

الدافعية العقلية وفاعلية التدخل الارشادي بأسلوب التعديل السلوكي المعرفي في تحسين مجالاتها المنخفضة

عماد عبد حمزة العتاي*

جامعة المثنى / كلية التربية للعلوم الانسانية

معلومات المقالة

المخلص

تاريخ المقالة:

الاستلام: 2019/9/2

تاريخ التعديل: 2019/9/16

قبول النشر: 2019/10/31

متوفر على النت: 2019/12/15

الكلمات المفتاحية :

التوجه نحو التعلم

التركيز العقلي

حل المشكلات ابداعيا

التكامل المعرفي

يهدف البحث للتعرف على مستوى الدافعية العقلية ومجالاتها، والفروق في مستوى ومجالات الدافعية العقلية حسب متغير النوع والمرحلة الدراسية، وفاعلية التدخل الارشادي بتعديل النمط المعرفي في تحسين مجالات الدافعية العقلية المنخفضة. حيث تم تطبيق الدراسة على (243) طالبًا من طلبة كلية التربية للعلوم الانسانية في جامعة المثنى ، وتم تطوير مقياس الدافعية العقلية (CM3) و (التدخل الارشادي). وأظهرت النتائج انخفاض في مستوى الدافعية العقلية بشكل عام ، وانخفاض في ثلاثة مجالات (التركيز الذهني - حل المشكلات الإبداعي - النزاهة المعرفية) ، ووجود الفروق حسب الجنس ، ووفقا للمرحلة ، كما أظهرت النتائج فعالية التدخل الارشادي بتعديل النمط المعرفي في تحسين مجالات التركيز الذهني ، وحل المشكلات ابداعيا، والتكامل المعرفي.

© جميع الحقوق محفوظة لدى جامعة المثنى 2019

والدافعية العقلية (Mental Motivation) كما يرى (De Bono , 2003) هي حالة تجعل المتعلمين مهتمين بالواجبات المناطة بهم ، وقدرتهم على ايجاد افكار جديدة ذات قيمة لهم وللمجتمع الذي يتواجدون فيه، كونهم يمتلكون قدرات عقلية مناسبة ، ويقع على عاتق المربي تنمية وتحفيز تلك القدرات المناسبة للاستفادة منها كما ينبغي . وان الابداع الجاد "هو نتاج الدافعية العقلية ويتمثل في توليد ادراكات جديدة ، ومفاهيم جديدة ، و افكار جديدة ، وبدائل جديدة، وابداعات جديدة" (De Bono,2003:12) .

فالمؤسسات التعليمية عموما و الجامعات خصوصا مسؤولة اذن عن مساعدة الطلبة لاكتساب المهارات المتطورة

مشكلة البحث : موضوع الدافعية للتعليم يمثل جانبا مهما ومحوريا سواء للأفراد أو المجتمعات ؛ لأنه الاساس الذي يحقق توافقهم النفسي والاجتماعي ؛ كون الدافعية مرتبطة بالنجاح في العمل وهذا هو المعيار الموضوعي الذي يقوم على اساسه تقييم المجتمع لأفراده ، فضلا عن ان توفر مستوى عال من الدافعية يكون مؤشراً لنجاح افراد في مختلف جوانب حياتهم ، والدافعية العقلية هي " رغبة الفرد ونزغته لاستعمال قدراته في التفكير وقابليته الإبداعية، وتعبير عن مجموعة واسعة من العمليات المعرفية التي يمكن استعمالها في وصف التفكير في حل المشكلات واتخاذ القرارات" (McInerney& Etten,2001:39) .

رابعاً: "فاعلية التدخل الارشادي بأسلوب التعديل المعرفي في تحسين مستوى الدافعية العقلية لدى افراد العينة التجريبية . أهمية الدراسة: تكمن أهمية الدراسة الحالية في تصميم و تنفيذ التداخل الارشادي بأسلوب التعديل السلوكي المعرفي بحسب نموذج (Meichenbaum)، حيث يهتم النموذج بالحديث الذاتي والتحصين ضد الضغوط ، ودورهما في تحديد سلوك الافراد . لذا يركز الإرشاد على تغيير الاحاديث السلبية التي يقولها المسترشدون لأنفسهم ؛ لان تفاعل الحديث الداخلي للأفراد مع بناءاتهم المعرفية سيساعد في عملية تغيير سلوكهم ، وهذا يتطلب منهم ان يقوموا بعملية امتصاص سلوكا بديلا جديدا بدلا من السلوك القديم ، وأن يحتفظوا ببعض بناءاتهم المعرفية القديمة إلى جانب حدوث بناءات معرفية جديدة لديهم ؛ لان البناء المعرفي (Cognitive Structure) يحدد طبيعة الحوار الداخلي ، والحوار الداخلي هذا يغير في البناء المعرفي بطريقة يسميها (Meichenbaum) بالدائرة الخيرة (Virtuous Cycle) (Meichenbaum,1995) ، وهذا يعني أهمية معرفة المحتويات الإدراكية ، وما هو الحديث الداخلي المناسب والمطلوب من الافراد ، ومعرفة حجم ومدى المشكلة ، وماهي توقعات الافراد من العلاج ، وهذا يتطلب قيام الافراد بتسجيل أفكارهم ومشاعرهم قبل وأثناء وبعد مرورهم بالمسألة التي يواجهونها . ويمكن ان نلخص أهمية البحث نظريا وتطبيقيا كالآتي:

الأهمية النظرية: تتمثل الأهمية النظرية في محاولة إلقاء الضوء على مشكلة انخفاض الدافعية العقلية التي تمثل عاملا مشتركا بين التربية المدرسية و التربية الاسرية في المجتمع العراقي في ظل ما يشهده من متغيرات امنية وسياسية ، مما قد يؤدي إلى زيادة فهمها ، وتزويد المهتمين بمعلومات نظرية عنها . وما توفره النتائج المتحصلة من تصميم وبناء واجراءات التدخل الإرشادي في هذا البحث من فائدة للهيئات التدريسية و المتخصصين في الوحدات الارشادية في الجامعة لتحسين مستوى الدافعية العقلية للطلبة .

الأهمية التطبيقية: محاولة لفت انتباه التربويين وادارات الجامعات من خلال البيانات الاحصائية الى مستوى الدافعية العقلية لدى الطلبة بغية الارتقاء بمستوى البيئة الجامعية . و

وبناء قاعدة معلومات ومعارف مناسبة لمتطلبات المرحلة الجامعية ، مما يجعلهم يمتلكون القدرة على مواجهة المشكلات سواء العلمية في الجانب الدراسي أو المشكلات التي تواجههم في حياتهم المستقبلية ، مع السعي الى تطوير جوانب الشخصية (العقلية – الانفعالية – الجسدية - الاجتماعية) ، وتحقيق مستوى متكامل من النمو ، و"اعداد أجيال تتحلى بالعقل والابداع و تبتعد عن الاساليب التقليدية والتلقينية" (دي بونو، 2001 : 13) ، لذا فالمؤسسات التعليمية و الجامعات مسؤولة عن توفير كل الادوات والاجراءات التي تحقق المستوى المناسب للدافعية العقلية بما يحقق اهدافها المتطورة في ضوء التطورات العلمية والتكنولوجية و التغيرات في كل نواحي الحياة . الا ان احساس الباحث - من خلال ممارسته للتدريس و العمل التربوي لأكثر من خمس وعشرون سنة - بوجود مشكلة تتمثل بانخفاض الدافعية العقلية ، وغياب التدخلات العلمية التربوية الارشادية ، وهذا يمثل المصدر الاول للشعور بمشكلة البحث الحالي . اما المصدر الثاني فكان نتائج المسح الميداني الاستطلاعي الذي قام به الباحث ضمن عدد من الدراسات ذات العلاقة و أكد ذلك الاحساس بالمشكلة، وعليه يمكن التساؤل هنا : ما مستوى الدافعية العقلية لطلبتنا ؟ وما هو مستوى تركيزهم العقلي ، ومستوى توجيههم نحو التعلم ، وما مستوى قدرتهم على حل المشكلات ابداعيا ، ومستوى التكامل المعرفي لديهم ؟ وهل هناك فاعلية للتدخل الارشادي بأسلوب التعديل السلوكي المعرفي نموذج (Meichenbaum) في تحسين مجالات الدافعية العقلية المنخفضة؟

أهداف البحث: يهدف البحث للتعرف على :

اولاً: مستوى الدافعية العقلية ، ومجالاتها الاربعة التوجه نحو التعلم - التركيز العقلي - حل المشكلات ابداعيا - التكامل المعرفي).

ثانياً: الفروق في مستوى الدافعية العقلية ومجالاتها بحسب متغير نوع الجنس (ذكور - اناث) .

