

أثر برنامج ارشادي لخفض الأحكام التلقائية للذات لدى المرشدين التربويين

أ.م.د. مالك فضيل عبد الله

جامعة واسط/ كلية التربية للعلوم الإنسانية

Mali.fdhail@gmail.com

ملخص البحث

يهدف البحث الحالي:

- ١- التعرف على الاحكام التلقائية للذات لدى المرشدين التربويين.
 - ٢- بناء برنامج ارشادي لخفض الاحكام التلقائية للذات لدى للمرشدين التربويين.
 - ٣- التعرف على أثر البرنامج الارشادي الاحكام التلقائية للذات لدى المرشدين التربويين.
- ولتحقيق الهدف الثالث صاغ الباحث الفرضية الصفرية الآتية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط رتب درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على مقياس الاحكام التلقائية للذات في الاختبار البعدي ، وقد تحدد البحث الحالي بالمرشدين التربويين العاملين في المديرية العامة للتربية في محافظة واسط وذي قار في المدارس المتوسطة والثانوية والاعدادية للدراسة الصباحية للعام الدراسي (٢٠١٩-٢٠٢٠) ، وقد تكوّن مجتمع البحث الحالي من (٩١٧) مرشداً ومرشدة وبلغت عينة التحليل الإحصائي (٢٥٠) مرشداً ومرشدة ، وتم تبني مقياس الدراري (٢٠١٥) للأحكام التلقائية للذات بعد عرضه على مجموعة من والمحكمين في مجال التربية وعلم النفس وتم استخراج الخصائص السيكومترية الخاصة بالصدق والثبات والصدق للمقياس ، وتم بناء البرنامج الارشادي على وفق نظرية البرت الس ، وتكون البرنامج الارشادي من (١٢) جلسة ، وتم عرض محتوى جلسات البرنامج الارشادي على مجموعة من المحكمين والمتخصصين في الإرشاد النفسي وتم مكافأة افراد المجموعتين (التجريبية والضابطة) في متغيرات (العمر، مدة الخدمة ، ودرجات افراد العينة على مقياس الاحكام التلقائية للذات في الاختبار القبلي) وبلغت عينة البرنامج الإرشادي (١٠) افراد من المرشدين والمرشدات في المجموعة الضابطة ومثلها في المجموعة التجريبية ، وقد استعمال الباحث الوسائل الاحصائية المناسبة وبالاستعانة بالبرنامج الاحصائي (SPSS) في تحليل بيانات البحث وأظهرت نتائج البحث ان المرشدين التربويين لديهم أحكام تلقائية للذات ، كذلك اظهرت النتائج بأن هناك فرقاً دال إحصائياً ولصالح المجموعة التجريبية الاختبار البعدي ولصالح البرنامج الإرشادي وفي ضوء النتائج توصل الباحث الى مجموعة من الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات.

The Effect of a Counseling Program in Lowering Self-automatic Judgment for Educational Counselors

Abstract

The current research aims to:

- 1- Learn about automatic self-judgment by educational counselors.
- 2- Building an indicative program to reduce automatic self-judgment for educational counselors.
- 3- Knowing the effect of the extension program, automatic self-judgment of educational counselors.

To achieve the third goal, the researcher formulated the following null hypothesis: There are no statistically significant differences between the average grades of the experimental group and the control group on the scale of automatic judgments for the self in the post-test, and the current research has been determined by educational counselors working in the general directorates of education in Wasit and Dhi Qar governorate in schools Intermediate, secondary and middle school studies for the morning study for the academic year (2019-2020). The current research community consisted of (917) male and female guides, and the statistical analysis sample reached (250) male and female guides, and the Darraji scale (2015) was adopted for automatic judgments for the self after presenting it to a group of arbitrators. In the field of education and psychology, the psychometric characteristics of validity and consistency of the scale were extracted, and the indicative program was built according to Albert Else's theory, The counseling program consisted of (12) sessions, and the content of the counseling program sessions was presented to a group of arbitrators and specialists in psychological counseling, and members of the two groups (experimental and control) were rewarded in the variables (age, length of service, and the degrees of the sample members on the scale of automatic judgments for the self in the pre-test. The sample of the counseling program reached (10) members of the counselors in the control group and the same in the experimental group, and the researcher used the appropriate statistical means and with the help of the statistical program (SPSS) in analyzing the research data, and the results of the research showed that the educational counselors have automatic judgments for the self. The results show that there is a statistically significant

difference, and in favor of the experimental group the post-test, and in favor of the indicative program, In light of the results, the researcher reached a set of conclusions, recommendations and suggestions.

الفصل الأول

- مشكلة البحث:-

تعد مهنة الإرشاد النفسي من الخدمات الاجتماعية التي تعتمد على العنصر البشري المؤهل للقيام بمسؤوليات بطريقة فعالة ، وهذه الفعالية في أداء مهام العمل تعتبر الأساس في نجاح العملية الإرشادية ، فنجاح كل عمل يتوقف على القائمين به، وعلى ما يتصفون به من صفات وما يمتلكون من معارف ومعلومات وقدرات واستعدادات ومهارات وتحمل مسؤولية والرغبة في أنجاز العمل لأن ما يحمله الفرد من افكار تؤثر في انفعالاته ورؤيته لذاته وللمحيط من حوله ، وتؤثر في سلوكه حيال ما يتعرض له من مثيرات وهذا التأثير مستمر ومتبادل بين هذه المؤثرات الثلاثة (الافكار والانفعالات والسلوك) فللكيفية التي يدرك فيها الفرد المعارف التي اكتسبها وأسلوب معالجته للمعلومات أثر بالغ في تقييمه لذاته وللمحيط من حوله وفي تفاعله وتوافقه (الهويش، ٢٠١٠: ١٢) ، فاذا ما فكر الفرد بطريقة مشوهة، فان حديثه لذاته سوف يكون انهزاميا، وقد يرى نفسه باحدى الصور الآتية:

(اليأس ، العجز ، القلق والخوف من الفشل) ونتيجة لذلك يصدر الفرد أحكاماً تلقائية سلبية عن ذاته (Clark, 2002: 16) وهذه الأحكام ستؤثر سلباً في أداء الفرد لمهامه، لذا فالاتجاه الحديث ينزع للتأكيد على معتقدات المرشد التربوي وسلوكه اكثر من تاريخه التعليمي في الإرشاد وذلك بالتأكيد على قدرة المرشد وفهمه وقبوله لذاته وللآخرين (أبو اسعد، ٢٠٠٩: ١٧). وهذا ما تشير نتائج بعض الدراسات منها دراسة (القرشي، ٢٠١٣) ودراسة (الدرجي ، ٢٠١٥) وقد وجد الباحث ما يعزز نتائج هذه الدراسات من خلال الزيارات التي قام بها الباحث على مجموعة من المدارس واجراء مقابلات شخصية مباشرة مع المرشدين التربويين للتعرف على اهم المشكلات والصعوبات التي تواجههم ، وكذلك تعرضهم لمواقف تثير لديهم مشاعر القلق والتوتر والمعاناة النفسية بسبب العبء الوظيفي وعدم تعاون ادارات المدارس معهم ومحدودية صلاحية وعدم توفر المكان المناسب لبعضهم ، وغيرها من الأمور التي تؤثر سلباً في تحقيق اهداف العملية الارشادية ، ومن هنا كان التوجه لأجراء هذا البحث في محاولة لتلمس هذا الموضوع المؤثر في اداء فئة من الفئات المؤثرة في حياة الافراد . وبناءً على ما تقدم فان مشكلة البحث الحالي يمكن ان تحدد من الاجابة عن التساؤل التالي: هل للبرنامج الارشادي اثر في خفض الاحكام التلقائية للذات لدى المرشدين التربويين ؟

