

## الاسلوب العقلاني الانفعالي العاطفي (الس) في تنمية التفكير المزدوج لدى طلاب الجامعة

المدرس الدكتور هاشم فرحان خنجر المحمداوي

الجامعة المستنصرية / كلية التربية / قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي

## مستخلص البحث

ان الارشاد النفسي والتربوي هو شكل من اشكال التعلم ولذلك فان على المرشد (المعالج) ان يكون راغبا في تحاشي القوالب النمطية ويكون شخصا حقيقياً واصيلاً في تعامله بالعملية الارشادية وان لا يستخدم اساليب جامدة وان المرشد النفسي هو الذي لديه القدرة لان يؤس علاقة ارشادية فعالة مع المسترشدين ويحافظ على استمرارها وكذلك ان الارشاد النفسي احد العناصر المهمة في تعجيل السلوك الانساني كما اثبتت العديد من الدراسات والبرامج الارشادية نجاحها في تنمية السلوكيات الايجابية وتعديل السلوكيات السلبية، ويعد البحث الحالي محاولة علمية تضاف الى التراكم المعرفي الارشادي من خلال دراسة تنمية التفكير المزدوج لدى طلاب الجامعة هذه الشريحة المهمة ويستهدف البحث الحالي:

- ١- تعرف تاثير (الارشاد السلوكي المعرفي الانفعالي) (الس) في تنمية التفكير المزدوج لدى طلاب الجامعة المستنصرية وقد بلغت عينة تطبيق المقياس (١٠٠) طالبا اما عينة البحث التجريبية بلغت (١٢) طالبا وقسمت على مجموعتين مجموعة تجريبية تكونت من (٦) طلاب ومجموعة ضابطة تكونت من (٦) طلاب وقد تبني الباحث مقياس العامري (٢٠١٣) كاداة للتعرف على طلاب الجامعة من خلال تطبيق مقياس التفكير المزدوج اما لاداة الثانية هي بناء برنامج ارشادي على وفق نظرية (الس) الذي تالف من (١٢) جلسة ارشادية واعتمد الباحث المنهج التجريبي في البحث وخرج بالنتائج الاتية.
- أ. ان طلاب الجامعة يمتلكون تفكيراً مزدوجاً ضعيفاً اقل من الوسط النظري للمجتمع.
- ب. ان الاسلوب الارشادي العقلاني الانفعالي (الس) له تاثير عند مستوى دلالة (٠,٠٥) في تنمية التفكير المزدوج للمجموعة التجريبية.

وقد خرج البحث بعدد من التوصيات منها ضرورة الاهتمام والتركيز على التفكير المزدوج وتنميته اكثر لدى طلاب الجامعة من خلال الارشاد الجامعي لهم فضلا عن مقترحات منها اجراء دراسة على عينات اخرى كطالبات الجامعة والمراحل الدراسية الاخرى كالمرحلة الاعدادية او المتوسطة.

## الفصل الاول

## اهمية البحث والحاجة اليه:-

ان التفكير المزدوج هو وسيلة لفهم الاخرين وحماية النفس من مشاعر القلق الاساس ،فامكانية الفرد على تحمل التناقض بينه وبين الاخرين سوف يتجنب الازدي والالم والصراع معهم، مما يؤدي الى زيادة قدرة الفرد للتعامل مع الازمات بطريقة مرنة(Lacan,2007,P.20)، ويرى روتر ان الناس يجهدون انفسهم في التفكير المزدوج من اجل زيادة الاثبات وتجنب العقوبة،مما يعني ان الشخص ذوي التفكير المزدوج عندما يوفر القدر الكافي من العواطف والعلاقات الاسرية والعلاقات مع الاخرين يصبح قادرا على التأثير فيهم Rentfrow & Gosling,2003,P.78، بينما اكد روجرز ان الفرد ذو التفكير المزدوج وان كانت له القابلية على التقبل غير المشروط فانه يتصف بالقابلية على التفاعل والانفتاح على الذات والاخرين والوعي بالذات وامكاناتها وحدودها والميل للتعبير والاتقان والسعي لتحقيق النمو الشخصي وانه كلما كان الفرد اكثر قابلية على استعمال التفكير المزدوج كان دليلا على صحته النفسية وبالتالي انخفاض القلق والتوتر وزيادة التقبل غير المشروط(مالهي وآخرون، ٢٠٠٥، ص١٥٦)،

واشارت العديد من الدراسات ان النسبة العظمى من حالات سوء التوافق النفسي والاجتماعي يعود سببها الى ضعف التفكير المزدوج لدى الافراد في التعامل مع المشكلات التي تواجههم في حياتهم حيث اظهرت نتائج دراسة(Clive,1993) الى وجود علاقة عكسية بين حل المشكلات والعدوان فكلما كان الفرد اكثر ضعفاً في حل المشكلات كان اكثر عدوانا واقل استعمالا للتفكير المزدوج (Clive,1993,P.205)، ودراسة (Nouta,2004) ان الشخص ضعيف التفكير المزدوج هو انسان منغلق على نفسه نتيجة تعامله مع فكره واحدة لأنه يرى في هذه الفكرة قيمة قصوى وقد يكون هذا نتيجة لضعف اطلاعه وضعف ثقافته، كما يشعر انه ليس بمقدوره ان يتعايش مع افكار الاخرين، ولا يجد بين افكاره وافكار الاخرين اي وجه من اوجه التواصل والالتقاء،وبين سبنسر(Spencer) في كتابه (مبادئ علم النفس) ان الوظيفة الاساسية للتفكير المزدوج هو تمكين الفرد من التكيف السليم مع بيئته المعقدة والدائمة التغير، ولهذا يجب ان يساير التفكير المزدوج في مرونته وتعقيده للبيئة المحيطة به، وكذلك بين ويمدي(Wimde,2002) في دراسته ان هناك فروقا فردية لدى الافراد في التعامل مع متناقضات المجتمع البشري، فبعض الافراد لديهم قدرة اكبر من غيرهم على تحمل المتناقضات وتقبلها من دون قلق او صراع كبير، بينما بعضهم الاخر كانوا ذوي استجابة متطرفة في تجسيم المتناقضات، فهم يرون الامور اما سوداء او بيضاء وفسر استجاباتهم هنا كانت ضعيفة لا يوجد فيها ذلك التنوع الذي يوجد عادة لدى من هم بعمرهم (92-63, Wimde, 2002)، ويجب ان يكون طلبة الجامعة لهم النصيب الاكبر من ذلك الاهتمام والرعاية كونهم من الشرائح المهمة للمجتمع والذين يسهمون مستقبلا في بناء المجتمع وتقدمه وازدهاره وهم من يتحمل المسؤولية مستقبلاً في النهوض والبناء

والتنمية، وان طلبة الجامعة هم ثروة وطنية وهم بحاجة لاستثمار قدراتهم لطبي يسهموا في ذلك التطور، فضلا عن ذلك تعد الجامعة الخلية المكملة في تكوين السلوك الانساني والركيزة في التفاعل الاجتماعي وتعد الجامعة من اهم المؤسسات واكثرها تأثيرا في حياة الشباب الجامعي اصبحت اهمية البرامج الارشادية علما وفناً وله مناهج وخطط وتعددت اساليب الارشاد تبعا لتعدد النظريات الارشادية فضلا عن تنوع المشكلات التي يواجهها الفرد وتكون تلك البرامج نمائية ووقائية وعلاجية وهي تعالج مشكلات الفرد بالأساليب العلمية، وان البرنامج الارشادي هو برنامج منظم ومخطط له. يقدم على اسس علمية فالتخطيط صفة اساسية للبرنامج الارشادي لتحقيق الاهداف المتوخاه من اعداد ذلك البرنامج.

