـيـاـ الـمـدـرـسـيـةـ لـدـىـ الـتـلـاـمـيـذـ

الـتـقـنـيـاتـ إـسـقـاطـيـةـ فـيـ تـشـخـيـصـ الـفـوـبـيـاـ الـمـدـرـسـيـةـ (ـتـفـهـمـ الـمـوـضـوـعـ لـلـطـفـلـ CATـ)ـ وـاـخـتـبـارـ الـورـقـةـ وـالـقـلـمـ اـنـوـذـجـاـ

سـيـاسـةـ التـشـرـيعـ إـلـاسـلـامـيـ فـيـ تـرـغـيـبـ الطـفـلـ فـيـ الـعـلـمـ وـالـمـدـرـسـةـ

الـجـامـعـةـ

سـطـيفـ 2

سـطـيفـ 2

تـيـارـتـ

برـجـ بـوـعـرـيـجـ

أـمـ الـبـوـاقـيـ

طـرـجـ بـوـعـرـيـجـ

سـطـيفـ 2

سـطـيفـ 2

مـنـغـسـتـ

الـمـسـيـلـةـ

تـيـسـمـسـيـلـتـ

الـمـسـيـلـةـ

الـمـسـيـلـةـ

الـجـازـائـرـ 2

قـسـنـطـيـنـةـ 2

الـمـسـيـلـةـ

الـمـتـدـخـلـ

دـ/ـ حـبـوـشـ سـمـيـةـ

طـ.ـدـ/ـ ضـيـافـ عـبـدـ الـحـمـيدـ

دـ.ـ مـرـيـاحـ مـلـيـكـةـ

طـ.ـدـ/ـ سـعـيـدـيـ رـشـيدـ

دـ.ـ عـبـدـ الـحـقـ لـبـوـازـدـةـ

طـ.ـدـ/ـ سـهـيـ سـوـيـدـانـ

طـ.ـدـ/ـ غـنـيـةـ نـوـاـيـ

طـ.ـدـ/ـ عـمـروـشـ مـرـيمـ

طـ.ـدـ/ـ غـبـوـلـ يـسـمـيـنـةـ

دـ.ـ قـلـاقـيـ نـورـ الـيـقـيـنـ

دـ.ـ بـوـزـيـدـيـ عـطـيـةـ

دـ.ـ عـافـ بـدـلـ

دـ.ـ بـنـ غـلـيـسـيـ سـعـادـ

أـدـ/ـ لـمـينـ نـصـيـرـةـ

أـدـ/ـ بـونـيـفـ مـحـمـدـ لـمـينـ

طـ.ـدـ/ـ صـغـيـرـيـ فـايـزـةـ

دـ.ـ اـسـمـاعـيـلـ يـاسـيـنـ عـبـدـ الرـزـاقـ

دـ.ـ بـوـعـونـ نـظـالـ

الـرـقـمـ التـوقـيـتـ

10:00 43

10:10

10:10 44

10:20

10:20 45

10:30

10:30 46

10:40

10:40 47

10:50

10:50 48

11:00

11:00 49

11:00

11:10 50

11:20

11:20 51

11:30

11:30 52

11:40

11:40 53

11:50

رابط الجلسات الافتراضية: <https://meet.google.com/xay-dmmx-wte>

برنامجه الالئقى الوطنى

فِوْبِيَا الْحَيَاةِ الْمُرْسَيَّةِ - آلِيَّاتِ الْقُوَّاةِ وَالْمُسْخِيَّطِ وَالْمَكْفُولِ -



رئیس مجلس: ر/ خباب هزیان السریف

الرقم	التوقيت	المتدخل	الجامعة	عنوان المداخلة
54	10:00 10:10	أ/ بركو مزوز بوزريعة د/ سماح بشقة	باتنة 1	مقترن للعما من الرسوب في تقييم الفوبيا المدرسية Erreur d'ancreage وفقا لنموذج "OEMC"
55	10:10 10:20	أ.د. محمد خشاش	باتنة 1	بعض العوامل المعرفية والعصبية المساهمة في نشأة الفوبيا المدرسية: الآليات والتدخلات العلاجية
56	10:20 10:30	ط د كريمة فكراش	سطيف 2	آليات تشخيص فوبيا الحياة المدرسية
57	10:30 10:40	د. سعيدي عتيقة د. بن جيددي سعاد	باتنة 1 بسكرة	شبكات التواصل الاجتماعي بين نشر الوعي وتعزيز فوبيا الحياة المدرسية.
58	10:40 10:50	ط. د/ حمزي زوليخة أ/ د. ملوكى جميلة	تمنغست تمنغست	إضطراب الرهاب المدرسي لدى الأطفال في ظل العوامل المسببة دراسة تحليلية .
59	10:50 11:00	د/ كمال بورزق ط. د/ قطشة فاطمة الزهراء	المركز الجامعي أفلو الاغواط	الفوبيا المدرسية بين التنبؤ والت�큰ل - دراسة ميدانية لطفل متدرس-
60	11:00 11:10	أ.د/ زعور لبني د/ مزيان الشريف خباب	الجزائر 2 المعهد الوطني للبحث في التربية	الתלמיד والخوف من البيئة المدرسية في ضوء النظرية البنائية
61	11:10 11:20	أ.د/ شينار سامية	باتنة 1	الموافقة النفسية والتربوية كآلية وقائية من رهاب المدرسة
62	11:20 11:30	ط. د/ حواء لغريب د/ عبد الحليم مزوز	سطيف 2 سطيف 2	الاختبارات الإسقاطية كأداة لفهم العوامل النفسية وراء الفوبيا المدرسية
63	11:30 11:40	ط. د/ سناه صغيور	المركز الجامعي بريكة	قلق الانفصال وعلاقته بفوبيا المدرسة
64	11:40 11:50	د/ شادر نوال	المركز الجامعي تيبارزة	التشخيص الفارقي للرهاب المدرسي
65	11:50 12:00	ط. د/ كريمة بن بلاط	المركز الجامعي بريكة	العلاج السلوكي المعرفي لاضطراب المخاوف المدرسية - صياغة حالة لنموذج الرهاب المدرسي عند الطفل-
66	12:00 12:10	د/ شريفى وليد د/ موساوي علاء الدين	باتنة 2 أم البوقي	الكفايات التدريسية وعلاقتها بدافعية الإنجاز لدى أساتذة التعليم الابتدائي بلدية بسكرة

