

## بناء برنامج مقترح على وفق اسلوب الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل في تنمية الذات المعرفية لدى المرشدين التربويين

أ.د. سلمان جودة مناع

قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي ، كلية التربية، الجامعة المستنصرية

### الملخص

استهدف البحث الحالي الى التعرف على الذات المعرفية لدى المرشدين التربويين ، وكذلك التعرف على بناء وتخطيط البرنامج الارشادي المقترح على وفق اسلوب العلاج المختصر المتمركز حول الحل . وتكون مجتمع البحث من المرشدين والمرشدات من المديريات العامة للتربية في محافظة بغداد الستة (الرصافة الاولى، الرصافة الثانية، الرصافة الثالثة، الكرخ الاولى، الكرخ الثانية، الكرخ الثالثة) وكان عددهم (٢٠٣١) مرشد ومرشدة واقتصرت عينة البحث الحالي على تربية الرصافة الثانية والبالغ عددهم (٣٠٠) مرشد تربوي ، وتم تطبيق مقياس الذات المعرفية على عينة (٣٠٠) مرشد ، وبعد استعمال الوسائل الاحصائية حسب الحقيبة الاحصائية (SPSS) ومعالجة البيانات تم التوصل الى عدد من التوصيات والمقترحات منها ضرورة الاهتمام بالذات المعرفية وتنميتها من خلال تطبيق البرامج الارشادية واجراء دراسات حول تأثير اسلوب العلاج المختصر المتمركز حول الحل في خفض الوهن النفسي لدى المرشدين التربويين .

الكلمات المفتاحية : الارشاد المختصر، الذات المعرفية، المرشد التربوي

## Constructing A Proposed Program According to the Method of Brief Counseling Centered on Solution in Developing the Cognitive Self of the Educational Counselors

Dr. Salman Jodah Manna

Department of Psychological Counseling, College of Education, Mustansiriyah University

### Abstract

The current research aims at identifying the cognitive self of the educational counselors, as well as identifying the construction and planning of the proposed counseling program according to the solution-centered, brief treatment method.

The research community consists of male and female counselors from the six general directorates of education in Baghdad governorate (Rusafa 1, Rusafa 2, Rusafa 3, Al-Karkh 1, Al-Karkh 2, and Al-Karkh 3). Their number is (2031) male and female counselors, and the current research sample is limited to the second Rusafa Education Administrators, where their number is (345) educational counselors. The cognitive self scale is administered to a sample of (300) counselors. However, after using the statistical means according to the SPSS statistical package and processing the data, a number of recommendations and suggestions are arrived at, including the need to pay attention to the cognitive self and develop it through the application of counseling programs and conduct studies on the effect of the abbreviated treatment method Centered around the solution to reduce psychological weakness of educational counselors.

**Keywords:** brief style of counseling, cognitive self ,educational counselor

## الفصل الأول

### (التعريف بالبحث)

#### مشكلة البحث:

تعد الذات تكويناً معرفياً من المدركات التي يمر بها الفرد، وما زال ساعياً لمعرفة ذاته وفهمها ويريد أن يعرف نفسه من هو ولماذا وكيف وصل الى ما وصل اليه، والشعور بالذات هو محصلة تفاعل السمات الجسمية والعقلية والانفعالية والاجتماعية وتتعاكس من خلال سلوكه وتحكمه بذاته واتخاذ قراراته نتيجة وعيه ومعرفته بذاته (الشمري، ٢٠١٢، ص ٢).

الى ان تقيم الفرد لذاته على اساس معرفته بذاته معرفة تامة وماذا يريد الان ومستقبلاً، اما الفرد الذي لا يقيم ذاته ولا يعرفها فيتصرف بأنه حائر ومتردد ولا يستقر له حال ويتميز بالعصبية وحدة المزاج والانعزال (BUSS, 1980, 12)، وترتبط الذات المعرفية بذات الفرد واستقراره النفسي إذ إن فهم الحقائق الخاصة بالفرد ومعرفته بها تساعده على تنظيم الحياة الاجتماعية والنفسية بصورة تضمن له الاستقرار النفسي (الشمري، ٢٠٠٥، ص ٢٣٥).

ويمكن القول بأن المرشدين التربويين الذين لديهم ذات معرفية بسيطة والذين لا يتمتعون بمعلومات كافية عن مهنتهم يعانون بشكل كبير في ادارة اعمالهم الارشادية من حيث المعلومات والمهارات الكافية التي تؤهلهم بعملهم كمرشدين تربويين.

إذ أكدت دراسة (محسن، ٢٠١١) ان الذات المعرفية تؤثر في تفاعل المرشد مع المسترشدين وكلما زادت المعرفة زاد التفاعل معهم (محسن، ٢٠١١، ص ١٥٠) وتمثل الذات المعرفية تحرير الفرد من المشكلات والصعوبات التي تواجه المرشد ومعرفة امكانياته وقدراته وقابلياته وتساعده على الوصول الى معرفة وفهم عمله وتحقيق ذاته (سيدني، ١٩٨٨، ٨٧) (الشمري، ٢٠١٢، ص ٥).

#### وتتلخص مشكلة البحث الحالي بالإجابة عن السؤال الآتي:

هل هناك تأثير اسلوب الارشاد المختصر المتمركز حول الحل في تنمية الذات المعرفية لدى المرشدين التربويين؟

#### أهمية البحث:

يعد المرشدون التربويون من اهم الموارد البشرية، فالمرشد هو مفتاح العملية الارشادية التي تحتاج الى عنصر مهم وفعال ويمتاز بالمهارة والمعلومات الكافية، ومعنى ذلك ان تحقيق الاهداف المرجوة من العملية الارشادية لا يحدث تلقائياً لكنه يعتمد بالدرجة الاولى على المرشد التربوي فهو المسؤول عن ادارة العملية الارشادية على أسس علمية وفنية أصلية (سعادة، ١٩٨٦، ١٢). فالمرشد التربوي في المدرسة هو الشخص المؤهل لمهنة الارشاد النفسي ولا سيما أنه يحتاج الى الجانب المعرفي والجانب المهاري، فالذات المعرفية مهمة لعمله إضافة الى المهارة في تطبيق المعرفة، وأن وظيفة المرشد التربوي هي مساعدة المسترشد في التغلب على مشكلاته والتي تعيق العملية التربوية والتي تحول دون تحقيق حاجاته بأسلوب مقبول (داود، ٢٠١١، ص ٧). أن الهدف الرئيسي للبرامج الإرشادية يتمثل بأن يكون الفرد سويًا ويشعر بالصحة النفسية والتوافق النفسي والاجتماعي (العزة وعبد الهادي، ٢٠٠٧، ص ١٥)، ويعمل الارشاد بأستعمال العلاج المختصر المرتكز حول الحل على تحويل محور التركيز من أسباب المشكلة الى التركيز كلياً على إيجاد حلول، وهو يختلف عن العلاجات التقليدية لانه يهمل جانب الحديث عن الماضي ويركز على الحاضر والمستقبل، ويمكن استعمال هذا الاسلوب الارشادي في علاج العديد من المشكلات وتنمية السلوكيات المرغوبة المعرفية منها والسلوكية. (O'CONNELL, 2005; 65).

إن نمو وتطور الشخص يحدث في بيئة آمنة وداعمة يشكلها المرشدون الذين يتصفون بالأصالة وعدم الرياء، الدفء، التعاطف، الإنفتاح، الإخلاص، الإنسجام مع انفسهم وحب الرعاية، ومع الوقت نستطيع أن نقيم هذه الخبرات التي نكسبها مع المرشد الذي يتصف بكل تلك الصفات والتي تساعده في التكامل الشخصي ونمو الذات المعرفية (كوري، ٢٠١٢، ص ٢٤٥).