وان الأنشطة والفعاليات التي يقدمها المرشد الى مجموعة من الافراد لغرض تحقيق اهداف تلك البرامج اذ انها من الممكن ان تستثير الطلبة وتحفزهم للانتباه والتركيز الموضوعات التي تعرض عن طريق الجلسات الارشادية على وفق احتياجاتهم، وان الارشاد يمثل احد المجالات التطبيقية لعلم النفس الذي يهدف الى سعادة الانسان وفهم افضل لدوره ونحو سلوك اكثر فاعلية، ويؤكد(مونرو، ١٩٧٩) اهمية الارشاد والبرامج الارشادية لا يمانه بان لدى الافراد حاجات اساسية لا يستطيعون تحقيقها الامن خلال الارشاد فهم يحتاجون الى المساعدة المباشرة لفهم الذات والتوافق النفسي الاجتماعي (الشمري، التميمي، ٢٠١٠، ص ٥٢-٥٣).

ولان العملية الارشادية ينصب اهتمامها بتعديل افكار الافراد ومشاعرهم وسلوكهم نحو ذواتهم ونحو الاخرين والمجتمع الذي يعيشون فيه فنقول ان الفرد الذي يمر بخبرة الارشاد النفسي الناجحة يمر بخبرة نحوه وارتقاء نفسي ناجح في الوقت نفسه(ابو النصر، ٢٠٠٩، ص ١٥٢)، وتعد البرامج الارشادية من البرامج المهمة التي تقدم للمسترشد والخاصية الرئيسية لها هي مساعدة الافراد على احداث تغيرات في بيئاتهم الشخصية والاجتماعية، وتكمن اهمية هذه البرامج لدى الشريحة المهمة في المجتمع وهم طلاب الجامعة كونهم قادة المستقبل (الداهري، ٢٠٠٥، ص ٢٧).

#### اهداف البحث

##### يستهدف البحث الحالي:

١. تعرف تأثير الاسلوب (العقلاني الانفعالي العاطفي (الس)) لتنمية التفكير المزدوج لدى طلاب الجامعة وذلك من خلال اختبار الفرضيات الاتية:
  - لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبار القبلي والبعدي على مقياس التفكير المزدوج لدى طلاب المجموعة الضابطة عند مستوى دلالة ٠,٠٥.
  - لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس التفكير المزدوج لدى طلاب المجموعة التجريبية عند مستوى دلالة (٠,٠٥).

- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارين البعديين على مقياس التفكير المزدوج للمجموعتين التجريبية والضابطة عند مستوى دلالة (٠,٠٥)

#### حدود البحث

يتحدد البحث الحالي بطلاب الجامعة المستنصرية، كلية التربية للعام الدراسي ٢٠١٤-٢٠١٥ الدراسة الصباحية.

#### تحديد المصطلحات

اولاً: التفكير المزدوج **Double Thinking** وعرفه كل من:

١. اليس (Ellis,1977)

قابلية الفرد على تبادل الافكار المتناقضة مع الاخرين والتغلب على الصعوبات ومواجهتها ولدية المرونة المعرفية والنفسية والسلوكية، ويتمتع بإمكانية ضبط سلوكه وتغيير حياته وتطويرها نحو الافضل (Ellis,1977, P222).

٢. جورج **George** (١٩٨٤)

"قدرة الفرد على حمل الفكرة ونقيضها واعتبارها صحيحتين في الوقت نفسه (George,1984,P.72).

٢. كولمان ١٩٩٥

قدرة الشخص على تحمل الافكار المتناقضة في مواقف مختلفة وقدرته على التحكم بنفسه عند مواجهة المشكلات ويتعامل معها بطريقة مقبولة ويتخطى العقبات ويدرك مسؤولياته ويفهم انفعالات الاخرين (Goleman,1995,P.13).

٣. **Brown 2001**

ارادة الفرد المعرفية لتحمل الافكار والطروحات التي تتعارض مع منظومته المعرفية (Brown,2001,P.33).

٤. **Wimde (2002)**

قدرة الفرد على تحمل فكرتين متناقضتين وتقبلهما بمرونة في مواقف مختلفة بغية تحقيق افضل النتائج فيها (wimde, 2002,P.117).

#### ٥. التعريف النظري

قد تبني الباحث تعريف (الس ١٩٧٧) تعريفاً نظرياً.

#### ٦. التعريف الاجرائي

الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب على مقياس التفكير المزدوج المتبنى في هذا البحث.

ثانيا: البرنامج الإرشادي **Commseling program** وعرفه:

١. (التميمي والشمري، ٢٠١٢)

هو برنامج منظم ومخطط له يقدم على اسس علمية فالتخطيط صفة اساسية من صفات البرنامج الارشادي ويوجد طرق عديدة لأعداد البرنامج الارشادي لتحقيق الاهداف المتوخاة من اعداده (التميمي والشمري، ٢٠١٢، ص٤٧).

٢. التعريف الاجرائي لاسلوب العلاج العقلاني الانفعالي العاطفي(الس) "هو مجموعة الانشطة والفعاليات (التخيل المنطقي الواقعي، لعب الادوار، المناقشة، تنفيذ الافكار، الواجبات المنزلية، تبادل الافكار، احترام الذات، التفسير، استخدام المرح، تقبل المخاطر، تقبل الذات، التوجيه الذاتي). (Gerald corey,2011, P.363-367).

### إطار النظري

يعد التفكير من العوامل الاساسية في حياة الانسان فهو الذي يساعده على تقدم الحياة كما يساهم في حل الكثير من المشكلات النفسية والتربوية والاجتماعية والانفعالية ومن خلال التفكير يستطيع الانسان التحكم والسيطرة على امور عدة في حياته كونه عملية عقلية عليا والانسان يولد ولديه آلة التفكير وهي العقل الذي يعطي اوامره مباشرة الى الاحاسيس والحركات الداخلية والخارجية للبقاء على الخبرات السارة، لذلك يجب ان يتدرب الفرد على مهارة التفكير المزدوج (عبد العزيز، ٢٠٠٩، ص٢٣).

والتفكير سلوك متعلم يتضمن الخبرات التي مر بها الفرد وتشكلت منه بنيته المعرفية وهذه الخبرات قد جرى تعزيزها ويستطيع الفرد استعمالها عندما تصادفه مواقف ومثيرات يتعرض لها (العنابي، ٢٠٠٤، ص٥١) وكما اكد روجرز في نظريته فوضح اهمية مفهوم التقبل غير المشروط اي ان يتقبل الافراد تفكير الاخرين وان كان يتعارض مع تفكيرهم، اي يتقبلونهم كاشخاص لهم قيمتهم واتجاهاتهم اي كلما كان الفرد اكثر قدرة على استعمال التفكير المزدوج كان اكثر قدرة على التقبل غير المشروط(باترسون، ١٩٩٠، ص٤١٢)، فالفرد ذو التفكير المزدوج وان كانت له القدرة على التقبل غير المشروط فانه يتصف بالقدرة على التفاعل والانفتاح على الذات والاخرين، وانه كلما كان الفرد اكثر قدرة على استعمال التفكير المزدوج كان دليلا على صحته النفسية (مالهي واخرون، ٢٠٠٥، ص١٥٦).