برنامـج الـلـامـعـي الـوطـنـي

فـوـبـيـا الـحـيـاة الـمـدـرـسـيـة - آـلـيـات الـلـوـقـاـة وـالـتـسـخـيـط وـالـتـكـفـل -



رـ/ عـزـوقـ جـمـيـلـة

الرقم	التوقيت	المتدرب	الجامعة	عنوان المداخلة
67	10:00	د/ صـادـهـ فـيـتـيـحـة	الـمـسـيـلـة	School phobia: Symptoms and Causes
68	10:10	دـ/ عـزـوقـ جـمـيـلـة		المـخـاـفـ الـمـدـرـسـيـة وـعـلـاقـتـها بـالـذـكـاءـاتـ الـمـتـعـدـدـ لـدـىـ عـيـنةـ مـنـ الـمـرـاهـقـيـنـ الـمـتـمـدـرـسـيـنـ بـالـمـرـحـلـةـ الـمـتوـسـطـةـ درـاسـةـ مـيـانـيـةـ بـعـضـ مـتوـسـطـاتـ مـدـيـنـةـ الـمـسـيـلـةـ
69	10:20	دـ/ يـمـيـنـةـ بـوـبـاعـيـة	غـرـدـاـيـةـ	الـفـوـبـيـاـ الـمـدـرـسـيـةـ وـتـأـثـيـرـهـ عـلـىـ التـكـيـفـ الـنـفـسـيـ وـالـمـدـرـسـيـ لـتـلـمـيـذـ فـيـ الـمـرـحـلـةـ الـاـبـدـائـيـةـ وـفـعـالـيـةـ التـكـفـلـ درـاسـةـ حـالـةـ
70	10:30	دـ/ لـجـلـطـ أـسـمـاء	سـطـيـفـ 2	فـاعـلـيـةـ التـحـفيـزـ الـإـيجـاـيـيـ فـيـ الـمـدـرـسـةـ الـجـزـائـيـةـ
71	10:40	دـ/ شـهـرـزادـ نـوـار	ورـقـلـةـ	نوـعـيـةـ الصـورـ الـوـالـدـيـةـ لـدـىـ الطـفـلـ المصـابـ بـالـفـوـبـيـاـ الـمـدـرـسـيـةـ درـاسـةـ عـيـادـيـةـ 5ـ حـالـاتـ
72	10:50	أـدـ/ وـاـزـيـ طـاـوـسـ	سـيـديـ بـلـعـبـاسـ	فـوـبـيـاـ الـمـدـرـسـةـ:ـ نـحـوـ فـهـمـ أـعـقـمـ لـلـاضـطـرـابـاتـ الـنـفـسـيـةـ فـيـ الـمـراـحـلـ الـدـرـاسـيـةـ
73	11:00	أـدـ/ بـوـحـارـةـ هـنـاءـ	تـمـنـغـسـتـ	أـطـفـالـ الـمـفـاتـيـحـ،ـ الـوـجـهـ الـآـخـرـ لـفـوـبـيـاـ الـحـيـاةـ الـمـدـرـسـيـةـ،ـ نـمـوذـجـ تـنـمـاـرـاسـتـ
74	11:10	أـدـ/ حـرـطـانـيـ أـمـيـنـةـ	تـمـنـغـسـتـ	دـورـ أـنـمـاطـ الـتـعـلـقـ فـيـ الـفـوـبـيـاـ الـمـدـرـسـيـةـ
75	11:20	أـدـ/ بـلـحـاجـ فـرـوـجـةـ	بـرـجـ بـوـعـرـيـجـ	زـينـبـ مـعـرـفـ
75	11:30	دـ/ مـلـيـكـةـ بـنـ بـرـدـيـ	تـيـزـيـ وـزوـ	ماـهـيـةـ فـوـبـيـاـ الـحـيـاةـ الـمـدـرـسـيـةـ وـسـبـلـ التـكـفـلـ
76	11:30	دـ/ سـلـوـيـ دـبـاشـ	الـمـرـكـزـ الـجـامـعـيـ بـرـيـكـةـ	تـنـمـيـةـ الـوعـيـ الـصـحـيـ الـاـسـرـيـ لـلـوـقـاـةـ مـنـ اـضـطـرـابـ فـوـبـيـاـ الـمـدـرـسـةـ
76	11:40	دـ/ مـقـرـانـيـ سـهـيـلـةـ	جـامـعـةـ بـسـكـرـةـ	
77	11:40	دـ/ بـوـخـالـفـةـ عـبـدـ الـقـادـرـ	تـبـسـةـ	دـورـ النـشـاطـ الـرـياـضـيـ التـرـبـويـ فـيـ تـحـسـينـ الـحـالـةـ الـنـفـسـيـةـ لـتـلـمـيـذـ الطـورـ الثـانـويـ
78	11:50	جـنـيـدـيـ جـمـيـلـةـ	الـمـسـيـلـةـ	فـوـبـيـاـ الـحـيـاةـ الـدـرـسـيـةـ وـأـلـيـاتـ التـكـفـلـ بـهـاـ لـدـىـ تـلـمـيـذـ الـمـرـحـلـةـ الـاـبـدـائـيـةـ
78	12:00	دـ/ بـنـ الطـيـبـ فـيـتـيـحـةـ	تـيـارـتـ	-ـ تـلـمـيـذـ التـحـضـيـرـيـ وـالـأـوـلـيـ اـبـتـدـائـيـ أـنـمـوذـجـاـ
79	12:00	دـ/ مـحـمـدـ حـدـيـديـ	الـمـرـكـزـ الـجـامـعـيـ تـيـبـازـةـ	فـوـبـيـاـ الـمـدـرـسـيـةـ كـأـحـدـ الـعـوـامـلـ الـمـسـاـهـمـةـ فـيـ التـسـرـبـ الـمـدـرـسـيـ
79	12:10			

