



أثر تطبيق برنامج إرشادي نفسي قائم على الأساليب المعرفية في تطوير المهارات الذاتية لدى المرشدين التربويين في محافظة ميسان

أ.م . فاطمة عادل داخل

كلية التربية الأساسية / قسم رياض الاطفال

fatimaadel@uomisan.edu.iq

الملخص

يهدف البحث إلى استكشاف أثر تطبيق برنامج إرشادي نفسي قائم على الأساليب المعرفية في تطوير المهارات الذاتية لدى المرشدين التربويين في محافظة ميسان. يركز البرنامج الإرشادي المعرفي على تعزيز الوعي بالعمليات الفكرية وتحسين القدرة على التعامل مع التحديات النفسية والتربوية بطرق أكثر فعالية. من خلال تطبيق هذا النهج، يتوقع أن يكتسب المرشدون التربويون مهارات معززة في التفكير النقدي، الإدراك الذاتي، الاتصال الفعال، والتعاطف، مما يؤدي إلى تحسين الخدمات الإرشادية المقدمة للطلاب. استخدم البحث أدوات تقييم موثقة لقياس المتغيرات النفسية والسلوكية للمرشدين وأظهرت النتائج تحسناً ملحوظاً في المهارات الذاتية للمرشدين الذين أكملوا البرنامج، مع تقارير عن زيادة في الكفاءة الشخصية والمهنية. كما تم الإبلاغ عن انخفاض في مستويات الإجهاد وتحسن في جودة العلاقات المهنية والشخصية ويخلص البحث إلى أن تطبيق الأساليب المعرفية في البرامج الإرشادية يمكن أن يكون له أثر إيجابي ومهم في تطوير المهارات الذاتية للمرشدين التربويين، مما يساعدهم في أدائهم الوظيفي ويعود بالفائدة على البيئة التعليمية ككل. ويوصي البحث بضرورة توسيع نطاق تطبيق هذه البرامج لتشمل عدداً أكبر من المرشدين وأيضاً إجراء دراسات مستقبلية لمعرفة طوّل الأمد لهذه التدخلات.

الكلمات المفتاحية: برنامج إرشادي نفسي، الأساليب المعرفية، المهارات الذاتية، المرشدين التربويين.

The Effect of Implementing a Cognitive-Based Psychological Counseling Program on Developing the Personal Skills of Educational Counselors in Maysan Governorate

Asst. Prof. Fatima Adel Dakhel

College of Basic Education / Department of Kindergarten

fatimaadel@uomisan.edu.iq



Abstract

The study aims to explore the effect of implementing a psychological counseling program based on cognitive techniques in developing the personal skills of educational counselors in Maysan Governorate. The cognitive counseling program focuses on enhancing awareness of cognitive processes and improving the ability to deal with psychological and educational challenges more effectively. Through the application of this approach, educational counselors are expected to acquire advanced skills in critical thinking, self-awareness, effective communication, and empathy, which in turn contributes to improving the counseling services provided to students.

The study employed validated assessment tools to measure the psychological and behavioral variables of the counselors. The results indicated a significant improvement in the personal skills of those who completed the program, along with reports of increased personal and professional competence. A decrease in stress levels and an improvement in the quality of both professional and personal relationships were also observed.

The study concludes that applying cognitive techniques within counseling programs can have a positive and meaningful impact on developing the personal skills of educational counselors, thereby enhancing their job performance and benefiting the educational environment as a whole. The study recommends expanding the implementation of such programs to include a larger number of counselors, as well as conducting future studies to examine the long-term effects of these interventions.

Keywords: psychological counseling program, cognitive techniques, personal skills, educational counselors.

الفصل الأول: (التعرف بالبحث)

المقدمة:

تُعتبر مهنة الإرشاد النفسي من أهم المهن التربوية في العصر الحديث، حيث تشكل جزءاً أساسياً ومكملاً للعملية التعليمية. ترى التربية المعاصرة أن الإرشاد ضروري لا يمكن الاستغناء عنه، وهو ما أشار إليه Vaughan في عام 1957، مؤكداً أن فصل الإرشاد عن التعليم أمر غير ممكن، وأن هناك تفاعلاً مستمراً بينهما؛ فالإرشاد يغطي جوانب التعلم والتعليم من خلال تحليل السلوك، بينما تضمن التربية عناصر التوجيه والإرشاد تعد المؤسسات التعليمية بيئة خصبة ونشطة لتطبيق الإرشاد في شتى أنحاء العالم، وتبرز أهمية الرابط بين الإرشاد وأهداف التعليم بشكل متزايد في جميع المستويات التعليمية. (زهران، 1982: 6).



تعتبر المهارات الذاتية للمرشدين التربويين عنصراً حاسماً في فعالية برامج الإرشاد التربوي والنفسي، وتلعب دوراً مهماً في تشكيل البيئة التعليمية وتعزيز النمو الشخصي والأكاديمي للطلاب. في ضوء ذلك، يهدف هذا البحث إلى استكشاف أثر تطبيق برنامج إرشادي نفسي قائم على الأساليب المعرفية في تطوير المهارات الذاتية لدى المرشدين التربويين في محافظة ميسان.

وسيتمتع البحث على منهجية مختلطة تجمع بين النهج الكمي والنوعي لجمع البيانات وتحليلها، بما في ذلك استبيانات ما قبل وما بعد التدخل، مجموعات التركيز، والمقابلات العميقة مع المشاركين. ستساعد هذه المنهجية في تقديم فهم شامل لتأثير البرنامج الإرشادي وتطوير ممارسات إرشادية مستتيرة وموجهة نحو تعزيز الرفاهية والتنمية الشخصية لكل من المرشدين والطلاب، تهدف هذه الدراسة إلى سد الفجوة في الأدبيات البحثية المتعلقة بتطبيق الأساليب المعرفية في الإرشاد التربوي وتقييم فعاليتها في بيئة تعليمية محددة، مثل محافظة ميسان. من خلال التركيز على المرشدين التربويين كجمهور مستهدف، يأمل البحث في المساهمة في تحسين معايير الممارسة الإرشادية وتعزيز النتائج التعليمية والشخصية للطلاب في المنطقة.

مشكلة البحث:

تتمثل مشكلة البحث في تحديد وتقييم الأثر الذي يمكن أن يحدثه تطبيق برنامج إرشادي نفسي، قائم على الأساليب المعرفية، على تطوير المهارات الذاتية لدى المرشدين التربويين في محافظة ميسان. يشير مصطلح "المهارات الذاتية" إلى مجموعة من القدرات الشخصية والمهنية التي تشمل الوعي الذاتي، التحكم في الانفعالات، الاتصال الفعال، التفكير النقدي، والتعاطف. هذه المهارات ضرورية للمرشدين للقيام بأدوارهم بفعالية، حيث تؤثر بشكل مباشر على جودة الدعم الذي يقدمونه للطلاب.

على الرغم من الاعتراف بأهمية هذه المهارات، إلا أن هناك نقصاً في البرامج الإرشادية المتخصصة التي تركز على تعزيز المهارات الذاتية للمرشدين التربويين، خاصة في مناطق مثل محافظة ميسان. إضافة إلى ذلك، قد يواجه المرشدون تحديات متعددة تتعلق بالضغوط النفسية والمهنية، مما يؤثر سلباً على أدائهم وبالتالي على الطلاب الذين يخدمونهم.