ثالثاً: الفروق في مستوى الدافعية العقلية ومجالاتها بحسب متغير المرحلة الدراسية (الاولى ، الثالثة)

الدوافع : حالات جسمية ونفسية داخلية تثير السلوك في ظروف معينة ومتواصلة حتى ينتهي إلى غاية معينة ، فهي تستثير النشاط وتحدد اتجاهه لتحقيق هدف معين ، كما يُعرف الدافع بأنه عملية استثارة وتحريك السلوك أو العمل و تعضيد النشاط وتنظيمه وتوجيهه نحو الهدف ، وتبرز الدافعية في التعليم كشرط من شروط التعلم كونها عملية ذاتية تقوم بتحريك السلوك نحو هدف معين ، لا يمكن ان تعرفها إلا من خلال الفرد نفسه ، كما يضيف (Ball, 1977) ان دافعية الانجاز العالي تزيد من قدرة الافراد على ضبط انفسهم في العمل الدؤوب لحل المشكلة ، ويمتاز الافراد ذوو الدافعية العالية بقدرتهم على وضع تصورات مستقبلية معقولة ومنطقية في تصوراتهم للمشكلات التي يواجهونها (بو حمامة وآخرون ، 2006 : 4) .

مجالات الدافعية العقلية : اسفرت ابحاث (Giancarlo & Facione) كما لخصها (العسيري ، 2016) حول الدافعية العقلية عن اربع مجالات هي:

المجال الاول : التركيز العقلي (Mental Focus) : يتمثل هذا المجال في قدرة المتعلم على التركيز العقلي وذلك من خلال الاندماج في نشاط ذهني ما . فالشخص ينصب تركيزه على موضوع النشاط بمثابة ، وينظم عمله بدون تأخير او تسويف . وبمنهجية واضحة ، والقدرة على تصور الافكار والحلول بوضوح وسهولة ، اضافة للاندماج بالواجبات المناطة به بنشاط ومثابة وانشرح .

المجال الثاني : التوجه نحو التعلم (Learning Orientation) : ويشير هذا المجال الى قدرة المتعلم على زيادة قاعدة المعارف لديه . والرغبة للانخراط في التعلم ، وبروز حالة الفضول العقلي مما يدفعه للاستكشاف بفاعلية ، والاندماج في التعلم والمشكلات التي تتسم بالتحدي بشكل خاص ، ويقدر الحصول على المعلومات التي تمثل له تدعيماً على ما يعتقد من افكار.

المجال الثالث : حل المشكلات ابداعيا (Creative Problems Solving) : يتمثل هذا المجال في اقتراب الفرد من حل المشكلات بأفكار و حدود مبدعه ، والتي تتسم بالتحدي مثل الالغاز ، ومما يميز هذا النوع من المتعلمين انهم يستعرضون

تزودهم بالأساليب العلمية و التربوية لتحقيق ذلك . سيما و انها في (حدود علم الباحث) لم يسبقها دراسات في الموضوع ذاته وفق هذه المتغيرات في البيئة العراقية .

حدود الدراسة : يتحدد البحث الحالي بشريا بطلبة الصف الاول ، وطلبة الصف الثالث في كلية التربية للعلوم الانسانية ، ومكانيا بجامعة المثنى ، محافظة المثنى ، العراق ، وزمانيا بالعام الدراسي 2017-2018 .

تحديد مصطلحات الدراسة:

1. **الدافعية العقلية (Mental Motivation) نظريا:**

عرفها (Urdan & Giancarlo, 2001) بانها التحفيز العقلي الداخلي للفرد للمشاركة في الأنشطة المعرفية التي تتطلب الاستعمال الواسع للعمليات العقلية لإيجاد حل للمشكلات أو اتخاذ القرارات أو تقييم المواقف (Urdan & Giancarlo, 2001:37) .

ويحدد مستوى الدافعية العقلية اجرائيا : بالدرجة التي يحصل عليها افراد العينة على مقياس الدافعية العقلية ، ووفقا لمجالاته .

2. **التدخل الارشادي بأسلوب التعديل المعرفي السلوكي**

(Intervention In Style Of Behavioral Cognitive Modification) نظريا : هو العملية

المقصودة و المدروسة و المخططة سلفاً على أساس الإطار النظري لأسلوب التعديل المعرفي السلوكي (Meichenbaum) لتأكيد الجانب الايجابي بشخصية المسترشد إلى أقصى درجة ممكنة ، عن طريق العلاقة المهنية التفاعلية و الدافئة بين المسترشد وبين المرشد (العتابي ، 2012 : 17) . واجرائيا : هو الإجراءات والنشاطات الإرشادية المخططة و المنفذة وفق أسلوب التعديل المعرفي السلوكي (Meichenbaum) بعشر جلسات لتحسين مستوى الدافعية العقلية لدى طلاب الجامعة . و الذي يقاس تأثيره من خلال الفروق الاحصائية بيم المجاميع التجريبية والضابطة بالاختبارين القبلي والبعدي .

إطار نظري ودراسات سابقة:

هذا الدور يتم من خلال التدخل الإرشادي العلمي تخطيطاً و تنفيذاً .

التدخل الإرشادي بأسلوب التعديل السلوكي المعرفي : أصبح التدخل الإرشادي وسيلة هامة تعكس التطور الملموس في ميدان الإرشاد النفسي حالياً كونه يمثل العملية المهنية الفنية المتخصصة والتي تتم على وفق خطوات محددة في زمان و مكان محددين يتم عن طريقها مساعدة المسترشد في النمو والوصول بإمكاناته إلى أقصى درجة ممكنة ، وذلك بما يتضمنه من أسس يرتكز عليها ، وأهداف يسعى إلى تحقيقها ، ومصادر يبني عليها ، وفي عالمنا المعاصر ظهرت عدة أساليب إرشادية تحاول مساعدة الطلاب لتجاوز أزماتهم وحل مشكلاتهم ومن بين هذه الأساليب أسلوب (التعديل المعرفي السلوكي) . اذ يرى (Meichenbaum) أن تغيير سلوك فرد ما فلا بد أن يتضمن معتقداته ومشاعره وأفكاره ، فالأفكار هي التي تدفع الفرد إلى العمل . مع التركيز على مسؤولية الفرد عن إحداث سلوكياته (Meichenbaum, 1985:15) .

أهداف التدخل الإرشادي السلوكي المعرفي: يمكن ان نلخص أهداف التدخل الإرشادي السلوكي المعرفي بالآتي:

1. مساعدة العينة على إدراك طبيعة دافعيّتهم العقلية المرتبطة بمعارف معيّنة .
 2. محاولة جعل توجههم نحو الدافعية العقلية أكثر واقعيّة .
 3. تحقيق التفاعل بين الدافعية العقلية وبين مجالاتها الأربعة .
 4. تحديد و اختبار السلوك المضطرب والأفكار الآلية الخاطئة.
 5. مساعدة العينة على التخلص من الأفكار السلبية عن طريق إيجاد أفكار بديلة صحيحة.
 6. التدريب على الاستجابات المعرفية السلوكية الجديدة .
- فنيات التدخل الإرشادي بأسلوب التعديل المعرفي السلوكي :** هنالك العديد من الفنيات والتقنيات التي تستعمل في التدخلات الإرشادية التي تخطط بأسلوب التعديل المعرفي السلوكي ، وفي البحث الحالي تم استعمال فئتين عند تخطيط

امكاناتهم ويفاخرون بها امام الآخرين بسبب ما فيها من اختلاف والتميز وبُعدها عن التقليدية .

المجال الرابع : التكامل المعرفي (Cognitive Integrity) : يتمثل هذا المجال في ميل الافراد للبحث عن الحقيقة والتفتح الذهني ، فضلاً عن الفضول العقلي تجاه الموضوعات التي يتعرضون لها ، كما انه يستمتع بالتفكير من خلال التفاعل مع الآخرين من خلال النقاش وتبادل وجهات النظر التي تهدف في النهاية للوصول الى الحقيقة او الحل الامثل للمشكلات (العسيري ، 2016) .

ومن ابرز التفسيرات النظرية للدافعية العقلية هي نظرية القبعات الست (Six Thinking Hats) ، التي جاء بها دي بونو (De Bono) ، و"الفكرة الرئيسية في النظرية هي تمثيل كل محطة بقبعة ذات لون معين لارتباط القبعات بالرأس موضع التفكير الإنسان وللحصول على نتيجة إبداعية يجب مراعاة المرور بالقبعات الست دون إغفال أي منهما والتركيز على الجانب المحدد لكل قبعة" (دي بونو ، 2001) ، فيما يفسر (Cohen, 1955) الدافعية العقلية معتمداً على نظرية الجشطالت كونها ميول لبناء البيئة ، وهي "افتراضات إن مشاعر التوتر و الحرمان ينشآن من إحباط الحاجة إلى المعرفة ، فنتيجة التوتر يسمح للمحاولات النشطة لبناء المواقف وزيادة الفهم لدى المتعلم" (كحيل ، 2015 : 40) .

اما اصحاب الاتجاه المعرفي يؤكدون ان الفرد يتمتع بإرادة حرة تمكنه من اتخاذ القرارات المناسبة والسلوك على النحو الذي يراه مناسباً وتتدخل عوامل مثل القصد والنية والتوقع في السلوكيات التي يقوم بها ، وبهذا المعنى فالدافعية العقلية تؤكد على المصادر الداخلية والتوقعات والاهتمامات والخطط التي يسعى الافراد الى تحقيقها من خلال سلوكياتهم(محمود ، 2013) .