برنامج الملتقى الوطني

فروعها الحياتية المدرسية

-آليات الوقاية والشخص والتكفل-

المنظم يوم: 12 فبراير 2025

برنامج أشغال الملتقى الوطني

الإختتام الرسمي للملتقى الوطني

17:30 مساءً

توزيع الشهادات

كلية الدكتورة فاطمة الزهراء بوعلاقة
رئيسة الملتقى الوطني

كلية الأستاذ الدكتور الطاهر مجاهدي
مدير مخبر المهارات الحياتية

كلية الأستاذ الدكتور مختار رحاب
عميد كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
وإعلان الإختتام الرسمي للملتقى الوطني



عنوان مداخلة :

مقرر بروتوكول قائم على فنيات الإرشاد السلوكي المعرفي للتخفيف من فobia المدرسة لدى تلاميذ الطور الابتدائي

من اعداد

الدكتورة : بن زطة بلدية

ملخص:

تهدف هذه المداخلة إلى تقديم مقرر بروتوكول إرشادي قائم على فنيات الإرشاد السلوكي المعرفي، قصد التخفيف من حدة فobia المدرسة لدى تلاميذ الطور الابتدائي، وذلك من خلال اعتماد مجموعة من الفنيات النفسية العلاجية المتكيفة مع خصائص المرحلة العمرية المستهدفة. يرتكز هذا البروتوكول على فنيات مثل العمر التدريجي، الحوار السقراطي، الكرسي الفارغ، السهم الهابط، الواجبات المنزلية، التعزيز الإيجابي، والنماذج، والتي تُنفذ ضمن خطة إرشادية منظمة تهدف إلى تعديل أنماط التفكير غير العقلي المرتبط بالخوف المرضي من المدرسة، وتحسين مهارات المواجهة والتكيف المدرسي لدى الطفل. وقد استندت المداخلة إلى المرجعيات النظرية السلوكية والمعرفية في تفسير فobia المدرسة، مع توظيف مقارب داعمة من التحليلية، والإنسانية، والاجتماعية، والبيولوجية، بشكل تكامل لفهم الجوانب المتعددة للاضطراب. خلصت المداخلة إلى جملة من التوصيات الداعية إلى ضرورة دمج هذا النوع من البروتوكولات في البرامج الوقائية والعلاجية داخل المؤسسات التربوية، مع التكوين المستمر للأخصائيين في مجال الإرشاد النفسي المعرفي السلوكي.

الكلمات المفتاحية: فobia المدرسة – الإرشاد السلوكي المعرفي – العمر التدريجي – الطور الابتدائي – التدخل النفسي المدرسي – تعديل الأفكار – تقنيات معرفية.

Abstract:

This presentation aims to propose a cognitive-behavioral counseling protocol designed to alleviate school phobia among primary school pupils by using a set of therapeutic techniques adapted to the psychological and developmental characteristics of this age group. The protocol is based on techniques such as systematic desensitization, Socratic questioning, the empty chair, downward arrow, homework assignments, positive reinforcement, and modeling, all applied within a structured counseling plan. The goal is to modify irrational fear-related thinking patterns and improve children's coping skills and school adjustment. The presentation draws primarily on behavioral and cognitive theories to explain school phobia, while also integrating supporting insights

from psychoanalytic, humanistic, social, and biological perspectives to offer a multidimensional understanding of the disorder. The work concludes with recommendations emphasizing the importance of integrating such protocols into preventive and therapeutic programs in educational institutions, along with the need for ongoing training of specialists in cognitive-behavioral counseling.

Keywords: School phobia – cognitive-behavioral counseling – systematic desensitization – primary school – school-based psychological intervention – thought restructuring – cognitive techniques.

مقدمة :

في السنوات الأخيرة، شهد الميدان التربوي وال النفسي تنامياً ملحوظاً في حالات الخوف المرضي المرتبط بالمدرسة، خاصة في صفوف تلاميذ الطور الابتدائي، الذين يفترض أن يكونوا في مرحلة تأسيسية نحو التكيف المدرسي والاجتماعي. هذا الخوف لا يقتصر على قلق طبعي تجاه الانفصال عن الأسرة أو الخوف من الامتحانات، بل يتعداه ليُصبح فوبيا حقيقة، تظهر في شكل نوبات هلع، أعراض جسدية حادة، ورفض قاطع للذهاب إلى المدرسة، ما يؤدي إلى انقطاع دراسي جزئي أو كلي، اضطرابات في النمو النفسي، وتدور العلاقات الاجتماعية. فوبيا المدرسة لا تفهم إلا ضمن شبكة معقدة من العوامل النفسية، الأسرية، والمعرفية التي تتشابك لتنتاج سلوكاً تجنيباً ينعكس سلباً على الطفل ومحبيه. ومن هنا تبرز ضرورة التدخل المبكر والفعال بأساليب علاجية موجهة، لا تكتفي بتهيئة السلوك، بل تتعامل مع جذور المشكلة المعرفية والانفعالية. الإرشاد السلوكي المعرفي، بما يحمله من فنيات دقيقة وعلمية، يُعد من أكثر المقاربات ملائمة لمثل هذه الحالات، إذ يتتيح للللميذ إعادة بناء تصوراته تجاه المدرسة ومصادر الخوف، من خلال استراتيجيات مثل التعریض التدريجي، إعادة الهيكلة المعرفية، والاسترخاء. ومن هذا المنطلق، تهدف هذه المداخلة إلى تقديم مقترن بروتوكول إرشادي مبني على هذه الفنيات، يستهدف التخفيف من فوبيا المدرسة لدى تلاميذ الطور الابتدائي، بشكل يربط بين الأبعاد النظرية والتطبيقية. وهذا ما يدفعنا إلى طرح التساؤل المركزي: إلى أي مدى يمكن أن يساهم بروتوكول إرشادي قائم على فنيات الإرشاد السلوكي المعرفي في التخفيف من فوبيا المدرسة لدى تلاميذ الطور الابتدائي؟