من هذا المنطلق، تبرز الحاجة إلى تقييم فعالية البرامج الإرشادية القائمة على الأساليب المعرفية في مواجهة هذه التحديات وتعزيز المهارات الذاتية للمرشدين. تكمن المشكلة في تحديد ما إذا كان تطبيق مثل هذه البرامج سيؤدي إلى تحسينات ملموسة في المهارات الذاتية للمرشدين، وبالتالي تعزيز قدرتهم على دعم



الطلاب بشكل أكثر فعالية. يتطلب البحث في هذه المشكلة إجراء تحليل شامل لتأثير البرنامج الإرشادي، مع الأخذ بعين الاعتبار السياق الثقافي والتعليمي الخاص بمحافظة ميسان. ويواجه المرشد التربوي الذي ينقصه المهارات الأساسية للإرشاد تحديات كبيرة في استخدام قدراته الإدراكية، العاطفية، والذهنية بشكل كامل، مما يجعل من الصعب عليه تحقيق توازن شخصي متكامل وإجراء جلسات إرشادية فعّالة. العقبة الرئيسية التي يصادفها تتمثل في كيفية تطبيق المهارات الإرشادية بما في ذلك مهاراته الشخصية، كما أبرزت ذلك دراسة صالح (1995) والعلاق (2008)، التي أشارت إلى أن المرشد يحتاج إلى مجموعة متنوعة من المهارات والمؤهلات لفهم ومعالجة مشكلات المسترشدين بشكل فعال (العلاق، 2008: 35). ولذا يكمن السؤال الرئيسي للبحث في ما هو أثر تطبيق برنامج إرشادي نفسي قائم على الأساليب المعرفية في تطوير المهارات الذاتية لدى المرشدين التربويين في محافظة ميسان؟

أهمية البحث:

يكتسب هذا البحث أهمية كبرى من عدة جوانب تتمثل في النقاط التالية:

1. **تعزيز جودة الإرشاد التربوي:** يسعى البحث إلى تعزيز فعالية الدعم النفسي والتربوي المقدم للطلاب. وتحسين هذه المهارات يمكن أن يؤدي إلى تحسين العمليات الإرشادية وجعلها أكثر تأثيراً.
2. **الاستجابة للتحديات المعاصرة:** يبرز البحث كوسيلة لتجهيز المرشدين التربويين بالأدوات اللازمة للتعامل مع هذه التحديات بشكل فعال، مما يساهم في بيئة تعليمية داعمة ومحفزة.
3. **تطوير الممارسات المهنية للمرشدين:** يسلط البحث الضوء على أهمية التطوير المهني المستمر للمرشدين التربويين، مما يساهم في رفع مستوى الممارسات الإرشادية ويضمن تقديم خدمات إرشادية تتماشى مع أفضل المعايير العالمية.
4. **مساهمة في الأدبيات العلمية:** يمثل البحث إضافة قيمة للأدبيات العلمية في مجال الإرشاد النفسي والتربوي، خاصة فيما يتعلق بتطبيق الأساليب المعرفية في تطوير المهارات الذاتية، مما يوفر مرجعاً للدراسات المستقبلية في هذا المجال.
5. **التركيز على سياق محلي:** من خلال التركيز على محافظة ميسان كحالة دراسية، يبرز البحث الخصائص والتحديات الخاصة بالسياق المحلي، مما يساعد في تطوير استراتيجيات إرشادية ملائمة تأخذ بعين الاعتبار الجوانب الثقافية والاجتماعية الخاصة بالمنطقة.



6. التأثير على السياسات التعليمية: يمكن لنتائج البحث أن تساهم في تشكيل السياسات والبرامج التعليمية بما يخدم تطوير المهارات الذاتية للمرشدين التربويين وتعزيز البيئة التعليمية ككل.

اهداف البحث: يسعى البحث إلى تحقيق مجموعة من الأهداف المحددة والشاملة كما يلي:

1. تحديد تأثير البرنامج الإرشادي المعرفي: تقييم مدى فعالية البرنامج الإرشادي النفسي المعرفي في تحسين المهارات الذاتية للمرشدين التربويين بمحافظه ميسان.

2. تطوير المهارات الذاتية: تحديد المهارات الذاتية الأساسية التي يمكن أن تتأثر بشكل إيجابي من خلال تطبيق البرنامج الإرشادي، مثل الوعي الذاتي، التحكم في الانفعالات، الاتصال الفعال، والتفكير النقدي.

3. توجيه السياسات والبرامج التعليمية: تقديم توصيات بناءً على نتائج البحث يمكن أن تساعد في توجيه السياسات والبرامج التعليمية والتدريبية للمرشدين التربويين على المستوى المحلي والوطني.

4. المساهمة في الأدبيات البحثية: إثراء الأدبيات البحثية في مجال الإرشاد النفسي والتربوي بالدراسات والنتائج المتعلقة بتطبيق الأساليب المعرفية في تطوير المهارات الذاتية للمرشدين التربويين.

حدود البحث: (1) الحد الزمني: يكمن الحد الزمني للدراسة من بداية الشهر الثاني لسنة 2024 الى نهاية الشهر الثالث من سنة 2024 م. (2) الحد المكاني: يكمن الحد المكاني على المرشدين التربويين في محافظة ميسان حصراً.

مصطلحات البحث:

1- الأساليب المعرفية: تُعرف بأنها مجموعة متنوعة من التقنيات والاستراتيجيات التي يستعين بها الأشخاص لمعالجة المعلومات، تحليل التجارب والتعامل مع الوسط الخارجي. تستند هذه الأساليب بصورة رئيسية إلى الوظائف الذهنية كالتصور، الذكريات، التركيز والاستدلال. ضمن نطاق الإرشاد النفسي والتعليمي، تهتم الأساليب المعرفية بتحليل وتصحيح الأفكار والقناعات والتصورات غير العقلانية أو المغلوطة التي قد تؤدي إلى تأثيرات سلبية على المشاعر والسلوكيات..

2- المهارات الذاتية: المهارات الذاتية للمرشد التربوي تشير إلى مجموعة من القدرات الشخصية والمهنية التي تمكن المرشد من أداء دوره بفعالية في توجيه ودعم الطلاب. تشمل هذه المهارات



العديد من الجوانب الحيوية مثل: الوعي الذاتي - التحكم العاطفي - مهارات التواصل - التفكير النقدي وحل المشكلات - التعاطف - المرونة والتكيف .

3- المرشد التربوي: المرشد التربوي هو شخص متخصص في الأمور التربوية تتطابق به مهام متعلقة بمتابعة المتعلمين ومساعدتهم على تحسين أدائهم الأكاديمي وتنمية مهاراتهم وقدراتهم، ومعالجة أي مشاكل سلوكية أو تعليمية تظهر لديهم بالتنسيق مع الأطراف ذات العلاقة من الكوادر التدريسية والإدارات التعليمية وأولياء الأمور . (أمجد قاسم، 2021)

الفصل الثاني (الخلفية النظرية والدراسات السابقة)

أولاً: الخلفية النظرية:

1- الارشاد النفسي لدى المرشدين: هناك محاولات عديدة من قبل العلماء والباحثين النفسيين لتعريف التوجيه والإرشاد النفسي، وفي هذا الجانب إستعراضاً لهذه التعريفات:

- حسب تعريف ميللر، عملية دعم تساعد الأشخاص على تحقيق الإدراك الذاتي واتخاذ قرارات حياتية مهمة وتعديل سلوكياتهم بهدف تحقيق أهداف متقدمة ومستتيرة تسهم في تحسين مسار حياتهم .