- أهمية البحث :-

تُعد الصحة النفسية للفرد الهدف الأساسي الذي يسعى التوجيه والإرشاد النفسي عن طريق برامجه الإرشادية ، إذ تهدف هذه البرامج أن يكون الفرد صحيحاً جسدياً وعقلياً ونفسياً ، بحيث يعيش حياته في اتزان وهدوء وفي أجواء بعيدة عن مصادر القهر النفسي والصراعات والكبت والخاوف والقلق والاكتئاب والتوتر والعصاب ، وتحريره من جميع مشاكل عدم النضج ومن الاضطرابات النفسية التي قد يتعرض لها خلال مراحل نموه المختلفة ، أو نتيجة تفاعله مع البيئة المحيطة به بما تشتمل عليه من مسؤولين ورفاق وأهل وغيرهم ، وتسعى هذه البرامج الى تحقيق الأمن والطمأنينة النفسية لدى الفرد بحيث يعيش في جو بعيد عن التهديد ، الأمر الذي يمكنه من تحقيق ذاته وإفراح المجال أمامه للإبداع والتفوق والإنجاز والإنتاجية (العزة وعبد الهادي ، ٢٠٠٧ : ١٥) ، فضلاً عن ذلك فإن العملية الإرشادية لا تحصل إلا عن طريق البرنامج الإرشادي المقنن والمنظم والشامل والمحدد الاهداف والوسائل المساعدة لتحقيقه ، فالبرنامج الإرشادي عنصر أساسي وجوهري في تنظيم العملية الإرشادية ومن السبل الضرورية الذي يسهم في تكوين جماعة يسودها جو من الالفة والمحبة والاحترام الى جانب قدرته على مساعدة الجماعة الإرشادية في مواجهة الأزمات والمشاكل التي تواجه الإنسان في جوانب الحياة المختلفة التي بنت لها تلك البرامج الإرشادية ، وتُعد البرامج الإرشادية مهمة نتيجة للتطورات التي حصلت في مجال التربية وعلم النفس والتأكيد على تنمية شخصيات الطلبة من جميع النواحي الجسمية والنفسية والاجتماعية والعقلية والانفعالية والأكاديمية وغيرها (رضا وعذاب ، ٢٠١١ : ٤٠) فتمتع المرشد بالوعي والإدراك الذاتي وقدرته على تقبل المسترشد على علاقته وقدرته على التعبير الانفعالي وتمتعه بالأمن الشخصي والاستقرار النفسي هو مرشد فعال في أداء مهمته (Prater, 1972: 23).

- أهداف البحث:-

يهدف البحث الحالي التعرف على:-

- ١- الاحكام التلقائية للذات لدى المرشدين التربويين.
 - ٢- بناء برنامج إرشادي لخفض الاحكام التلقائية للذات للمرشدين التربويين.
 - ٣- أثر البرنامج الإرشادي لخفض الاحكام التلقائية لدى المرشدين التربويين .
- ولتحقيق الهدف الثالث وضع الباحث الفرضية الآتية :-
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط رتب درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على مقياس الاحكام التلقائية للذات في الاختبار البعدي.

- حدود البحث:-

يقصر البحث الحالي على المرشدين التربويين لكلا الجنسين في المدارس المتوسطة والاعدادية والثانوية في محافظة واسط وذي قار للعام الدراسي (٢٠١٩-٢٠٢٠).

- تحديد المصطلحات:-

أولاً- البرنامج الإرشادي فعرّفها كلا من:-

١- عبد الهادي والعزة (٢٠٠٧) : هو البيان الكلي لأنواع النشاط التي تقرر اتخاذها للقيام بعمل إرشادي معين أو هو بيان عن الموقف وتحديد المشكلات النفسية وتحديد الأهداف المنشودة ثم حصر المواد المتاحة ووضع خطة عمل يمكن من خلال تنفيذها التغلب على هذه المشاكل وتحقيق الأهداف في اقصر وقت وبأقل جهد وتكاليف ممكنة (عبد الهادي و العزة ،٢٠٠٧ :١٤٩).

- ويعرف الباحث البرنامج الإرشادي نظرياً : بأنه مجموعة من الأنشطة والإجراءات التي تقدم الخدمات الإرشادية النفسية والتربوية للأفراد بشكل علمي ومنظم بهدف تعديل سلوكياتهم غير المرغوبة وإكسابهم سلوكيات ومهارات جديدة مرغوبة تؤدي بهم إلى تحقيق النمو النفسي والتربوي والاجتماعي السليم .

- ويعرفه اجرائياً : بأنه العملية الإرشادية المنظمة والقائمة على الإرشاد العقلاني الانفعالي السلوكي والذي يستخدم جملة من الفنيات والأساليب الإرشادية المتنوعة من خلال جلسات تتم على شكل جماعي وفي أجواء من التفاعل الايجابي بين اعضاء المجموعة الإرشادية الأمر الذي يحقق الأهداف المنشودة لخفض الاحكام التلقائية للذات لعينة الدراسة .

ثانياً- الاحكام التلقائية للذات فعرّفها كلا من:

١- إبراهيم (١٩٩٨): الأحكام العامة التي يصدرها الفرد عن ذاته تدور حول الفشل ولوم الذات وبنشأ عن هذه الأحكام التلقائية السلبية استجابات انفعالية وسلوكية سلبية تؤثر سلباً على حياة الفرد (الهويش، ٢٠١٠ : ١٥) .

٢- الدرّاجي (٢٠١٥): هي التقييمات التي يصدرها الفرد عن ذاته وعن الآخرين نتيجة للافكار السلبية التي تظهر بشكل عفوي وآلي وتتصف بسوء التكيف للموقف وتؤدي الى استجابات سلوكية ووجدانية مبالغ فيها(الدرّاجي ، ٢٠١٥ : ١٨).

- التعريف النظري للأحكام التلقائية للذات : اعتمد الباحث تعريف الدرّاجي(٢٠١٥) تعريفاً نظرياً للبحث الحالي.

- التعريف الاجرائي الأحكام التلقائية عن الذات: هي الدرجة الكلية التي يحصل عليها المرشد التربوي من خلال أجابته على فقرات مقياس الاحكام التلقائية للذات المستخدم في البحث الحالي .
ثالثاً - المرشد التربوي:

تعريف وزارة التربية (٢٠٠٢):

هو احد أعضاء الهيئة التدريسية المؤهل تأهيلاً علمياً وتربوياً لممارسة عملة الإرشادي والتوجيهي في المدرسة عن طريق الاستعانة بجميع المصادر والبيانات المتوفرة والتأكد من صحة تلك البيانات (الالوسي والمعروف، ٢٠٠٢: ٣٠).

الفصل الثاني

أولاً: الاطار النظري:

- مفهوم الأحكام التلقائية عن الذات:

أشار العالم المعرفي أرون بيك ضمناً إلى مصطلح الأحكام التلقائية عن الذات في أغلب أبحاثه ، إلى أنه عبارة عن تقييم معرفي للموقف (أس جي، ٢٠١٢ : ١٤)، وأشارت ابنته جوديث بيك إلى أن الأفكار التلقائية عن الذات عبارة عن تقييمات أو حكم يطلقها الفرد عن ذاته (جوديث بيك، ٢٠٠٧: ١٧). ويشير بيك Beck (1976) إلى أن استجاباتنا السلوكية والوجدانية تتأثر كثيراً بمعارفنا (أفكارنا) وهي التي تحدد الكيفية التي نستقبل بها الأشياء وندرکها، أي بمعنى نحن نشعر بالقلق، بالغضب، بالحزن فقط عندما يكون لدينا مبرر لذلك، أي ليس للموقف في حد ذاته، ولكن مدركاتنا وتوقعاتنا وتفسيراتنا، (التقييم المعرفي) للموقف هي المسؤولة عن وجدانياتنا، فالتقييم المعرفي للموقف أو الحدث هو الذي يحدد الاستجابة له، بما في ذلك السلوكيات، الأعراض الجسمية، والخبرة الشخصية، ويطلق على هذه الافتراضات عن الاحداث والمواقف (الأفكار الآلية)، لأن الأفكار تخرج بدون تأمل أو مبرر مسبق(أس جي، ٢٠١٢ : ١٧-١٨) . والأفكار التلقائية هي تيار من التفكير، يوجد مع تيار أكثر ظهوراً من الأفكار وهذه الأفكار ليست مقتصرة على المرضى المضطربين نفسياً، ولكنها (شائعة عند كل الناس)، ومعظم الوقت يكونون بالكاد واعين لهذه الأفكار، ولكن بمجرد تلقي تدريب بسيط يمكن أن تصبح هذه الأفكار في الوعي، وحينما نصبح واعين بهذه الأفكار فإنه يمكننا تلقائياً أن نتبين الحقيقية، إذا كنا لا نعاني من أي اضطرابات نفسية، (جوديث بيك، ٢٠٠٧: ١٢٥).