1 - المفاهيم الأساسية :

تعريف فنيات الإرشاد السلوكي المعرفي:

هي مجموعة من الإجراءات التطبيقية المستندة إلى مبادئ النظرية السلوكية والنظرية المعرفية، تهدف إلى تعديل أنماط التفكير السلبي وغير الواقعي لدى الفرد، وتحفيز السلوكات غير التكيفية التي تعزز الاضطراب أو المشكلات النفسية. وتقوم هذه الفنيات على الربط بين ما يفكر فيه الفرد، ما يشعر به، وما يقوم به من سلوك، انطلاقاً من أن الأفكار المشوّهة تؤدي إلى استجابات انفعالية غير سوية

وسلوكيات غير ملائمة، وأن تعديل هذه الأفكار يؤدي إلى تحسين الحالة النفسية وتطوير السلوك (عطية، 2014، ص 151).

تعريف البروتوكول الإرشادي:

البروتوكول الإرشادي هو خطة منهجية منظمة تتضمن مجموعة من الخطوات والفنين والأنشطة العلاجية أو الإرشادية، مصاغة وفق أهداف علاجية واضحة، تطبق على فئة مستهدفة معينة، وتبني على أساس نظري وتطبيقي مستمد من مقاربة أو أكثر في علم النفس. يهدف البروتوكول إلى معالجة اضطراب أو مشكل نفسي محدد بطريقة علمية قابلة للتقويم وإعادة التكيف حسب استجابة الحالة أو المجموعة المستهدفة. غالباً ما يستخدم البروتوكول الإرشادي في المجالات السريرية، التربوية، والاجتماعية، ويساند في شكل مراحل تتدرج من التخسيص إلى التدخل ثم التقييم والمتابعة (عبد الستار، 2019، ص 57).

تعريف فوبيا المدرسة:

فوبيا المدرسة هي حالة نفسية مرضية تصنف ضمن اضطرابات القلق، وتمثل في خوف مفرط، غير منطقي، وثبتت من الذهاب إلى المدرسة، يصاحبها ضيق نفسي شديد قد يترجم إلى أعراض جسدية كآلام في المعدة، صداع، دوار، أو غثيان، دون وجود سبب عضوي واضح. هذا الخوف لا يرتبط بموافق مدرسية محددة فحسب، بل يصبح استجابة شرطية لأي محاولة لفصل الطفل عن بيئته الأسرية، خاصة الأم، وهو ما يجعل هذا الاضطراب يتقطع أيضاً مع قلق الانفصال (Separation Anxiety). فوبيا المدرسة لا تعبر عن كسل دراسي أو تمرد بسيط، بل هي انفعال داخلي عميق يعكس اضطراباً في البنية النفسية الانفعالية للطفل، ويعود مؤشراً على خلل في التكيف مع المحيط المدرسي والاجتماعي. وتتجلى هذه الفوبيا غالباً في بداية المرحلة الابتدائية، وقد تظهر على شكل نوبات بكاء، تشتت بالوالدين، نوبات غضب، ورفض قاطع لمغادرة المنزل، مما يؤدي إلى الغياب المتكرر عن المدرسة، وتدهور في التحصيل، وعزلة اجتماعية لاحقة إن لم تعالج مبكراً (عبد اللطيف، 2017، ص 91).

2 - اهم الفنون السلوكية و المعرفية :

- إعادة البناء المعرفي:

هي فنية تهدف إلى مساعدة الفرد على التعرف على الأفكار التلقائية السلبية والمعتقدات غير المنطقية التي تقود إلى اضطرابات انفعالية وسلوكية، ثم العمل على تعدياتها أو استبدالها بأفكار أكثر واقعية وتكيفاً. تعتمد هذه الفنية على الحوار الموجه والأسئلة السocrاطية لإحداث إعادة تنظيم معرفي داخلي يسمح للفرد بفهم مصادر تفكيره المشوّه وتغييره. وتعود من الركائز الأساسية في العلاج المعرفي السلوكي لأنها تعالج السبب الجذري للاضطراب لا العرض فقط (عطية، 2014، ص 163).

- التعرض التدريجي:

تعتمد هذه الفنية على تعریض الفرد بشكل متدرج ومنظم للمثيرات التي تثير لديه القلق أو الخوف، وفق سلم هرمي يبدأ من المواقف الأقل إحداثاً للقلق نحو الأكثر إثارة له، مع مراعاة تحقيق التكيف في كل مرحلة قبل الانتقال إلى التي تليها. وستستخدم خاصة مع الرهاب والقلق المرضي، حيث تساعد هذه التقنية

على كسر الحلقة المفرغة بين المثير والاستجابة التجنبية، وإعادة برمجة الاستجابة الانفعالية لدى الفرد (حسن، 2017، ص 102).