(EW.Miller, 1981; 103)

- تعريف محمود منسي: خدمة نفسية للأفراد تساعد على بناء شخصياتهم بناءً سليماً ليصبحوا مواطنين صالحين لتحقيق أهدافهم وأهداف مجتمعهم. (محمود منسي، 1990: 32)

- تعريف أبوبكر مرسى: العملية التي تستهدف وقاية الذات وإنمائها عبر علاقة بين مرشد معد مهنيًا ويتمتع بصفات مثل الدفء والتعاطف والمرونة، وعميل ينشد إعادة التوازن والإنسجام بين جوانب هويته الذاتية والوعي بها وبالواقع وصولاً إلى علاقة متناغمة ومنسجمة، تحقق الإرتقاء النفسي والاجتماعي، ويتم ذلك عبر المقابلة الإرشادية والقياس النفسي (أبو بكر مرسى، 2002:12)

- تعريف مفيد حواشين: أنه علاقة حيوية وهادفة تتم بين شخصين وتهدف إلى غرض معين، حيث يقوم أحد الطرفين وهو المرشد على مساعدة الطرف الآخر وهو العميل حتى يعبر عن نفسه وسلوكياته مع الآخرين. (مفيد حواشين، 2005: 16)

- حسب تفسير الداهري، يشير الإرشاد إلى مجموعة من الخدمات المصممة لدعم الأفراد في فهم أنفسهم ومواجهة تحدياتهم، مع الاستفادة من قدراتهم الشخصية والفرص المتاحة في بيئتهم. يركز الإرشاد على تحقيق توافق بين الأهداف الشخصية للفرد والموارد البيئية ومتطلباتها.



(الداهري، 2005: 11) من خلال التعريفات السابقة لمصطلح الإرشاد النفسي، يتضح أن جميعها تشترك في النقاط التالية: (الإرشاد النفسي عبارة عن عملية بناءة ومخطط لها- إن الإرشاد عبارة عن خدمة نفسية يشترك فيها طرفان هما المرشد (الذي يقدم الخدمة النفسية) ومسترشد أو عميل وهو (طالب الخدمة النفسية)-الغرض الأساسي من عملية الإرشاد هو مساعدة طالب الخدمة النفسية- يمكن توجيه هذه الخدمة النفسية إلى الأفراد أو الجماعات بطريقة مباشرة أو غير مباشرة) ومن هذه النقاط يمكن للباحثة أن تستخلص تعريفاً للإرشاد النفسي وهو عبارة عن عملية بناءة ومخططة لتقديم خدمة نفسية للمسترشد سواء إن كانوا أفراد أو جماعات من قبل مرشد نفسي متخصص بغرض المساعدة في حل المشكلات، التخطيط للمستقبل، المساعدة في الاختيار وفقاً للإمكانات والمويل والاتجاهات.

2- الأساليب المعرفية لدى المرشدين التربويين: بحسب ما ذكره الزغول والزرغول (2003)، فإن الأساليب المعرفية تعبر عن الاختلافات الشخصية في كيفية إدراك الأشخاص للأحداث والسياقات الخارجية وأسلوب تفكيرهم حيال هذه المواقف. وعليه، ترتبط الأساليب المعرفية ارتباطاً وثيقاً بالوظائف الذهنية؛ إذ أن المفهوم بدأ من الفكرة التي تشير إلى أن التباين بين الأفراد لا ينبع فقط من اختلاف سلوكياتهم، بل يأتي أيضاً من تنوع العمليات العقلية التي يستخدمونها. فكل شخص طريقته المميزة في التفكير، الفهم، الذكر، التحليل، الإدراك، والترتيب وغيرها من الوظائف العقلية، مما يؤدي إلى تفرد كل فرد بأسلوبه الخاص في مواجهة وتفسير المواقف المتنوعة التي تميزه عن الآخرين. (العبيدي، 2002: 26)

3 . تصنيف الأساليب المعرفية: أورد الشرقاوي (2003م) تصنيفاً للأساليب المعرفية على النحو التالي: (الاعتماد - الاستقلال عن المجال الإدراكي - التبسيط المعرفي - التعقيد المعرفي - التحليل - الشمول - المخاطرة - الحذر. - السيادة التصورية - السيادة الإدراكي - الاندفاع - التروي - الدجماطيقية - التسوية - الإبراز - المجرّد المعقّد - العياني البسيط. - تحمل الغموض - عدم تحمل الغموض - التركيب التكاملي (التجريدي - العياني) - التمايز التصوري - البأورة - الفحص - التجميع الوصفي - التجميع التحليلي - الانطلاق - التقيد - الضبط المرن - الضبط المقيد) (البناء، 2007، ص12).

4 - المهارات الذاتية للإرشاد التربوي:

ليتمكن المرشد النفسي من أداء مهامه بفعالية، يجب أن يمتلك مجموعة من المهارات الضرورية التي تساعد في تنفيذ العملية الإرشادية بنجاح. هذه المهارات يمكن تحديدها من خلال الاطلاع



على الخطوات الرئيسية للعملية الإرشادية، وهي: بناء علاقة إرشادية متينة - تحديد وفهم المشكلة بوضوح - وضع الأهداف الإرشادية المرجوة - اختيار وتطبيق الأساليب الإرشادية المناسبة - تقييم التقدم والنتائج المحققة - إنهاء الجلسات الإرشادية بشكل مناسب.

والتساؤل المهم هنا: ما هي المهارات الخاصة المطلوبة لكل من هذه الخطوات؟ وللإجابة عن هذا السؤال، يمكننا عرض مجموعة من المهارات الأساسية للمرشد النفسي في سياق هذه المراحل: (المهارات الأساسية لتطوير علاقة إرشادية فعّالة - مهارات تحديد المشكلة "مهارات التشخيص" - مهارات مطلوبة لوضع الأهداف الإرشادية - مهارات الاتصال الأساسية للمرشد النفسي - مهارات تقويم النتائج - مهارات إنهاء الجلسات الإرشادية مع العميل)

ثانياً : الدراسات السابقة: اطلعت الباحثة على مجموعة كبيرة من الدراسات السابقة في داخل العراق وفي خارجه من خلال مراجعة المواقع والمكاتب الالكترونية والورقية وتوصلت الباحثة الى مجموعة من الدراسات التي تعد الأقرب للدراسة وهي:

1- الدراسات السابقة :

➤ اساليب التعامل مع الضغوط النفسية لدى طلبة كلية التربية الأساسية، ابتهاش هاشم رحيم، نسق، 2023، المجلد 40، العدد 3: هذا البحث يهدف إلى استكشاف كيفية تعامل طلاب كلية التربية الأساسية مع الضغوط النفسية، مع التركيز على تأثيرات كل من الجنس والتحصيل الدراسي. تتمثل الأهداف الرئيسية في: 1- التعرف على استراتيجيات التعامل مع الضغوط النفسية بين طلاب الكلية، و2- فحص وجود أي فروق معنوية في هذه الاستراتيجيات تُعزى إلى الجنس أو مستوى التحصيل الدراسي. شملت عينة البحث 50 طالباً وطالبة من أقسام الإرشاد والعلوم بالكلية، واستُخدم مقياس لاستراتيجيات التعامل مع الضغوط النفسية وضعه المطيري (2007) وتضمن 25 فقرة بعد تعديلات أُجريت وفقاً لتوصيات المحكمين. أسفرت النتائج عن وجود فروق بناءً على الجنس (ذكور وإناث) والتخصص (علمي وإنساني) في كيفية التعامل مع هذه الضغوط. بناءً على هذه النتائج، أوصى الباحث بأهمية أن يركز المرشدون التربويون على برامج إرشادية تعتمد على الأساليب المعرفية وحل المشكلات لمساعدة الطلاب على التخلص من الضغوط النفسية، بغض النظر عن مستويات التحصيل الدراسي.