ان الافراد ضعيفي التفكير المزدوج يتصفون بافكار جامده ويميلون الى التعصب والتسلطية وعدم التسامح والعدوان والانغلاق على انفسهم نتيجة تعاملهم مع فكرة واحدة وقد يكون هذا نتيجة عدم اطلاعهم وضعف الثقافة كما ليس بمقدورهم ان يتعاملوا مع افكار الاخرين ولايوجد تواصل بينهم او التقاء كما لاتوجد مساحة مرنة من التفكير، كما لاتوجد مساحة مرنة من التفكير تتيح له ان يتقبل او يختار من هذه الافكار (Nautam, 2004,P114)، واوضحت دراسة (Loury,2006) ان غالبية

الناس يفكرون بنمطية عندما يتعاملون مع المشكلات التي تواجههم مما يترتب على ذلك من اخطاء الاعتقاد بصحة فكرة واحدة والانغلاق الفكري والتصلب والابتعاد عن الاصاله والثقة المفرطة بالنفس وتعجل الاحكام وضعف التجريد وغياب لغة التواصل مع الاخر وبالتالي ضعف التفكير المزدوج (Loury,2006,P.15) استنتج (Thamas,1999) من دراسته ان التفكير المزدوج يؤدي الى ارتفاع السعادة والكفاءة في التعامل مع البيئة المحيطة بالفرد اذ يوجد نوعاً من الموازنة بين التفكير المزدوج والانفعال فحين يرتفع احدهما ينخفض الاخر، وكلما كان الفرد اكثر تحملاً للمتناقضات كان اكثر كفاءة فالعمل الابداعي يرتفع بشكل كبير عندما ينخفض التوتر الانفعال(Thamas,1999,P.143). واطهرت دراسة (Biggs,2002) ان هناك علاقة بين كفاءة الذات والتفكير المزدوج، فكلما كانت الذات كفوءة في القدرة على ادارة المواقف ذات الطبيعة المتشعبة كان ذلك مؤثراً على استعمال التفكير المزدوج بكفاءة عاليه، وكلما كانت الذات غير كفوءه في القدرة على ادارة هذه المواقف كان ذلك مؤشراً على استعمال التفكير المزدوج بكفاءة واطنه (Biggs,2003,P202)، اما دراسة (Debine,2003) اشارت ان غالبية الافراد يفكرون بطريقة عادية وبسيطة فيقعون في اخطاء التفكير منها التحيز في الحكم والتمركز حول الذات، والعجرفة والغرور والتطرف (Debon,2003,P.39).

وايضا اشارت دراسات اخرى عديدة الى ان التفكير المزدوج العالي يؤدي الى حل فاعل وناجح لجميع المشكلات التي تواجه الافراد واكدت ايضا ان التفكير المزدوج الضعيف يؤدي الى التعامل مع هذه المشكلات باساليب سطحية وخاطئة، وكذلك يرتبط بازياد الحالات المرضية والاضطراب النفسي نتيجة حالة اليأس التي يصاب بها الفرد الذي يوصي اليه بالعجز والفشل ويكون متشاءماً في نهج تفكيره (عبد العزيز، ٢٠٠٩، ص ٤٣).

اسباب ضعف التفكير المزدوج

١- الاستنتاج الاستدلال الاعتباطي: يعني وصول الفرد الى استنتاجات خاطئة لعدم وجود بيانات كافية.

٢- التجريد الانتقائي: يركز الفرد على تفاصيل ذات طبيعة سلبية ويتجاهل المظاهر الايجابية فيركز لاعب كرة القدم الذي نجح نجاح كبير على خطأ واحد حصل عنده.

٣- التعميم الزائد: يستخلص الفرد قاعدة او فكرة على اساس خبرة او حادث معين وتعميمها على مواقف واحداث اخرى غير مماثلة (ابو اسعد وعربيات، ٢٠٠٩، ص ٢٣).

٤- التضخيم والتهويل.

٥- التفكير الاحادي الرؤية.

٦. التفكير القائم على الحتميات.

٧-التفكير الكوارثي.

٨- التفكير القائم على المقارنة (الفي، ٢٠٠٦، ص ٥٨-٦٠).

ويعتقد (ألس) ان ضعف قابلية الفرد على تحمل الافكار المتناقضة كمن ينظر الى قضية ما بعين واحدة، وان طريقة تفكير الفرد هي السبب في اختلاله وتعود الى البناء المعرفي للشخص الذي هو نتاج لعوامل عديدة كالتنشئة الاجتماعية وتفسيرات الاخرين وكذلك يرى(الس) ان غالبية الناس يتعرضون للمواقف والمشكلات ذاتها الا ان نسبة معينة منهم من تستقر لديهم تلك المشكلات وتترسخ وتتحول الى اضطراب بالنهاية نتيجة انغلاقهم على فكره واحدة ومن هنا فان المشكلة برأية ليست في المشكلة نفسها وانما بالطريقة التي ينظر بها الى المشكلة التي تعكس طبيعة تفكيرنا وتفسيرنا للموضوعات ويوصف(الس) الشخص ذو التفكير المزوج ان لديه القابلية على تبادل الافكار مع الاخرين ويحترم ذاته من خلال احترام الاخرين له وفقرة ارادته في التغلب على الصعوبات ومواجهتها ولدية المرونة المعرفية (Ellis,1977,P222).

### البرنامج الارشادي: Counseling program

ان الارشاد النفسي يمثل احد المجالات التطبيقية لعلم النفس الحديث الذي يهدف الى تحقيق سعادة الانسان وتطوره فهو يساعد الناس على الوصول الى افضل الخيارات كونه عملية تعلم ونمو للشخصية ويرى (ارثر، ١٩٦٣).

ان الارشاد النفسي عملية تعلم تنفذ في جو اجتماعي يتصف بالمرونة الهدف منه احداث تغير في السلوك الانساني الى الاحسن، ويؤكد (مونر، ١٩٧٩) اهمية الارشاد لايمانه بان لدى الافراد حاجات اساسية لا يستطيعون تحقيقها الا من خلال الارشاد، ويرى(كرومبولتز، ١٩٦٥) ان الارشاد يتكون من أنشطة قائمة على اساس اخلاقي يتخذها المرشد لمساعدة المسترشد، وهذا ما دفع رجال التربية الى الاهتمام بالعملية الارشادية واصبحت علما له مناهجه واسسه وخططة وتعددت مناهجه واساليبه تبعاً لتعدد النظريات الارشادية فضلا عن تعدد المشكلات التي يواجهها الفرد وتسعى البرامج الارشادية فضلا عن تعدد المشكلات التي يواجهها الفرد وتسعى البرامج الارشادية للحد من تلك المشكلات او التحقيق منها وفقا لاساليب علمية وتقنية تعمل على تنمية ميوله واتجاهاته وتواقفه مع بيئته (الشمري والتيمي، ٢٠١٢، ٥٣-٥٤).

### واوضح (Ellis, 1987)

ان الافراد الذين يمتلكون التفكير المزوج يواجهون الاحداث التي يتعرضون لها كل يوم بتفضيلات ورغبات للاداء بنجاح ولكسب تاييد الناس المهمين والسيطرة على انفسهم وقادرين على التعامل مع الاحداث (Ellis,1987,P367).