#### أهداف البحث:

بناء برنامج مقترح على وفق اسلوب الإرشاد المختصر المتمركز حول الحل في تنمية الذات المعرفية لدى المرشدين التربويين.

#### حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي بالمرشدين التربويين في المديرية العامة لتربية بغداد الرصافة الثانية للعام الدراسي (٢٠٢٠-٢٠٢١) من الذكور فقط.

#### تحديد المصطلحات:

#### ١- العلاج المختصر المتمركز حول الحل (SFBT)

عرفه ستيف دي شازر (٢٠٠٨)

علاج منظم مختصر يركز على الحاضر والمستقبل بدلاً من الماضي ويؤكد على وجود علاقة بين المرشد والمسترشد ويتسم بالتعاون ويركز على كل التغيرات الواقعية والتي تقود الى الحل ، أي أن أي نجاح صغير يؤدي الى نجاح أكبر (GOREY,2012,377).

#### التعريف النظري:

تبنى الباحث تعريف شازر، ٢٠٠٨ كتعريف نظري .

**التعريف الاجرائي:** مجموعة الفنيات والأنشطة المقدمة من الباحث في عملية تنمية السلوك بإستعمال اسلوب العلاج المختصر حول الحل ويضم (التغير في فترة ما قبل العلاج أسئلة الاستثناءات،سؤال المعجزة،اسئلة المقياس،الحديث الخالي من المشكلات،مهمة الجلسة الاولى،التغذية الراجعة).

#### ٢- الذات المعرفية:

عرفها ماسلو (١٩٦٢) :

المعرفة للفرد بطبيعته الداخلية والبيئة المحيطة به وقدراته وامكانياته ومواهبه والتوظيف الأمثل لها (صالح،١٣١،١٩٨٧).

عرفها (بص،BUSS،١٩٨٠) قدرة الفرد على اخفاء حياته الداخلية وتقدير ذاته على وفق البيانات المعرفية الخاصة عنه (BUSS,1980,30).

**التعريف النظري:** تبنى الباحث تعريف (BUSS,1988) كتعريف نظري لمفهوم الذات المعرفية.

**التعريف الاجرائي:** عرفه الباحث اجرائياً بأنه الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من خلال اجابته على مقياس الذات المعرفية المتبناة.

### الفصل الثاني

#### (الاطار النظري)

#### اولاً- العلاج المختصر المتمركز حول الحل(على وفق النظرية البنائية الاجتماعية)

يُعد العلاج المختصر المتمركز حول الحل من ضمن النظرية البنائية الاجتماعية والذي يكون ضمن مقاربات ما بعد الحداثة ، فهو يؤكد على واقع الفرد بدون الغائه إن كان دقيقاً وصحيحاً وتكون الصعوبة عند الفرد نتيجة للمواقف التي عاشها في السابق ، ويفسرها من وجهة نظره بأن هناك صعوبة بحاجة الى معالجتها،والفرد يكون متضيقاً ومكتئباً عندما يتبنى هذا الفرد مفهوماً لذاته على انه متضيق ومكتئب مما يجعله يشعر بصعوبة على تذكر بعض من سلوكياته للمفهوم الذي وضعه لنفسه (TARRAGONA,2008;13).

إن العلاجات لما بعد الحداثة والنظرية البنائية ليس لديها مؤسس واحد بل شارك عديد من العلماء النفس في وضعها بل هناك عديد من العلاجات تتعلق بالممارسة العلاجية اكثرها انتشاراً والعلاج المختصر المتمركز حول الحل، قد تم تطويره من قبل (ستيف،شازر) على اساس الاعمال التي قام بها في معهد البحوث العقلية في جامعة كليفورنيا مع نخبة من الباحثين من الاخصائيين وافكار اريكسون في نهاية عام ١٩٧٠ وقد تم انشاء مركز الارشاد الاسري المختصر من قبلهم.(DEJONG&BERG,2002;33). إذ إن القاعدة

الأساسية التي تم بناء النظرية عليها ترتكز على اربعة افتراضات اساسية وتبين الفروق بين مقارنة ما بعد الحداثة ووجهات النظر في العلاج النفسي التقليدي.

- ١- البنائية الاجتماعية نظرية تأخذ موقف الناقد تجاه المعرفة التي تكتسبها بصورة عرضية بدون تدخل او فحص .
- ٢- تؤكد البنائية الاجتماعية على ان اللغة والمفاهيم التي يستعملها حتى نفهم العالم المحيط هي لغة ذات طابع نوعي ومحددة بثقافات عبر التاريخ .
- ٣- يؤكد اصحاب اتجاه البنائية الاجتماعية على ان المعرفة عبارة عن بناء تم تشييده عبر عمليات اجتماعية.
- ٤- البنائية الاجتماعية تعد ممارسات تؤثر على حياتنا اليومية والاجتماعية وليس نشاط مجرد من هذه الممارسات (COREY,2012;377).

إن العلاج المختصر المرتكز حول الحل يعد من العلامات التي تختلف عن غيرها ،لانه يركز على نقاط القوة بدلاً من الاخفاقات والضعف في الماضي (DE.SHAZER,1985).

إذ يركز العلاج المختصر المرتكز حول الحل على حياة المسترشد الحالية الذي يعتبر أكثر فائدة من السابق ، ويسعى الى تحريك المسترشد نحو تحقيق أهداف العلاج بدلاً من الحديث عن كيفية العيش في الحياة فأغلب الحلول وفق (SFBT) تكون من المسترشد نفسه ومن حياته الخاصة ،وبذلك تكون الطريقة أكثر مرونة في تطوير الحل (SIMON&BERG,2015;5).

#### أهداف العلاج المختصر المتمركز حول الحل:

إن هدف العلاج المختصر المتمركز حول الحل هو بناء وتنفيذ الحلول التي يركز عليها المرشد بدلاً من السؤال عنها والاستفسار عن المشكلات التي يعاني منها المسترشد ، ولابد من الدخول مباشرةً بالمشكلة وتعريفها بوضوح ، ويطلب المرشد من المسترشد تحديد المشكلة ويطلب المرشد العديد من الاسئلة والاجابة عنها وعن ما هو مختلف إذ يفكر المسترشد بحالة عندما تكون الامور أفضل حتى إذا كانت الاستثناءات قليلة او بعيدة (DEJONG&BERY:2002;33).

إذ يعد وضع اهداف واضحة من أهم ما يسعى اليه العلاج المختصر المتمركز حول الحل ويجب ان يكون مفيد جداً لانه يقوم بقياس التقدم الحامل في حالة المسترشد ، ولابد من ان يكون تحديد الهدف من قبل المسترشد ويساعده في ذلك المرشد على توضيح الهدف ، وهناك وسيلة هامة لمساعدة المسترشد على تحديد الاهداف التي لها شهرة اكبر من غيرها في (SFBT)(سؤال المعجزة).