الاسترخاء العضلي التدريجي:

فنية تهدف إلى تقليل التوتر الجسدي والنفسي من خلال تدريب الفرد على شد وإرخاء مجموعات عضلية مختلفة بمتسلسل معين، ما يساعد على الشعور بالهدوء والانفصال عن مصادر القلق. يُعتبر الاسترخاء أداة مساعدة فعالة عند تطبيق فنيات التعرض أو في مواجهة الضغوط اليومية، لأنه يعيد التوازن الفسيولوجي ويُخفض النشاط المفرط للجهاز العصبي السمبثاوي (خليل، 2012، ص 189).

وقف التفكير:

تستخدم هذه الفنية لمقاطعة سيل الأفكار السلبية أو الوسواسية التي تهاجم الفرد بشكل متكرر، حيث يتعلم الشخص أن يتعرف على الفكرة غير المرغوب فيها، ثم يستخدم أمراً ذهنياً أو لفظياً مثل "توقف" لقطعها، ويعيد تركيزه على فكرة بديلة أو نشاط آخر. هذه التقنية تساعد في تقليل التكرار المرضي للأفكار وتحrir الطاقة الذهنية للتركيز على سلوكيات أكثر إنتاجية (عبد الرحمن، 2021، ص 228).

حل المشكلات:

تعتمد هذه الفنية على تمكين الفرد من اتباع خطوات منظمة عند مواجهة موقف صعب، وهي: تحديد المشكلة بدقة، تحليل أسبابها، توليد بدائل للحل، تقييم البدائل، اختيار الأنسب منها، ثم تطبيقه وتقييم نتائجه. تُستخدم هذه التقنية بشكل واسع مع الأفراد الذين يعانون من قلق الأداء، الاكتئاب، والصراعات الأسرية، حيث تساهم في تعزيز الثقة بالنفس والفاعلية الذاتية (الرافعي، 2016، ص 147).

التعليم التدعيبي:

تهدف هذه الفنية إلى تعزيز تعلم سلوكيات جديدة أو بديلة عن السلوكيات غير التكيفية، من خلال التكرار والتدعييم الإيجابي، سواء لفظي، مادي، أو اجتماعي. يُستخدم التعليم التدعيبي خاصة في تنمية مهارات التواصل، إدارة الغضب، حل النزاعات، وضبط الذات. كما يسمح بناء مرجع سلوكي إيجابي داخلي لدى الفرد يعزز من قدرته على التكيف مع البيئة (عزم، 2019، ص 111).

الغمر:

الغمر هو فنية سلوكية تقوم على تعريض الفرد مباشرةً دون تدرج لأعلى درجات المثيرات المخيفة أو القلق، بشكل مكثف وطويل، حتى يحدث ما يُعرف بـ"الإشباع الانفعالي" وانطفاء الاستجابة القلقية. تعتمد هذه الطريقة على مبدأ أن القلق لا يمكن أن يستمر إلى ما لا نهاية، وأن استمرار المواجهة دون هروب سيؤدي إلى زواله. تُستخدم هذه التقنية خصوصاً في علاج الرهاب بأنواعه، لكن يجب تطبيقها في ظروف مضبوطة وبإشراف مختص متمنٌ نظراً لشدة استثارتها الانفعالية (النجار، 2020، ص 119).

الحوار السocraticي:

بعد الحوار السocraticي أداة معرفية دقيقة وموجهة، يُستخدم فيها نمط من الاستجواب المنهج الذي يساعد المسترشد على الوصول بنفسه إلى تناقضات أفكاره السلبية. يتمثل الهدف في فتح التفكير النقدي وتمكين الفرد من إعادة تقييم معتقداته بدلاً من فرض أفكار جديدة عليه. تُطرح الأسئلة بطريقة غير

هجومية لكنها تقود إلى زعزعة الأساس غير المنطقي للأفكار، مما يفتح المجال لإعادة البناء المعرفي (عطية، 2014، ص 174).

الكرسي الفارغ :

هي فنية مأخوذة من مدرسة الجشطلت، لكنها أدمجت في الإرشاد السلوكي المعرفي لاستخدامها في مواجهة الذات أو الآخر في مواقف انفعالية غير محسومة. يجلس الفرد أمام كرسي فارغ يتخيل فيه شخصاً يمثل جانباً من نفسه أو شخصاً له علاقة بالمشكلة، ويبدا الحديث معه كما لو كان حاضراً. تسمح هذه التقنية بإخراج المشاعر المكبوتة، وإعادة تنظيم التفكير والانفعال داخل الجلسة (مراد، 2015، ص 132).

السهم الهابط:

يستخدم "السهم الهابط" كاستراتيجية لتحديد المعتقدات الجوهرية السلبية الكامنة خلف الأفكار التلقائية الظاهرة. تبدأ العملية بطرح سؤال: "إذا كان هذا صحيحاً، فماذا يعني ذلك بالنسبة لك؟"، ويتم تكرار السؤال إلى أن يصل المعالج إلى الجذر المعرفي العميق الذي يحرّك سلسلة الأفكار والمشاعر. هذه التقنية تساعد على الوصول إلى النواة الإدراكية المضطربة المرتبطة بالصورة الذاتية، القيم، والآخرين (عبد الرحمن، 2021، ص 234).

الواجبات المنزلية :

الواجبات المنزلية جزء لا يتجزأ من منهجية العلاج السلوكي المعرفي، وتنتمي في تكاليفات محددة ينفذها المسترشد خارج الجلسة، مثل تسجيل الأفكار السلبية، تنفيذ تدريبات استرخاء، ممارسة مهارات جديدة أو تطبيق استجابات بديلة في مواقف حياتية. الغرض منها هو ترسيخ التغيير المعرفي والسلوكي، وضمان استمراريته خارج الإطار العلاجي (عبد الباقي، 2018، ص 164).