وتعد تلك الأفكار بمثابة أفكار سلبية، تؤثر سلباً في قدرة الفرد على مواجهة احداث الحياة، ومن ثم في قدرته على التكيف مما يؤدي إلى ردود فعل انفعالية زائدة لا تتلاءم مع الموقف أو الحدث، وقد لا يكون الفرد على وعي بهذه الأفكار حتى يستطيع أن يحددها ومن ثم يمكنه التعامل معها بغرض

تصحيحها وتعديلها، ولكن مع التدريب والتعليم يصبح بإمكانه أن يقوم بذلك بدرجة من اليسر (محمد، ٢٠٠٠ : ٦٩). وفي ضوء ما سبق فإن مفهوم المعتقدات الذاتية يشكل محوراً رئيساً من محاور النظرية المعرفية التي ترى ان لدى الفرد القدرة على ضبط سلوكه نتيجة ما لديه من معتقدات وافكار شخصية ، فالأفراد لديهم نظام من المعتقدات الذاتية يمكنهم من التحكم في مشاعرهم، وأفكارهم وعلى وفق ذلك فان الكيفية التي يفكر و يعتقد و يشعر بها الفرد تؤثر في الكيفية التي يتصرف بها أذ تشكل هذه المعتقدات والافكار المفتاح الرئيس للقوى المحركة لسلوك الفرد، فالفرد يعمل على تفسير انجازاته بالاعتماد على المعتقدات والافكار التي يمتلكها من مما يجعله يبذل قصارى جهده لتحقيق النجاح (Bandura، 1997:40) .

النظريات التي فسرت الاحكام التلقائية للذات:
اولاً : نظرية تاغ :

يرى تاغ Tagg(2003) أن الذي يحدث أغلب الأخطاء في إدراكنا هو المبالغة في التعميم، ومن السهل أن نعرف السبب وراء ذلك، فكل واحد منا يفكر تلقائياً بخبراته الجديدة بلغة خبراته القديمة، لذا ندرك بسهولة بالغة صفات الشخص الذي رأيناه من قبل وتحدث الأحكام التلقائية من خلال قانوني التعميم (Generalization) والتمييز (Discrimination)، ففي مراحل الأشرط الأولية قد تستجيب الكائنات الحية لعدد من المثيرات بطريقة واحدة، فالفرد الذي تلسعه نحله ينظر إلى جميع الحشرات وكأنها قادرة على أحداث الألم نفسه وكلما كانت هذه المثيرات مشابهة للمثير الأصلي زاد احتمال حدوث الاستجابة، والتعميم المبدئي يفسح المجال تدريجياً لعملية التمييز، وهو قانون آخر يكمل قاعدة التعميم لأن سلوك الكائنات الحية يتأثر بأوجه الاختلاف بين المثيرات كما يتأثر بأوجه التشابه بينها، فعندما تبدأ عملية الاشرط في التكوين يأخذ الكائن الحي في التمييز بين المثيرات غير المناسبة، ومن خلال هذا التمييز يأخذ في الاستجابة بصورة انتقائية لمثيرات معينة ويفشل في الاستجابة للمثيرات غير المعززة، وبصورة عامة فقد وجد أنه كلما أمكن تمييز الإشارة الخاصة كلما تمكن الكائن الحي من التعرف عليها والانتباه إليها ومن ثم أمكنه تعلمها بطريقة أسرع، وأن التعميم كمرحلة نمر بها من خلال التعلم ليست مقبولة فحسب بل هي ضرورية لكننا ندخل في مأزق عندما نتوقف عند مرحلة التعميم، فبسبب أحكامنا التلقائية المبنية على التجارب الماضية، قد نتوقع أن الكثير من هذه الأحكام التلقائية سوف تميل إلى أن تكون التعميمات التي تشوه معارفنا وأدراكنا لما نراه، وهذا هو الحال فبسبب تلك الأحكام التلقائية يكون من السهل علينا التوقف عند مرحلة التعميم لقبولها دون المزيد من الدراسة، (Tagg, 2003 : 54).

ثانياً : اورن بيك :

بدأ بيك بوصفه فرويدياً كلاسيكياً، ثم خُص في نهاية المطاق إلى أن نظرية (فرويد) كانت سوداوية وعندما غادر التحليل النفسي، ركز على التغيرات السلبية والتشوهات الشائعة في العمليات المعرفية (الانتباه، الإدراك، التفكير، الاستدلال) لدى مرضى الاكتئاب، وبناءً على ملاحظاته فقد حدد الثالوث المعرفي في (النظرة السلبية للذات، الخبرة الراهنة، النظرة للمستقبل)، أن التحيزات للمتغيرات المعرفية تعزز الإدراك بعجز الذات لتغيير الظروف الراهنة ثم اليأس من المستقبل، كما تصور أن العلاقة بين (الأفكار، والمشاعر، والسلوك) ثالوث معرفي كجزء لا يتجزأ من تدخلات العلاج المعرفي السلوكي، ففي الوقت الذي يركز فيه على المعارف ومعتقدات الفرد في هنا- والآن (here and new) كسبب في اضطراب الشخصية، فإنه يستعين ببعض الفنيات السلوكية لتعليم الفرد المهارات التي يجب أن تتغير بتغير معارفه ومدركاته عن ذاته وعن العالم والمستقبل، ويرى بيك أن الشخصية تتكون من مخططات أو أبنية معرفية Schemas تشتمل على المعلومات والمعتقدات والمفاهيم والصيغ الأساسية لدى الفرد والتي يكتسبها خلال مراحل النمو (محمد، ٢٠٠٠ : ٥٩-٦٠) .

ويرى بيك أن الأفكار السلبية تُولف جزءاً من مجموعة من المدركات التي وصفها مع أحداث لفظية وصورية في مجرى الوعي مبنية على أساس الاتجاهات والافتراضات والمخططات، فعند ما يفكر الفرد بطريقة مشوهة فإن حديثه لذاته سيكون انهزامي وقد يرى الفرد نفسه بإحدى الصور الآتية : (اليأس ، العجز ، تدمير الذات ، الخوف من الفشل والنجاح) ونتيجة لذلك يصدر الفرد أحكاماً تلقائية سلبية عن ذاته (Clark, 2002 : 221).

- مفهوم البرنامج الإرشادي :

فالبرنامج الإرشادي عنصر مهم وجوهري في العملية التربوية ومن الوسائل الضرورية في خلق جماعة يسودها جو من الألفة والمحبة والاحترام فضلاً عن قدرتها في مساعدة الجماعة الإرشادية على التخلص مما يواجهها من أزمات ومشاكل في جوانب الحياة التي أعدت لها تلك البرامج الإرشادية (الاميري ، ٢٠٠٢ : ٣٠). ويأتي الاهتمام ببرامج الإرشاد التربوي نتيجة التطورات المهمة التي حدثت في مجال الأهداف التربوية بضرورة الاهتمام بتنمية شخصيات الطلبة من نواحيها الجسمية والنفسية والاجتماعية والعقلية ، يقوم بناء البرامج الإرشادية على أساس مبدأ مساعدة الناس لأنفسهم وتنمية التعبير عن ذاتهم وتطويرها (الحياي ، ١٩٩٨ : ٤٠٥).