ويجعل التفكير المزوج الفرد ضابطاً لانفعالاته ويساعده على الاحتفاظ بسلوك متوازن مما يسهل عليه التخطيط للمستقبل، ويرى (اليس) ان الافكار اللاعقلانية هي التي تؤدي الى ضعف هذا النوع من التفكير المزوج ومن اهم هذه الافكار هي:

١- يجب ان يكون الشخص محبوبا ومقبولا من قبل الاشخاص المهمين في حياته.

- ٢- يعتقد (الس) بتعين عليه ان يكون كفوءا ومنافسا ومكتملا وقادرا على الانجاز .
- ٣- ان الحياة تصبح مرعبة ولا تطاق اذا لم تسري الامور كما تشتهي وتتمنى .
- ٤- ان سبب الصعوبات النفسية التي يواجهها الانسان هي الظروف الخارجية التي لا يستطيع الانسان التحكم بها او السيطرة عليها (ابو اسعد، عربيات، ٢٠٠٩، ص ٢٠٨-٢٠٩).
- ٥- ان على الانسان ان ينشغل ويهتم بالاشياء الخطره وان يشعر بضيق شديد (زهران، ٢٠٠١).
- ٦- ان من السهل على الانسان ان يتجنب مواجهة صعوبات الحياة والمسؤوليات الشخصية لا ان يواجهها ويحاول تنظيم ذاته .
- ٧- يجب ان يعتمد الشخص على اشخاص اخرين اكثر خبرة يساعده على تحقيق اهدافه بنجاح .
- ٨- يجب ان يكون الفرد فعالا ومنجزا بشكل يتصف بالكمال .
- ٩- تقرر الخبرات والاحداث الماضية سلوكنا الحاضر .
- ١٠- ينبغي ان ينزعج الفرد لما يصيب الاخرين من مشكلات واضطرابات .
- ١١- هناك حل مثالي وصحيح لكل مشكلة وهذا الحل لا بد من ايجاده والا فالنتيجة تكون مفعجة .  
(الخوaja، ٢٠٠٩، ص ٢٨٢-٢٨٤).
- وان العلاج العقلاني الانفعالي يعتمد على تحليل افكار المسترشد وتفنيدها وتوضيح غير المنطقي منها وبيان ما يمكن ان يكون منطقيًا وتعليم المسترشد افكارا اكثر عقلانية وهذا كله يعتمد على دور المرشد في تفسير هذه الجوانب ويستخدم المرشد في هذا النوع من العلاج العقلاني الانفعالي مجموعة من الاساليب المعرفية والانفعالية السلوكية منها
- اولا: الطرق المعرفية Cognitive methods:** والتي تشمل التعلم والتوجيه وتفنيد الاستجابات غير الواقعية ووفق الافكار وتفنيد الافكار، وكذلك يمكن للمرشد ان يزود المسترشد مجموعة من الاساليب مثل ارشاده كيفية التعبير عن نفسه بهدوء .
- ثانيا: الاساليب او الطرق الانفعالية Emotin emethods:** ومنها اسلوب التقبل غير المشروط واسلوب لعب الدور والنمذجة واسلوب المرح التي تساعدهم على اظهار انفسهم والتعرف على المشاعر السلبية لديهم .
- ثالثا: اساليب العلاج المستخدم في العلاج العقلاني،** ومنها الواجبات المنزلية النشطة التي يكلف بها المسترشد من قبل المرشد مثل التعرف على الافكار غير المنطقية وتدوينها، واساليب الاشراف الاجرائي مثل التعزيز، واسلوب الاسترخاء، واسلوب التخيل (الشناوي، ١٩٩٤، ١١٤-١٢٠).
- ومن اهداف الارشاد(العلاج) عند (الس) هو تقليل نزعة هزيمة النفس عند المسترشد والوصول الى فلسفة حياته اكثر واقعية وهناك هدفان اساسيان وهي .
- أ. تقليل قلق المسترشد .
- ب. تعليم المسترشد طريقة لمراقبة نفسه وملاحظاتها وتقديرها وهناك اهداف ايجابية منها

١. تكوين اهتمام ذاتي مستنير يعترف بحقوق الآخرين.
٢. تنمية التوجيه الذاتي والاستقلالية الذاتية والمسؤولية والالتزام.
٣. تقبل الاشياء غير المؤكدة والمرونة والانفتاح على التغيير والتفكير العلمي.
٤. تقبل المخاطر او الرغبة في تجريب اشياء جديدة وتقبل الذات واللامثالية (ابو اسعد، وعربيات، ٢٠٠٩، ص ٢٢٢).

### الفصل الثالث

#### منهجية البحث واجراءاته

تعد البحوث التجريبية من ادق البحوث علمية اذ يمكن ان تستعمل الفضيات الخاصة بالسبب والنتيجة وقد اتبع الباحث المنهج التجريبي في تحقيق هدف البحث وفرضيته وان اختيار التصميم التجريبي احد عوامل نجاح التجربة لتحقيق الهدف وفرضيته.

#### اولاً: التصميم التجريبي:

يقصد بالتصميم التجريبي وضع الهيكل الاساس للتجربة والاختبار السليم لها وبضمن الوصول الى نتائج يمكن ان يعول عليها للتحقيق من الفرضية (الزوبعي وآخرون، ١٩٨١، ١٠٢) والشكل (١) يوضح ذلك، لذا اعتمد الباحث تصميم المجموعتين الضابطة والتجريبية ذات الاختبار البعدي والقبلي

الاختبار البعدي	المتغير المستقل	الاختبار القبلي	المجموعة التجريبية
	العلاج العقلاني الانفعالي		المجموعة الضابطة
	—		

الشكل (١) التصميم التجريبي المستخدم في البحث

#### ثانياً: مجتمع البحث

اشتمل مجتمع البحث طلبة التربية الجامعة المستنصرية للعام الدراسي ٢٠١٤ / ٢٠١٥ الدراسة الصباحية والجدول (١) يوضح ذلك

ت	القسم	ذكور
١	علوم الحاسبات	٣٦٩
٢	علوم رياضيات	٢٩٨
٣	فيزياء	٢٣٣
٤	اللغة العربية	٢٦٠
٥	الارشاد النفسي والتوجيه التربوي	١٨٤

١٦١	العلوم التربوية والنفسية	٦
٣٢٢	علوم القرآن	٧
٣٨٤	التاريخ	٨
٣٠٥	الجغرافية	٩
٢٥١٦	المجموع	

### عينة البحث

- ان عملية اختيار عينة البحث من العمليات التي يتوجب فيها اتباع خطوات عملية في اختيارها.
١. عينة التطبيق: طبق الباحث مقياس التفكير المزدوج المتبني لاغراض البحث العلمي الحالي على عينة مكونة من (١٠٠) طالبا من طلال قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي من طلاب المرحلة الثانية والثالثة.
  ٢. عينة التجربة: اختيار الباحث (١٢) طالبا من الذين حصلوا على درجات قريبة من الوسط الحسابي على مقياس التفكير المزدوج والذين تزاوجت درجاتهم بين (٩٥-٩٨) وقد عدوا ان لديهم ضعف في التفكير المزدوج بدرجة قريبة من الوسط الحسابي وقد تم توزيعهم عشوائيا (الطريقة العشوائية البسيطة) داخل كيس مثالي قسموا الى مجموعتين مجموعة تجريبية بواقع (٦) طالبا ومجموعة ضابطة بواقع (٦) طالبا وتوخيا للدقة فقد قام الباحث باجراء التكافؤ للمجموعتين في المتغيرات الاتية:
    - أ. الاختبار القبلي لمقياس التفكير المزدوج.
    - ب. العمر الزمني للطلاب تراوح بين ٢٠-٢٢ سنة