التعزيز :

التعزيز هو أداة سلوكية تعتمد على تقديم مكافآت إيجابية أو إزالة مثيرات سلبية بعد قيام الفرد بسلوك مرغوب فيه، ما يزيد من احتمال تكراره مستقبلاً. التعزيز قد يكون مادياً، لفظياً، اجتماعياً أو رمزاً. ويُعد من أهم الأساس في تعديل السلوك خاصة عند الأطفال والمرأهقين، حيث يستخدم لبناء استجابات جديدة أو دعم سلوكيات مستهدفة (حسن، 2017، ص 88).

النمذجة :

النمذجة تقوم على مبدأ التعلم باللحظة، حيث يُعرض على المسترشد نموذج سلوكي إيجابي (سواء من قبل المرشد أو شخص آخر أو حتى من خلال فيديو)، يقوم بالسلوك المستهدف أمامه، مما يعزز استعداد الفرد لتقليده. تُستخدم هذه التقنية خاصة مع المهارات الاجتماعية أو في حالة القصور التواصلي أو السلوكي، لأنها توفر صورة تطبيقية واقعية للسلوك المرغوب فيه (الرافاعي، 2016، ص 156).

3 - النظريات المفسرة لفobia المدرسة:

تعد فوبيا المدرسة من الاضطرابات النفسية المعقدة التي لا يمكن فهمها إلا من خلال توظيف عدة نماذج نظرية متكاملة. غير أن أبرز المقاربات التي تقدم تفسيراً معمقاً لها هي النظرية السلوكية والنظرية المعرفية، مع مساهمات تفسيرية ثانوية من المقاربة التحليلية، الإنسانية، الاجتماعية، والبيولوجية.

أولاً: النظرية السلوكية

تفسر النظرية السلوكية فوبيا المدرسة على أنها استجابة مكتسبة نتيجة التعلم الشرطي، حيث يرتبط الذهاب إلى المدرسة بمحفزات سلبية، ما يؤدي إلى تكوين استجابة خوف مشروطة. وفقاً لمبادئ بافلوف وسكينر، فإن الطفل قد يكون تعرض لمواصفات مدرسية مزعجة (كالتصرّف، العقاب، الرسوب، أو الانفصال عن الأم) مما جعل المدرسة ترتبط بالإيذاء النفسي، ويصبح الهروب منها سلوكاً معززاً لأنه يُخفّف من القلق. أي أن تجنب الذهاب إلى المدرسة يكافأ فورياً بزوال الخوف والراحة، مما يزيد احتمال تكرار هذا السلوك. (Kazdin, 2001, p. 167)

ثانياً: النظرية المعرفية

ترى النظرية المعرفية أن فوبيا المدرسة نتاج أفكار خاطئة وغير منطقية حول المدرسة أو الذات. يعتقد الطفل المصاب أنه عاجز، مرفوض، مهده، أو غير محبوب، مما يُنتج حالة من التوقع الكارثي والتشوه المعرفي. (Beck, 1976, p. 55) قد تظهر أفكار مثل: "أسفل"، "الأستاذة سُيُّحر جونني"، "سيُسخر مني زملائي"، مما يؤدي إلى تجنب المدرسة خوفاً من تحقق تلك التوقعات.

ثالثاً: المقاربة التحليلية (التحليل النفسي)

يفسر التحليل النفسي فوبيا المدرسة بأنها انعكاس لصراعات لاسعوية غير محلولة، خاصة تلك المتعلقة بالانفصال عن الأم أو الخوف من السلطة (المعلم كرمز للأب)، أو بسبب عقدة أوديب غير المتجاوزة. تُعتبر المدرسة رمزاً للانفصال والتهديد بالاستقلال، ما يثير قلقاً طفوليّاً بدائياً يعود إلى مراحل نفس-جنسية سابقة لم تُحل بالشكل السليم. (Freud, 1926)

رابعاً: المقاربة الإنسانية

من وجهة النظر الإنسانية، فوبيا المدرسة تعكس غياب الإحساس بالقبول غير المشروط، وانخفاض تقدير الذات، وعدم تحقق الذات. الطفل يشعر بأنه مرفوض، غير مفهوم، غير آمن، ويخشى من فقدان الحب إذا فشل أو خالف التوقعات. وبالتالي، المدرسة ليست مكاناً للنمو بل بيئة تُهدّد كيانه الداخلي (Rogers, 1961).

خامساً: المقاربة الاجتماعية

تعزو هذه المقاربة فوبيا المدرسة إلى أنماط التنشئة الاجتماعية الخاطئة، وال العلاقات الأسرية المضطربة، والمواصفات الاجتماعية الضاغطة داخل المحيط المدرسي. فضعف التواصل، الاستبداد الأبوي، غياب التوجيه الإيجابي، وتفكك الروابط الأسرية يُضعف قدرة الطفل على التكيف. كما أن الأنظمة المدرسية الصارمة أو الخالية من الدعم العاطفي تكرّس الإحساس بالرفض والعزلة، مما يؤدي إلى تفاقم الفوبيا.

سادساً: المقاربة البيولوجية

ترى المقاربة البيولوجية أن فوبيا المدرسة قد تكون ناتجة عن اضطرابات في كيمياء الدماغ، خاصةً

في نظم النورأدرينالين والسيروتونين، أو لفروط استثارة الجهاز العصبي الذاتي، مما يُنتج استجابات جسدية مبالغ فيها للمواقف المهددة. كما لوحظ وجود استعداد وراثي لاضطرابات القلق عند بعض الأطفال، ما يعني أن الجانب الوراثي والتكتوني لا يمكن تجاهله.(NIMH, 2013)

4 - مقترن بروتوكول قائم على فنيات الإرشاد السلوكي المعرفى للتخفيف من فobia المدرسة لدى تلاميذ الطور الابتدائى:

- الغمر التدريجي :

تعتمد هذه التقنية على تعويذ الطفل تدريجياً على مواقف مرتبطة بالمدرسة تثير القلق بطريقة منظمة، حيث يبدأ المعالج بتعريف الطفل لمواقف بسيطة وغير مهددة مثل الحديث عن المدرسة في المنزل، ثم ينتقل إلى زيارات قصيرة للمكان، حتى الوصول إلى التوأجذ الكامل داخل المدرسة. يتم تعليم الطفل في هذه العملية أساليب التنفس العميق وتقنيات الاسترخاء التي تساعده على التحكم في استجابات القلق، مما يمنه شعوراً بالأمان والسيطرة على مخاوفه، وخصوصاً لأنها تمنه إمكانية التحكم في وثيره التعرض للخوف، وهو أمر حاسم مع الأطفال الذين قد يتعرضون لانفعالات مفرطة تؤدي إلى تعميق الفobia (عبدالستار، 2019، ص 112).