فوائد البرامج الإرشادية المنظمة :

- ١- البرامج المنظمة تمكن المرشد من تخصيص وقت كافٍ لإرشاد الافراد .
- ٢- البرنامج المنظم للإرشاد والتوجيه يمكن الافراد من تلقي برنامج متوازن في عملية الإرشاد دون أن يطغي نشاط من النشاطات على آخر .
- ٣- في برنامج الإرشاد والتوجيه المنظم يعي القائمون على عملية الإرشاد والتوجيه الفوائد المطلوبة منهم باشتراكهم كمجموعة متعاونة ، مستعدة للقيام بالتخطيط اللازم بتطوير البرنامج باستمرار وتوسيع خدماته ، ومما يعزز أهمية البرنامج الإرشادي كونه يتناول الظاهرة أو المشكلة الإرشادية في بدايتها (المعروف ، ١٩٨٠ : ٢٨).

الأهداف العامة المشتركة للبرامج الإرشادية :

- ١- إنقاص المعاناة النفسية وتحسين النمو الشخصي السليم بالسرعة الممكنة
- ٢- تغيير المشاعر السلبية إلى مشاعر ايجابية
- ٣- تغيير الصورة العقلية للذات إلى صورة ايجابية
- ٤- تغيير الجوانب المعرفية غير المنطقية إلى جوانب منطقية وتصحيح الأفكار الخاطئة (الشناوي ، ١٩٩٠ : ٢٦٥) .

ثانياً : الدراسات السابقة

الدراسات المحلية والعربية التي تناولت برامج ارشادية عن الاحكام التلقائية للذات:
اطلع الباحث على دراسة تجريبية عربية واحدة فقط تخص عينة طلبة الجامعة ، اما في العراق لا توجد دراسة تجريبية تناولت متغير الاحكام التلقائية لذات لجميع شرائح المجتمع وتعد هذه الدراسة الاولى على مستوى العراق و الوطن العربي على حد علم الباحث تناولت عينة المرشدين التربويين.

- دراسة عبد الله (١٩٩١) :

هدفت الدراسة إلى خفض مستوى الاكتئاب من خلال التعرف على الأحكام التلقائية واللاعقلانية المرتبطة بالأعراض الاكتئابية لدى طلبة الجامعة (عبد الله ، ١٩٩١).

الفصل الثالث

- منهجية البحث:

استعمل الباحث منهجين في البحث الحالي هما :-

أ- **المنهج الوصفي** : استعمل الباحث المنهج الوصفي لقياس متغير البحث الاحكام التلقائية للذات، ويسعى من خلال هذا المنهج إلى تحديد الوضع الحالي للظاهرة المدروسة ومن ثم وصفها وصفاً دقيقاً ، إذ إن دراسة أية مشكلة أو ظاهرة تتطلب وقبل كل شيء وصفاً وتحديداً كمياً أو كيفياً .

ب- **المنهج التجريبي** : استعمل الباحث المنهج التجريبي ، الذي يعد من أكثر المناهج العلمية دقة ويضع الفروض ويجري التجارب للتحقق من صحتها ، ويختار المجموعات ويحدد المتغير المستقل ويحاول ضبط العوامل التي تؤثر في التجربة ويلاحظ تأثير المتغير المستقل في أفراد المجموعة التجريبية ، وتوجد نماذج متعددة من التصميمات التجريبية لتحقيق هذا النوع من منهج الدراسة ويتوقف اختيار التصميم على طبيعة الدراسة أو الشروط أو الظروف التي تجري فيها (عبد الحفيظ وباهي، ٢٠٠٠ ، ١٠٧-١١٢).

- التصميم التجريبي :

يُصَد بالتصميم التجريبي وضع الهيكل الأساسي لتجربة ما ، وعلى ذلك يتضمن وصف الجماعات التي يتكون منها أفراد التجربة وتحديد الطرق التي نختار فيها هذه العينة (العيوسي ، ١٩٨٥ : ٨٠) ، ويُعد اختيار التصميم التجريبي المناسب من الشروط المهمة لإجراء التجربة العلمية لأنه يساعد في الوصول الى الإجابة عن الفروض أو الأسئلة الموضوعية للبحث كما يساعد أيضاً على الضبط التجريبي ، وإن سلامة التصميم وصحته هي الضمان الأساسي للوصول الى نتائج موثوق بها (الزويبي والغنام ، ١٩٨١ : ٩٤-٩٥) ، ولغرض تحقيق هدف البحث اعتمد الباحث تصميم المجموعة الضابطة العشوائية الاختيار ذو الاختبار القبلي والبعدي وقد صُمم على وفق الخطوات الآتية :

١- اختيار (٢٠) مرشداً ومرشدة كعينة لموضوع البحث من الذين حصلوا على أقل الدرجات بعد إجراء الاختبار القبلي .

٢- توزيع أفراد العينة الى مجموعتين إحداهما ضابطة والأخرى تجريبية .

٣- إجراء تكافؤ للمجموعتين في المتغيرات التي لها علاقة بالاحكام التلقائية للذات وهي :

(العمر ، مدة الخدمة ، ودرجات افراد العينة على مقياس الاحكام التلقائية للذات في الاختبار القبلي).

٤ - تطبيق البرنامج الإرشادي على أفراد المجموعة التجريبية في حين تبقى المجموعة الضابطة بدون برنامج إرشادي .

٥ - إجراء اختبار بعدي لمعرفة الفروق ودلالاتها بالنسبة للمجموعتين الضابطة والتجريبية .
- مجتمع البحث وعينة :

يشتمل مجتمع البحث الحالي على جميع المرشدين التربويين في المدارس المتوسطة والثانوية والإعدادية المشمولة بالإرشاد التربوي في محافظتي واسط وذي قار والبالغ عددهم (٩١٧) مرشداً ومرشدة الذين يزاولون مهنة الإرشاد في مدارس المديرية العامة للتربية محافظة واسط وذي قار حسب الكتب الرسمية الصادرة من المديرية العامة للتربية محافظة واسط وذي قار قسم التخطيط شعبة الاحصاء بأعداد المرشدين التربويين ، ولتحقيق هدف البحث الحالي أستوجب اختيار أكثر من عينة وهي : عينة وضوح التعليمات (٤٠) ، عينة التحليل الاحصائي (٢٥٠)، عينة الثبات (٤٠)، عينة البرنامج الارشادي (١٠) وسيعرض الباحث العينات حسب الإجراء المتبع .

- اداتا البحث :

أولاً - مقياس الاحكام التلقائية للذات :

بعد اطلاع الباحث على الأدبيات والدراسات السابقة ذات العلاقة بالبحث الحالي، تم استعمال مقياس الاحكام التلقائية للذات لدى المرشدين التربويين الذي أعدته (الدرجي ، ٢٠١٥) والمكون من (٤٢) فقرة وبخمس بدائل للإجابة ، وتدرج درجات الإجابة على البدائل على التوالي(١،٥،٤،٣،٢) بالنسبة للفرقات الإيجابية و (١،٢،٣،٤،٥) بالنسبة للفرقات السلبية ، وأما المبررات التي دعت الباحث الى استعمال (مقياس الدراري للأحكام التلقائية للذات) فهي :

١-المقياس حديث ، تم إعداده في عام (٢٠١٥) .

٢- يتمتع المقياس بصدق وثبات جيدين .

٣- يتلاءم المقياس مع عينة البحث الحالي (المرشدين التربويين) .