ونستفيد مما عرض انفا ان تحفيز ورفع مستوى الدافعية العقلية ، شرط اساسي من شروط النمو السوي عموماً و التعلم خصوصاً كونها عملية ذاتية ، تقوم بتحريك السلوك نحو هدف معين ، و الدور الاكبر يقع على عاتق المعلم والمربي لتحفيز القدرات العقلية داخل الفرد لكي يستخدمها بكفاءة . و

1. المرحلة الأولى ملاحظة الذات : (Self-Observation) :

حسب (Meichenbaum) : المجموعة التجريبية قبل الارشاد عندها حوارا داخليا سلبيا مع ذاتهم ، وكذلك تكون خيالاتهم وتصوراتهم سلبية ، أما أثناء عملية الارشاد ومن خلال الاطلاع على أفكارهم ومشاعرهم وانفعالاتهم الجسمية وسلوكياتهم الاجتماعية وتفسيرها تتكون عندهم بناءات معرفية جديدة (Lehrer, 2007: 9)

2. المرحلة الثانية البدء بحوار داخلي جديد : حيث يدرك افراد المجموعة ان ما يردده مع انفسهم من احاديث ذاتية يجب ان تعمل على توليد سلوكيات تتنافر مع سلوكياتهم غير المتوافقة المراد تغييرها ، على ان يؤثر هذا الحديث الذاتي على الانتباه ، التقدير ، الاستجابة الفيزيولوجية ، واستثارة سلوكيات جديدة مما يؤثر على ابنيتهم المعرفية ، ويؤدي الى تغيير سلوكياتهم (محمد ، 2000: 25) .

3. المرحلة الثالثة تعلم مهارات جديدة : وتتعلق هذه المرحلة بتأدية المسترشد لمهام تكيفية جديدة خلال الحياة اليومية ، والتحدث مع المسترشد ذاته حول نتائج هذه الأعمال . بتعليم المجموعة الارشادية مهارات تكيفية اكثر فاعلية ، والتي تمارس في مواقف حياتية واقعية ، فمثلا من لا يتأقلم مع تدني مستوى التوجه نحو التعلم / انخفاض التركيز العقلي يتجنبون النشاطات المرغوبة خوفا من عدم النجاح فيها (كوري ، 2011 : 384-385).

إجراءات البحث

منهج البحث : بغية تحقيق اهداف البحث ، فقد استعمل الباحث منهجين في البحث الحالي ، فقد استعمل الباحث المنهج الوصفي لوصف بيانات العينة ؛ كونه المنهج الذي يعتمد على دراسة الظاهرة كما توجد في الواقع، ويهتم بوصفها وصفا دقيقا ويعبر عنها كيفيا بوصفها وبيان خصائصها، وكميا بإعطائها وصفا رقميا من خلال أرقام وجداول توضح مقدار هذه الظاهرة أو حجمها أو درجة ارتباطها مع الظواهر الأخرى (ابو حطب، 1987). واستعمل ايضا المنهج التجريبي : كون البحوث ذات التصميم التجريبية (Experimental Designs) تظهر العلاقة السببية بين متغيرين . وهنالك ثلاثة أنواع

التدخل الارشادي هما : التحصين ضد الضغوط النفسية ، و الحديث الداخلي وفيما يأتي توضيحا لهما :

أولاً : التحصين ضد الضغوط النفسية : يشير (Meichenbaum, 1985). أن الضغوط تحدث عندما يدرك الفرد وجود تفاوت بين متطلبات الموقف وبين ما لديه من مصادر شخصية واجتماعية وتعمل هذه الفنية على تزويد الفرد بالمعلومات واكتساب المهارات التي يستطيع من خلالها مواجهة المواقف الضاغطة في البيئة . وتتضمن هذه الفنية ثلاث مراحل أساسية متداخلة وهي:

المرحلة الأولى : مرحلة التصور العقلي أو تكوين المفاهيم : تتضمن إقامة علاقة تعاونية ايجابية بين افراد المجموعة التجريبية.

المرحلة الثانية :مرحلة اكتساب المهارات : وتتضمن تعلم و اكتساب مهارات المواجهة المعرفية والسلوكية اللازمة للتعامل مع المواقف الضاغطة ، وذلك من خلال التدريب على مجموعة فنيات مثل الاسترخاء ، التحكم في التنفس، والتخيل وأحاديث الذات الايجابية وكذلك التدريب على حل المشكلات.

المرحلة الثالثة : مرحلة التطبيق : وتتضمن تطبيق ما تم تعلمه من مهارات لمواجهة الضغوط وتنفيذها ، من خلال التعرف على المشكلة ، وجمع البيانات ثم وضع بدائل وحلول متعددة للتعامل مع المشكلة وتقييم الحلول البديلة ووضع الحل النهائي موضع التنفيذ (Lehrer, 2007: 7) .

ثانيا : الحديث الداخلي (Inner-Speech) : من خلال عمليات التمثل والتوافق ويرى (Meichenbaum, 1985) انه يمكن تغيير الحديث الداخلي من خلال (1) التعليمات الشخصية المتبادلة : وهي التعليمات الذاتية المشتقة من تعليمات الكبار التي يستخدمها الطفل ويحفظها بصورة تراكمية ، و (2) بنية الحوار الداخلي : وهي الوظيفة الثانية للحوار الداخلي في التأثير على البنى المعرفية وتغييرها وهذا التغيير يتم من خلال الامتصاص أو الإزاحة أو التكامل (كوري ، 2011 : 384).

عملية الارشاد : (Counseling Process) : تتضمن عملية الارشاد بأسلوب التعديل المعرفي السلوكي ثلاث مراحل وهي:

للعلوم الانسانية جامعة المثني للعام الدراسي (2017-2018) ،
وبالبالغ عددهم (353) طالبا وطالبة بواقع (133) طالبا و (220)
طالبة ، واستثنى الطلبة الراسبين في الصف الاول للعام
الدراسي (2016/2017) ، للتحقق من اثر المرحلة الدراسية
(التعليم الجامعي) وهو الهدف الثالث من اهداف البحث ؛
ولكونهم نالوا قسطا من التعليم الجامعي لمدة عام دراسي ،
وشمل مجتمع البحث ايضا طلبة الصف الثالث في اقسام كلية
التربية للعلوم الانسانية /جامعة المثني للعام الدراسي 2017-
2018 ، وبالبالغ عددهم (459) طالبا وطالبة بواقع (206)
طالبا و (253) طالبة ، اما عينة البحث فتوزعت حسب
الجدول (1) الآتي:

للتصميمات التجريبية : (1) التصميم بين أفراد العينة ، و(2)
التصميم داخل أفراد العينة، و(3) التصميم المختلط. وفي
البحث الحالي تم اعتماد التصميم المختلط (Matched
Subjects) كونه تصميم لديه نفس مميزات التصميم بين
الأفراد. ويقلل من الاختلافات الفردية وذلك بتوزيع الأفراد
الذين تكون احتمالية تشابه أداؤهم، ويجمع بين التصميمين
السابقين. فكل مجموعة من أفراد العينة هي عينة مختلطة
تتعرض لجميع مؤثرات التجربة . و يصبح من الضروري
تطبيقه حين تكون إحدى المتغيرات مستقلة (بدر وحرمي ،
1984).

مجتمع وعينة الدراسة: شمل مجتمع البحث طلبة المرحلة
الاعدادية المقبولين في الصف الاول في اقسام كلية التربية

جدول (1) عينة البحث

نوع العينة	طلبة الصف الاول					طلبة الصف الثالث					المجموع الكلي
	ذكو	%	انا	%	المجمو	ذكور	%	انا	%	المجمو	
ع	ر	ع	ع	ع	ع	ع	ع	ع	ع	ع	ع
الاحصا	17	25.7	49	74.25	66	25	65.77	13	34.23	38	104
ئية	5										
الرئيسية	17	25.7	49	74.25	66	17	22.36	59	77.64	76	142
ة	5										
البرنامج	14	-	16	-	-	-	-	-	-	-	-
المجموع	34	25.7	98	74.25	132	42	36.84	72	63.16	114	246
5											

ملاحظة : المجاميع التجريبية والضابطة تم اخذها من عينة التطبيق الرئيسية لذا لا تغير المجموع

المتغير وخصوصية العينة وبيئة تطبيق البحث واجراءاته ،
فتم الاطلاع على عدد من المقاييس منها : مقياس نوفل ومرعي
(2008) ، والفراجي (2011) ، وعلي وحموك (2013) ،
ومحمد واحمد (2015) ، وكحيل (2015) ، وجابرو اخرون
(2015) ، والعسيري (2016). ودراسات اجنبية عديدة منها
(Giancarlo,2004) ، (bokeoglu,2008) ، (Ozdemir,2008) ،
(Giancarlo & Faione,1998) ، (Nathan,Kurt,2009) ووجد
الباحث ان اغلب الدراسات اعلاه اخذت الكثير من مقياس

أدوات الدراسة وخصائصها السايكومترية: تم تطوير اداتين
رئيسيتين في البحث ، هما : مقياس الدافعية العقلية ، و
التدخل الارشادي بأسلوب التعديل المعرفي السلوكي ، اضافة
الى استمارة ملاحظة الذات (ملحق(2)) وقد مرت تطوير الاداتين
بعدد من الخطوات كالآتي :

الاداة الاولى : مقياس الدافعية العقلية : نظرا لأهمية قياس
هذا المتغير ، وهو المتغير التابع في البحث ، فقد تم البحث عن
مقياس يتمتع بمواصفات متميزة تأخذ بنظر الاعتبار خصوصية

الاداة الثانية : التدخل الارشادي بأسلوب التعديل المعرفي السلوكي : تم تخطيط وتنفيذ التدخل الارشادي (الذي يمثل المتغير المستقل) في البحث الحالي بأسلوب التعديل المعرفي السلوكي ، ووفق لنظرية (Meichenbaum, 1977, 1985, 1989, 1995) ، كما تم تفصيلها في الفصل الثاني ، وتم تطبيقه على العينات التجريبية الثلاث (مجموعة التوجه نحو التعلم / مجموعة حل المشكلات ابداعيا/ مجموعة التكامل المعرفي) بصورة منفصلة ، و الملحق (5) يوضح جلسات التدخل الارشادي بأسلوب التعديل المعرفي السلوكي .