- الحوار السقراطى:

تقوم هذه الفينة على مبدأ تحفيز الطفل للتفكير النقدي في مشاعره وأفكاره السلبية تجاه المدرسة، من خلال طرح أسئلة موجهة وبسيطة تحثه على استكشاف حقيقة مخاوفه والتشكيك فيها بشكل منطقي، مثل السؤال: "هل حصل معك شيء سلبي في المدرسة؟" أو "ما الذي سيحدث إذا لم تذهب؟"، هذا الأسلوب يهدف إلى تعديل التصورات المشوهة التي يكُونها الطفل عن المدرسة بطريقة تناسب قدراته المعرفية، مما يعزز إدراكه بأن مخاوفه قد تكون مبالغة فيها أو غير واقعية، وبالتالي يعمل على تقليل القلق المصاحب.(Kazdin, 2001, p. 173)

- الكرسي الفارغ:

تتضمن هذه التقنية استغلال خيال الطفل ليجلس أمام كرسي فارغ ويتخيل أنه يحادث شيئاً يرمز لمصدر خوفه، كأن يتحدث مع المدرسة أو زميل يثير قلقه، مما يمنه فرصة للتعبير عن مشاعره المكبوتة بطريقة آمنة وغير مباشرة، ويساعده على مواجهة تلك المشاعر بوعي أكبر. يمكن تبسيطها وتحويلها إلى قصة يحكى فيها الطفل عن المدرسة ومشاعره تجاهها، مما يسهل تفريغ التوتر والضغط النفسي ويسهل له فرصة لإعادة تقييم تجربته ومخاوفه.(Beck, 1976, p. 88)

- السهم الهابط:

تستهدف هذه التقنية استكشاف الأفكار الأساسية التي تغذي مخاوف الطفل العميقة، مثل الخوف من الفشل أو الرفض، عن طريق تشجيع الطفل على التعبير عن أسوأ السيناريوهات التي يتخيّلها عند التفكير في المدرسة، ومن خلال سلسلة من الأسئلة المبسطة يتم الوصول إلى جذور المشكلة المعرفية، ما يسمح

بالتعامل معها معرفياً وسلوكياً. هذه التقنية مهمة لتفكيك الأفكار اللاواعية التي قد تكون محور فوبيا المدرسة، مع ضرورة تبسيط اللغة والأسئلة لتناسب مع مستوى الفهم لدى الأطفال الصغار (Rogers, 1961).

- الوجبات المنزلية:

تشمل هذه الفينة تكليف الطفل بمهام بسيطة وممتعة تساعد على مواجهة مخاوفه خارج جلسات العلاج، مثل التحدث عن المدرسة مع أفراد العائلة أو رسم صور تعبّر عن مشاعره تجاه المدرسة، مما يعزز التواصل مع المحيط ويشجع الطفل على التعبير عن مخاوفه بطريقة غير مباشرة. هذه الواجبات تعمل على استمرارية التعلم والمعالجة بين الجلسات، وتساعد في تقوية مهارات التكيف لدى الطفل، مع دعم من الأسرة لتوفير بيئة داعمة (عبد اللطيف، 2017، ص 121).

- التعزيز الإيجابي:

يرتكز التعزيز الإيجابي على مكافأة الطفل على أي تقدم يحرزه مهما كان بسيطاً، سواء كان حضور يوم دراسي، أو التعبير عن مشاعر إيجابية تجاه المدرسة، وذلك من خلال مكافآت مادية كملصقات أو ألعاب صغيرة، أو كلمات تشجيعية ومدح تحفز الطفل على الاستمرار في مواجهة مخاوفه. هذه التقنية تعتمد على مبدأ تعزيز السلوكيات المرغوبة لتحفيز الطفل على التقدم في العلاج وبناء صورة ذاتية إيجابية تجاه المدرسة. (Kazdin, 2001, p. 189).

- النمذجة:

تعتمد هذه التقنية على عرض نماذج إيجابية لسلوكيات صحيحة ومرحية تجاه المدرسة، عبر قصص أو فيديوهات تتضمن أطفالاً أو شخصيات يتصرفون بثقة وارتياح في بيئة المدرسة، مما يتتيح للطفل فرصة تقليل هذه السلوكيات وتبنيها. النمذجة فعالة في تقليل القلق لأنها توفر للطفل صورة واضحة عن كيفية التعامل مع المواقف المخيفة، وتساعده على استبدال السلوكيات الخوفية بسلوكيات إيجابية تمكّنه من الاندماج بثقة. (Bandura, 1977).

5 - توصيات والمقترحات :

- ضرورة تدريب الأخصائيين النفسيين والمستشارين التربويين على استخدام فنيات الإرشاد السلوكي المعرفي بطرق ملائمة للمرحلة العمرية للأطفال.
- إدماج الأسرة بشكل فعال في البرنامج العلاجي، خاصة في تقنيات التعزيز والنمذجة، لضمان استمرارية التغيير السلوكي خارج الجلسات.
- اعتماد تدرج زمني في تطبيق البروتوكول يراعي الفروق الفردية في مستوى الفوبيا، والاستجابة لكل تقنية.