### رابعاً: اداتا البحث:

- تحقيقاً لأهداف البحث وفرضيته تطلب وجودا اداتين هما
١. مقياس التفكير المزدوج ٢. البرنامج الارشادي.
- المقياس التفكير المزدوج: بعد الاطلاع على الادبيات والدراسات السابقة التي لها علاقة بموضوع الدراسة الحالية وجد الباحث ان مقياس التفكير المزدوج لـ(العامري، ٢٠١٣) هو مقياس مناسب ويمكن ان يعتمد في البحث للأسباب الاتية:
- أ. انه مقياس حديث عام(٢٠١٣).
  - ب. اعتمد في بناءه على اسس عملية.
  - ج. تم تطبيقه على عينة طلبة الجامعة المستنصرية التي اختارها الباحث لتطبيق البرنامج الارشادي فيها

## وصف مقياس التفكير المزدوج:

يتألف المقياس من (٣٤) فقرة موزعة على اربع مجالات هي (تبادل الافكار، المرونة الفكرية، المرونة النفسية، ضبط السلوك) وان المدى النظري للمقياس يمثل ادنى درجة (٣٤) واعلى درجة (١٧٠) والوسط الفرضي (١٠٢).

## التطبيق النهائي:

تم تطبيقي المقياس على عينة مكونة (١٠٠) طالبا من طلبة كلية التربية بالطريقة الطبقيّة العشوائية ذات الاختبار المتساوي ومن التخصص الانساني (قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي) وبواقع (٢٥) طالبا من المرحلة الاولى و(٢٥) طالبا من المرحلة الثانية و(٢٥) طالبا من المرحلة الثالث و(٢٥) طالبا من المرحلة الرابعة وقد وضع الباحث رقم على كل استمارة مقياس لمعرفة اسم الطالب بعد ذلك من قائمة الاسماء المزودة من القسم وبعد تفريغ البيانات تم حساب الوسط الحسابي للعينة اذ بلغ (٩٨) درجة وبانحراف معياري قدرة (-٢٠,١١٠) وعند مقارنة الوسط الحسابي بالمتوسط النظري البالغ (١٠٢) وباستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة ظهرت القيمة التائية المحسوبة (-٤,٣٢) وعند مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (١٩٨) وعند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٩٩) تبين ان طلاب الجامعة لديهم تفكير مزدوج اقل من الوسط وقد سعى الباحث لتنمية التفكير المزدوج لديهم من خلال البرنامج الارشادي في البحث الحالي.

## ٢. البرنامج الارشادي:

وجد الباحث ان الاسلوب العقلائي الانفعالي السلوكي المستند الى نظرية (البرت الس) والذي اثبت فاعليته في تنمية وتعديل عدد من المشكلات النفسية التي تعرضت اليها المسترشدين وقد تم اتباع اهداف النظرية كخطوات للبرنامج الارشادي وكما موضح.

دور المرشد في العملية الارشادية: العلاج العقلائي الانفعالي (الس)

ان الانسان كائن عقلائي ولديه القدرة على تجنب التماسه عن طريق تعلم التفكير المنطقي وان مهمة المرشد هي مساعدة المسترشد على التخلص من الافكار اللامنطقية والاستعاضة عنها بافكار منطقية وواجب المرشد ايضا ان يعرف المسترشد كيفية التفكير العقلائي والتفكير المزدوج واعادة تنظيم افكاره ومدركاته من خلال الافكار التعرف على افكار المسترشد وتنمية الافكار الايجابية وتلخيصه من الافكار غير المنطقية من خلال التفكير العلمي وعن الاساليب الارشادية التي قدمها الس:

١. الاساليب الادراكية المعرفية كدحض الافكار غير العقلائية.

٢. اسلوب الواجبات الادراكية من خلال استخدام المرح اثناء الجلسات الارشادية والهدف من ذلك هو محاولة اخراج المسترشد من الجدية المبالغ فيها وان المرح يساعده على ان يكون اكثر قدرة على التفكير المنطقي الواعي.

٣. الاساليب الوجدانية ومنها التخيل العاطفي العقلاني وهو عبارة عن عملية عقلية تساعد المسترشد على تخيل التفكير المنطقي والسلوك والمشاعر ثم محاولة تطبيق ذلك واقعا في الحياة ومنها استخدام القوة الحزم من خلال مساعدتهم على الاستبصار العقلي والوجداني وانشاء حوارات مع الذات من شأنها ان تساعدهم على اكتشاف الافكار الخاطئة (ابو سعد وعريبات، ٢٠٠٩، ص ٢١٥-٢٢٠).

### الصدق الظاهري للبرنامج:

بعد انتهاء الباحث من اعداد جلسات البرنامج الارشادي بصيغته الاولى والمتكونة (١٢) جلسة ارشادية والتي هدفت لتنمية التفكير المزدوج لدى طلاب الجامعة المستنصرية تم عرضة على مجموعة من الاساتذة المختصين بالإرشاد النفسي والبرامج الارشادية\* وبعد الاطلاع على اراء الاساتذة المحكمين تبين انهم جميعا وافقوا على جلسات البرنامج الارشادي مع بعض الملاحظات التي ابدوها وقد تم الاخذ بها واصبح البرنامج الارشادي جاهز للتطبيق .

### تطبيق البرنامج الارشادي:

بعد اختيار عينة التجربة وتوزيعها على مجموعتين تجريبية وضابطة وتحديد التصميم التجريبي قام الباحث بالاجراءات الآتية.

وتم الاتفاق مع افراد المجموعة التجريبية على تطبيق البرنامج الارشادي بواقع ثلاث جلسات اسبوعيا الاحد والثلاثاء والخميس من كل اسبوع وفي الساعة الواحدة ظهرا بعد الانتهاء من الدروس تقريبا في الوحدة الارشادية التابعة لكلية التربية وان مدة الجلسة الواحدة (٥٠) دقيقة وتم الاتفاق ايضا على ان البرنامج الارشادي يستغرق وقت (٤) اسابيع للفترة من ٣/٣ / ٢٠١٥ ولغاية ٢٨/٣/ ٢٠١٥ وعدم التخلف عن الحضور الى الجلسات الارشادية ومن لا يرغب يبين نفسه وقد ابدى جميع الطلاب

\* ١. أ.د. محمود كاظم محمود

٢. أ.م.د. هناء محمود حسن.

٣. أ.م.د. سلمان جودة مناع.

٤. أ.م.د. ازهار ماجد كاظم.

٥. أ.م.د. محمود شاكر عبد الرزاق.

٦. أ.م.د. جبار وادي باهض.

(المجموعة التجريبية) استعدادهم وسوف يعرض الباحث تلك الجلسات الارشادية(انموذج منها) وبعد الانتهاء من تطبيق البرنامج تم تطبيق الاختبار البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة.