وأكد كل من وولتر وبيبلر على أهمية مساعدة الافراد في تصميم أهدافهم على ان تتميز بـ:

- ١- ان تكون مصاغة بشكل ايجابي وبنفس لغة المسترشد .
- ٢- ان تكون قابلة للتحقيق ومحدد بشكل ملموس.
- ٣- امكانية تنفيذها بمجال العمل والاداء.
- ٤- ان يكون المسترشد مسيطر عليها.
- ٥- مصاغة بشكل موجه نحو الحاضر والمكان(هنا والان) (DESHAZER,1988:50)

#### الفنيات المعتمدة في اسلوب العلاج المختصر المرتكز حول الحل:

١- التغيير قبل فترة العلاج: يعد حضور المسترشد الى المرشد وطلب المساعدة للعلاج استشارة ايجابية وتغيير ما قبل العلاج الذي يحدث في الجلسة الاولى ، وان اي شيء يتغير يعد شيء ايجابي للتغيير الاكبر ، ويبدأ بالسؤال من المرشد ماذا فعلت في المقابلة الاولى الذي يمكن ان يحدث فرقاً في مشكلته؟ ان الهدف من هذا السؤال يلقي الضوء المرشد على ما قام به المسترشد من تغيير ايجابي نحو الافضل ، والهدف من السؤال هو تشجيع المسترشد على الاعتماد على قوته وقدرته لانجاز الاهداف والاعتماد على نفسه (COREY,2012:370).

٢- فترة الاستثناءات: هنا يسأل المرشد بعض الاسئلة الاستثنائية الغرض منها توجيه المسترشد للعودة الى تلك الفترة الاستثنائية التي لم تكن هناك مشكلة حقيقية ، فالمرشد يسعى الى مساعدة المسترشد بفحص تلك الفترة ، وبذلك توضح له ان المشكلة مؤقتة ولا تستمر طويلاً ، ويعمل المرشد على الاستفادة من نقاط القوة لديه ويبحث عن الحلول الممكنة (COREY,2012:375).

٣- السؤال المعجزة: وهو من الفنيات الرئيسية في (SFBT) وتم تطويره في عام (١٩٨٣) ، والهدف منه تطوير الحل وتقليل الحديث عن المشكلة وقد ناقش (شازر) هذه النقطة وتم تصحيحها من أجل السماح للمسترشدين وصف ماذا يريدون وما الذي يريد ان يصل اليه العلاج دون اللجوء الى المشكلة والافتراضات التقليدية بالحل .

ويعد سؤال المعجزة مهم لعدة اسباب منها:

أ- عندما تكون لدينا مشكلة لا نستطيع ان نرى البدائل.

ب- يكون السؤال افتراضي وليس حقيقي وهذا يسمح للمسترشد التعبير والتخيل والحرية لسيناريو بدون مشكلة وبدون مراقبة افكارهم.

ج- يعد الجواب عن السؤال مفتاح الحل للمشكلات.(Simon&Berg,2015;273).

٤- اسئلة المقياس: وهي من اهم فنيات العلاج المختصر المرتكز حول الحل ، وقد تم تطويره من قبل (STEVE,DE,SHAZER,1988) فيمكن ان يساعد سؤال المقياس في معرفة ماذا يشعر المسترشد وكيف يمكن أن يفكر ، وتستعمل هذه الفنية بشكل روتيني في نهاية كل جلسة لانها تساعد المرشد في ايجاد حل ، ويتضمن استراحة في نهاية كل جلسة يبدأ المرشد ببناء رسالة تتضمن مديح وتعزيز للمسترشد واستعمال اسئلة المقياس وتكون مهمة الجلسة الاولى (التدريب البيئي)(IVESON,2002:150).

٥- الحديث الخالي من المشكلات: يعد من الوسائل الهادفة الى انتزاع الحديث الذي يكشف عن نقاط ومصادر القوة لدى المسترشد ، ويستعمل في اي وقت وفي اي جلسة من الجلسات ولابد من توفر القدرات والاهتمامات ومصادر القوة لدى المسترشد، يعد عنصراً هاماً في عمل المرشد ويحقق اسلوب الحديث الخالي من المشكلات عدة اهداف منها:

أ- تطوير الصلة بين المسترشدين الذين يبحثون عن خدمات الارشاد إذ انها توضح لهم انك مهتم بالمسترشدين.

ب- تخفيف التوتر حول عمل الارشاد ، وقد يشعر الكثير من المسترشدين الجدد بأن الارشاد عمل غير واضح.

ج- يمكن أن يخفف من عدم التوازن في القوة المدركة لدى العديد من المسترشدين إذ ان المرشد يبدو شخص عادي وليس خبير بكل شيء .

د- امكانية توفر فرصة للمرشد لملاحظة المسترشد عن طريق شيء مختلف عن حديثه عن المشكلات .(برادلي وآخرون،٧١،٢٠١٢).

٦- مهمة الجلسة الاولى: تعد بداية الجلسة شكل من اشكال التدريب البيئي ، إذ يطلب المرشد من المسترشدين ان ينجزو اعمالهم بين الجلسة الاولى والثانية(أي بين الجلسات). يسأل المرشد في هذا الوقت بين الجلسة الاولى والاخرى ان تلاحظوا الاحداث وتعطوا ما الذي تريدون ان يستمر فيها، ان هذه الفنية تساعد على زيادة تفاؤل الافراد بالنسبة لمشاكلهم (COREY,2012:380). وعندما تنتهي الجلسة لابد من استعمال مهمة الجلسة الاولى التي تركز على التغييرات التي ستجري الجلسة المقبلة وهو سؤال اخر الجلسة أو نهايتها يساعد المسترشدين على ايجاد الحلول المناسبة لمشكلاتهم خلال الجلسة القادمة(Sharf,2012;460).

٧- التغذية الراجعة: يطلب المرشد من المجموعة الارشادية (المسترشدين) أخذ قسط من الراحة لمدة خمسة الى عشرة دقائق قبل نهاية كل جلسة ، إذ يقوم بعمل يلخص ما دار بالجلسة ووصف كل من(دي يونك وبيرك) ثلاثة اجزاء رئيسة تكون هيكلية هذه الفنية(التغذية الراجعة) وهي اعطاء الثناء او المديح وبناء جسر ثم اقتراح مهمة الجلسة الاولى ، ويعد تأكيد صادق وحقيقي لما قام به المسترشدون حتى يصلوا الى الحل المناسب والفعال ، وهذا لا يتم بشكل روتيني ولكن بأسلوب مشجع يبعث على الامل في نفوس المجموعة الارشادية (COREY,2012;385).

## ثانياً- الذات المعرفية:

ان اصحاب الذات المعرفية من الصعب ان يخدعوا أو ان يقتنعوا بعمل معين ،لانهم على درجة من الوعي لما يدور حولهم نتيجة عملية التفكير التي لا تتفصل عن ذاتهم المعرفية (CLINCHY,1996;235). وترى (بلنكي،١٩٩٧) انه كلما اصبح الفرد اكثر وعياً بوجوده ووجود مصادره الداخلية لذاته كلما كان قادراً لسماع صوت بسيط في داخله وهو يشير الى الحدس الذي يمثل مصدر المعرفة الداخلية لذاته، والتي تتجه نحو التحول نمائي له صدى في علاقاته الذاتية مع الاخرين، إن الفرد الذي لديه القدرة على معرفة ذاته يندمج في تحليل واعي ومدروس ومنظم ، وهو يستمع وينتبه الى ما يدور حوله في البيئة الخارجية ، حيث انه لديه القدرة على ان يفكر قبل ان يتحدث وان يتحدث فإنه يتحدث بشكل موزون (BELENKY,ET AL,1997;90)

ويقوم اصحاب الذات المعرفية بعملية تحليل ذاتي وتتطلب الوعي التام والتفكير والانتباه والتركيز والملاحظة وللوقوف على جوانب القوة والضعف في ذاتهم ، ولفهم موقف الاشخاص وطرق تفكيرهم (THAYER&BACOM,1992;12). ويمكن القول ان الذات المعرفية تعد نتاج التفاعل المستمر بين الفرد وعالمه الخارجي الاجتماعي من خلال تنمية الافكار المرتبطة بالفرد وما يفكر فيه الاخرون واتجاهه الذي يشكل من خلال الخبرة المتصلة التي يكتسبها الفرد من الاخرون وتفسيره لها (HATTIE&HANSFORD,1982;120).