➤ الفاعلية الذاتية المهنية وامتلاك المرشدين لمهارات الإرشاد وعلاقتها باتجاهات الهيئات التدريسية والطلبة نحو الإرشاد التربوي في مدارس محافظة القدس، شكري محمد طه، جامعة النجاح الوطنية، 2021: تناولت هذه الدراسة مدى امتلاك المرشدين لمهارات الإرشاد التربوي



وكفاءتهم الذاتية المهنية، ومدى ارتباط ذلك بتصورات الإرشاد لدى المعلمين والطلبة في مدارس محافظة القدس. بالإضافة إلى تحليل تأثير بعض المتغيرات، مثل المتغيرات الديموغرافية، على الكفاءة الذاتية ومهارات التوجيه وعلى مهارات واتجاهات التوجيه التربوي، يوصى أيضاً بدراسة العلاقة بين الكفاءة الذاتية المهنية للمرشدين وتمتعهم بالمهارات التعليمية. مهارات التوجيه. وضم فريق الدراسة جميع المرشدين والمعلمين من الذكور والإناث. يبين والمعلمين والطلاب من مدارس محافظة القدس وضواحيها. وتكونت عينة البحث من 209 أشخاص، منهم 51 مرشداً، و94 معلماً، و64 طالباً. وبعد جمع البيانات وتحليلها، أظهرت النتائج أن المرشدين يتمتعون بمستويات عالية من الكفاءة الذاتية المهنية والمهارات الإرشادية. كما توصلت الدراسة إلى أن كلا من المعلمين والطلاب لديهم اتجاهات إيجابية نحو التوجيه التربوي، حيث كان لدى المعلمين اتجاهات أكثر إيجابية من الطلاب.

الفصل الثالث (منهجية البحث وإجراءاته):

يشير إلى منهجية البحث وما تتضمنه من إجراءات وتصاميم تجريبية وأدوات بحثية مستخدمة مثلما يلي:

أولاً: إجراءات الدراسة: في هذه الدراسة، تم استخدام المنهج التجريبي الذي يتميز بفحص تأثير متغير مستقل على مجموعة تجريبية تُختار بشكل عشوائي وتُوضع في بيئة مُحكمة لمنع تدخل أي متغيرات أخرى. (ابو نصر، 2017: 146).

ثانياً: التصميم التجريبي للدراسة: التصميم التجريبي يشير إلى تنظيم الظروف والعوامل المتعلقة بالظاهرة قيد الدراسة بشكل منهجي، ومتابعة النتائج ضمن خطة محددة لكيفية إجراء التجربة. هذا يشمل توزيع المشاركين في التجربة إلى مجموعات مختلفة، حيث تشكل كل مجموعة وحدة متجانسة بالنسبة لأهداف التجربة، وتستهدف دراسة الفروق بين الأفراد (العفون، 2015: 172). في هذه الدراسة، تم تحديد مجموعتين، واحدة تجريبية والأخرى ضابطة، وأُجريت اختبارات قبلية وبعديّة لكلا المجموعتين، بالإضافة إلى اختبار مرجئ للمجموعة التجريبية، والجدول (1) يعرض تفاصيل هذه العملية.

الجدول 1 التصميم التجريبي

عينة البحث	المجموعة التجريبية	اختبار قبلي	البرنامج الإرشادي	اختبار بعدي	اختبار مرجئ
	المجموعة الضابطة	اختبار قبلي	بدون برنامج	اختبار بعدي	

ثالثاً: مجتمع وعينة البحث: شمل مجتمع البحث الحالي من المرشدين والمرشدات في محافظة ميسان وحيث بلغ عددهم (442) مرشد

جدول 2 اعداد المرشدين التربويين بحسب الجنس

المجموع	نوع الجنس		الموقع
	انثى	ذكر	
442	200	242	محافظة ميسان

تم اختيار المرشدين التربويين العاملين ضمن محافظة ميسان، وبلغ عدد المرشدين (442) مرشد ومرشدة تربوية، والقيام بالخطوات الآتية عند اختيار عينة البحث الحالي:

➤ تطبيق مقياس الحيوية الذاتية على عينة البحث.

➤ اختيار (26) مرشد ومرشدة من اللذين حصلوا على درجات اقل من الوسط الفرضي البالغ (96) درجة و تراوحت درجاتهن بين (32-160) على مقياس الحيوية الذاتية.

➤ توزيع المرشدين تربويين، وبشكل عشوائي إلى مجموعتين احدهما ضابطة والأخرى تجريبية بواقع (13) مرشدين تربويين في كل مجموعة، كما موضح في الجدول (3).

جدول 3 توزيع المرشدين على المجموعتين التجريبية والضابطة

عدد المرشدين	المجاميع
13	المجموعة التجريبية
13	المجموعة الضابطة
26	المجموع

لضمان التماثل بين المجموعتين، تم تحقيق التوازن بينهما في عدة عوامل وكما يأتي:

أولاً: **درجة الحيوية قبل التجربة:** وللتأكد من تكافؤ المجموعتين في متغيرات محددة تم استخدام اختبار مان ويتني. وأظهرت النتائج أن القيمة المحسوبة (47) مقارنة بالقيمة الجدولية (26)، فإن مستوى الدلالة هو (0.05)، ويدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية، مما يعني أن المجموعتين متكافئتان في هذا المتغير، وهو ما يوضحه الجدول (4):

الجدول 4 قيمة الاختبار مان وتني المحسوبة والجدولية لدرجات المجموعتين في الاختبار القبلي

الترقيم	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة يو مان وتني		مستوى الدلالة	دلالة الفرق
	الدرجة	الرتبة	الدرجة	الرتبة	المحسوبة	الجدولية		
1	73	1	74	2	47	26	0.05	غير دالة
2	77	3.5	77	3.5				
3	80	4.5	80	4.5				



				5	81	6	84	4
				8.5	87	7	86	5
				9.5	89	8.5	87	6
				9.5	89	10.5	90	7
				11.25	91	10.5	90	8
				11.25	91	11.25	91	9
				12.25	92	11.25	91	10
				12.25	92	12.25	92	11
				13.5	93	12.25	92	12
				14	94	13.5	93	13
				108	1040	102	1046	المجموع
				8.308	80	7.846	80.46	المتوسط الحسابي

سنوات الخبرة: عند فحص الفروق بين المجموعتين (المجموعة التجريبية والضابطة) لم تظهر النتائج فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) إذ كانت القيمة المحسوبة (0.277) مقارنة بالقيمة الجدولية (1.392). وهذا يعني أن كلا المجموعتين متساوية في متغير الأقدمية، كما هو مبين في الجدول (5):

الجدول 5 قيمة كولموجروف - سميرونوف لمتغير مدة الخدمة للمجموعتين التجريبية والضابطة

المتغير	المجموعة	العدد	مدة الخدمة		قيمة كولموجروف سميرونوف		دلالة الفرق
			اقل من 10	اكثر من 10	المحسوبة	الجدولية	
مدة الخدمة	التجريبية	13	10	3	0.277	1.392	غير الدالة
	الضابطة	13	6	7			

التخصص العلمي: وللتأكد من المساواة بين المجموعتين التجريبية والضابطة في التخصصات العلمية (بما في ذلك التوجيه التربوي، والعلوم التربوية، وعلم النفس وعلم الاجتماع)، تم استخدام اختبار كولموجوروف-سميرونوف. وأظهرت النتائج أن القيمة المحسوبة (0.284) تعتبر معنوية عند مستوى دلالة (0.05) مقارنة بالقيمة الجدولية (1.42). وهذا يعني أنه لا توجد دلالة إحصائية تشير إلى وجود اختلاف بين المجموعتين على هذا المتغير مما يؤكد تساويهما. كما في الجدول (6):