الخصائص القياسية (السيكومترية) للمقياس :

أولاً - صدق المقياس :

هو قدرة المقياس على قياس ما وضع لقياسه ، فالمقياس الأنسب هو الذي يحقق درجة أعلى من الصدق" (Moss , 1994 : 129) ، وقد استخرج الباحث أكثر من نوع من أنواع الصدق بعضها يعبر عن صلاحية المظهر الخارجي للمقياس والبعض الأخر يعبر عن صلاحيته الداخلية وعلى النحو الآتي:

١- الصدق الظاهري :

قام الباحث بعرض المقياس على مجموعة من المحكمين في العلوم التربوية والنفسية للأخذ بأرائهم وملاحظاتهم ، وقد حصلت الفقرات جميعها على نسبة اتفاق الخبراء تراوحت بين (٨٠% - ١٠٠%) ، واعتمد الباحث موافقة (٨) محكمين معياراً لصلاحية الفقرة وصدقها في قياس ما وضعت لأجله بنسبة اتفاق الخبراء (٨٠%) فأكثر ، إذ أشار أيبيل (Ebel, 1972) إلى أن نسبة اتفاق (٨٠%) يعد دليلاً على قبول الفقرة (Ebel, 1972, p.392). وبهذا يكون الحكم الصادر منهم مؤشراً على صدق الفقرة ونتيجة ذلك بقي عدد الفقرات (٤٢) فقرة ، وتحقق هذا النوع من الصدق في المقياس .

٢- عينة وضوح التعليمات :

أكدت أدبيات القياس النفسي على ضرورة التثبت من مدى فهم المجيبين لفقرات المقياس وتعليماته كي لا تكون إجاباتهم عشوائية أو تبتعد عن مضمون الفقرة ، حيث أشار فرج (١٩٨٠) الى ضرورة التثبت من مدى فهم العينة التي ستختبر بهذه التعليمات لمعرفة مدى وضوحها لديهم (فرج، ١٦٠:١٩٨٠) ولغرض التعرف على مدى وضوح تعليمات المقياس ووضوح الفقرات لغَةً ومحتوى لدى المرشدين التربويين وكذلك معرفة الوقت المستغرق للإجابة ، قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة من المرشدين التربويين بلغت (٤٠) مرشداً ومرشدة ، وتبين للباحث أن التعليمات وفقرات المقياس كانت واضحة ومفهومة من حيث الصياغة والمعنى ، وكان مدى الوقت المستغرق للإجابة على المقياس يتراوح بين (٩ - ١٧) دقيقة وبمتوسط قدره (١٥) دقيقة ، وقد أخفى الباحث الهدف من تطبيق المقياس كي لا يتأثر المجيب به عند الاجابة .

٢- مؤشرات صدق البناء :

"يبين هذا النوع من الصدق مدى العلاقة بين الأساس النظري للمقياس وبين فقرات المقياس وإلى أي مدى يقاس المقياس الفرضيات النظرية التي بُني عليها، ويمكن التحقق من دلالات صدق البناء للمقياس بإتباع أسلوب فاعلية الفقرات، أي مدى ارتباط درجة كل فقرة من فقرات المقياس بالدرجة الكلية للمقياس، أو بقدرة المقياس على التمييز بين الفئات أو المجموعات المتباينة في أدائها على مظهر من مظاهر السلوك" (أبو جادو ، ٢٠٠٠ ، ٤٤٠) . وتم استخراج صدق البناء عبر المؤشرات الآتية:

أولاً: القوة التمييزية للفقرات :

من أهم خطوات بناء المقياس النفسي هو تمييز الفقرات إذ أشار (أيبيل، 1972، Ebel)، الى ان الهدف من هذا الاجراء هو الإبقاء على الفقرات الجيدة في المقياس ويقصد بالقوة التمييزية للفقرات التمييز بين الأفراد في الخصائص التي ترغب بقياسها (Ebel, 1972, p.392). إذ تم تطبيق مقياس

الاحكام التفاضلية للذات على عينة بلغت (٢٥٠) مرشد ومرشدة إذ أشار (Nunnally) الى أنه يجب أن يكون حجم عينة تحليل الفقرات بما لا يقل عن خمسة أفراد مقابل كل فقرة من فقرات المقياس في عينة التحليل الإحصائي (Nunnally , 1978: 26). وأشار عودة الى ان احتساب معاملات التمييز لأفراد العينات باحتساب (٢٧%) للدرجات العليا ، و (٢٧%) للدرجات الدنيا (عودة ، ١٩٩٨ : ٢٨٦) وبهذا اصبح عدد الاستمارات في المجموعة العليا (٦٨) استمارة وفي المجموعة الدنيا (٦٨) استمارة وتم استعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لمعرفة دلالة الفرق في درجات كل فقرة من المجموعتين العليا والدنيا ، يوصف ان القيمة التائية لدلالة الفرق تمثل القوة التمييزية للفقرة واتضح ان جميع الفقرات دالة ومميزة عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وبدرجة حرية (١٣٤) .

ثانياً: علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس:

أشار أصحاب القياس النفسي الى أهمية توافر الصدق في فقرات المقاييس النفسية لان صدق المقياس يعتمد الى حد كبير على صدق فقراته ، ولاسيما الصدق الذي يحسب بأسلوب علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس وهذا الاسلوب يستعمل عندما لا يكون هناك محك خارجي او داخلي لذلك اعتمدت الباحث الدرجة الكلية للمقياس محكاً لصدق الفقرات لان الدرجة الكلية للمقياس أفضل محك داخلي في حساب صدق الفقرات عندما لا يتوفر المحك الخارجي (Anastasia,1988:210) ، وباستعمال معامل ارتباط بيرسون ظهر ان جميع معاملات الارتباط دالة احصائياً لدى مقارنتها بالقيمة الجدولية المحسوبة عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وبدرجة حرية (٢٤٨) .

ثانياً: ثبات المقياس :

يسعى ثبات الاختبار الى أن تكون أدوات القياس على درجة عالية من الدقة والإتقان والاتساق والاطراد في ما تزودنا به من بيانات عن السلوك المفحوص وإن متى ما كانت أداة المقياس خالية من الأخطاء العشوائية وكانت قادرة على قياس المقدار الحقيقي للسمة أو الخاصية المراد قياسها قياساً منسقاً ومن ظروف مختلفة ومتباينة كان المقياس عندئذ مقياساً ثابتاً (علام ، ٢٠٠٠ : ١٣١) وللكشف عن مؤشرات ثبات المقياس الحالي اعتمد الباحث الطرق الآتية :

١ - طريقة الاختبار - إعادة الاختبار :

وهي أن يطبق الاختبار على مجموعة من الأفراد ، ثم بعد مدة من الزمن (عادة تكون أسبوعين الى أربعة أسابيع) يُعاد تطبيق الاختبار نفسه على مجموعة الأفراد نفسها ، بعد ذلك يحسب معامل الارتباط بين التطبيقين ويسمى معامل الثبات في هذه الطريقة (معامل الاستقرار) إذ إنه يُعبر عن مدى استقرار النتائج عبر الزمن (العجيلي ، ٢٠٠٥ : ١٢١) ، ولحساب معامل ارتباط الثبات

بطريقة الاختبار _ إعادة الاختبار للمقياس الحالي طُبق المقياس بصورته النهائية على عينة مؤلفة من (٤٠) مرشد ومرشدة اختيروا عشوائياً ، ثم أُعيد تطبيق المقياس على العينة ذاتها بعد مرور أسبوعين ، وباستعمال معامل ارتباط بيرسون اتضح إن معامل الثبات للمقياس الحالي قد بلغ (٠,٨١) وهو معامل ثبات جيد ، إذ أن معامل الثبات الذي يتراوح بين (٠,٧٠ - ٠,٩٠) هو مؤشر جيد لاختبار الثبات (العيسوي ، ١٩٨٥ : ٥٨) .