### سمات الاشخاص الذين لديهم ذات معرفية :

- ١- يشعرون بالتوافق النفسي والاجتماعي .
- ٢- القدرة على مواجهة الاحداث الضاغطة والتمتع بروح معنوية عالية للتخلص من التوتر .
- ٣- لديهم قبول اجتماعي والقدرة على اقامة علاقات اجتماعية جيدة مع الاخرين .
- ٤- القدرة على التعامل مع المواقف المختلفة التي يتعرضون لها بطريقة تلائم السلوك الاجتماعي المقبول.
- ٥- ضبط السلوك وكبت المشاعر السلوك العدوانية والقدرة على التخلص منها عن طريق التنفيس الانفعالي.(الشمري،٢٠٠٥،ص٢٥٢) .

### نظرية الذات المعرفية (BUSS,1980):

أكد (بص) ان الذات المعرفية تتطلب وقتاً من عمر الانسان يقوم خلالها بجمع معرفته عن ذاته وتفسير الخبرات التي يتفاعل معها والتي تكون بعد عمر مرحلة الطفولة والى مراحل العمر المختلفة وقد يأخذ كل جانب من جوانب الذات الحسية بنظر الاعتبار عندما يتطور الى جانب المشابه له في الذات المعرفية ويمكن القول ان للاطفال الرضع احساس بالذات من حيث الاحساس بالتنبيه لتقييم الذات وحدود الجسم والتصرف في المرأة التي تمثل المعرفة بداية الاحساس بالاحداث التي يمرون بها وعندما يبدأ الطفل بمراحل النمو المختلفة ويبدأ بوعي عن ذاته من خلال معرفة نفسه وتفاعله الاجتماعي مع الاخرين يكون ما يسمى بالذات المعرفية (BUSS,1980;10).

ويشير (BUSS) ان الفرد كلما يشعر بذاته شعور عال كلما كان على معرفة بما يريده ، وكانت ردة فعله مناسبة واكثر مقاومة للظروف الخارجية ويستخدم الفرد افكاره ومشاعره وخبراته التي تعلمها من تفاعله الاجتماعي في تشكيل الذات المعرفية (BUSS,1980;42).

### المكونات الاساسية للذات المعرفية

#### المكون الاول/ تقدير الذات:

يعتمد تقدير الذات على تقديم صورة ايجابية للذات امام الاخرين التي تظهر مدى معرفة الفرد بخصائصه العقلية والانفعالية والجسمية ونقاط القوة والضعف في ذاته، والتصرف وفق هذه المعرفة لكسب الثقة بالنفس بصورة ايجابية والقدرة على التفوق والنجاح امام الاخرين

، فكلما كان الفرد متفاعل في حياته اليومية وكان لديه اتصال مع الآخرين يساعده على تقوية تقديره لذاته ، وزيادة التحكم بسلوكه في علاقاته الاجتماعية (BUSS,1980;30).

#### المكون الثاني/التخفي:

يعد تخفي الذات جزءاً لا يتجزأ من حياة الفرد الذي يمر بخبرتها فيعرف ما بداخله ويقرر إذا أراد ان يخفي هذه الخبرات او يكشفها للآخرين ، اي اذا كان مع المجموعة التي ينتمي اليها او منافس لها (BUSS,1980;10).

#### المكون الثالث /الحياة الداخلية:

تمثل الحياة الداخلية وعي الفرد لذاته ، ويدرك جوانبه الخاصة وسلسلة الافكار والمشاعر والاحاسيس والانفعالات الذاتية ، وتقييمها وردة الفعل تجاه نفسه وتجاه الآخرين من حوله ، مما يساعد الفرد على معرفة ذاته وحياته الداخلية بشكل افضل وفقاً لما يعكسه سلوكه مع الآخرين المحيطين به ، وتستمد قوتها من خلال الوعي بذاته الداخلية التي توضح معرفته وإدراكه ومستوى تقديره لذاته (BUSS,1980;3). وقد تبني الباحث نظرية الذات المعرفية للعالم (BUSS) في تحديد مفهوم الذات المعرفية ومكوناتها السلوكية في المقياس المتبنى على وفق هذه النظرية ، وكذلك تفسير نتائج البحث الحالي لانها نظرية شاملة قد فسرت متغير البحث الحالي (الذات المعرفية) ومكوناتها السلوكية بحيث انها خرجت بمنظور علمي يدمج كل هذه المكونات .

### الفصل الثالث

#### (منهجية البحث واجراءاته)

يتضمن هذا الفصل تحديد منهج البحث واجراءاته وتحديد المجتمع واختيار عيناته ، والتحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس الذات المعرفية ، وبناء برنامج ارشادي وفق اسلوب العلاج المختصر المرتكز حول الحل ، وتحديد الوسائل الاحصائية المستعملة في البحث. **أولاً-منهج البحث:**

اعتمد الدراسة الحالية منهج البحث الوصفي في البحث الحالي ، ويهدف المنهج الوصفي الى وصف الظاهرة بصورة أدق ،فهو ليس الا وصف علمي وكمي للظاهرة او المشكلة المراد دراستها وتركيبها وتفسيرها وجمع البيانات الخاصة بها وتحليلها وقياسها ،بالاضافة الى جمع المعلومات الخاصة بها وتصنيفها وتحليلها ودراستها بصورة اكثر دقة (ملحم، ٢٠١٠، ص٣٧٠) ، ومن ثم تحقيق هدفها في بناء برنامج.

#### ثانياً-مجتمع البحث :

ويقصد بمجتمع البحث مجموعة الافراد الذين يمتلكون ظاهرة معينة مشتركين فيها (ملحم، ٢٠٠٠، ص٢١٩). ويتألف مجتمع الحالي من جميع المرشدين التربويين والمرشحات التربويات في المديرية العامة للتربية في محافظة بغداد الرصافة الاولى والثانية والثالثة والكرخ الاولى والثانية والثالثة للعام الدراسي (٢٠٢٠-٢٠٢١) وبذلك يتكون المجتمع من (٢٠٣١) مرشد ومرشدة موزعين بحسب الجنس بواقع (٧٣٤) مرشد و (١٢٩٧) مرشدة والجدول (١) يوضح ذلك.

جدول(١) مجتمع البحث موزع حسب المديرية العامة للتربية وحسب الجنس:

المجموع	الجنس		المديرية العامة للتربية
	اناث	ذكور	
٣٦٣	٢٦٤	٩٩	الرصافة الاولى
٣٤٥	٢٢٢	١٢٣	الرصافة الثانية
٢٠٧	١٠٥	١٠٢	الرصافة الثالثة
٣٥٦	٢٢٥	١٣١	الكرخ الاولى
٣٨٦	٢٦٨	١١٨	الكرخ الثانية
٣٧٤	٢١٣	١٦١	الكرخ الثالثة
٢٠٣١	١٢٩٧	٧٣٤	المجموع

\*تم الحصول على البيانات من شعبة الارشاد التربوي في وزارة التربية.