الجدول (6) قيمة اختبار (كولموجروف - سميرنوف) لمتغير تسلسل المرشد بين اخوانه للمجموعتين

المتغير	المجموعة	العدد	التخصصات			قيمة كولموجروف سميرنوف		دلالة الفرق
			علم الاجتماع	العلوم التربوية والنفسية	ارشاد تربوي	المحسوبة	الجدولية	
التخصص	التجريبية	13	3	4	6	0.284	1.42	0.05
	الضابطة	13	3	5	5			غير الدالة

ثانياً: أداة البحث:

1- استخدمت الباحثة في دراستها مقياس الحيوية الذاتية الذي طورته بنفسها، وهو يعد من الأدوات الحديثة لقياس مستوى الحيوية الذاتية للمرشدين التربويين. يتألف هذا المقياس من 32 بنداً، مع نظام تقييم خماسي الخيارات، حيث يمنح الخيار "تنطبق دائماً" أعلى درجة وهي 5، و"تنطبق غالباً" درجة 4، و"تنطبق أحياناً" درجة 3، و"تنطبق نادراً" درجة 2، و"لا تنطبق أبداً" أدنى درجة وهي 1، للعبارات الإيجابية. العبارات السلبية تُقيم بطريقة معكوسة من 1 إلى 5. وبالتالي، الحد الأقصى للدرجات التي يمكن للمشارك الحصول عليها على المقياس هو 160، بينما الحد الأدنى هو 32، مع متوسط فرضي قدره 96 درجة. تم استخراج صدق الاداة بأكثر من طريقة وهي (صدق الظاهري، وصدق البناء)، وتم استخراج القوة التمييزية للمقياس باستخدام طريقة (المجموعتان المتطرفتان)، وتم استخراج الثبات بطريقتين هما:

➤ معامل الاتساق الداخلي بطريقة التجزئة النصفية وقد كان مقدار الثبات (0,89).

➤ معامل الاتساق الخارجي طريقة اعادة الاختبار وقد كان مقداره (0.86)

2- تطوير البرنامج الإرشادي يبدأ بتحديد الاحتياجات، وهو ما ركزت عليه الباحثة بشكل أساسي. لهذا الغرض، نفذت الباحثة مقياس الحيوية الذاتية على عينة تتألف من 122 مرشداً ومرشدة تربوية. ووجدت أن جميع بنود المقياس تمثل احتياجات إرشادية مهمة للمرشدين المشاركين، مما دفعها إلى الاعتماد على كافة البنود في صياغة الاحتياجات الإرشادية للبرنامج الإرشادي. الجدول (7) يقدم تفصيلاً لهذه العملية.



جدول 7 المهارات الذاتية للمرشد التربوي

عنوان الجلسة	الفقرة	ت
الوعي الذاتي	تستخدم الأساليب المعرفية لفهم دوافعك وعواطفك	1-
	تساعدك مهارات التأمل الذهني في تقييم قيمك الشخصية ومعتقداتك	2-
	أن الوعي بالنفس يؤثر على قدرتك كمرشد تربوي	3-
	تستخدم تقنيات معرفية مثل التفكير النقدي لتحليل الانطباعات الأولية	4-
	فعالية الاستراتيجيات المعرفية في تحسين الوعي بالآخرين وبالذات لديك	5-
الثقة بالنفس	تؤثر الأساليب المعرفية في بناء وتعزيز ثقتك بقدراتك المهنية	6-
	تستخدم الحوار الذاتي الإيجابي كوسيلة لتعزيز الثقة بالنفس	7-
	تقوم بتحدي التحيزات السلبية لديك من خلال التفكير الموضوعي	8-
	دور الانعكاس المعرفي في تعزيز استقلاليتك وتحكمك الذاتي	9-
	تجري تقييم ذاتي لتحديد مجالات القوة والتحسين في أدائك الإرشادي	10-
التحفيز الذاتي	تستخدم الأساليب المعرفية لتحديد أهدافك وتحفيز نفسك نحو تحقيقها	11-
	استراتيجيات معرفية محددة تستخدمها للتغلب على التأجيل	12-
	فعالية الأهداف المعرفية في تحفيزك على التطوير المهني المستمر	13-
	تقيم وتعديل خططك الشخصية استناداً إلى التغذية الراجعة المعرفية	14-
	تعيد صياغة الفشل أو التحديات كفرص للتعلم من منظور معرفي	15-
المرونة النفسية	تساعدك التقنيات المعرفية على التكيف مع المواقف الصعبة أو المتغيرة	16-
	تعتمد إلى استخدام الفحص المعرفي لمعالجة الإجهاد والضغط النفسي	17-
	الطرق المعرفية التي تستخدمها لتقبل وجهات النظر المختلفة	18-
	أن الإدراك المعرفي يساهم في استعادة التوازن النفسي بعد الصدمات	19-
	تقيم استجابتك العاطفية في أوقات الأزمات من منظور معرفي	20-
مهارات التواصل الفعال	تأثير استخدام استراتيجيات التفكير المعرفي في تحسين مهارات التواصل لديك	21-
	تستفيد من النمذجة المعرفية لفهم آلية التواصل مع الآخرين بشكل أفضل	22-
	تستخدم الاستماع النشط كجزء من مهارات التواصل المعرفية	23-
	تقوم بتقييم الرسائل اللاشعورية في التواصل كجزء من العملية المعرفية	24-
	تستخدم المعارف المعرفية لتطوير طريقة تقديم الملاحظات والتغذية الراجعة	25-
حل المشكلات بكفاءة	تستخدم التفكير المعرفي النقدي في عملية حل المشكلات	26-
	تعتبر التقييم المعرفي جزءاً مهماً في وضع حلول مبتكرة للتحديات التي تواجهها	27-



28-	تلقأ إلى تقنيات مثل التجريد المعرفي لفهم جذور المشكلات
29-	تأثير الوعي بالتحيزات المعرفية في قدرتك على تقييم الحلول الممكنة
30-	تدمج المعلومات الجديدة بمعرفتك السابقة لتوليد حلول فعالة للمشكلات

وتم تنظيم عملية تصميم البرنامج الارشادي بالخطوات التالية:

أ. تحديد أهداف المشروع: الهدف العام للبرنامج هو تطوير التمكين الذاتي للمرشدين التربويين.

ب. اختيار اسلوب الارشادي: سيتم اعتماد الاسلوب المعرفي في تطوير المهارات الذاتية .

ت. اختيار تقنيات البرنامج: هذه التقنيات تتألف من سلسلة من الأساليب المعرفية التي تشرك عدة عمليات ذهنية مختلفة، تتراوح بين مستويات التنظيم من الأعلى إلى المتنوعة، وإعادة التنظيم، بما في ذلك الاستفادة من العوامل الداخلية والمؤثرات الخارجية الجوهرية المتاحة لتسهيل عملية التكيف والتعلم. (Santostefano, 1985: 176). وأعتمد البرنامج بشكل مباشر على عدد من الفنيات منها: ((تقديم الموضوع، مناقشة الموضوع، تنظيم حركة الجسم أو التحكم بالانا الجسمية، الانتباه المركز المحوري، تسجيل المجال الإدراكي وتشكيلة اللفظي، الشد والتسوية، درجة التعادل والتجانس، التدريب البيئي)).

ج. تحديد الأنشطة والفعاليات المرتبطة بأهداف البرنامج: حددت (10) اجتماعات بواقع أربعة اجتماعات أسبوعياً وخصص وقتاً للتنفيذ. الحد الأقصى للمدة المقدرة للجلسة هو (60) دقيقة وهو موضح في الجدول (8).