### عنوان الجلسات الارشادية

ت الجلسة	مجال المقياس	عنوانات جلسات البرنامج الارشادي العقلاني الانفعالي
١	-	الجلسة الافتتاحية
٢	المرونة الفكرية	اتباع المنهج في التفكير العلمي
٣	المرونة الفكرية	التحكم بالاحداث والمرونة
٤	تبادل الافكار	الطموح
5	تبادل الافكار	تقبل عدم اليقين
٦	تبادل الافكار	مواجهة الصعوبات والتغلب عليها(التحمل)
٧	المرونة النفسية	تقبل الذات والتوجيه الذاتي
٨	المرونة النفسية	تعدد الحلول والاختبار المناسب
9	المرونة النفسية	روح المغامرة
١٠	ضبط السلوك	القدرة على التغيير نحو الافضل
١١	ضبط السلوك	الالتزام
١٢	-	الجلسة الختامية

## الجلسة الإرشادية الأولى (الافتتاحية)

مدة الجلسة (٥٠ دقيقة)

الموضوع	الحاجات المرتبطة بالموضوع	الاهداف العامة	الاهداف الخاصة	الاستراتيجيات والانشطة المستخدمة	التقويم البنائي
افتتاح البرنامج الإرشادي	- التعرف بالبرنامج والتعليمات الخاصة به - اقامة جلسة للتعارف بين الباحث و افراد المجموعة	- تهيئة افراد المجموعة للبرنامج الارشادي - اقامة علاقة ودية بين افراد المجموعة - كسر الحواجز النفسية بين الباحث و افراد المجموعة من جهة و بين افراد المجموعة انفسهم من جهة اخرى	- تقديم فكرة مبسطة عن البرنامج واهدافه - توضيح بعض الامور المهمة التي تتعلق بسير البرنامج الارشادي	- الترحيب بافراد المجموعة - تعريف الباحث بنفسه ومهنته و مكان عمله. - مناقشة افراد المجموعة في اهداف البرنامج و اجراءاته و عدد الجلسات الارشادية. - توضيح الاساليب والانشطة المستخدمة في البرنامج الارشادي. - توضيح معنى التفكير المزدوج و اهميته في بناء الشخصية - يفسح المجال امام المجموعة للحديث و المناقشة و الملاحظات. - تلخيص ما دار في الجلسة و كتابه الملاحظات. - توزيع الحلوى و انهاء الجلسة و تقديم الشكر لحضورهم	- توجيه سؤال لافراد المجموعة س: ماهو رأيكم في خطوات البرنامج الارشادي و الموضوعات التي تناولتها في هذه الجلسة. و كتابته لغرض مناقشته في الجلسة القادمة.

## مدة الجلسة (٥٠ دقيقة)

## الجلسة الارشادية الثانية

م	الحاجات المرتبطة بالموضوع	الاهداف العامة	الاهداف الخاصة	الاستراتيجيات المستخدمة	الانشطة والتقويم البنائي
المرونة الفكرية	-مقاومة الجمود الفكري	-تنمية التفكير المزدوج وتنمية المرونة الفكرية	-ان يعرف افراد المجموعة معنى التفكير المزدوج وتبادل الافكار المتناقضة مع الاخرين. -تطبيق ما يتعلمه افراد المجموعة الارشادية في حياتهم العامة	-الترحيب بافراد المجموعة وشكرهم على حضور الجلسة الارشادية. -مراجعة الواجب المكلفين به. -يقوم الباحث بكتابة معنى التفكير المزدوج على السبورة ويوضح مفهومه واهميته في الحياة اليومية. -التعزيز الاجتماعي لافراد المجموعة. -تحديد الافكار غير العقلانية واستبدالها بافكار اخرى اكثر عقلانية. -نقد الافكار الغير عقلانية -اقناع افراد المجموعة ان فكرة كل شي ثابت وغير مرن وغير قابل للتغير هي فكرة غير عقلانية تحتاج الى اعادة نظر	-اعطاء فرصة لافراد المجموعة لاصدار حكمهم حول الجلسة وموضوعاتها اذا كانت مناسبة ومفيدة لهم ام لا؟  التدريب البيئي تكليفهم بواجب كتابه الافكار التي يعتقدون انها السبب في المشكلات التي تواجههم ومنها الجمود الفكري

## الجلسة الارشادية الخامسة

## مدة الجلسة ( ٥٠ دقيقة )

م	الحاجات المرتبطة بالموضوع	الاهداف العامة	الاهداف الخاصة	الاستراتيجيات المستخدمة	والانشطة	التقويم البنائي
م	-الطموح وتقبل عدم اليقين	-تنمية تبادل الافكار	-ان يعرف افراد المجموعة الارشادية كيفية تنمية الطموح وتقبل عدم اليقين	-التخيل العاطفي العقلاني يستخدم من خلال مساعدة الفرد على تخيل التفكير المنطقي وممارسة ذلك التخيل عدة مرات.	-تعليم الافراد كيفية التفكير بطريقة منطقية	- توجيه سؤال ماهو تقييمكم للجلسة الارشادية؟ ومناقشة اجابتهم حول السؤال بيان رايهم بالجلسة الارشادية الواجب البيتي تحديد افكارهم ومعتقداتهم لغرض مناقشتها في الجلسة القادمة
				- دحض الافكار غير العقلانية وتكون بمجادلة افراد المجموعة حول الافكار غير العقلانية التي تساهم في نشأة المشكلات.	- جعل الافراد ايجابيين في كيفية اكتشاف طرق التفكير والمسلمات والمعتقدات التي يؤمن بها ويبني عليها انماط سلوكه ومشاعره.	
				استخدام المناقشة مع افراد المجموعة الارشادية	-محاولة جعل الطلاب ان يتعاملوا باكثر مودة واقناع مع زملائهم	

تبادل الافكار

## الجلسة الارشادية السادسة

مدة الجلسة ( ٥٠ دقيقة )

م	الحاجات المرتبطة بالموضوع	الاهداف العامة	الاهداف الخاصة	الاستراتيجيات المستخدمة	والانشطة	التقويم البنائي
	-الطموح وتقبل عدم اليقين مواجهة الصعوبات والتغلب عليها (التحميل)	-تنمية ضبط السلوك	-ان يعرف افراد المجموعة الارشادية كيفية تنمية الطموح وتقبل عدم اليقين -ان يعرف افراد المجموعة كيفية ضبط السلوك	-مناقشة الواجب المنزلي المكلفين به -يوجه المرشد(الباحث) باستخدام لعب الدور لمساعدة الافراد في تغير الافكار الخاطئة غير العقلانية التي تسبب المشكلات. -استخدام المرح في اخراج الافراد من الجدية المبالغ فيها والتي تضخم المشكلات وكذلك التخلص من الضغوط النفسية ليكونوا اكثر قدرة على التفكير المنطقي الواعي -استعمال الدعابة لما لها من فوائد معرفية وانفعالية فيما يتعلق باحداث التغيرات	الواجب المنزلي المرشد(الباحث) الواجب المنزلي الطلب من افراد المجموعة ممارسة اسلوب التصور العقلاي بانهم يفكرون ويشعرون ويتصرفون تمام كي في مواقف الحياة اليومية	مناقشة ما ورد في الجلسة وبيان رايهم فيها الواجب المنزلي الطلب من افراد المجموعة ممارسة اسلوب التصور العقلاي بانهم يفكرون ويشعرون ويتصرفون تمام كي في مواقف الحياة اليومية

ضبط السلوك

مدة الجلسة (٥٠ دقيقة)