ثالثاً- عينة البحث:

ويقصد بها هي الجزء من كل ، أي مجموعة افراد من مجموع المجتمع الكلي والتي تمثله احسن تمثيل ، إذ بالامكان تعميم نتائج العينة على المجتمع ككل(عباس ومحمد،٢٠٠٩،ص٢١٨). تضمنت عينة البحث الاساسية من (٣٠٠) مرشد تم اختيارهم بطريقة عشوائية كما موضح في جدول (٢) :

جدول (٢) عينة البحث

المديرية العامة للتربية	اعداد المرشدين
الرصافة الاولى	٥٠
الرصافة الثانية	٥٠
الرصافة الثالثة	٥٠
الكرخ الاولى	٥٠
الكرخ الثانية	٥٠
الكرخ الثالثة	٥٠
المجموع	٣٠٠

رابعاً- أدوات البحث

١- البرنامج الارشادي سوف نتطرق اليه في الفصل الرابع بشكل مفصل.

٢- مقياس الذات المعرفية:

لتحقيق اهداف البحث الحالي قام الباحث بما يأتي:

بعد الاطلاع على الادبيات والدراسات السابقة ، تم تبني مقياس (الشمري،٢٠١٢) والمتكون من (٤٠) فقرة ، والذي تم بناؤه على وفق نظرية (BUSS,1980) في تحديد المفهوم للذات المعرفية ومكوناتها ، وقد قام الباحث باستخراج الخصائص السيكومترية لتأكيد بأن المقياس صالح للأستعمال في قياس السمة او الخاصية المقاسة. إذ تم تبني مقياس (الشمري،٢٠١٢) وذلك لحدائته وكونه قد استعمل نفس العينة التي يستخدمها الباحث بالبحث الحالي وهم المرشدين التربويين.

تحديد المفهوم:

إعتمد الباحث مفهوم الذات المعرفية حسب نظرية(BUSS,1980) والذي عرفها (مقدرة الفرد على اخفاء حياته الداخلية وتقدير ذاته على وفق البيانات المعرفية الخاصة به والتي تأتي من خلال علاقته بالآخرين والبيئة المحيطة به) (BUSS,1980;3). وكانت بدائل الاجابة خماسية (دائماً،غالباً،أحياناً،نادراً،أبداً) تأخذ عند الاجابة تدرج خماسي (١،٢،٣،٤،٥).

الصدق الظاهري للمقياس:

لغرض التأكد من ان المقياس صالح للأستعمال على عينة البحث الحالي ،قام الباحث بتوزيع المقياس على عدد من الخبراء بمجال الارشاد النفسي والقياس والتقويم وعددهم (١٢)خبيراً، وقد اعتمد الباحث على نسبة اتفاق (٨٠%) فما فوق للفقرات الصالحة ، وقد حصل المقياس على نسبة اتفاق (١٠٠%).

\*اسماء الخبراء والمحكمين على مقياس الذات المعرفية:

ت	الاسم واللقب العلمي	مكان العمل
١	أ.د.أمل ابراهيم الخالدي	الجامعة المستنصرية/كلية التربية
٢	أ.د.بسمة كريم شامخ	الجامعة المستنصرية/كلية التربية
٣	أ.د.حسن علي السيد الدراجي	جامعة بغداد/كلية التربية ابن رشد
٤	أ.د.كاظم علي هادي الدفاعي	الجامعة المستنصرية/كلية التربية
٥	أ.د.لمياء جاسم	الجامعة المستنصرية/كلية التربية
٦	أ.د.نادية شعبان مصطفى	الجامعة المستنصرية/كلية التربية
٧	أ.م.د.رحيم هملي معارج	جامعة بغداد/كلية التربية ابن رشد

٨	أ.م.د.سناء احمد جسام	الجامعة المستنصرية/كلية التربية
٩	أ.م.د.فرحان البيضاني	الجامعة المستنصرية/كلية التربية
١٠	أ.م.د.محمود شاكر عبدالرزاق	الجامعة المستنصرية/كلية التربية
١١	أ.م.د.نهاية جبر خلف	الجامعة المستنصرية/كلية التربية
١٢	أ.م.د.هاشم فرحان خنجر	الجامعة المستنصرية/كلية التربية

#### ثبات المقياس:

يعد الثبات من الشروط الواجب توفرها في المقاييس النفسية، إذ يجب أن تتسم نتائجها بالإتساق والثبات فيما يقيسه، وان الثبات يشير الى التحرر النسبي من الخطأ غير المنظم (AIKEN,1979;60)، لذا تحقق الباحث من ثبات المقياس الذات المعرفية بطريقتي:

#### أ- الاختبار -إعادة الاختبار (TEST-RETEST)

يسمى معامل الثبات بهذه الطريقة بالاستقرار (ZELLER&CARMINES,1980;62) والذي يتطلب إعادة تطبيق الاختبار على عينة الثبات نفسها بعد مرور اسبوعين بين الاختبار الاول والثاني (MURPHY,1988;65). لذا قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة الثبات البالغة (٥٠) مرشداً، وبعد مرور اسبوعين أُعيد تطبيق المقياس مرة ثانية على نفس العينة واستعمل معامل ارتباط بيرسون بين درجات الاختبارين الاول والثاني، فكان معامل الثبات (٠,٨٠)، وتعد هذه القيمة مؤشراً جيداً على استقرار اجابات المرشدين على المقياس الحالي عبر الزمن.

#### الأتساق الداخلي للمقياس (معادلة الفاكرونباخ):

استعمال معادلة الفاكرونباخ- إذ تعتمد هذه الطريقة على حساب الارتباط بين فقرات المقياس ومكوناته الى عدد من الاجزاء يساوي عدد فقراته، أي أن كل فقرة تشكل مقياساً فرعياً (عودة، ١٩٩٨، ص٣٣٥) وان معامل الفاكرونباخ يمكن ان يزودنا بتقدير جيد للثبات وانه يعد معادلة اساسية في حساب الثبات القائم على الاتساق الداخلي (NUNNALLY,1970;125).

ولتقدير وحساب الثبات بهذه الطريقة استعمل الباحث اجابات العينة للتطبيق الاول في حساب الثبات وكان حجمها (٥٠) مرشد ومرشدة وقد بلغ معامل الفا (٠,٨٦) وهو معامل جيد يدل على ثبات جيد والاتساق الداخلي بين فقرات المقياس .

#### وصف مقياس الذات المعرفية بالصورة النهائية:

يكون مقياس الذات المعرفية بصيغته النهائية من (٤٠) فقرة ويتمتع بالخصائص السيكومترية من مؤشرات صدق وثبات، وبذلك فإن اعلى درجة كلية هي (٢٠٠) وأقل درجة (٤٠) وبمتوسط فرضي مقداره (١٢٠).