الأساليب الإحصائية: استعمل البحث عدد من الوسائل الاحصائية منها معامل ارتباط بيرسون لاستخراج الإحصائية لخصيصة الثبات . و (t-test) لعينة ومجتمع ، ولعينتين مستقلتين لاستخراج النتائج الإحصائية لتمييز الفقرات ، واختبار ويلكوكسن ، واختبار مان وتني لاستخراج النتائج .

عرض نتائج البحث و تفسيرها ومناقشتها:

عرض نتائج الهدف الاول : اظهرت التحليل الاحصائي باستعمال الاختبار التائي لعينة ومجتمع ان العينة ذات مستوى منخفض في الدافعية العقلية عموما وفي مجالات (التركيز العقلي-حل المشكلات ابداعيا - التكامل المعرفي)) ، ولكن لديها مستوى مرتفع في توجههم نحو التعلم وذو دلالة احصائية بمستوى 0.05 . و الجدول (2) يوضح ذلك.

كاليفورنيا للدافعية العقلية ، لذا عاد الباحث الى المصدر الاصلي (مقياس كاليفورنيا للدافعية العقلية (California Measure Mental Motivation) ويختصر بـ (CM3) وهو من اعداد (Giancarlo & Factions, 1998) واعتمد ترجمة نوفل ومرعي (2008) ، وقام الباحث بعدة اجراءات لتعريب المقياس وايجاد صدقه وثباته :

- المقياس الاجنبي يتكون من (72) فقرة ، وبعد ترجمته وتحليله اسفرت نتائج التحليل باستخدام طريقة العوامل الرئيسية وطريقة تدوير المحاور المتعامدة ، عن استبعاد (7) فقرات بسبب تدني قيمة التشبع ، اذ كان تشبعها اقل من (0.30) (نوفل ومرعي ، 2008 : 278) .
- تم عرض المقياس على عدد من المتخصصين في اللغة العربية و علم النفس ، وتم تعديل صياغة بعض الفقرات.
- عند استخراج القوة التمييزية للمقياس استبعدت (10) فقرات ، كما في الملحق (3) .
- كما استخرجت معامل اتساق الداخلي للمقياس ، بين الفقرة والمجال ، وبين المجالات الاربعة للمقياس وبين الدرجة الكلية ، و الملحق (4) يوضح ذلك .
- استخرج معامل الثبات بطريقة اعادة الاختبار وكانت (0.85) وهي معامل ثبات جيدة جدا .
- وصف المقياس : المقياس بصيغته النهائية (ملحق (1)) ، يتألف من (55) فقرة ، موزعة على اربعة مجالات (التوجه نحو التعلم (21) فقرة ، التركيز العقلي (7) فقرات ، حل المشكلات (16) فقرة ، التكامل المعرفي (11) فقرة، منها (39) فقرة بالاتجاه الايجابي و (16) فقرة بالاتجاه السلبي ، وطريقة التصحيح (1-2-3-4) للاتجاه الايجاب و (1-2-3-4) للاتجاه السلبي . اما الوسط الفرضي للمقياس فهو (137.5) .

جدول (2) نتائج العينة ككل على مقياس الدافعية العقلية و مجالاته الاربعة

المتغير	العدد	الوسط الفرضي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الاختبار التائي (قيمة . ت)	
					المحسوبة	الدلالة
العينة ككل	142	137.5	128.5	22.921	4.687-	دالة

منخفض*						
دالة مرتفع*	4.15	10.29	56.07	52.5	142	التوجه نحو التعلم
دالة منخفض*	17-	3.69	12.40	17.5	142	التركيز العقلي
دالة منخفض*	2.02-	8.774	38.522	40	142	حل المشكلات
دالة منخفض*	16.341-	4.967	20.80	27.5	142	التكامل المعرفي

*قيمة ت بمستوى الدلالة 0.05 هو 1.980

عرض نتائج الهدف الثاني : اظهرت التحليل الاحصائي حسب متغير النوع باستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين (الذكور ، الاناث) عدم وجود فروق في مستوى الدافعية العقلية ككل ، فيما اظهرت فروق دالة احصائية في مجالات (التوجه نحو التعلم ، وفي مجال حل المشكلات ابداعيا لصالح الاناث ، وفي مجال التركيز العقلي والتكامل المعرفي لصالح الذكور ، وكما في جدول (3) .

تفسير ومناقشة نتائج الهدف الاول : يعزو الباحث النتيجة الى طبيعة المناهج الدراسية التي تعتمد الطرق التقليدية المتمثلة بالنظر الى عمليتي التعلم والتعليم نظرة كمية ، فاعتمدت اساليب وطرقا للتدريس تعتمد على التلقين وعدم فسح المجال للطالب كي يكون عنصرا فاعلا ، رغم التوجه الايجابي نحو التعلم المتوافر لديه. وهذه النتيجة تختلف عن نتائج دراسة (حموك علي ، 2013) التي وجدت ان طلبة الجامعة يتمتعون بمستوى عال من الدافعية العقلية ، وتختلف مع نتائج دراسة (الفراجي ، 2011) التي وجدت مستوى فوق الوسط الفرضي في الدافعية العقلية .

جدول (3) نتائج متغير نوع الجنس على مقياس الدافعية العقلية ومجالاته الاربعة

المجال	نوع العينة	العدد	المتوسط الحسابي	التباين	الاختبار التائي (قيمة . ت)	
					المحسوبة	الدالة
العينة ككل	الذكور	32	131.96	589.03	0.97	غير دالة*
	الاناث	110	127.5	507.15		
التوجه نحو التعلم	الاناث	110	60.69	48.72	13.3	دالة للاناث*
	الذكور	32	41.62	19.18		
التركيز العقلي	الذكور	32	12.92	21.62	3.22	دالة للذكور*
	الاناث	110	12.17	11.22		
حل المشكلات	الاناث	110	40.009	76.370	8.12	دالة للاناث*
	الذكور	32	34.343	55.96		
التكامل المعرفي	الذكور	32	24.727	18.25	7.07	دالة للذكور*

		21.01	19.76	110	الاناث	
قيمة ت بمستوى الدلالة 0.05 هي 1.980						

تفسير ومناقشة نتائج الهدف الثاني:

كما يرى (Harris,2002) "تحتاج إلى درجة عالية من الحساسية في تحديد المشكلة ، و استنباط العلاقات و الأفكار الضرورية للوصول إلى النتائج الإبداعية" (كحيل ، 2015: 47) ، وهذا ما تتمتع به الاناث ، كما ان التركيز العقلي والتكامل المعرفي يعتمد على قدرة المتعلمين على استخدام مهارات تفكيرية محايدة (موضوعية) ، و هذا ما يمكن ان يتوافر في الذكور اكثر من الاناث : بسبب التكوين البيولوجي والسيكولوجي ، وتغلب الجانب الانفعالي ، وهذه النتيجة تختلف عن نتائج دراسة حموك و علي (2013) ودراسة العسيري (2016) ، ودراسة الفراجي (2011) ، فيما تتفق مع دراسة نوفل ومرعي (2008) .

عرض نتائج الهدف الثالث: اظهرت نتائج التحليل الاحصائي باستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين وجود فروق دالة احصائية في مستوى الدافعية العقلية ككل ، ووفق مجالاته الاربعة حسب متغير الصف الدراسي لصالح الصف الثالث وكما في جدول (4) .