٢- معامل ألفا كرونباخ للإتساق الداخلي :

تعتمد هذه الطريقة على الإتساق في اداء الفرد من فقرة الى أخرى ، إذ اشتق كرونباخ صورة عامة لمعادلة معامل الثبات وسماه (معامل ألفا) وبين ان هذا المعامل يُشير الى الخاصية الداخلية التي يتمتع بها الاختبار والتي تنشأ من العلاقة الإحصائية بين الفقرات ، كما تُشير هذه الخاصية الى إن الاختبار متجانس وهذا يعني ان جميع الفقرات تقيس متغيراً عاماً واحداً ، وتقوم فكرة معادلة (الفا كرونباخ) على حساب الارتباطات بين درجات عينة الثبات على جميع فقرات المقياس ، أي إنها تقسم المقياس الى عدد من الأجزاء يساوي عدد فقراته ويشكل متوسط معاملات الارتباط الداخلية أفضل تقدير لمتوسط معاملات الثبات النصفية على عدد كبير من مرات التقسيم للمقياس (عبدالرحمن،٢٠١:١٩٨٣) ، ولحساب الثبات بهذه الطريقة تم اعتماد عينة الثبات البالغة (٤٠) مرشد ومرشدة ، وبعد تطبيق معادلة ألفا كرونباخ بلغ معامل الثبات (٠,٨٠) وهي قيمة ثبات جيدة يمكن الركون إليها مقارنة مع الدراسات السابقة التي استعملت هذه الطريقة في حساب الثبات .

مقياس الأحكام التلقائية للذات بالصيغة النهائية:

طبق الباحث المقياس على أفراد عينة البحث المتمثلة بالمرشدين التربويين ومن كلا الجنسين، والبالغ عددهم (٢٥٠) يوم الاحد بتاريخ (٢٠١٩/٩/١٥) ويتكون المقياس الحالي بالصيغة النهائية من (٤٢) فقرة موزعة وبخمس بدائل متدرجة للإجابة هي وهي (تنطبق علي دائماً، تنطبق علي غالباً، تنطبق علي أحياناً، تنطبق علي نادراً، لا تنطبق علي ابداء)، وقد أعطت الباحث عند التصحيح الدرجات

(٥، ٤، ٣، ٢، ١) على التوالي للفقرات الايجابية، وأعطت الدرجات (١، ٢، ٣، ٤، ٥) للفقرات السلبية واعلى درجة يحصل عليها المستجيب هي(٢١٠) درجة ، وأقل درجة يحصل عليها هي(٤٢) درجة، علماً إن المتوسط النظري للمقياس بلغ (١٢٦) درجة.

ثانياً البرنامج الإرشادي :

خطوات بناء وتطبيق البرنامج الإرشادي :

اعتمد الباحث في بناء البرنامج الإرشادي على الإجراءات الآتية:

- الاطلاع على الأدبيات والدراسات السابقة ذات العلاقة ببناء البرامج الإرشادية .
 - تحديد النشاطات والأساليب المستعملة البرنامج الارشادي :
 - اختار الباحث الارشاد الجمعي وفق اسلوب العقلاني العاطفي الذي يستند على النظرية المعرفية (لألبيرت اليس) ولتحقيق الاهداف استعمل الباحث الاستراتيجيات التالية :
 - تقديم الموضوع ، المحاضرة والمناقشة ، إعادة البناء المعرفي ، التعلم والتوجيه ، الوعي بالمشاعر ، لعب الدور ، التغذية الراجعة ، التقويم
 - اعتماد نتائج مقياس الاحكام التلقائية (في الاختبار القبلي) الذي طُبّق على العينة المختارة والذي أفرز المرشدين التربويين الذين لديهم احكام تلقائية لذواتهم .
 - حددت فقرات المقياس التي حصلت على وسط مرجح اكثر من (٣) فقرات سلبية لتكون بمثابة مشكلة وعدها حاجة لابد لها من جلسة إرشادية أو أكثر .
 - عرض البرنامج على مجموعة من المتخصصين في الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي لبيان آرائهم ومقترحاتهم على البرنامج جدول (١) .
 - اعتمد الباحث أسلوب التخطيط والبرمجة والميزانية في إعداد خطوات البرنامج الذي يسعى للوصول إلى نتائج أفضل بأقل التكاليف.
- **صدق البرنامج الارشادي (التقويم) :**

قبل البدء بتطبيق البرنامج الارشادي على المرشدين التربويين قام الباحث بعرضه على مجموعة من الأساتذة المتخصصين في مجال الارشاد النفسي والتوجيه التربوي لبيان آراءهم بشأن محتوى البرنامج والأساليب والنشاطات المتبعة فيهما وعناوين الجلسات والوقت المخصص للجلسات الارشادية وقد أجريت التعديلات اللازمة على وفق آراء المحكمين إذ أصبح البرنامج جاهز للتطبيق وبشكل نهائي .

- تنفيذ البرنامج الارشادي :

طبق البرنامج الإرشادي المكون من (١٢) جلسة إرشادية في العام الدراسي (٢٠١٩-٢٠٢٠) بواقع جلستين في الأسبوع واستغرقت كل جلسة (٤٥) دقيقة باستثناء الجلسة الأولى والأخيرة استغرقت (٦٠) دقيقة.

حددت الباحثة يوم الثلاثاء بتاريخ (٢٠ / ١٠ / ٢٠١٩) لإجراء الاختبار البعدي على المجموعتين الضابطة والتجريبية على مقياس الاحكام التلقائية للذات ، والجدول (١) الذي يوضح موضوع الجلسات وتاريخها انعقادها.

جدول (١) عناوين الجلسات وتاريخ انعقادها

ت	يوم انعقادها	تاريخ انعقادها	عنوان الجلسة
١	الاحد	٢٠١٩/ ٩/٢٢	الافتتاحية
٢	الثلاثاء	٢٠١٩/ ٩/٢٤	مفهوم الاحكام التلقائية للذات
٣	الخميس	٢٠١٩/ ٩/٢٦	تقدير الذات
٤	الاحد	٢٠١٩/٩/٢٩	الثقة بالنفس
٥	الثلاثاء	٢٠١٩/١٠/١	وضوح دور المرشد
٦	الخميس	٢٠١٩/١٠/٣	خفض لوم الذات
٧	الاحد	٢٠١٩/١٠/٦	توكيد الذات
٨	الثلاثاء	٢٠١٩/١٠/٨	الطموح العلمي والمهني
٩	الاحد	٢٠١٩/١٠/١٣	التعامل مع المرؤوسين
١٠	الثلاثاء	٢٠١٩/١٠/١٥	خفض توقعات الفشل في حل المشكلات
١٢	الخميس	٢٠١٩/١٠/١٧	الختمية
	الاحد	٢٠١٩/١٠/٢٠	الاختبار البعدي

- الوسائل الإحصائية:

استعملت الباحثة في تحليل بيانات بحثه الوسائل الإحصائية المناسبة وبالاستعانة بالبرنامج الإحصائي (SPSS).

الفصل الرابع

- عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

الهدف الأول: التعرف على درجة الأحكام التلقائية للذات لدى المرشدين التربويين:

لتحقيق هذا الهدف قام الباحث بتطبيق مقياس الأحكام التلقائية عن الذات على عينة البحث البالغ عددهم (٢٥٠) مرشداً ومرشدة ، وإيجاد المتوسط الحسابي الذي بلغ (١٦٨,١٧٦) وبانحراف معياري مقداره (٢١,٠٠٠) ، وحسب المتوسط الفرضي (١٢٦) وباستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة ، ظهر ان القيمة التائية المحسوبة البالغة (١٨,٨٢٨) وعند مقارنتها بالقيمة التائية الجدولية البالغة (١.٩٦) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٢٤٩) ظهر ان القيمة التائية المحسوبة أكبر من القيمة التائية الجدولية ولصالح متوسط العينة والجدول (٢) يوضح ذلك .