### الفصل الرابع

#### (البرنامج الارشادي وفق اسلوب العلاج المختصر المتمركز حول الحل)

#### اجراءات بناء البرنامج:

قام الباحث ببناء البرنامج الارشادي على وفق العلاج المختصر المتمركز حول الحل على وفق النموذج (BORDERS&DRURY,1992)، إذ يمكن الاعتماد على هذا النموذج في بناء وتخطيط البرنامج الارشادي لكونه لا يحتاج الى جهد وتكاليف كبيرة، وأنه من النماذج الشاملة لمخطط الجلسات الارشادية فضلاً عن سهولة تطبيقه، ويمكن تطبيقه بشكل جمعي في المجموعات الارشادية ويتكون من الخطوات الاتية:

١- **تحديد الحاجات:** إذ تم تحديد الحاجات عن طريق فقرات مقياس الذات المعرفية وتحديد عنوان الجلسات بواسطة الاعتماد على جميع فقرات المقياس، وقام الباحث بتحويل الفقرات التي تحمل نفس المضمون والمعنى الى عنوان جلسة وبعدها تم عرضها على مجموعة من الخبراء في مجال الاختصاص الارشاد النفسي والتوجيه التربوي من اجل الحكم على ملائمة عنوان الجلسة وتعديل ما يناسبها أو تبديل العناوين حسب دلالة الفقرات على ذلك . جدول ( 3 ) يوضح ذلك :

رقم الجلسة	عنوان الجلسة	الفقرة بالمقياس	ت
الثانية	الثقة بالنفس	أثق بقدرتي على اداء اعمالي الارشادية .	١
		أشعر بالحرج عندما اتواجد مع اشخاص لا اعرفهم.	١٠
		أعبر عما اشعر بداخلي عندما اشعر بالسعادة.	٢٠
الثالثة	تحقيق الذات	اخفي طموحاتي عن الاخرين حتى احققها.	٢
		أعتقد ان امور حياتي خارجة عن سيطرتي.	١٤
		أضع خطط مناسبة لتحقيق أهدافي المهنية.	٢٢
		أشعر اني اقل قيمة من زملائي المدرسين بالمدرسة.	٢٥
		أستطيع تحديد جوانب القوة والضعف لدى المسترشدين.	٢٦
		يقالني ان يكون انطباع الاخرين عني غير جيد .	٢٧
٣٠	أطلب على الظروف الاجتماعية التي تعيق طموحي .		
الرابعة	التفكير الايجابي	أحاول طرد الافكار المؤلمة من تفكيري.	٣
		ابتعد عن المشكلات التي تضطرنني الى التفكير بعمق لحلها.	٤
		اتمتع بالقدرة على فهم افكار المسترشدين بسهولة.	٧
		اتعامل بجدية في محيط عملي .	١٨
		اخفي افكاري عن الاخرين حول المواقف التي امر بها.	٢٤
		أجد صعوبة في طرح افكار جديدة لتطوير عملي.	٣١
٣٥	أجد صعوبة بإقناع المسترشد بصحة افكاري.		
الخامسة	الشعور بالمسؤولية	أخفي مشاعري عن المسترشد.	٥
		أفشي مشكلات المسترشدين لزملائي في العمل.	٨
		أعطي مشكلات المسترشد حقها في التفكير.	١١
		كثرة مشكلاتي تجعلني لا ابالي بالمسترشدين.	١٢
		اتمتع بمكانة محترمة في مدرستي .	١٣
		تؤثر انفعالاتي على حياتي المهنية .	٣٩
السادسة	المشاركة الوجدانية	أجد صعوبة في تحقيق المشاركة الوجدانية مع المسترشد.	٦
		تنهمر دموعي إذا ما تأثرت بمشكلة احد المسترشدين.	٢٣
		أشاطر المسترشد همومه وأحزانه.	٣٤
		أتردد في إتخاذ قراراتي المهنية.	٣٣
		أعجز عن الوصول الى مستوى الانجاز الذي أود الوصول اليه.	٣٧
السابعة	السلوك التعاوني	أعامل مع المسترشدين بود ومحبة.	٩
		أميز بينما يشعر به المسترشد وبين سلوكه الظاهر.	١٥
		أتردد بالمبادرة بالنشاطات الاجتماعية في مدرستي.	٢١
		أضحك على بعض مشكلات المسترشدين.	١٩
		أتمسك برأيي عندما يكون خاطئاً.	٢٩
الثامنة	التفاؤل	أعطي تعليقات واضحة للمسترشد عن مشكلته.	١٦
		تصوري الايجابي عن المسترشد يفيدني في المساعدة بحل مشكلاته.	٤٠
		أهتم بما يفكر فيه الاخرون عني.	٣٨
		أشعر ان حياتي مملة.	٣٨
		أجد نفسي متيقضاً لمشاعري الداخلية.	١٧
		أحترم ذكريات المسترشدين التي يتحدثون عنها أمامي.	٣٦
٣٢			

وقد تم عرض عناوين الجلسات على مجموعة من المحكمين في مجال الاختصاص الارشاد النفسي لمعرفة مدى ملائمة عناوين الجلسات مع محتوى الفقرات.

#### تحديد الاهداف:

١- الاهداف العامة: يعد الهدف العام للبرنامج هو تنمية الذات المعرفية لدى المرشدين التربويين ، وهذا الهدف يعتبر هو الاساس لبناء البرنامج وتطبيقه ويعد هذا الهدف الرئيسي الذي يسعى الباحث من خلاله تحقيق الاهداف الخاصة لكل جلسة.

٢- الأهداف الخاصة: لكي يتم تحقيق الاهداف العامة للبرنامج الارشادي على وفق اسلوب العلاج المختصر المتمركز حول الحل في تنمية الذات المعرفية ، لابد من وجود اهداف خاصة لكل جلسة ارشادية وتعد هذه الاهداف هي بمثابة تحقيق للحاجات المرتبطة بعنوان الجلسة ، فلكل جلسة اهداف خاصة بها مرتبطة بعنوان الجلسة وبالحاجة للجلسة الارشادية.

٣- تحديد الفنيات المطلوبة للجلسات الارشادية: اعتمد الباحث على فنيات اسلوب العلاج المختصر المتمركز حول الحل وهي :

أ) التغيير في فترة ما قبل العلاج.

ب) اسئلة الاستثناءات.

ج)سؤال المعجزة.

د)اسئلة المقياس.

ه)الحديث الخالي من المشكلات.

و)مهمة الجلسة الاولى.

ي)التغذية الراجعة.

٤- تقديم النشاطات والفعاليات: ويتم ذلك عن طريق توزيع الفنيات على وفق الجلسة، ويقدم الباحث كل ماعنه من مهارة في تنفيذ هذه الفنيات وفق الوقت المتاح للجلسة وبمشاركة كافة افراد المجموعة الارشادية(الحمادي، ٢٩، ٢٠٠٩).

٥-التقويم: ويشمل(أ)التقويم التمهيدي:وهو ما قام به الباحث في عرض البرنامج على مجموعة من المحكمين واخذ ارائهم حول البرنامج.

ب)التقويم البنائي: وهو عمل يقوم به الباحث بعد كل جلسة .

ج)التقويم النهائي: وهو يقوم به الباحث بعد انتهاء البرنامج الارشادي.

تخطيط البرنامج الارشادي المقترح:

اعتمد الباحث في تخطيط جلسات البرنامج الارشادي على انموذج(برودرز و دردي) وعلى ضوء ذلك تم تخطيط عشرة جلسات ارشادية وتم عرضها على الخبراء في مجال التخصص الارشاد النفسي والتوجيه التربوي ، وبعد اخذ موافقتهم عليها اصبح البرنامج جاهز للتطبيق وعلى النحو الاتي ،سوف يقوم الباحث بعرض اربع جلسات ارشادية فقط كنموذج للبرامج. مخطط الجلسة الارشادية على وفق اسلوب العلاج المختصر المتمركز حول الحل.