الجلسة الارشادية السابعة

م	الحاجات المرتبطة بالموضوع	الاهداف	والانشطة والفعاليات	التقويم
	-تقبل الذات والتوجيه الذاتي	-ان يعرف الطلبة تقبل الذات والتوجيه الذاتي.	-يرحب الباحث بالطلبة لالتزامهم بالحضور للجلسات. -متابعه الواجب البيتي ومناقشته بالدقائق الاولى -توجيه سؤال لافراد المجموعة الارشادية ماذ يعني لكم تقبل الذات والتوجيه الذاتي؟ ويسمع الباحث الاجابة وتتم المناقشة مع باقي افراد المجموعة -نقد بعض الافكار غير العقلانية والمتصلبة وابدالها بافكار اكثر عقلانية وفيها مرونة. -مساعدة الافراد على تنمية الافكار الايجابية. -استخدام عنصر التغذية الراجعة (المرتدة) عن تقبل الذات والمرونة النفسية -استخدام التعزيز الاجتماعي مع الطلبة	-مناقشة ما دار في الجلسة وتحديد الاجابيات والسلبيات من خلال المناقشة الواجب البيتي -تكليف الطلبة كتابة موقف يوضح فيه كيفية تقبل الذات

المرونة النفسية

## الوسائل الاحصائية

تم استعمال الوسائل الاحصائية التالية لاستخراج نتائج البحث الحالي:

١. اختبار ولكوكسن لعينتين مترابطتين لمعرفة دلالة الفروق بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة.
٢. اختبار مان-وتني للعينات صغيرة الحجم لمعرفة دلالة الفرق بين المجموعتين التجريبية والضابطة بعد الانتهاء من التجربة

## الفصل الرابع

## عرض النتائج وتفسيرها

يتضمن الفصل عرضاً لنتائج البحث الحالي على وفق هدف البحث وتفسير النتيجة وعرض التوصيات والمقترحات التي توصل إليها الباحث وكالاتي:

- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبار القبلي والبعدي على مقياس التفكير المزدوج لدى طلاب المجموعة الضابطة وعند مستوى دلالة (٠,٠٥) واختبار الفرضية استعمل الباحث. لمعرفة دلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي اذ تبين ان القيمة المحسوبة (١ -) درجة غير دالة احصائياً لدى مقارنتها بالقيمة الجدولية التي تساوي ( صفر ) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) لذا تقبل الفرضية الصفرية اذ لا توجد فروق درجات المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي والجدول ( ٢ ) يوضح ذلك.

## جدول ( ٢ )

القيم الاحصائية لاختبار (ولكوكسن) لدلالة الفروق بين رتب درجات افراد المجموعة الضابطة على

مقياس التفكير المزدوج في الاختبارين القبلي والبعدي

ت	درجات الاختبارين للمجموعة الضابطة	الفروق بدون اشارات	الفروق اشارات	قيمة ولكوكسن		مستوى الدلالة	دلالة الفروق
				المحسوبة	الجدولية		
١	٩٨	٩٩	١ -	١	١ -	٠,٠٥	غير دالة احصائياً
٢	٩٧	٩٥	٢	٢	٢		
٣	٩٧	٩٦	١	١	١		
٤	٩٨	٩٧	١	١	١		
٥	٩٥	٨٩	٦	٦	٦		
٦	٩٦	٩٤	٢	٢	٢		

- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس التفكير المزدوج لدى طلاب المجموعة التجريبية عند مستوى دلالة (٠,٠٥).

جدول (٣)

ت	درجات الاختبارين للمجموعة الضابطة		الفروق بدون اشارة	الفرق	ترتيب الفرق	قيمة ولكوكس		مستوى الدلالة	دلالة الفرق
	القبلي	البعدي				المحسوبة	الجدولية		
١	٩٧	١٤٨	٥١-	٥١	٦	-٢١	صفر	٠,٠٥	دالة
٢	٩٨	١٤٢	٤٤-	٤٤	٤				احصائيا
٣	٩٨	١٣٠	٣٢-	٣٢	٢				
٤	٩٨	١٢٨	٣٠-	٣٠	١				
٥	٩٦	١٤٥	٤٩-	٤٩	٥				
٦	٩٥	١٣٨	٤٣-	٤٣	٣				

وهذا يدل ان العلاج العقلاني الانفعالي (الس) والفتيات والانشطة المتبعة فيه والذي مارسه طلال المجموعة التجريبية واهمية هذا في مساعدتهم وممارسته خلال حياتهم الدراسية والعامه من خلال تمتعهم بالتفكير المزدوج حيث قدم لنا (الس) Ellis وصفا للشخص من ذو التفكير المزدوج بانه لديه القابلية على تبادل الافكار مع الاخرين ويحترم ذاته من خلال احترام الاخرين له ولديه الامكانية للتغلب على الصعوبات ومواجهتها ولديه ايضا المرونة السلوكية والمعرفية ولهذا يتمتع بقدرة على ضبط سلوكه وتطوير حياته نحو الافضل (Ellis, 1977 , P222).

٣- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبارين البعديين على مقياس التفكير المزدوج للمجموعتين التجريبية والضابطة عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ولاختبار صحة الفرضية استعمل اختبار (مان- وتتي) لمعرفة دلالة الفرق بين المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس التفكير المزدوج في الاختبار البعدي الذي طبق بعد الانتهاء من البرنامج الارشادي وبعدها تم تثبيت درجات المجموعتين وحسب قيمة (مان- وتتي) لعينتين مستقلتين صغيرتي الحجم وظهرت من خلال العملية الاحصائية وجود فروق ذات دلالة احصائية وذلك لان قيمة (مان- وتتي) الجدولية البالغة (٠,٠٣٢) والمحسوبة البالغة (صفر) وهي اقل من قيمة (مان- وتتي) الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ويمكن تفسير النتيجة ان الفرق دالة لصالح المجموعة التجريبية التي استعمل فيها العلاج العقلاني الانفعالي (Ellis) وهذا يعني رفض الفرضية الصفرية لوجود فرق دالة احصائيا بين المجموعتين التجريبية والضابطة بعد تطبيق البرنامج الارشادي وهذا ما اكد عليه العالم (Ellis) في نظريته.

**التوصيات:**

- في ضوء نتائج البحث الحالي يوصي الباحث بالاتي
- ١- على المؤسسات الجامعية الاستفادة من مقياس التفكير المزدوج للكشف عن الطلبة الذين لديهم تفكير مزدوج منخفض والعمل من خلال من الاستفادة من البرنامج على تنمية التفكير المزدوج لديهم.
  - ٢- على الوحدات الارشادية في الكليات الاستفادة من البرنامج الارشادي وتطبيقه على عينات اخرى من الطلبة في التخصصات العلمية.