- تكثيف استخدام الوسائل البصرية والقصص المصورة في شرح وتطبيق الفنيات، لتسهيل الفهم والاستيعاب لدى الأطفال.
- ضرورة التنسيق بين المرشد النفسي وإدارة المدرسة والمعلمين، لتوفير بيئة مدرسية داعمة وغير مثيرة للقلق.
- تكيف الأنشطة العلاجية لتكون في شكل ألعاب تفاعلية وجماعية، مما يزيد من دافعية الطفل ويقلل من مقاومته.
- تخصيص جلسات متابعة دورية بعد انتهاء البروتوكول لتنبيه التغيرات ومواجهة أي انتكاسات محتملة.
- تقييم أثر البروتوكول بوسائل كمية ونوعية (استبيانات، ملاحظات، مقابلات) لتحديد الفعالية و مجالات التحسين.
- اقتراح تعليم استخدام البروتوكول ضمن البرامج الإرشادية المدرسية الخاصة بالصحة النفسية للطفل.
- تشجيع البحث الأكاديمي والتجريبي لتطوير بروتوكولات مماثلة تراعي خصائص نفسية وسلوكية متنوعة لدى الأطفال.

الخاتمة :

وفي الختام يمثل مقترن البروتوكول القائم على فنيات الإرشاد السلوكي المعرفي للتخفيف من فوبيا المدرسة لدى تلاميذ الطور الابتدائي خطوة عملية وعلمية في سبيل مواجهة أحد أبرز المشكلات النفسية التي تؤثر سلباً على التكيف المدرسي والصحة النفسية للأطفال في سن مبكرة، حيث يستند هذا البروتوكول إلى تدخلات منهجية تستثمر خصائص النمو لدى الطفل وتراعي قدراته المعرفية والعاطفية، من خلال فنيات فعالة كالغم التدريجي، الحوار السocraticي، الكرسي الفارغ، السهم الهابط، الواجبات المنزلية، النمذجة، والتعزيز، والتي تهدف مجتمعة إلى تعديل أنماط التفكير المشوهة المرتبطة بالخوف من المدرسة، وتعزيز سلوكيات التكيف والثقة بالذات. إن أهمية هذا المقترن لا تقتصر فقط على الجانب العلاجي، بل تمتد إلى بعد وقائي تربوي يندمج ضمن برامج الصحة النفسية المدرسية، مما يفرض على الفاعلين التربويين، من معلمين، وأولياء، وأخصائيين، العمل بشكل تشاركي لتجسيد هذه الممارسات داخل الأطر الواقعية، مع مراعاة خصوصية كل طفل، وشروط البيئة التعليمية، ومدى الاستعداد المؤسسي لتبني مثل هذه البرامج. وعليه، فإن تعليم هذا النوع من البروتوكولات كآلية تدخل مبكر، وتعزيزه بالدعم البحثي والتكتوني، من شأنه أن يحدث فرقاً جوهرياً في الحد من المعاناة النفسية وتحقيق جودة الحياة النفسية والعلمية للأطفال.

المراجع

- عطية، عبد الرحمن محمد. 2014. العلاج المعرفي السلوكي: النظرية والتطبيق. ط. 2. دار المسيرة، عمان، الأردن.
- حسن، سحر فاروق. 2017. فنیات تعديل السلوك في الإرشاد النفسي. ط. 1. دار الثقافة للنشر والتوزيع، القاهرة، مصر.
- خليل، عادل عبد الله. 2012. العلاج النفسي: أسسه، أساليبه، تطبيقاته. ط. 1. مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، مصر.
- عبد الرحمن، هناء أحمد. 2021. الإرشاد النفسي: الأسس النظرية والتطبيقية. ط. 1. دار الفكر الجامعي، الإسكندرية، مصر.
- الرفاعي، نبيل محمد. 2016. الإرشاد النفسي: من النظرية إلى التطبيق. ط. 1. دار الشروق، عمان، الأردن.
- النجار، سعاد محمود. 2020. أسس العلاج السلوكي وتطبيقاته. ط. 1. دار زهران للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- مراد، مصطفى فهمي. 2015. الفنیات العلاجية في الإرشاد النفسي. ط. 1. دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، مصر.
- عبد الرحمن، هناء أحمد. 2021. الإرشاد النفسي: الأسس النظرية والتطبيقية. ط. 1. دار الفكر الجامعي، الإسكندرية، مصر.
- عبد الباقي، سامي محمود. 2018. الأسس الإرشادية في العلاج المعرفي السلوكي. ط. 1. دار الفجر للنشر والتوزيع، القاهرة، مصر.
- بركات، فؤاد. 2015. علم النفس الاجتماعي. ط. 3. دار المسيرة، عمان، الأردن.
- عبد اللطيف، عادل 2017. مبادئ وتقنيات العلاج السلوكي المعرفي للأطفال والراهقين. ط. 1. دار المسيرة، عمان، الأردن.
- Kazdin, A. E. (2001). Behavior Modification in Applied Settings. 6th Edition. Wadsworth/Thomson Learning, Belmont, USA.
- Beck, A. T. (1976). Cognitive Therapy and the Emotional Disorders. International Universities Press, New York, USA.
- Rogers, C. R. (1961). On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy. Houghton Mifflin Company, Boston, USA.
- Bandura, A. (1977). Social Learning Theory. Prentice Hall, Englewood Cliffs, USA.
- Beck, A. T. (1976). Cognitive Therapy and the Emotional Disorders. 1st Edition. International Universities Press, New York, USA.
- Freud, S. (1926). Inhibitions, Symptoms and Anxiety (trans. James Strachey). 1st Edition. The Hogarth Press, London, UK.
- National Institute of Mental Health (NIMH). (2013). Anxiety Disorders: Research and Treatment. U.S. Department of Health and Human Services, Bethesda, USA.