يعزو الباحث عدم وجود فروق بين الجنسين في الاداء الكلي للمقياس الى التفاوت في الفرق بين المجالات الاربعة ، اذ كانت دالة في مجالين للإناث وفي مجالين اخرين للذكور؛ وبسبب التقارب الذي تفرضه طبيعة التنشئة الاجتماعية ، وطبيعة الحياة الاكاديمية ، والمرغوبية الاجتماعية التي تشكل صعوبة في البحوث التي تعتمد ادوات التقرير الذاتي . فيما يعزو ظهور فروق بين الجنسين في التوجه نحو التعلم و حل المشكلات ابداعيا لصالح الاناث الى قدرة الاناث على توليد دافعية لزيادة قاعدة المعارف لديهم ، بعدة وسائل لتحقيق السيطرة على المهمات التعليمية التي تواجههن في المواقف المختلفة ، فضلا عما يتمتعن به من "الفضولية العقلية الذي تُغذى من خلال البحث و الاكتشاف الفعال ، والتشوق للانخراط في عملية التعلم ، والاهتمام بالاندماج في أنشطة التحدي" (مرعي ونوفل، 2008، 263) . وحل المشكلات ابداعيا

جدول (4) نتائج متغير المرحلة الدراسية على مقياس الدافعية العقلية ومجالاته الاربعة

المجال	نوع العينة	العدد	المتوسط الحسابي	التباين	الاختبار التائي (قيمة . ت)		
					المحسوبة	الجدولية	المستوى
العينة ككل	الثالث	77	144.24	279.224	13	8.64	0.001
	الاول	65	110.06	202.777			
التوجه نحو التعلم	الثالث	77	61.78	82.264	9.92	13.3	0.001
	الاول	65	48.44	41.860			
التركيز العقلي	الثالث	77	12.40	6.451	4.25	3.22	0.001
	الاول	65	10.17	13.616			
حل المشكلات	الثالث	77	43.857	54.597	9.66	8.12	0.001
	الاول	65	32.661	38.725			
التكامل المعرفي	الثالث	77	23.324	13.461	7.54	7.07	0.001
	الاول	65	18.061	21.585			

طلبة الصف الثالث ؛ كونهم نالوا نصيبا من التعليم الجامعي الذي يساعد في تنشئة طلبة لديهم القدرة على الاستقلال

تفسير ومناقشة نتائج الهدف الثالث: يمكن تفسير الفرق في مستوى الدافعية العقلية ككل ، و مجالاتها الاربعة لصالح

تطبيق التدخل الارشادي وتنفيذ جلساته العشرة ، تم تحليل النتائج وكالاتي:

اظهرت نتائج التحليل الاحصائي باستخدام (Wilcoxon Test) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات الطلبة في المجموعات التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي (جدول 5) ، وعدم وجود فروق في المجموعات الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي (جدول 6) ، كما اظهرت نتائج التحليل الاحصائي باستخدام (Man Whitney Test) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات الطلبة في المجموعة التجريبية و درجات الطلبة في المجموعة الضابطة في الاختبار البعدي في مجالات التركيز العقلي ، حل المشكلات ابداعيا ، التكامل المعرفي (جدول 7) ، بعد تطبيق التدخل الإرشادي

الذاتي في تعليمهم ، كما ان طلبة الصف الاول ما زالوا متأثرين بمتطلبات المرحلة الاعدادية التي تشدد على اهمية تلقين الطالب اكبر قدر من المعلومات ، و اعتماد المفاضلة بين الطلبة على كم ما يحفظ و يتذكر (و هذا يمثل ادنى مستويات المجال المعرفي عند بلوم)، فيما يجد الطالب الجامعي فسحة كبيرة للتعبير عن قدراته وقابلياته و انفتاح التعليم من حيث المحتوى والاهداف. وهذه النتيجة تختلف عن نتائج دراسة (حموك علي ، 2012) ودراسة (الفراجي ، 2011) .

عرض نتائج الهدف الرابع : بغية التعرف على مدى فاعلية التدخل الارشادي بأسلوب التعديل المعرفي ، فقد استبعد مجال التوجه نحو التعلم ؛ كون العينة لا تعاني انخفاضاً فيه، واختيار العينات ذات المستوى المنخفض للدافعية العقلية في مجالات التركيز العقلي ، وحل المشكلات ابداعيا ، والتكامل المعرفي ، وبلغ عدد عينة كل مجال (6) طلبة . وبعد ان تم

جدول (5) Wilcoxon Test (المجموعات التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي)

الدالة	مجال التكامل المعرفي		الدالة	مجال حل المشكلات ابداعيا		الدالة	مجال التركيز العقلي	
	تجريبية قبلي	تجريبية بعدي		تجريبية قبلي	تجريبية بعدي		تجريبية قبلي	تجريبية بعدي
دالة لان قيمة ويلكوكسن الجدولية (2) اكبر من المحسوبة	17	25	دالة لان قيمة ويلكوكسن الجدولية (2) اكبر من المحسوبة	23	59	دالة لان قيمة ويلكوكسن الجدولية (2) اكبر من المحسوبة	7	14
	13	16		26	42		7	23
	13	25		27	38		7	22
	17	25		28	40		7	26
	14	30		28	54		7	27
	15	37		31	54		7	18
	المحسوبة = 0			المحسوبة = 0			المحسوبة = 0	

جدول (6) Wilcoxon Test (المجموعات الضابطة في الاختبارين القبلي و البعدي)

الدالة	مجال التكامل المعرفي		الدالة	مجال حل المشكلات ابداعيا		الدالة	مجال التركيز العقلي	
	ضابطة قبلي	ضابطة بعدي		ضابطة قبلي	ضابطة بعدي		ضابطة قبلي	ضابطة بعدي
غير دالة لان قيمة ويلكوكسن الجدولية (2) اصغر من المحسوبة	12	13	غير دالة لان قيمة ويلكوكسن الجدولية (2) اصغر من المحسوبة	32	23	غير دالة لان قيمة ويلكوكسن الجدولية (2) اصغر من المحسوبة	7	7
	14	13		36	26		14	8
	14	14		33	27		15	7
	15	15		27	28		13	7
	11	15		28	29		14	7
	35	14		34	31		11	7
	المحسوبة = 10			المحسوبة = 5			المحسوبة = 3	

جدول (7) Man Whitney Test (المجموعات التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي)

لدالة	مجال التكامل المعرفي		الدالة	مجال حل المشكلات ابداعيا		الدالة	مجال التركيز العقلي	
	ضابطة	تجريبية		ضابطة	تجريبية		ضابطة	تجريبية
من دالة لان قيمة مان وتي و تي اصغر (0.05)	12	25	من دالة لان قيمة مان وتي و تي اصغر (0.05)	32	59	من دالة لان قيمة مان وتي و تي اصغر (0.05)	7	14
	14	16		36	42		14	23
	14	25		33	38		15	22
	15	25		27	40		13	26
	11	30		28	54		14	27
	35	37		34	54		11	18
	الجدولية = 0.001			الجدولية = 0.001			الجدولية = 0.009	

البحث الحالي . اذ يشير (Meichenbaum) الى ان تدريب الفرد وفق أسلوب التعديل السلوكي المعرفي يساعده على ان يغير سلوكه ويحقق اهدافه الهامة ، وقد وجدت دراسة (ظاهر ، 2015، 563) . فاعلية لفنية التحدث الذاتي ، تتفق مع نتائج البحث الحالي.

مقترحات البحث: بناء على ما تم في البحث الحالي يقترح الباحث على الادارات بكافة عنواناتها في وزارة التربية بضرورة اعادة النظر بالمناهج الدراسية من حيث : الاهداف، المحتوى ،

تفسير ومناقشة نتائج الهدف الرابع : لم يجد الباحث - بحسب اطلاعه - بحثا تناولت فاعلية التدخل الارشادي بأسلوب التعديل المعرفي لتحسين مجالات الدافعية العقلية (التركيز العقلي- حل المشكلات ابداعيا - التكامل المعرفي) و حسب نوع الجنس و المرحلة الدراسية ، لمناقشة نتائجه في ضوءها ، الا انه لا بد من الاشارة الى انه من المتعارف عليه وفق ادبيات ودراسات الاتجاه النظري المعرفي السلوكي ، وجود فاعلية التدخل الارشادي بأسلوب التعديل السلوكي المعرفي على عدد كبير من المتغيرات قد تكون اكثر شدة وحدة من متغير

ظاهر، بدرية جاسم حسن. (2015). تأثير التحدث الذاتي في تنمية التصورات المستقبلية لدى الأراذل. مجلة الأستاذ، العدد الخاص بالمؤتمر العلمي الثالث. ص 545-568. العراق الفراجي، سميرة صابر. (2011). الدافعية العقلية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى طلبة المرحلة الإعدادية. رسالة ماجستير غير منشورة مقدمة إلى قسم في كلية التربية ابن الهيثم. جامعة بغداد. العراق. كحيل، ديانا اسماعيل. (2015). السرعة الإدراكية البصرية وعلاقتها بالدافعية العقلية. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة دمشق، كلية التربية. سوريا. كوري، جيرالد. (2011). النظرية والتطبيق في الإرشاد والعلاج النفسي. ترجمة سامح وديع الخفش. عمان: دار الفكر، الأردن. محمود، سارة إبراهيم. (2013). اثر برنامج تعليمي وفق نظرية تريسي في الدافعية العقلية لدى طالبات المرحلة الإعدادية. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية للعلوم الإنسانية. جامعة ديالى. العراق. نوفل، محمد بكر وتوفيق احمد مرعي. (2008). الصورة الأردنية لمقياس كاليفورنيا للدافعية العقلية (دراسة ميدانية على طلبة كلية العلوم التربوية الجامعية الأوروا في الأردن). مجلة جامعة دمشق. 24 (2): 257-294. سوريا.