جدول 8 عناوين الجلسات وتواريخها

ت	الجلسات الارشادية	وقت الجلسة	تاريخ الاجراء	عنوان الجلسة
1-	الاولى	2024/3/06 الخميس	60 دقيقة	الافتتاحية
2-	الثانية	2024/3/08 السبت	60 دقيقة	الوعي الذاتي
3-	الثالثة	2024/3/10 الاثنين	60 دقيقة	الوعي الذاتي
4-	الرابعة	2024/3/12 الأربعاء	60 دقيقة	الثقة بالنفس
5-	الخامسة	2024/3/14 الجمعة	60 دقيقة	التحفيز الذاتي
6-	السادسة	2024/3/16 الاحد	60 دقيقة	التحفيز الذاتي
7-	السابعة	2024/3/18 الثلاثاء	60 دقيقة	المرونة النفسية
8-	الثامنة	2024/3/20 الخميس	60 دقيقة	مهارات التواصل الفعال
9-	التاسعة	2024/3/22 السبت	60 دقيقة	حل المشكلات بكفاءة



حل المشكلات بكفاءة	60 دقيقة	2024/3/24 الاثنين	العاشر	10-
	60 دقيقة	2024/3/26 الأربعاء	الاختبار النهائي	

د. تقويم البرنامج: سيقوم البرنامج الإرشادي من خلال:

➤ التقييم التمهيدي: يشير إلى الخطوات المبدئية التي تتخذ قبل انطلاق البرنامج، وتشمل تقييم صلاحية البرنامج، تأكيد تكافؤ المشاركين وإجراء الاختبارات الأولية.

➤ التقييم البنائي: يتمثل في تقييم مستمر يحدث في نهاية كل جلسة إرشادية، يتضمن طرح أسئلة على المستفيدين ومراقبة تقدمهم في التدريبات مع بداية كل جلسة جديدة.

➤ التقييم الختامي: ينفذ من خلال إجراء تقييم بعدي باستخدام مقياس الحيوية الذاتية على المشاركين في المجموعة التجريبية لقياس مستوى التغيير في الخصائص المدروسة.

ذ. الصدق الظاهري للبرنامج: يقصد به قيام مجموعة من الخبراء في مجالات التربية وعلم النفس بتقييم مدى مطابقة عناصر البرنامج للخصائص التي يراد قياسها، وفقاً لـ (Ebel 1972)، (79). تم عرض البرنامج على الخبراء لتقييم مدى فعالية الأنشطة والإجراءات المستخدمة في تحقيق أهداف البرنامج، حيث أجمع الخبراء بنسبة توافق عالية وصلت إلى (96%) على صلاحيته، مع مراعاة الباحثة لتوصياتهم بهدف تعزيز جودة البرنامج.

ز. تطبيق البرنامج الإرشادي: بعد انتقاء المشاركين في الدراسة، ووضع الإطار التجريبي اللازم، وتحضير الأدوات والتقنيات المطلوبة، اتخذت الباحثة الخطوات التالية لتطبيق البرنامج.

➤ تم اختيار (26) مرشداً ومرشدة تربويين بعناية من بين الحاصلين على أعلى درجات في مقياس الحيوية الذاتية. تم توزيعهم بشكل عشوائي ومتساوٍ في مجموعتين: مجموعة تجريبية تضم 13 مرشداً ومجموعة ضابطة تضم 13 مرشداً آخرين. التقت الباحثة بأفراد المجموعة التجريبية لتعريفهم بطبيعة العمل الإرشادي في البرنامج وأخلاقياته، ولإعلامهم بمكان وزمان الجلسات الإرشادية.

➤ تم تحديد عدد جلسات الإرشاد للمجموعة التجريبية عند (10) جلسات، حيث ستُعقد أربع جلسات في الأسبوع. تم طلب الحفاظ على سرية محتوى الجلسات الإرشادية.

➤ تم تحديد وقت الجلسات الإرشادية في الفترة بين الساعة (10-11) ظهراً.

➤ تم استخدام درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الحيوية الذاتية قبل بدء تطبيق البرنامج كنتائج للاختبار الأولي.



➤ تم تحديد تاريخ الخميس الموافق 06/3/2024 لعقد الجلسة الأولى، وتضمنت الجلسة ما يلي:

(تقوم الباحثة بتعريف نفسها الى المسترشدات بعد الترحيب بهن، ثم الاتفاق على موعد الجلسات ، وتوجيه سؤال للمسترشدات هل توجد مسترشدة لا ترغب في الحضور والمشاركة في الجلسات الارشادية وكان الجواب كلا، ثم تحديد موعد للاختبار البعدي على مقياس المهارات الذاتية 08/3/2024 السبت) وفيما يأتي نموذج لجلسات البرنامج إرشادية الذي أعدته الباحثة

جدول 9 الجلسة الثالثة في البرنامج الارشادي

الموضوع	الوعي الذاتي
هدف الجلسة	تهدف هذه الجلسة إلى تطوير الوعي الذاتي لدى المرشدين التربويين من خلال استكشاف أنماط التفكير، العواطف، والمعتقدات الشخصية التي تؤثر على ممارساتهم المهنية وقدراتهم على التواصل والتعاطف مع الطلاب.
الأهداف السلوكية	التعرف على أهمية الوعي الذاتي ودوره في الإرشاد التربوي.- تطوير القدرة على الاستبطان والتأمل في الخبرات الشخصية -ممارسة التقييم الذاتي للمعتقدات والقيم -تحسين مهارات التواصل العاطفي والتعاطف مع الذات والآخرين - تطبيق استراتيجيات معرفية لإدارة العواطف والتحديات.
الفنيات	استخدام تقنيات العلاج السلوكي المعرفي لتعزيز الفحص الذاتي- تقنيات اليقظة الذهنية لزيادة الوعي اللحظي بالأفكار والمشاعر - الحوار الداخلي وإعادة الصياغة الإيجابية-ممارسة النمذجة الدورية وتمثيل الأدوار .
الأنشطة المقدمة	تمارين التفكير الانعكاسي: تدوين اليوميات الذاتية ومناقشة الخبرات- تمارين التأمل الذهني: جلسات تأمل قصيرة لتعزيز الوعي بالحاضر - ألعاب الأدوار: تمثيل سيناريوهات تفاعلية لتقييم الاستجابات العاطفية والمعرفية -جلسات نقاش جماعية: تبادل الخبرات بشأن التحديات الذاتية والمهنية.
التقويم	مراجعة ذاتية ومناقشات ما بعد الجلسة لتقييم التقدم في الوعي الذاتي- استخدام استبيانات قبل وبعد الجلسة لتقييم مستوى الوعي الذاتي- ملاحظة مقدم الجلسة للتفاعلات وتقديم التغذية الراجعة البناءة.



ممارسة تدوين اليوميات الذاتية يوميا لمدة أسبوع- تنفيذ تمارين التأمل الذهني لمدة 10 دقائق يوميا-تطبيق تقنية إعادة الصياغة الإيجابية على الأفكار السلبية المعتادة -إجراء جلسة تقييم ذاتي أسبوعية لمراجعة الأهداف والتقدم -تحضير تقرير شخصي يعكس النتائج والخطوات التالية لتعزيز الوعي الذاتي.	التدريب البيتي
--	---------------------------

ولمخطط تفصيلي لمراحل التعامل مع الجلسة الثالثة الإرشادية:

المرحلة 1: التحضير والتعريف قبل الجلسة: تحضير المواد الإرشادية والتقنيات وأدوات التقويم. وتجهيز بيئة الجلسة لتكون مريحة وملهمة للمشاركين.
بداية الجلسة: الترحيب بالمرشدين التربويين والتعريف بنفسك وخبراتك. وشرح أهمية الوعي الذاتي وتأثيره على العملية الإرشادية.