جدول (٢) نتائج الاختبار التائي لدلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري

والمتوسط الفرضي لمقياس الأحكام التلقائية

القيمة التائية		الوسط الفرضي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	العدد	المتغير
الجدولية	المحسوبة					
١,٩٦	٣١,٧٥٩	١٢٦	٢١,٠٠٠	١٦٨,١٧٦	٢٥٠	الاحكام التلقائية للذات

وأظهرت النتائج ان المرشدين التربويين لديهم أحكام تلقائية عن الذات ، ويمكن تفسير نتيجة هذا الهدف على أن للضغوط الحياتية التي يمر بها المرشد النفسي لها دوراً كبيراً في التأثير على الاحكام التلقائية للذات ، وتتفق هذا النتيجة مع الاطار النظري لمفهوم الاحكام التلقائية للذات بانه الاستجابات السلوكية والوجدانية تتأثر كثيراً بأفكارنا وهي التي تحدد الكيفية التي نستقبل بها الاشياء وندركها، فالتقييم المعرفي للموقف هو الذي يحدد الاستجابة له بما في ذلك السلوكيات والاعراض الجسمية والخبرة الشخصية ويطلق على هذه الافتراضات عن الموقف بالأفكار الآلية لأنها تخرج دون تأمل او قصد او مبرر(اس جي ، ٢٠١٢:١٧-١٨) ، واتفقت نتيجة هذه الدراسة مع دراسة الهويش (٢٠١٠) ، والدراجي (٢٠١٠).

الهدف الثاني: : بناء برنامج إرشادي لخفض الاحكام التلقائية للذات لدى المرشدين التربويين:

لتحقيق هذا الهدف قام الباحث ببناء برنامج إرشادي على وفق نظرية (البرت اليس) بعد احتساب (الوسط الحسابي والانحراف المعياري) لكل فقرة من فقرات مقياس الاحكام التلقائية للذات

وعدت الدرجة (٣) فأكثر محكاً لإدخال الفقرة في جلسة إرشادية ضمن البرنامج وهذا ما تم التحقق منه في الفصل الثالث في منهجية البحث وإجراءاته ضمن إجراءات بناء البرنامج الإرشادي .
الهدف الثالث: التعرف على أثر البرنامج الإرشادي لخفض الاحكام التلقائية للذات لدى المرشدين التربويين:

تحقيقاً لهدف البحث الذي تجلى بـ (تعرف أثر البرنامج الإرشادي في خفض الاحكام التلقائية لدى المرشدين التربويين) اختبر الباحث الفرضية الآتية :

(توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط رُتب درجات المجموعة التجريبية ومتوسط رُتب درجات المجموعة الضابطة على مقياس الاحكام التلقائية للذات بعد تطبيق البرنامج الإرشادي) وللتحقق من صحة الفرضية تم تطبيق مقياس الاحكام التلقائية للذات على المجموعتين الضابطة والتجريبية بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج الإرشادي ، ولمعرفة دلالة الفروق بين المجموعتين استعمل الباحث اختبار (مان - وتني) للمقارنة بين المجموعتين وكما موضح في الجدول (٣) .

جدول (٣) نتائج اختبار (مان - وتني) للمجموعتين الضابطة والتجريبية على مقياس الاحكام

التلقائية للذات في الاختبار البعدي

المتغير	المجموعة	العدد	الوسيط الحسابي	الانحراف المعياري	مجموع الرتب	قيمة مان - وتني	
						متوسط الرتب	المحسوبة الجدولية
الاختبار البعدي	التجريبية	١٠	٨٧،٨٠	١٦،٩٩٩	١٥١	١٥،١٠	صفر
	الضابطة	١٠	٥١،٥٠	٥،٨٣	٥٩	٥،٩٠	

وقد اظهرت النتيجة بأن هناك فرقاً دالاً إحصائياً ولصالح المجموعة التجريبية إذ كانت قيمة (مان - وتني) المحسوبة والبالغة (صفر) أصغر من قيمة (مان - وتني) الجدولية والبالغة (٢٣) عند مستوى دلالة (٠،٠٥) ، وعليه تُقبل الفرضية البديلة و تُرفض الفرضية الصفرية وهذا يعني وجود أثر للمتغير المستقل المتمثل بـ (البرنامج الإرشادي) في المتغير التابع والمتمثل بـ (الاحكام التلقائية للذات) ، ان نتائج هذه الدراسة تعتبر الاولى على مستوى العراق والوطن العربي على عينة المرشدين التربويين على حد علم الباحث .

وكذلك يفسر الباحث هذه النتيجة على إن لجلسات البرنامج الإرشادي الذي بُني وفق نظرية (البرت اليس) وأساليبه أثراً فاعلاً في خفض الاحكام التلقائية لدى أفراد المجموعة التجريبية والأسلوب المستخدم في إدارة الجلسات الإرشادية الذي أعتمد على حسن الاستماع من قبل الباحث وإعطاء

الحرية لأفراد المجموعة التجريبية في المناقشات الموضوعية والحرية مما شجع أفراد المجموعة الإرشادية التجريبية على إعطاء آرائهم دون خوف أو تردد وهذا أعطاهم الثقة بأنفسهم من خلال الاهتمام بآرائهم التي تطرح وتقبلها واحترامها من قبل أفراد المجموعة وقد أضفى ذلك أثراً إيجابياً في إنجاح البرنامج الإرشادي لأنه فسح المجال أمام أفراد المجموعة التجريبية للحديث بصراحة وبكل حرية عن ما يعانونه وما يفكرون به وما يتطلعون الى تحقيقه وأتاح لهم فرصة التعبير الحر التلقائي والتنفيس الانفعالي ساعد على تعزيز ثقة المرشدين التربويين بأنفسهم وبقدرتهم وامكانياتهم الارشادية على مواجهة مشكلاتهم وتغيير نظرتهم نحو مختلف المواقف في الحياة وهذا ما يسعى اليه الإرشاد النفسي ومن خلال برامجه الى تحقيق اهدافه .

- الاستنتاجات:

في ضوء نتائج البحث الحالي توصل الباحث إلى مجموعة من الاستنتاجات منها :

١- هنالك تأثير للبرنامج الإرشادي المعد في البحث الحالي في خفض الاحكام لتلقائية للذات عند المرشدين التربويين.

٢- أسلوب الإرشاد الجمعي أنه أسلوب فعال في خفض الاحكام التلقائية لذوات المرشدين التربويين.

٣- رغبة المرشدين التربويين الكبيرة في الاطلاع على احدث الأساليب الإرشادية والنظريات الإرشادية في مجال تخصصهم من اجل تطوير قدراتهم وامكانياتهم الارشادية في حل المشكلات والوصول إلى أفضل النتائج.

- التوصيات :

استكمالاً لنتائج لبحث الحالي ، يوصي الباحث بما يأتي :

١- ضرورة عقد ندوات تطويرية متواصلة مع المرشدين التربويين لاطلاعهم على احدث البرامج الإرشادية والأساليب الإرشادية .

٢- دعم شريحة المرشدين التربويين من قبل وزارة التربية معنوياً ومادياً وتوفير المستلزمات الضرورية التي تساعدهم في اداء مسؤولياتهم ومنها توفير غرفة إرشادية تشعرهم بالاستقلالية والراحة عند القيام بأداء مسؤولياتهم الإرشادية.

٣- الاهتمام بأقسام الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي في الجامعات وتوفير مستلزمات الارتقاء بمهامها كي تتمكن من إعداد مرشدين تربويين متميزين.

٤- على وزارة التربية مكافأة وإيجاد المرشدين التربويين المتميزين إلى دورات خارج القطر لتنمية قدراتهم ومهاراتهم الارشادية ومواكبة تطور العملية الارشادية في دول العالم المتقدمة.