المراجع باللغة الانجليزية

De Bono (1998). Idea Scoop, strategic innovation, De Bono specialist, Serious Creativity™, CD-ROM Idea scope pay (LTD), A. C. N. 06H59902630 Coronation Drive. Toowoomb QLD 4066, Australia. De Bono (2003). Lateral thinking tools for serious creativity, retrieved August 15, 2002, from http://www.newiq.com/service/w_brochure/-lateralthinking.htm. Engler, B. (1983). personality theories an Introduction, (2nd ed), Boston, Houghton Mifflin company.

طرائق واساليب التدريس، إضافة للاهتمام بتنمية جوانب الشخصية كافة لدى الطلبة.

قائمة المراجع

المراجع باللغة العربية

أبو حطب، فؤاد (1987)، بحوث في تقنين الاختبارات النفسية. مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة. مصر. بدر، أحمد وحرمي، عبدالله. (1984). أصول البحث العلمي ومناهجه، الكويت: وكالة المطبوعات، الكويت. بوحمامة، جيلالي وانور عبد الرحيم وعبدالله الشحومي. (2006). علم نفس التعلم والتعليم. الكويت: الاهلية للنشر والتوزيع. الكويت. دي بونو، إدوارد. (2001). تعليم التفكير، ترجمة عادل عبد الكريم وآخرون، دمشق: دار الصفا للنشر والتوزيع، سوريا. دي بونو، إدوارد. (2005). الإبداع الجاد استخدام قوة التفكير الجانبي لخلق أفكاراً جديدة، تعريب باسمه النوري، ط 1، الرياض: مكتبة العبيكان، السعودية. دي بونو، إدوارد. (2010). التفكير الجانبي، ترجمة: نايف الخوص. دمشق: منشورات الهيئة العامة السورية للكتاب، سوريا. زيدان، علي حسين وآخرون. (2016). نماذج ونظريات الممارسة المهنية في خدمه الفرد. القاهرة: دار السحاب، مصر. عبد الرحمن، محمد السيد. (1998). نظريات الشخصية. القاهرة: دارقباء للطباعة والنشر، مصر. العتاي، عماد عبد حمزة. (2012). التداخل الإرشادي بفنيي (الحوار. النموذج) لتنمية توقعات الفاعلية الذاتية العامة لدى طلاب الجامعة. اطروحة دكتوراه غير منشورة. الجامعة المستنصرية، كلية التربية. العراق. العسيري، محمد علي محمد. (2016). اساليب التفكير والدافعية العقلية لدى طلبة كلية التربية بجامعة الملك سعود. المجلة الدولية التربوية المتخصصة. 5 (5): 63-82. السعودية.

Thinking Orientation across Ethnic Group in McInemy (Ed). Retrieved .from://http. Insightssment.com.

Abstract:

The research aims to identify the level of mental motivation and its fields, and the differences in the level and areas of mental motivation according to gender variable and stage of study, and the effectiveness of the counseling intervention by modifying the cognitive pattern in improving the areas of low mental motivation. Where the study was applied to (243) students of the collage of Education for Humanities at the University of Muthanna . And two tools developed (Mental Motivation Scale CM3) and (counseling intervention). the results showed a drop in the level of mental motivation in general, and a drop in three areas (Mental Focus- Creative Problems Solving- Cognitive Integrity) , And the existence of differences by gender, and according to the stage , The results showed the effectiveness of counseling intervention by Cognitive style modification in improving the areas Mental Focus- Creative Problems Solving- Cognitive Integrity.

Facione, P,A. Noreen, C. Carol , A. Giancarlo(2000). The disposition toward critical thinking: its character, measurement, and relationship to critical thinking skill, Santa Clara University . CA , Millbrae , California Academic Press, informal Logic.20(1): 61-84.

Gracia, T. & Pint rich, P.R. (1992): Critical Thinking and its Relationship to Motivation, Learning Strategies, and Class Experience. Paper Presented at the Annual Meeting of the American Psychological Association.

Lehrer,R .L., Woolfolk, W.S.Sime.(2007). Principles and Practice of Stress Management. 3ed edition, Guilford press.

McInerney D, M & Etten ,Sh,V.(2001). Research on sociocultural influences on motivation and learning. USA: publisher IAP.West Putnam . 1(3):37- 46

Meichenbaum Donald& & Hyde, Phares .(1989). Exploring Choices: The Psychology of Adjustment. Publisher: Scott Foresman & Co.U.S.A.

Meichenbaum, Donald .(1977). Cognitive-Behavior Modification: An Integrative Approach (The Plenum Behavior Therapy Series). Published by Springer, U.S.A .

Meichenbaum, Donald .(1985).Stress Inoculation Training Paperback – Import, The Amazon Book Review.

<https://www.amazon.com>.

Meichenbaum, Donald .(1995). A Clinical Handbook/Practical Therapist Manual for Assessing and Treating Adults with Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD .

<https://www.amazon.com/Clinical-Practical-Therapist-Assessing-Post-Traumatic/dp/0969884001>.

Urdan ,T,& Giancarlo ,C. (2001).A comparison of Motivation and Critical

الملاحق:

ملحق (1) مقياس الدافعية العقلية بصيغته النهائية

عزيزي الطالب ... اليك بعض الفقرات حول عاداتك اليومية الرجاء قراءتها بإمعان والاجابة عليها بصدق . مع الانتباه الى خيارات الاجابة الاربعة : علما ان هذه المعلومات لغرض تحديد طبيعة دافعتك نحو الدراسة ... والاجابة عليها بصراحة ستنتفع البحث العلمي من اجل تطوير واقعنا العلمي

الاسم (او الرمز) الجنس العمر الصف القسم

ت	الفقرات	تنطبق دوم	تنطبق احيانا	لا تنطبق	لا
1	اتطلع إلى تعلم الاشياء التي تتطلب تحديا				
2	قبل ان ابدأ فإنني احاول توقع نتائج افعالي				
3	احب الالغاز				
4	استمتع في البحث في المشكلات				
5	اهم ما امتاز به هو رغبتني بان اعرف الكثير عن الاشياء المختلفة				
6	لدي مهارة في توقع النتائج				
7	استمتع عندما احاول فهم المسائل المعقدة				
8	استطيع وضع الخطط المتعلقة بكيفية حل المشكلات الصعبة				
9	انا سريع في تحديد المشكلات المحتملة				
10	اتفوق في تحديد نماذج عامة للمشكلات				
11	مهاراتي محدودة في معالجة الكلمات بواسطة الحاسوب				
12	اريد ان اتعلم كل شيء بإمكانني تعلمه لأنه يمكن ان يكون مفيدا يوما ما				
13	عند قيامي بحل مشكلة فإنني استطيع استبعاد الاشياء الاخرى من ذهني				
14	انا سريع في معرفة كيفية انتظام اجزاء المشكلة مع بعضها البعض				
15	عند الضرورة استطيع ان اتي بحل مبتكر				
16	يسهل علي الاتيان ببدائل للحلول				
17	انا فخور لأنني استطيع ان اتي بحلول ابداعية للمشكلات				

18	انا اذكي من معظم الناس			
19	استطيع ان اتوقع الحل قبل الانتهاء منه			
20	اتفوق في العصف الذهني (ايجاد وتوليد حلول ممكنة للمشكلات)			
21	بغض النظر عن الموضوع انا دائم الشوق لمعرفة المزيد			
22	لا استطيع ان اكون حياديا تجاه جميع الافكار اذا كانت فكرتي واحدة منها			
23	اجد صعوبة في معرفة جوهر المشكلة			
24	التفكير فيما يفكر به الآخرون يجعلك لا تستطيع ان تفكر تفكيرا مستقلا			
25	استطيع ان اتعلم اكثر بكثير مما اعرفه الان			
26	اكمل عملي في الوقت المحدد			
27	مضار الانترنت اكثر من فوائده			
28	انا معروف بأني منظم عندما انهمك في مشكلة ما			
29	اجد ان الانترنت اداة مفيدة في البحث			
30	من السهل علي تنظيم افكاري			
31	استطيع ان اتكلم عن مشكلاتي لساعات وساعات دون حل أي منها			
32	التفكير في وجهات نظر الآخرين مضیعة للوقت			
33	اجد صعوبة في التعامل مع المشكلات التي لها اكثر من حل واحد			
34	عندما اكون منهمكا في حل مشكلة اتخيل الحل ليساعدني كي اكون في المسار الصحيح			
35	احب تعلم اشياء جديدة			
36	ليس مهما الاستمرار في محاولة حل مشكلات صعبة			
37	اريد ان اعرف المزيد عن كيفية عمل الحاسوب			
38	لأخري الحق بأبداء آرائهم لكني لست بحاجة لسماعهم			
39	انظر فقط إلى الحقائق التي تدعم معتقداتي ولا انظر إلى الحقائق التي تتعارض معها			
40	عندما يطلب مني اتخاذ قرار مهم احصل أولا على المعلومات التي			