**المقترحات:**

- استكمالات لنتائج البحث الحالي يقترح الباحث الاتي:
- ١- اجراء دراسة على طالبات الجامعة المستنصرية ومقارنتها مع نتائج البحث الحالي.
  - ٢- اجراء دراسة على طلال المرحلة الاعدادية تتضمن معرفة التفكير المزدوج لديهم.
  - ٣- اجراء دراسة وصفية على عينة المرشدين التربويين

**المصادر:**

- ابو اسعد، احمد وعربيات، احم،(٢٠٠٩)، نظريات الارشاد والعلاج النفسي، ط١، دار المسيرة للنشر، عمان، الاردن.
- ارفورد، دبرادلي، واخرون(٢٠١٢)، ٣٥ اسلوبا على كل مرشد معرفتها ترجمة هالة فاروق المسعود، دار الريبة للنشر، عمان الاردن.
- باترسون، س.ه(١٩٩٠)، نظريات الارشاد والعلاج النفسي، ترجمة حامد عبد العزيز الفقي، ط١، دار العلم للنشر والتوزيع، الكويت.
- التميمي، محمود كاظم محمود،(٢٠١٣)، منهجية كتابه البحوث (رسائل الماجستير)، دار الصفا للطباعة والنشر، عمان، الاردن.
- جيرالد، كوري،(٢٠١١) النظرية والتطبيق في الارشاد والعلاج النفسي، ترجمة د.سامح وديع الخفش، دار الفكر، ط١، عمان، الاردن.
- الخواجا، عبد الفتاح محمد(٢٠٠٩)، الارشاد النفسي والتربوي بين النظرية والتطبيق، دار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.
- الداھري، صالح حسن(٢٠٠٥)، مبادئ الصحة النفسية، دار وائل للنشر، عمان، الاردن.

- الزويبي، عبد الجليل واخرون(١٩٨١). الاختبارات والمقاييس النفسية، مديرية دار الكتب ، جامعة الموصل.
- الشمري، سلمان جودة مناع والتيمي محمود وكاظم محمود(٢٠١٢)، الاساليب والبرامج الارشادية، مطبعة ثامر جعفر العصامي ، بغداد.
- الشناوي، محمد محروس، ١٩٩٤، نظريات الارشاد والعلاج النفسي، دار غريب ،السعودية.
- عبد العزيز، سعيد،(٢٠٠٩)، تعليم مهارات التفكير ومهاراته، دار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.
- الفقي، ابراهيم،(٢٠٠٦)، التفكير الايجابي والتفكير السلبي، دار الراجحة للنشر والتوزيع.
- مالهى، وانجيت واخرون(٢٠٠٥)، تعزيز تقدير الذات، مكتبة جرير، دمشق ، سوريا.
- ملحم ، سامي محمد(٢٠٠٠) القياس والتقويم في التربية وعلم النفس، ط١، دار المسيرة للطباعة والنشر، بيروت، لبنان.
- Biggs, j. b, (2003): study of self-efficiency in business administration, journal of traumatic stress, vol.(20), No(4).
- Brown, a, d(2001): cognitive psychology,(2ed) edition Ally and, journal of Humaistic education and Development, Vil (45), No(2).
- Debono, e (2003): Direct attention thinking Tolls (DAtt) Petriedved janiaru, 5, 2003.
- Ellis. A(1977): rational emotive therapy. Research data that supports the clinical and persomality hypothesis of RET and other models cognitive therapy. The counseling psychologist.7.lpp2-012.
- George,o (1984) modern fiction studies for specific work relating and psychology, 71-80.
- Goleman, m(1995): decision in action reasons motion and the comection between Them, PHD, Philosophy department Harrant, Univresity Press.

## ملحق ( ١ )

الجامعة المستنصرية

كلية التربية - قسم الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي

استبانة آراء الاساتذة المحكمين حول صلاحية البرنامج الإرشادي

الاستاذ الفاضل.....المحترم

يروم اجراء دراسة بعنوان (تأثير برنامج ارشادي لتنمية التفكير المزدوج لدى طلاب الجامعة) واعتمد الباحث (نظرية العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي(الس) كاطار نظري للمتغير التابع والبرنامج الارشادي وقد اعتمد الباحث اهداف(الس) كعناوين للجلسات الارشادية واستخدم ايضا اساليب العالم المذكور لتنمية التفكير المزدوج الذي عرفه(الس) (١٩٧٧) "قابلية الفرد على تبادل الافكار المتناقضة مع الاخرين، والتغلب على الصعوبات ومواجهتها ولدية المرونة المعرفية والنفسية والسلوكية، ويتمتع بإمكانية ضبط سلوكه وتغيير حياته وتطويرها نحو الافضل" ونظرا لما تتمتعون به من خبره ودراية في البرامج الارشادية يرجى تفضلكم بأبداء آرائكم السديدة بالبرنامج وعدد الجلسات ومدى مناسبتها لمتغير البحث.

علما ان البرنامج بني لكافة مجالات مقياس التفكير المزدوج المتبنى من قبل الباحث والذي اعده (العامري ٢٠١٣) ومجالاته هي

١- مجال تبادل الافكار.

٢- مجال المرونة الفكرية.

٣- المرونة النفسية.

٤- ضبط السلوك.

والمتكون بصيغته النهائية من (٣٤) فقرة

ملاحظة: اعتمد الباحث النموذج المنظر(الس) كخطوات لتنفيذ البرنامج الإرشادي

مع جزيل الشكر والامتنان

الباحث

## ملحق ( ٢ )

ت	الفقرات	تنطبق علي				
		دائماً	غالباً	احياناً	نادراً	لا ابداً
١	استخدم لغة الحوار الهادئ مع من يخالفني الراي					
٢	لدي القدرة على التوافق مع التغيرات التي تواجهني					
٣	اشعر بان بعض الطلبة لديهم القدرة على المراوغة					
٤	اسعى وراء اصلاح المسيئين من الطلبة					
٥	افضل طريقة المناقشة على طريقة المحاضرة داخل قاعة الدرس					
٦	امتلك الوعي بالقدر الكافي الذي يجعلني اعرف متى اكون حازماً					

٧	اتخوف من ان تسير الامور على غير ما اريد
٨	اتحدث مع جميع الطلبة بغض النظر عن خلفيتهم الفكرية
٩	تشجع زملائي على ثقافة حرية التعبير
١٠	اواجه الصعوبات والازمات بروح ايجابية
١١	ابتعد عن الغش في الامتحان حتى اذا سحت لي الفرصة
١٢	اعتقد بان المزاح يفقد الطالب هيئته داخل الكلية
١٣	اعتمد على الاخرين في حل مشاكلي
١٤	احل مشاكلي بفاعلية ويسر
١٥	انني سعيد مع الطلبة داخل الجامعة
١٦	اشعر باضطراب عندما افشل في حل مشاكلي
١٧	احتفظ برأي عند سخونة النقاش مع زملائي
١٨	اغير افكاري حسب طبيعة الموقف
١٩	اشعر بالتفاؤل من مستقبلي الدراسي
٢٠	اتسامح مع من يسيء من الطلبة معي
٢١	ارى ان الجامعة افضل مكان لتبادل الافكار
٢٢	ارى بان غياب الحوار الاسري سبب لي الجمود الفكري
٢٣	اشعر بالاستقرار النفسي مع الطلبة
٢٤	اساعد الطلبة في حل مشاكلهم بشكل منطقي
٢٥	ارفض السلوكيات التي تضايق الطالبات
٢٦	ارى بان التعصب هو السبب وراء الانغلاق الفكري لبعض الطلبة
٢٧	اشعر بالراحة عند دخولي الجامعة
٢٨	احترم الطالب الجدي في تعامله
٢٩	ارى ان بعض القوانين والانظمة الجامعية تقيد الطلبة من حرية التعبير
٣٠	ارى الاشياء من جميع الزوايا
٣١	انني متعاون مع الطلبة في الامر الدراسية
١	
٣٢	ارفض ان اكون خاضعا لتأثير الاخرين من الطلبة
٣٣	احل مشاكلي داخل الجامعة بالحوار والنقاش
٣٤	اشعر بان قراراتي صحيحة