الجلسة الاولى/الافتتاحية:

الاهداف الخاصة	١-التعارف بين افراد المجموعة الارشادية كسر الحاجز النفسي فيما بينهم. ٢-توضيح اهمية البرنامج للمجموعة الارشادية وسرية المعلومات داخل الجلسة. ٣-الاتفاق على الوقت المناسب واجراء عقد سلوكي بذلك، والالتزام بالتعليمات الخاصة بالوقت والزمان والمكان وكل ما يتعلق بالبرنامج.
الفنيات والنشاطات	-يقوم الباحث بتقديم نفسه والتعارف بينه وبين المجموعة الارشادية . -يقدم الباحث موجز عن البرنامج وما يتضمنه من فعاليات الغرض منها تقديم الفائدة للمجموعة الارشادية. -تقديم الحلوى ومشاركة المجموعة في ذلك.
التقويم البنائي	-يوجه الباحث سؤال هل هناك احد منكم يريد ان ينسحب من البرنامج . - ماذا يعني لك البرنامج.
التدريب البيئي	تكليف الطلاب الاجابة عن بعض الامور التي تخص حياتك اليومية ومنها(مدى رضاك عن نفسك)(وهل الاخرين يرضون عن تصرفاتك).

الجلسة الثانية

عنوان الجلسة	الثقة بالنفس
الاهداف الخاصة	١-التعرف على الثقة بالنفس.

٢- ان يكون قادراً على انجاز اعمالهم.	
٣- ان يكون لديهم ثقة عالية بالنفس في انجاز عملهم وواجباتهم.	
الحديث الخالي من المشكلات، اسئلة الاستثناءات-التغذية الراجعة.	الفنيات والاستراتيجيات
يناقش الباحث التدريب البيئي مع افراد المجموعة الارشادية ويقدم لهم الشكر والتناء على حضورهم والتزامهم بمواعيد الجلسات .	النشاطات والفعاليات
-يبدأ الباحث باستعمال فنية الحديث الخالي من المشكلات وهي وسيلة هادفة الى انتزاع الحديث الذي يكشف عن نقاط ومصادر القوة لدى المسترشدين ويمكن ان تستخدم في اي وقت من الجلسات(برادلي واخرون،٢٠١٥،ص٧١).	
-يقوم الباحث باستعمال فنية اسئلة الاستثناءات وتعني ان هناك فترة في حياة المسترشد قد مرت قبل حدوث المشكلة وقبل ان تكبر هذه المشكلة وتسمى بفترة الاستثناءات ،ويركز المرشد على هذه الفترة ويوجه اسئلة استثنائية الغرض منها توجيه المسترشد الى الفترة التي سبقت تفاقم المشكلة ،ويبدأ المرشد بفحص الاستجابات ويوضح بعد ذلك بأن هذه كل استجابة تدل على ان المشكلة مؤقتة.	
-التغذية الراجعة -يقوم الباحث بأخذ فترة استراحة لمدة من خمسة الى عشرة دقائق قبل نهاية الجلسة يوصف بها الباحث اعطاء التثناء للمسترشدين الذين ساهموا في الجلسة ثم اقتراح مهمة(-DE JONG&BORG,2008;42).	
يوجه الباحث سؤال استفهامي (ماهو أثر الثقة بالنفس على سلوك الانسان؟	التقويم البنائي
يطلب الباحث كتابة مواقف في حياتهم اليومية يحتاج فيها الفرد ان تكون لديه ثقة عالية بالنفس.	التدريب البيئي

### الجلسة الثالثة

تحقيق الذات	عنوان الجلسة
-ان يتمكن المسترشدين من معرفة كيف يحقق ذاته.	الاهداف الخاصة
-ان يتعرف المسترشدين على اهمية تحقيق الذات.	
سؤال المعجزة-التغير في فترة ما قبل العلاج-التغذية الراجعة.	الفنيات والاستراتيجيات
-يقوم الباحث بتقديم الشكر لافراد المجموعة الارشادية لما قدموه في الجلسة السابقة.	النشاطات والفعاليات
-يقوم الباحث باستعمال فنية سؤال المعجزة من خلال طرح حلول فرضية من الخيال والادراك بشكل حركة تقود الى التغيير المطلوب(BERG&DE.SHAZER,2002;85).	
-ثم يقوم بتقديم فنية التغير ما قبل العلاج ويؤكد على أن هناك تغير في سلوك المجموعة من خلال الجلسات السابقة ويجب ان يكون هناك تغيير اكبر(COREY,2012;356).	
-يستعمل الباحث فنية التغذية الراجعة من خلال تلخيص كل ما دار بالجلسة من أنشطة ومدى الاستفادة منها.	
يوجه سؤال عن كيف يتم تحقيق الذات واهميته في حياتنا اليومية.	التقويم البنائي
يطلب الباحث من افراد المجموعة كتابة مواقف عن حياتهم المهنية فيها يكون قد حقق ذاته في حياته اليومية والمهنية.	التدريب البيئي

### الجلسة الاخيرة الختامية

اسلوب العلاج المختصر المتمركز حول الحل.	عنوان الجلسة
-ان يعرف افراد المجموعة بأن البرنامج قد انتهى.	الاهداف الخاصة
-معرفة موعد الاختبار البعدي.	
المناقشة والحوار-الحديث الخالي من المشكلات-اسئلة المقياس.	الفنيات والاستراتيجيات
-متابعة التدريب البيئي.	النشاطات والفعاليات
-تلخيص مدار في الجلسات السابقة بشكل مختصر.	
-استعمال فنيات المناقشة والحديث الخالي من المشكلات لتتضمن الذات المعرفية ومدى تقدم افراد المجموعة ،وبعدها يستعمل الباحث فنية اسئلة المقياس ليلاحظ بأن هناك تغيرات قد حدثت في سلوك المسترشدين.	
يطلب الباحث من افراد المجموعة اعطاء رأيهم بالبرنامج وتحديد مدى الاستفادة منه.	التقويم البنائي
تحديد موعد الاختبار البعدي للبرنامج.	التدريب البيئي

## الفصل الخامس

### (عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها)

نظراً للظروف التي يمر بها العالم من أحداث جائحة كورونا (كوفيد-١٩)، وعدم تطبيق جلسات البرنامج الارشادي لصعوبة الحصول على عينة لتطبيق البرنامج، اقتصر نتائج البحث الحالي على قياس الذات المعرفية لدى المرشدين وبناء برنامج ارشادي على وفق اسلوب العلاج المختصر المتمركز حول الحل (برنامج مقترح) جاهز للتطبيق وكانت النتائج على وفق اهداف البحث.

**أولاً/الهدف الاول:** التعرف على الذات المعرفية لدى المرشدين التربويين

وتحقيقاً لذلك استعمل الباحث الاختبار التائي لعينة واحدة (TE-TEST)، وأظهرت النتائج ان متوسط درجات الذات المعرفية لعينة واحدة يساوي (١٣٥،٥٤٥) درجة وبأنحراف معياري مقداره (١٨،٣٢٤) درجة، وعند معرفة دلالة الفرق بين المتوسط النظري والمتوسط الحساس للمقياس (١٢٠) اتضح ان الفرق كان بدلالة احصائية عند مستوى (٠،٠٥) إذ بلغ القيمة التائية المحسوبة (٢٩،٦٩٠) وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية (٣،٢٩١) بدرجة حرية (٢٩٩). ويمكن تفسير هذه النتيجة ان المرشدين التربويين يتمتعون بذات معرفية وهذا يعود لما يتمتعون به من ذات ووعي وادراك لمستواهم الثقافي المرتبط بتحصيلهم العلمي واطلاعهم على مختلف بيئات المرشدين اثناء عملهم، وهذا يتفق مع ما ذهب اليه (BUSS) والتي تشير ان علاقة الفرد مع الاخرين تساعده على الانتباه الى منظومته النفسية ونمط تفكيره وحالته النفسية، مما يؤدي الى معرفة الفرد بمكونات ذاته المعرفية (BUSS, 1980; 81).