				يمكنني الحصول عليها	
				افضل ان اكتشف واتعلم بنفسي برامج حاسوب جديدة في وقت فراغي	41.
				الحصول على فكرة واضحة عن مشكلة ما هو اول شيء افعله	42.
				اذا خبرت فإنني اختار نشاط يتسم بالتحدي عن نشاط اسهل	43.
				من السهل علي ان ابقى مركزا عند مواجهة مشكلة ما	46.
				انا حقيقة استمتع بمحاولة فهم كيف تعمل الاشياء	44.
				عندما يكون الامر متعلقا بالاشياء اما صح او خطأ لست بحاجة ان اعطي الموضوع اهمية	45.
				يجب الا اتعامل مع المشكلات التي وجد لها الآخرون حلا	47.
				اجد من الضروري ان احصل على التكنولوجيا الحالية والحديثة	48.
				عند محاولتي حل مشكلة ما فإنني اواجه صعوبة في معرفة من اين ابدا	49.
				تعلم اشياء جديدة تجعل حياتي ممتعة	50.
				احافظ على عملي منظما	51.
				قبل الوصول إلى نتيجة سوف اجمع معلومات كثيرة قدر الامكان	52.
				اجد صعوبة في اتخاذ القرارات	53.
				اتابع اخبار التكنولوجيا	54.
				هنالك الكثير من الاسئلة المربكة التي لا ينبغي طرحها	55.

ملحق (2) استمارة الملاحظة الذاتية

ت	الحالة	تكرار حدوثها خلال الأسبوع							قارن نفسك مع الآخرين			ملاحظات اخرى
		0	1	2	3	4	5	افضل	مثل	اقل		
	يثبت افراد المجاميع الثلاثة حالاتهم حس المجال الذي يعانون منه											

ملحق (3) القوة التمييزية لمقياس الدافعية العقلية

ت	العليا		الدنيا		t-test	الوسط	ت	العليا	الدنيا		t-test
	الوسط	التباين	الوسط	التباين				الوسط	التباين	الوسط	

3.9	1.27	1.68	0.83	2.74	34	7.14	0.9	1.79	0.29	3.24	1.
1.65	0.4	3.39	0.38	3.66	35	7.2	1.1	1.95	0.67	3.26	.2
3.3	0.67	2.47	0.48	3.13	36	**1.39	0.9	1.79	0.62	2.11	.3
4.6	0.72	1.47	1.13	2.63	37	2.9	1.32	2	1.3	2.89	.4
3.4	0.72	1.47	1.29	2.39	38	4.7	1.13	1.84	0.73	3.05	.5
5.2	0.38	1.21	0.73	2.11	39	**0.25	1.52	2.05	1.38	2.13	.6
6.4	0.73	2.05	0.54	3.34	40	3.35	1.25	2.55	0.88	3.42	.7
5.9	0.82	2.84	0.11	3.87	41	3.29	1.11	2	0.76	2.84	.8
2.8	1	1.95	0.71	2.63	42	5.91	1.22	1.79	0.75	3.21	.9
1.8	1.87	2.39	1.21	3	43	**1.2	1.11	2.13	0.88	2.45	.10
**1.3	0.72	1.47	0.65	1.76	44	5.86	0.85	1.68	0.6	2.97	.11
**0.2	0.96	1.79	0.82	1.84	45	5.1	1.03	1.61	0.67	2.74	.12
2.5	0.98	1.84	1.04	2.5	46	-0.92 **	1.12	3.34	0.73	3.11	.13
1.7	0.82	1.58	1.13	2.03	47	5.2	0.62	1.53	0.46	2.53	14
3.8	0.8	2.87	0.44	3.63	48	3.1	1.14	1.53	1.35	2.47	15
8.1	0.13	1.08	1.27	2.87	49	**0.3	1.11	2.32	1.09	2.42	16
4.3	1.47	2.05	0.69	3.21	50	4.9	1.39	2.37	0.5	3.63	17
5.1	0.32	1.21	1.46	2.47	51	2	1.4	2.26	1.08	2.84	18
2.9	1.2	1.5	1.4	2.39	52	4.2	0.61	1.61	0.67	2.55	19
3.4	0.6	2.92	0.6	3.24	53	**1.5	0.77	3.45	0.91	3.08	20
3.4	0.93	1.74	1.12	2.66	54	8.3	0.93	1.45	0.47	3.29	21
3.4	0.93	1.74	0.98	2.42	55	6.5	0.85	1.68	0.26	2.95	22
10.2	0.56	1.42	0.62	3.45	56	9.4	0.27	1.13	0.6	2.76	23
5	0	1	0.57	1.71	57	5.4	0.65	1.66	0.61	2.74	24
**0.7	0.66	3.58	0.26	3.71	58	5.5	0.52	1.71	0.59	2.79	25
5.6	1.67	2.55	0.27	3.68	59	8	0.29	1.39	0.39	2.63	26
5.6	1.07	2.34	0.3	3.42	60	5.2	1.03	2.16	0.66	3.42	27
14.2	0.42	1.29	0.36	3.29	61	5.2	0.2	1.11	1.5	2.39	28

2.1	0.86	1.63	0.89	2.05	62	4	0.46	1.26	1.06	2.21	29
5.2	0.73	1.29	0.86	2.34	63	3.4	0.82	1.58	1.2	2.5	30
*0.04 *	1.78	2.71	1.27	2.87	64	7	1.22	1.79	0.35	3.45	31
2.65	0.66	1.42	1	1.95	65	2.4	0.72	2.47	0.58	3	32
*مميزة**غير مميزة / الجدولية جدولية (0.05 =1.64)						1.9	0.66	1.42	0.82	1.97	

ملحق (4) الاتساق الداخلي للمقياس بين الفقرة والمجال وبين المجالات الاربعة والدرجة الكلية

مجال التوجه نحو التعلم // المجال مع الكلية/ Pearson =0.90 / اما / t-test=11								
ت	ف 1	ف 2	ف 3	ف 4	ف 5	ف 6	ف 7	ف 8
Pearson n	0.53	0.54	0.33	0.38	0.54	0.34	0.38	0.56
t-test	7.3	7.5	4.2	4.7	7.67	4.4	4.7	8.5
ت	ف 9	ف 10	ف 11	ف 12	ف 13	ف 14	ف 15	ف 16
Pearson n	0.29	0.19	0.41	0.54	0.30	0.63	0.46	0.45
t-test	3.60	2.285	5.31	7.67	3.71	9.57	6.11	5.94
ت	ف 17	ف 18	ف 19	ف 20	ف 21			
Pearson n	0.37	0.69	0.56	0.54	0.71			
t-test	4.73	11.3	8.04	7.67	11.95			
مجال التركيز العقلي/ المجال مع الكلية / Pearson =0.63 / اما / t-test=9.64								
ت	ف 15	ف 28	ف 29	ف 33	ف 37	ف 62	ف 65	
Pearson n	0.54	0.67	0.50	0.44	0.59	0.42	0.47	
t-test	7.67	10.67	6.86	5.83	8.7	5.5	6.36	
مجال حل المشكلات/ المجال مع الكلية / Pearson =0.88 / اما / t-test=22.56								

ت	ف 5	ف 8	ف 9	ف 11	ف 12	ف 14	ف 21	ف 22
Pearson	0.51	0.46	0.53	0.59	0.60	0.54	0.71	0.64
t-test	7	6.11	7.3	8.7	8.85	7.67	11.9	9.83
ت	ف 23	ف 24	ف 25	ف 26	ف 31	ف 40	ف 48	ف 53
Pearson	0.68	0.44	0.53	0.61	0.58	0.56	0.45	0.17
t-test	10.28	5.83	12.01	9.21	8.44	8.04	5.94	2.04
مجال التكامل المعرفي/ المجال مع الكلية / Pearson = 0.70 اما / t-test = 11.63								
ت	ف 30	ف 34	ف 42	ف 38	ف 39	ف 46	ف 47	ف 57
Pearson	0.43	0.39	0.45	0.48	0.52	0.46	0.41	0.53
t-test	5.63	5.05	5.94	6.50	7.29	6.02	5.30	7.3
ت	ف 54	ف 55	ف 63					
Pearson	0.63	0.42	0.44					
t-test	9.57	5.5	5.83					

ملحق (5) جلسات التدخل الارشادي بأسلوب التعديل المعرفي السلوكي

تسلسل و عنوان : الجلسة (الاولى) / الجلسة التمهيدية
الاهداف : اقامة علاقة ارشادية جيدة بين الباحث والمجموعة
الفنيات والاجراءات : التعارف بين الباحث وافراد المجموعة التجريبية والتعريف بالتدخل الارشادي من خلال المناقشة الجماعية ، مقدما نفسه ، ومعرفا بالتدخل الارشادي ، الذي سينفذ خلال الجلسات ، مع الاتفاق على مكان وزمان الجلسات ، ومناقشة كل الاستفسارات المطروحة من قبل المجموعة ومن قبل الباحث للمجموعة . وتوفير التعاطف والاهتمام بالمريض والاحترام الصادق وحسن الاستماع والتأكيد على أهمية التعاون والمشاركة النشطة. والعمل كفريق يشترك في وضع جداول عمل للجلسات .
تسلسل و عنوان : الجلسة (الثانية) الملاحظة الذاتية Self-Observation