المرحلة 2: تقديم الجلسة وفيها عرض أهداف الجلسة وما يمكن أن يتوقعه المرشدين منها. وتحديد القواعد الأساسية للتفاعل والنقاش خلال الجلسة. وإجراء تمرين تعارف بين المشاركين لبناء الثقة والانفتاح.

المرحلة 3: التطوير والممارسة وفيها إدخال المرشدين في تمارين وأنشطة لتعزيز الوعي الذاتي. واستخدام تقنيات مثل الحوار الذاتي، التأمل وتشجيع المشاركة والتعليم التبادلي من خلال النقاش الجماعي.

المرحلة 4: التقويم والتغذية الراجعة وفيها توفير فرصة للمرشدين لتقييم تجربتهم الشخصية خلال الجلسة. ومشاركة الملاحظات والتجارب بين المشاركين لتعميق الفهم. وتقديم تغذية راجعة بناءة للمرشدين .

المرحلة 5: الاستنتاج والخاتمة وفيها تلخيص النقاط الرئيسية والمهارات المكتسبة خلال الجلسة. والتأكيد على الخطوات القادمة وأهمية الممارسة المستمرة للمهارات الجديدة.

المرحلة 6: التدريب البيتي والمتابعة وفيها توزيع المهام أو الأنشطة التي يمكن ممارستها بعد الجلسة. والاتفاق على موعد لمتابعة التقدم وتبادل الخبرات بين المرشدين. وتوفير الموارد والمراجع التي يمكن أن تساعد المرشدين في تعميق وعيهم الذاتي.

الفصل الرابع (عرض النتائج ومناقشتها وتفسيرها)

- الفرضية الأولى: عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين درجات المجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج وبعده.

ولاختبار صحة هذه الفرضية، تم إجراء اختبار ويلكوكسون على عینتين مرتبطتين، وتحليل الفروق بين الاختبار القبلي والبعدي. وأظهرت النتائج أن القيمة المحسوبة هي صفر، وهي ذات دلالة إحصائية مقارنة بالقيمة المعيارية المعتمدة (9)، وبمستوى دلالة (0.05). مما يدل على



وجود فروق بين أفراد المجموعة التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنامج الاستشارة. ويمكن الاطلاع على تفاصيل هذه النتائج في الجدول المرفق الذي يوضحها.

جدول 9 درجات المجموعة التجريبية على مقياس المهارات الذاتية قبل البرنامج وبعده والقيم الدالة

دلالة الفرق	مستوى الدلالة	W		المتوسط الحسابي	المتوسط الحسابي	الفرق	الفرق	المجموعة التجريبية		ت
		الجدولية	المحسوبة					المتوسط الحسابي	المتوسط الحسابي	
دلالة اعتبارية للاختبار البعدي	0.05	9	0	4.3	-	4.3	-42	115	73	1
				4.3	-	4.3	-42	119	77	2
				3	-	3	-41	121	80	3
				1	-	1	-39	123	84	4
				2	-	2	-40	126	86	5
				4.3	-	4.3	-42	129	87	6
				5	-	5	-46	136	90	7
				6	-	6	-47	137	90	8
				7	-	7	-48	139	91	9
				8	-	8	-50	141	91	10
				9	-	9	-52	144	92	11
				10.5	-	10.5	-54	146	92	12
				10.5	-	10.5	-54	147	93	13
				-W75.9	W+0	75.9		1778	1046	المجموع
					-	5.84		136.77	80.46	المتوسط الحسابي

الفرضية الثانية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين درجات الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة. يستخدم اختبار ليفي لمقارنة الاختبار القبلي والاختبار البعدي لتحديد ما إذا كان هناك فرق. وأظهرت النتائج أنه بالمقارنة مع القيمة المعيارية (9)،



فإن القيمة المحسوبة (23.3) ليست ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05). ولذلك تم قبول الفرضية الصفرية مما يعني عدم وجود فرق بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي في المجموعة الضابطة. أنظر الجدول (10) لمزيد من التفاصيل حول هذه النتائج.

جدول 10 درجات المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي وقيمة (W) المحسوبة والجدولية

دلالة الفرق	مستوى الدلالة	W		رتبة السالبة	رتبة الموجبة	رتبة الفرق	رتبة الفرق	المجموعة الضابطة			ت
		الجدولية	المحسوبة					القبلي	الافتبار	البعدي	
غير دالة	0.05	9	23.3	7	-	7	-22	96	74		1
				6	-	6	-17	94	77		2
				5.5	-	5.5	-12	92	80		3
				4	-	4	-11	92	81		4
				5.5	-	5.5	-12	99	87		5
				-	1.2	1.2	3	86	89		6
				-	1.2	1.2	3	86	89		7
				1.2	-	1.2	-3	94	91		8
				1.2	-	1.2	-3	94	91		9
				1.2	-	1.2	-3	95	92		10
				2.5	-	2.5	-4	96	92		11
				2.5	-	2.5	-4	97	93		12
				3	-	3	-5	99	94		13
				23.3	23.3+	41		1130	1040		المجموع
				-W	W						
						3.15		86.92	80		المتوسط الحسابي



الفرضية الثالثة: لم يكن هناك فرق ذو دلالة إحصائية بين درجات الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية عند مستوى الدلالة (0.05).

تم إجراء اختبار صحة الفرضيات لتحديد أهمية الاختلافات بين المجموعتين الضابطة والتجريبية. وأظهرت النتائج أن القيمة المحسوبة هي صفر، وهي ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) مقارنة بالقيمة المعيارية (26). ونتيجة لذلك تم رفض الفرضية الصفرية وقبول الفرضية البديلة، مما يدل على وجود فروق بين المجموعتين بعد التطبيق، وكذلك مدى ملائمة المجموعة التجريبية. أنظر الجدول (11)

جدول (11) درجات المجموعة الضابطة والتجريبية في الاختبار البعدي وقيمة (U) المحسوبة والجدولية

ت	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة U		مستوى	دلالة
	الدرجة	الرتبة	الدرجة	الرتبة	المحسوبة	الجدولية	الدلالة	الفروق
1	115	1	96	5.5	0	26	0.05	دالة احصائياً الى المجموعة التجريبية
2	119	2	94	3.3				
3	121	3	92	2.5				
4	123	4	92	2.5				
5	126	5	99	7.5				
6	129	6	86	1.5				
7	136	7	86	1.5				
8	137	8	94	3.3				
9	139	9	94	3.3				
10	141	10	95	4				
11	144	11	96	5.5				
12	146	12	97	6				
13	147	13	99	7.5				
المجموع	1778	91	1130	48.4				
المتوسط الحسابي	136.77	7	86.92	3.723				



من خلال النتائج التي توصلت اليها الفرضيات تبين:

1. أظهرت نتائج الدراسة أن المرشدين التربويين في المجموعة الإرشادية الذين تلقوا البرنامج الإرشادي لديهم زيادة ذات دلالة إحصائية في الحيوية الشخصية مقارنة بالمرشدين التربويين الذين لم يشاركوا في البرنامج الإرشادي. وأظهرت النتائج أنه وفقاً للقيم، تغير مستوى تنمية المهارات الذاتية لدى المرشدين التربويين في المجموعة التجريبية بشكل ملحوظ، في حين لم يتغير مستوى المهارات الذاتية لدى المرشدين في المجموعة الضابطة. كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في أداء المجموعة التجريبية في الاختبار البعدي بعد تطبيق البرنامج التوجيهي. ويمكن تفسير هذه النتائج بتأثير البرنامج الإرشادي وأسلوبه المعرفي الذي يشتمل على عدد من التقنيات المعرفية المختلفة التي تساهم في تنمية المهارات الذاتية للمشاركين، كما أن التدريب الخاص الذي تلقاه أفراد المجموعة التجريبية على مدى 10 جلسات إرشادية ساهم في تعزيز التفكير المنطقي وفهم العلاقة بين الأفكار والمشاعر والسلوك. يظهر من النتائج أن فترة التدريب البالغة 10 جلسات لم تقلل من فعالية البرنامج، مما يشير إلى قوة تأثيره على المجموعة التجريبية. يبرز أيضاً أهمية أسلوب التحكم المعرفي المستخدم في البرنامج والأنشطة المتنوعة التي يتضمنها في تحقيق تطوير فعلي في المهارات الذاتية لأفراد المجموعة التجريبية الذين شاركوا في البرنامج.
2. نجاح الأسلوب (المعرفي) في تنمية المهارات الذاتية كان واضحاً من خلال الفروقات بين الاختبارين القبلي والبعدي، حيث أظهرت النتائج ارتفاعاً ملحوظاً في مستوى المهارات الذاتية. هذا يتماشى مع نظرية سانتوستيفانو التي تشير إلى أن تقنية العلاج بالتحكم المعرفي مصممة لمعالجة العديد من المشكلات لدى المراهقين والبالغين. فجميع تقنيات التحكم المعرفي تعتمد على الفكرة الأساسية التي تقول إن العمليات المعرفية تلعب دوراً حاسماً في الوظائف النفسية والنمو والسلوك.
- 3- تغيير التركيب والبناءات المعرفية غير اللفظية والعميقة التي تحدث ما يسمى بالصلابة المعرفية والجمود المعرفين، والتي لها الأثر في سلوك الفرد، وهذا ما اعتمدته الباحثة من خلال (10) جلسة إرشادية مشتقة من الاطار النظري للحياة الذاتية ومعدة وفق أدبيات التحكم المعرفي استهدفت المضامين الفكرية والمعرفية للمسترشدين وعملت على تنمية مستوى الحيوية الذاتية المرشدين، وتعتقد الباحثة بأن طبيعة عمل المرشد ودرجة توافقه تسهم في درجة نجاحه في مهنته الإرشادية، فهو بحاجة إلى الشعور بالرضا، والسعادة، والاطمئنان المستقبلي والذي بدوره يكون عاملاً رئيساً في شعور المسترشد بالراحة التي تسهم في مساعدته على تفريغ انفعالاته وما يشعر به من احباطات مما يؤدي الى تذليل الصعوبات التي تعيق ايجاد الحلول.



- 4- بعد تطبيق البرنامج الإرشادي، أبلغ المرشدون التربويون عن تحسن ملحوظ في الوعي الذاتي، مما يعكس زيادة في قدرتهم على فهم وتفسير مشاعرهم وأفكارهم، وكذلك تأثيرها على سلوكهم المهني.
 - 5- سُجل تحسن في مهارات التواصل العاطفي والتعبيري، بالإضافة إلى القدرة على الاستماع الفعال والتعاطف، مما يشير إلى تأثير إيجابي للبرنامج الإرشادي.
 - 7- أفاد المشاركون بأنهم أصبحوا أكثر قدرة على التعامل مع الضغوطات والتحديات المهنية، مما يشير إلى زيادة المرونة النفسية والصمود.
 - 8- أبلغ المرشدين عن تطوير استراتيجيات أكثر فاعلية لحل المشكلات المتعلقة بالعملية التعليمية والإرشادية، وذلك باستخدام الأساليب المعرفية التي تم تعلمها.
 - 9- بعد متابعة دورية لمدة ستة أشهر بعد انتهاء البرنامج، لاحظ الباحثون أن الإيجابيات التي نتجت عن البرنامج ظلت قائمة، مما يدل على استدامة تأثيرات البرنامج الإرشادي على المرشدين التربويين.
- التوصيات:**

- 1- تبني البرامج المعرفية بشكل دوري لتطوير المهارات الذاتية للمرشدين التربويين، وذلك نظرًا للتأثير الإيجابي الذي أظهره البحث.
- 2- التدريب المستمر وممارسة التقنيات المعرفية وتطبيقها في العمل اليومي للحفاظ على التطور المستمر في مهاراتهم الذاتية.
- 3- تعزيز الوعي بالبرامج المعرفية من خلال ورش عمل وندوات توعية لمساعدة المرشدين على فهم كيفية استخدام الأساليب بفاعلية.
- 4- التقويم والمتابعة لتقييم فعالية البرنامج الإرشادي، ولتحديد المجالات التي قد تحتاج إلى تحسين أو تعديل في المستقبل.

المقترحات:

- 1- تقترح الباحثة اجراء دراسات مقارنة اذ ان اجراء دراسات مقارنة تتناول فعالية البرامج الإرشادية المعرفية مقابل البرامج الإرشادية التقليدية في تطوير المهارات الذاتية.
- 2- اجراء أبحاث طولية اذ ان تنفيذ دراسات طولية لتتبع التغيرات طويلة الأمد في المهارات الذاتية للمرشدين التربويين نتيجة للتدخلات المعرفية.



قائمة المصادر والمراجع

1. ابو اسعد ,احمد عبد اللطيف.(2015).المقابلة في الإرشاد النفسي ,عمان: دار المسيرة.
2. أمجد قاسم (2021/7/1)، "مهام المرشد التربوي وأساليب الإرشاد التربوي"، أفاق علمية وتربوية، أطلع عليه بتاريخ 2024/2/27.
3. البناء، عادل (2007م): الأسلوب الإبداعي وعلاقته بكل من أساليب التفكير والتنظيم الذاتي الأكاديمي ومداخل الدراسة لدى طلاب كلية الهندسة. مجلة كلية التربية؛ جامعة طنطا. العدد (37)؛ النصف الثاني.
4. زهران، حامد عبد السلام، 1982، التوجيه والإرشاد النفسي، القاهرة، عالم الكتب.
5. صالح حسن الداهري (2015)، أساسيات علم النفس الإداري و نظرياته. عمان. دار الاعصار العلمي للنشر والتوزيع.
6. العبيدي، وسن ناصر محمد(2002م): لأسلوب المعرفي (التجريدي – العياني) وعلاقته بالضغط النفسية لدى طلبة جامعة بغداد، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية / ابن الهيثم، جامعة بغداد.
7. العلاق، مجيد صادق.(2008).الصعوبات التي تواجه المرشد التربوي في المدارس الثانوية من وجهة نظر المرشد نفسه، وزارة التربية: مركز البحوث والدراسات التربوية.
8. ابو نصر، مدحت محمد. 2017، مناهج البحث في الخدمة الاجتماعية، مصر، المجموعة العربية للتدريب والنشر.
9. محمود منسي، 1990، علم النفس التربوي للمعلمين، لبنان، دار المعرفة الجامعية.
10. مرسى، ابو بكر مرسى محمد، (2002) أزمة الهوية في المراهقة والحاجة للإرشاد النفسي، القاهرة، مصر: مكتبة النهضة المصرية، ط1.
11. مفيد حواشين، زيدان حواشين، (2005)، خصائص و احتياجات الطفولة المبكرة، عمان، دار الفكر.
12. Paphiopedilum Bit-O-Chocolate Paph. Sandra Mary × Paph. Funnel Jan 26 1981, Rowland Col. (E.W.Miller)
13. Santostefano, 1985 Bruno Giacosa Albesani Santo Stefano, Barbaresco DOCG, Italy.
14. Ebel, R. L. (1972). Essentials of Educational Measurement (1st ed.). Upper Saddle River, NJ: Prentice Hall.