**الهدف الثاني:** بناء برنامج ارشادي على وفق اسلوب العلاج المختصر المتمركز حول الحل. إذ قام الباحث ببناء وتخطيط برنامج ارشادي متكون من عشرة جلسات جاهز للتطبيق، إذ تعذر على الباحث تطبيقه لما يمر به البلد من ظروف وحسب تعليمات خلية الازمة بعدم وجود تجمعات ولسلامة افراد المجموعة التجريبية تعذر تطبيق البرنامج، وقد تم بناء البرنامج على وفق نظرية (شازر، ٢٠٠٨) وتم بناؤه على وفق خطوات علمية وتم عرض اربع جلسات في الفصل الرابع كنموذج للبرنامج.

### التوصيات:

في ضوء نتائج البحث الحالي يوصي الباحث بـ:

- ١- على وزارة التربية الاهتمام بالجانب المعرفي للمرشدين التربويين وماله من اهمية كبيرة في عمل المرشدين التربويين.
- ٢- ضرورة الاهتمام وتطوير الذات المعرفية وتنميتها من خلال تطبيق البرامج الارشادية.
- ٣- ضرورة الاستفادة من البرنامج الارشادي المعد على وفق اسلوب العلاج المختصر المتمركز حول الحل، وتطبيقه على المرشدين التربويين لتنمية الذات المعرفية لديهم.

### المقترحات:

استكمالاً للبحث الحالي يقترح الباحث بإجراء الدراسات الالية:

- ١- دراسة تأثير اسلوب العلاج المختصر المتمركز حول الحل في خفض الوهن النفسي لدى المرشدين التربويين.
- ٢- اجراء دراسة مقارنة في الذات المعرفية بين المرشدين التربويين والمرشحات التربويات.

### المصادر العربية والاجنبية :

- ١- الشمري، جاسم فياض (٢٠٠٥) الانسان وعلم النفس في ضوء القرآن الكريم، دمشق جامعة دمشق. ///
- ٢- الشمري، مي مصدق ولفي (٢٠١٢) الذات المعرفية وعلاقتها بنفسيات المقابلة الارشادية غير اللفظية لدى المرشدين التربويين، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة المستنصرية، بغداد.
- ٣- الحمادي، حماد بن علي والهيجن، عادل عبد الفتاح (٢٠٠٩). برامج التوجيه والارشاد النفسي، مركز التنمية الاسرية في الاحساء، جامعة الملك فيصل.

- ٤- العزة ،سعيد حسني وعبد الهادي،جودت عزت(٢٠٠٧) نظريات الارشاد والعلاج النفسي.ط١، عمان ،الاردن :مكتبة دار الثقافة.
- ٥- الطائي، نور باسل خضر(٢٠١٩) فاعلية العلاج المختصر المركز حول الحل والعلاج الاستفزازي، في خفض التفكير الانتحاري لدى طالبات المرحلة الاعدادية،اطروحة دكتوراه،غير منشورة،الجامعة المستنصرية،للعراق،بغداد.
- ٦- برادلي،ارفورد وآخرون.(٢٠١٢)٣٥ إسلوباً على كل مرشد معرفتها، ترجمة هالة فاروق المسعود، الاردن:دار الرأية للنشر والتوزيع.
- ٧- حسين،طه عبدالمنعم (٢٠٠٤) الارشاد النفسي -النظرية والتطبيق-التكنولوجيا-ط١، عمان ،دار الفكر.
- ٨- داود،عزيز هنا،وعبد الرحمن،أنور حسين(١٩٩٠) مناهج البحث التربوي،بغداد مطابع عمان .
- ٩- سمارة ،عزيز،وآخرون(١٩٨٩):مبادئ القياس والتقويم النفسي في التربية،عمان ،الاردن،دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.
- ١٠- سيدني،م،جورارد لنذر من(١٩٨٨) الشخصية السليمة،ترجمة حمدي الكربولي،موضف الحمداني،جامعة بغداد مطبعة التعليم العالي.
- ١١- سعادة ،يوسف جعفر(١٩٨٦):تطوير برنامج الاعداد المهني لمعلم الموارد الاجتماعية وكالة المطبوعات،الكويت.
- ١٢- صالح،قاسم حسين(١٩٨٧):الانسان من هو ،بغداد،مطبعة جامعة بغداد.
- ١٣- كوري،جبرالد(٢٠١٢) النظرية والتطبيق في الارشاد والعلاج النفسي ،ترجمة سامح وديع الخفش،دار الفكر،عمان الاردن،ط١.
- ١٤- عباس،محمد خليل،ونوفل،محمد بكر،والعبيسي،محمد مصطفى وابو عواد ،فريال محمد(٢٠٠٩) مدخل الى مناهج البحث في التربية وعلم النفس،عمان:دار المسيرة.
- ١٥- ملحم،(٢٠١٠) سيكولوجية التعلم والتعليم الاسس النظرية والتطبيقية،ط١،عمان،الاردن،دار المسيرة.

- Aiken,I,R(1979)psychological Testing and Assesment.3<sup>rd</sup>.New York;Allyn&Bacon.
- Belenky,M.F.Clinchy.B.M.Golbgerger,N.R&Tarule,J.M(1997)Women's Ways of Knowing ; the development of self,voice and mind,new York;Basic Books.
- Buss, Arnold,H(1980) Self-consciousness and social Anxiety,sam Francisco.
- Border&Dryra L.D.Sande,MD(1992):Comprehend save school counseling programs,Areview for policy makers-journal counseling and development.
- Corey,Gerald(2012).Theory and practice of counseling and psychotherapy.(9<sup>th</sup>).pacific Grove,CA:Brooks/cole.
- Clinchy.B.M(1996)connected and separate knowing:toward a marriage of two minds.in.n.Golbgerger,J.Tarule.B.Clinchy,&m Belenky(Eds)Knowledge,difference And power;Essays inspird by womens ways of knowing (205-247)new York;Basic Books.
- Iveson.Chris (2002).solution-focused brief therapy.A dvances in psychiatric treatment.V.(8)> issue.(2).
- Hattie,A&Hansford,B(1982)Self Measures and achievement:computing a traditional review of literature with meta analysis,Australian journal of education.25(1)123-124.
- De Jong.P.&Berg.I.K.(2002).Interviewing for solutions (2<sup>nd</sup>) ed.Belmont,CA;Brooks cole.
- De Jong ,P.&Berg.I.K.(2008).Interviewing for solutions(3<sup>rd</sup>) ed.pacific Grove,CA;Brooks/cole-cengage.
- De shazer,S.(1988).clues;Investigating solution in berif therapy.New York;Norton.
- Murphy.R(1988)psychology Testing principles.New York;Hall International.Inc.
- Simon,Jole.K.Berg.Insoo.Kim.(2015)Solution-Focused Brief Therapy with long-Term problems.
- Sharf,Richard,S,(2012)T.
- Tarragona,M.(2008).postmodem/post-structuralist therapy,In Lebow,J.(Ed)21<sup>st</sup> century psychotherapies Hoboken,NJ.John wiley&sons.
- Thayer,B&Bacon,B(1992)Richard paus strong sense critical thinking and procedural knowing A comparison;san Francisco.
- Zeller,R.A&carmines,E.G(1980)Measurement in the social scinces Theory and data New York; Cambridge University.