الاهداف : تمكين افراد المجموعة التجريبية من مراقبة الذات وملاحظتها
الفنيات و الاجراءات : فنية المراقبة الذاتية: قيام المجموعة بملاحظة وتسجيل ما يقومون به في استمارة خاصة(ملحق 2)
فنية المتصل المعرفي : يُطلب من المجموعة أن يبينوا كيف يرون انفسهم بالمقارنة مع غيرهم حسب (ملحق 2)
تسلسل و عنوان الجلسة (الثالثة) التحصين ضد التوتر
الاهداف : توضيح المفاهيم التي تتعلق بالتحصين ضد التوتر الناجم عن انخفاض مستوى (التوجه نحو التعلم / حل المشكلات ابداعيا / التكامل المعرفي)
الفنيات و الاجراءات : جمع المعلومات التي توضح حالة المجموعة قبل بدء التدخل الإرشادي لمعرفة الخبرة الشخصية المؤلمة مثل الشعور بالألم أو التوتر أو الغضب الناجمة عن انخفاض مستوى الدافعية العقلية والذي يؤثر في مستوى (التركيز العقلي / حل المشكلات ابداعيا/ التكامل المعرفي) ثم نستخدم فنية صرف الانتباه.
تسلسل و عنوان الجلسة (الرابعة) الحديث الداخلي Inner-Speech
الاهداف : تغيير الأبنية المعرفية (Cognitive-Structure) : وتيسير عمليات التمثل والتوافق
الفنيات و الاجراءات : 1. التعليمات الشخصية المتبادلة : 2. بنية الحوار الداخلي: وهذا التغيير يتم من خلال الامتناع أو الإزاحة أو التكامل. من خلال تدريب المجموعة على أن ما يرددوا لفسهم من حوارات داخلية يجب أن تعمل على توليد سلوكيات جديدة. وعلى النحو الآتي: (أ) يؤدي افراد المجموعة نشاطات (التركيز العقلي مثل (التعرض لأسئلة مرعبة) ، وهكذا مع باقي عوامل التركيز وحل المشكلات والتكامل المعرفي)، وهم يتحدثون الى انفسهم بصوت عال ويحاكون التغييرات الذاتية.(ب) يؤدون نفس النشاطات بإشراف الباحث(توجيه خارجي ظاهر)،(ج) يؤدون العمل وهم يملون التعليمات على انفسهم بصوت عال(توجيه ذاتي ظاهر) ، (د) يؤدون النشاطات وهم يمسون بالتعليمات بينما يتقدمون في النشاطات(توجيه ذاتي ظاهر يتناقض تدريجيا) ،(هـ) يؤدون النشاطات بينما يوجهون ادائهم من خلال الحديث الخاص بصورة ذاتية (تعلم ذاتي داخلي).
تسلسل و عنوان الجلسة (الخامسة) المعرفة المرتبطة بالتغيير Cognition Concerning Change
الاهداف : تدريب المجموعة على تحديد الأفكار التلقائية والعمل على تصحيحها وتغييرها
الفنيات و الاجراءات : فنية تحديد الأفكار التلقائية: وفنية أخطاء الحكم والاستنتاج: كثيراً من عوامل تدني مستوى (التركيز العقلي / حل المشكلات ابداعيا/ التكامل المعرفي) ناتجة عن خطأ في تفسيرها، بسبب عدم توافر معلومات معينة أو سياق مختلف . وفنية التدريب على حل المشكلات، هناك عدة مراحل يجب اتباعها منها إدراك المجموعة انها تعاني من الدافعية ، وخفض الإثارة: عن طريق التوقف

عن التفكير التلقائي ، ووضع صياغة للمشكلة ، والتفكير بطريقة الحل البديل ، والتفكير بالعواقب ، واكتساب مهارة التفكير العلمي ، وتقييم النتائج .
تسلسل و عنوان الجلسة (السادسة) تعلم مهارات جديدة
الاهداف : مساعدة المجموعة على تعلم مهارات جديدة تولد سلوكيات جديدة تتنافر مع السلوكيات القديمة
الفنيات والاجراءات : تحديد توجه المجموعة نحو (التركيز العقلي / حل المشكلات ابداعيا/ التكامل المعرفي) مثل (تعلم الاشياء التي تتطلب تحديا) / (معرفة جوهر المشكلة) وما نجم عنه من سلوك قديم لتغييره (انخفاض التركيز العقلي / حل المشكلات ابداعيا/ التكامل المعرفي) . وتحديد الحديث السالب المتعلق به (عدم القدرة على تعلم الاشياء التي تتطلب تحديا) / (اجد صعوبة في معرفة جوهر المشكلة) . وتدريب المجموعة على استبداله بحديث داخلي جديد متكيف مثل (انا قادر على تعلم الاشياء التي تتطلب تحديا) / (استطيع معرفة جوهر المشكلة) .. وهكذا مع فقرات مجال (التركيز العقلي / حل المشكلات ابداعيا/ التكامل المعرفي) .
تسلسل و عنوان الجلسة (السابعة) التعليمات الذاتية
الاهداف : مساعدة المجموعة على مهارة توجيه التعليمات الذاتية
الفنيات والاجراءات : التعليمات الذاتية : تعليم المجموعة كيفية وضع احتمالات تفسر أسباب حدوث انخفاض (التركيز العقلي / حل المشكلات ابداعيا/ التكامل المعرفي) ، وعبارة أخرى تشجع على التغلب على المشكلات ، وذلك بالقيام بمحاولة جديدة واستجابة بديلة ومناسبة ومن هذه الجمل مثلا : " كن افضل تكاملا معرفيا " و " قف وفكر " و " قم بواجبك الاكاديمي " و " ركز في واجباتك " ، لتغيير الأنماط المعرفية ، وكذلك الخاصة بعزو السلوك attribution .
تسلسل و عنوان الجلسة (الثامنة) مهارات تحسين الدافعية العقلية
الاهداف : مساعدة المجموعة لاكتساب المهارات والاساليب التي تمكنهم من مواجهة عوامل : تدني مستوى (التركيز العقلي / حل المشكلات ابداعيا/ التكامل المعرفي) ، وتقييم حالاتهم ، واعادة تصوراتهم حولها.
الفنيات والاجراءات : التحصين ضد الضغوط : (1) يطلب من المجموعة تثبيت العوامل من الاقل الى الأكثر شدة. (2) تحديد متطلبات انجاز كل عامل. (3) استعادة ما تم تثبته في جلسة الملاحظة الذاتية (جلسة 2). بعد ذلك نقوم بالمراحل الآتية : (أ) تكوين المفاهيم (التصور العقلي) بفحص طبيعة ومسببات كل عامل سبب مشكلة تدني مستوى (التركيز العقلي / حل المشكلات ابداعيا/ التكامل المعرفي). وتزويد المجموعة بمعلومات بسيطة توجههم لطرق مواجهة تلك العوامل. (ب) اكتساب المهارات : من خلال التدريب على المهارات الاجتماعية وتوجيه الذات ، واستخدام اساليب المواجهة المعرفية لإدراك

العبارات المسببة لتدني مستوى التوجه نحو التعلم / انخفاض التركيز العقلي . (ج) التطبيق : مواجهة عوامل : تدني مستوى التوجه نحو التعلم / انخفاض التركيز العقلي (بالخيال/ بالحقيقة).
تسلسل و عنوان :الجلسة (التاسعة) المنظور الروائي البنائي
الاهداف : مساعدة المجموعة ليتحسسوا قيمة بناء واقعهم وقيمة تأليفهم قصصهم بأنفسهم، والشعور بالفخر لما حققوه وانجزوه بأنفسهم.
الفنيات والاجراءات : (أ) تدريب المجموعة على ان يخبروا قصة جديدة عن انفسهم وعن الاخرين حول عوامل مستوى (التركيز العقلي / حل المشكلات ابداعيا/ التكامل المعرفي). (ب) تدريبهم على استخدام العبارات الايجابية وهم يصفون (التركيز العقلي / حل المشكلات ابداعيا/ التكامل المعرفي). (ج) تدريبهم ليتبنوا المواقف الصعبة ويوظفون مهارات تكييفية عند التعامل مع عوامل : تدني مستوى (التركيز العقلي / حل المشكلات ابداعيا/ التكامل المعرفي). (د) تدريبهم ليعطوا انفسهم المكافأة والتعزيز الايجابي عند تحسن مستوى (التركيز العقلي / حل المشكلات ابداعيا/ التكامل المعرفي).
تسلسل و عنوان : الجلسة (العاشرة) انتهاء التدخل الارشادي
الاهداف : قفل جلسات التدخل الارشادي واجراء الاختبار البعدي
الاجراءات : المناقشة الحرة لنتائج التدخل الارشادي بأسلوب التعديل السلوكي ، والاجابة على أي استفسار، ثم اعادة توزيع مقياس الدافعية العقلية على المجاميع (اجراء الاختبار البعدي).