٥- قيام وسائل الإعلام بدورها المهني والأخلاقي بنشر ثقافة إعلامية في الإذاعة والتلفزيون عن أهمية المرشد التربوي ودوره في تطوير العملية التعليمية والتربوية والارشادية في المدارس الابتدائية والثانوية والاعدادية والجامعات العراقية .

٦- عدم الاعتماد على المرشدين غير المختصين بالقيام بالعملية الارشادية والحد من تواجدهم في ساحة العمل الارشادي .

٧- ضرورة تكثيف الجهود المختلفة لتأسيس جمعية مهنية إرشادية متخصصة تجمع المرشدين التربويين في كل محافظة لكي تزودهم بحس الانتماء المهني وتمكنهم من تبادل الرأي والخبرة .

المقترحات:

١- إجراء دراسة حول الأحكام التلقائية عن الذات وعلاقتها بمتغيرات أخرى مثل الرضا المهني والصحة النفسية والذكاء الاجتماعي ومفهوم الذات لدى عينة المرشدين التربويين .

٢- تجريب البرنامج الإرشادي على عينات من المرشدين التربويين في محافظات أخرى وإجراء مقارنة بين تلك الدراسات والدراسة الحالية.

٣- إجراء دراسة علاقة ارتباطية ومقارنة للأحكام التلقائية عن الذات لدى عينة من المرشدين وفئات اجتماعية أخرى في المجتمع العراقي من الاطباء - الضباط - الأساتذة الجامعيين - المدرسين - المعلمين - الموظفين .

٤- بناء برامج إرشادية لخفض الاحكام التلقائية لدى فئات اجتماعية أخرى في المجتمع العراقي من أطباء - الضباط - الأساتذة الجامعيين - المدرسين - المعلمين - الموظفين .

مصادر البحث العربية والاجنبية

- أبو أسعد، أحمد عبد اللطيف (٢٠٠٩): المهارات الإرشادية ، دار المسيرة للنشر، عمان.
- أبو جادو، صالح محمد علي (٢٠٠٠): علم النفس التربوي ، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، ط١،الأردن.
- أس جي، هوفمان (٢٠١٢): العلاج المعرفي السلوكي المعاصر الحلول النفسية لمشكلات الصحة العقلية ، ترجمة مراد علي عيسى ، دار الفجر للنشر والتوزيع ، مصر.
- الألوسي، جمال حسين ، المعروف ، احمد(٢٠٠٢): الكراس التوجيهي في الارشاد التربوي ، مطبعة وزارة التربية ، ط١ ، بغداد .
- الأميري، احمد محمد ناجي (٢٠٠٢): فعالية برنامج إرشادي في مواجهة الضغوط النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية، (رسالة دكتوراه غير منشورة)، كلية التربية، الجامعة المستنصرية.

- بيك ، آرون (٢٠٠٠): العلاج المعرفي والاضطرابات الانفعالية ، ترجمة عادل مصطفى، دار الآفاق العربية ، القاهرة .
- جوديث، بيك (٢٠٠٧): العلاج المعرفي الأسس والابعد ، ترجمة طلعت مطر، القاهرة.
- الحياي، عاصم محمود (١٩٩٨): بناء برنامج إرشادي وقائي لبعض أنماط السلوك المنحرف، غش، سرقة، عدوان لمرحلة الطلبة المتوسطة، (أطروحة دكتوراه غير منشورة)، كلية التربية، الجامعة المستنصرية.
- الدراجي ، زينب صبري حاتم (٢٠١٥): المسؤولية الإرشادية والالتزام الأخلاقي وعلاقتها بالأحكام التلقائية عن الذات لدى المرشدين التربويين ، (أطروحة دكتوراه غير منشورة)، كلية التربية ابن رشد ، جامعة بغداد .
- رضا ، كاظم كريم ، عذاب ، نشعة كريم (٢٠١١): برامج الارشاد النفسي مفهومها - خطوات بنائها ، ط١ ، بغداد .
- الزويبي، عبد الجليل، الغنام ، محمود (١٩٨١): مناهج البحث، جامعة الموصل.
- الشناوي، محمد محروس (١٩٩٦): العملية الإرشادية العلاجية ، دار غريب للطباعة والنشر، القاهرة.
- عبد الحفيظ ، إخلص محمد عبد، باهي ، مصطفى حسن (٢٠٠٠): طرق البحث العلمي والتحليل الإحصائي في المجالات التربوية والنفسية والرياضية ، مركز الكتاب النشر، القاهرة.
- عبد الله ، هشام ابراهيم (١٩٩١): أثر العلاج العقلاني الانفعالي في خفض الاكتئاب لدى الشباب الجامعي ، (أطروحة دكتوراه غير منشورة) ، كلية التربية ، جامعة الزقازيق ، مصر .
- عبد الهادي، جودة والعزة، سعيد حسني (٢٠٠٧): مبادئ التوجيه والإرشاد النفسي ، دار الثقافة للنشر والتوزيع ، عمان.
- عبدالرحمن ، سعد (١٩٨٣) : القياس النفسي ، مكتبة الفلاح ، الكويت .
- العجيلي ، صباح حسين (٢٠٠٥) : القياس والتقويم التربوي ، ، مركز التربية للطباعة والنشر ، ط ٣ ، صنعاء
- علام، صلاح الدين محمود (٢٠٠٠): القياس والتقويم التربوي والنفسى، أساسياته وتطبيقاته وتوجيهاته المعاصرة، دار الفكر العربي للطباعة والنشر، ط١، القاهرة .
- عودة، أحمد سلمان (١٩٩٨): القياس والتقويم في العملية التدريسية، دار الأمل للنشر والتوزيع، أريد، الأردن.
- عيسوي، عبد الرحمن (١٩٨٥): القياس والتجريب في علم النفس والتربية، دار النهضة العربية، بيروت.
- فرج ، صفوت (١٩٨٠): القياس النفسي ، دار الفكر العربي ، القاهرة.
- القرشي، عدي جبر كاظم (٢٠١٣): تحفيز الذات وعلاقته بالأقناع لدى المرشدين التربويين، (رسالة ماجستير غير منشورة) ، كلية التربية ، المستنصرية.
- محمد ، عادل عبد الله (٢٠٠٠): العلاج المعرفي السلوكي اسس وتطبيقات، دار الرشد، القاهرة.
- الهويش ، ربما بنت عبد الرحمن (٢٠١٠): الاحكام التلقائية عن الذات والعدوان والعدائية لدى عينة من النساء المعنفات نزيلات دار الحماية وغير المعنفات ، رسالة ماجستير، جدة.



العدد الثاني والأربعون
الجزء الثاني/شباط/٢٠٢١

جامعة واسط
مجلة كلية التربية

-
- Anastasia, a (1988): **Psychological Testing**, Macmillan, New York.
 - Bandura, A. A., (1997) : **Self – efficacy** , The exercise.
 - **Clark, D. A., (2002):** Cognitive therapy of anxiety disorders: Science and practice. **New York: Guilford Press.**
 - Eble , R. L (1972): **Essentials of education measurement Ed** , practice hall Englewood cliffs . New Jersey .
 - Moss, p.a. (1994): **Can there be Halidity without Reliability education researcher**, USA.
 - Nunnally .g .c (1978):**psychometric theory** .**New York:** McGraw -Hill company.p.256 of control . New York : W.H. freeman and company .
 - **Prater. Jr. kahn (1972):** Children's Obligatory and Discretionary Moral Judgments, Child Development, Vol. 63, No. 2. P 416 – 430.
 - **Tagg, J. (2003);** The Learning Paradigm College, **Anter Publishing Company, Incorporated.** Available at <http://www.amazon.com/John-Tagg/e/B001HQ56>
 - **Tyler, (1969):** Tests and measurement, New Jersey, pint ice –Hall, Inc.